

DRAAIBOEK Mentaal Beter

Programma & literatuur

Vierdaagse basiscursus schematherapie

Docent(en) : Drs. C.M. Korevaar, Mw.
Tijd : 13.00 - 20.15 uur
Aantal contacturen : 25 uur

Algemene introductie van de cursus

Inleiding

Schematherapie is een evidenced based behandeling voor patiënten met persoonlijkheidsproblematiek en hardnekkige AS-I klachten. Deze therapievorm maakt gebruik van zowel cognitieve als experiëntiële technieken. De behandelrelatie vormt een essentieel onderdeel van het behandelproces.

Doelgroep

(Gz- en klinisch) psychologen, psychotherapeuten, cognitief gedragstherapeuten en psychiaters die werken met cliënten met persoonlijkheidsproblematiek. Ervaring met cognitieve gedragstherapie is gewenst.

Doel

U kent het model van schematherapie en kunt een casusconceptualisatie maken. U heeft verschillende basistechnieken geoefend waardoor u een begin kunt maken met het toepassen van schematherapie.

Kennisniveau na afronding

- Mbo
- Hbo
- X Academisch

Inhoud

- Kennis en vaardigheden ontwikkelen in de schemagerichte therapie
- Casuïstiek leren bekijken vanuit een schema gebaseerde probleemformulering, disfunctionele schema's opsporen en modifieren middels cognitieve, gedragsmatige en experiëntiële technieken.
- Leren stilstaan bij schema's van zowel cliënt als therapeut tijdens therapie en deze onderkennen en hanteren

Er gaat specifieke aandacht uit naar:

- Het diagnostisch proces, toewijzings- en exclusie criteria
- Het maken van een casusconceptualisatie waarin problemen en ervaringen van patiënt geplaatst worden
- Het gebruiken van specifieke cognitieve technieken binnen het schematherapie model: informatie verzamelen, voor--en nadelenanalyse, schemadagboek, taartdiagram, meerdimensionaal evalueren en rechtbanktechniek.
- Oefenen met basale experiëntiële technieken, specifiek imaginatie, stoelentechnieken en historisch rollenspel.
- Er is uitgebreid aandacht voor de houding van de therapeut en het gebruik van de therapeutische relatie en limited reparationing.

Gedurende de hele cursus zijn de therapeutische relatie en houding van de therapeut binnen schematherapie centrale onderwerpen.

Werkvorm

De bijeenkomsten hebben een interactief karakter. Naast het bespreken van theorie literatuur wordt van de deelnemers verwacht dat zij bij zichzelf en patiënten vragenlijsten afnemen, een casusconceptualisatie maken en door middel van rollenspellen hun vaardigheden ontwikkelen. Een belangrijk onderdeel is de therapeutische relatie, welke onder andere wordt bekeken aan de hand van eigen inbreng binnen kleine werkgroepjes.

Docenten

Drs. C.M. Korevaar is klinisch psycholoog en psychotherapeut, en supervisor Register Schematherapie. Hij is werkzaam als hoofdbehandelaar bij Psymens, waar hij schematherapie geeft zowel individueel als aan groepen. jaargroepopleider van de KP en GZ Opleiding en actief in het verzorgen van diverse lessen voor de opleiding tot Psychotherapeut / Klinisch Psycholoog en Gezondheidszorgpsycholoog.

Aanwezigheid

Aanwezigheid is verplicht. Slechts bij overmacht is afwezigheid tot een maximum van 10% van het totale aantal cursussen toegestaan. Bij afwezigheid van meer dan 10% tot 20% moet een vervangende opdracht worden gedaan. Bij afwezigheid van meer dan 20% kan helaas geen certificaat worden afgegeven. Er zal dan worden gekeken of er een mogelijkheid is een dag in te halen bij een later te geven cursus. Eventuele meerkosten zullen dan in rekening worden gebracht.

