

Draaiboek driedaagse training
Oplossinggerichte Korte Psychotherapie

:

Docent(en) : Drs. M.P.M. Crouzen

Registraties : Klinisch psycholoog
Klinisch pedagoog
Psychotherapeut
GZ-Psycholoog NIP
Supervisor VGct
Master Solution Focused Therapy
Trainer Cliënt Directed Outcome Informed (CDOI)

Tijd : 9.30 - 16.30 uur

Aantal contacturen : 18 uur (3 maal 6 uur)

Algemene introductie van de cursus

Inleiding

De oplossingsgerichte therapie is ontwikkeld in het Brief Family Therapy Center in Milwaukee (VS). Hun motto was: doe meer van dat wat u doet, als het probleem er (even) niet is. Doordat er minder tijd nodig is om het probleem te analyseren, kost de therapie minder tijd. Vandaar de combinatie oplossingsgericht en kort.

In deze therapie richt de therapeut zich dus niet op het probleem, maar gaat samen met de cliënt op zoek naar oplossingen. Er is veel aandacht voor uitzonderingen op het probleem: wat gaat er wèl goed. Veel aandacht is er voor coping, ofwel voor het vinden van positieve uitzonderingen. Door de 'wondervraag' wordt de cliënt op een ander spoor gezet. De therapeut volgt hem in dit succesverhaal. Er wordt ook gebruik gemaakt van schaal vragen om de voortgang in de therapie richting het doel te bewaken. De klant is de expert en vindt zelf de oplossingen, natuurlijk met support van de therapeut. Het gaat om eigen oplossingen. Dat maakt dat ze passen bij de klant en zijn leefsituatie en ook natuurlijk en blijvend zijn.

In deze training wordt deze innovatieve en efficiënte vorm van psychotherapie geïntroduceerd. Actuele, wetenschappelijke inzichten worden tijdens de training met u gedeeld. Een voorbeeld: maar 13% van het succes van een therapie is toe te schrijven aan de therapiemethode en de persoon van de therapeut. Cliëntkenmerken, omstandigheden en toevallige of onbekende factoren maken doen er veel meer toe: 87% van therapiesucces hangt met deze factoren samen. Oplossingsgerichte therapie maakt slim gebruik van genoemde (non-specifieke) factoren.

De meeste therapeutische opleidingen richten zich op problemen en de diagnostiek van problemen. Vaak wordt er veel aandacht besteed aan psychopathologie, DSM classificatie en therapieën die hier op aansluiten. Oplossingsgerichte therapie kiest voor een fundamenteel andere benadering. Een switch naar de diagnostiek en therapie van oplossingen, copingsmechanismen en uitzonderingen moet gemaakt worden. Ook heel ervaren hulpverleners hebben tijd en 'veel vliegreun' nodig om dit onder de knie te krijgen. Een heel precieze analyse van kleine, maar significante verbeteringen en successen is essentieel om een goede oplossingsgerichte professional te worden.

De effectiviteit van oplossingsgerichte therapie is onafhankelijk van de DSM-diagnose of sociaaleconomische status van de cliënt. Het is daarom breed toepasbaar: niet alleen in psychotherapie, maar ook in onderwijs, management en in een medische setting.

Oplossingsgerichte therapie is een respectvolle, vaak kortdurende en vriendelijke benadering. Problemen kunnen ook besproken worden, maar de focus ligt op oplossingen en verbeteringen.

Doelgroep

Klinisch psychologen, Klinisch pedagogen, Orthopedagogen, Psychotherapeuten, Psychiaters, Gedragstherapeuten, Artsen, Eerstelijnspsychologen en GZ-psychologen; professionals op academisch niveau.

Resultaat

U neemt kennis van deze verdiepende nieuwe vorm van psychotherapie en past uw vaardigheden direct toe in de hulpverlening aan uw cliënten. Er is aandacht voor de

oplossingsgerichte gespreksvoering, assessment en specifieke interventies. Ook kijken we naar de toepasbaarheid, indicatiestelling en integratie met andere vormen van psychotherapie.

Aan het eind van de cursus weet u hoe oplossingsgerichte korte therapie het verschil maakt, welke aanpak u kunt toepassen. Ook gaat u ervaring opdoen met het voeren van oplossingsgerichte therapiegesprekken met volwassen cliënten, ouderen, kinderen en jeugdigen. U heeft meer inzicht in systemen, inclusief cliënten die gestuurd zijn (lage intrinsieke motivatie) en (echt)paren. Naast probleemgericht kunt u nu ook oplossingsgericht werken.

Niveau kennis en vaardigheden na afronding

Academisch niveau.

