

Klinisch perfectionisme: hoe aanpakken in de behandeling?

Klinisch perfectionisme is een persoonlijkheidskenmerk dat we kunnen omschrijven als een tweesnijdend zwaard. Enerzijds zorgt het ervoor dat perfectionisten erg ambitieus en volhardend zijn, maar anderzijds kan het er ook voor zorgen dat hun rigide streven hen in de problemen brengt. Klinisch perfectionisme verhoogt de kans op diverse klinische problematieken, zoals eetstoornissen, angst, depressie, OCD, en burn-out. Bovendien ervaren hulpverleners perfectionisten niet als de 'meest makkelijke patiënten'. Ook al zorgt hun perfectionisme ervoor dat ze vastlopen, dan nog lijken patiënten het heel moeilijk te vinden om hun perfectionisme los te laten.

In deze workshop staan we stil bij de beschrijving, diagnostiek en etiologie van klinisch perfectionisme, en willen we handvatten bieden in de behandeling van perfectionistische patiënten (e.g., hen aanzetten tot het loslaten van hun standaarden, minder kritisch te zijn voor zichzelf en de ander, uit te zoeken wie ze willen zijn in plaats van zich te focussen op wat een ander wil...).

We doen dit aan de hand van het cognitief gedragstherapeutisch kader zoals voorgesteld door Roz Shafran, aangevuld met inzichten uit de acceptance and commitment therapie. De werkvorm is interactief, wordt ondersteund met een goed uitgewerkte powerpoint presentatie, oefeningen, casusmateriaal (ook eigen casuïstiek) en ondersteunende filmpjes.

De doelstelling van de workshop is dat deelnemers na afloop in staat zijn om zelf patiënten met klinisch perfectionisme (beter) te behandelen.