



Schematherapie

50-uurs basis cursus en vervolgcursus

Draaiboek

Docent:
Els Loeb

Inleiding

Schematherapie is een behandelvorm die ontwikkeld is door Jeffrey E. Young en zijn collega's voor mensen met persoonlijkheidsproblematiek. Het uitgangspunt is dat ieder kind dezelfde basisbehoeften heeft. In de interactie tussen het kind, met zijn eigen temperament en aanleg, en zijn omgeving kan stagnatie in de ontwikkeling ontstaan als zich beschadigende omstandigheden voordoen of er onvoldoende respons is op datgene wat het kind nodig heeft. Deze stagnatie kan leiden tot de ontwikkeling van persoonlijkheidsproblematiek in de volwassenheid. De volwassene is dan onvoldoende in staat de taken des levens aan te gaan en uit te voeren, de coping schiet tekort. De behandeling met Schematherapie richt zich op het herkennen van de eigen 'valkuilen' en het herkennen en kunnen reageren op de eigen behoeften. Er wordt een cesuur aangebracht tussen wat in het verleden heeft plaats gevonden en wat nu nodig is: het vergroten van vaardigheden met als uiteindelijk doel de ontwikkeling van 'de Gezonde Volwassene'.

Schematherapie richt zich op het ontwikkelen van de 'Gezonde Volwassene', het vervullen van de basisbehoeften binnen realistische grenzen. De gehele cursus door is dit het leidende principe. In de kindertijd zijn basisbehoeften onvoldoende vervuld als gevolg van onaangename frustratie, traumatisering, verwenning, of identificatie. De cliënt heeft een coping ontwikkeld waarmee hij onvoldoende zorg heeft voor zijn emotionele huishouding zich uitend in gedrag dat ongewenst (in de zin van slechte zelfzorg), beschadigend of destructief is. In Schematherapie leert de cliënt de basisbehoeften te herkennen, ontwikkelt hij vaardigheden om in zijn huidige leven op een adequate manier om te gaan en te handelen naar wat hij nodig heeft (zijn basisbehoeften) binnen de mogelijkheden die er zijn (realistische grenzen).

In de Schematherapie worden inzichten, methoden en technieken die zijn ontleend aan verschillende scholen, zoals de hechtingstheorie, cognitieve gedragstherapie en experiëntiële therapieën, geïntegreerd in een allesomvattend model, gerelateerd aan het meest prominente actuele psychologische paradigma, het cognitieve model. (Arntz en Jacob, 2012)

Schematherapie is ontwikkeld voor de behandeling van volwassenen en wordt steeds vaker toegepast bij adolescenten. Schema's ontwikkelen zich vanaf de vroege jeugd en worden in de adolescentie al zichtbaar.

Schematherapie wordt toegepast bij persoonlijkheidsproblematiek en bij hardnekkige as-I problematiek, die met de gebruikelijke behandeling onvoldoende verbeteren. Met behulp van het modusmodel of de schemaconceptualisatie wordt op een andere manier gekeken naar de in stand houdende factoren. De klacht wordt benaderd vanuit de ontwikkeling van de cliënt en gezien als coping om zichzelf 'staande te kunnen houden'. Veel cliënten met persoonlijkheidsproblematiek hebben traumatische ervaringen in hun leven meegemaakt. Deze klachten worden o.a. behandeld met 'imaginatie met rescripting', een krachtige techniek met goede resultaten.

Doel

Na afloop van deze cursus:

- > heb je inzicht in de schematheorie: de theorie over basisbehoeften, wat schema's, copingstrategieën en modi zijn, hoe deze ontstaan en zich verder ontwikkelen en bestendigen;
- > kun je een schemacasusconceptualisatie, een modusmodel en een behandelplan opstellen;
- > ben je in staat de werkrelatie met een cliënt met persoonlijkheidsproblematiek te hanteren volgens de principes van 'limited reparenting' en 'limit setting';
- > kun je vanuit het modusmodel interventies toepassen bij destructieve gedragingen/ ongezonde gewoontes, zoals bijvoorbeeld auto-mutilatie of impulscontroleproblemen;
- > heb je geoefend met de verschillende behandeltechnieken, zoals cognitieve technieken, experiëntiële technieken en gedragsexperimenten individueel en in de groep;
- > heb je zicht op je eigen schema's en coping en heb je een idee gevormd over wat het effect hiervan kan zijn in de samenwerking met een cliënt met persoonlijkheidsproblematiek;
- > heb je een idee hoe schematherapie binnen diverse settings - ambulante en (dag-)klinisch - toegepast kan worden;
- > ben je in staat om de indicatie voor Schematherapie te stellen en de behandeling onder supervisie uit te voeren bij cliënten in verschillende levensfasen met diverse problematiek, zoals persoonlijkheidsproblematiek en hardnekkige as-I problematiek volgens de DSM.

Voorwaarden aan deelnemende cursisten

Aan deze cursus kan worden deelgenomen als de cursist aan de volgende voorwaarden voldoet:

- BIG-registratie als GZ-psycholoog, Psychotherapeut, Klinisch Psycholoog of Psychiater (of in opleiding daartoe) en/of lid van een erkende psychotherapievereniging. Als erkend worden gezien: de Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie (NVP) en alle door de NVP erkende specialistische psychotherapieverenigingen, namelijk de VGCT, NVPA, NVPP, NPG, VCgP, NVRG, NVGP, VKJP.
- Lid (of in opleiding) zijn van een Vlaamse Psychotherapievereniging.
- Registratie als Vaktherapeut in het Register Vaktherapeutische Beroepen
- Per cursusgroep mag een beperkt aantal overige HBO-ers en basispsychologen (niet i.o.) deelnemen, indien zij met BIG-geregistreerde Schematherapeuten Register Schematherapie samenwerken, supervisie en intervisie georganiseerd zijn en zij daarnaast een vergelijkbaar niveau wat betreft klinische vaardigheden hebben in het werken met persoonlijkheidsstoornissen en ernstige As I stoornissen. De hoofddocent beoordeelt vóór de cursus of de HBO-er of basispsycholoog voldoet aan deze voorwaarden.

Groepsgrootte

Er kunnen maximaal 14 cursisten aan de basiscursus deelnemen.

Docent

Drs. E. (Els) Loeb, klinisch psycholoog/ psychotherapeut. Zij is werkzaam in het zorgprogramma Persoonlijkheidsstoornissen en het cluster Acute psychiatrie Veluwe Vallei, Pro Persona, als behandelaar, programmaleider en zorgmanager. Zij heeft 12 jaar gewerkt in het Schematherapiecluster op het Centrum voor Psychotherapie, Pro Persona, een (dag)klinische afdeling voor mensen met persoonlijkheidsproblematiek. Daarnaast is zij werkzaam als opleider/supervisor/leertherapeut in haar eigen praktijk Els Loeb: Psychotherapie, Advies en Opleiding.

Els Loeb is supervisor register Schematherapie, Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve therapie (VGCT), Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie (NVP) en opleider van de Nederlandse Vereniging voor groepsdynamica en groepspsychotherapie.

E-mailadres: elsloeb@gmail.com

Werkwijze

De cursist bestudeert voorafgaand aan de bijeenkomst de opgegeven literatuur. De docent geeft uitleg over de verschillende behandelprincipes en technieken, en demonstreert deze aan de hand van videomateriaal of life rollenspel. Er is veel tijd ingeruimd voor het oefenen met de Schematherapie technieken, deels in kleine subgroepen en deels plenair.

Aan het begin van de cursus zullen intervisiegroepjes samengesteld worden om tussentijds ervaringen uit te wisselen, opdrachten uit te werken en elkaar tot steun te zijn bij het opstarten van schematherapie in de eigen praktijk. Samen met deze mede-cursisten wordt gewerkt aan het opstellen van de casusconceptualisatie en het behandelplan.

Om zicht te krijgen op de eigen 'valkuilen' wordt de Schemavragenlijst en de Modi-vragenlijst **voorafgaand aan de eerste bijeenkomst** ingevuld. De resultaten worden besproken in kleine subgroepen tijdens de eerste bijeenkomst.

