

# DRAAIBOEK INTENSIEVE 10-DAAGSE TRAINING IN DIALECTISCHE GEDRAGSTHERAPIE (DGT)

## Algemeen

In de intensieve training wordt aan de hand van lezingen, videomateriaal en praktijkoefeningen inzicht gegeven in Dialectische gedragstherapie en haar toepassing in de praktijk. Ook zullen gegevens over effectiviteit worden getoond, en zal stil gestaan worden bij screening en diagnostiek.

De training is nadrukkelijk gebaseerd op de handleiding voor de vaardigheidstraining en het tekstboek door Linehan geschreven.

Doel van de training is deelnemers de vaardigheden bijbrengen om tot de opzet en/of uitvoering van een DGT programma te kunnen komen.

## Doelgroep

De doelgroep van de cursus zijn cognitief gedragstherapeuten, gedragstherapeutische medewerkers, GZ-psychologen, psychiaters, psychotherapeuten, SPV'ers die (met name) de individuele DGT psychotherapie willen gaan uitvoeren. Daarnaast kunnen ook multidisciplinair samengestelde consultatieteams deelnemen.

## Kosten

2200 Euro, inclusief reader, lunch, koffie/thee, en aan het eind van de training het boek *Vademecum Dialectische Gedragstherapie: Blijven Zoeken Naar Balans*, van Steven Meijer en Wies van den Bosch.

## Data en studiebelasting

....

De training is opgedeeld in twee blokken van vijf dagen, met een tussenperiode van een half jaar. De studiebelasting is in de 1e week 45 uur, in de 2e week 45 uur, en vooraf en tussentijds 106 uur, wat neerkomt op een totaal van 196 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.

## Locatie

Kontakt der Kontinenten, Soesterberg.

## Trainers

....

## Accreditatie



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

## Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Het consultatieteam als raamwerk, inclusief kennis van de structuur, doelen, begrenzing en werkwijze
- Het behandelprogramma: structuur van de behandeling (stadia, doelen, programma opbouw), structurering van de individuele therapie (pre-treatment fase/verwerven van commitment, opbouw van de sessie, interventies en strategieën, afsluiting van de behandeling), vaardigheidstraining, telefonische consultatie (doelen en begrenzing)
- Het etiologisch fundament van DGT (biosociale theorie) en DGT assumpties
- Kennis en toepassing van de kerntheorieën uit DGT (gedragstherapie, validatie en dialectiek)
- Consultatie-aan-de-patiënt principe
- Kennis en toepassing van gedragsprincipes, onder andere het klassieke en operante paradigma, betekenis en functieanalyses (twee componentenmodel), de werking van de dagboekkaart, de werking en toepassing van exposure, principes van cognitieve herstructurering, gedrags- en gedachtenexperimenten
- Kennis van (borderline) persoonlijkheidsproblematiek, emotionele ontregeling
- Na zes maanden oefentijd wordt gericht op kennis van andere thema's behorende bij borderline/persoonlijkheidsproblematiek, zoals co-morbiditeit
- Aanleren en toepassen van diagnostische en therapeutische vaardigheden (denken)
- (Persoonlijke) ontwikkeling en toename van reflectief vermogen (ervaren)
- Mindfulness en Zen
- Kennis en meten van klinische progressie: gebruik van instrumenten naast de dagboekkaart, bespreken van (gebrek aan) vooruitgang met cliënten
- Vragen over casuïstiek en consultatie stellen en casusconceptualisatie ontwikkelen
- Kennis van validatie niveaus, vermogen om gedragstherapeutische interventies op de meest cruciale momenten in te zetten (bijvoorbeeld voldoende en voldoende snelle bekrachtiging, op basis van het ingeschatte suïciderisico bepalen of gedragsverandering geëist kan worden)
- Uitvoeren van suïciderisico analyse
- Kennis van andere evidence-based programma's (inclusief inhoud en werkwijze) en de verschillen met DGT
- Aanleren van een mindfulness en DGT attitude (onbevooroordeeld en meedogend kunnen zien dat het disfunctionele gedrag van de cliënt onderdeel is van de problematiek en dus te behandelen gedrag is)
- Opstellen van een holistische theorie en uitvoeren van functieanalyses



- Kennis van betekenis van terugval in problematiek (cirkel van Prochaska en Diclemente) en aanpak hiervan
- De therapeutische relatie: bepalen welke interventies noodzakelijk zijn en ingrijpen bij acuut therapie belemmerend gedrag zodat direct gedragsverandering optreedt (quick and dirty)

