DRAAIBOEK SCHAKELAANBOD DIALECTISCHE GEDRAGSTHERAPIE

één schakeldag + ‘week 2’ van de intensieve training

Inleiding

Dialectische Gedragstherapie (DGT)

DGT is een wetenschappelijk onderbouwde behandeling voor volwassenen en adolescenten die die een aanhoudend patroon van suïcidaal, zelfbeschadigend of emotioneel ontregeld gedrag laten zien, kaderend binnen een borderline persoonlijkheidsstoornis (BPS) (McCauley, 2018; McMain, 2009; Storebo, 2020). Het is een multimodaal programma dat bestaat uit vier onderdelen. Elk onderdeel richt zicht op een specifieke zorgnood. Tijdens de individuele therapie onderzoeken patiënten en hun therapeuten hoe ze vaardige stappen kunnen zetten naar een levenswaard leven en wat er nodig is om de motivatie op peil te houden. In de vaardigheidstraining ligt de nadruk op vaardigheden aanleren in groep. Individuele therapeuten zijn ook tussen de sessies bereikbaar om patiënten te helpen om vaardigheden toe te passen op de momenten dat ze die het meest nodig hebben en om breuken in de samenwerking tijdig kort te sluiten. Het therapeutenconsultatieteam tenslotte, helpt individuele therapeuten en vaardigheidstrainers om zélf gemotiveerd en competent te blijven gedurende het gehele proces. Uit onderzoek blijkt dat DGT effectief blijft wanneer het programma wordt aangepast aan de mogelijkheden en beperkingen van de patiënten of setting (Swales, 2019). Vooral de DGT –vaardigheidstraining ontwikkelt zich tot een transdiagnostische interventie.

Opleidingstraject tot individueel therapeut of DGT-vaardigheidstrainer

Elke individuele therapeut of vaardigheidstrainer die ambieert om erkend te worden in als DGT-behandelaar doorloopt een ‘intensieve training Dialectische Gedragstherapie’. De intensieve training Dialectische Gedragstherapie (DGT) bestaat uit tien trainingsdagen en drie fasen. Tijdens de eerste week, die bestaat uit vijf bijeenkomsten van één dag, worden de competenties voor het uitvoeren van DGT en voor het zelfstandig opzetten van een DGT-programma ingeoefend. Qua werkvorm ligt de nadruk in deze week op presentatie, demonstratie en rollenspel. Na deze week krijgen de teams ongeveer een half jaar om wat ze geleerd en geoefend hebben in de praktijk toe te passen. Om dit proces te faciliteren worden er opdrachten en good practices meegegeven. Tijdens de tweede week krijgen deelnemers de kans om te presenteren waar ze op dat moment staan in het implementatieproces. De focus van deze week is evalueren, doelen scherpstellen, en zoveel mogelijk stappen zetten in de richting van die doelen. Daarnaast worden de competenties van week één herhaald, waarbij minder ingezet wordt op didactiek, en meer op verdiepende discussies, zelf oefenen en feedback vragen. In Nederland en België wordt DGT meestal geïmplementeerd in multidisciplinaire teams, waarin verschillende basisdisciplines en –opleidingen vertegenwoordigd zijn. Om deel te nemen aan de intensieve training moeten de deelnemers wel basiskennis cognitieve gedragstherapie (CGT) kunnen aantonen.

Plek van het schakelaanbod in het opleidingstraject tot individueel therapeut of DGT-vaardigheidstrainer

Het schakelaanbod is ontwikkeld voor eenieder die enkel de eerste week van de intensieve training Dialectische Gedragstherapie heeft gevolgd en graag de tweede week van de intensieve training Dialectische Gedragstherapie zou willen volgen, maar hier nog niet de kans voor heeft gehad. Dit gebeurt wanneer 1) een deelnemer zelf stopte tussen week 1 en week 2 (doorgaans is er dan sprake van overmacht) of 2) de eerste vijf dagen van de intensieve training (“week 1”) als aparte module hebben doorlopen, bijvoorbeeld als deel van hun opleiding tot klinisch psycholoog of psychotherapeut.

Schakelaanbod

Het schakelaanbod start met een ‘schakeldag’ (vandaar de naam) waarin herhaling, verdieping en het oriënteren op de voorbereidingen voor de tweede week centraal staan. Aan de hand van de leerdoelen van week 1 van de intensieve training wordt tevens in kaart gebracht welke kennis/attitude/vaardigheden aanwezig zijn, welke afwezig zijn en welke aanwezig zijn mits wat opfrissing. Na deze dag is het aanbod identiek aan het verdere verloopt van de intensieve DGT-training: +- een half jaar om te implementeren wat getraind werd, gevolgd door een tweede week van vijf bijeenkomsten.

