



Hannie van Genderen
Schematherapie Opleidingen

25-uurs cursus

SCHEMATHERAPIE IN GROEPEN

2109U-GR

Utrecht, september 2021

Van Genderen Opleidingen
Eburonenweg 42
6224 HX Maastricht

www.schematherapieopleidingen.nl
info@schematherapieopleidingen.nl

INHOUDSOPGAVE

1.	Opleiders	3
2.	Cursuslocatie	3
3.	Cursusprogramma	4
4.	Algemene informatie	4
5.	Doelgroep	5
6.	Accreditatie cursus	5
7.	Werkwijze en toetsing	6
8.	Overige cursussen en workshops	7
9.	Literatuur	9
10.	Bijeenkomst 1	10
	Bijeenkomst 2	11
	Bijeenkomst 3	12
	Bijeenkomst 4	13

De slides, de bijlagen, de vragenlijsten en de artikelen, die bij deze cursus horen, kunt u downloaden via de website www.schematherapieopleidingen.nl
Ga in het menu naar het tabblad 'Cursisten'. Vervolgens klikt u op 'Schematherapie Gevorderd 25 uur' en vult u het wachtwoord in dat u via mail van ons heeft ontvangen. Let erop, dat u de bestanden zult moeten downloaden om ze te kunnen gebruiken!

*Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van H. van Genderen.
Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich te wenden tot H. van Genderen.*

1. Opleiders

Mw. Drs. H. van Genderen (Hannie) – Coördinatie

Klinisch psycholoog, psychotherapeut, supervisor/leertherapeut/opleider VGct, de Vereniging voor Schematherapie, ISST Individual and Group. Geeft individuele en groepstherapie aan volwassenen met persoonlijkheidsstoornissen. Praktijk voor Klinische Psychologie van Genderen. Email: info@schematherapieopleidingen.nl

Mw. Drs. M. Blokland (Marian) - Docent

Psychotherapeut/GZ-psycholoog en supervisor/opleider leertherapeut VGct, ISST, Vereniging voor Schematherapie. Geeft individuele en groepstherapie aan adolescenten, jongvolwassenen en volwassenen Youz Maastricht, afdeling Kind & Jeugd en Praktijk voor Directieve Psychotherapie Meerssen. E-mail: marianblokland@icloud.com

Dhr. Drs. C. Horstman (Coen) - Docent

Klinisch psycholoog en supervisor/leertherapeut/opleider VGct de Vereniging voor Schematherapie. Geeft individuele- en groepstherapie aan volwassenen. Vincent van Gogh Instituut en in eigen praktijk. E-mail: coenhorstman@icloud.com

2. Cursusplaats

Vergadercentrum
Vredenburg 19
3511 BB Utrecht
T (030) 2310068

3. Cursusprogramma

Onderwerpen	Datum	Docent
Cursusdag 1 Inleiding STG bij BPS; starten groep	15-09-2021	M. Blokland C. Horstman
Cursusdag 2 Fasen in de groep, werken met schemamodi in de groep (beschermer en blijde kind)	29-09-2021	M. Blokland C. Horstman
Cursusdag 3 Werken met schemamodi in de groep (gezonde volwassene, kwetsbare kind en straffende ouder) Experiëntiële technieken	03-11-2021	M. Blokland C. Horstman
Cursusdag 4 Werken met schemamodi in de groep (straffende ouder, boze kind en boze beschermer)	24-11-2021	M. Blokland C. Horstman

4. Algemene informatie

Borderline patiënten lijken nog meer te profiteren van groepstherapie dan van de toch al zo succesvolle individuele therapie. Uit een onderzoek van Farrell, Shaw, & Webber (2009) blijkt dat schematherapie in een groep (30 sessies) gegeven naast de gebruikelijke behandeling als resultaat had dat 94% van de patiënten na 8 maanden niet meer voldeed aan de criteria voor een borderline persoonlijkheidsstoornis. Een vergelijkbaar resultaat werd gevonden in een klinische setting. De voorlopige resultaten van deze groepsbehandeling in de Riagg Maastricht lijken even goed en een grotere studie van Arntz en Farrell is in 2010 gestart. Schematherapie in groepen (STG) is een integratieve vorm van groepstherapie, die aspecten van directieve groepstherapie combineert met aspecten van psychodynamische groepen. In STG wordt veel gebruik van experiëntiële technieken.