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

	Diagnostiek	Behandeling	Overige taakgebieden*
	7,5	15	2,5 (algemene theoretische inleiding)

* Indien van toepassing graag toelichten welk taakgebied het betreft, voorbeelden zijn: methodologie van praktijkonderzoek, voorlichtingskunde, didactiek, werken in team-/organisatieverband, interdisciplinaire samenwerking, juridische en ethische aspecten, wetenschappelijk onderzoek

De cursus heeft betrekking op

- Jeugd
- Volwassenen
- Ouderen

Niveau

- Inleidend
- Verdiepend

Wijze van toetsing

- Geen toetsing, wel evaluatie
- Toetsing en evaluatie

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

- Take home
- Individuele presentatie
- Schriftelijke casusbeschrijving
- Schriftelijk tentamen
- Individuele mondelinge toetsing

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

- Begin
- Einde

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

25 + 30

Aantal deelnemers: Maximaal 14

14

Dag 1

Aanwezige docent: Drs. C.M. Korevaar,

Onderwerp van deze dag:

Kennismaking met schematherapie, werken met schema's, start kennismaking imaginatieoefeningen. Start kennismaking therapeutische houding / limited reparenting

▪ Doelstellingen van deze dag

Deelnemers kennen de uitgangspunten van schematherapie, de achterliggende theorie dwz ontstaan van schema's, basisbehoeften en doelgroepen: specifiek de persoonlijkheidsstoornis en vermijdende persoonlijkheidsstoornis. Daarnaast wordt ingegaan hoe schema's zich verder ontwikkelen en het huidige gedrag, gedachten en gevoel van mensen blijvend beïnvloeden. Er wordt ingegaan op de indicatiestelling, alsook denken en werken in fases/ Fasering in schematherapie. Deelnemers zijn in staat tot het stellen van een goede indicatie, en geven van psycho-educatie aan patiënten over schematherapie. Werken en interpreteren de schema's middels diagnostische imaginatie en creëren veiligheid middels veilige plek oefening. Er is kennismaking hoe te werken met limited reparenting en de therapeutische relatie gekoppeld aan de verschillende fasen in therapie..

▪ Voorbereiding van de deelnemers voor deze dag

Zelf schemavragenlijst invullen (YSQ. Zie website + invulschema in Excel. Bij problemen contact opnemen met de docenten.
Lezen literatuur.

▪ Verplichte Literatuur

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie: Handboek voor therapeuten: hoofdstuk 1 & 2. (pp. 1-96)

Dagprogramma		Totale tijdsduur
Subonderwerpen*	Tijdsduur per onderwerp	Werkwijze per onderwerp
Kennismaking, inleiding Eperientieel adhv bolletje wol en uitleg ervaring. Koppeling aan schematherapie concepten en werkwijze	60 minuten	Plenair / Uitleg tijdens en na de oefening
Theorie schema's, copingmodi / basisbehoeften Introductie schematherapie bij persoonlijkheidsstoornissen, specifiek (BPS en OPS). Indicatie voor schematherapie en werken in fases.	60 minuten	Presentatie (PPT)docent en discussie. Experientiele uitleg in groep over schema's , ontstaan en link met ervaren in het hier en nu
pauze	10 minuten	
Werken met schema's en copingstijlen bij patiënt Oefenen herkennen schema's	30 minuten	Presentatie / Video / oefening herkennen schema's.
Voorlichting / uitleg schematherapie.	30 minuten	Presentatie(PPT) docent en discussie / video voorlichting
Voorlichting geven / uitleg over schematherapie aan client	30 minuten	oefenen in subgroepjes.

PAUZE	45 minuten	
De therapeutische relatie Introductie limited reparenting gekoppeld aan behandelfasen in de therapie.	30 minuten	Presentatie / voorbeeld video / discussie
Veilige plek oefening	45 minuten	Uitleg theorie. Presentatie docent voorbeeld in de groep Plenaire oefeningen / Veilige plek + Oefenen in sub groepen
pauze	10 minuten	
Diagnostiek Diagnostische imaginatie / veilige plek oefening	60 minuten	Uitleg theorie. Presentatie doet voorbeeld in de groep Plenaire oefeningen / diagnostische imaginatie Oefenen in sub groepen
Evalutie + huiswerk	15 minuten	plenair

