

Academie voor Schematherapie organiseert

25-uurs Basiscursus Schematherapie

Data

8 en 9 september
6 en 7 oktober 2020
Utrecht

Docenten

Drs. Rosi Reubsæet
Mw. Judith Vanhommerig
Drs. Guido Sijbers
Mw. Judith Hollands



ACADEMIE VOOR
SCHEMATHERAPIE

© Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een automatisch 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 de Academie voor Schematherapie.

BASISCURSUS SCHEMATHERAPIE

Omvang cursus: De cursus omvat 4 bijeenkomsten van 6,25 uur

Urenverdeling: 25 contacturen

D

	Datum	Tijd	Onderwerp	Docent
1	8 september	10:00 - 17:00 uur	Dag 1 Schema theorie en assessment, verschillende modusmodellen	Drs. R. Reubsaet Mw. J. Vanhommerig
2	9 september	10:00 - 17:00 uur	Dag 2 Dag 1 Schema theorie en assessment, verschillende modusmodellen	Drs. R. Reubsaet Mw. J. Vanhommerig
3	6 oktober	10:00 - 17:00 uur	Dag 3 Vervolg therapeutische relatie en experiëntiële technieken bij werken met modi. Copingmodi, straffende oudermodi, omgaan met boze kind en schema's therapeut en rol van zelfonthulling	Drs. G. Sijbers Mw. J. Hollands (Online!)
4	7 oktober	10:00 - 17:00 uur	Dag 4 Empathische confrontatie, veeleisende oudermodi en cognitieve technieken, gedragsverandering, limit setting en omgaan met crisis	Drs. G. Sijbers Mw. J. Hollands

Lunch: De lunch wordt verzorgd door de organisatie

Plaats: Dag 1, 2 en 4:
Vergadercentrum Vredenburg
Vredenburg 19 Utrecht
www.vergadercentrumvredenburg.nl

Docenten:

Dhr. Drs. G. Sijbers, psychotherapeut/klinisch psycholoog/GZ-psycholoog, supervisor/opleider Gedragstherapie en Schematherapie. Werkzaam bij en mede-oprichter van Huis voor Schematherapie.

Mevr. J. Hollands (Judith), geregistreerd vaktherapeut en supervisor schematherapeutisch werkers. Werkzaam bij en mede-oprichter van Huis voor Schematherapie.

Mevr. Drs. R. Reubsaet (Rosi), klinisch psycholoog/psychotherapeut, cognitief gedragstherapeut en supervisor Schematherapie. Werkzaam bij en mede-oprichter van Huis voor Schematherapie.

Mevr. J. Vanhommerig (Judith), geregistreerd vaktherapeut, psychodramatherapeut en supervisor schematherapeutisch werkers. Werkzaam bij en mede-oprichter van Huis voor Schematherapie.

Projectcoördinator: Judith Hollands (info@academievoorschematherapie.nl), telefoonnummer 06-52055527

Beoordeling: Men heeft de cursus met goed gevolg doorlopen wanneer aan de volgende voorwaarden is voldaan:

- Maximaal 10% van de contacttijd is verzuimd. Wanneer meer dan 10% van de contacttijd is verzuimd, moeten extra opdracht(en) worden uitgevoerd ter compensatie van de gemiste uren. Bij meer dan 20% verzuim moeten gemiste bijeenkomsten bij een volgende cursus ingehaald worden.
- Het voldoende volbrengen van de huiswerkopdrachten.
- Actieve participatie gedurende de cursusedagen.

ALGEMENE INFORMATIE

Schematherapie is een integratieve therapie waarin methoden en technieken uit de interpersoonlijke, experiëntiële- en psychodynamische therapie geïntegreerd zijn in een theoretisch model gebaseerd op de cognitieve theorie, met als doel persoonlijkheidsproblematiek effectief te kunnen behandelen. Schematherapie is effectief gebleken bij de borderlinepersoonlijkheidsstoornis en veelbelovend bij de behandeling van andere persoonlijkheidsproblematiek. Deze therapie wordt individueel en in groepen toegepast en steeds breder geïmplementeerd. Uitgangspunt is dat wanneer niet aan de basisbehoeften van kinderen wordt voldaan zij disfunctionele schema's, copingstijlen en modi kunnen ontwikkelen die een rol spelen bij persoonlijkheidsstoornissen en hardnekkige stemmings- en angststoornissen.