Waarom werkt groepstherapie voor borderline patiënten zo goed?

Naast de algemene voordelen van groepstherapie zoals herkenning, interpersoonlijk leren en onderlinge steun zijn er vergeleken bij individuele schematherapie een aantal specifieke voordelen zoals:

- Er is een tweede "ouder" dus limited re-parenting wordt versterkt
- Feedback van andere mensen met BPS is veel geloofwaardiger dan die van therapeuten
- Door de herkenning bij elkaar, voelen patiënten zich sneller veilig (vaak voor het eerst zijn ze niet 'anders' dan anderen), meer begrip voor eigen gevoelens en gedrag
- Twee- of meerstoelentechniek en rollenspelen kunnen met meer personen gespeeld worden
- Bestrijden van straffende modus met hele groep is krachtiger
- Werken met de blijde kind modus maakt het doorbreken van de beschermer en het versterken van een positief zelfbeeld makkelijker

Inhoud cursus

- Wat is typisch voor STG voor BPS
 - afwijkende regels over onderling contact buiten groep, afwezigheid, huiswerk vergeleken met andere vormen van groepstherapie
 - model ST in groepen en implicatie voor ST technieken
 - meer aandacht voor blije kind
- Start van de groep
 - kennismakingsfase met info BPS en basisregels groep
 - Introductie modi in de groep en maken van modusmodellen
- Therapeutische relatie
 - Rolverdeling therapeuten
 - Limited reparenting voor alle groepsleden
- Toepassen ST technieken bij volgende thema's
 - Accepteren van hebben van verschillende behoeftes van het verlaten kind
 - Veiligheid in de groep als het spannend wordt, omgaan met straffende ouder en boze kind
 - Spel en oefeningen voor de blije kind modus
 - Imaginatie en rescripting in de groep

In deze cursus zal naast kennisoverdracht vooral veel aandacht zijn voor het oefenen van vaardigheden in een groep.

5. Doelgroep

Hulpverleners die werken met groepen met patiënten met een borderline persoonlijkheidsstoornis of gemengde groepen. Een voorwaarde voor deelname is kennis en vaardigheden op het gebied van schematherapie op basisniveau (minimaal een cursus van 25 uur)

6. Accreditatie cursus

Voor deze cursus is erkenning van de Vereniging voor Schematherapie, VGct, FGzP, NVGP, herregistratie KP, en de SRVB (vaktherapeuten) aangevraagd en al meerder malen verkregen.

7. Absentie

Wanneer je een dag niet aanwezig kan zijn kan je je afmelden bij de docent of via het Secretariaat:

Christel van Mil
+31 622702138
info@schematherapieopleidingen.nl

Gedurende de cursussen van 4 dagen (25 uur) mag maximaal 1 dag gemist worden, die zal moeten worden ingehaald tijdens een volgende cursus.
De kosten voor een inhaaldag bedragen € 50,-

8. Werkwijze en toetsing

In deze cursus zal, naast kennisoverdracht, vooral veel aandacht zijn voor het oefenen van vaardigheden in een groep.

De toets bestaat uit het demonstreren van de vaardigheden tijdens diverse onderdelen van de cursus.

9. Overige cursussen en workshops

Er is een uitgebreid aanbod van vervolgcursussen en workshops voor verschillende doelgroepen. Om deze cursussen en workshops te volgen dien je minimaal een basiscursus schematherapie van 25 uur gevolgd te hebben.

25 uur Cursus Schematherapie voor Gevorderden

Na de basiscursus is het sterk aan te bevelen om via supervisie en intervisie meer ervaring op te doen met de behandeling van lichtere tot middelzware patiënten. Daarna kan een cursus schematherapie voor gevorderden (25 uur) gevolgd worden. In deze cursus ligt het accent op zwaardere problematiek en kunnen alle persoonlijkheidsstoornis aan de orde komen. In deze cursus is veel ruimte voor de inbreng van problematiek van eigen patiënten en de knelpunten, die de cursist ervaart, bij het toepassen van de verschillende technieken.

