GGZinGeest

Schematherapie

25 uur basiscursus

**Mary Ann van Helsdingen**

**Geerke van Sprundel**

November – december 2018

Data: 17 mei, 24 mei, 7 jun en 21 juni 2018

Tijdstip: 9:00 – 13.00 en 13.45 – 16:30

Locatie: Amstelmere, Laan van de Helende Meesters 433, Amstelveen

**literatuur**

Young, J.E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum. ISBN 978903143355

Arntz, A. & Jacob, G. (2012). Schematherapie. Een praktische handleiding. Amsterdam: Nieuwezijds, ISBN 9789057123542

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

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

**Aanbevolen werkboeken en literatuur voor cliënten:**

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

Muste, E., Weertman, A. &Claassen, A.M. (2009). Werkboek Klinische Schematherapie. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Aanbevolen overige literatuur:

Claassen, A. en Pol, S., red (2015). Schematherapie en de Gezonde Volwassene. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

**Vragenlijsten en formulieren:**

YSQ

SMI

Schema Therapy Rating Scale

**Downloads van te gebruiken formulieren en vragenlijsten zijn te vinden op** [**www.schematherapie.nl**](http://www.schematherapie.nl) **🡪Informatie 🡪 Vragenlijsten**

Toetsing vindt plaats via literatuurtoets (open vragen), huiswerkopdrachten, beoordeling van het toepassen van de technieken tijdens rollenspelen, en volgens de eisen van het register Schematherapie: het met een voldoende beoordeelde uitgeschreven Casusconceptualisatie.

**Dag 1**

**Literatuur vooraf gelezen:**

Arntz, A. & Jacob, G. (2012). Schematherapie. Een praktische handleiding. Amsterdam: Nieuwezijds, ISBN 9789057123542 Hoofdstuk 1 t/m 4 p 1-100.

**Aanbevolen literatuur:**

Young, J.E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten. Hoofdstuk 1. P 1-66

Bereid een eigen casus voor om tijdens de training te oefenen. Het is de bedoeling dat je tijdens deze training de casus kunt spelen.

Zorg dat je een cliënt hebt bij wie je vragenlijsten kunt afnemen en bij wie je de besproken technieken kunt oefenen!

**Thema:**

* Basisbehoeften
* Theorie van schematherapie
* Limited reparenting
* Imaginatie veilige plek
* Empathische confrontatie

**Dag 1**

9.00 kennismaking

Toelichting programma en toetsing.

9.30 Ervaringsgerichte oefening en nabespreking: imaginatie veilige plek

10.00 theorie van Schematherapie

* Wat zijn schema’s, coping strategieën en modi
* Basisbehoeften
* Ontstaan, indeling in domeinen naar basisbehoeften
* Basismodel van de modi

10.30 Pauze

10.45 vervolg theorie:

* Coping in het schemamodel
* Toelichting modi
* Kenmerken Schematherapie: therapeutische relatie; experientiële, gedragsmatige en cognitieve technieken
* Doel van Schematherapie

11.15 Oefening imaginatie veilige plek in sub groepjes

Terugkoppeling oefening

11.45 Toelichting therapeutische interactie: limited reparenting

12.00 Oefening Limited reparenting

13.00 Pauze

13.45 DVD limited reparenting en bespreking therapeutische relatie adhv Schema Therapy Rating Scale Deel 1 subgroepjes, ieder 1 of 2 specifieke onderdelen

15.15 werken met de therapeutische relatie: empathische confrontatie. Toelichting en demonstratie door docent. Oefenen in sub groepjes.

16.00 evaluatie dag 1 en huiswerk bespreken

16.30 einde

**Huiswerk dag 2:**

* YSQ en modivragenlijst SMI zelf invullen en scoren
* Client vragenlijst YSQ en modivragenlijst SMI afnemen en scoren.

**Dag 2**

**Literatuur vooraf gelezen:**

Vreeswijk, M. van, Broersen, J. & Nadort, M.M. (2008). Handboek Schematherapie, theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. Hoofdstuk 5, 6 en 7. P 47 - 88

Young, J.E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten. Hoofdstuk 2 Schema’s: diagnostiek en voorlichting p 67 – 97 en Hoofdstuk 6 Therapeutische relatie p 187 – 218.