Doelgroep

(Gz- en klinisch) psychologen, psychotherapeuten, cognitief gedragstherapeuten en psychiaters die werken met cliënten met persoonlijkheidsproblematiek. Ervaring met cognitieve gedragstherapie is gewenst.

Accreditatie:

Voor de cursus is accreditatie toegekend door het Register Schematherapie, de VGcT, de FGzP en SRVB (vaktherapie).

Inhoud cursus

Het doel van deze 25-uurs basiscursus Schematherapie is dat cursisten kennismaken met diverse facetten van schemagerichte psychotherapie. Aan het einde van de cursus zullen de cursisten een casusconceptualisatie maken. Deze basiscursus van 25 uur omvat o.a. de volgende onderdelen: Assessment (opsporen schema's, copingstrategieën en modi), maken van een casusconceptualisatie, specifieke cognitieve technieken, experiëntiële technieken (psychodrama, imaginatie en twee- of meerstoelentechniek), interpersoonlijke technieken (limited reparenting, empathische confrontatie, grenzen stellen) en het aanleren van nieuw functioneel gedrag. Het accent in deze cursus ligt op het aanleren van vaardigheden om een casusconceptualisatie te maken. Zowel de schema's, copingstrategieën als de modi worden in een model inzichtelijk gemaakt. Verder worden vooral de experiëntiële technieken bij de behandeling van patiënten met cluster C problematiek en de Borderline persoonlijkheidsstoornis behandeld.

Vorm

Kennisoverdracht vindt plaats door het lezen van relevante literatuur voorafgaand aan de bijeenkomsten en een toelichting daarop door de docent via theoretische inleidingen. Daarnaast wordt de tijd in de cursus grotendeels gevuld met demonstraties van behandeltechnieken (via rollenspel en DVD) en door oefening van vaardigheden.

Toets

Een uitgeschreven schemagerichte casusconceptualisatie van een van je patiënten aan de hand van het casusconceptualisatieformulier en het casusconceptualisatie model. Hierin zijn opgenomen: de achtergrondgegevens van de patiënt, DSM-IV classificatie, beschrijving van de problematiek, belangrijkste schema's en modi en de ontstaansgeschiedenis daarvan, een analyse van de interactie van de schema's van de therapeut en de patiënt (bijvoorbeeld uitgewerkt in een functie-analyse), doelen en behandelplan. Deze toets wordt ingeleverd en moet minstens beoordeeld worden met een voldoende door de docent.

Doelstelling

Na afloop van de cursus kunnen de deelnemers in hun eigen praktijk schemagerichte cognitieve therapie toepassen bij cliënten met persoonlijkheidsstoornissen.

LITERATUUR

Boeken:

Verplicht:

- Young, J.E., Klosko, J.S. & Wieshaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten. Bohn Stafleu van Loghum, Houten.
- Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010). Schematherapie bij borderlinepersoonlijkheidsstoornis. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.

Aanbevolen:

- Arntz, A. & Jacob, G. (2012). Schematherapie in de Praktijk. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.
- Genderen, H. van, Jacob, G. & Seebauer, L. (2012). Patronen doorbreken. Negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.
- Young, J.E., & Klosko, J.S. (1999). Leven in je leven. Leer de valkuilen in je leven kennen. Lisse: Swets & Zeitlinger.