25 uur Cursus Schematherapie voor Cluster C

Patiënten met een Cluster C persoonlijkheidsstoornis lijken makkelijker te behandelen, omdat zij minder vaak in crisis raken, maar hun hardnekkige vermijdende en controlerende copingstrategieën zijn tamelijk moeilijk te doorbreken. Ook patiënten met hardnekkige angst- en stemmingsstoornissen hebben nogal eens (trekken van) een ontwijkende-, afhankelijke- of een dwangmatige persoonlijkheidsstoornis waardoor hun klachten onvoldoende verbeteren door de reguliere behandelmethodes.

Recent zijn een aantal modusmodellen voor cluster C ontwikkeld door Arnoud Arntz en anderen en zijn meer specifieke behandeltechnieken ontwikkeld om deze problematiek te behandelen.

25 uur Cursus Schematherapie in Groepen

Veel patiënten lijken nog meer te profiteren van groepstherapie dan van de toch al zo succesvolle individuele schematherapie. Het meeste onderzoek is gedaan naar de effectiviteit bij patiënten met BPS, maar inmiddels is ook al veel ervaring opgedaan met cluster C problematiek.

Schematherapie in groepen (STG) is een integratieve vorm van groepstherapie, die aspecten van directieve groepstherapie combineert met aspecten van psychodynamische groepen. In STG wordt veel gebruik gemaakt van experimentele technieken. In de cursus zal hier veel aandacht aan besteed worden.

ADOLESCENTEN

25 uur Schematherapie Gevorderd voor Adolescenten

Dit is een cursus voor gevorderden, dus voor deelnemers, die al een basiscursus schematherapie (voor adolescenten of volwassenen) hebben gevolgd en enige ervaring met schematherapie hebben opgedaan. In deze cursus komt de toepassing van de schematherapie met betrekking tot specifieke adolescenten-thema's aan de orde

Vercvolgcursus groepsschematherapie voor Adolescenten en Volwassenen (2Dagen)

Dit is een cursus voor gevorderden, dus voor deelnemers, die al een cursus groepsschematherapie (voor adolescenten of volwassenen) hebben gevolgd.

Veel deelnemers aan de cursussen groepsschematherapie (adolescenten en volwassenen) hebben aangegeven dat zij behoefte hebben aan een workshop om moeilijke situaties in de groepsschematherapie te bespreken en nieuwe manieren te ontdekken om met deze problemen om te gaan.

Groepsschematherapie kan heel complex zijn en ook meer ervaren schematherapeuten worstelen soms met zeer uitdagende en lastige cliënten en groepssituaties. Tevens kunnen complexe situaties ontstaan door de interactie tussen de twee co-therapeuten.

Ouderschematherapie (2 dagen)

Ouderschematherapie is erop gericht om ouders te steunen om zoveel mogelijk vanuit hun gezonde oudermodus te reageren op modi van het kind. De modusinteractiecirkel geeft helderheid hoe modi van het kind en van de ouder elkaar triggeren. Er wordt ingegaan op de behoeften van ouders zelf, die in het verleden en vaak nu nog steeds niet bevredigd werden en gekeken hoe ouders kunnen omgaan met modi van het kind en de behoeften van het kind.

Modusgerichte speltherapie (1 dag)

Schematherapie gebruikt het spel van het kind om met de verschillende modi te experimenteren en bepaalde patronen te veranderen. In de modusgerichte schematherapie is de therapeut actief gericht op het contact maken het kwetsbare kind in het kind zelf, biedt alternatieven voor disfunctionele coping modi en versterkt de gezonde kanten in het kind. De technieken van de schematherapie worden op spelniveau gebruikt (limited reparenting, imaginatie met rescripting, experimenteren met verschillende modi).

WORKSHOPS

Schematherapie Supervisoren (2 dagen)

Per 1 mei 2016 is het voor aanstaande supervisoren van de Vereniging voor Schematherapie verplicht een tweedaagse supervisorencursus te volgen. Ook voor schematherapeuten, die al langer supervisor zijn, is deze cursus interessant om de supervisie-vaardigheden te verdiepen. In deze cursus wordt de cursist vertrouwd gemaakt met de state-of-the-art op het gebied van supervisie geven, de taken en verantwoordelijkheden van effectief supervisorschap en het competentiegericht superviseren van schematherapeuten.

