**Bijeenkomsten**

Tijdens alle bijeenkomsten wordt er uitleg gegeven over de onderwerpen in relatie tot een posttraumatische stressstoornis. De literatuur sluit hier nauw bij aan. Ook worden er elke bijeenkomst rollenspelen gespeeld. De deelnemers wordt gevraagd om van tevoren een casus op papier te zetten, die gebruikt kan worden bij rollenspelen en het uitwerken van opdrachten.

**Algemene onderwerpen**

* Diagnostiek en indicatiestelling
* Uitvragen PTSS klachten
* Psycho-educatie (PTSS, emotieregulatie, interpersoonlijke relaties)
* Uitleg cognitieve schema’s
* Cognitieve triade PTSS
* Maken holistische theorie rondom PTSS
* Aanleren stressreducerende technieken
* Identificeren emoties, schema’s en valkuilen in gedrag
* Heretiketteren emoties
* Oefenen nieuw gedrag (door middel van exposure, responspreventie of gedragsexperimenten afhankelijk van probleemgedrag van patiënt)

**Algemene leerdoelen**

* Leren diagnosticeren van PTSS
* Indicatiestelling STAIR
* Uitleggen behandelrationale STAIR
* Opbouwen therapeutische relatie
* Psycho-educatie over emotieregulatie
* Psych-educatie over interpersoonlijke relaties
* Identificeren valkuilen in emotieregulatie
* Identificeren van schema’s en cognities bij valkuilen in emotieregulatie en interpersoonlijke problemen
* Leren formuleren van kleine, concrete doelen waarmee de patiënt kan oefenen
* Uitvoeren van rollenspelen, waarbij de therapeut wisselende perspectieven aanneemt en als rolmodel dient, aansluitend bij de mogelijkheden van de patiënt

**Literatuur:**

Levitt & Cloitre (2005). A Clinician's Guide to STAIR/MPE: Treatment for PTSD Related to Childhood Abuse. *Cognitive and Behavioral Practice 12*, 40-52

Cloitre, M.C., Cohen, L., & Koenen, K. (2006). *Treating survivors of childhood abuse: psychotherapy for the interrupted life.* Guilford Publications. ISBN10 1593853122, ISBN13 9781593853129.

Het betreft de volgende hoofdstukken:

* H7. p64-74 Shame and loss.
* H8. p75-95 Guidelines for implementing treatment
* H9. p96-111 Assessment
* H10-17. p115-238 Sessie voor sessie STAIR protocol
* H24. p311-318. Last session

Deze literatuur moet voorafgaand aan de bijeenkomsten gelezen zijn.

**Bijeenkomst dag 1**

**Onderwerpen**

* rationale behandeling en algemene uitgangspunten STAIR: aanpakken wat te veranderen is en accepteren wat onveranderbaar blijkt binnen een betrouwbare en stabiele werkrelatie met de therapeut
* indicatiestelling gebruik STAIR
* psycho-educatie PTSS
* ademhalingsoefening voor stressreductie
* holistische theorie maken samen met patiënt
* uitleg over emotie-regulatie en de functie van emoties
* identificeren en labelen van emoties die spelen bij patiënt aan de hand van 4 basisemoties in een cognitief schema
* drie kanalen van emoties: gevoelens, gedachten en gedrag
* identificeren van reeds aanwezige coping stijlen van patiënt bij oplopende emoties
* oefenen van coping strategieën met een patiënt
* uitleg over dat “verandering” altijd gepaard gaat met oplopende emoties en dus stress. Leren voors- en tegens te onderzoeken met de patiënt van “oude” coping stijlen en eventuele “nieuwe” coping stijlen.
* stresstolerantie: focus op accepteren van gevoelens

Daarnaast wordt aandacht besteed aan de literatuur en de wetenschappelijke onderbouwing van STAIR.

