

Draaiboek cursus Dialectische Gedragstherapie (DGT)

Dialectische Gedragstherapie (DGT) is een gedragstherapeutische interventie, ontwikkeld ten behoeve van de behandeling van vooral chronisch suïcidale cliënten die lijden aan een borderline persoonlijkheidsstoornis (Marsha M. Linehan, University of Washington, Seattle). Sinds 1995 wordt deze behandelmethode toegepast in Nederland, o.a. binnen een project dat een samenwerkingsverband vormt van instellingen op het gebied van de verslavingszorg en de psychiatrie. Tijdens de cursus zal informatie over de resultaten van dit onderzoek gegeven kunnen worden.

Het cursusmateriaal is verzorgd door L.M.C. (Wies) van den Bosch. Zij is trainer en supervisor in de dialectische gedragstherapie (DGT), voor de Vereniging voor Cliëntgerichte Psychotherapie (Vcgp) en het Nederlands Instituut voor Psychologen (NIP), en ze is lid van de Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve therapie (VGct). Zij is betrokken bij onderzoek naar effectiviteit van behandeling van persoonlijkheidsstoornissen en geeft intensieve training en workshops in DGT. Zij heeft verschillende artikelen en boeken gepubliceerd over DGT, forensische psychiatrie, verslaving en persoonlijkheidsstoornissen.

Docent

Anne Huntjens is sociaal psychiatrisch verpleegkundige, Psychotherapeut, DGT therapeute, docente en trainer i.o. Zij is verbonden aan Dialexis Advies, een instelling voor consultatie, training en opleiding van professionals die met persoonlijkheidsstoornissen werken.

Zij is werkzaam als psychotherapeut bij SARR Expertisecentrum Autisme, onderdeel van de Parnassia Groep in Den Haag. Zij is gespecialiseerd in autismespectrumstoornissen (diagnostiek en complexe behandelingen) en doet momenteel onderzoek naar de effectiviteit DGT bij patiënten met autisme, suïcidaliteit en destructief gedrag.

Doelgroep

Psychotherapeuten, klinisch psychologen, psychiaters, GZ-psychologen, die eerder een basiscursus Gedragstherapie hebben gevolgd (100 uur), of minimaal een inleiding van 30 uur.

Uitgangspunten

Het gebruik van drie kerntheorieën vormt de basis van het programma Dialectische gedragstherapie (DGT): Gedragsprincipes, Zen en Dialectiek. De vermenging van gedragsprincipes en Zen levert een therapievorm op waarin logica en paradox vermengd zijn, waarin veranderingsgerichtheid en acceptatie hand in hand gaan, en waarin een experimenteel gerichte kijk in balans gehouden wordt met experiëntiële gerichtheid.

Binnen het programma, binnen de vaardigheidstraining, en binnen iedere individuele sessie worden gedragsanalyses en probleemoplossingsstrategieën consequent



uitgevoerd. Acceptatie van de cliënte zoals zij is, wordt afgewisseld met het in kaart brengen van de problemen (zelfmonitoring en gedragsanalyses) en het doorbreken van oude gedragspatronen (cognitieve modificatie en exposure).

Een belangrijk uitgangspunt binnen DGT is dat een attitudeverandering van de therapeut nodig is, wil er werkelijke commitment en een werkrelatie met borderline cliënten kunnen ontstaan. Dit uitgangspunt levert een programmaopbouw op die er voor zorgt dat therapeuten niet aan burn-out gaan lijden. Ook de wijze waarop de cliënt op radicaal doorgevoerde wijze als eigen casemanager gezien en benaderd wordt is daarbij van belang.

Inhoud

De Borderline Persoonlijkheidsstoornis; Bio-sociale theorie; Introductie Mindfulness; Kernoplettendheidsvaardigheden; Gedragsprincipes; Assumpties; Intermenselijke effectiviteit.

Het DGT Behandelprogramma: individuele psychotherapie, vaardigheidstraining, telefonische consultatie, het consultatieteam. Validatie; Dialectiek; Suïciderisico assessment; Crisisvaardigheden; Zen in praktijk; Interventies; Diagnostiek/Onderzoek; Evaluatie/Afsluiting.

Werkwijze

Theoretische inleidingen, literatuurstudie, huiswerkopdrachten en casuïstiekbesprekingen.

Aan te schaffen en te lezen literatuur

DGT en mindfulness:

Nielsen-Brouwer, J.T., & Riele, Y.L.M. te (2007). DGT en Mindfulness. In L.M.C. van den Bosch, S. Meijer & H.S. Backer (Red.), *Handboek dialectische gedragstherapie: De klinische praktijk* (pp. 17-37). Amsterdam: Harcourt.

Suicidepreventie uit:

Bosch, L.M.C. (2010). 'Bezint eer ge begint': DGT en suïcidaliteit. In A. Kerkhof & B. van Luyn (Red.), *Suïcidepreventie in de praktijk* (pp. 129-148). Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Validatie, gedragsanalyse en commitment strategieën uit:

Meijer, S, & Bosch, L.M.C. van den (2011). *Vademecum dialectische gedragstherapie: Blijven zoeken naar balans*. Amsterdam: Pearson.

Aan te raden literatuur

M.M. Linehan (2016). *De DGT-vaardigheden: Handleiding voor de vaardigheidstraining dialectische gedragstherapie*. Amsterdam: Pearson. ISBN 9789026522802.



Nota bene

Voor het lidmaatschap van de VGCT geldt een aanwezigheidsnorm van 90%.

Programma per bijeenkomst

Opdracht voor cursisten voor aanvang cursus; bij begin veronderstelde aanwezige kennis:

Omdat in aaneengesloten dagdelen gewerkt wordt is het van belang om de hoofdstukken 7 en 8 van de handleiding van de vaardigheidstraining (pag. 88 t/m 109) al doorgelezen te hebben en de volgende huiswerkopdrachten te hebben gemaakt:

- 1) Beschrijf een situatie waarin bij jezelf of bij iemand anders sprake was van emotionele geest, redelijke geest en wijze geest.
- 2) Probeer te herkennen of je in een situatie de vaardigheden 'niet-oordelen' en 'een-ding tegelijk' toegepast hebt, en pas ze toe (Handleiding Vaardigheidstraining).