Workshop 'Imaginaire Rescripting' (2 dagen)

Imaginaire rescripting wordt over het algemeen gezien als een van de meest effectieve technieken binnen de schematherapie. Toch is het vaak niet eenvoudig om deze techniek toe te passen. Zo worden therapeuten regelmatig geconfronteerd met uitdagende situaties waarin de patiënt bijvoorbeeld zegt 'Ik heb geen herinneringen uit mijn kindertijd' of 'Ik wil niet die oude herinneringen ophalen, waarom zou dat helpen?'. Verder zijn patiënten in hun jeugd vaak zo beschadigd dat de herinneringen aan hun jeugd erg emotioneel beladen zijn. Therapeuten voelen zich daardoor geremd om met imaginatie beelden uit dat belaste verleden op te halen uit angst voor decompensatie.

Workshop 'Meerstoelentechniek' (2 dagen)

Het is bekend dat de stoelentechniek een belangrijk werkzaam element is binnen schematherapie, omdat het de schema's verandert op belevingsniveau. In de praktijk blijkt het echter vaak toch moeilijk om deze techniek toe te passen. Sommige therapeuten voelen zich onervaren in het toepassen van deze techniek, omdat het niet hun gebruikelijke manier van werken is. Daarnaast zijn er in de praktijk diverse uitdagende situaties die nog niet behandeld zijn in eerdere cursussen.

Workshop hanteren van boze modi in schematherapie (2 dagen)

Doelstelling van deze workshop is het beter in staat zijn met boosheid in de therapeutische relatie om te gaan.

In deze cursus leren de cursisten op de eerste plaats om goed te differentiëren tussen de verschillende vormen van boosheid. De leidende vraag daarbij is "vanuit welke modus toont de patiënt de boosheid?". De cursisten zullen in twee dagen leren om boze modi beter te hanteren met gebruik van specifieke methoden en technieken.

Specialistische workshop 'Chronische Depressie' (1 dag).

Hoewel CGT een bewezen effectieve behandeling is van depressie is slechts 40-50% van de patiënten klachtenvrij na een eerste behandeling. Bovendien ontwikkelt 5-20% van deze populatie een chronische vorm van depressie die therapieresistent lijkt te zijn. Deelnemers leren in deze workshop hoe ze een chronische depressie kunnen conceptualiseren in termen van schema's en modi. Daarnaast leren ze hoe ze specifieke methoden en technieken uit de schematherapie kunnen toepassen in de behandeling van chronisch depressieve klachten. De dag zit vol, soms speelse, oefeningen om veel ervaring op de te doen en tegelijkertijd niet 'besmet' te raken met de depressieve klachten waarover gesproken wordt."

Workshop 'Narcistische persoonlijkheidsstoornis'

Narcisme is in onze samenleving wijdverbreid, maar mensen met narcistische problematiek hebben niet zo vaak een hulpvraag. De behandeling wordt bemoeilijkt door het egocentrische en arrogante gedrag waar narcisten om bekend staan, alsmede de woedebuien, die optreden als de patiënt zich tekortgedaan of gefrustreerd voelt. Hierdoor eindigen veel behandelingen voortijdig, al dan niet door toedoen van de therapeut. Deze workshop heeft als doel de specifieke problemen bij de behandeling van NPS beter te leren hanteren. Onderwerpen zijn o.a.

- De dynamiek van narcisme goed begrijpen
- Valkuilen in het hanteren van de therapeutische relatie herkennen en hanteren
- Technieken aanpassen om effectiviteit van de behandeling te vergroten.

Workshop 'Gezonde volwassene' (1 dag)

In de literatuur en het onderwijs over schematherapie is lange tijd met name de nadruk gelegd op het bewerken van de disfunctionele ouder- en copingmodi en het valideren van de behoeften van het Kwetsbare Kind-deel van patiënten. Hoewel het versterken van de Gezonde Volwassene wel genoemd werd als uiteindelijk doel van de behandeling, was er weinig specifieke aandacht voor deze modus. Er wordt veelal onvoldoende uitgelegd wat 'De Gezonde Volwassene' van de patiënt precies is, wat die modus precies doet, hoe de patiënt kan leren contact te leggen met dit deel van zichzelf en hoe dit gezonde deel versterkt kan worden in therapie. Deze workshop richt zich op het herkennen, versterken en inzetten van de Gezonde Volwassene.

