

SCHEMATHERAPIE

Werken met modi en schema's bij hardnekkige of recidiverende AS-I stoornissen, persoonlijkheidsproblemen en belemmerende negatieve leerervaringen

50-uurs vervolgcursus VGcT en Register Schematherapie

Docent

dhr. drs. Theo Verhoeven

Data

18 september, 16 oktober, 30 oktober, 20 november, 18 december 2020 en 15 januari, 29 januari en 12 februari 2021.

Reservebijeenkomst bij meer dan 10 deelnemers: N.n.b.

Uren

De cursus bestaat uit 50 contacturen: 8 lesdagen van elk 2 dagdelen. De lesdagen worden verspreid over enkele maanden aangeboden.

Programma

Schematherapie is een integratieve vorm van psychotherapie die oorspronkelijk ontwikkeld is door Jeffrey E. Young voor mensen met persoonlijkheidsproblematiek. Nederland neemt een prominente plek in bij de verdere ontwikkeling van schematherapie en veel onderzoek vond en vindt nog steeds hier plaats. Verschillende theorieën zoals de cognitieve gedragstherapie, de hechtingstheorie, de objectrelatietheorie en experiëntiële therapievormen worden geïntegreerd tot een krachtige en breed inzetbare methode die in het effectonderzoek goede resultaten laat zien. Schematherapie richt zich behalve op het cognitieve ook nadrukkelijk op het ervaringsaspect (voelen). En tenslotte wordt aangestuurd op concrete gedragsverandering.

Het model is relatief makkelijk overdraagbaar en biedt een begrijpelijke taal voor patiënten om hun psychische en sociale functioneren te doorgronden. Behalve inzicht leren patiënten vaardigheden om beter om te gaan met vroeg ontstane denkpatronen (schema's) en de verschillende stemmingen die opspelen en een eigen leven gaan leiden (modi).

Schema's ontwikkelen zich vanaf de vroege jeugd en worden in de adolescentie al zichtbaar. Ieder kind heeft basisbehoeften en als deze onvoldoende ingevuld worden door interactieproblemen tussen kind en omgeving, of door beschadigende omstandigheden, kan stagnatie optreden in de persoonlijkheidsontwikkeling.

Schematherapie richt zich op het herkennen van de eigen 'valkuilen' en het erkennen van en kunnen reageren op de eigen behoeften. Er wordt een scheiding aangebracht tussen wat in het

verleden heeft plaats gevonden, wat zich herhaald en wat nu nodig is: het vergroten van vaardigheden met als uiteindelijk doel de ontwikkeling van 'de gezonde volwassene'. Echter alvorens, in het hier en nu, vanuit de gezonde volwassene, effectiever gedacht, gevoeld en gedaan kan worden, dienen eerst de belastende ervaringen van oningevulde en geblokkeerde behoeften, verwerkt te worden. Verwerkingstechnieken voor (complexe) vroege traumatisering nemen een prominente plek in binnen de behandeling.

Schematherapie wordt toegepast bij persoonlijkheidsstoornissen, complex trauma en hardnekkige as-I stoornissen, die door de gebruikelijke behandeling onvoldoende verbeteren.

Na afloop van deze cursus:

- Ben je bekend met ontwikkelingen en toepassingsgebieden van schematherapie
- Kun je een schema casusconceptualisatie en een daarmee samenhangend behandelplan maken
- Ben je in staat een schemamodusmodel te maken en een daarmee samenhangend behandelplan
- Kun je in de behandeling van persoonlijkheidsproblemen gebruik maken van experiëntiele technieken, o.a. diagnostische imaginatie, imaginaire rescripting, historisch rollenspel en meerstoelentechniek
- Kun je specifieke cognitieve- en gedragstechnieken toepassen
- Heb je deze technieken binnen oefeningen grotendeels aan den lijve ervaren
- Kun je in de werkrelatie gebruik maken van 'limited reparenting', empathische confrontatie en 'limit setting'
- Ben je bekend met experiëntiele technieken voor traumaverwerking
- Heb je inzicht in je eigen schema's en schemamodi en hoe die kunnen interfereren met die van patiënten
- Weet je hoe vanuit schematherapie borderline, narcistische en cluster C persoonlijkheidsstoornissen begrepen en behandeld worden
- Ben je bekend met toepassing van schematherapie in groepen en binnen verschillende settings
- Kun je onder supervisie schematherapie gaan toepassen

