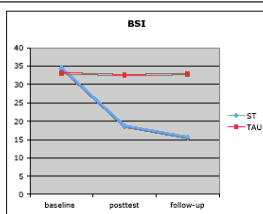
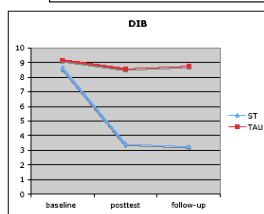


# Schematherapie in groepen (STG) voor borderline persoonlijkheidsstoornis

Guido Sijbers en Rosi Reubsat

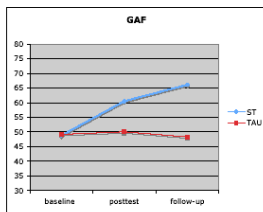
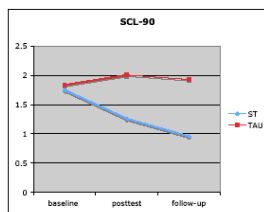
## Group ST vs TAU for BPD Main Outcome Measures (Farrell et al.)



Mean ES  
Cohen's d  
ST = 2.62  
TAU = 0.04

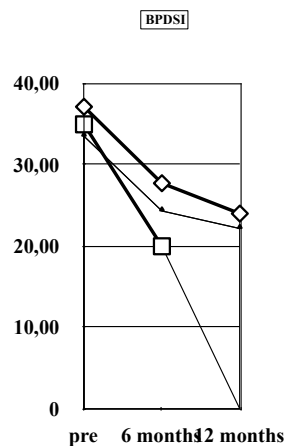
Recovery:  
ST 94%  
TAU 25%

Drop-Out  
ST 0%  
TAU 25%



Farrell et al. (2009),  
*J. Beh. Ther. & Exp. Psychiatry.*

## Pilot: Group & Individual ST (Maastricht, 2009)



Effect Sizes d

Group 1:  
6 months 1.28  
12 months 2.51

Group 2:  
6 months 2.04

RCT:  
6 months 0.75  
12 months 1.10

◇ group 1  
□ group 2  
△ RCT

Dickhaut & Arntz (2009)  
Preliminary Results

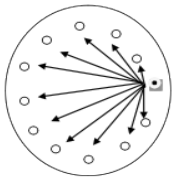
## Internationaal multicenter onderzoek

- *Arnoud Arntz leidt een replicatie van dit onderzoek waarbij verschillende landen deelnemen (USA, Nederland, Noorwegen, Zweden, Duitsland, Ierland, Engeland)*
- *Groeps- + individuele therapie en TAU vs alleen groepstherapie en TAU*

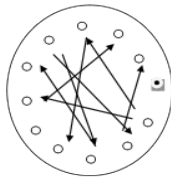
4

## Vergelijking met andere groepen

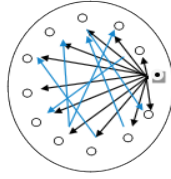
Gestructureerde groep



Dynamische groep



Schematherapeutische groep



5

## Onderscheid

- *Groepstherapie heeft als doel om zich steeds op alle deelnemers te richten. Dus geen individuele therapie in een groep*
- *Technieken en houding worden aangepast aan de bovenstaande vereiste*

6

## Algemene voordelen

- Gebruik maken van de curatieve factoren van een groep, zoals
- Universaliteit
- Altruïsme
- Herkenning
- Interpersoonlijk leren
- Imitatie van gedrag
- Existentiële factoren
- Catharsis
- Herhaling van primaire familiesituatie
- Van verschillende mensen info krijgen
- Uit Yalom: *The Theory and Practise of Group Therapy*

7

## Voordelen voor schematherapie

- Meer mogelijkheden bij het gebruiken van de verschillende onderdelen en technieken van schematherapie
- Meer personen die deel kunnen nemen in een rollenspel
- Verhoogd affect
- Een tweede ouder
- "Peer bonding" als brug naar autonomie
- Feedback van elkaar= geloofwaardiger
- Werken met blije kind beter mogelijk

8

## Exclusiecriteria

- Lifetime psychotische stoornis (DSM-IV BPD criterium 9 episodes zijn geen probleem)
- ADHD
- Bipolar stoornis type I (SCID-1)
- Dissociative Identiteits Stoornis (SCID-D)
- Volledige of sub-threshold narcistische of antisociale persoonlijkheidsstoornis (SCID-2)
- Middelenafhankelijkheid die klinische detox rechtvaardigt
- IQ < 80
- Taalproblemen