Workshop 'Complexe casussen' (1 dag)

Veel deelnemers aan onze cursussen hebben aangegeven dat zij behoefte hebben aan terugkomdagen of masterclasses om complexe casussen te bespreken en nieuwe manieren te ontdekken om met deze problemen om te gaan. Daarom starten we dit jaar met een aantal masterclasses voor casussen van volwassen patiënten gegeven door Hannie van Genderen en Remco van der Wijngaart. Alle deelnemers worden verzocht voor aanvang een casus op te sturen waar zij vragen over hebben.

Voor actuele informatie over alle cursussen zie www.schematherapieopleidingen.nl
Voor meer informatie over schematherapie kijk op www.schematherapie.nl en volg de LinkedIngroep van de Vereniging voor Schematherapie
Voor internationale contacten en informatie zie www.SchemaTherapySociety.com

10. Literatuur

Zie hiervoor de aparte literatuurlijst

11. Bijeenkomsten

Programma dag 1 Inleiding schematherapie in groepen bij BPS Interpersoonlijke- en gedragstechnieken	Datum : 15 september 2021 Tijd : 09.45 tot 16.45 uur Docent(en) : Marian Blokland Coen Horstman
--	---

Voorafgaand aan deze bijeenkomst te lezen literatuur: zie volgende pagina.

09.45 – 10.15 uur **Kennismaken**

10.15 – 10.30 uur Inleiding over de opbouw van de cursus

Schema's, copingstrategieën en schemamodi: Omschrijving en ontstaan

10.30 – 11.08 uur Inleiding schematherapie in groepen voor borderline-persoonlijkheidsstoornis

11.08 – 11.15 uur Pauze

11.15 – 11.45 uur **Veiligheid creëren** (Interpersoonlijke- en gedragstechnieken)

11.45 – 12.30 uur Oefening veiligheid creëren

12.30 – 13.00 uur **Pauze**

13.00 – 13.30 uur **Structuur bieden/Groepsregels** (Interpersoonlijke- en gedragstechnieken)

13.30 – 14.00 uur Oefening groepsregels bedenken

14.00 – 15.38 uur Demonstratie DVD en oefening

15.38 - 15.45 uur Pauze

15:45 – 16:30 uur **Blij kind**

Werken met het blij kind

Demonstratie: Werken met het blij kind

Nabespreken

16:30 – 16.45 uur Huiswerk bespreken en evaluatie

Huiswerk voor bijeenkomst 2:

- Vul de Young schemavragenlijst en de modusvragenlijst (SMI) in voor jezelf
- Maak handouts of folders over de behandelde informatie voor je eigen groep. In tweetallen wordt gewerkt aan handouts over een aantal thema's, die vooraf afgesproken worden (bijvoorbeeld: fasen in therapie, omgaan met boosheid, emotieregulatie, veiligheidsplan en oefeningen voor het blij kind)
- Bedenk verschillende manieren om veiligheid te creëren in moeilijke situaties
- Bedenk andere oefeningen voor het blij kind

<p>Programma dag 2</p> <p>Fasen in STG, werken met modi in een groep Experiëntiële- en cognitieve technieken in een groep.</p>	<p>Datum : 29-09-2021 Tijd : 09.45 tot 16.45 uur Docent(en) : Marian Blokland Coen Horstman</p>
--	---

Voorafgaand aan deze bijeenkomst te lezen literatuur: zie volgende pagina.

