



Hannie van Genderen
Schematherapie Opleidingen

Specialistische workshop

Imaginaire Rescripting

2009U-IR

Utrecht, 24 september en 15 oktober 2020

Van Genderen Opleidingen
Eburonenweg 42
6224 HX Maastricht

www.schematherapieopleidingen.nl
info@schematherapieopleidingen.nl

INHOUDSOPGAVE

1.	Opleiders	3
2.	Cursuslocatie	3
3.	Algemene informatie	3
4.	Doelgroep	4
5.	Accreditatie cursus	4
6.	Toetsing	4
7.	Vorbereiding	4
8.	Literatuur	5
9.	Overige cursussen en workshops	6
10.	Programma Bijeenkomst 1	9
	Programma Bijeenkomst 2	10

De slides en artikelen, die bij deze cursus horen, kunt u downloaden via de website www.schematherapieopleidingen.nl

Ga in het menu naar het tabblad 'Cursisten'.

Vervolgens klikt u op 'Workshop 'Imaginaire Rescripting' Let erop, dat u de bestanden zult moeten downloaden om ze te kunnen gebruiken!

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van H. van Genderen.

Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich te wenden tot H. van Genderen.

1. Opleiders

Mw. Drs. H. van Genderen (Hannie) – Coördinatie

Klinisch psycholoog, psychotherapeut, supervisor/leertherapeut/opleider VGct, de Vereniging voor Schematherapie, ISST Individual and Group. Geeft individuele en groepstherapie aan volwassenen met persoonlijkheidsstoornissen. Praktijk voor Klinische Psychologie van Genderen.
info@schematherapieopleidingen.nl

Dhr. Drs. R. van der Wijngaart (Remco) - Docent

Psychotherapeut, GZ-psycholoog en supervisor/leertherapeut/opleider VGct, ISST en de Vereniging voor Schematherapie. Geeft individuele therapie aan volwassenen in eigen praktijk Perspectief, Psychotherapie Maastricht. Vice President van de ISST.
+31 6 39 49 37 16. remcovanderwijngaart@gmail.com

2. Cursuslocatie

Vergadercentrum
Vredenburg 19
3511 BB Utrecht
T (030) 2310068

3. Algemene informatie

Imaginaire rescripting wordt over het algemeen gezien als een van de meest effectieve technieken binnen de schematherapie. Toch is het vaak niet eenvoudig om deze techniek toe te passen. Zo worden therapeuten regelmatig geconfronteerd met uitdagende situaties waarin de cliënt bijvoorbeeld zegt 'Ik heb geen herinneringen uit mijn kindertijd' of 'Ik wil niet die oude herinneringen ophalen, waarom zou dat helpen?'. Verder zijn patiënten in hun jeugd vaak zo beschadigd dat de herinneringen aan hun jeugd erg emotioneel beladen zijn. Therapeuten voelen zich daardoor geremd om met imaginatie beelden uit dat belaste verleden op te halen uit angst voor decompensatie.

Deze workshop is erop gericht om schematherapeuten meer te bekwamen in het toepassen van imaginaire rescripting. Reeds aanwezige vaardigheden zullen verfijnd worden en uitdagende en soms zeer moeilijke situaties worden besproken en geoefend. Gedurende de workshop wordt gebruikt gemaakt van recent ontwikkeld lesmateriaal specifiek gericht op imaginatie oefeningen, gebaseerd op de meest recente inzichten en ervaringen met deze methode. Verder zullen ook specialistische toepassingsgebieden besproken worden zoals imaginaire rescripting bij gevreesde situaties in de toekomst (flashforwards) en nachtmerries.

De workshop bestaat uit 2 dagen. Cursisten worden actief aangemoedigd om tussen deze 2 dagen zoveel mogelijk ervaring op te doen met imaginatie met rescripting. In dag 2 zal er ruimte zijn voor het bespreken en oefenen met ervaringen uit de praktijk. Persoonlijke informatie over cursisten of patiënten van cursisten wordt uitsluitend gedeeld met de docenten en zal vertrouwelijk behandeld worden.