Dag 2

Aanwezige docent: Drs. C.M. Korevaar,

Onderwerp van deze dag:

Casusconceptualisatie / modimodel / behandelplan. Behandeltechnieken, werken met vragenlijsten

▪ Doelstellingen van deze dag

Casuïstiek leren bekijken vanuit een schemagebaseerde probleemformulering, disfunctionele schema's opsporen. Opstellen van diagnostische hypothesen vanuit diverse kaders zoals hechting, ontwikkeling en gezinsklimaat. Opstellen behandelplan met daarbij denken en werken in fasen.

Werken met vragenlijsten; hoe deze te gebruiken bij het opstellen van een casusconceptualisatie. Interferentie met eigen schema's en die van de patiënt.

Deelnemers zijn in staat tot het zelfstandig opstellen van een casusconceptualisatie, modusmodel en behandelplan.

Schematherapie en werken met cognitieve behandeltechnieken (Socratische dialoog, Neerwaartse pijl techniek, schemadagboek, taartdiagram, historische toets, meerdimensioneel evalueren flashcards, positief logboek)Uitdagen van disfunctionele gedachten op schaniveau, werken met cognitief dagboek, cognitieve cirkel.

Fasering in behandeling; wat doe je wanneer en waarom, gekoppeld aan keuze technieken en mogelijkheden / verwachtingen per fase van een cliënt

Introductie van de modi en het modusmodel. Daarnaast leren werken met modusdialoog.

▪ Voorbereiding van de deelnemers voor deze dag

Casuïstiek voorbereiden voor oefeningen. Meenemen vragenlijsten, oefenen huiswerk diagnostische imaginatie, veilige plek. Oefenen met interpreteren schema's

▪ Verplichte Literatuur

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie: Handboek voor therapeuten: hoofdstuk 3 & 4. (pp 97- 155) (58 pagina's)

Vreeswijk, Broersen & Nadort; Handboek Schematherapie hoofdstuk 7 & 8. (pp 73- 107) (35 pagina's)

Dagprogramma	Totale tijdsduur	
Subonderwerpen*	Tijdsduur per onderwerp	Werkwijze per onderwerp
Experientiele technieken Imaginatie oefening recente gebeurtenis / Invullen schemadagboek	30 minuten	Plenair experientiele oefening Koppeling aan invullen schemadagboek + uitleg gebruik hiervan.
huiswerkbespreking	15 minuten	plenair
Vragenlijsten Eigen schema's / schema interferentie	60	Introductie / uitleg vragenlijsten Eigen schema's bespreken en interactie met patiënt.
pauze	10 minuten	
Opstellen Casusconceptualisatie/ behandelplan / stilstaan bij fasen in behandeling	30 minuten	Presentatie / Video /

Opstellen casusconceptualisatie en behandelplan	60 minuten	In subgroepjes opstellen casusconceptualisatie en behandelplan
PAUZE	45 minuten	
Modusmodel/ Werken met modusmodel	30 minuten	Presentatie modi / modusmodel Oefening voorbeeld in groep
modusdialoog	30 minuten	Uitleg en oefening plenair in groep Oefening in subgroepjes
Fasering in behandeling	15 minuten	Presentatie / discussie
PAUZE	10 minuten	
Cognitieve behandeltechnieken breed waarbij specifiek oefenen Neerwaartse pijltechniek, taartdiagram, cognitieve cirkel, meerdimensionaal evalueren	90 minuten	Presentatie cognitieve technieken/ video cognitieve cirkel Oefenen in subgroepjes groep cognitieve cirkel en rechtbankmethode
Evaluatie / huiswerk	15 minuten	

- **Wijze waarop vorderingen van de deelnemers getoetst worden**
Actieve deelname / rollenspelen,

Dag 3

Aanwezige docent: Drs. C.M. Korevaar,

Onderwerp van deze dag:

Experientiele Behandeltechnieken inclusief de therapeutische relatie.

Werken met basisbehoeften en experimenten.

