

Basiscursus Schematherapie

Behandeling van persoonlijkheidsproblematiek

toepassing van schematherapie in de Basisgeneralistische GGZ

Ontwikkeling en opzet

De effectiviteit van schematherapie bij verschillende persoonlijkheidsstoornissen is al intensief onderzocht, waaruit blijkt dat cliënten dusdanig kunnen profiteren van schematherapie dat er na afloop van de behandeling niet meer wordt voldaan aan de criteria van een persoonlijkheidsstoornis. Ook op het gebied van recidiverende angst- en stemmingsstoornissen blijkt schematherapie goede resultaten te boeken. Dit biedt perspectief voor het behandelen van diverse klachten en problemen waarvan de oorsprong in de leer- en levensgeschiedenis te vinden is en de kern in disfunctionele patronen van gedrag, gedachten en gevoelens. Ook bij minder complexe, maar wel hardnekkige en recidiverende problemen kan dit een rol spelen. Het toepassen van kortdurende schematherapie is dan ook een interessante ontwikkeling. De toepassing is reeds goed uitgewerkt en onderzocht in groepstherapie. Daarnaast is er inmiddels ook ruime ervaring met de toepassing hiervan in individuele therapie.

Door de veranderingen in de zorg komt zwaardere problematiek in de Basisgeneralistische GGZ terecht. Het behandelen van (milde) persoonlijkheidsproblematiek en persoonlijkheidsgerelateerde klachten en problemen is daardoor niet meer voorbehouden aan de Specialistische GGZ, maar roept wel de vraag op wat haalbaar is binnen de beperkte behandelduur van de BGGZ. Het kunnen toepassen van kortdurende schematherapie vereist gedegen kennis en kunde op het gebied van de schematherapie, enerzijds om de haalbaarheid van kortdurende schematherapie goed te kunnen inschatten, anderzijds om schematherapie in verkorte vorm goed te kunnen uitvoeren en te voorkomen dat dit slechts losse technieken zijn die aan een cognitief gedragstherapeutische behandeling worden toegevoegd. In de cursus, gericht op volwassenen, wordt dan ook ruim aandacht besteed aan diagnostiek en indicatiestelling. Daarnaast ligt de focus op de therapeutische relatie, het werken met schema's en modi, limited reparenting en experiëntiële technieken. Ook de invloed van de eigen schema's van de therapeut komt aan de orde.

Het betreft een 25-uurs basiscursus Schematherapie, gericht op volwassenen, waarin het gehele schematherapeutische proces aan bod komt zoals dit is ontwikkeld voor de langdurende behandeling van cliënten met een persoonlijkheidsstoornis. De cursus richt zich inhoudelijk op het verkrijgen en verdiepen van kennis van de schematheorie, evenals kennis en vaardigheden op het gebied van de schematherapeutische technieken. Daarbij wordt expliciet aandacht besteed aan de toepassingen hiervan binnen kortdurende behandeling van persoonlijkheidsproblematiek (10 tot 15 sessies). Aan de hand van casuïstiek wordt veel praktisch geoefend met de verschillende technieken, zowel op het gebied van diagnostiek als behandeling. Er wordt veel in subgroepen gewerkt, waarbij de docent gerichte feedback geeft. Werkvormen zijn onder andere demonstraties, rollenspellen, schriftelijke opdrachten en discussies. De literatuur wordt vooraf gelezen en slechts kort toegelicht in de cursus.

Aan het einde van de cursus is de cursist in staat om een schematherapeutisch traject vorm te geven en uit te voeren bij volwassenen, zowel als langdurend, intensief traject als in de vorm van kortdurende behandeling.

Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Theoretisch model van schematherapie en wetenschappelijke evidentie
- Diagnostiek en indicatiestelling, inclusief toepassing van kortdurende schematherapie
- Observatie en inzet van meetinstrumenten
- Maken van een casusconceptualisatie, functieanalyses en betekenisanalyses
- Psycho-educatie over schematherapie en persoonlijkheidsproblematiek
- Toepassen en evalueren van schematherapeutische interventies: experiëntiële, cognitieve en gedragsmatige technieken
- Probleemselectie en opstellen van een behandelplan in schema/modi termen
- Opzet en fasering van de schematherapeutische behandeling, inclusief opzet van kortdurende schematherapie
- Therapeutische houding en hanteren van de therapeutische relatie
- Afsluiten van de behandeling en terugvalpreventie

