

# CURSUS SCHEMATHERAPIE (50 UUR)

## basis en gevorderden

### WAT IS SCHEMATHERAPIE?

Schematherapie is een gespecialiseerde vorm van cognitieve therapie waarin methoden en technieken uit interpersoonlijke-, experiëntiële- en psychodynamische therapie geïntegreerd zijn, met als doel persoonlijkheidsproblematiek effectief te kunnen behandelen. Uit onderzoek is inmiddels gebleken dat de meeste persoonlijkheidsstoornissen succesvol behandeld kunnen worden met schematherapie.

Een schematherapeut maakt gebruik van cognitieve-, gedragsmatige- en experiëntiële technieken en daardoor beïnvloedt hij de patiënte via drie kanalen, namelijk voelen (experiëntiël), denken (cognitief) en doen (gedragsmatig).

Naast deze drie kanalen zijn er vier foci in de therapie te onderscheiden: Het leven buiten de therapie, de gebeurtenissen in de therapie (met name de therapeutische relatie), de ervaringen uit het verleden en de toekomst.

Schematherapie richt zich op het veranderen van disfunctionele schema's/ modi in meer flexibele en minder extreme schema's/ modi, en het ontwikkelen van adequate copingstrategieën, zodat de patiënt een positiever beeld van zichzelf en anderen kan ontwikkelen en een meer genuanceerd beeld van de wereld krijgt.

### INHOUD VAN DE CURSUS

Deze cursus gaat over de diagnostiek en behandeling bij alle persoonlijkheidsstoornissen en omvat o.a. de volgende onderdelen:

- **Assessment**  
Opsporen van schema's, copingstrategieën en schemamodi, onder andere met behulp van vragenlijsten, de neerwaartse pijl techniek en imaginatie. Samenvatten van de informatie op een casusconceptualisatie formulier en maken van een casusconceptualisatie model of modusmodel.
- **Hanteren van de therapeutische relatie**  
Limited reparenting, empathische confrontatie, grenzen stellen en onderzoeken eigen schema's.
- **Specifieke cognitieve technieken**  
Hanteren schemadagboek, meerdimensionaal evalueren, taartdiagram en flashcards.
- **Experiëntiële technieken**  
Imaginatie met rescripting, historisch rollenspel en meerstoelen-techniek.
- **Aanleren van nieuw functioneel gedrag**  
Rollenspel, vaardigheden trainen en experimenten uitvoeren

In deze cursus leer je om alle technieken toe te passen op alle persoonlijkheidsstoornissen.

Naast kennisoverdracht zal vooral veel aandacht zijn voor het oefenen van vaardigheden. Tevens leert iedereen zijn eigen schema's, copingstrategieën en modi veel beter kennen. Tijdens de hele cursus wordt gebruik gemaakt van eigen casuïstiek bij het oefenen van de therapeutische vaardigheden.

### DOELGROEP

Hulpverleners die werken met cliënten met persoonlijkheidsstoornissen en/of hardnekkige stemmings- en angststoornissen.

### VOOROPLEIDING

Hulpverleners met een postdoctorale opleiding, leden van specialistische verenigingen of vaktherapeuten (RVB), die werken met cliënten met persoonlijkheidsstoornissen en/of hardnekkige klachten, kunnen deelnemen aan deze cursussen. Ook degenen die in opleiding zijn tot deze registraties kunnen deelnemen. Een voorwaarde voor deelname is het hebben van enige kennis en vaardigheden van cognitieve gedragstherapie.

Anderen (bv. basispsychologen, (orho)pedagogen en HBO-ers met een andere opleiding dan vaktherapeut) mogen alleen deelnemen als zij nauw samenwerken met geregistreerde schematherapeuten.