Stoelentechniek

Imaginatie met rescripting

Empathische confrontatie

Presentatie casusconceptualisatie.

▪ Doelstellingen van deze dag

Experientiele technieken en therapeutische relatie. Werken met stoelentechnieken en imaginatie en rescripting. Leren toespreken diverse modus en werken met de straffende oudermodus en gezonde volwassene.

Deelnemers hebben kennis opgedaan van alle behandeltechnieken (experienteel, interpersoonlijk, cognitief en gedragsmatig. Waarin de aandacht nu uitgaat naar stoelentechniek en imaginatie en rescripting.

Er is een kennismaking met de gezonde volwassene en vrije / blijde kind en hoe deze aan te spreken bij een client. Leren ophalen van de behoeften en deze koppelen aan nieuw gedrag.

▪ Voorbereiding van de deelnemers voor deze dag

Casuïstiek voorbereiden voor oefeningen. Oefenen diagnostische imaginatie, veilige plek, cognitieve technieken, opstellen modusmodel en begin maken met casusconceptualisatie.

▪ Verplichte Literatuur

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie: Handboek voor therapeuten: hoofdstuk 5 & 6. (pp 155 – 215) (60 pagina's)

Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010). Schematherapie bij borderlinepersoonlijkheidsstoornis. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.

Hoofdstuk 6: Experientiele technieken (53 bladzijden)

Aanbevolen literatuur:

Schematherapie bij de gezonde volwassene. J Pol, A. Claessen

Hofdstuk 1 p 3-53

Dagprogramma	Totale tijdsduur	
Subonderwerpen*	Tijdsduur per onderwerp	Werkwijze per onderwerp
Experientieel: Modus awareness oefening leren kijken naar eigen modi en koppelen een basisbehoeften	15 minuten	Plenair; Stilstaan bij eigen proces Uitleg
huiswerkbespreking	15 minuten	
De therapeutische relatie: Interpersoonlijke technieken bij Limited reparenting Empathische confrontatie	60	Uitleg theorie/ Video / demonstratie empathische confrontatie oefenen in subgroepjes
Pauze 10 minuten		
Experientiele technieken: Meerstoelen techniek; therapeut spreekt	30	Uitleg theorie Voorbeeld in de groep / video

ouder modi aan Werken met modi en koppeling aan onderliggende schema's		
PAUZE	10 minuten	
Experientiele technieken: Meerstoelen techniek Werken met modi en koppeling aan onderliggende schema's	60	Oefenen in subgroepen
De gezonde Volwassene Hoe ziet deze eruit en hoe kan je deze inzetten en in welke fase is deze wel / niet aanwezig	15 minuten	Uitleg gezonde volwassene, plenaire experientiele oefening gericht op kennismaking Gezonde volwassene
PAUZE	45 minuten	
Experientiele technieken: imaginatieoefening met rescripting.	90 minuten	Theorie / Video / demonstratie / oefening
Pauze 10 minuten		
Opbouw therapie en fasen / opbouw sessie	15 minuten	Uitleg plenair
Toets casusconceptualisatie 1 Aan de hand van casusconceptualisatie een oefening laten zien in de groep.	45 minuten	In subgroepjes toets.
Gedragsverandering / gedragsexperiment Blij / vrije kind Basisbehoeften en uitvoering gedragsexperiment gekoppeld aan vrije kind	30 minuten	Plenaire oefening vrije / blij kind. Welke behoeften heb je; hier een gedragsexperiment aan koppelen als huiswerk
Evaluatie en huiswerkbespreking		

* Indien van toepassing pauze vermelden, incl. duur van de pauze. Bij cursusdagen van 6 uur is de pauze in principe 1 uur.

Dag 4

Aanwezige docent: Drs. C.M. Korevaar,

Onderwerp van deze dag:

Behandeltechnieken, toets.

▪ Doelstellingen van deze dag

Deelnemers kunnen de diverse behandeltechnieken toepassen. Zij zijn in staat de experimentele oefeningen passend bij de meerstoelen techniek en imaginatie techniek toe te passen in een latere fase van de behandeling, waar gebruik gemaakt kan worden van een meer ontwikkeld gezond stuk van de patiënt.