9.45 – 10.00 uur	<p>Inleiding Ervaringen met technieken van de eerste dag</p>
10.00 – 10.30 uur	<p>Fasen in groepstherapie</p>
10.30 – 10.37 uur	<p>Pauze</p>
10.37 – 11.00 uur	<p>Indeling van de eerste sessies</p>
11.00 – 11.30 uur	<p>Doel groepstherapie uitleggen</p>
11.30 – 12.45 uur	<p>Bespreken BPS en tegelijk werken aan veiligheid en onderlinge band Korte demonstratie uitleg plus begin maken met veiligheidsplan samen met de groep</p>
12.45 – 13.30 uur	<p>Pauze</p>
13.30 – 15.38 uur	<p>Beschermer Experiëntiële technieken, cognitief voor en nadelen modus bespreken</p>
	<p>Werken met de beschermer</p>
	<p>Demonstratie en oefenen werken met de beschermer in de groep</p>
15.38 – 15.45 uur	<p>Pauze</p>
15.45 - 16.30 uur	<p>Kwetsbare kind</p>
	<p>Werken met het kwetsbare kind in de groep in de tweede en derde fase</p>
16.30 - 16.45 uur	<p>Huiswerk bespreken en evaluatie</p>

Huiswerk voor bijeenkomst 3:

- Speelgoed uit je eigen kindertijd meenemen.

<p>Programma dag 3</p> <p>Experiëntiële- en gedragstechnieken bij het werken met modi in een groep. Toets.</p>	<p>Datum : 03-11-2021 Tijd : 09.45 tot 16.45 uur Docent(en) : Marian Blokland Coen Horstman</p>
---	---

Voorafgaand aan deze bijeenkomst te lezen literatuur: zie volgende pagina.

09.45 – 10.00 uur	Ervaringen met technieken van de tweede dag en bespreken handouts
10.00 – 12.00 uur	Speelgoed uit je eigen kindertijd; ervaringen uitwisselen
	Imaginatie met rescripting
12.00 - 12.07 uur	Oefening imaginatie met rescripting in de groep
12.07 - 12.45 uur	Pauze
	Straffende ouder
	Werken met de straffende ouder in de groep in de verschillende fases, verschillende methoden en technieken.
	Gedragstechniek:
	Oefening straffende ouder: pop maken
	Nabespreken
12.45 – 13.30 uur	Pauze
13.30 – 14.53 uur	Technieken bij straffende ouder Experiëntiële technieken en cognitief voor en nadelen modus bespreken
	Oefening: stoelentechniek bij straffende ouder
14.53 – 15.00 uur	Pauze
15.00 - 16.30 uur	Praktijktoesten
	Drie therapeutenkoppels doen de toets
	(Kennismaking, groepsregels, veiligheid, blije kind)
16.30 – 16.45 uur	Evaluatie

Huiswerk voor bijeenkomst 4

- Bedenk een eigen situatie die je kunt delen met de groep (selfdisclosure) en die in de groep gerescript kan worden (als veilig voorbeeld hoe rescripting werkt)

<p>Programma dag 4</p> <p>Cognitief gedragstherapeutische - en experiëntiële technieken in een groep.</p>	<p>Datum : 24-11-2021 Tijd : 09.45 tot 16.45 uur Docent(en) : Marian Blokland Coen Horstman</p>
--	---

Voorafgaand aan deze bijeenkomst te lezen literatuur: zie volgende pagina.

09.45 – 10.00 uur	Ervaringen met technieken van de derde dag
10.00 – 11.30 uur	<p>Praktijktoesten Drie therapeutenkoppels doen de toetst (Imaginatie met rescripting, onthechte beschermer, stoelentechniek bij straffende ouder)</p>
11.30 – 11.37 uur	Pauze
11.37 – 12.30 uur	<p>Gezonde volwassene: Gezond gedrag en gezonde cognities ontwikkelen Inleiding, uitleg armband maken voor elkaar, opbouw therapie en beëindiging therapie Oefening lege pop tekenen, vullen met positieve eigenschappen (stickers), tekening van de kracht van de groep (de hele groep). Nabespreken</p>
12.30 – 13.15 uur	Pauze
13.15 – 14.14 uur	<p>Boze kind Inleiding Oefening boze kind hanteren in de groep Nabespreken</p>
14.15 – 14.38 uur	<p>Boze beschermer Inleiding Benoemen en empathische confrontatie boze beschermer Nabespreken (evaluatieformulieren invullen)</p>
14.38 – 14.45 uur	Pauze
14.45 – 16.15 uur	<p>Praktijktoesten Drie therapeutenkoppels doen de toets (Boze kind, boze beschermer, gezonde volwassene)</p>
16.15 – 16.45 uur	Eindevaluatie