9

## Taken van de therapeut in de STG

10

## Taken van de therapeut

- *Limited reparenting in de groep*
- *Gebruik maken van de potentie van de groep voor iedere deelnemer*
- *Veiligheid creëren*
- *Structuur bieden*
- *Een band opbouwen met alle deelnemers en met de groep en stimuleren dat de groepsleden onderling dit ook doen → limited reparenting*
- *Om kunnen gaan met crisis in de groep*
- *Therapeuten als een team*

11

## Rolverdeling van de therapeut

- *Er moeten twee gelijkwaardige therapeuten zijn*
- *De rol therapeut/ cotherapeut wisselt steeds*
- *Combineren met individuele therapie wordt onderzocht*

12

## Limitid reparenting in een groep

13

## Limitid reparenting in een groep

- *Parenting the „family“*
  - Evenwicht tussen aandacht voor de groep en voor het individu
  - Altijd aandacht voor het creëren van onderlinge verbindingen
  - Bewust zijn van het belang van het non-verbale gedrag van de therapeut

14

## Limitid reparenting in een groep

- *De dans van de co therapeuten*
  - Samen een partnerschap vormen
  - Therapeuten staan model voor sterke, consistente, bevestigende en ondersteunende ouders
  - De schema's van de therapeuten
    - Elkaars schema's leren kennen
    - Help elkaar om de therapeutische positie weer in te nemen als de ander blijft hangen in eigen schema's
    - Transparant hiermee omgaan in de groep

15

## Limitid reparenting in een groep

- De dans van de co therapeuten (vervolg)
- Balans van afwisselend leidende en volgende therapeut
- De therapeuten kunnen wisselen van de rollen zonder hiërarchische rolverdeling
- De een werkt met een individu, de ander let op de anderen (affect en modi)
- Twee therapeuten nodig om aandacht te kunnen geven aan deelnemers die even extra wat nodig hebben, terwijl het groepsproces doorgaat

16

## Limitid reparenting in een groep

- Een band opbouwen met de groep(sleden) en stimuleren van een onderlinge band
- Stijl van therapeuten consistent aan individuele therapie + wat aanpassingen voor de groep
- Aandacht en een balans vinden voor collectieve behoefte van de groep en het individu
  - Door validatie, acceptatie, echtheid, geloofwaardigheid, betrouwbaarheid en consistentie

17

## Limitid reparenting in een groep

- Accepteren en waarderen van iedere deelnemer zoals hij is, tegelijkertijd verbinding houden met alle leden
  - Zorgen dat iedereen zich erbij voelt horen
  - Zorgen voor veiligheid
  - Ruimte voor autonomie

18

## Limitid reparenting in een groep

- *bewust zijn van het belang van het non-verbale gedrag van de therapeut*
- *toon van de stem is warm en echt,*
- *het houden van oogcontact op een accepterende en warme manier*
- *expressief benadrukken van acceptatie door bijv. meer vooroverbuigen, bewegingen met armen*
- *bewegen in de ruimte*
  - *om een cliënt te troosten of*
  - *om experiëntieel te werken of*
  - *om voor iemand in de kwetsbare modus te gaan staan om die aangevallen wordt door boze groepsleden*

19

## Gebruik maken van de potentie van de groep voor iedere deelnemer

- *Gebruiken van de groep voor individuele interventies*
- *...en deze interventies weer gebruiken voor de hele groep (interventies aanpassen)*
- *Maak het relevant voor iedere deelnemer ook al zijn ze niet direct betrokken*
- *Het geheel is meer dan de som der delen*
- *Gebruiken curatieve factoren van een groep voor halen schema therapeutische doelen*

20

## Veiligheid creëren

21

## Veiligheid creëren

- *Basisregels*
- *Grenzen zijn gericht op het belang van iedereen*
- *De omgang met de deelnemers wordt door iedereen ervaren als billijk*
- *De therapeut kan ieder conflict hanteren en is hierdoor een model*

22

## Veiligheid creëren

- *Onderscheid tussen aanvallen, buitensluiten of afwijzen (bv pest en aanval of zelfverheerlijker) en emotionele reacties vanuit ander modi*
- *Soms moeten die ook begrensd worden (woedende of razende kind of straffer)*
- *Verstoorde relaties in de groep moeten hersteld worden*
- *Het kwetsbare kind moet weten dat de therapeuten beschermen tegen zo'n ervaringen en hun niet in de steek laten*