DGT is een experimentele en experientiele behandelmethod, gebaseerd op zowel gedragstherapie als validatie (en dialectiek). Dat heeft als gevolg dat in de opleiding zowel gefocust wordt op aanleren van diagnostische en therapeutische vaardigheden (denken) als op (persoonlijke) ontwikkeling en toename van reflectief vermogen (ervaren). In de opleiding worden beide elementen verwerkt. Doceren wordt afgewisseld met rollenspelen, video-opnames worden afgewisseld met mindfulness oefeningen, ontvangen van kennis met leren ontwikkelen van vragen over casuïstiek en ontwikkelen van casusconceptualisatie. Door de oefentijd van zes maanden kunnen deelnemers zich de stof eigen maken. In de presentatie die zij de tweede week moeten geven vindt integratie plaats van kennis en ervaring, en leren zij consultatie vragen zodat ook na de cursus de ontwikkeling verder gaat. Zoals gezegd worden pas na de zes maanden oefentijd de andere thema's die bij borderline/persoonlijkheidsproblematiek horen besproken zoals co-morbiditeit. Reden is dat kunnen omgaan met ernstige borderline problematiek/disfunctioneel gedrag op DGT wijze veel oefening vergt. Eenmaal beheersen van de basis maakt het mogelijk de logica die in de methode vervlocht zit, toe te passen op andere problematiek. Met andere woorden: beheersen van de basis maakt het mogelijk verantwoord af te wijken indien noodzakelijk.

## Algemene leerdoelen

Na afloop van de cursus:

1. onderschrijft de cursist zich aan de structuur van het consultatieteam (de cursist laat zichzelf 'behandelen' in het team) en committeert de cursist zich aan de deelname zodat zij/hijzelf continue scholing ondergaat. De cursist kan het belang van het consultatieteam in DGT naar voren brengen.
2. kan de cursist consultatievragen stellen en is bereid de hulp van consultatie in te roepen en te accepteren indien noodzakelijk
3. kan de cursist de telefonische consultatie- en andere op generalisatie gerichte strategieën in DGT uitleggen
4. kan de cursist een holistische theorie opstellen over cliënten met borderline problematiek en daardoor bepalen welke behandeldoelen gesteld kunnen worden
5. kan de cursist een functieanalyse maken van het borderline probleemgedrag (vaststellen wat op gebied van cognitieve herstructurering, verwerven van vaardigheden en bewerken van geconditioneerde emotionele responsen bij cliënten noodzakelijk is)
6. begrijpt de cursist het concept dialectiek en durft hij/zij de eruit voortvloeiende interventies toe te passen
7. kan de cursist vaststellen of de cliënt lijdend is aan een persoonlijkheidsstoornis/ernstige emotionele ontregeling, en of de cliënt gebaat zou zijn bij DGT
8. kan de cursist de cliënt tot commitment aan de behandeling brengen, of tenminste een op informatie gebaseerde, en werkelijk ervaren keuze voor of tegen behandeling laten maken. Dit houdt in dat de cursist ten minste de hulpvraag kan verhelderen en het te bereiken doel kan vaststellen (in etappes over de duur van de behandeling heen), de etiologische basis van DGT (biosociale theorie), gedragsprincipes, validatie en de structuur en inhoud van het behandelprogramma uit kan leggen, andere evidence-based programma's kan bespreken en samen met de cliënt kan bezien of DGT de juiste keuze is.
9. kan de cursist observeren welke interventies werken, of vooruitgang plaatsvindt (meest aan de hand van monitoren van probleemgedrag), en kan de cursist vaststellen welke veranderingen op cognitief, emotioneel, intermenselijk of gedragsgebied moeten plaatsvinden (een ketenanalyse).