Leerdoelen

Kennis/attitude/vaardigheden die verondersteld worden aanwezig te zijn:

* Functie, structuur en verloop van een consultatieteam
* Basisprincipes in DGT: wetenschappelijk denken, acceptatie en dialectische filosofie
* Onderzoek naar de effectiviteit en werkingsmechanismen van DGT
* Uitgangspunten over cliënten, behandelaars en behandeling
* Biosociale theorie en het vaardheidstekortmodel
* Casusconceptualisatie in DGT
* Stadia in het therapeutisch proces bij patiënten met ernstige emotieregulatieproblemen
* Functie van de programmaonderdelen in het licht van Linehans theorie
* Levensdoelen van een cliënt, en primaire en secundaire behandeldoelen in DGT
* Van complexe problematiek komen tot specifiek en analyseerbaar probleemgedrag
* Kernstrategieën in DGT: problemen oplossen, valideren, dialectiek
* Tot de kern van de zaak komen in het eerste gesprek
* Structuur en verloop van pretreatment, individuele therapie en speciale sessies
* Structuur, verloop en inhoud van de vaardigheidstraining
* Consultatie-aan-de-cliënt principe vasthouden in casemanagement
* Suïciderisicotaxatie en –management in chronisch suïcidale doelgroepen
* Procedures om te interveniëren tijdens een acute, suïcidale crises
* Effectief omgaan met therapie belemmerend gedrag en koppigheid
* Cognitieve modificatie, informele exposure en contingentiemanagement toepassen in DGT
* Wederkerige en irreverente communicatie balanceren
* Strategieën voor coaching tussen de sessies door
* Implementeren van DGT als individu, team en organisatie

Leerdoelen week 2:

* Demonstreren van kernstrategieën en procedures in DGT
* Kritisch kunnen beoordelen en meedenken in casusconceptualisatie en ketenanalyses
* Biosociale theorie uitleggen aan cliënten, naasten en collega’s
* Dysfunctioneel gedrag tijdens een sessie identificeren en remediëren
* Individuele therapie, vaardigheidstraining en consultatieteam op het juiste spoor houden
* Teamproblemen identificeren en DGT-strategieën toepassen om die op te lossen
* Je consultatieteam versterken
* Zelf een behandelprogramma ontwikkelen dat rekening houdt met wetenschappelijk onderzoek en met de unieke noden binnen de setting
* Een plan bedenken om de effectiviteit van het programma te onderzoeken
* Kennis en inzicht toetsen aan de hand van het DGT-examen
* Plan uitwerken voor het consolideren en verder op punt stellen van het DGT-programma
* Zelf beter worden in presentatie, demonstratie en rollenspel
* DGT-vaardigheden op een begeesterende manier overbrengen

Onderwerpen, verloop, voorbereiding en huiswerk per bijeenkomst zijn in appendix terug te vinden.

Doelgroep

De doelgroep van de cursus zijn cognitief gedragstherapeuten, gedragstherapeutische medewerkers, GZ-psychologen, klinisch psychologen, psychiaters, psychotherapeuten, sociaalpsychiatrisch verpleegkundigen of basispsychologen die 1) minimaal een inleiding van 30 uur gedragstherapie hebben gevolgd en 2) de eerste vijf dagen van de intensieve training (“week 1”) hebben gevolgd tijdens de intensieve DGT-training van Dialexis of dit trainingsaanbod als aparte module hebben doorlopen.

Kosten

1350 Euro, inclusief reader, lunch, koffie/thee

Locatie

Kontakt der Kontinenten, Soesterberg.

Data en studiebelasting

Zie [www.dialexisadvies.nl/agenda](http://www.dialexisadvies.nl/agenda) voor een overzicht van de data.

De training is opgedeeld in een schakeldag en een blok van vijf dagen met een tussenperiode van een half jaar. De studiebelasting is op de eerste dag 6 uur, in de week 45 uur, en vooraf en tussentijds 106 uur, wat neerkomt op een totaal van 157 uur. De DGT-cursus start met het consultatieteam als framework, waarna dialectiek besproken en geoefend wordt. Daarna komt het etiologisch fundament en wordt (borderline) persoonlijkheidsproblematiek besproken. Na de zes maanden oefentijd worden de andere thema’s die bij borderline/persoonlijkheidsproblematiek horen besproken zoals co-morbiditeit.