Inhoud

- Theorie inzake de oplossingsgerichte psychotherapie: de geschiedenis van de korte psychotherapie en de belangrijkste strategieën.
- Onderzoek over wat werkzame factoren zijn in psychotherapie.
- Oplossingsgericht assessment m.b.v. Outcome Rating Scale en Session Rating Scale: de diagnose van het therapieproces.
- Oplossingsgerichte gespreksvoering, assessment en interventies: wondervraag, uitzonderingen en schaalvragen.
- Oplossingsgerichte intake- en vervolg-, en eindgesprekken.
- Kinderen en jeugdigen, ouderen, groepen en echtparen / systemen.
- Gestuurde en/of minder gemotiveerde cliënten, psychoeducatie en onrealistische doelen.
- Toepasbaarheid, specifieke indicatiestelling, contra indicaties, combinatie andere vormen van psychotherapie: cognitieve gedragstherapie, schematherapie, EMDR, motiverende gespreksvoering, ACT en inzichtgevende psychotherapieën.
- Er worden dvd's vertoond van therapiesessies van o.a. Insoo Kim Berg.
- Een deel van de cursustijd wordt besteed aan het oefenen van de technieken door middel van rollenspel. De deelnemers spelen de getoonde aanpak steeds stapsgewijs na in subgroepen waarbij één van de deelnemers een eigen cliënt speelt.
- Oefening (mede) aan de hand van eigen casuïstiek (derde cursusdag)

Werkwijze

Tijdens de bijeenkomsten oefent u met rollenspelen de technieken van de oplossingsgerichte psychotherapie. Het verplichte cursusboek fungeert daarbij als leidraad. U oefent met het standaardprotocol voor de eerste sessie en voor de vervolgsessie. Vanuit de klachteninventarisatie en DSM classificatie en diagnose leert u een oplossingsgerichte hulpvraag en oplossingsgericht behandelplan te formuleren. U leert veel over de therapeutische houding en relatie met uw cliënt. Ook werkt u met de verschillende oefenprotocollen, onder andere voor het geven van feedback. In de periode tussen de wekelijkse cursusbijeenkomsten oefent u een dagdeel op eigen gelegenheid. Daarnaast heeft u circa vier uur voorbereidingstijd nodig per cursusbijeenkomst.

Verdeel de contacturen over de taakgebieden diagnostiek, behandeling en overig aan de hand van onderstaand schema

	Diagnostiek	Behandeling	Overige taakgebieden*
Theorie	1 uur	13 uur	0

Casuïstiek	0,5 uur	1 uur	0
Vaardigheden	0,5 uur	2 uur	0
Totaal	2 uur	16 uur	0

Activiteit: 12 uur

De cursus heeft betrekking op

- Kind en jeugdigen
- Volwassenen
- Ouderen

Niveau:

Verdiepend. Het is een verbreding van de kennis en vaardigheden van de deelnemers. Naast klachtgericht kunnen de deelnemers ook oplossingsgericht werken door bijvoorbeeld een oplossingsgerichte functie en betekenisanalyse maken

Wijze van toetsing

Schriftelijke toetsing, prestatie in rollenspel (derde sessie) en evaluatie.

De deelnemers ontvangen een certificaat op basis van voldoende toetsresultaat, minimaal 75% aanwezigheid en actieve deelname. Voor een certificaat met accreditatie geldt een norm van minimaal 90% aanwezigheid.

Indien er getoetst wordt, wat is dan de soort toetsing?

- Individuele presentatie in rollenspelen
- Oefeningen plenair en in subgroepen
- Schriftelijk tentamen

Vindt deze toetsing plaats aan het begin en/of einde van de cursus?

Tijdens de training d.m.v. mondeling plenair over de literatuur, in de rollenspelen en korte opdrachten en aan het eind d.m.v. toets met schriftelijke open vragen.

Aantal uren studiebelasting (contacturen en uren voor zelfstudie/opdrachten):

18 uur (3 maal 6 contacturen), 54 uur (studie- en oefenuren) en 12 uur activiteit.

299 blz. literatuur.

Totaal 84 uur

Aantal deelnemers

Minimaal: 12

Maximaal: 20

Dag 1: 09.30-16.30**Onderwerp van deze dag: eerste sessie, intake en indicatie****Aanwezige docent(en):** Dhr. drs. M.P.M. Crouzen**Doelstellingen van deze dag**

- Oplossingsgerichte intakegesprekken: klachten- én oplossing-inventarisatie inclusief diagnose en DSM classificatie.
- Wondervraag kunnen stellen
- Leren van probleemgericht gesprekken voeren naar oplossingsgericht gesprekken voeren
- Uitzonderingen, schalen en complimenten geven.
- Klant-, klager-, visitorrelaties

Vorbereiding van de deelnemers voor deze dag (literatuurvoorbereiding, casus meebrengen e.d.): Hoofdstuk 1 t/m 4 (104 blz.) vooraf bestuderen.