De tijdsinvestering per bijeenkomst is circa 12 uur (literatuurstudie en opdrachten).

Literatuur, DVD-boxen, vragenlijsten en formulieren

- > Arntz, A. & Jacob, G. (2012), *Schematherapie. Een praktische handleiding*. Amsterdam: Nieuwezijds, ISBN 9789057123542.
- > Young, J. E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E. (2005). *Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum. ISBN 9789031343355
- > Claassen, A.M. & Pol, S. (red.) (2015). *Schematherapie en de Gezonde Volwassene. Positieve technieken uit de praktijk*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum. ISBN 9789036809504

Over deze boeken moet je zelf de beschikking hebben. Bij de start van de cursus ontvang je een reader met aanvullende literatuur.
Totaal te bestuderen: 434 pagina's.

Aanbevolen werkboeken en literatuur voor cliënten:

- > Genderen, H., 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.

In de cursus zal gebruik gemaakt worden van de volgende DVD-boxen:

- > Schematherapie voor de Borderline persoonlijkheidsstoornissen (2005). Marjon Nadort. (www.schematherapie.nl)
- > Schematherapie voor cluster B en C persoonlijkheidsstoornissen. Schema Therapy: working with modes (2010). Remco van der Wijngaart en David Bernstein. (www.schematherapy.nl)

Vragenlijsten en formulieren:

Downloads van te gebruiken formulieren en vragenlijsten zijn te vinden op www.schematherapie.nl

Toetsing, certificaat, accreditatie

- De cursist moet een voldoende behalen op de literatuurtoets (open vragen) in de tweede bijeenkomst (*zie bijlage, alleen voor accreditatie*).
- De cursist moet kunnen aantonen de huiswerkopdrachten te hebben gemaakt.
- Na de eerste vier bijeenkomsten heeft de cursist voldaan aan de eisen van de eindopdracht van de basiscursus.
Deze opdracht is een uitgeschreven casusverslag van een cliënt waarin zijn opgenomen: de achtergrondgegevens van de patiënt, DSM-IV classificatie, beschrijving van de problematiek, belangrijkste schema's en modi en de ontstaansgeschiedenis daarvan, een casusconceptualisatie (schemamodel en modimodel), een analyse van de interactie van de schema's van de therapeut en de patiënt (bijvoorbeeld uitgewerkt in een functieanalyse), doelen en een behandelplan. De casusconceptualisatie (schemamodel en modimodel) wordt tevens grafisch weergegeven. De cursist maakt daarbij gebruik van in de cursus aangereikte formats. Deze eindopdracht moet door de docent als minimaal 'voldoende', een 6, zijn beoordeeld.
- De cursus wordt afgerond met een praktijktoets die bestaat uit een demonstratie door de cursist van een schematherapeutische techniek middels een rollenspel of een meegebrachte video-opname. De demonstratie duurt maximaal 20 minuten, er wordt 10 minuten feedback gegeven door docent en medecursisten. Bij feedback op en beoordeling van de techniek wordt de Schema Therapy Rating Scale gebruikt (zie website Register Schematherapie). De demonstratie van de techniek moet door de docent(en) als minimaal 'voldoende', een 6, zijn beoordeeld. Indien deze onvoldoende is, krijgt de cursist één herkansing.
- Deelnemers ontvangen een certificaat op basis van aanwezigheid (minimaal 80%) en actieve deelname. Voor een certificaat met accreditatie is minimaal 90% aanwezigheid, actieve deelname en een voldoende op de toetsen vereist.

Evaluatie cursus

Om voor accreditatie in aanmerking te komen dienen zowel de cursus als de docent geëvalueerd te worden. Hierbij wordt gebruik gemaakt van een evaluatieformulier. In dit evaluatieformulier wordt de cursus geëvalueerd met betrekking tot de inhoud en de opzet/lesopbouw van de cursus en de docent geëvalueerd ten aanzien van de volgende competenties: inhoudelijk deskundigheid, didactisch vaardigheid en model in 'limited reparenting'.

De evaluatie van de cursus en de docent dienen minimaal met een 'voldoende' beoordeeld zijn.