**Thema:**

* Diagnostische technieken
* Indicatie Schematherapie
* Diagnostische imaginatie
* Casusconceptualisatie
* Eigen schema’s en modi
* Limit setting

**Dag 2**

9.00 *Bespreken eerste ervaringen*

*9.30 toets*

*9.45 Diagnostische technieken en indicatie Schematherapie*

*• Meetinstrumenten*: YSQ, modivragenlijst

• Indicatie Schematherapie

• Voorbeeld van een casusconceptualisatie

10.15 Demonstratie diagnostische imaginatie door docent plenair en oefening diagnostische imaginatie bij casusconceptualisatie in tweetallen.

11.30 Demonstratie uitleg modusmodel en oefenen in subgroepen

13.00 pauze

13.45 teruggave toets met feedback

13.55 Bespreking uitslag eigen Schema en Modivragenlijsten in 2-tallen en plenaire bespreking valkuilen en schema’s therapeuten en interactie met schema’s cliënten

15.00 DVD limit setting bespreken en oefening in 2-tallen

16.15 huiswerk bespreken, en evaluatie dag 2

16.30 einde

Huiswerk:

• literatuur

• opstellen schemacasusconceptualisatie van eigen casuïstiek, volgende keer voorbespreking

Formuleer een stelling over de literatuur waarover je het graag wilt hebben.

**Dag 3**

**literatuur vooraf gelezen:**

Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010). Schematherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. Hoofdstuk 4 de behandeling p 43- 52;

Hoofdstuk 5 De therapeutische relatie p 53 -71;

Hoofdstuk 6 Experientiële technieken p 72 – 126;

Hoofdstuk 10 Methodieken per Modus p 161 - 185

Thema:

* behandelplan opstellen
* fasering schematherapie
* experientiële technieken
* rollenspel
* meer stoelen techniek
* modusmodel ontwijkende, afhankelijke, borderline en narcistische persoonlijkheid
* casusconceptualisatie

**Dag 3**

9.00 huiswerk en ervaringen bespreken. Gelezen literatuur bespreken in subgroepen. Stelling formuleren over een deel van de gelezen literatuur. Plenair nabespreken stellingen

9.30 Behandelplan opstellen:

* Fasering schematherapie, ontwikkelen gezonde volwassene.
* Basisbehoeften,
* werken met schema’s en/of modi,
* Therapeutische attitude afgestemd op de basisbehoeften,
* Interventies Gezonde Volwassene

10.30 toelichting experiëntiele technieken:

* meerstoelen techniek
* rollenspel
* imaginatie en rescripting
* veilige plek
* historisch rollenspel

11.00 Rollenspel – demonstratie en nabespreking. In sub-groepjes oefenen adhv eigen casuïstiek.

12.30 Modusmodel meerdere persoonlijkheden toegelicht

13.00 Pauze

13.45 Interventies Gezonde Volwassene en Blij Kind

14.00 Meerstoelentechniek met Straffende Ouder demonstratie en in subgroepjes oefenen

15.00 pauze

15.15 In tweetallen opzet schemaconceptualisatie van eigen casuïstiek bespreken en plenair op terugkomen

16.15 huiswerk bespreken en evaluatie dag 3

16.30 einde

**Huiswerk:**

* literatuur
* oefenen met meerstoelentechniek, rollenspel
* Casusconceptualisatie volgende bijeenkomst inleveren.

**Dag 4**

**Literatuur:**

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

Hoofdstuk 7 Cognitieve technieken p 127 - 142

Hoofdstuk 8 Gedragstechnieken p 143 – 148

Arntz, A. & Jacob, G. (2012). Schematherapie. Een praktische handleiding. Amsterdam: Nieuwezijds, ISBN 9789057123542 Hoofdstuk 6 Kwetsbare-kindmodi behandelen p 129 - 177

**Thema:**

* imaginatie met rescripting
* cognitieve technieken
* schemadagboek
* gedragsexperiment
* schematherapie bij depressie
* bespreking casusconceptualisatie

**Dag 4**

9.00 Bespreken huiswerk. Inleveren casusconceptualisatie.

9.30 presentatie Imaginatie met rescripting. DVD en oefenen in tweetallen en plenair nabespreken

11.30 cognitieve technieken toegelicht. Flashcard maken, gedragsexperiment, cognitief uitdagen, schemadagboekformulier

12.00 oefening: schemadagboek en flashcard invullen eigen casuïstiek

12.30 in tweetallen: gedragsexperiment eigen casuïstiek opzetten

13.00 pauze

13.45 bespreking gemaakte casusconceptualisatie in 2 groepen. Auteur licht max 1 minuut toe

16.00 plenair terugkoppelen van geleerde

16.30 nabespreking en evaluatie training

16.45 einde