

**Systemisch-cognitieve en lichaamsgerichte behandeling van
gezinnen in de knel**



Mw. Drs. F.N.B. Aelen

Therapeuten in de kinder- en jeugdzorg hebben regelmatig te maken met ouders in de knel: of het nu gaat om vechtscheiding of onmacht; trauma en as2 problematiek blijken vaak oorzaak en gevolg. Een vervlechting van cognitieve, systemische en lichaamsgerichte concepten en behandel-elementen helpen de cursist aan een rijk palet van behandel-mogelijkheden.

Docent

Mevrouw drs F.N.B. Aelen, klinisch psycholoog/psychotherapeut, opleider cognitieve gedrags- en gezinstherapie. Sensomotorisch psychotherapeut. Ook zullen gastdocent(en) worden uitgenodigd.

Doelgroep

Hulpverleners in de (A)GGZ op wie een beroep wordt gedaan om het systeem van een cliënt bij de behandeling te betrekken. Verwacht wordt dat de deelnemers over gedragstherapeutische en systeembasiskennis en -ervaring beschikken (de basis cursus cognitieve gedragstherapie hebben gevolgd).

Doelstelling

In de cursus leren deelnemers realistische doelen te stellen, op het juiste moment te interveniëren, de fasen in de therapie te structureren en het overzicht op de behandeling te behouden. Uitgangspunt van deze cursus is dat goed vakmanschap ruimte laat voor concentratie op de therapeutische relatie die de systeemtherapeut onderhoudt met het systeem, de verschillende posities die deze in kan nemen (regisseren, coachen, faciliteren): de verschuiving van observator als objectief ingrijper naar de observator die de eigen invloed op observaties onderkend en gebruikt. Behandeldoelen kunnen met verschillende systemen of individuen worden nagestreefd.

Na afloop van de cursus zijn de deelnemers in staat om systemen en subsystemen geïntegreerd te behandelen in een multidisciplinaire behandelcontext.

Tenslotte nemen de cursisten kennis van begrippen uit de systeemtheorie (interactioneel, structureel, strategisch en oplossingsgericht) en de sensorimotor psychotherapie die aansluiten bij het cognitief gedragstherapeutisch gezinsmodel. Aldus raken cursisten vertrouwd met de cognities, ervaringen, emoties, gedragingen, sensaties, motoriek en lichaamshoudingen van de leden van het systeem.

Inhoud

De cursus sluit aan bij gewenste competentieontwikkelingen van de NVRG-leden waaronder gebruikmaken van non-verbale technieken zoals psychomotore interventies, met als doel gedragsverandering, verandering van betekenisgeving of verandering van emoties of ervaring te bewerkstelligen.

Er worden tools aangereikt om emoties te reguleren en de window of tolerance te vergroten. Er wordt inzicht geboden in de samenhang van het lichaam met fundamentele kernovertuigingen van cliënten over zichzelf, anderen en de wereld en hoe deze overtuigingen gevormd worden door vroegkinderlijke gehechtheidservaringen en trauma. Getoond wordt hoe cliënten kunnen leren hoe hun beperkende overtuigingen door hun fysieke gewoontes worden weerspiegeld en in stand gehouden. Duidelijk wordt hoe oefenen met het gebruik van somatische interventies werkt om deze fysieke gewoontes te veranderen en overtuigingen bij te stellen.

Het bevorderen van de verbinding met anderen is deze cursus onderwerp: uitgelegd wordt hoe nabijheidbevorderende acties in de kindertijd worden geleerd en hoe ze in aangepaste vorm in volwassen relaties worden toegepast. Als deze acties beangstigend, onderontwikkeld of ongemakkelijk zijn, of als ze worden vermeden, is het lastig om contact te leggen met anderen, vriendschappen te sluiten en relaties in stand te houden. Cliënten en gezinsleden kunnen leren vast te stellen wat hun gewoontes op het gebied van nabijheidbevorderende acties zijn, en met de therapeut als steun oefenen met acties die bevorderlijk zijn voor bevredigende relaties.

Meer informatie over de relatie tussen Sensomotor Psychotherapie (SP) en CGT is te lezen in bijlage 3

Werkwijze -didactiek

1. Marktplaats is een didactische werkvorm, die de cursisten laat profiteren van elkaars kennis en hypothesevormende vermogen. Videomateriaal van McGoldrick (zitting 3 & 4), Andolphi en de docent zelf ondersteunen het leren maken van het genogram, waarbij het stellen van vragen naar de betekenis(geving) van feiten, gebeurtenissen, kenmerken als ras, economische en sociale situatie en religie, trauma's, (psychiatrische) klachten en somatiek centraal staat. (zie m.n. hoofdstuk Shellenberger in Shapiro e.a. eds)

2. Marktplaats heeft als doel om tot een inzichtelijk en flexibel behandelplan te komen. Dit ontstaat doordat de cursist een casus inbrengt. De inbreng gebeurt in kleine stappen, twee à drie zinnen waarna de cursisten hypothesen vormen die ondergebracht worden in de 5 kolommen, te weten:

1. systeemkenmerken
2. (negatieve) kerncognities en hun sensomotorische expressie
3. goedpratens en lichaamsgedrag
4. trauma's (nare gebeurtenissen)
- 5 veerkracht

Daarnaast wordt tegelijkertijd het genogram getekend.