10. kan de cursist alle gedragstherapeutische interventies toepassen en/of is de cursist zich bewust van gebrek aan vaardigheid en bereid deze vaardigheden te ontwikkelen
11. beheert de cursist motiverende gespreksvoering en de commitment strategieën zoals ontwikkeld in DGT
12. kent de cursist de betekenis van terugval in problematiek en weet wat de adequate aanpak is
13. kan de cursist de toepassing van mindfulness overbrengen aan de cliënt en kan de cursist het zelf toepassen
14. ziet de cursist het belang van het meten van klinische progressie in en kan dit uitvoeren
15. kan de cursist de kerntheorieën uit DGT toepassen
16. onderschrijft de cursist de samenstelling van het behandelprogramma en committeert zich hieraan
17. kan de cursist zich opstellen als coach van de cliënt en de logica van het onderliggende principe zo begrijpen dat zij/hij ertoe in staat is het te allen tijde toe te passen
18. kan de cursist een suïcide risico analyse uitvoeren

## Literatuurlijst

De handboeken van DGT geven niet alleen de noodzakelijke informatie over de methode en het behandelprogramma, maar dienen tegelijk als protocol voor de uitvoer van de behandeling. Andere literatuur is er vooral op gericht het leren toepassen van de strategieën, maar zeker ook het structureren van eigen handelen als therapeut te ondersteunen, en de kennis over de wetenschappelijke evidentie te updaten.

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

- Linehan, M. M. (laatste druk). Borderline persoonlijkheidsstoornis. Handleiding voor training en therapie. Amsterdam: Harcourt Book Publishers. p. 1-205.
- Linehan, M. M. (laatste druk). Dialectische gedragstherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Lisse: Swets & Zeitlinger Publishers. ISBN 90-265-1713-0. p. 1-500.

Verder behoren de volgende boeken en artikelen gelezen te worden:

- 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 op random basis 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 aantonen DGT toegepast te hebben.

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

Om uitleg te geven hoe geoefend wordt met vaardigheden hierbij een voorbeeld van het oefenen van jezelf troostende compassie. Eerst wordt er uitleg gegeven over de functie van de vaardigheid, waarna uitleg wordt gegeven over hoe dit te oefenen:



Zelf kritiek en schaamte hebben hun wortels in angst. Angstreacties hebben we omdat ze ons beschermen voor gevaar. Deze vaardigheden gaat er om onze geest te trainen de heftigheid die we ervaren als het om problemen en fouten gaat, wat af te laten nemen. Met behulp van deze oefeningen werken we eraan de reacties van ons lichaam en geest die ons angstig laten blijven, kritische gedachtes en pijnlijke gevoelend in stand houden, te verminderen.

Ontwikkel en gebruik een meedogend beeld: Gebruik een beeld dat jij persoonlijk troostend vind. Het kan een plaats zijn of iemand, een dier of een voorwerp dat je je voor de geest kunt halen en gebruiken om je te ontspannen, je rustiger te gaan voelen en daardoor meer gefocust.

Geef aandacht aan je ademhaling: geef je volledige aandacht, zoveel als je kan, aan je ademhaling. Laat je aandacht bij je ademhaling. Als je afgeleid wordt, laat dan de afleiding vriendelijk gaan en ga terug naar je ademhaling.

Neem afstand van je zelfkritische deel: stel je dat deel van jezelf voor dat boos is en je bekritiseert. Zie dat deel als losstaand van jou. Neem afstand van het beeld n herinner je jezelf er aan dat je meer bent dan dit deel van jou.

Ontwikkel en gebruik een beeld van de wijze geest: stel je dat deel van jezelf voor dat gekenmerkt wordt door wijsheid, kracht, genegenheid, zorg en een onbevoordeeldheid. Sta dat deel van jezelf toe met je te praten of vol genegenheid naar je te kijken.

Toetsing vindt plaats door middel van een take home examen wat de cursisten aan het eind van de eerste week mee naar huis krijgen naar huis. In de periode tussen week 1 en week 2 kunnen cursisten de trainers benaderen met consultatie vragen. Het examen wordt in week 2 besproken. In de presentaties en tijdens de rollenspelen komt het niveau van het toepassen van DGT in de praktijk tot uiting.

## 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 (op anonieme basis) besproken. Er wordt ook gekeken naar de algemene beoordeling van de cursus en van de docenten om continuïteit en kwaliteit van de intensieve 10-daagse DGT training te waarborgen en te verbeteren.



