

Schematherapie

25-uurs basiscursus



Inleiding

Schematherapie is een behandelvorm die ontwikkeld is door Jeffrey E. Young en zijn collega's voor mensen met persoonlijkheidsproblematiek. Het uitgangspunt is dat ieder kind dezelfde basisbehoefte heeft. In de interactie tussen het kind, met zijn eigen temperament en aanleg, en zijn omgeving kan stagnatie in de ontwikkeling ontstaan als zich beschadigende omstandigheden voordoen of er onvoldoende respons is op datgene wat het kind nodig heeft. Deze stagnatie kan leiden tot de ontwikkeling van persoonlijkheidsproblematiek in de volwassenheid. De volwassene is dan onvoldoende in staat de taken des levens aan te gaan en uit te voeren, de coping schiet tekort. De behandeling met Schematherapie richt zich op het herkennen van de eigen 'valkuilen' en het herkennen en kunnen reageren op de eigen behoeften. Er wordt een cesuur aangebracht tussen wat in het verleden heeft plaats gevonden en wat nu nodig is: het vergroten van vaardigheden met als uiteindelijk doel de ontwikkeling van 'de Gezonde Volwassene'.

Schematherapie richt zich op het ontwikkelen van de 'Gezonde Volwassene', het vervullen van de basisbehoefte binnen realistische grenzen. De gehele cursus door is dit het leidende principe. In de kindertijd zijn basisbehoefte onvoldoende vervuld als gevolg van onaangename frustratie, traumatisering, verwenning, of identificatie. De cliënt heeft een coping ontwikkeld waarmee hij onvoldoende zorg heeft voor zijn emotionele huishouding zich uitend in gedrag dat ongewenst (in de zin van slechte zelfzorg), beschadigend of destructief is. In Schematherapie leert de cliënt de basisbehoefte te herkennen, ontwikkelt hij vaardigheden om in zijn huidige leven op een adequate manier om te gaan en te handelen naar wat hij nodig heeft (zijn basisbehoefte) binnen de mogelijkheden die er zijn (realistische grenzen).

In de Schematherapie worden inzichten, methoden en technieken die zijn ontleend aan verschillende scholen, zoals de hechtingstheorie, cognitieve gedragstherapie en experiëntiële therapieën, geïntegreerd in een allesomvattend model, gerelateerd aan het meest prominente actuele psychologische paradigma, het cognitieve model. (Arntz en Jacob, 2012)

Schematherapie is ontwikkeld voor de behandeling van volwassenen en wordt steeds vaker toegepast bij adolescenten. Schema's ontwikkelen zich vanaf de vroege jeugd en worden in de adolescentie al zichtbaar.

Schematherapie wordt toegepast bij persoonlijkheidsproblematiek en bij hardnekkige klachten in het toestandbeeld, die met de gebruikelijke behandeling onvoldoende verbeteren. Met behulp van het modusmodel en de schemaconceptualisatie wordt op een andere manier gekeken naar de in standhoudende factoren. De klacht wordt benaderd vanuit de ontwikkeling van de cliënt en gezien als coping om zichzelf 'staande te kunnen houden'. Veel cliënten met persoonlijkheidsproblematiek hebben traumatische ervaringen in hun leven meegemaakt. Deze klachten worden o.a. behandeld met imaginatie met rescripting, een krachtige techniek met goede resultaten.

Doel

Na afloop van deze cursus:

- Heb je inzicht in de schematheorie: de theorie over basisbehoefte, wat schema's, copingstrategieën en modi zijn, hoe deze ontstaan en zich verder ontwikkelen en bestendigen.
- Kun je een casusconceptualisatie en een behandelplan opstellen;
- Ben je in staat de werkrelatie met een cliënt met persoonlijkheidsproblematiek te hanteren volgens de principes van 'limited re-parenting' en 'limit setting';
- Kun je vanuit het modusmodel interventies toepassen bij destructieve gedragingen/ ongezonde gewoontes, zoals bijvoorbeeld auto-mutilatie of impulscontroleproblemen;
- Heb je geoefend met de verschillende behandeltechnieken, zoals cognitieve technieken, experiëntiële technieken en gedragsexperimenten individueel en in de groep;
- Heb je zicht op je eigen schema's en coping en heb je een idee gevormd over wat het effect hiervan kan zijn in de samenwerking met een cliënt met persoonlijkheidsproblematiek.

Voorwaarden aan deelnemende cursisten

Tot de cursus kunnen worden toegelaten cursisten die voldoen aan één van de volgende kwalificaties:

- a. BIG-registratie als gz-psycholoog, psychotherapeut, klinisch psycholoog of psychiater, dan wel in opleiding zijnde daartoe;
 - b. gewoon lidmaatschap van een specialistische psychotherapievereniging, dan wel in opleiding zijnde daartoe;
 - c. gewoon lidmaatschap van een Vlaamse psychotherapievereniging waarvan het gewoon lidmaatschap automatisch recht geeft op het gewoon lidmaatschap van een specialistische psychotherapievereniging, dan wel in opleiding zijnde daarvoor;
 - d. registratie als vaktherapeut in het Register Vaktherapeutische Beroepen.
3. Per cursusgroep mag een beperkt aantal overige hbo'ers en masterpsychologen (niet in opleiding tot gz-psycholoog of psychotherapeut) deelnemen. Voorwaarden daarvoor is dat:
- a. zij in hun werksituatie samenwerken met BIG-geregistreerde schematherapeuten die als senior of supervisor zijn ingeschreven in het Register schematherapeut
 - b. supervisie en intervisie georganiseerd zijn;
 - c. zij wat betreft klinische vaardigheden een niveau hebben in het werken met persoonlijkheidsstoornissen en ernstige As I stoornissen, dat voldoende is om de cursus met succes te kunnen volgen.

