**Cursus groepsschematherapie volgens het model van Farrell & Shaw**

In 2008 publiceerden Joan Farrell en Ida Shaw de resultaten van een gerandomiseerde gecontroleerde trail (RTC) naar groepsschematherapie (GST) voor patiënten met een borderline-persoonlijkheidsstoornis. De resultaten waren opmerkelijk mooi en verbaasden velen. Juist omdat zij zelf veel aandacht hebben voor onderzoek en bereid waren mensen buiten Amerika te trainen, nam het onderzoek naar GST een grote vlucht. Momenteel vinden er RCT’s plaats op 14 locaties in 6 verschillende landen. Wij hadden het voorrecht bij een van die RCT’s betrokken te zijn en als gevolg daarvan getraind te worden door Joan en Ida. Sindsdien zijn wij zeer enthousiast over de mogelijkheden die hun transdiagnostische model biedt bij de behandelingen van persoonlijkheidsproblematiek in het B- en C-cluster, bij complex trauma of bij mensen die complexe angstklachten, stemmingsklachten of somatische klachten hebben en onvoldoende reageren op de standaard CGT protocollaire behandeling.

Kenmerkend voor GST volgens Farrell en Shaw is dat zij een mengvorm hebben ontwikkeld van een interactionele of proces-groep, een persoonsgerichte, en een stoornisspecifieke psycho-educationele groep. Hierdoor wordt er optimaal gebruik gemaakt van de mogelijkheden die groepswerken biedt en kan de groep een veilige omgeving zijn waarbinnen schemaverandering kan plaatsvinden en emoties kunnen worden ontdekt en gereguleerd. Als gevolg daarvan verandert het gedrag van patiënten en verminderen of verdwijnen aanmeldklachten en persoonlijkheidsproblematiek.

In de training ligt de nadruk op oefenen en ervaren. Het is belangrijk de aangeboden literatuur van te voren door te nemen, deze wordt tijdens de training niet meer aangeboden door middel van sheets of stapsgewijze uitleg. Uiteraard is er wel ruimte voor vragen over de literatuur gedurende het oefenen.

**Doel**

Aan het eind van de training kunnen de deelnemers een GST-groep geven gericht op behandelingen van persoonlijkheidsproblematiek in het B- en C-cluster, bij complex trauma of bij mensen die complexe angstklachten, stemmingsklachten of somatische klachten hebben en onvoldoende reageren op de standaard CGT protocollaire behandeling. (Het als therapeuten-team gezamenlijk volgen van groepsschematherapie-supervisie daarnaast wordt aangeraden.)

**Docenten**

Ella de Stigter; *docent, GZ-psycholoog, cognitief gedragstherapeut en supervisor VGCt, schematherapeut en supervisor VSt, Advanced ISST-lid.* Sinds 2012 geeft zij groepsschematherapie aan groepen met voornamelijk cluster B en C persoonlijkheidsproblematiek. Momenteel is zij werkzaam bij Psychologenpraktijk van den Elshout. Daarnaast heeft zij een kleine eigen praktijk voor supervisie en leertherapie.

Suzanne Schiereck; *docent-assistent/vaktherapeut, cognitief gedragstherapeutisch werker VGCt, schematherapeut, lid van de ISST en haptotherapeut, lid van de NFG/RBCZ en VVH.* Sinds 2012 geeft zij groepsschematherapie aan groepen met voornamelijk B- en C persoonlijkheidsproblematiek. Momenteel is zij werkzaam bij Psychologenpraktijk van den Elshout en in haar eigen praktijk "Huis naar het Hart".

Suzanne en Ella werken al vanaf het begin met veel plezier samen met GST en zijn daardoor goed op elkaar ingespeeld en vullen elkaar goed aan. Omdat Ella het liefst les geeft met Suzanne maar zij officieel niet voldoet aan de voorwaarden voor accreditatie bij sommige verenigingen, is de hoeveelheid deelnemers beperkt zodat Ella voor de accreditatie officieel alleen mag lesgeven. In de praktijk zal dit niet voorkomen; bij GST is de samenwerking tussen de twee therapeuten cruciaal en dus zullen we een gelijkwaardige input hebben in de lesdagen, waarbij bij Ella de nadruk meer zal liggen op de theorie en bij Suzanne op het aanleren van ervaren en voelen bij zowel deelnemers als de potentiële patiënten.

**Waar, wanneer en hoe laat?**

Dinsdag 5 maart, 2 april, 7 mei en 4 juni 2019 van 10.00-17.30 uur in Vlaardingen.

**Maximaal aantal deelnemers en opleidingseisen deelnemers**

Een basiscursus schematherapie is een vereiste. Daarnaast kunnen maximaal 16 deelnemers meedoen die bij BIG-geregistreerd zijn (of in opleiding daartoe). Daarnaast zijn hulpverleners welkom die geregistreerd lid zijn van een van de volgende vakverenigingen (NVGP, NPaV, VGCt, VKJP, VPeP) of geregistreerd vaktherapeut zijn (RVB). Voldoe je als hulpverlener niet aan bovenstaande eisen, is de opleiding beperkt toegankelijk voor hulpverleners met een HBO-opleiding en voor basispsychologen. Het is dan belangrijk dat je ervaring hebt en werkt met complexe As-1 problematiek en/of persoonlijkheidsstoornissen en in nauwe samenwerking met een BIG-geregistreerd senior of supervisor schematherapeut. De hoofddocent beoordeelt voor de cursus of je voldoende voldoet aan deze voorwaarden. Mochten er meer dan 10 deelnemers zijn, kan het zijn dat tijdens de toetsing een tweede supervisor Schematherapie aanwezig is ivm eisen voor accreditatie.