# Bijeenkomsten

## Bijeenkomst Week 1, Dag 1

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- kennismaking/oriëntatie/consultatieteam overeenkomst
- Borderline persoonlijkheidsstoornis: feiten en fictie
- dialectiek als filosofie
- Zen en mindfulness
- de bio-sociale theorie
- DGT assumptie

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

1. heeft de cursist kennis van borderline persoonlijkheidsstoornis
2. heeft de cursist kennis van dialectiek
3. kan de cursist mindfulness oefeningen uitvoeren
4. heeft de cursist kennis van de bio-sociale theorie
5. heeft de cursist kennis van DGT assumptie

### Literatuur

- Linehan, M. M. (laatste druk). *Borderline persoonlijkheidsstoornis. Handleiding voor training en therapie*. Amsterdam: Harcourt Book Publishers;

### Tijdschema

<b>Tijd</b>	<b>Activiteit</b>	<b>Leerdoel</b>	<b>Werkvorm</b>
09:30-10:30	Kennismaking/Oriëntatie/ consultatieteam overeenkomst		Presentatie
10:45-12:30	Borderline persoonlijkheidsstoornis: feiten en fictie Dialectiek als filosofie	1  2	Presentatie
13:30-13:45	Introductie mindfulness	3	Oefening
13:45-15:00	Zen en mindfulness	3	Presentatie en oefening
15:15-16:50	De biosociale theorie DGT assumpties: patiënten, therapeuten/therapie, case management	4  5	Presentatie
16.50-17:00	Huiswerkopdracht: kernoplettendheidsvaardigheden		Bespreking



## Huiswerk

Na afloop van deze bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

- Kernoplettendheidsvaardigheden
- Lees hoofdstuk 6 & 7
- Observeer een situatie waarin jij je (of iemand anders zich) in de
  - emotionele geest
  - redelijke geest
  - wijze geest bevindt.
- Doe iets 'in het moment' (bijv. afwassen, douchen, met de hond wandelen)



## Bijeenkomst Week 1, Dag 2

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- feedback/bespreking huiswerk
- structuur van de behandeling
- structurering van de individuele therapie
- vaardigheidstraining
- telefonische consultatie
- het consultatieteam

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

6. heeft de cursist kennis van behandeling
7. heeft de cursist kennis van individuele therapie
8. heeft de cursist kennis van vaardigheden
9. kan de cursist telefonische consultatie verlenen
10. heeft de cursist kennis van het consultatieteam

### Literatuur

- Linehan, M. M. (laatste druk). *Borderline persoonlijkheidsstoornis. Handleiding voor training en therapie*. Amsterdam: Harcourt Book Publishers;

### Tijdschema

<b>Tijd</b>	<b>Activiteit</b>	<b>Leerdoel</b>	<b>Werkvorm</b>
09:00-10:30	Mindfulness oefening/Feedback/Bespreking huiswerk	3	Oefening, bespreking
10:45-12:30	Structuur van de behandeling: stadia en doelen van de behandeling, programma opbouw	6	Presentatie
13:30-13:45	Mindfulness	3	Oefening
13:45-15:00	Structurering van de individuele therapie: pre-treatment fase/verwerven van commitment, opbouw van de sessie, interventies en strategieën, afsluiten van de behandeling Vaardigheidstraining: overzicht van de doelen Telefonische consultatie: doelen en begrenzing	7 8 9	Presentatie
15:15-16:50	Consultatieteam, doelen, begrenzing, werkwijze	10	Presentatie en rollenspel
16:50-17:00	Huiswerkopdracht: intermenselijke effectiviteit		Uitleg

### Huiswerk





Na afloop van deze bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

- Invullen huiswerkblad intermenselijke effectiviteit #2
- Lees hoofdstuk 8



Dialexis

## Bijeenkomst week 1, dag 3

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- gedragstherapie
- DGT gedragstherapeutische interventies en procedures
- verschillen tussen DGT en 'gewone' gedragstherapie
- interventie bij disfunctioneel gedrag in de sessie
- vaardigheidstraining
- structuur van de training

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

11. heeft de cursist kennis van DGT gedragstherapeutische interventies
12. heeft de cursist kennis van andere evidence-based gedragstherapieën
13. kan de cursist interventies plegen
14. heeft de cursist kennis van de structuur van de training
15. kan de cursist vaardigheden in de praktijk brengen

### Literatuur

- Linehan, M. M. (laatste druk). *Borderline persoonlijkheidsstoornis. Handleiding voor training en therapie*. Amsterdam: Harcourt Book Publishers;

