Basiscursus Schematherapie

Rachelle Landman

Klinisch Psycholoog/psychotherapeut

philip beerendonk

gz-psycholoog/psychotherapeut

2018-2019

**Inleiding:**

Schematherapie is een integratieve vorm van psychotherapie, waarbij elementen van en theoretische inzichten uit een veelvoud van therapeutische scholen en psychologische theorieën zijn geïntegreerd in een theoretisch model gebaseerd op de cognitieve theorie. Schematherapie beoogt inzichten uit de leertheorie, de cognitieve theorie, de ‘client centered’ theorie, de psychodynamische theorie en de hechtingstheorie te integreren (Vreeswijk, van M., Broersen, J. & Nadort, M. (2010).

Deze therapie wordt individueel en in groepen toegepast. Het idee is dat wanneer niet volledig aan de basisbehoeften van een kind wordt voldaan, het later disfunctionele schema’s, copingstijlen en modi kan ontwikkelen. Deze kunnen leiden tot het ontstaan van persoonlijkheidsstoornissen.

**Doelgroep:**

De cursus richt zich op GZ-psychologen, Psychotherapeuten, Klinisch psychologen of en Psychiaters (of in opleiding daartoe).

**Cursusdoelen:**

In deze basiscursus maakt de cursist allereerst kennis met de schema’s, modi en de daarbij behorende vragenlijsten. Middels de vragenlijsten leert de cursist de belangrijkste schema’s en modi op te sporen. Ook wordt geoefend met het maken van een casusconceptualisatie waarin verband wordt gelegd tussen klachten enerzijds en schema’s en modi anderzijds. Er wordt een verband gelegd met het verleden van de cliënt.

Vervolgens komen de verschillende fases van een schematherapeutische behandeling (zowel individueel als in een groep) aan bod. De verschillende technieken (experientieel, cognitief en gedragsmatig) worden gedemonstreerd aan de hand van een DVD of live-rollenspel. Tenslotte wordt stilgestaan bij de eigen schema’s en modi van de cursist welke van invloed kunnen zijn op de therapeutische relatie.

Het doel van de cursus is om de competentie in schematherapie van de deelnemer zodanig te vergroten dat hij/zij in staat is om de in de eigen werksetting een schematherapeutische behandeling op te zetten.

**Opzet, werkwijze en didactische middelen:**

De werkwijze kenmerkt zich door een concrete opzet en structuur. De cursus heeft een sterk experientieel karakter. Er wordt gebruik gemaakt van de volgende didactische middelen:

* Technieken worden gedemonstreerd via live-rollenspel of DVD
* Demonstratie van een techniek wordt gevolgd door zelf oefenen
* Een afsluitende toets

**Taak deelnemers:**

De cursus kan alleen slagen met een actieve inzet van de deelnemers. Concreet wordt van de cursisten verwacht:

* De literatuur per bijeenkomst vooraf bestuderen, en hierover een eigen opinie vormen en inbrengen
* Bereid zijn tot rollenspel, oefening en elkaar feedback te geven

**Toetsing:**

Tijdens de cursus vindt een aanwezigheidsregistratie plaats. Bij een aanwezigheid van 100% is aan de aanwezigheidsplicht voldaan. Bij verzuim van maximaal 10% van de contacttijd moeten de huiswerkopdrachten van de verzuimde uren worden ingehaald om aan de aanwezigheidsplicht te voldoen. Bij verzuim tot 20% van de contacturen moeten de huiswerkopdrachten van de verzuimde uren worden ingehaald en moeten er extra opdrachten worden gedaan ter compensatie van de gemiste contacturen om aan de aanwezigheidsplicht te voldoen. Bij verzuim van 20% of meer moeten de gemiste contacturen binnen een jaar na het einde van de basiscursus worden ingehaald in een andere basiscursus. Pas nadat dezeuren zijn ingehaald, isvoldaan aan de aanwezigheidsplicht.

Toetsing vindt plaats middels een uitgeschreven casusconceptualisatie zoals uitgelegd tijdens de cursus (zie bijlage 1 ‘Eindopdracht’, laatste pagina van het draaiboek). Daarnaast wordt er van de cursisten verwachten dat zij de huiswerkopdracht uitvoeren, zoals het zelf invullen van de SMI en YSQ. Ook krijgen cursisten de opdracht een client(e) te selecteren waarbij zij de vragenlijsten afnemen. Tenslotte wordt een actieve deelname van de cursist verwacht bij het oefenen van de technieken en bereiden de cursisten een casus voor.

