

# Schemagerichte therapie

## Behandeling van persoonlijkheidsproblematiek in de Basisgeneralistische GGZ

### Algemeen

#### Ontwikkeling en opzet

De effectiviteit van schematherapie bij Borderline persoonlijkheidsstoornissen is al intensief onderzocht, maar ook cliënten met andere persoonlijkheidsproblematiek profiteren in grote mate van schematherapie, zodanig dat er na afloop van de behandeling niet meer wordt voldaan aan de criteria van een persoonlijkheidsstoornis. Ook op het gebied van recidiverende angst- en stemmingsstoornissen blijkt schematherapie goede resultaten te boeken. Hoewel het toepassen van kortdurende schematherapie met name is uitgewerkt en onderzocht in groepstherapie, is er inmiddels ook ruime ervaring met de toepassing hiervan in individuele therapie.

Door de veranderingen in de zorg komt zwaardere problematiek in de Basisgeneralistische GGZ terecht. Het behandelen van (milde) persoonlijkheidsproblematiek is daardoor niet meer voorbehouden aan de Specialistische GGZ, maar roept wel de vraag op wat haalbaar is binnen de beperkte behandelduur van de BGGZ. Het kunnen toepassen van kortdurende schematherapie vereist gedegen kennis en kunde op het gebied van de schematherapie, enerzijds om de haalbaarheid van kortdurende schematherapie goed te kunnen inschatten, anderzijds om schematherapie in verkorte vorm goed te kunnen uitvoeren en te voorkomen dat dit slechts losse technieken zijn die aan een cognitief gedragstherapeutische behandeling worden toegevoegd. In de cursus wordt dan ook ruim aandacht besteed aan diagnostiek en indicatiestelling. Daarnaast ligt de focus op de therapeutische relatie, het werken met schema's en schemamodi, limited reparenting en experiëntiële technieken. Ook de invloed van de eigen schema's van de therapeut komt aan de orde.

Het betreft een 25-uurs basiscursus Schematherapie, waarin het gehele schematherapeutische proces aan bod komt zoals dit is ontwikkeld voor de behandeling van cliënten met persoonlijkheidsstoornis. De cursus richt zich inhoudelijk op het verdiepen van de kennis van de schematheorie en schematherapeutische technieken om vervolgens aandacht te besteden aan de toepassingen bij kortdurende behandeling van persoonlijkheidsproblematiek. Aan de hand van casuïstiek wordt veel praktisch geoefend met de verschillende technieken, zowel op het gebied van diagnostiek als behandeling. Er wordt veel in subgroepen gewerkt, waarbij de docent gerichte feedback geeft. Werkvormen zijn onder andere demonstraties, rollenspellen, schriftelijke opdrachten en discussies.

#### Cursusdata en locatie

Data: 1 en 22 november, 13 december 2018 en 10 januari 2019

Locatie: Utrecht

Aantal deelnemers: maximaal 14

Kosten: € 1150,-

#### Accreditatie

Accreditatie is toegekend door het register Schematherapie (25-uurs basiscursus) en aangevraagd, en in het verleden toegekend, bij de VGCT (25-uurs vervolgcursus) en NIP-ELP (39 uur nascholing).

De studiebelasting bedraagt 25 uur cursusdeelname en ca. 15 uur thuisstudie (literatuur en opdrachten).

## **Doelgroep**

De cursisten die kunnen deelnemen aan een Schematherapie cursus voldoen aan de volgende voorwaarden:

- BIG-registratie als GZ-psycholoog, Psychotherapeut, Klinisch Psycholoog of Psychiater (of in opleiding daartoe) en/of lid van een erkende psychotherapievereniging (of in opleiding daartoe). Als erkend worden gezien: de Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie (NVP) en alle door de NVP erkende specialistische psychotherapieverenigingen, namelijk de VGcT, NVPA, NVPP, NPG, VCgP, NVRG, NVGP, VKJP.
- Lid (of in opleiding) zijn van een Vlaamse Psychotherapievereniging.
- Registratie als vaktherapeut in het Register Vaktherapeutische Beroepen

Per cursusgroep mag een beperkt aantal overige HBO-ers en basispsychologen (niet i.o.) deelnemen, indien zij met BIG-geregistreerde Schematherapeuten Register Schematherapie samenwerken, supervisie en intervisie georganiseerd zijn en zij daarnaast een vergelijkbaar niveau wat betreft klinische vaardigheden hebben in het werken met persoonlijkheids- stoornissen en ernstige As I stoornissen. De hoofddocent beoordeelt vóór de cursus of de HBO-er of basispsycholoog voldoet aan deze voorwaarden. Het is niet mogelijk om vrijstellingen te krijgen voor deze cursus.