**Leerdoelen dag 1**

1.vergroten kennis PTSS

2. Kunnen geven van psycho-educatie en behandel rationale aan de patiënt

3. Samen met de patiënt kunnen identificeren van emoties die een rol spelen bij de gevolgen van PTSS

4. Kunnen uitleggen van de cognitieve triade bij PTSS en de gevolgen ervan op het dagelijks leven.

5. Leren om patiënten te motiveren te oefenen met ander gedrag door (kleine) haalbare doelen te formuleren

6. Kunnen aanbieden van stressreducerende technieken aan patiënten

7. Het leren maken van een voor- en nadelenanalyse van verschillende copingstijlen in samenwerking met de patiënt

**Bijeenkomst dag 2:**

**Onderwerpen**

* begrijpen van interpersoonlijke patronen en het benoemen van interpersoonlijke schema’s die daarbij een rol spelen
* psych-educatie over interpersoonlijke schema’s
* onderzoeken van interpersoonlijke schema’s in een cognitieve uitdaging
* oefenen in rollenspelen hoe je rollenspelen introduceert bij een patiënt om interpersoonlijke situaties te oefenen
* veranderen van interpersoonlijke patronen (door het formuleren van alternatief gedrag en dit te oefenen in rollenspelen)
* krachtige interpersoonlijke relatie ervaren: uitleg over assertief gedrag ten opzichte van agressief en sub-assertief gedrag
* identificeren van moeilijkheden in assertief gedrag bij de patiënt
* koppelen van interpersoonlijke schema’s aan moeilijkheden in assertief gedrag bij de patiënt
* bespreken van basisrechten voor patiënt
* oefenen met rollenspelen rondom assertief gedrag
* flexibiliteit in interpersoonlijke relaties: uitleg over wat de functie is van het verschillend omgaan met verschillende mensen
* valkuilen in het flexibel omgaan met verschillende mensen en deze koppelen aan interpersoonlijke schema’s
* Voorbereiden op tweede fase in de behandeling: Prolonged exposure of EMDR

Ook wordt aandacht besteed aan de dynamiek die in de behandeling van PTSS kan ontstaan tussen patiënt en therapeut. Daarnaast wordt op dag twee uitleg gegeven over de traumagerichte interventies die gegeven dienen te worden na het STAIR programma.

**Leerdoelen dag 2:**

1. leren maken van cognitieve schema’s rondom interpersoonlijke patronen

2. Identificeren van kerncognities die een rol spelen in de interpersoonlijke relaties

3. Leren motiveren van patiënten voor rollenspelen

4. het leren stellen van haalbare doelen rondom interpersoonlijke functioneren en patiënt motiveren deze uit te voeren

5. leren heretiketteren van interpersoonlijke relaties

6. het oefenen met de patiënt van de verschillende rollen die de patiënt in verschillend situaties kan aannemen

**Tijdschema dag 1**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09:00 tot 09:30 | introductie, uitleggen programma, kennismaken onderling |  |  |
| 09:30 tot 10:00 | PTSS: wat is het? | 1 | Doornemen symptomen volgens de DSM-5, verschillen DSM-IV en 5. |
| 10: 00 – 11:00 | Wetenschappelijke achtergrond PTSS en de behandeling ervan en uitwisselen persoonlijke ervaringen. | 1 | Aan de hand van gelezen en extra literatuur wetenschappelijke stand van zaken weergeven (powerpoint) en discussie over persoonlijke ervaringen |
| 11:00 tot 12:30 | Sessie 1 STAIR   * Indicatiestelling en behandelrationale STAIR * Psycho-educatie gekoppeld aan ervaringen en klachten van de patient | 2 | Powerpoint  Film ter demonstratie  Rollenspelen |
| 12:30 tot 13:15 | lunchpauze |  |  |
| 13:00-13:45 | Vervolg sessie 1 STAIR:   * Gefocuste ademhaling aanleren |  | Powerpoint  Demonstratie docent met cursist  Oefenen gefocuste ademhaling in grote groep onder leiding van docent |
| 13:45-14:45 | sessie 2 STAIR   * Identificeren van emoties samen met de patient | 3 | Powerpoint  Korte film over emotieregulatie  Demonstratie docent met cursist  Rollenspelen in kleine groepjes waarbij docent rondloopt en aanvult |
| 15:00 – 15:45 | sessie 3 STAIR   * Uitleg cognitieve triade PTSS * Uitleg functie dissociatie | 4 | Powerpoint  Oefenen door middel van rollenspelen in kleine groepjes waarbij docent rondloopt en aanvult  Uitleg dissociatie door docent en uitwisselen ervaringen |
| 15:45-16:30 | sessie 4 STAIR   * Motiveren van patiënt voor oefenen van nieuw gedrag * Aanleren stressreducerende technieken aan patient * Leren maken van voor- en nadelen analyse door patient voor nieuw gedrag ten opzichte van het oude gedrag | 5 en 6 | Powerpoint  Rollenspelen  Oefenen voor-nadelenanalyse |
| 16:45-17:00 | uitwisselen ervaringen cursus en afsluiten |  | discussie |