Belangrijk is dat er geen vragen worden gesteld en alle hypothesen worden genoteerd op een flapover, dit zorgt ervoor dat er vrijuit gedacht kan worden en alle mogelijke hypothesen getoetst kunnen worden. Aan het einde van de inbreng wordt gezamenlijk gekeken welke hypothesen overeind blijven en welke niet.

Voor hypothesen van verschillende systeemleden kunnen verschillende kleuren worden gebruikt. De cursusleider heeft de cursisten tevoren getraind in het herkennen en bedenken van de 5 typen hypothesen, maar blijft, waar nodig, dat doen tijdens het maken van de Marktplaats.

Het op de juiste wijze voorbereiden van de casus is voorwaarde voor een geslaagde Marktplaats.

In deze cursus is het van belang dat de casus gaat over de persoonlijkheidsstoornis die die dag wordt behandeld. Verder is er informatie nodig over leefwijze en life-events van drie generaties rondom de cliënt die in behandeling is (geweest). Op deze wijze worden herhalingen van en veranderingen in gezinspatronen, veerkracht, kerncognities en goedpratens alsmede trauma's (bijvoorbeeld huiselijk geweld en verslaving) zichtbaar.

Tijdens Marktplaats wordt duidelijk hoe bepaalde hypothesen worden gevalideerd, doordat zij steeds terugkomen (opnieuw genoemd worden).

Voor het na Marktplaats te maken behandelplan (in drietallen) betekent dit dat in de behandeling- individueel en in subsysteemverbanden- op deze gevalideerde hypothesen gefocust zal worden.

Tot slot wordt na het aan elkaar presenteren in subgroepen (carrousel) van de gemaakte behandelplannen, geoefend in rollenspellen met onderdelen van het behandelplan. Dit wordt steeds gecombineerd met het oefenen met een uit onderwerp uit de SP.

De middag wordt benut door het doen van rollenspellen en demonstraties door de docent of het bekijken van videomateriaal.

Via literatuurstudie, discussie, rollenspellen, praktisch huiswerk, bewerken van ingebrachte casuïstiek met bijbehorend behandelplan en het observeren van videobanden van therapiezittingen maken de deelnemers kennis met de theorie en praktijk van cognitieve-gedrags- en systeemtherapie.

Opbouw dubbele zitting (6 en 1/4 uur)

1. tentamen over de literatuur. (Ogden en Beck)
2. bespreking van de bestudeerde literatuur.(Ogden en Beck)
3. inbreng voorbereide en verbeterde casus door cursist. Medecursisten reageren met het stellen van hypothesen over thema's, systeemkenmerken, cognities en veerkracht van systeem en systeemleden.
4. maken behandelplan(nen).
5. pauze
6. selectie rollenspel/rollenspellen n.a.v. casus. De docent kiest rollenspellen opdat technieken geoefend kunnen worden en leerdoelen behaald.
7. rollenspellen met wisselend therapeut.
8. demonstratie of video.
9. bespreking huiswerk voor de volgende keer.

(3 t/m 6 en 7 kunnen ook omgekeerd plaatsvinden)

Eindtoets

De eindtoets bestaat uit het maken van een behandelplan naar aanleiding van de 5 hypothesen kolommen.

Tevens wordt een schriftelijk tentamen afgenomen waarin over relevante aspecten van de tijdens de cursus behandelde lesstof wordt getentamineerd. Dit tentamen wordt beoordeeld door de docent. Bij 60% of meer vragen goed, slaagt de cursist voor de cursus. Bij onvoldoende vragen goed beantwoord, volgt één herkansing.

Onderwerpen overzicht

- | | |
|-----------|--|
| Zitting 1 | Het genogram en de vijf kolommen)(<i>leerdoel 6 *</i>) |
| Zitting 2 | Het brein, interactionele neurobiology en kerncognities en het lichaam. |
| Zitting 3 | Behandelingstechnieken (<i>Antisociale persoonlijkheidsstoornis</i>) |
| Zitting 4 | Behandelingstechnieken (<i>Borderline persoonlijkheidsstoornis</i>) |
| Zitting 5 | Maken eigen genogrammen en hypothesen tegenoverdracht |
| Zitting 6 | Boosheid de baas bij persoonlijkheidsstoornissen (<i>Narcistische en Histrionische persoonlijkheidsstoornis</i>) |
| Zitting 7 | Psycho-educatie (<i>Vermijdende persoonlijkheidsstoornis/Afhankelijke persoonlijkheidsstoornis</i>) |
| Zitting 8 | Verbinden en nabijheid bevorderen door de therapeut en het vergroten van de Window of Tolerance. (<i>Passief-agressieve persoonlijkheidsstoornis Obsessief-compulsieve persoonlijkheidsstoornis</i>) |

*Opleidingsplan psychotherapeut juli 2013

