

# BASISCURSUS SCHEMATHERAPIE (25 UUR)

## WAT IS SCHEMATHERAPIE?

Schematherapie is een gespecialiseerde vorm van cognitieve therapie waarin methoden en technieken uit interpersoonlijke-, experiëntiële- en psychodynamische therapie geïntegreerd zijn, met als doel persoonlijkheidsproblematiek effectief te kunnen behandelen. Uit onderzoek is inmiddels gebleken dat de meeste persoonlijkheidsstoornissen succesvol behandeld kunnen worden met schematherapie.

Een schematherapeut maakt gebruik van cognitieve-, gedragsmatige- en experiëntiële technieken en daardoor beïnvloedt hij de patiënte via drie kanalen, namelijk voelen (experiëntiël), denken (cognitief) en doen (gedragsmatig).

Naast deze drie kanalen zijn er vier foci in de therapie te onderscheiden: Het leven buiten de therapie, de gebeurtenissen in de therapie (met name de therapeutische relatie), de ervaringen uit het verleden en de toekomst.

Schematherapie richt zich op het veranderen van disfunctionele schema's/ modi in meer flexibele en minder extreme schema's/ modi, en het ontwikkelen van adequate copingstrategieën, zodat de patiënt een positiever beeld van zichzelf en anderen kan ontwikkelen en een meer genuanceerd beeld van de wereld krijgt.

## INHOUD VAN DE CURSUS

De basiscursus van 25 uur omvat o.a. de volgende onderdelen:

- **Assessment:** Opsporen schema's, copingstrategieën en modi), maken van een casusconceptualisatie, psycho-educatie geven over wat basisbehoeften zijn en hoe schema's ontstaan als die basisbehoeften niet vervuld zijn in de jeugd.
- **Specifieke cognitieve technieken**
- **Experiëntiële technieken:** Psychodrama, imaginatie en twee- of meerstoelentechniek).
- **Interpersoonlijke technieken:** Limited reparenting, empathische confrontatie, grenzen stellen.
- **Het aanleren van nieuw functioneel gedrag**  
Leren hoe je je basisbehoeften op een gezonde manier kunt vervullen (rollenspel, vaardigheden trainen en experimenten).

Het accent in deze cursus ligt op het aanleren van vaardigheden om een casusconceptualisatie te maken. Zowel de schema's, copingstrategieën als de modi worden in een model inzichtelijk gemaakt. Verder worden vooral de experiëntiële technieken bij de behandeling van patiënten met cluster C problematiek en de Borderline persoonlijkheidsstoornis behandeld.

## DOELGROEP

Hulpverleners die werken met cliënten met persoonlijkheidsstoornissen en/of hardnekkige stemmings- en angststoornissen.

## VOOROPLEIDING

Hulpverleners met een postdoctorale opleiding, leden van specialistische verenigingen of vaktherapeuten (RVB), die werken met cliënten met persoonlijkheidsstoornissen en/of hardnekkige klachten, kunnen deelnemen aan deze cursussen. Ook degenen die in opleiding zijn tot deze registraties kunnen deelnemen. Een voorwaarde voor deelname is het hebben van enige kennis en vaardigheden van cognitieve gedragstherapie.

Anderen (bv. basispsychologen, (orho)pedagogen en HBO-ers met een andere opleiding dan vaktherapeut) mogen alleen deelnemen als zij nauw samenwerken met geregistreerde schematherapeuten.

## ACCREDITATIE

- Register Schematherapie
- VGCT : vervolgcursus 25 accreditatiepunten
- FGzP : herregistratie KP 17 accreditatiepunten
- Register Vaktherapeutische Beroepen

## DOCENTEN

- Drs. H. van Genderen (Hannie)
- Drs. R. van der Wijngaart (Remco)
- Drs. H. Bögels (Hélène)

Schematherapie opleidingen  
Hannie van Genderen  
[www.schematherapieopleidingen.nl](http://www.schematherapieopleidingen.nl)

## DATA, KOSTEN EN INSCHRIJVING

De kosten voor de cursus bedragen € 975,- inclusief reader en lunch.

U ontvangt de factuur ca. twee maanden voor aanvang van de cursus.

Inschrijving voor de cursus is mogelijk op onze website [www.schematherapieopleidingen.nl](http://www.schematherapieopleidingen.nl)

In de agenda op onze website vind je:

- de cursusdata
- de locaties
- de inschrijfformulieren

Indien het maximale aantal deelnemers is bereikt bestaat de mogelijkheid (eveneens via onze website) om op een wachtlijst geplaatst te worden.

## LITERATUUR

- **Patronen doorbreken, negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen**  
Genderen, H. van, Jacob, G. & Seebauer, L. (2012) Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- **Schematherapie bij borderline-persoonlijkeitsstoornis**  
Genderen, H. van, & Arntz, A. (2010) Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- **Schemagerichte therapie, handboek voor therapeuten**  
Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar M.E. (2005) Bohn Stafleu van Loghum

## CURSUSPROGRAMMA

DAG 1 <b>Schematherapie bij persoonlijkheidsstoornissen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inleiding schematherapie Schema's, copingstrategieën en modi: omschrijving, ontstaan en functie</li><li>• Casus Conceptualisatie Opsporen en formuleren van schema's en modi: demonstratie en oefenen Vragenlijsten, cognitieve Interventies en imaginatie Therapeutische relatie</li></ul>
DAG 2 <b>Opbouw therapie en therapeutische relatie</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Opbouw van de therapie en overzicht van methoden en technieken</li><li>• Hanteren schema's van de cliënt en therapeut.</li><li>• De volgende onderwerpen worden gedemonstreerd en geoefend: Empathie, steun en empathische confrontatie en grenzen stellen</li><li>• Opsporen en hanteren schema's van de therapeut: Onderkennen van "tegenoverdracht"</li><li>• Slecht werkende schema-combinaties</li><li>• Toepassing cognitieve technieken bij schematherapie</li></ul>
DAG 3 <b>Experiëntiële technieken</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Imaginaire rescripting Onderwerpen en thema's, waarbij het imaginatie gebruikt kan worden Imaginaire rescripting (grondmodel en variaties): demonstratie en oefenen</li><li>• Historisch Rollenspel (psychodrama) Onderwerpen en thema's, waarbij het rollenspel gebruikt kan worden</li></ul>

	<p>Rollenspel (m.b.t. heden en verleden): demonstratie en oefenen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Twee- of meerstoelen-techniek</li> </ul> <p>Onderwerpen en thema's, waarbij meerstoelen-techniek gebruikt kan worden</p> <p>Meerstoelen-techniek: demonstratie en oefenen</p>
<p>DAG 4</p> <p><b>Schemamodi en opbouw therapie</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Werken met schemamodi</li> <li>• Hanteren van de afzonderlijke schemamodi (m.n. bij borderline persoonlijkheidsstoornis)</li> <li>• Beschermers, straffende ouder en het boze kind</li> <li>• Gedragsinterventies: technieken om gedragspatronen te veranderen</li> <li>• Toepassing van diverse gedragstechnieken</li> <li>• Huiswerkopdrachten</li> </ul>