Verplichte literatuur:

Jong, P. de, Berg I.K. (2015) De kracht van oplossingen, Handwijzer voor oplossingsgerichte gesprekstherapie/druk 3. Uitgever: Harcourt Assessment B.V., ISBN 9789026522697.

Dagprogramma		
Subonderwerpen	Tijdsduur per onderwerp	Werkwijze per onderwerp
Inleiding	40 minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Oplossingsgericht interviewen van de ander twee aan twee. • Wat moet er vandaag gebeuren zodat je om 16.30 uur kunt zeggen: "Dat was de moeite waard"?
<ul style="list-style-type: none"> • Ijsberg metafoor • Oplossingsgericht theorie met voorbeelden • Van deductief, "DSM IV diagnose" naar inductief model en monitoren. • Wondervraag in de praktijk, valkuilen en oplossingen 	50 minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Oefening drie meest gestelde vragen, twee aan twee, en plenair.
Pauze	5 minuten	
<ul style="list-style-type: none"> • Wondervraag 	75 minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Oefenen plenair met wondervraag, uitzonderingen, • Schalen en compliment met niet complexe klantrelaties, • Trainer modereert, • Korte Nederlandse

		video.
Lunch	45 minuten	Vormen van regionale subgroepen, afspraak maken, uitwisselen email en tel nr.
<ul style="list-style-type: none"> • Vragen • Wat moet er vanmiddag gebeuren zodat je op de weg terug naar huis kunt zeggen: Dat was de moeite waard? • En wat nog meer? 	90 minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Oefenen: Wondervraag, uitzonderingen, schalen en complimenten (plenair en in subgroepen).
Pauze	15 minuten	
Video I'll hear Laughter van Insoo Kim Berg	55 minuten	Video I'll hear Laughter van Insoo Kim Berg. Actieve inbreng van cursisten. Video wordt regelmatig stopgezet, waarbij cursisten moeten modellen.
Huiswerk	85 minuten	Van probleem naar haalbare, positief geformuleerde doelen. Uitzonderingen en schalen met cliënten oefenen.
Evaluatie en feedback: Wat kan ik verbeteren?	15 minuten	Plenair bespreken.
Afronding	5 minuten	

- **Wijze waarop vorderingen van de deelnemers getoetst worden** (Thuis) Opdrachten en casusbeschrijvingen en oefeningen.

Dag 2: 09.30-16.30**Onderwerp van deze dag: Vervolggesprekken en oplossingsgericht meten.****Aanwezige docent(en):** Dhr. drs. M.P.M. Crouzen

Hoofdstuk 5 t/m 8 (95 blz.) vooraf bestuderen.

Doelstellingen van deze dag

- Vervolggesprekken: oefenen plenair en subgroepen. Oplossingsgericht huiswerk en bridging statements (overbruggende stellingen)
- Observaties en oplossingsgericht meetinstrumenten: Outcome Rating en Session Rating Scales
- Afname (van meetinstrumenten en interpretaties van grafieken gekoppeld aan wetenschappelijke evidentie.
- Oplossingsgerichte oefening bij specifieke groepen: echtparen, gezinnen en groepen

Voorbereiding van de deelnemers voor deze dag (literatuur, casus meebrengen e.d.)

- Toets maken
- Hoofdstuk 4 t/m 6 (van de reader?) bestuderen
- Invullen werkbladen met cliënten van eerste en vervolg gesprek bij vijf niet complexe klantrelaties.
- ORS en SRS: handleiding bestuderen en ORS en SRS afnemen.

Verplichte literatuur

Jong, P. de, Berg I.K. (2015) De kracht van oplossingen, Handwijzer voor oplossingsgerichte gesprekstherapie/druk 3. Uitgever: Harcourt Assessment B.V., ISBN 9789026522697

Dagprogramma		
Subonderwerpen	Tijdsduur per onderwerp	Werkwijze per onderwerp
Ronde: Wat is beter?	40 minuten	
Wat moet er vandaag gebeuren, zodat je kunt zeggen: 'Dat was de moeite waard?'	55 minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Huiswerk: toets en literatuur • Vragen • Algemene opzet zitting twee en verder. • Lastige klaag- of visitorrelaties van cliënten (bespreken ingevulde werkbladen) • SFT bij Ouderen, kinderen en jeugdigen, echtparen, gezinnen en groepen. • Verdieping doelen, wondervraag, uitzonderingen, schalen, complimenten en huiswerk. • Gebruik intake lijst: van probleemgericht dossier naar oplossingsgericht

