

# SCHEMATHERAPIE BASIS & GEVORDERD (50 UUR)

## WAT IS SCHEMATHERAPIE?

Schematherapie is een gespecialiseerde vorm van cognitieve therapie waarin methoden en technieken uit interpersoonlijke-, experiëntiële- en psychodynamische therapie geïntegreerd zijn, met als doel persoonlijkheidsproblematiek effectief te kunnen behandelen. Uit onderzoek is inmiddels gebleken dat de meeste persoonlijkheidsstoornissen succesvol behandeld kunnen worden met schematherapie.

Een schematherapeut maakt gebruik van cognitieve-, gedragsmatige- en experiëntiële technieken en daardoor beïnvloedt hij de patiënt via drie kanalen, namelijk voelen (experiëntiël), denken (cognitief) en doen (gedragsmatig).

Naast deze drie kanalen zijn er vier foci in de therapie te onderscheiden: Het leven buiten de therapie, de gebeurtenissen in de therapie (met name de therapeutische relatie), de ervaringen uit het verleden en de toekomst. Schematherapie richt zich op het veranderen van disfunctionele schema's/ modi in meer flexibele en minder extreme schema's/ modi, en het ontwikkelen van adequate copingstrategieën, zodat de patiënt een positiever beeld van zichzelf en anderen kan ontwikkelen en een meer genuanceerd beeld van de wereld krijgt.

## INHOUD VAN DE CURSUS

Deze cursus gaat over de diagnostiek en behandeling bij alle persoonlijkheidsstoornissen en omvat o.a. de volgende onderdelen:

- **Assessment** Opsporen van schema's, copingstrategieën en schemamodi, onder andere met behulp van vragenlijsten, de neerwaartse pijl techniek en imaginatie. Samenvatten van de informatie op een casusconceptualisatie formulier en maken van een casusconceptualisatie model of modusmodel.
- **Hanteren van de therapeutische relatie** Limited reparenting, empathische confrontatie, grenzen stellen en onderzoeken eigen schema's.
- **Specifieke cognitieve technieken** Hanteren schemadagboek, meerdimensionaal evalueren, taartdiagram en flashcards.
- **Experiëntiële technieken** Imaginatie met rescripting, historisch rollenspel en meerstoelen-techniek.
- **Aanleren van nieuw functioneel gedrag** Rollenspel, vaardigheden trainen en experimenten uitvoeren

In deze cursus leer je alle technieken toe te passen op alle persoonlijkheidsstoornissen. Naast kennisoverdracht zal vooral veel aandacht zijn voor het oefenen van vaardigheden.

Tevens leert iedereen zijn eigen schema's, copingstrategieën en modi veel beter kennen. Eén van de manieren om dat te bereiken is dat de cursisten in drie gesprekken een casusconceptualisatie van elkaar maken. In dat kader beschrijft iedereen relevante gegevens over zijn/haar levensgeschiedenis en vult de vragenlijsten over schema's en modi in. Tijdens de hele cursus wordt gebruik gemaakt van eigen casuïstiek bij het oefenen van de therapeutische vaardigheden.

## DOELGROEP

Hulpverleners die werken met cliënten met persoonlijkheidsstoornissen en/of hardnekkige stemmings- en angststoornissen.

## VOOROPLEIDING

Mensen met een BIG-registratie als GZ-psycholoog, Orthopedagoog Generalist, Psychotherapeut, Klinisch Psycholoog of Psychiater, leden van specialistische verenigingen of vaktherapeuten (RVB), die werken met cliënten met persoonlijkheidsstoornissen en/of hardnekkige klachten, kunnen deelnemen aan deze cursussen. Ook degenen die **in opleiding** zijn tot deze registraties kunnen deelnemen. Een voorwaarde voor deelname is het hebben van enige kennis en vaardigheden van cognitieve gedragstherapie.

Anderen (bv. basispsychologen, (ortho)pedagogen en HBO-ers met een andere opleiding dan vaktherapeut) mogen alleen deelnemen als zij nauw samenwerken met geregistreerde schematherapeuten.