Wanneer de eindtoets door de docenten als onvoldoende wordt beoordeeld, kan de cursist de eindtoets nog eenmaal herkansen.

**Accreditatie:**

De cursus is geaccrediteerd door de Vereniging voor Schematherapie. Na afloop ontvangt de cursist een certificaat.

**Literatuur:**

Door de cursist zelf aan te schaffen verplichtte literatuur:

* Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2005).  Schemagerichte Therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum.
* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum.

**Dag 1:**

Kennismaking & theorie schematherapie

09:00-09:15 Voorstellen docenten

09:15-09:25 DVD, interview Young

09:25-10:15 Kennismaking cursist, werksetting en SFT ervaring

10:15-10:45 Uitleg Theorie basisbehoeftes, ontstaan van schema's (wat zijn schema’s) en copingsstrategieën

10:45-11:00 Pauze

11:00-12:00 Eigen schema’s en modi & basisbehoeftes (bespreken in tweetallen, plenair bespreken)

12:00-12:15 Uitleg theorie Modi, modusmodellen

Filmfragment 'Inside out'

12:15-13:00 Modi raden a.d.h.v. filmfragmenten

Vooraf:

* Invullen en uitrekenen van jezelf: SMI & YSQ.

Literatuur:

* Vreeswijk, M. van & Broersen, J. (2010) Schemagroepstherapie patiëntenvoorlichtingsbrochure. Een aangepaste versie van Cliëntenvoorlichting uit Psychopraktijk, 2 (5) blz 23-25 (2010) aangevuld met uitleg over schema’s en modi uit Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008).
* Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2005).  Schemagerichte Therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 1. Schemagerichte therapie: conceptueel model, p. 1-65.
* Young, J.E., & Klosko, J.S. (1999). Leven in je Leven. Leer de valkuilen in je leven kennen. Lisse: Swetss & Zeitlinger. Hoofdstuk 3, Begrijpen hoe een valkuil ontstaat. p. 23-33.
* Young, J.E., & Klosko, J.S. (1999). Leven in je Leven. Leer de valkuilen in je leven kennen. Lisse: Swetss & Zeitlinger. Hoofdstuk 4. Drie stijlen: overgave, vermijden en bestrijden. p. 35-40.

**Dag 2:**

Diagnostiek en indicatiestelling, casusconceptualisatie

09:00-09:45 Meerstoelentechniek a.d.h.v. vignet BPS

09:45-10:30 DVD vermijdende PHS

10:30-11:00 Indicatiestelling van schematherapie

11:00-11:15 Pauze

11:15-12:15 Bespreken vragenlijsten a.d.h.v. eigen cliënt

12:15-13:00 Diagnostische imaginatie DVD 3 Imaginatie bij casusconceptualisatie’

Vooraf:

* Voorbereiden op A4-tje vignet van cliënt met cluster B

Literatuur:

* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 4. Indicatiestelling voor schematherapie. p. 35-45.
* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 6, Het gebruik van vragenlijsten. p. 57-72.

**Dag 3:**

Psycho-educatie, casusconceptualisatie (vervolg)

09:00-09:30 Psycho-educatie ‘DVD 1 Kennismaking, contact maken en uitleg

rationale’

09:30-09:45 Casusconceptualisatie, bespreking verschillende modellen

09:45-10:00 Pauze

10:00-10:45 DVD 1 ‘Casusconceptualisatie’

10:45-13:00 In duo’s modusmodel en doelen van de behandeling van cliënt maken

Vooraf:

* Invullen en uitrekenen van cliënt: SMI & YSQ.
* Beschrijf op 1 A-4tje van dezelfde cliënt: klachten, coping, voorgeschiedenis en temperament.

Literatuur:

* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 7. Casusconceptualisatie in schematherapie, p. 73-90.
* Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2005).  Schemagerichte Therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 2. Schema’s: diagnostiek en voorlichting, p. 67-95.

**Dag 4:**

Individuele schematherapie

09:00-09:30 Uitleg fasering van individuele behandeling

09:30-10:00 Bespreken vragenlijsten a.d.h.v. eigen cliënt

10:00-10:30 Overzicht cognitieve technieken

10:30-10:45 Pauze

10:45-11:15 Oefenen met schemadagboekformulier & uitdagen schema’s

11:15-12:15 Experientiele techniek: wegsturen van de veeleisende ouder bij een obsessieve-compulsieve persoonlijkheidsstoornis

12:15-13:00 Uitleg stappen imaginatie met rescripting

Literatuur:

* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 8, Technieken in schematherapie. p. 93-106.
* Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2005).  Schemagerichte Therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 3, Cognitieve strategieen. p. 97-115.
* Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2005).  Schemagerichte Therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 4, Éxperientiele strategieen. p. 117-154.