Trainers

Zie [www.dialexisadvies.nl/trainingen/intensief](http://www.dialexisadvies.nl/trainingen/intensief) voor een actueel overzicht van welke trainers welke intensieve training geven.

Accreditatie

Accreditatie wordt aangevraagd bij de NVvP, VGCt, FGzPt, V&VN, VSR, SRVB, NIP K&J/NVO OG, en NIP Eerstelijnspychologie.

Verplichte literatuur

Er wordt verwacht dat de cursisten ten minste de volgende boeken gelezen hebben voor het begin van de training:

* Linehan, M. M. (laatste druk). De DGT-vaardigheden, Nederlandse bewerking: L.M.C. (Wies) van den Bosch. Pearson. ISBN 978 90 265 52280 0 (592 pagina's)
* Linehan, M. M. (laatste druk). Dialectische gedragstherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Lisse: Swets & Zeitlinger Publishers. ISBN 90-265-1713-0. (500 pagina’s)

Daarnaast beschikt Dialexis over een uitgebreid archief met extra artikels, hoofdstukken uit praktijkboeken. Docenten zijn vrij om materiaal te delen als dat helpt om de leerdoelen te bereiken. Dit hangt echt van de specifieke noden van de groep en individuele deelnemers af. Deze literatuur is ook niet verplicht:

* Bosch, L.M.C. van den (2007). Valideren, een vak apart. Tijdschrift Cliëntgerichte Psychotherapie, 45 (4), p. 39-50.
* Bruin, R.M. de, Koudstaal, J.A. & Muller, N. (2013) Dialectische gedragstherapie voor jongeren met een borderline stoornis en andere emotieregulatiestoornissen. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. p. 1-237.
* Bruin, R.M. de, Koudstaal, J.A. & Muller, N. (2013) Surfen op emoties. Werkboek dialectische gedragstherapie voor jongeren (DGT-J). Houten: Bohn Stafleu van Loghum. p. 1-192.

Toetsing

Elke dag wordt minimaal één mindfulness oefening gedaan, vaak twee (bij aanvang van de cursus in de ochtend en na de lunch). Voorafgaand aan en tijdens de eerste week wordt aan iedereen gevraagd ’s avonds huiswerkopdrachten uit te voeren, gericht op de vaardigheden, welke de volgende dag steekproefsgewijs getoetst wordt. Verder moeten de cursisten een take-home examen met 73 vragen maken gedurende het half jaar tussen de twee blokken in. In de tweede week moeten de cursisten één presentatie van minimaal anderhalf uur geven waarin zij hun behandelaanbod en fragmenten uit individuele sessies of vaardigheidstrainingen laten beoordelen door de groep en de docenten.

Cursisten mogen niet meer dan tien procent in totaal van de cursustijd missen.

Continuïteits- en kwaliteitsbewaking

Iedere dag wordt middels feedbackformulieren in kaart gebracht wat verbeterd kan worden. De resultaten daarvan worden bij het begin van ieder cursusdag met de deelnemers besproken. Er wordt ook gekeken naar de algemene beoordeling van de cursus en van de docenten om continuïteit en kwaliteit van het schakelaanbod te waarborgen en te verbeteren.

APPENDIX: Bijeenkomsten

Bijeenkomst 1 (‘schakeldag’)

Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst in ieder geval aan bod:

* Mindfulness en zen
* Team consultatieovereenkomst
* Commitment
* Biosociale theorie en assumpties in DGT
* Dialectiek als filosofie

Voorbereiding

* Beide handleidingen gelezen hebben.
* De kern van de biosociale theorie en de DGT assumpties zelf kunnen uitleggen
* Aan de hand van de leerdoelen van week 1 van de intensieve training in kaart brengen welke kennis/attitude/vaardigheden aanwezig zijn (groen), welke afwezig zijn (rood) en welke aanwezig zijn mits wat opfrissing (oranje).

Verloop

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit**  | **Werkvorm**  |
| 09:30-10:30 | Mindfulness Kennismaking en oriëntatie  | OefeningBespreking |
| 10:45-12:30 | Consultatieteam overeenkomst Oefenen/uitleggen biosociale theorieAssumpties in DGT | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel |
| 13:30-13:45 | Mindfulness | Oefening |
| 13:45-15:00 | Case-management Commitment  | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel |
| 15:15-16:50 | Consultatieteams vormen ‘start implementatiefase’ sheets voorbereiding week 2 | Presentatie, discussieConsultatievragen stellen op basis van zelfevaluatie |
| 16:50-17:00 | Evaluatie | Schriftelijk |