Per bijeenkomst bestudeer je de opgegeven literatuur. De docent geeft uitleg over de verschillende behandelprincipes en technieken, ondersteund door videomateriaal of live-demonstratie. Er is veel tijd ingeruimd voor het oefenen met de voor schematherapie specifieke technieken. Aan het begin zullen intervisiegroepjes samengesteld worden om tussentijds ervaringen uit te wisselen en elkaar tot steun te zijn bij het opstarten van schemagericht werken in de eigen praktijksetting. Samen met (deze) medecursisten werk je aan opdrachten, zoals het opstellen van een schemaconceptualisatie/modusmodel en behandelplan. Ook bereid je met elkaar demonstraties van technieken voor. Dit zal deels tijdens de cursusbijeenkomsten en deels daarbuiten plaatsvinden.

We zullen veel werken a.d.h.v. eigen schema's. Om zicht te krijgen op je eigen 'valkuilen' vul je een Schemavragenlijst en een Modivragenlijst in. De resultaten bespreken we in kleine groepjes. Bijeenkomsten zijn i.h.a. niet wekelijks, zodat je enige ruimte hebt om ervaring op te doen en zo mogelijk onder supervisie te werken.

Veronderstelde voorkennis en toelatingsvoorwaarden

- Basiscursus Cognitieve gedragstherapie
- BIG-registratie als GZ-psycholoog, Psychotherapeut, Klinisch Psycholoog of Psychiater (of in opleiding daartoe) en/of (aspirant) lid van een erkende specialistische psychotherapievereniging. Als erkend worden gezien de NVP en alle daarbij aangesloten verenigingen, namelijk de VGct, NVPA, NVPP, NPG, VCgP, NVRG, NVGP, VKJP. Daarnaast wordt ook de Vereniging EMDR als erkend gezien.
- 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 een vergelijkbaar niveau qua 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.

Literatuur

de volgende boeken dienen te worden aangeschaft:

- Arntz, A & Jacob, G. (2012) Schematherapie, een praktische handleiding. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- Claassen, A & Pol, S. (2015) Schematherapie en de Gezonde Volwassene. Positieve technieken uit de praktijk. Houten. Bohn Stafleu van Loghum
- Genderen H. van & Jacob, G. (2012) Patronen doorbreken. Negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en doorbreken. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.(incl downloads via de site van de uitgever)
- Reubsat, R. Schematherapie: werken met fases in de klinische praktijk Houten: Bohn Stafleu van Loghum. ISBN 9789036821148
- Young, J.E., J.S.Klosko & M.E.Weishaar. (2005). Schemagerichte therapie, handboek voor therapeuten. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Aanbevolen literatuur:

- Aalders, H. en Dijk, J. van: (2012) Schemagerichte therapie in de praktijk. Amsterdam: Hogrefe
- Farrell, J., Reiss, N., Shaw, I. (2016) Schematherapie in de klinische praktijk. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- Loose,C., Graaf, P. & Zarbock, G. Schematherapie met kinderen en jongeren. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- Muste, Weertman & Claassen. (2009) Handboek en Werkboek Klinische Schematherapie. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Vreeswijk, M. van, Broersen, J., Nadort, M.; (2017) Handleiding Kortdurende Schematherapie, voor groepstherapie en individuele therapie. Houten, Bohn Stafleu van Loghum ISBN 9789036815468
- Vreeswijk, M. van & Broersen, J. (2017) Werkboek Kortdurende Schematherapie:CGT-technieken

Houten: Bohn Stafleu van Loghum. ISBN 9789036815833

- Vreeswijk, M. van & Broersen, J. (2017) Werkboek Kortdurende Schematherapie: experiëntiële technieken. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. ISBN 9789036815772

- Vreeswijk, M. van, Broersen, J., Nadort, M.; (2008) Handboek Schematherapie, theorie, praktijk en onderzoek. Houten, Bohn Stafleu van Loghum
- Young, J., Klosko, J. (2005) Leven in je leven; leer de valkuilen in je leven kennen.

Lisse: Swets & Zeitlinger.

Zie verder lijst van publicaties op de website www.schematherapie.nl

Daarnaast wordt er nog gebruik gemaakt van een digitale reader.