Aanbevolen DVD's:

- Schematherapie voor de borderline persoonlijkheidsstoornis
Te bestellen via www.schematherapie.nl
- Schematherapie voor cluster B en C persoonlijkheidsstoornissen
SCHEMA THERAPY, working with modes.
Te bestellen via www.schematherapy.nl (let op: schematherapy is anders gespeld)

DAG 1

Datum: dinsdag 8 september 2020
Tijd: 10:00 uur tot 17:00 uur (inclusief pauze)
Docenten: Rosi Reubsaet & Judith Vanhommerig
Onderwerp: Schema theorie en assessment

Programma:

10:00 - 10:30 uur Kennismaking. Informatie over werkstuk.
11:00 - 12:00 uur Theorie over Schematherapie en schema's, copingstrategieën, basisbehoeften
Oefening schema's: video Das Weisse Band
12:00 - 12:15 uur Casus conceptualisatie inleiding
12:15 - 13:00 uur Demonstratie neerwaartse pijltechniek
DVD of voordoen door docent + oefenen
13:00 - 13:45 uur Pauze
13:45 - 15:00 uur Casus conceptualisatie en assessment
DVD diagnostische imaginatie + Oefenen in tweetallen + evaluatie
15:00 - 16:00 uur Inleiding modi
Oefening modi (bv mode game of DVD)
16:00 - 16:30 uur Modusmodellen voor de verschillende persoonlijkheidsstoornissen (BDL, NARC, ONTW, OCP, AFH, THEA, ASPD).
16:30 - 17:00 uur Evaluatie dag 1

Huiswerk voorafgaand aan deze bijeenkomst:

1. Vul de YSQ schemavragenlijst in voor jezelf (<https://www.schematherapie.nl/vragenlijsten/>: YSQ)
2. Kies een van je eigen cliënten met persoonlijkheidsproblematiek, om mee te oefenen tijdens de cursus.

Verplichte literatuur, te lezen voorafgaand aan de bijeenkomst:

Uit: Young, J. E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E (2005). Schemagerichte therapie, Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Hoofdstuk	Pagina's	Totaal
1. Schemagerichte therapie: conceptueel model	1-66	66
2. Schema's: diagnostiek en voorlichting	67-96	30
5. Tabel 5.1	159-161	3

Totaal: 99 bladzijden

Aanbevolen literatuur:

- Arntz, A., & Bögels (2000). **Schemagerichte cognitieve therapie voor persoonlijkheidsstoornissen**. Praktijkreeks Gedragstherapie. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

- Rijkeboer, M.M. (2010). **Diagnostiek van schema's volgens het model van Young**. *Psycho-praktijk*, 2, nr. 5, p. 29-30.
- Sprey, A. (2002). **Praktijkboek persoonlijkheidsstoornissen**. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum. H2: Functie-analyse en betekenisanalyse van persoonlijkheidsstoornissen en de therapeutische relatie.
- Vreeswijk, M. Van, Broersen, J. & Nadort, M.M. (2008). *Handboek Schematherapie, theorie, praktijk en onderzoek*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. Deel 1 Inleiding, Deel 2 Diagnostiek en indicatiestelling,
- A. Sheffield en G. Waller: *Het gebruik van vragenlijsten*
- H. van Genderen: *Casusconceptualisatie in schematherapie*
- Young, J.E. & Klosko, J.S. (1999). *Leven in je leven Leer de valkuilen in je leven kennen*, Swets & Zeitlinger. (lees het hoofdstuk over de valkuil die naar voren komt in jouw Schemavragenlijst).

Huiswerk na deze bijeenkomst:

1. Lees de verplichte literatuur. Oefen met de gebruikte technieken (neerwaartse pijltechniek; diagnostische imaginatie) in je oefencasus.
2. Voorbereiding eindtoets: start met het invullen van het eerste deel van het casusconceptualisatieformulier.

DAG 2

Datum: woensdag 9 september 2020

Tijd: 10:00 uur tot 17:00 uur (inclusief pauze)

Docenten: Rosi Reubsaet & Judith Vanhommerig

Onderwerp: Opbouw en fasering van de therapie, het modusmodel, de therapeutische relatie en imaginaire rescripting

Doel: Na afloop van de bijeenkomst hebben de cursisten ervaring opgedaan met de casusconceptualisatie, limited reparenting en imaginaire rescripting.