Doelstelling is dat deze dagen een leuke, leerzame ervaring wordt waarbij er binnen een veilige sfeer veel geoefend zal worden. Schematherapeuten zullen na deze dagen imaginaire rescripting effectiever en bij meer onderwerpen toe kunnen passen.

Persoonlijke informatie over cursisten of patiënten van cursisten wordt uitsluitend gedeeld met de docenten en zal vertrouwelijk behandeld worden.

4. Doelgroep

Hulpverleners die werken met cliënten met persoonlijkheidsstoornissen en/of hardnekkige stemmings- en angststoornissen. Voor deelname aan de workshop is minimaal een geaccrediteerde cursus Schematherapie Basis van 25 uur vereist.

5. Accreditatie cursus

Door de VGCT, NiP en de FGzPt erkend.

6. Toetsing

Elke cursist demonstreert zijn of haar vaardigheden met behulp van een rollenspel.

7. Voorbereiding

Ter voorbereiding op de cursus kun je de literatuur over imaginaire rescripting lezen. Daarnaast is het aanschaffen van de DVD box 'Fine Tuning Imagery rescripting' sterk aanbevolen. Deze DVD box bevat 3 dvd's met daarop alle mogelijke toepassingen van imaginaire rescripting. Daarnaast bevatten de dvd's ook scènes waarin getoond wordt hoe om te gaan met uitdagende situaties waarmee je als therapeut geconfronteerd kunt worden in de klinische praktijk. Tenslotte worden er ook valkuilen van de therapeut getoond en de manieren waarop je daarmee kunt omgaan. Meer info over de DVD box en de bestelwijze vind je hier: www.schematherapy.nl/Fine-Tuning-Imagery-Rescripting/

8. Literatuur

Onderstaande literatuur staat in de handboeken die u al in uw bezit heeft (verplicht voor de basiscursus):

- Arntz A. & Jacob G. (2012)
Schematherapie een praktische handleiding
Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds ISBN 9789057123542
6.3 Ervaringsgerichte technieken p.147-163
- Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010)
Schematherapie bij borderline-persoonlijkheidsstoornis
Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds ISBN 9789057123085
6 Experiëntiële technieken Imaginatie p.73-98
- Young, J. E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E (2005)
Schemagerichte therapie, Handboek voor therapeuten
Houten: Bohn Stafleu Van Loghum ISBN 9789031343355
4 Experiëntiële strategieën p.117-153
p.129-145 en 149-153

Onderstaande artikelen vindt u op onze website: www.schematherapieopleidingen.nl
(Klik in tabblad 'Cursisten' op 'Workshop Imaginaire Rescripting')

- Arntz, A. (2011), **Imagery Rescripting for Personality Disorders Cognitive and Behavioral Practice**, 18 (2011) 466-481
- Napel-Schutz, M.C. ten, Abma, T.A., Bamelis, L. & Arntz, A. (2011).
Personality Disorder Patients' Perspectives of Imagery Within Schema Therapy: A Qualitative Study of Patients' Experiences. Cognitive and Behavioral Practice 18, 482-490.

De PowerPoint-slides van deze workshop vindt u eveneens op onze website.

9. Overige cursussen en workshops

Er is een uitgebreid aanbod van vervolgcursussen en workshops voor verschillende doelgroepen. Om deze cursussen en workshops te volgen dien je minimaal een basiscursus schematherapie van 25 uur gevolgd te hebben.

25 uur Cursus Schematherapie voor Gevorderden

Na de basiscursus is het sterk aan te bevelen om via supervisie en intervisie meer ervaring op te doen met de behandeling van lichtere tot middelzware patiënten. Daarna kan een cursus schematherapie voor gevorderden (25 uur) gevolgd worden. In deze cursus ligt het accent op zwaardere problematiek en kunnen alle persoonlijkheidsstoornis aan de orde komen. In deze cursus is veel ruimte voor de inbreng van problematiek van eigen patiënten en de knelpunten, die de cursist ervaart, bij het toepassen van de verschillende technieken.