## **Docent**

Mevr. drs. F.K. (Fieke) Bosma, GZ-psycholoog, Supervisor VGCT en Supervisor register Schematherapie  
BIG-registratienummer 99063486425  
VGcT lidmaatschapsnummer 5689

fiekebosma@gmail.com

## **Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Theoretisch model van schemagerichte therapie en wetenschappelijke evidentie
- Diagnostiek en indicatiestelling, specifiek voor toepassing van SFT in de BGGZ
- Observatie en inzet van meetinstrumenten
- Maken van een casusconceptualisatie, functieanalyses en betekenisanalyses
- Schematherapeutische interventies: experiëntiële, cognitieve en gedragsmatige technieken
- Opstellen van een behandelplan in schematermen
- Opzet van de schematherapeutische behandeling in de BGGZ
- Therapeutische houding en hanteren van de therapeutische relatie
- Afsluiten van de behandeling en terugvalpreventie

## **Leerdoelen**

- Kunnen inschatten bij welke diagnose, problematiek en omstandigheden schematherapie geïndiceerd is, met specifieke aandacht voor indicatiestelling binnen de BGGZ
- Inzicht hebben in de schematheorie en het schematherapeutisch model
- Schema's en schemamodi herkennen en de functie hiervan analyseren
- Kennis hebben van de verschillende basisbehoeften en de therapeutische relatie (limited reparenting) hierop kunnen afstemmen
- Een casusconceptualisatie opstellen en functie- en betekenisanalyses toepassen binnen de (kortdurende) schematherapie
- Psycho-educatie geven over schematherapie en de specifieke schema's / modi van de cliënt
- De verschillende schemamodimodellen kunnen toepassen in de praktijk, met name cluster C
- Een schematherapeutisch behandelplan opstellen, met name bij persoonlijkheidsproblematiek in de BGGZ
- De therapeutische relatie hanteren (limited reparenting, empathische confrontatie, limit setting, omgaan met eigen schema's)
- Experiëntiële technieken kunnen toepassen bij disfunctionele schemamodi; meerstoelentechniek, imaginatie en rescripting, modidialoog, etc.
- Cognitieve technieken kunnen toepassen bij disfunctionele schema's en modi; cognitief dagboek, flashcards, geldigheid van schema's toetsen, dialoog met gezonde kant, etc.
- Gedrag patronen doorbreken bij disfunctionele schema's en modi; imaginatie, rollenspel, huiswerk, etc.
- Eigen schema's en modi kunnen herkennen die een rol spelen in de therapeutische relatie

Naast de algemene leerdoelen wordt van de cursisten verwacht dat zij voor aanvang van de cursus individuele leerdoelen opstellen. Deze worden aan het einde van de cursus geëvalueerd.

## **Literatuur**

### ***Aan te schaffen***

Young, J.E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Van Vreeswijk, M. & Broersen, J. (2017) Handleiding kortdurende schematherapie. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

*Evt. kun je ook de werkboeken aanschaffen, dit is niet verplicht*

Genderen, H. van, Jacob, G. & Seebauer, L. (2012). Patronen doorbreken. Negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds

Young, J.E., & Klosko, J.S. (1999). Leven in je leven. Leer de valkuilen in je leven kennen. Lisse: Swets en Zeitlinger

### ***Te lezen/ te lenen / aan te schaffen***

Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & M. Nadort (red) (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Van Vreeswijk, M., Broersen, J. & Nadort, M. (eds). , 2012, The Wiley-Blackwell Handbook of Schema Therapy. Theory, research, and practice. Malden: Wiley-Blackwell.

Genderen, H. van & Arntz, A., 2010, Schematherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.

### **Relevante websites**

[www.schematherapie.nl](http://www.schematherapie.nl)

[www.schematherapysociety.org](http://www.schematherapysociety.org)

[www.moeilijkemensen.nl](http://www.moeilijkemensen.nl)

[www.schematherapy.com](http://www.schematherapy.com)

[www.disarmingthenarcissist.com](http://www.disarmingthenarcissist.com)

[www.schematherapy.nl](http://www.schematherapy.nl)

### **Toetsing**

Theoretische vaardigheden worden getoetst door middel van inbreng bij discussies en het maken van een casusverslag. Hierin wordt aan de hand van een eigen casus het opstellen van een casusconceptualisatie, functie- en betekenisanalyses en behandelplan getoetst. Praktische vaardigheden worden gedurende de cursus door de docent geëvalueerd aan de hand van observaties van rollenspellen en inbreng bij discussies.

Het casusverslag dient binnen een maand na afronding van de cursus te worden ingeleverd bij de docent. Het verslag wordt vervolgens binnen zes weken beoordeeld en voorzien van feedback. Indien de opdracht onvoldoende is, krijgt de cursist één herkansing om het verslag aan te passen dan wel opnieuw te maken.