Heeft u een opleiding gevolgd die hier niet genoemd wordt, stel uw vraag dan op de '[Contact](#)'-pagina.

## ACCREDITATIE

De volgende accreditaties zijn toegekend of in aanvraag (eerder toegekend):

- ISST
- Vereniging voor Schematherapie
- VGcT: vervolgcursus voor 50 contacturen
- FGzPt: herregistratie KP (40 punten)
- Register Vaktherapeutische Beroepen
- NVvP: wordt aangevraagd op verzoek

## DOCENTEN

- [Drs. H. van Genderen \(Hannie\)](#)
- [Drs. R. van der Wijngaart \(Remco\)](#)
- [Drs. H. Bögels \(Hélène\)](#)
- [Drs. C. Korevaar \(Chris\)](#)
- [Drs. P. van den Bos \(Pancras\)](#)

## DATA, KOSTEN EN INSCHRIJVING

- De kosten voor de cursus bedragen € 1.950,- inclusief reader, cursusmateriaal op de website en lunch. Exclusief boeken en audiovisuele middelen. U ontvangt de factuur ca. twee maanden voor aanvang van de cursus.
- Zie [agenda](#) voor de cursusdata, locaties, het inschrijfformulier en een printversie van deze pagina

## LITERATUUR

- Genderen, H. van & Arntz, A. (2010) **Schematherapie bij borderline-persoonlijkheidsstoornis** Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- Genderen, H. van, Jacob, G. & Seebauer, L. (2012) **Patronen doorbreken, negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen** Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- Arntz, A. & Jacob, G. (2012) **Schematherapie, een praktische handleiding** Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar M.E. (2005) **Schemagerichte therapie, handboek voor therapeuten** Bohn Stafleu van Loghum

## PROGRAMMA:

### Dag 1

- Inleiding schematherapie  
Schema's, coping strategieën en modi: omschrijving, ontstaan en functie
- Casus Conceptualisatie  
Opsporen en formuleren van schema's en modi: demonstratie en oefenen  
Vragenlijsten, cognitieve Interventies en imaginatie
- Opbouw therapie en therapeutische relatie  
Limited reparenting (Meer richting geven en minder afstandelijk reageren)

### Dag 2

- Schemamodi en modusmodellen  
Herkennen verschillende schemamodi
- Therapeutische relatie
- Hanteren valkuilen cliënt  
Empathische confrontatie  
Grenzen stellen
- Hanteren valkuilen van de therapeut  
Onderkennen "tegenoverdracht"  
Slecht werkende valkuil-combinaties

### Dag 3

- Herkennen schema's en modi  
Behandelplan maken
- Schematherapie: eerste gesprek in tweetallen
- Cognitieve technieken  
Schemadagboek, Flashcard en cognitieve cirkel maken
- Psycho-educatie en huiswerk

### Dag 4

- Experiëntiële technieken: Imaginaire rescripting
- Schematherapie: tweede gesprek in tweetallen
- Modusmodellen cluster C
- Twee- of meerstoelen-techniek

### Dag 5

- Historisch rollenspel
- Schematherapie: derde gesprek in tweetallen
- Borderline persoonlijkheidsstoornis  
Verlaten, misbruikte kind  
Beschermer: Voors en tegens

### Dag 6

- Borderline- en antisociale persoonlijkheidsstoornis  
Straffende oudermodus  
Boze kind  
Aanval en pest modus
- Twee- of meerstoelen-techniek
- Imaginataire rescripting

#### **Dag 7**

- Suïcide en automutilatie
- Hanteren crisis
- Narcistische persoonlijkheidsstoornis  
Hanteren therapeutische relatie bij narcistische  
persoonlijkheidsstoornis  
Zelfverheerlijker: empathische confrontatie
- Gedrag patronen veranderen  
Cliënt "pushen" om nieuw gedrag te gaan uitproberen  
Imaginatie naar de toekomst
- Oefenen van een hele sessie

#### **Dag 8**

- Praktijktoets
- Opbouw therapie