Programma:

10:00 - 10:30 uur	Vragen over dag 1
09:30 - 10:15 uur	Van modusmodel naar modus casusconceptualisatie inleiding
10:15 - 11:15 uur	Introduceren van modusmodel, behandeldoel per modus (Groep is cliënt, T demonstreert uitleg) + oefenen
11:15 - 12:00 uur	Therapeutische relatie inleiding: limited reparenting en omgaan met het kwetsbare kind(DVD)
12:00 - 12:45 uur	Pauze
12:45 - 13:45 uur	In 5 subgroepen bespreken wat limited reparenting betekent per schemadomein + in groep oefenen (ieder groepje speelt cliënt uit resp. domein, rest reparent) + evaluatie
13:45 - 15:30 uur	Omgaan met kwetsbare kind en experiëntiële technieken binnen schematherapie: Imaginatie met rescripting bij kwetsbare kind Demonstratie (DVD of voordoen door docent) + oefenen en evaluatie
16:30 - 17:00 uur	Evaluatie dag 2

Verplichte literatuur, te lezen voorafgaand aan de bijeenkomst:

Uit: Young, J. E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E (2005). Schemagerichte therapie, Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Hoofdstuk	Pagina's	Totaal
4. Experiëntiële strategieën (tot 'brieven aan ouders')	117-153	25

Uit: Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010). Schematherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.

Hoofdstuk	Pagina's	Totaal
5. De therapeutische relatie	53-71	18

Totaal: 43 bladzijden

Aanbevolen literatuur:

- Genderen, H. van, Jacob, G. & Seebauer, L. (2012). Patronen doorbreken, negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. Deel 1: Patronen leren kennen.
- Genderen, H. van, Rijkeboer, M.M. en Arntz, A.: Theoretisch model: schema's, copingstra-

tegieën en modi Vreeswijk, M. Van, Broersen, J. & Nadort, M.M. (2008). Handboek Schematherapie, theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. p. 17-31

- Young, J. & Bicker, D., (2000). Voorlichting Schemagerichte therapie Informatie voor patiënten. Psychopraxis, 2, 2, p. 81-85.

Huiswerk na deze bijeenkomst:

1. Lees de verplichte literatuur. Verzamel biografische informatie over je oefencasus. Oefen imaginatie met rescripting bij je oefencasus.
2. Start met het invullen van enkele modi in het modusmodel van je oefencasus.
3. Voorbereiding eindtoets: start met het invullen van tweede deel van het casusconceptualisatieformulier.

DAG 3 **Let wel, deze dag zal Online plaatsvinden, je krijgt een uitnodiging voor Zoom**

Datum: dinsdag 6 oktober 2020

Tijd: 10:00 uur tot 17:00 uur (inclusief pauze)

Docenten: Guido Sijbers & Judith Hollands

Onderwerp: Vervolg therapeutische relatie en experiëntiële technieken bij werken met modi. Copingmode, straffende oudermodi, omgaan met boze kind en schema's therapeut en rol van zelfonthulling

Doel: Na afloop van de bijeenkomst hebben de deelnemers geoefend met het toepassen van twee- en meerstoelentechnieken om te onderhandelen met de copingmode, de straffend oudermodi te bevechten, om te gaan met het boze kind en weten hoe ze zelfonthulling kunnen gebruiken in de ST.

Programma:

10:00 - 10:30 uur Vragen over dag 2

10:30 - 12:00 uur Omgaan met copingmodi
Onderhandelen met de twee of meer stoelentechniek bij copingmodi: demonstratie twee of meerstoelentechniek bij beschermer bij BPS
Demonstratie (DVD of voordoen door docent) + oefenen in tweetallen + evaluatie

12:00 - 13:00 uur Schema's therapeut + de rol van zelfonthulling in ST

13:00 - 13:45 uur Pauze

13:45 - 15:15 uur Bevechten van de straffende oudermodi
demonstratie twee stoelentechniek + oefenen + evalueren

15:15 - 16:30 uur Omgaan met boze kind
Oefening met hele groep +evt oefenen in subgroepen + evaluatie

16:30 - 17:00 uur Evaluatie dag 3

Verplichte literatuur, te lezen voorafgaand aan de bijeenkomst:

Uit: Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2005). **Schemagerichte therapie, Handboek voor therapeuten**, Bohn Stafleu Van Loghum, Houten.

