**Schematherapie**

basiscursus Schematherapie

[**Inschrijven**](https://www.rino.nl/inschrijven/157320)

RINO amsterdam | Leidseplein 5 | Amsterdam

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 plaatsgevonden, wat zich herhaalt 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.

**doelgroep**

Dit is een vervolgcursus VGCt dus hulpverleners die een erkende 100-uurs basiscursus VGCt hebben gevolgd kunnen deelnemen aan deze cursus.
Daarnaast kunnen hulpverleners met een BIG-registratie als GZ-psycholoog, Psychotherapeut, Klinisch Psycholoog of Psychiater (of in opleiding daartoe) en/of (aspirant) lid van een erkende specialistische psychotherapievereniging deelnemen aan deze cursus. 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 van 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.

De cursus is in principe bedoeld voor cursisten die behandelingen in de SGGZ (willen gaan) bieden, omdat veel van de Schematherapie technieken pas tot hun recht kunnen komen binnen langerdurende behandelrelaties.

**doelstelling**

Deze 25-uurs cursus Schematherapie is een basiscursus waarin de deelnemer op inleidend niveau kennis krijgt over deze vorm van psychotherapie en de basale vaardigheden traint.
De toepassing bij verschillende persoonlijkheidsstoornissen alsmede bij hardnekkige en recidiverende As-I stoornissen wordt behandeld.

De verschillende technieken van diagnosticeren, een behandelplan opstellen en verandering bewerkstelligen worden eerst aan den lijve ervaren via het oefenen in de cursus en het maken van huiswerkopdrachten.
En vervolgens past de deelnemer het geleerde toe in de eigen praktijk. Hiermee wordt diepgaander kennis en ervaring opgedaan met de methode en wat die bij patiënten teweeg kan brengen.

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 grenzen stellen
• 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 persoonlijkheidstoornissen begrepen en behandeld worden
• Kun je onder supervisie schematherapie gaan toepassen

**werkwijze**

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. Als huiswerk krijg je opdrachten, zoals het opstellen van een schemaconceptualisatie/modusmodel en behandelplan. En het toepassen van cognitieve en gedragstechnieken op jezelf in het kader van een persoonlijk werkpunt ter verbetering van je functioneren als schematherapeut i.o.

We zullen dus veel werken a.d.h.v. eigen schema’s en het oefenen en ondergaan van interventies op jezelf met behulp van medecursisten. De technieken die je eerst op jezelf toepast, pas je de volgende keer op de cursuspatiënt toe, die je vanaf het begin van de cursus zult diagnosticeren en behandelen middels schematherapie.
Om zicht te krijgen op je eigen ‘valkuilen’ vul je een schemavragenlijst en een schemamodivragenlijst in. De resultaten bespreken we in kleine groepjes.

**verplichte literatuur**

Deze boeken dient u aan te schaffen voorafgaand aan de cursus:

* Arntz, A & G.Jacob. (2012) Schematherapie, een praktische handleiding.
Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds ISBN 9789057123542
* Young, J.E., J.S.Klosko & M.E.Weishaar. (2005). Schemagerichte therapie, handboek voor therapeuten.
Houten: Bohn Stafleu van Loghum. ISBN 9031343358
* Genderen H. van & Jacob, G. (2012) Patronen doorbreken. Negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en doorbreken. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. ISBN 9789057123559
* Reubsaet, R. Schematherapie: werken met fases in de klinische praktijk
Houten: Bohn Stafleu van Loghum. ISBN 9789036821148

**vervolgcursus VGCt**

Deze cursus is ook een 25-uurs vervolgcursus VGCt.