### Tijdschema

Tijd	Activiteit	Leerdoel	Werkvorm
09:00-10:30	Mindfulness oefening/Feedback/Bespreking huiswerk	3	Oefening, bespreking
10:45-12:30	Gedragstherapie DGT gedragstherapeutische interventies en procedures Verschillen tussen DGT en 'gewone' gedragstherapie Interventie bij disfunctioneel gedrag in de sessie	11 12 13	Presentatie, video, rollenspel
13:30-13:45	Mindfulness	3	Oefening
13:45-15:00	Vaardigheidstraining Structuur van de training: kennismaking met cliënten, video opnames/huiswerkbespreking	15	Presentatie, gastdocent, video, bespreking
15:15-16:50	Vaardigheidstraining: omgaan met 'moeilijke' cliënten, rollenspellen	15	Presentatie en rollenspel
16:50-17:00	Huiswerkopdracht: Emotieregulatie		Uitleg

### Huiswerk

Na afloop van deze bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

- Invullen huiswerkblad emotieregulatie # 1
- Lees hoofdstuk 9



## Bijeenkomst week 1, dag 4

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- algemene strategieën met oefenen commitment strategieën
- validatie
- quick & Dirty steps
- suïciderisico assessment

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

16. kan de cursist emotieregulatie toepassen
17. heeft de cursist kennis van algemene strategieën
18. heeft de cursist kennis van validatie en kan dit toepassen
19. heeft de cursist kennis van quick & dirty
20. heeft de cursist kennis van suïciderisico assessment en hoe dit uit te voeren

### Literatuur

- Linehan, M. M. (laatste druk). *Borderline persoonlijkheidsstoornis. Handleiding voor training en therapie*. Amsterdam: Harcourt Book Publishers;

### Tijdschema

<b>Tijd</b>	<b>Activiteit</b>	<b>Leerdoel</b>	<b>Werkvorm</b>
09:00-10:30	Mindfulness oefening/Feedback/Bespreking huiswerk	3 16	Oefening, bespreking
10:45-12:30	Algemene strategieën met oefenen commitment strategieën Validatie: definitie, betekenis, functie, toepassing	17 18	Presentatie, oefenen, rollenspel
13:30-13:45	Mindfulness	3	Oefening
13:45-15:00	Quick & Dirty steps: case-management	19	Presentatie
15:15-16:50	Suïciderisico assesment +video	20	Presentatie en video
16:50-17:00	Huiswerkopdracht: crisisvaardigheden/ radicale acceptatie		Uitleg

### Huiswerk

Na afloop van deze bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

- Oefen 2 van de bewustzijnsoefeningen
- Oefen 1 van de licht glimlach oefeningen
- Lees hoofdstuk 10
- Crisisvaardigheden/radicale acceptatie



## Bijeenkomst week 1, dag 5

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- feedback/bespreking huiswerk
- dialectiek en dialectische strategieën
- stilistische strategieën
- consultatievragen

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

21. kan de cursist crisisvaardigheden en radicale acceptatie uitvoeren
22. kan de cursist dialectiek en dialectische strategieën toepassen
23. kan de cursist stilistische strategieën toepassen
24. kan de cursist consultatievragen stellen
25. heeft de cursist kennis van irreverentie

### Literatuur

- Linehan, M. M. (laatste druk). *Borderline persoonlijkheidsstoornis. Handleiding voor training en therapie*. Amsterdam: Harcourt Book Publishers;

### Tijdschema

Tijd	Activiteit	Leerdoel	Werkvorm
09:00-10:30	Mindfulness oefening/Feedback/Bespreking huiswerk	3 23	Oefening, bespreking
10:45-12:30	Dialectiek en dialectische strategieën	24	Rollenspel
13:30-15:00	Stilistische strategieën met oefening irreverentie	25 27	Presentatie, oefening
15:15-16:00	Consultatievragen	26	Presentatie
16:00-16:15	Huiswerkopdrachten 2 <sup>e</sup> deel training		Bespreking
16:15-16:45	Evaluatie		Bespreking
16:45-17.00	Mindfulness, afsluiting	3	Oefening, bespreking

### Huiswerk

Gedurende de zes maanden tussen deze bijeenkomst en de volgende bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

- Beschrijf je programma. Houd een presentatie van ongeveer een half uur. Zorg ervoor dat je beschrijft hoe je patiënten selecteert voor je programma. Beschrijf ook het evaluatieplan, hoe je cliënten evalueert.
  - Start de presentatie met een mindfulness oefening
  - Bereid rollenspellen voor
- Beschrijf drie of meer problemen die nog niet zijn opgelost in je team en waarover je consultatie van de groep in het tweede gedeelte van de training vraagt.
- Leg de Biosociale theorie ten minste drie keer uit aan een patiënt of aan familieleden
- Leg BPS uit aan twee cliënten, gebruik hierbij de BPS criteria zoals ze georganiseerd zijn in de vijf categorieën
- Leer het suïcide risico assessment.