Leerdoelen

Na afronding van deze cursus heeft/kan de cursist

1. Inzicht in de leertheorie, schematheorie en het schematherapeutisch model
2. Inschatten bij welke diagnose (beschrijvend en DSM), klachten/problemen en omstandigheden schematherapie geïndiceerd is, met specifieke aandacht voor indicatiestelling voor kortdurende schematherapie
3. Schema's en modi herkennen, inventariseren en de functie hiervan analyseren (functie- en betekenisanalyses)
4. Een casusconceptualisatie (holistische theorie) en modusmodel opstellen
5. Psycho-educatie geven over schematherapie en de specifieke schema's / modi van de cliënt
6. Behandeldoelen opstellen aan de hand van hulpvraag, inventarisatie en analyses
7. Een schematherapeutisch behandelplan opstellen, evalueren en bijstellen
8. Kennis van de verschillende basisbehoeften en de therapeutische relatie (limited reparenting) hierop kunnen afstemmen
9. De therapeutische relatie hanteren (limited reparenting, empathische confrontatie, limit setting, omgaan met eigen schema's)
10. Experiëntiële technieken toepassen en evalueren bij disfunctionele schemamodi; meerstoelentechniek, imaginatie en rescripting, modidialoog, etc.
11. Cognitieve technieken toepassen en evalueren bij disfunctionele schema's en modi; cognitief dagboek, flashcards, geldigheid van schema's toetsen, dialoog met gezonde kant, etc.
12. Gedragsmatige technieken toepassen en evalueren bij disfunctionele schema's en modi; imaginatie, rollenspel, huiswerk, etc.
13. Eigen schema's en modi herkennen en hanteren die een rol spelen in de therapeutische relatie
14. Inzicht in hoe en wanneer de schematherapeutische behandeling af te sluiten en hoe terugvalpreventieplan op te stellen

Cursusdata en locatie

Data zie website

Locatie Utrecht, loopafstand van het station

Lunch wordt verzorgd

Aantal deelnemers: maximaal 14

Accreditatie

Accreditatie is aangevraagd en in het verleden toegekend door de Vereniging voor Schematherapie (25-uurs basiscursus), het NIP-ELP (37,5 uur nascholing) en de VGCT (25-uurs vervolgcursus).

De studiebelasting bedraagt 25 uur cursusdeelname en ca. 25 uur thuisstudie (literatuur en opdrachten).

Doelgroep

De cursisten die kunnen deelnemen aan een Schematherapie cursus hebben de basis cursus Cognitieve Gedragstherapie met goed gevolg afgerond en voldoen aan één van de volgende kwalificaties:

- a. BIG-registratie als gezondheidszorg-psycholoog, *orthopedagoog-generalist*, psychotherapeut, klinisch psycholoog of psychiater, dan wel in opleiding zijnde daartoe;
- b. gewoon lidmaatschap van een specialistische psychotherapievereniging, dan wel in opleiding zijnde daartoe;
- c. postmaster orthopedagoog SKJ3 *kinder- en jeugdpsycholoog NIP/SKJ*, dan wel in opleiding zijnde daartoe;
- d. gewoon lidmaatschap van een Vlaamse psychotherapievereniging waarvan het gewoon lidmaatschap automatisch recht geeft op het gewoon lidmaatschap van een specialistische psychotherapievereniging, dan wel in opleiding zijnde daarvoor;
- e. (kandidaats)registratie als vaktherapeut in het Kwaliteitsregister Vaktherapie.
Voorwaarden hierbij zijn dat:
 - 1) zij in hun werksituatie samenwerken met BIG-geregistreerde schematherapeuten die als senior of supervisor zijn ingeschreven in het Register schematherapeut
 - 2) supervisie en intervisie georganiseerd zijn;
 - 3) zij wat betreft klinische vaardigheden een niveau hebben in het werken met persoonlijkheidsstoornissen en ernstige As I stoornissen, dat voldoende is om de cursus met succes te kunnen volgen.
 - 4) De hoofddocent beoordeelt vóór de cursus of de vaktherapeut aan deze voorwaarden.

Wanneer je twijfelt of je kunt deelnemen, neem dan contact op via fiekebosma@lingeland.nl

Docent

Mevr. drs. F.K. (Fieke) Bosma, GZ-psycholoog, Supervisor VGCT en Supervisor vereniging voor Schematherapie
BIG-registratienummer 99063486425
VGCT lidmaatschapsnummer 5689
VSt lidmaatschapsnummer 140164

fiekebosma@lingeland.nl

Toetsing

Theoretische vaardigheden worden getoetst door middel van inbreng bij discussies en deelname aan werkvormen en het maken van een casus- en reflectieverslag. In dit verslag wordt aan de hand van een eigen casus het opstellen van een casusconceptualisatie, functie- en betekenisanalyses en behandelplan getoetst. Tevens dient de cursist in een reflectieverslag te reflecteren op de eigen schema's en modi en diens ontwikkeling tijdens de cursus. Praktische vaardigheden worden gedurende de cursus door de docent geëvalueerd aan de hand van observaties van rollenspellen en inbreng bij discussies. Van de cursist wordt een actieve en coöperatieve deelname verwacht.

Informatie en bestanden

Vanaf ca. een maand voor aanvang van de cursus tot minimaal drie maanden na afronding heeft de cursist toegang tot een online map in Proton. Hierin zijn het draaiboek, artikelen, powerpoints, formats en formulieren te vinden. Deze map kan gedurende de cursus verder aangevuld worden.

Literatuur

(kosten ca. €130)

Onder voorbehoud, in het draaiboek ontvang je de definitieve literatuurlijst

- Young, J.E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E. (2019). Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Bosma, F. & Schreurs, M. (2026). Basisboek Schematherapie. Amsterdam: Boom