25 uur Cursus Schematherapie voor Cluster C

Patiënten met een Cluster C persoonlijkheidsstoornis lijken makkelijker te behandelen, omdat zij minder vaak in crisis raken, maar hun hardnekkige vermijdende en controlerende copingstrategieën zijn tamelijk moeilijk te doorbreken. Ook patiënten met hardnekkige angst- en stemmingsstoornissen hebben nogal eens (trekken van) een ontwijkende-, afhankelijke- of een dwangmatige persoonlijkheidsstoornis waardoor hun klachten onvoldoende verbeteren door de reguliere behandelmethodes.

Recent zijn een aantal modusmodellen voor cluster C ontwikkeld door Arnoud Arntz en anderen en zijn meer specifieke behandeltechnieken ontwikkeld om deze problematiek te behandelen.

25 uur Cursus Schematherapie in Groepen

Veel patiënten lijken nog meer te profiteren van groepstherapie dan van de toch al zo succesvolle individuele schematherapie. Het meeste onderzoek is gedaan naar de effectiviteit bij patiënten met BPS, maar inmiddels is ook al veel ervaring opgedaan met cluster C problematiek. Schematherapie in groepen (STG) is een integratieve vorm van groepstherapie, die aspecten van directieve groepstherapie combineert met aspecten van psychodynamische groepen. In STG wordt veel gebruik gemaakt van experimentele technieken. In de cursus zal hier veel aandacht aan besteed worden.

ADOLESCENTEN

25 uur Schematherapie Gevorderd voor Adolescenten

Dit is een cursus voor gevorderden, dus voor deelnemers, die al een basiscursus schematherapie (voor adolescenten of volwassenen) hebben gevolgd en enige ervaring met schematherapie hebben opgedaan. In deze cursus komt de toepassing van de schematherapie met betrekking tot specifieke adolescenten-thema's aan de orde

25 uur Schematherapie in Groepen voor Adolescenten

Schematherapie in groepen (STG) is een interactieve vorm van groepstherapie, die aspecten van directieve groepstherapie combineert met aspecten van de psychodynamische groepen. In STG wordt veel gebruik gemaakt van experimentele technieken. De inhoud van de cursus is gebaseerd op jarenlang ervaring van de Riagg Maastricht (afdeling kind en jeugd) en de resultaten van het onderzoek van Farrell, Shaw & Webber.

Ouderschematherapie (2 dagen)

Ouderschematherapie is erop gericht om ouders te steunen om zoveel mogelijk vanuit hun gezonde oudermodus te reageren op modi van het kind. De modusinteractiecirkel geeft helderheid hoe modi van het kind en van de ouder elkaar triggeren. Er wordt ingegaan op de behoeften van ouders zelf, die in het verleden en vaak nu nog steeds niet bevredigd werden en gekeken hoe ouders kunnen omgaan met modi van het kind en de behoeften van het kind.

Modusgerichte speltherapie (1 dag)

Schematherapie gebruikt het spel van het kind om met de verschillende modi te experimenteren en bepaalde patronen te veranderen. In de modusgerichte schematherapie is de therapeut actief gericht op het contact maken het kwetsbare kind in het kind zelf, biedt alternatieven voor disfunctionele coping modi en versterkt de gezonde kanten in het kind. De technieken van de schematherapie worden op spelniveau gebruikt (limited reparenting, imaginatie met rescripting, experimenteren met verschillende modi).

WORKSHOPS

Schematherapie Supervisoren (2 dagen)

Per 1 mei 2016 is het voor aanstaande supervisoren van de Vereniging voor Schematherapie verplicht een tweedaagse supervisorencursus te volgen. Ook voor schematherapeuten, die al langer supervisor zijn, is deze cursus interessant om de supervisie-vaardigheden te verdiepen. In deze cursus wordt de cursist vertrouwd gemaakt met de state-of-the-art op het gebied van supervisie geven, de taken en verantwoordelijkheden van effectief supervisorschap en het competentiegericht superviseren van schematherapeuten.