De hoofddocent beoordeelt vóór de cursus of de hbo'er of masterpsycholoog voldoet aan deze voorwaarden.

Groepsgrootte

Er kunnen maximaal 14 cursisten aan de basiscursus deelnemen.

Werkwijze

De cursist bestudeert voorafgaand aan de bijeenkomst de opgegeven literatuur. De docent geeft uitleg over de verschillende behandelprincipes en technieken, en demonstreert deze aan de hand van videomateriaal of life rollenspel. Er is veel tijd ingeruimd voor het oefenen met de Schematherapie technieken, deels in kleine subgroepen en deels plenair.

Aan het begin van de cursus zullen intervisiegroepjes samengesteld worden om tussentijds ervaringen uit te wisselen, opdrachten uit te werken en elkaar tot steun te zijn bij het opstarten van schematherapie in de eigen praktijk. Samen met deze mede-cursisten wordt gewerkt aan het opstellen van de casusconceptualisatie en het behandelplan.

Om zicht te krijgen op de eigen 'valkuilen' wordt de Schemavragenlijst en de Modi-vragenlijst **voorafgaand aan de eerste bijeenkomst** ingevuld en wordt tijdens de cursus een casusconceptualisatie gemaakt. De resultaten worden besproken in kleine subgroepen/intervisiegroep tijdens de eerste bijeenkomst.

De tijdsinvestering per bijeenkomst is circa 12 uur (literatuurstudie en intervisieopdrachten).

Toetsing, certificaat, accreditatie

- De cursist moet een voldoende behalen op de literatuurtoets (open vragen) in de tweede bijeenkomst (zie *bijlage, alleen voor accreditatie*).
- De cursist moet kunnen aantonen de huiswerkopdrachten te hebben gemaakt.
- Aan het eind van de cursus heeft de cursist voldaan aan de eisen van de eindopdracht. Zie 'Eindopdracht basiscursus'. Deze eindopdracht moet door de docent als minimaal 'voldoende', een 6, zijn beoordeeld.
- Deelnemers ontvangen een certificaat op basis van aanwezigheid en actieve deelname. Voor een certificaat met accreditatie is minimaal 90% aanwezigheid, actieve deelname en een voldoende op de toetsen vereist. Tot maximaal 10% afwezigheid wordt van de cursist verwacht een vervangende opdracht te doen. Deze opdracht bestaat uit een korte samenvatting met een link naar de eigen praktijk van de te lezen literatuur (maximaal één A4) en een verslag van het uitvoeren van een techniek van de betreffende cursusdag en geoefend is in de intervisiegroep óf die besproken is in de intervisiegroep van een opname van deze techniek (maximaal één A4).

Eindopdracht basiscursus

De eindopdracht is een uitgeschreven casusverslag van een cliënt waarin zijn opgenomen: de achtergrondgegevens van de patiënt, DSM 5 classificatie, beschrijving van de problematiek, belangrijkste schema's en modi en de ontstaansgeschiedenis daarvan, een casusconceptualisatie (schemamodel en modimodel), een analyse van de interactie van de schema's van de therapeut en de patiënt (bijvoorbeeld uitgewerkt in een functieanalyse), doelen en een behandelplan. De casusconceptualisatie (schemamodel en modimodel) wordt tevens grafisch weergegeven. De cursist maakt daarbij gebruik van in de cursus aangereikte formats.

Deze opdracht wordt per e-mail bij de docent uiterlijk drie weken voor de vierde bijeenkomst ingeleverd. De cursist krijgt feedback op deze opdracht, eventuele aanvullingen en aanpassingen worden voor de vierde bijeenkomst verwerkt en bij de docent ingeleverd.

Voorstel inhoudsopgave:

1. Achtergrondgegevens:
 - Aanmelding en hulpvraag
 - Samenvatting anamnese/intake
2. Beschrijvende diagnose
3. DSM 5 classificatie
4. Format: Onderzoeksschema in zijn geheel uitwerken
5. Behandelplan met technieken
6. Beschrijving van welke informatiebronnen gebruik is gemaakt om de schema's en modi te bepalen
7. Analyse therapeutische relatie
 - Met plan hoe om te gaan met valkuilen die voorspeld worden.

Literatuur

Verplicht zelf aan te schaffen: Arntz, A. & Jacob, G. (2012), *Schematherapie. Een praktische handleiding*. Amsterdam: Nieuwezijds, ISBN 9789057123542.

Overige literatuur wordt online beschikbaar gesteld.

Evaluatie cursus

Om voor accreditatie in aanmerking te komen dienen zowel de cursus als de docent geëvalueerd te worden. Hierbij wordt gebruik gemaakt van een evaluatieformulier. In dit evaluatieformulier wordt de cursus geëvalueerd met betrekking tot de inhoud en de opzet/lesopbouw van de cursus en de docent geëvalueerd ten aanzien van de volgende competenties: inhoudelijk deskundigheid, didactisch vaardigheid en model in 'limited reparenting'.