**Voor de eerste dag dient de volgende litertuur gelezen te zijn**

Levitt & Cloitre (2005). A Clinician's Guide to STAIR/MPE: Treatment for PTSD Related to Childhood Abuse. *Cognitive and Behavioral Practice 12*, 40-52

Cloitre, M.C., Cohen, L., & Koenen, K. (2006). *Treating survivors of childhood abuse: psychotherapy for the interrupted life.* Guilford Publications. ISBN10 1593853122, ISBN13 9781593853129.

Het betreft de volgende hoofdstukken:

* H7. p64-74 Shame and loss.
* H8. p75-95 Guidelines for implementing treatment
* H9. p96-111 Assessment
* H10-13 sessie 1 t/m 4 STAIR protocol

Ook dient elke deelnemer een casus op papier te zetten, ter voorbereiding op de rollenspelen

**Tijdschema dag 2**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Acitiviteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09:00-10:30 | STAIR sessie 5   * Wat zijn interpersoonlijke schema’s? * Invullen cognitief schema samen met “patiënt” | 1, 2 | Powerpoint  Demonstatie docent en deelnemer  Oefenenen in rollenspelen waarbij docent rondloopt en aanvult |
| 10:30-12:00 | STAIR sessie 6   * Rationale voor rollenspelen aan patient uitleggen * Stellen van kleine, haalbare doelen ten aanzien van nieuw gedrag | 3, 4 | Powerpoint  Discussie over hoe een ieder zelf rollenspelen introduceert  Plenair rollenspel  Oefenen met stellen haalbare doelen waarbij docent rondloopt en aanvult |
| 12:00 -12:45 | lunch |  |  |
| 12:45-14:15 | STAIR sessie 7   * Heretiketteren interpersoonlijke relaties * Uitleg assertiviteit * Identificeren van specifieke problemen in assertiviteit van de patiënt * Oefenen met verschillende rollen die een patiënt kan aannemen in verschillende situaties | 5, 6, | Powerpoint  Uitleggen cognitief uitvragen problemen in assertiviteit  Rollenspelen kleine groepjes, waarbij docent rondloopt en aanvult |
| 14:15-15:45 | STAIR sessie 8   * Uitleg flexibiliteit in interpersoonlijke relaties * Bespreken concrete vaardigheden voor betere verhoudingen * Voorbereiding tweede fase traumabehandeling | 5, 6 | Powerpoint  Korte film  Rollenspelen in kleine groepjes |
| 15:45-16:45 | Dynamiek bij PTSS (interactie therpeut / patient)  Zelfzorg bij werken met PTSS |  | Discussie  Uitwisselen ervaringen |
| 16:45 | Evaluatie training |  | Mondelinge feedback van de deelnemers |

**Voor de tweede dag dient de volgende literatuur gelezen te zijn**

Cloitre, M.C., Cohen, L., & Koenen, K. (2006). *Treating survivors of childhood abuse: psychotherapy for the interrupted life.* Guilford Publications. ISBN10 1593853122, ISBN13 9781593853129.

* H14-17 sessie 5 t/m 8 STAIR protocol

**Toetsing:**

Aan de hand van rollenspelen (plenair en in groepjes) wordt gekeken of de deelnemers voldoende toegerust zijn voor het geven van STAIR en worden ze waar nodig bijgestuurd. Ook worden er in de lessen mondelingen vragen gesteld over de te lezen literatuur.