Workshop 'Meerstoelentechniek' (2 dagen)

Het is bekend dat de stoelentechniek een belangrijk werkzaam element is binnen schematherapie, omdat het de schema's verandert op belevingsniveau. In de praktijk blijkt het echter vaak toch moeilijk om deze techniek toe te passen. Sommige therapeuten voelen zich onervaren in het toepassen van deze techniek, omdat het niet hun gebruikelijke manier van werken is. Daarnaast zijn er in de praktijk diverse uitdagende situaties die nog niet behandeld zijn in eerdere cursussen.

Workshop hanteren van boze modi in schematherapie (2 dagen)

Doelstelling van deze workshop is het beter in staat zijn met boosheid in de therapeutische relatie om te gaan.

In deze cursus leren de cursisten op de eerste plaats om goed te differentiëren tussen de verschillende vormen van boosheid. De leidende vraag daarbij is "vanuit welke modus toont de patiënt de boosheid?". De cursisten zullen in twee dagen leren om boze modi beter te hanteren met gebruik van specifieke methoden en technieken.

Specialistische workshop 'Chronische Depressie' (1 dag).

Hoewel CGT een bewezen effectieve behandeling is van depressie is slechts 40-50% van de patiënten klachtenvrij na een eerste behandeling. Bovendien ontwikkelt 5-20% van deze populatie een chronische vorm van depressie die therapieresistent lijkt te zijn. Deelnemers leren in deze workshop hoe ze een chronische depressie kunnen conceptualiseren in termen van schema's en modi. Daarnaast leren ze hoe ze specifieke methoden en technieken uit de schematherapie kunnen toepassen in de behandeling van chronisch depressieve klachten. De dag zit vol, soms speelse, oefeningen om veel ervaring op de te doen en tegelijkertijd niet 'besmet' te raken met de depressieve klachten waarover gesproken wordt."

Workshop 'Narcistische persoonlijkheidsstoornis'

Narcisme is in onze samenleving wijdverbreid, maar mensen met narcistische problematiek hebben niet zo vaak een hulpvraag. De behandeling wordt bemoeilijkt door het egocentrische en arrogante gedrag waar narcisten om bekend staan, alsmede de woedebuien, die optreden als de patiënt zich tekortgedaan of gefrustreerd voelt. Hierdoor eindigen veel behandelingen voortijdig, al dan niet door toedoen van de therapeut. Deze workshop heeft als doel de specifieke problemen bij de behandeling van NPS beter te leren hanteren. Onderwerpen zijn o.a.

- De dynamiek van narcisme goed begrijpen
- Valkuilen in het hanteren van de therapeutische relatie herkennen en hanteren
- Technieken aanpassen om effectiviteit van de behandeling te vergroten.

Workshop 'Gezonde volwassene' (1 dag)

In de literatuur en het onderwijs over schematherapie is lange tijd met name de nadruk gelegd op het bewerken van de disfunctionele ouder- en copingmodi en het valideren van de behoeften van het Kwetsbare Kind-deel van patiënten. Hoewel het versterken van de Gezonde Volwassene wel genoemd werd als uiteindelijk doel van de behandeling, was er weinig specifieke aandacht voor deze modus. Er wordt veelal onvoldoende uitgelegd wat 'De Gezonde Volwassene' van de patiënt precies is, wat die modus precies doet, hoe de patiënt kan leren contact te leggen met dit deel van zichzelf en hoe dit gezonde deel versterkt kan worden in therapie. Deze workshop richt zich op het herkennen, versterken en inzetten van de Gezonde Volwassene.

Workshop 'Complexe casussen' (1 dag)

Veel deelnemers aan onze cursussen hebben aangegeven dat zij behoefte hebben aan terugkomdagen of masterclasses om complexe casussen te bespreken en nieuwe manieren te ontdekken om met deze problemen om te gaan. Daarom starten we dit jaar met een aantal masterclasses voor casussen van volwassen patiënten gegeven door Hannie van Genderen en Remco van der Wijngaart. Alle deelnemers worden verzocht voor aanvang een casus op te sturen waar zij vragen over hebben.