		gesprek.
Pauze	5 minuten	
Cirkel oefening	75 minuten	In subgroepen
Lunch	45 minuten	
Oplossingsgericht meten: Outcome Rating Scale en Session Rating Scale	90 minuten	<ul style="list-style-type: none"> Oefenen in afname, scoren en interpretatie van ORS en SRS. Oefenen van afname in subgroepen.
Pauze	5 minuten	
Video intake van echtpaar van Insoo Kim Berg	55 minuten	Video van Insoo Kim Berg. Echtpaar. Actieve inbreng van cursisten. Video wordt regelmatig stopgezet, waarbij cursisten moeten modellen. Specifiek kijken naar probleemgericht echtpaar en oplossingsgerichte interventies. Welke feedback gaat de therapeut straks geven?
Huiswerk	20 minuten	Bij 5 verschillende cliënten – afhankelijk van ORS score - beginnen met de vraag "wat is beter?"
Evaluatie en Wat kan de docent verbeteren?	15 minuten	Plenair bespreken
Afronding	10 minuten	

- **Wijze waarop vorderingen van de deelnemers getoetst worden**
(Thuis-) Opdrachten en casusbeschrijvingen

Dag 3: 09.30-16.30**Onderwerp van deze dag: laatste sessie protocol, interpretaties van ORS en SRS en moeilijke casussen****Aanwezige docent(en):** Dhr. drs. M.P.M. Crouzen**Doelstellingen van deze dag**

- Toets met eigen casuïstiek: elke deelnemer oefent de geleerde technieken en krijgt directe feedback.
- Verdieping van oplossingsgerichte technieken toepassen bij moeilijke casussen
- Integratie van verschillende soorten theorie. Toepassing bij intervisie.
- Interventies en evaluatie van het therapeutische effect daarvan.
- SFT combineren met andere vormen van therapie (mindfulness, ACT, RET)
- Identificeren moeilijke cliënten; tools om bij hen te gebruiken.

Vorbereiding van de deelnemers voor deze dag (literatuurvoorbereiding, casus meebrengen e.d.)

- Hoofdstuk 9 t/m 12 (96 blz.) vooraf bestuderen.
- Invullen werkbladen met cliënten van eerste en vervolg gesprek bij niet complexe klantrelaties.
- ORS en SRS afnemen.

Verplichte literatuur

Jong, P. de, Berg I.K. (2015) De kracht van oplossingen, Handwijzer voor oplossingsgerichte gesprekstherapie/druk 3. Uitgever: Harcourt Assessment B.V., ISBN 9789026522697

Dagprogramma		
Subonderwerpen	Tijdsduur per onderwerp	Werkwijze per onderwerp
Rondje: Wat is beter?	10 minuten	
Oefenen met casuïstiek	90 minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Elke deelnemer oefent de geleerde technieken concreet krijgt feedback.
Pauze	5 minuten	
Vervolg oefenen met casuïstiek	80 minuten	Idem
Lunch	45 minuten	Hearthmath demonstratie of video
Verdiepingsthema's en oefenen intervisie	90 minuten	<ul style="list-style-type: none"> • SFT in probleemgerichte instellingen • SFT combineren met andere vormen van psychotherapie • Verdieping doelen, wondervraag, uitzonderingen, schalen, complimenten en huiswerk. • Psychoeducatie: sociale psychologie

		<ul style="list-style-type: none"> • Oefenen OKP intervisie: in subgroepen.
Pauze	5 minuten	
<ul style="list-style-type: none"> • Video No more lectures van Insoo Kim Berg. • Hoe verder met SFT (Netwerk, vervolgopleiding, collega's.....) ? 	45 minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Video No more lectures van Insoo Kim Berg. Gezin met jonge kinderen. Actieve inbreng van cursisten. Video wordt regelmatig stopgezet, waarbij cursisten moeten modellen. Feedback met complimenten, brug en huiswerk.
Invullen evaluatieformulier	10 minuten	Plenair bespreken
Eindevaluatie en feedback: Wat kan de docent verbeteren?	15 minuten	Plenair bespreken
Afronding	20	

Wijze waarop vorderingen van de deelnemers getoetst worden:

(Thuis) Opdrachten en casusbeschrijvingen en oefening met eigen casuïstiek.

Aanbevolen literatuur:

- Bannink, F.P. (2006), Oplossingsgerichte vragen. Handboek oplossingsgerichte gespreksvoering. Amsterdam: Pearson. ISBN 978 90 265 17808.
- Berg, I.K. & Szabo, P.(2006), Oplossingsgericht coachen. Zaltbommel: Thema. ISBN 978 90 587 13568.
- Cladder, J.M. (2010), Oplossingsgerichte korte psychotherapie, vijfde geheel herziene druk. Amsterdam: Pearson, ISBN 978 90 265 2230 7.
- Sharry, J. Madden, B. & Darmody, M. (2003), Becoming a solution detective: identifying your cliënts' strengths in practical brief therapy. London: Routledge, ISBN 978 07 890 18335.