Eendaagse cursus:

**Werken met afweermechanismen**

*Opleider: Marjanne de Jong*

**Introductie**

Deze eendaagse cursus is gebaseerd op de theorie en methodiek van H. Davanloo; hij ontwikkelde de ISTDP, Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy. Hij heeft zijn methodiek ontleend aan psychoanalytische inzichten, maar zijn werkwijze is actief en confronterend. David Malan schreef in het epiloog van zijn boek ‘Individuele psychotherapie’ (1983) al dat het werk van Davanloo effectief is en dat een ieder overtuigd zal zijn van de waarheid van de psychodynamische theorie die er aan ten grondslag ligt. Dit geldt naar de mening van de cursusgever nog steeds zo, maar de methodiek wordt ook steeds verfijnd en toegespitst op nieuwe inzichten.

In deze cursus raken deelnemers vertrouwd met verschillende technieken uit de methodiek van de ISTDP. Deelnemers kunnen leren omgaan met afweermechanismen, waarbij ze de verantwoordelijkheid voor het therapeutisch proces bij de cliënt kunnen laten. Hierbij worden de inzichten van zowel de cursusgever als van andere aanhangers van de ISTDP (waaronder Patricia Coughlin Ph.D. en Jon Frederickson MSW) gebruikt.

Mensen kunnen emotioneel diep geraakt worden door een gebeurtenis in het heden als deze gebeurtenis pijnlijke of heftige gevoelens mobiliseert uit hun verleden. Omdat mensen over het algemeen angstig kunnen zijn voor hun eigen pijnlijke en heftige gevoelens, drukken ze deze gevoelens weg en zo mogelijk ook de angst voor deze gevoelens. Zo kiezen mensen bewust of onbewust afweermechanismen om zowel de pijnlijke en/of heftige gevoelens als de angst te kunnen hanteren. Voor de hulpverlener is het vaak lastig om deze afweermechanismen goed te herkennen.

In deze cursus kunnen deelnemers leren om afweermechanismen die zich in het directe contact met de hulpverlener manifesteren (T), te herkennen. Maar ook afweermechanismen die in dagelijkse situaties (C) van de cliënt voorkomen, zullen deelnemers gaan herkennen als ze op een adequate wijze kunnen uitvragen wat er precies is gebeurd in C. Het is een ware kunst om afweermechanismen op het moment dat deze als afweermechanisme worden ingezet, te herkennen. Want zoveel mensen, zoveel afweermechanismen…….

Na het herkennen en (voor de cliënt) het benoemen van zijn of haar eigen specifieke afweermechanismen, kan de cliënt deze bij zichzelf herkennen. Afweermechanismen die voorheen egosyntoon waren kunnen nu egodystoon worden: ze zijn er nog steeds, maar de cliënt gaat deze herkennen als afweermechanisme. Zo kan een cliënt een keuze maken of hij/zij deze afweermechanismen wil behouden of wil loslaten.En dan komt tegelijkertijd de vraag naar voren of de cliënt de intimiteit met de therapeut wil aangaan, want kan een therapeut nog verder helpen met verwerking als de cliënt zijn of haar afweermechanismen wil behouden? De cliënt zal uiteraard respect krijgen voor de keuze die hij/zij maakt.

**Inhoud van de cursus en leerdoelen**

- Herkennen van afweermechanismen.

- Herkennen van angstmanifestaties.

- Herkennen van (fysieke) uitingen van gevoelens.

- Leren discrimineren tussen gevoelens, angst en afweermechanismen.

Na afloop van deze introductie cursus zullen deelnemers in staat zijn om afweermechanismen te onderscheiden van angst en gevoelens.

**Werkwijze**

Korte theoretische inleidingen, praktische oefeningen/rollenspel zo mogelijk met inzet van een acteur, demonstraties en nabespreking.

**Doelgroep**

Eerstelijnspsychologen, gedragstherapeuten, GZ-psychologen, Klinisch psychologen en psychotherapeuten.

**Toetsing**

Toetsing vindt plaats door aan het eind van de dag een evaluatie in te vullen, waaruit zal blijken of de aangereikte stof is begrepen.

**Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 30.

**Aantal dagen en tijden:** 1 dag van 10.00 uur tot 17.30 uur.

**Prijs:** €  215,- (inclusief koffie/thee en lunch).

**Aanbevolen literatuur (niet verplicht aan te schaffen voor deze cursus):**

Patricia Coughlin Della Selva; Intensive Short-term Dynamic Psychotherapy:

Theory and Technique (l996).  London: Karnac Books.

Jon Frederickson; Co-Creating Change, Effective Dynamic Therapy Techniques (2013). Seven Leaves Press, Kansas City, MO.