**Dag 5:**

Individuele schematherapie (vervolg), groepsbehandeling

09:00-09:45 DVD 3 ‘Imaginatie en rescripting door therapeut

09:45-10:15 Life rollenspel meerstoelentechniek

10:15-11:15 Oefenen meerstoelentechniek in subgroepen

11:15-11:30 Pauze

11:30-12:15 Experientiele oefening 'Bolletje wol'

12:15-13:00 Theorie van de verschillende groepsschematherapie modellen

Literatuur:

* Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2005).  Schemagerichte Therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 4, Éxperientiele strategieen. p. 117-154.

**Dag 6:**

Groepsbehandeling (vervolg)

09:00-09:30 Plenair oefenen van cognitieve techniek 'Rechtbankmethode'

09:30-10:15 DVD 4 ‘Empathische confrontatie n.a.v. houding & huiswerk niet doen

10:15-11:00 Uitleg fasering van groepsbehandeling

11:00-11:15 Pauze

11:15-11:45 Oefenen met het blije kind: schema- en modihints

11:45-12:30 Experientiele techniek: moditrein

12:30-13:15 Experientiele techniek: veilige plek

Literatuur:

* Farell, Reiss & Shaw (2016). Schematherapie in de klinisch praktijk. Een complete gids voor individuele, groeps- en geintegreerde behandeling met schemamodi. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. Hoofdstuk 2. De grondbeginselen van schematherapie. p. 5-20.
* Farell, Reiss & Shaw (2016). Schematherapie in de klinisch praktijk. Een complete gids voor individuele, groeps- en geintegreerde behandeling met schemamodi. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. Hoofdstuk3. Het behandelprogramma voor geintegreerde schematherapie. p. 21-45.
* Vreeswijk, M. van & Broersen, J. (2006). Schemagerichte therapie in groepen. Cognitieve groepspsychohterapie bij persoonlijkheidsproblematiek. Handleiding voor therapeuten. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 3, pag 18-23.
* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 14 Schematherapie in in een klinische (groeps)setting. p. 163-170.
* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 15 Schematherapie in groepen: een protocollaire behandeling. p. 171-178.
* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 16 Schematherapie in een psychodynamische groep. p. 179-186.

**Dag 7:**

Groepsbehandeling (vervolg)

09:00-09:30 Bewustwording modi aan de hand van welkomstoefening

09:30-10:15 Oefenen met voor- en nadelenanalyse

10:15-10:25 Pauze

10:25-11:15 Imaginatie oefening: kind op straat

11:15-12:00 Evaluatie

Literatuur:

* Farell, Reiss & Shaw (2016). Schematherapie in de klinisch praktijk. Een complete gids voor individuele, groeps- en geintegreerde behandeling met schemamodi. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. Hoofdstuk 2. De grondbeginselen van schematherapie. p. 5-20.
* Farell, Reiss & Shaw (2016). Schematherapie in de klinisch praktijk. Een complete gids voor individuele, groeps- en geintegreerde behandeling met schemamodi. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. Hoofdstuk3. Het behandelprogramma voor geintegreerde schematherapie. p. 21-45.
* Vreeswijk, M. van & Broersen, J. (2006). Schemagerichte therapie in groepen. Cognitieve groepspsychohterapie bij persoonlijkheidsproblematiek. Handleiding voor therapeuten. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 3, pag 18-23.
* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 14 Schematherapie in in een klinische (groeps)setting. p. 163-170.
* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 15 Schematherapie in groepen: een protocollaire behandeling. p. 171-178.
* Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M. (2008). Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn, Stafleu Van Loghum. Hoofdstuk 16 Schematherapie in een psychodynamische groep. p. 179-186.

**Eindopdracht:**

Een uitgeschreven schemagerichte casusconceptualisatie waarin zijn opgenomen:

* achtergrondgegevens van cliënt
* DSM-5 classificatie
* Beschrijving van de problematiek
* Belangrijkste schema's en modi en de ontstaansgeschiedenis daarvan, (grafisch weergegeven)
* Een analyse van de interactie van de schema’s van therapeut & cliënt
* Doelen
* Behandelplan