

# Schematherapie

## 1. Lesdag 1

Tijd	Onderwerp/werkvorm
09:30	Kennismaking en uitleg opbouw module
09:45	Oefening kennismaking en verbinding (Farrell & Shaw)
10:00	Inleiding theorie schematherapie bij persoonlijkheidsstoornissen.
10:45	<i>Pauze</i>
11:00	Ervaringsgerichte groepsoefening: eigen functioneren in relatie tot leergeschiedenis
11:30	Ervaring vorige oefening koppelen aan het herkennen van schema's, en modi. Aandacht voor herkennen hoe deze in het hier-en-nu zich manifesteren.
12:00	Vervolg theorie. Schemadomeinen en kwetsbare kindmodus.
12:30	<i>Lunchpauze</i>
13:30	Informatie verzamelen door middel van schemavragenlijsten
14:00	Plenaire oefening interpreteren van vragenlijsten
14:30	Bespreken van een casusconceptualisatie en modusmodel
15:15	<i>Pauze</i>
15:30	Intervisiegroepjes: Maken van eigen casusconceptualisatie en modusmodel.
16:15	Ruimte voor vragen en evaluatie. Huiswerk voor volgende keer.
16:45	<i>Einde</i>

## 2. Lesdag 2

Tijd	Onderwerp/werkvorm
09:30	Ervaringen met technieken delen n.a.v. bijeenkomst 1. Huiswerkbespreking van de schemadomeinen
10:00	Groepsoefening schemadomeinen
10:30	Theorie therapeutische relatie: empathie, steun, empathische confrontatie en grenzen stellen
10:45	<i>Pauze</i>
11:00	Oefening: Werken met het kind/ de modi in de therapeutische relatie We oefenen met enerzijds herkennen van op voorgrond staande modus van cliënt in combinatie met de verschillende onderdelen van het werken in de therapeutische relatie.
11:45	Oefening diagnostische imaginatie. Plenaire terugkoppeling en koppeling aan theorie en aan casusconceptualisatie.
12:30	<i>Pauze</i>
13:30	Inleiding: veranderen van schema's m.b.v. cognitieve technieken
13:45	Invullen en terugkoppelen Schemadagboek a.h.v. concrete vervelende situatie: van G-schema naar Schemadagboek. Aandacht voor socratische dialoog/ neerwaartse pijn.
14:30	Hanteren schema's van de therapeut: Uitleg over tegenoverdracht, slecht werkende schemacombinaties en hoe dit in de relatie te hanteren.
15:00	<i>Pauze</i>
15:15	Intervisie oefening: casus inbreng van cliënt waarmee je in een dysfunctioneel patroon zit (zie huiswerk onderdeel 2). Breng samen per ingebrachte cliënt in kaart welke

	schema's bij zowel cliënt als therapeut een rol spelen. Hoe activeren de schema's elkaar. Bespreek samen op welke manieren je hier binnen de schematherapie mee om kunt gaan.
16:00	Demonstratie en oefening: terugkoppeling schema- en modusmodel aan de cliënt en eerste opzet behandelplan. Introductie van de Gezonde Volwassen Modus.
16:30	Afronding, evaluatie en aandacht vervolgp opdrachten
16:45	<i>Einde</i>

### 3. Lesdag 3

Tijd	Onderwerp/werkvorm
09:30	Ervaringen met oefenen en literatuur delen n.a.v. bijeenkomst 2. Vragen uit intervisieopdracht verzamelen/ bespreken.
10:00	Gekwetste kind verzorgen en imaginaire rescripting: demonstratie
10:45	<i>Pauze</i>
11:00	Oefenen met imaginatie en rescripting in tweetallen. Gebruik hiervoor je ingevulde schemadagboek (zie huiswerk voor vandaag)
11:45	Disfunctionele oudermodus en stoelentechniek: Demonstratie in groep (Farrell & Shaw) en vertaalslag naar individuele setting.
12:30	<i>Pauze</i>
13:30	Videofragment historisch rollenspel
14:00	Intervisiegroepjes: werken aan de casusconceptualisatie van de oefencasus. Herkennen van modi-representaties oefencasus.
14:45	De Gezonde volwassene versterken: Ervaringsgerichte oefening
15:15	<i>Pauze</i>
15:30	Oefenen met het hanteren van de verschillende modi. Eerder behandelde cognitieve en experiëntiële interventies kunnen worden toegepast. Als rode draad loopt het werken in de therapeutische relatie, het limited re-parenting, hier doorheen.
16:15	Blij kind en spelen Groepsoefening
16:30	Afronding, evaluatie en aandacht vervolgp opdrachten
16:45	<i>Einde</i>

### 4. Lesdag 4

Tijd	Onderwerp/werkvorm
09:30	Ervaringen met oefenen en literatuur delen n.a.v. bijeenkomst 3. Vragen uit intervisieopdracht verzamelen/ bespreken.
10:00	Oefening: Copingmodi en gedragsmatige interventies
10:45	Groepsoefening
11:00	<i>Pauze</i>
11:15	Richting afronding: op eigen benen verder: theorie en oefening
12:00	Oefenen naar behoefte van de groep
12:30	<i>Pauze</i>
13:30	Toets Casusconceptualisatie: nagekeken door docent. Plenair nabespreken van knelpunten en vragen hierover. Eerst in de intervisiegroepen uiteen. Vragen verzamelen en plenair bespreken.
15:00	Blij kind oefening (Farrell & Shaw)
15:15	<i>Pauze</i>
15:30	Keuzemenu: Naar behoefte oefenen
16:00	Evaluatie van de cursus
16:45	<i>Einde</i>