**Studiebelasting en accreditatie**

Er is een studiebelasting van 45 uur inclusief voorbereiding en toets. Accreditatie wordt aangevraagd bij de VGCt (24 punten), VSt en de FGzPt (30 punten).

**Toets**

Tijdens de laatste cursusmiddag vindt een toets plaats waarin de cursisten ofwel via een video ofwel live 10-15 minuten laten zien van een schematherapeutische techniek in een GST behandeling. Deze wordt door de groep en de docent beoordeeld m.b.v. de Group Schema Therapy Rating Scale en moet minimaal voldoende worden beoordeeld door de docent.

**Verplichte literatuur**

Farrell, J. M., Reiss, N. & Shaw, I. A. (2016). Schematherapie in de klinische praktijk; een complete gids voor individuele, groeps- en geïntegreerde behandeling met schemamodi. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.

Farrel, J. M. & Shaw, I. A. (2012). Group Schema Therapy for Borderline Personality Disorder A step-by-step Treatment Manual with Patient Workbook. West-Sussex: Wiley-Blackwell. Hoofdstukken 3, 4 & 11.

**Aanvullende literatuur**

Wordt gegeven of aangeraden tijdens de training zelf.

**Dag 1: De cruciale ingrediënten van een GST-groep**

*Literatuur voor deze dag*

* Schematherapie in de klinische praktijk. Hoofdstuk 1, 2 & 3. Inleiding, de grondbeginselen van schematherapie & het behandelprogramma voor geïntegreerde schematherapie.
* Group Schema Therapy for borderline personality disorder. Hoofdstuk 3, 4 & 11.

*Programmaonderdelen, oefeningen en leerdoelen van deze dag*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tijdsblok | Programmaonderdeel | Oefening | Dit komt aan de orde: |
| 10.00-11.00 | Opfrissen theorie schema’s en modi, limit-setting empatische confrontatie en limited reparenting. | Groepsgesprek met als secundair doel opletten op welke technieken er worden gebruikt om de informatie boven tafel te krijgen en te verwerken | * indicatiestelling GST * waarom groep boven individueel? * motivatie-issues * kosten en baten van inzichtgevende therapie in een groep * huiswerk * ontwikkelingspsychologie in relatie tot GST * Hoezee! je voelt het meteen als het fout gaat! * Ken je eigen schema’s en modi! |
| 11.00-12.00 | "Setting the stage”; wat is er nodig om een groep in verbinding en veilig te krijgen? | Woloefening plus groepsregels, gebruiken, gevoelsfoto, afstemming, motivatie, verbinding  &  Kussen/knuffel/fleece-oefening | * veiligheid en sfeer in de groep * verbinding bevorderen * afstemming! * zorg dat je iedereen hebt gezien in de sessie * kijk! * heel veel hartjes * de toolkit; wat heb je nodig? * kussens, tangles, fleeces, knuffels * stop de actie! * Weinig tot geen instructie helpt! |
| 12.00-13.00 | De “wiskunde van de groep”; balans in de sessie tussen cognitie, proces en experimentele ervaringen/oefeningen. Ingebed in limited reparenting en limit setting in de groep. Gecombineerd met het hebben van een goede casusconceptualisatie over de deelnemers en de groep als geheel. | "Schematherapeuten moeten flexibel zijn” | * taakverdeling tussen twee therapeuten * afstemming! * wiskunde op de inhoud en balans * tijdsbewaking * “de geest van de groep” * huiswerk * balans tussen praten en ervaren * balans tussen KK en GV versus VO-SO en B’s * stop de actie! |
| 13.00-14.00 | PAUZE |  |  |
| 14.00-15.00 | Hoe trek je het individuele gesprek weer terug naar de groep (verbreden) en andersom? Hoe voorkom je dat er modi oppoppen die je niet wilt hebben op dat moment? | Verbredende vragenoefening | * verbindende vragen stellen * breed trekken * aansluiten en meenemen * geef ze een taak * stop de actie! * vertragen |
| 15.00-16.00 | De balans tussen afstemming op de groep en het individu en het te volgen programma van de sessie. | 10 geboden oefening | * al het bovenstaande tegelijk; welcome to hell ;-) |
| 16.00-17.00 | De balans tussen afstemming op de groep en het individu en het te volgen programma van de sessie. | 10 geboden oefening | * al het bovenstaande tegelijk; welcome to hell ;-) |
| 17.00-17.30 | Wat verder nog ter tafel komt | Consultatie van collegagroepsgenoten en docenten over theorie of praktijk in GST  &  In een woord |  |

**Dag2: Overlevingsstrategieen en gezonde delen**

*Literatuur:*

* Schematherapie in de klinische praktijk. Bladzijde 49-187.