Voor actuele informatie over alle cursussen zie www.schematherapieopleidingen.nl
Voor meer informatie over schematherapie kijk op www.schematherapie.nl en volg de LinkedIngroep van de Vereniging voor Schematherapie
Voor internationale contacten en informatie zie www.SchemaTherapySociety.com

10. Programma

Programma dag 1 Docent: Remco van der Wijngaart	Datum : 24 september 2020 Tijd : 09.45 tot 16.45 uur
---	--

09.45 – 10.02 Introductie met korte imaginaire rescripting (IR), programma van de workshop en inventariseren van specifieke leerdoelen.

10.00 – 10.30 Inleiding IR; werkende mechanismen, relatie IR-hulpvraag en doel IR.
Procesdiagnostiek: bespreking window of tolerance

Imaginatie rescripting-Diagnostiek fase

10.30 – 10.45 Inleiding op uitdagende situaties in het doen van IR tijdens de diagnostiek fase:
Inventariseren van diverse uitdagende, complexe situaties

10.45 – 11.15 Demonstratie IR tijdens diagnostiekfase; omgaan met uitdagende situaties

11.15 – 11.22 **Pauze**

11.22 – 11.50 Oefenen in tweetallen; toepassen van gedemonstreerde interventies bij uitdagende situaties

11.50 – 12.00 Nabespreken oefening

Imaginatie rescripting-Therapeut rescript

12.00 – 12.15 Inleiding en inventariseren uitdagende situaties in deze fase:

12.15 – 12.45 Demonstratie IR-Therapeut rescript bij uitdagende situaties

12.45 – 13.15 **Pauze**

13.15 – 14.00 Oefenen in tweetallen IR-Therapeut rescript; toepassen van gedemonstreerde vaardigheden

14.00 – 14.15 Nabespreken oefening

14.15 – 14.45 Therapeutische relatie: identificeren valkuilen van de therapeut bij IR (dvd Fine Tuning Imagery)

Imaginatie rescripting-Cliënt rescript

14.45 – 15.00 Verandering in therapeutische houding:
coaching van Gezonde Volwassene in rescripting; inleiding

15.00 – 15.08 **Pauze**

15.08 – 15.30 Demonstratie en oefening in leren visualiseren van Gezonde Volwassene

15.30 – 16.00 Demonstratie van het coachen van de Gezonde Volwassene tijdens de rescripting in de 2^e fase van de behandeling

16.00 – 16.30 Oefening in tweetallen in coachen van gezonde volwassene

16.30 – 16.45 Nabespreken oefening, evaluatie van de dag en bespreken huiswerk

Programma dag 2 Docent: Remco van der Wijngaart	Datum : 15 oktober 2020 Tijd : 09.45 tot 16.45 uur
---	--

09.45 – 10.30 Samenvatting van Dag 1, Bespreken van ervaringen met IR sinds Dag 1 en inventariseren van leerdoelen Dag 2

10.30 – 11.00 Plenair rollenspel naar aanleiding van de ervaringen en leerdoelen

11.00 – 11.07 **Pauze**

Imaginatie rescripting-Toekomstige trigger situaties

11.07 – 11.20 Inleiding IR bij toekomstige trigger situaties

11.20 – 11.50 Demonstratie IR bij toekomstige trigger situaties

11.50 – 12.20 Oefening in tweetallen

12.20 – 12.30 Nabespreken oefening

12.30 – 13.00 **Pauze**

Imaginatie rescripting-Flash forwards

13.00 – 13.45 IR bij flash forwards; toepassing van IR bij Sociale Angst Stoornis en OCD

13.45 – 14.15 Demonstratie IR bij flash forwards

14.15 – 14.45 Oefening in tweetallen IR bij flash forwards

14.45 – 15.00 Evaluatie oefening

15.00 – 15.08 **Pauze**

15.08 – 15.20 IR bij nachtmerries; inleiding en plenaire bespreking

15.20 - 16.20 Plenair rollenspel; groep wordt in twee gesplitst en in iedere groep doet elke deelnemer een stukje IR bij een casus die van te voren aan de deelnemers wordt uitgereikt

16.20 – 16.30 Nabespreken oefening,

16.30 – 16.45 evaluatie van de cursus in totaal, evaluatieformulieren en certificaten