Zij zijn in staat deze zelfstandig te integreren in de behandeling. De verschillende onderdelen van de behandeling kunnen door de deelnemers worden toegepast. Zij zijn bekend en kunnen werken met de therapy adherence scale.

▪ Voorbereiding van de deelnemers voor deze dag

Inleveren eindopdracht: Inleveren casusconceptualisatie van eigen cliënt. Zie www.schematherapie.nl voor het casusconceptualisatie-formulier.

Vorbereiden Presentatie casusconceptualisatie.

Oefenen met meerstoelen techniek, imaginatie met rescripting , empathische confrontatie.

Eindopdracht: Een uitgeschreven Casusverslag van een patiënt waarin zijn opgenomen: de achtergrondgegevens van de patiënt, DSM-IV classificatie, beschrijving van de problematiek, belangrijkste schema's en modi en de ontstaansgeschiedenis daarvan, een casusconceptualisatie, een modimodel, een analyse van de interactie van de schema's van de therapeut en de patiënt (bijvoorbeeld uitgewerkt in een functie- analyse), doelen en een behandelplan. Hierbij dient rekening te worden gehouden met de verschillende fasen van de behandeling. De casusconceptualisatie en het modimodel worden tevens grafisch weergegeven. De toets / casusconceptualisatie moet voldoen aan de eisen die de Vereniging voor Schematherapie stelt en het format wordt gebruikt zoals aangereikt door de vereniging.

▪ Verplichte Literatuur

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie: Handboek voor therapeuten: hoofdstuk 7 & 8 (pp 219 – 295) (76 pagina's)

Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010).Schematherapie bij borderlinepersoonlijkheidsstoornis.Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. Hoofdstuk 5:De therapeutische relatie (18 pagina's).

▪ Aanbevolen literatuur:

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie: Handboek voor therapeuten: hoofdstuk 8 (pp 295-321)

Genderen, Jacob & Seebauer 2012: patronen doorbreken (pp 17-115)

Dagprogramma	Totale tijdsduur	
Subonderwerpen*	Tijdsduur per onderwerp	Werkwijze per onderwerp
huiswerkbepreking	30 minuten	Plenair uitgebreid ingaan op oefening meerstoelentechniek / imaginatie en rescripting.
Interpersoonlijke technieken/ limit setting Introductie schema therapy rating scale	60 minuten	Video / demonstratie / oefening/ introductie + gebruik van de therapist adherence scale

limit setting		Oefenen limit setting in subgroepen
pauze	10 minuten	
Experientiele technieken Imiginatie met rescripting Meerstoelentechniek I Coaching van de gezonde volwassene	60 minuten	Video / demonstratie / oefening Meerstoelentechniek: modeling door therapeut en gezonde volwassene
Gedragstechnieken Experimenteren en oefenen met gezond /nieuw volwassen gedrag. Historisch rollenspel	30 minuten	Theorie Video / demonstratie /
PAUZE	45 minuten	
Gedragstechnieken Experimenteren en oefenen met gezond /nieuw volwassen gedrag. Historisch rollenspel	30 minuten	Historisch rollenspel oefenen in subgroepen/ doelen stellen voor nieuw gedrag toekomst /
Experientiele technieken Imiginatie met rescripting Meerstoelentechniek II Rescripting door gezonde volwassene	60	Video / demonstratie / oefening Rescripting door gezonde volwassene
Cognitieve technieken flashcards	30	Theorie / demonstratie / oefening Demonstratie flashcard en audioflashcard. Opstellen Flashcard individueel
Toets casusconceptualisatie 2 Aan de hand van casusconceptualisatie een oefening laten zien in de groep.	45 minuten	In subgroepjes demonstratie van oefening gekoppeld aan casusconceptualisatie
Evaluatie Meenemen doelen voor jezelf aan de hand van de schema therapy rating scale	30 minuten	Individueel / plenair