

# Basiscursus Schematherapie

Behandeling van persoonlijkheidsproblematiek

*toepassing van schematherapie  
in de Basisgeneralistische GGZ*

## Algemeen

### Ontwikkeling en opzet

De effectiviteit van schematherapie bij Borderline persoonlijkheidsstoornissen is al intensief onderzocht, maar ook cliënten met andere persoonlijkheidsproblematiek profiteren in grote mate van schematherapie, zodanig 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. Het toepassen van kortdurende schematherapie 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 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 wordt dan ook ruim aandacht besteed aan diagnostiek en indicatiestelling. Daarnaast ligt de focus op de therapeutische relatie, het werken met schema's en schemamodi, limited reparenting en experiëntiële technieken. Ook de invloed van de eigen schema's van de therapeut komt aan de orde. 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.

Het betreft een 25-uurs basiscursus Schematherapie, waarin het gehele schematherapeutische proces aan bod komt zoals dit is ontwikkeld voor de 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.

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

### Cursusdata en locatie

Data: vrijdag 16 april, 21 mei, 11 juni en 9 juli  
van 10.00 tot 17.15 uur

Locatie: Utrecht  
Aantal deelnemers: maximaal 14

### **Accreditatie**

Accreditatie is toegekend door de Vereniging voor Schematherapie (25-uurs basis cursus), de VGCT (25-uurs vervolgcursus) en NIP-ELP (37,5 uur).

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

### **Doelgroep**

De cursisten die kunnen deelnemen aan een Schematherapie cursus voldoen aan de volgende voorwaarden:

- BIG-registratie als GZ-psycholoog, Psychotherapeut, Klinisch Psycholoog of Psychiater (of in opleiding tot een van deze registraties) en/of lid van een erkende psychotherapievereniging (of in opleiding daartoe). Als erkend worden gezien: de Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie (NVP) en alle door de NVP erkende specialistische psychotherapieverenigingen, namelijk de VGCT, NVPA, NVPP, NPG, VCgP, NVRG, NVGP, VKJP.
- OF: Lid (of in opleiding) zijn van een Vlaamse Psychotherapievereniging.
- OF: Registratie als vaktherapeut in het Register Vaktherapeutische Beroepen

Per cursusgroep mag een beperkt aantal overige HBO-ers en basispsychologen (niet i.o.) deelnemen, indien zij met BIG-geregistreerde Schematherapeuten van de Vereniging voor Schematherapie samenwerken, supervisie en intervisie georganiseerd zijn en zij daarnaast een vergelijkbaar niveau wat betreft klinische vaardigheden hebben in het werken met persoonlijkheidsstoornissen en ernstige As I stoornissen. De hoofddocent beoordeelt vóór de cursus of de HBO-er of basispsycholoog voldoet aan deze voorwaarden. Het is niet mogelijk om vrijstellingen te krijgen voor deze cursus.

### **Docent**

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

fiekebosma@gmail.com

### **Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Theoretisch model van schemagerichte therapie en wetenschappelijke evidentie
- Diagnostiek en indicatiestelling, inclusief toepassing van Schematherapie in de BGGZ
- Observatie en inzet van meetinstrumenten
- Maken van een casusconceptualisatie, functieanalyses en betekenisanalyses
- Schematherapeutische interventies: experiëntiële, cognitieve en gedragsmatige technieken
- Opstellen van een behandelplan in schematermen
- Opzet van de schematherapeutische behandeling, inclusief opzet in de BGGZ
- Therapeutische houding en hanteren van de therapeutische relatie
- Afsluiten van de behandeling en terugvalpreventie

### **Leerdoelen**

- Kunnen inschatten bij welke diagnose, problematiek en omstandigheden schematherapie geïndiceerd is, met specifieke aandacht voor indicatiestelling binnen de BGGZ
- Inzicht hebben in de schematheorie en het schematherapeutisch model
- Schema's en schemamodi herkennen en de functie hiervan analyseren
- Kennis hebben van de verschillende basisbehoeften en de therapeutische relatie (limited reparenting) hierop kunnen afstemmen
- Een casusconceptualisatie opstellen en functie- en betekenisanalyses toepassen binnen schematherapie
- Psycho-educatie geven over schematherapie en de specifieke schema's / modi van de cliënt
- De verschillende schemamodimodellen kunnen toepassen in de praktijk
- Een schematherapeutisch behandelplan opstellen, zo ook bij persoonlijkheidsproblematiek in de BGGZ

- De therapeutische relatie hanteren (limited reparenting, empathische confrontatie, limit setting, omgaan met eigen schema's)
- Experimentiële technieken kunnen toepassen bij disfunctionele schemamodi; meerstoelentechniek, imaginatie en rescripting, modidialoog, etc.
- Cognitieve technieken kunnen toepassen bij disfunctionele schema's en modi; cognitief dagboek, flashcards, geldigheid van schema's toetsen, dialoog met gezonde kant, etc.
- Gedrag patronen doorbreken bij disfunctionele schema's en modi; imaginatie, rollenspel, huiswerk, etc.
- Eigen schema's en modi kunnen herkennen en hanteren die een rol spelen in de therapeutische relatie

Naast de algemene leerdoelen wordt van de cursisten verwacht dat zij voor aanvang van de cursus individuele leerdoelen opstellen. Deze worden aan het einde van de cursus geëvalueerd.

### **Literatuur**

Young, J.E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Van Vreeswijk, M. & Broersen, J. (2017) Handleiding kortdurende schematherapie. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

*Evt. kun je ook de werkboeken aanschaffen, dit is niet verplicht*

Genderen, H. van, Jacob, G. & Seebauer, L. (2012). Patronen doorbreken. Negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds

Young, J.E., & Klosko, J.S. (1999). Leven in je leven. Leer de valkuilen in je leven kennen. Lisse: Swets en Zeitlinger

### **Aanwezigheidsplicht**

De cursist mag 10% van de lesuren hebben gemist om voor een certificaat in aanmerking te komen. Bij gemiste lesuren tot maximaal 20% kan de cursist met een vervangende opdracht voldoen aan de aanwezigheidsplicht. Cursisten hebben geen recht op het inhalen van gemiste bijeenkomsten bij een andere cursus. Afwezigheid dient gemeld te worden via [fiekebosma@gmail.com](mailto:fiekebosma@gmail.com) of tijdens de voorgaande bijeenkomst aan de docent.

### **Toetsing**

Theoretische vaardigheden worden getoetst door middel van inbreng bij discussies en het maken van een casusverslag. Hierin wordt aan de hand van een eigen casus het opstellen van een casusconceptualisatie, functie- en betekenisanalyses en behandelplan getoetst. Praktische vaardigheden worden gedurende de cursus door de docent geëvalueerd aan de hand van observaties van rollenspellen en inbreng bij discussies.