## ACCREDITATIE

- Register Schematherapie
- VGCT: vervolgcursus voor 50 contacturen
- FGzP: herregistratie KP voor 40 punten
- Register Vaktherapeutische Beroepen

## DOCENTEN

- Drs. H. van Genderen (Hannie)
- Drs. R. van der Wijngaart (Remco)
- Drs. H. Bögels (Hélène)

## DATA, KOSTEN EN INSCHRIJVING

De kosten voor de cursus bedragen € 1.950 inclusief reader en lunch.  
U ontvangt de factuur ca. twee maanden voor aanvang van de cursus.

Inschrijving voor de cursus is mogelijk op onze website [www.schematherapieopleidingen.nl](http://www.schematherapieopleidingen.nl)

In de agenda op onze website vind je:

- de cursusdata
- de locaties
- de inschrijfformulieren

Indien het maximale aantal deelnemers is bereikt bestaat de mogelijkheid (eveneens via onze website) om op een wachtlijst geplaatst te worden.

## LITERATUUR

- **Schematherapie bij borderline-persoonlijkheidsstoornis**  
Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010) Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- **Patronen doorbreken, negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen**  
Genderen, H. van, Jacob, G. & Seebauer, L. (2012) Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- **Schematherapie, een praktische handleiding**  
Arntz A., & Jacob G. (2012) Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- **Schemagerichte therapie, handboek voor therapeuten**  
Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar M.E. (2005) Bohn Stafleu van Loghum

## CURSUSPROGRAMMA

DAG 1	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inleiding schematherapie Schema's, coping strategieën en modi: omschrijving, ontstaan en functie</li><li>• Casus Conceptualisatie Opsporen en formuleren van schema's en modi: demonstratie en oefenen Vragenlijsten, cognitieve Interventies en imaginatie</li><li>• Opbouw therapie en therapeutische relatie Limited reparenting (Meer richting geven en minder afstandelijk reageren)</li></ul>
DAG 2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Schemamodi en modusmodellen Herkennen verschillende schemamodi</li><li>• Therapeutische relatie</li><li>• Hanteren valkuilen cliënt Empathische confrontatie Grenzen stellen</li><li>• Hanteren valkuilen van de therapeut Onderkennen "tegenoverdracht" Slecht werkende valkuil-combinaties</li></ul>

DAG 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Herkennen schema's en modi</li> <li>• Behandelplan maken</li> <li>• Schematherapie: eerste gesprek in tweetallen</li> <li>• Cognitieve technieken</li> <li>• Schemadagboek, Flashcard en cognitieve cirkel maken</li> <li>• Psycho-educatie en huiswerk</li> </ul>
DAG 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Experiëntiële technieken: Imaginaire rescripting</li> <li>• Schematherapie: tweede gesprek in tweetallen</li> <li>• Modusmodellen cluster C</li> <li>• Twee- of meerstoelen-techniek</li> </ul>
DAG 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Historisch rollenspel</li> <li>• Schematherapie: derde gesprek in tweetallen</li> <li>• Borderline persoonlijkheidsstoornis</li> <li>• Verlaten, misbruikte kind</li> <li>• Beschermer: Voors en tegens</li> </ul>
DAG 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Borderline- en antisociale persoonlijkheidsstoornis</li> <li>• Straffende oudermodus</li> <li>• Boze kind</li> <li>• Aanval en pest modus</li> <li>• Twee- of meerstoelen-techniek</li> <li>• Imaginataire rescripting</li> </ul>
DAG 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suïcide en automutilatie</li> <li>• Hanteren crisis</li> <li>• Narcistische persoonlijkheidsstoornis</li> <li>• Hanteren therapeutische relatie bij narcistische persoonlijkheidsstoornis</li> <li>• Zelfverheerlijker: empathische confrontatie</li> <li>• Gedrag patronen veranderen</li> <li>• Cliënt "pushen" om nieuw gedrag te gaan uitproberen</li> <li>• Imaginatie naar de toekomst</li> <li>• Oefenen van een hele sessie</li> </ul>
DAG 8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktijktoets</li> <li>• Opbouw therapie</li> </ul>

Schematherapie opleidingen  
Hannie van Genderen

[www.schematherapieopleidingen.nl](http://www.schematherapieopleidingen.nl)