Huiswerk na afloop van de schakeldag

* Implementatie DGT in de eigen praktijk
* Huiswerkopdrachten zoals genoemd in de sheets
* Voorbereiding van de presentatie zoals genoemd in de sheets

Bijeenkomst 2

Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

* commitment
* team consultatieovereenkomst
* biosociale theorie

Tijdschema

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit**  | **Werkvorm**  |
| 09:00-10:30 | Mindfulness oefening/welkom oriëntatieIndeling presentaties/rollen | Oefening, bespreking |
| 10:45-12:30 | Team consultatieovereenkomstOefenen/uitleggen biosociale theorie | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel |
| 13:30-13:45 | Mindfulness | Oefening |
| 13:45-15:00 | Presentatie 1 | Presentatie door cursist |
| 15:15-16:50 | Casusconceptualisatie en Commitment gesprek inleiding en oefenen | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel  |
| 16:50-17:00 | Evaluatie | Schriftelijk |

Huiswerk

* Reflectie op de besproken onderwerpen
* Indien van toepassing voorbereiding van de presentatie

Bijeenkomst 3

Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

* Mindfulness
* Kernstrategieën
* Validatie
* Dialectiek
* Probleemoplossing
* Gedragstherapie
* Gedragsanalyse

Verloop

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit**  | **Werkvorm**  |
| 09:00-10:30 | Mindfulness oefening/ feedback/ gedragsanalyse | Oefening, bespreking |
| 10:45-12:30 | Toepassing kernstrategieën ValidatieDialectiek Probleemoplossing  | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel |
| 13:30-13:45 | Mindfulness | Oefening |
| 13:45-15:00 | Presentatie 2 | Presentatie door cursist |
| 15:15-16:50 | Toepassing kernstrategieënFOCUS; tot de kern van de zaak komen | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel  |
| 16:50-17:00 | Evaluatie | Schriftelijk |

Huiswerk

* Reflectie op de besproken onderwerpen
* Indien van toepassing voorbereiding van de presentatie

Bijeenkomst 4

Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

* Mindfulness
* Vaardigheidstraining
* Interventies bij disfunctioneel gedrag in de therapie

Verloop

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit**  | **Werkvorm**  |
| 09:00-10:30 | Mindfulness oefening/ Feedback | Oefening, bespreking |
| 10:45-12:30 | Vaardigheidstraining | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel |
| 13:30-13:45 | Mindfulness | Oefening |
| 13:45-15:00 | Presentatie 3 | Presentatie door cursist |
| 15:15-16:50 | Interventies bij disfunctioneel gedrag: Quick & dirty steps: rollenspel | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel  |
| 16:50-17:00 | Evaluatie | Schriftelijk |

Huiswerk

* Reflectie op de besproken onderwerpen
* Indien van toepassing voorbereiding van de presentatie

Bijeenkomst 5

Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

* Mindfulness
* individuele therapie
* structureren zitting
* standaard dagboekkaart
* structurerende strategieën
* Consultatie aan de cliënt principe / casemanagement
* Stilistische strategieën

Verloop

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit**  | **Werkvorm**  |
| 09:00-10:30 | Mindfulness oefening/feedback | Oefening, bespreking |
| 10:45-12:30 | Structuur individuele sessie en pretreatment | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel |
| 13:30-13:45 | Mindfulness | Oefening |
| 14:30-15:15 | Presentatie 4 | Presentatie door cursist |
| 15:15-16:50 | Casemanagement en stilistische strategieën  | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel  |
| 16:50-17:00 | Evaluatie | Schriftelijk |

Huiswerk

* Reflectie op de besproken onderwerpen
* Indien van toepassing voorbereiding van de presentatie

Bijeenkomst 6

Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

* Mindfulness
* vaardigheidstraining
* consultatieteam
* suïciderisico inschatting
* co-morbiditeit

Verloop

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit**  | **Werkvorm**  |
| 09:00-10:30 | Mindfulness oefening/ feedback/ gedragsanalyse | Oefening, bespreking |
| 10:45-12:30 | Suïciderisicomanagement  | Presentatie, discussie, demonstratie rollenspel |
| 13:30-13:45 | Mindfulness | Oefening |
| 13:45-16:00 | DGT als transdiagnostische interventieConsultatievragen stellen | Presentatie, discussie, rollenspel |
| 16:00-16:45 | Evaluatie | Bespreking |
| 16:45-17:00 | Afsluiting  | Bespreking  |

Huiswerk

* Reflectie op de besproken onderwerpen
* Indien van toepassing voorbereiding van de presentatie