- Verhelder je persoonlijke grenzen. Noem in ieder geval één grens die verschillend is tussen cliënten en één of meer grenzen die hetzelfde zijn bij alle cliënten. Deel deze grenzen met je team. Het team helpt je deze grenzen te verhelderen en te bewaken.
- Maak ten minste drie gedragsanalyses met cliënten (eventueel een rollenspel) en schrijf ze op. Bespreek ten minste één gedragsanalyse in je team
- Oefen met de commitment strategieën
- Oefen alle vaardigheden van de vaardigheidstraining en maak de huiswerkopdrachten
- Vul een week lang een dagboekkaart in. Voeg er een doel aan toe dat moet toenemen en een doel dat moet afnemen.



## Bijeenkomst week 2, dag 6

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- alternatieve onderwerpen
- alternate rebellion
- commitment
- team consultatieovereenkomst
- biosociale theorie

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

1. kan de cursist mindfulness oefeningen uitvoeren
2. heeft de cursist kennis van alternate rebellion
3. kan de cursist commitment teweegbrengen
4. kan de cursist een team consultatieovereenkomst opstellen
5. kan de cursist de biosociale theorie uitleggen
6. kan een cursist presenteren

### Literatuur

- Linehan, M. M. (zesde druk). De DGT-vaardigheden. Handleiding voor de vaardigheidstraining dialectische gedragstherapie. ISBN 978 90 265 2280 0. p. 1-588.
- Linehan, M. M. (laatste druk). Dialectische gedragstherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Lisse: Swets & Zeitlinger Publishers. ISBN 90-265-1713-0. p. 1-500.
- 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.

### Tijdschema

<b>Tijd</b>	<b>Activiteit</b>	<b>Leerdoel</b>	<b>Werkvorm</b>
09:00-10:30	Mindfulness oefening/welkom oriëntatie Indeling presentaties/rollen	1	Oefening, bespreking
10:45-12:30	Alternatieve onderwerpen Alternate rebellion Commitment Team consultatieovereenkomst Oefenen/uitleggen biosociale theorie	2 3 4 5	Oefening, presentatie
13:30-13:45	Mindfulness	1	Oefening
13:45-15:00	Presentatie 1	6	Presentatie door cursist
15:15-16:50	Commitment gesprek inleiding en oefenen	3	Presentatie, oefening
16:50-17:00	Evaluatie		Schriftelijk

### Huiswerk

Na afloop van deze bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

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





**Dialexis**

## Bijeenkomst week 2, dag 7

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- gedragsanalyse
- individuele therapie
- structureren zitting
- standaard dagboekkaart
- structurerende strategieën
- telefonische consultatie

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

7. kan de cursist een gedragsanalyse uitvoeren
8. heeft de cursist kennis van individuele therapie
9. kan de cursist een zitting structureren
10. heeft de cursist kennis van de standaard dagboekkaart en weet deze te gebruiken
11. kan de cursist structurerende strategieën toepassen
12. kan de cursist telefonische consultatie geven

### Literatuur

- Linehan, M. M. (zesde druk). De DGT-vaardigheden. Handleiding voor de vaardigheidstraining dialectische gedragstherapie. ISBN 978 90 265 2280 0. p. 1-588.
- Linehan, M. M. (laatste druk). Dialectische gedragstherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Lisse: Swets & Zeitlinger Publishers. ISBN 90-265-1713-0. p. 1-500.
- 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.

### *Tijdschema*

<b>Tijd</b>	<b>Activiteit</b>	<b>Leerdoel</b>	<b>Werkvorm</b>
09:00-10:30	Mindfulness oefening/ feedback/ gedragsanalyse	1 7	Oefening, bespreking
10:45-12:30	Individuele therapie Structureren zitting Standaard dagboekkaart Structurerende strategieën	8 9 10 11	Presentatie
13:30-13:45	Mindfulness	1	Oefening
13:45-15:00	Presentatie 2	6	Presentatie door cursist
15:15-16:50	Telefonische consultatie: inleiding en oefenen	12	Presentatie, oefening
16:50-17:00	Evaluatie		Schriftelijk

### Huiswerk

Na afloop van deze bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

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





## Bijeenkomst week 2, dag 8

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- gedragstherapie
- gedragsanalyse
- validatie
- interventies bij disfunctioneel gedrag