*Programmaonderdelen, oefeningen en leerdoelen:*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tijdsblok | Programmaonderdeel | Oefening | Dit komt aan de orde: |
| 10.00-11.00 | Bewustwording, verdieping en verwerking. | Rupsje-nooitgenoeg-oefening  &  Busoefening | * hoe sluit je aan op de verschillende fasen van behandeling waarin je clienten zich bevinden in de groepsgesprekken, oefeningen en huiswerkonderdelen? * als het te heftig is gaat er altijd wel een beschermer aan * “mode-flipping" * hoe bewaak je de balans tussen meebewegen en push to change? * ervaar vandaag maar hoe de afwisseling voelt tussen “zware” en “lichte”modi |
| 11.00-12.00 | Beschermers | Meerstoelentechniek gericht op beschermers | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 12.00-13.00 | Goede ouder, gezonde volwassene | Imaginatie op de goede ouder | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 13.00-14.00 | PAUZE |  |  |
| 14.00-15.00 | Veeleisende straffende en/of schuldindicerende modi | Ballonoefening | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 15.00-16.00 | Blije kind | Blije kind doos | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 16.00-17.00 | Verder oefenen met de modi van de dag | Oefening bij modus op verzoek van groep | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 17.00-17.30 | Wat verder nog ter tafel komt | Consultatie van collegagroepsgenoten en docenten over theorie of praktijk in GST  &  Like-dislike |  |

**Dag 3: Het draait om de kinderen <3**

*Literatuur:*

* Schematherapie in de klinische praktijk. Bladzijde 187-281.

*Programmaonderdelen, oefeningen en leerdoelen:*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tijdsblok | Programmaonderdeel | Oefening | Dit komt aan de orde: |
| 10.00-11.00 | Hoe leer je in de groep zorgen voor kindmodi? | Limited reparenting, empatische confrontatie en limit setting  &  Emotieregulatie in de groep “billen op de stoel, voeten op de grond, 5 dingen”  &  Transitional objects | * blijf samen begrijpen wat er gebeurt in de groep en bij de individuele leden * het wel of niet toevoegen van aanvullende gesprekken * het gebruik maken van een second opinion, psychologisch onderzoek of medicatie * evalueren van de voortgang * directiviteit van GST versus ieder zijn eigen proces laten doorlopen op zo veel als mogelijk zijn of haar eigen manier en tempo * empathische confrontatie * emotieregulatie in de groep, modeling * verbal flash card |
| 11.00-12.00 | Hoe leer je in de groep zorgen voor kindmodi? | Het kwetsbare kind op straat | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 12.00-13.00 | Hoe leer je in de groep zorgen voor kindmodi? | Het boze kind: handdoek-oefening, scheuren, boosheid als thema | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 13.00-14.00 | PAUZE |  |  |
| 14.00-15.00 | Hoe leer je in de groep zorgen voor kindmodi? | Imaginatie met rescripting | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 15.00-16.00 | Hoe leer je in de groep zorgen voor kindmodi? | Het actief aanzetten van GO/GV; de mandoefening als verbal flash card. | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 16.00-17.00 | Verder oefenen met de modi van de dag | Oefening gericht op eindmodi op verzoek van groep | * welke technieken kan je gebruiken om dit thema te verwerken op een cognitieve, gedragstherapeutische, experientiele of procesmatige manier? |
| 17.00-17.30 | Wat verder nog ter tafel komt | Consultatie van collegagroepsgenoten en docenten over theorie of praktijk in GST  &  Het meegeven van huiswerk gericht op het zorgen voor het KK door de GV. |  |

**Dag 4: Help! de pleuris breekt uit! (en toetsen)**

*Literatuur:*

* Schematherapie in de klinische praktijk. Bladzijde 281-313 .

*Programmaonderdelen, oefeningen en leerdoelen:*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tijdsblok | Programmaonderdeel | Oefening | Dit komt hoogstwaarschijnlijk ook aan de orde: |
| 10.00-13.00 | Iedere deelnemer wordt gevraagd “pleuris" aan te leveren die zij zelf hebben meegemaakt in groepwerk of die zij zich kunnen voorstellen op grond van de lesdagen. Gekoppeld aan deze casuïstiek gaan we oefenen. | ? | * stoppen van heftige emoties * balans aandacht voor groep en individu * olifant in de groep * het gebruik maken van thema’s * in de kiem smoren * benoemen wat je ziet gebeuren * stop de actie * met de hele groep van de clip afhollen * patiënten die de groep verlaten * grensoverschrijdend gedrag in de groep * regels maken of juist niet? * in- en uitstroom * ziekte of wisseling van groepstherapeut |
| 13.00-14.00 | PAUZE |  |  |
| 14.00-17.00 | Toetsen | Video-opnames en/of real-life toetsen | * The group schematherapy rating scale * Het voorbereiden van het afscheid |
| 17.00-17.30 | Wat verder nog ter tafel komt | Afscheid nemen; het ritueel |  |