23

## Veiligheid creëren

- *In balans houden van de emotionele intensiteit van de groep*
- *Echter ook mogelijk maken dat het boze kind zich kan uiten*
- *De therapeuten en groepsleden moeten (ook dan) creatief tegemoet komen aan alle verschillende individuele behoeften (kussens, dekens, plaats in ruimte)*

24

Gebruik maken van de potentie van de  
groep voor iedere deelnemer  
+  
band opbouwen onderling

- *Gebruiken van de groep voor individuele interventies*
- *...en deze interventies weer gebruiken voor de hele groep (interventies aanpassen)*
- *Maak het relevant voor iedere deelnemer ook al zijn ze niet direct betrokken*
- *Het geheel is meer dan de som der delen*
- *Gebruiken curatieve factoren van een groep voor halen schema therapeutische doelen*

25

Structuur

26

Structuur

- *Basisregels en gezamenlijke afspraken zorgen voor veiligheid en voorspelbaarheid*
  - *Wat wordt er verwacht van de deelnemers tijdens de therapie?*
  - *Aan- en afwezigheid / afmelden*
  - *Automutilatie / crisis*
  - *Individuele gesprekken*
  - *Vakanties*
  - *Huiswerk*
  - *Privacy*
  - *Agressie / geweld*
  - *Mobiele telefoon*
  - *Drugs en alcohol*
  - *Contact buiten de groep*

27

## Structuur

- De therapeuten hebben een agenda op hoofdlijnen voor iedere sessie
- Biedt ondersteuning aan therapeuten
- Variëren tussen volgen van agenda en de modi die aanwezig zijn → flexibiliteit
- Balans tussen experiëntieel en cognitief werken
- Focus op groepstaken versus “afleidingen” → steeds groepsbelang in de gaten houden

28

## Structuur

- Didactische hand-outs
- Huiswerk
- Stimuleert verbondenheid tussen deelnemers
- Benader huiswerk op een flexibele manier
  - Als mensen er alleen aan gedacht hebben is dat ook belangrijk
  - Of bewust worden wat het obstakel was om het niet te doen

29

Om kunnen gaan met crisis in de groep

30

## Om kunnen gaan met crisis in de groep

- *Validatie van gevoelens*
- *Welke modus staat centraal*
- *Werk met de betreffende modus*
- *Is er ook een extern situationeel probleem?*
- *Persoonlijke "crisis management plan"?*
- *Betrek de groep erbij (herkenning, oplossingen)*
- *Probeer niet meer dan 15 – 20 minuten stil te staan bij een persoon, behalve als de groep er actief bij betrokken is*
- *Indien nodig verlaat cotherapeut met cliënt de groep*

31

## Om kunnen gaan met dissociatie in de groep

- *T geeft uitleg wat er met de client gebeurt (een soort beschermer)*
- *T probeert client terug te halen, als dat niet lukt dan*
- *krijgt Client een plek in de ruimte, therapeut maakt duidelijk dat ze veilig is en client eigen tijd mag nemen om weer terug te komen*
- *Als anderen zich weer veilig voelen gaat de groep door*
- *Groep leert te wennen aan dit soort gedrag*
- *Client mag in eigen tempo leren "erbij te blijven"*
- *Als dat lukt wordt dat steeds bekrachtigd*

32

## Therapeuten als een team

33

## Therapeuten als een team

- *Balans van afwisselend leidende en volgende therapeut*
- *De een werkt met een individu de ander let op de anderen (affect en modi)*
- *Help elkaar om de therapeutische positie weer in te nemen als de ander blijft hangen in eigen schema's*

35

## Fasen in de groepschematherapie

## Fasen in de groepschematherapie

- *Interview voorafgaand aan deelname*
- *Introductie*
- *Psychoeducatie*
  - *over BPS*
  - *over waarom een groep*
  - *over schematherapie*
  - *om verbondenheid te stimuleren*
- *Werken aan veiligheid en verbondenheid in de groep*
- *Bespreken preventie van levensbedreigend gedrag en stress- en emotieregulatie*

36

## Fasen in de groepschematherapie

- *Werken met schema modi in een groep*
  - *Werken in een groep vereist bij verschillende modi een gefaseerde aanpak*
- *Separatiefase*
  - *Gebruik van 'transitional objects'*
  - *Samen kijken naar de toekomst (relaties, werk)*
  - *Gedragsverandering*
- *Vervolgfase*
  - *bijvoorbeeld waarin de groep verder werkt aan gedrags-verandering en wordt ondersteund door de therapeut (1 keer per maand)*