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

13. kan de cursist gedragstherapie toepassen
14. kan de cursist gedragsanalyses uitvoeren
15. kan de cursist validatie toepassen
16. kan de cursist interventies bij disfunctioneel gedrag toepassen
17. heeft de cursist kennis van quick & dirty steps en kan deze toepassen

### Literatuur

- Linehan, M. M. (laatste druk). Borderline persoonlijkheidsstoornis. Handleiding voor training en therapie. Amsterdam: Harcourt Book Publishers;
- Linehan, M. M. (laatste druk). Dialectische gedragstherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Lisse: Swets & Zeitlinger Publishers. ISBN 90-265-1713-0.
- 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 borderlinestoornis 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.

### Tijdschema

Tijd	Activiteit	Leerdoel	Werkvorm
09:00-10:30	Mindfulness oefening/ Feedback	1	Oefening, bespreking
10:45-12:30	Gedragstherapie: inleiding & oefenen Gedragsanalyse + validatie	13 14, 15	Oefening, presentatie
13:30-13:45	Mindfulness	1	Oefening
13:45-15:00	Presentatie 3	6	Presentatie door cursist
15:15-16:50	Interventies bij disfunctioneel gedrag: Quick & dirty steps: rollenspel	16 17	Rollenspel
16:50-17:00	Evaluatie		Schriftelijk

### Huiswerk

Na afloop van deze bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

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



## Bijeenkomst week 2, dag 9

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- suïciderisico inschatting
- co-morbiditeit: middelen
- mindfulness

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

18. kan de cursist een inschatting maken van suïciderisico
19. heeft de cursist kennis van co-morbiditeit
20. kan de cursist de juiste methoden toepassen bij co-morbiditeit
21. moeten nog 2 leerdoelen bij (minimaal 5)...

### Literatuur

- Linehan, M. M. (zesde druk). De DGT-vaardigheden. Handleiding voor de vaardigheidstraining dialectische gedragstherapie. ISBN 978 90 265 2280 0. p. 1-588.
- Linehan, M. M. (laatste druk). Dialectische gedragstherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Lisse: Swets & Zeitlinger Publishers. ISBN 90-265-1713-0. p. 1-500.
- 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.

### Tijdschema

Tijd	Activiteit	Leerdoel	Werkvorm
09:00-10:30	Mindfulness oefening/feedback	1	Oefening, bespreking
10:45-12:30	Suïciderisico inschatting	18	Presentatie + oefening
13:30-13:45	Mindfulness	1	Oefening
14:30-15:15	Presentatie 4	6	Presentatie door cursist
15:15-16:50	Co-morbiditeit: middelen	19, 20	Rollenspel
16:50-17:00	Evaluatie		Schriftelijk

### Huiswerk

Na afloop van deze bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

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



## Bijeenkomst week 2, dag 10

### Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

- vaardigheidstraining
- mindfulness
- consultatieteam

### Leerdoelen

Na afloop van deze bijeenkomst:

22. kan de cursist een gedragsanalyse uitvoeren
23. kan de cursist vaardigheden aanleren
24. kan de cursist zelfstandig zijn/haar vaardigheid in kernoplettendheid verbeteren
25. kan de cursist consultatievragen stellen
26. moet nog een leerdoel bij..

### Literatuur

- Linehan, M. M. (zesde druk). De DGT-vaardigheden. Handleiding voor de vaardigheidstraining dialectische gedragstherapie. ISBN 978 90 265 2280 0. p. 1-588.
- Linehan, M. M. (laatste druk). Dialectische gedragstherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Lisse: Swets & Zeitlinger Publishers. ISBN 90-265-1713-0. p. 1-500.
- 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.

### Tijdschema

Tijd	Activiteit	Leerdoel	Werkvorm
09:00-10:30	Mindfulness oefening/ feedback/ gedragsanalyse	1 22	Oefening, bespreking
10:45-12:30	Geven van de vaardigheidstraining: inleiding + oefenen (kernoplettendheid)	23 24	Oefening, presentatie
13:30-16:00	Mindfulness Consultatie team: inleiding + oefenen stellen van consultatievragen	1 25	Oefening, presentatie
16:00-16:45	Evaluatie		Bespreking
16:45-17:00	Afsluiting		Bespreking

### Huiswerk

Na afloop van deze bijeenkomst maakt u de volgende opdrachten:

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