Hoofdstuk	Pagina's	Totaal
6. De therapeutische relatie	187-217	31

Uit: Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010). Schematherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.

Hoofdstuk	Pagina's	Totaal
6. Experiëntiële technieken	73-126	53
10. Methodieken per modus	161-185	23

Totaal: 107 bladzijden

Aanbevolen literatuur:

- Arntz, A. & Weertman A. (1999). Treatment of Childhood memories: theory and practice. Behaviour Research and Therapy 37, 715 - 740.
- Arntz, A., & Jacob, G. (2012). **Schematherapie: een praktische handleiding**. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. H6: Kindmodi behandelen.

Huiswerk na deze bijeenkomst:

1. Lees de verplichte literatuur. Oefen een meerstoelentechniek bij je oefencasus.
2. Bedenk mogelijke interacties tussen jouw schema's en de schema's van je oefencasus.
2. Voorbereiding eindtoets: Start met het deel over de therapeutische relatie.

DAG 4

Datum: woensdag 7 oktober 2020

Tijd: 10:00 uur tot 17:00 uur (inclusief pauze)

Docenten: Guido Sijbers & Judith Hollands

Onderwerp: Empathische confrontatie, veeleisende oudermodi en cognitieve technieken, gedragsverandering, limit setting en omgaan met crisis en fasering in de therapie

Doel: Na afloop hebben de deelnemers geoefend met een empathische confrontatie bij overcompensatie, een stoelentechniek om veeleisend oudermodi te bevechten en het maken van flashcards en het faciliteren van gedragsverandering. Ze weten hoe ze in het kader van limited reparenting met crises kunnen omgaan.

Programma:

10:00 - 10:30 uur	Vragen over dag 3
10:30 - 11:30 uur	Therapeutische relatie: De empathische confrontatie en omgaan met overcompensatie: Demonstratie en oefenen in subgroepen; evaluatie van de oefening
11:30 - 12:30 uur	Bevechten van de veeleisende oudermodi Demonstratie twee stoelentechniek + oefenen
12:30 - 13:00 uur	Therapeutische relatie: grenzen stellen In groep bedenken wat natuurlijke consequenties kunnen zijn (evt ook dvd laten zien)
13:00 - 13:45 uur	Pauze
13:45 - 14:15 uur	Cognitieve technieken De gezonde volwassene en cognitieve technieken + maken eigen flashcard, Gezonde volwassene: huiswerk
14:15 - 15:15 uur	Gedragsverandering: wat betekent dit voor de verschillende persoonlijkheidsstoornissen? DVD imaginatie in de toekomst + oefenen imaginatie in de toekomst
15:15 - 15:45 uur	Omgaan met crises en oefening in de groep.
15:45 - 16:30 uur	Behandelplan, fases in de therapie en limited reparenting per fase.
16:30 - 17:00 uur	Terugkijken op cursus. Evaluaties en casusconceptualisaties inleveren

Verplichte literatuur, te lezen voorafgaand aan de bijeenkomst:

Uit: Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2005). **Schemagerichte therapie, Handboek voor therapeuten**, Bohn Stafleu Van Loghum, Houten.

Hoofdstuk	Pagina's	Totaal
3. Cognitieve strategieën	95-116	9-20
4. Experiëntiële strategieën - Imaginatie om patronen te doorbreken	145-152	8

9. Schemagerichte therapie voor de borderline persoonlijkheidsstoornis		
- Grenzen stellen	375-383	8
- Omgaan met suïcidale crisis	383-385	2

Uit: Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010). Schematherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.

Hoofdstuk	Pagina's	Totaal
4. Fasen in de behandeling	43 - 52	9
7. Cognitieve technieken	127 - 138	11
8. Gedragsverandering	143 - 148	5
9. Specifieke methoden en technieken	149 - 159	10

Totaal: 73 bladzijden

Aanbevolen literatuur:

- Genderen, H. van, Jacob, G. & Seebauer, L. (2012). Patronen doorbreken, negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. Deel 2: Patronen veranderen.