37

## Indeling van de eerste sessies

- *Kennismaking (luchtige manier om spanning te breken)*
- *Bespreken groepsregels*
- *Introductie van modi*
- *Modispel: wat is mijn modus*
- *Gefaseerd introduceren van crisis-managementplan*
- *Uitleg van BPS*
- *Uitleg doel groepstherapie, waarom een groep*
- *Benoemen van belang en werken aan veiligheid*
- *Werken aan onderlinge band, ook met de therapeuten (verbanden leggen en maken, warme en empathische actieve houding)*

38

## Algemene indeling groepssessie

- *Oefening veilige plek*
- *Mededelingen*
- *Thema van vandaag benoemen*
- *Balans zoeken tussen wat er spontaan komt en plan wat door therapeuten was voorbereid*
- *Cognitieve en/of experiëntiële oefening*
- *Voor balans zorgen met iets luchtigs (spel, grappige anecdote, mop)*
- *Afronden met veilige plek en boodschap gezonde ouder*

39

## Werken met schemamodi in een groep

40

### Borderline persoonlijkheidsstoornis: 4 schemamodi

Gez.  
Volw.

STRAFFENDE OUDER  
(je bent slecht en verdient straf)

Beschermer  
(niet voelen, niet weten)

Verlaten/Misbruikte kind  
(wanhopig, eenzaam,  
bedreigd, misbruikt)

Boze/ impulsieve kind

© H. van Genderen

15

## Werken met schemamodi in een groep

Een onderdeel van werken met modi, 5 stappen

- stap 1: herkennen van de modi - **fase 1**
- stap 2: jezelf beter leren begrijpen - **fase 1**
- stap 3: behoeften herkennen en leren wat je nodig hebt - **fase 1 + 2**
- stap 4: stappen zetten om te leren beter te krijgen wat je nodig hebt - **fase 2**
- stap 5: begrijpen welke modi je tegenhouden bij stap 2 + 3 + 4 - **fase 2 + 3**

42

## Werken met schemamodi in een groep

- *stap 1: herkennen van de modi*
  - modi model tekenen op bord
  - oefeningen gericht op leren herkennen van modi (modispiel)
  - stimuleren van “modi monitoring” bij elkaar

43

## Werken met schemamodi in een groep

- *stap 1: herkennen van de modi*
- *stap 2: jezelf beter leren begrijpen*
  - uitleg over de (adaptieve) functie en het ontstaan van elke modus
  - cliënten helpen elkaar en zichzelf te begrijpen door experiëntiële technieken

44

## Werken met schemamodi in een groep

- *stap 1: herkennen van de modi*
- *stap 2: jezelf beter leren begrijpen*
- *stap 3: behoeften herkennen en leren wat je nodig hebt*
  - uitleg en steeds benoemen van basisbehoeften
  - kindermodi leren herkennen en steeds verbinden met basisbehoeften (zoveel mogelijk door cliënten zelf, indien nodig aanvullen met psycho-educatie)

45

## Werken met schemamodi in een groep

- *stap 1: herkennen van de modi*
- *stap 2: jezelf beter leren begrijpen*
- *stap 3: behoeften herkennen en leren wat je nodig hebt*
- *stap 4: stappen zetten om te leren beter te krijgen wat je nodig hebt*
  - *samen brainstormen over kleine stappen*
  - *door proberen ontdekken wat helpt en wat minder helpt + ervaringen delen met elkaar*

46

## Werken met schemamodi in een groep

- *stap 1: herkennen van de modi*
- *stap 2: jezelf beter leren begrijpen*
- *stap 3: behoeften herkennen en leren wat je nodig hebt*
- *stap 4: stappen zetten om te leren beter te krijgen wat je nodig hebt*
- *stap 5: begrijpen welke modi je tegenhouden bij stap 2 + 3 + 4*
  - *via modiwerk zoals verder beschreven*

47

## Werken met schemamodi in een groep (globaal overzicht)

- *Eerste fase vooral kwetsbare kind en blij kind*
- *Veiligheid en onderlinge band*
- *Als er een straffer is alleen benoemen, pareren met boodschap gezonde ouder, maar nog niet tegen vechten met de hele groep (oefening kaartjes van straffer en GV)*
- *Beschermers, modus benoemen en functie vroeger en consequenties nu benoemen. Indirect aanpakken door oefeningen met blij kind of vicarious learning*
- *Boze kanten valideren, maar ook indien nodig begrenzen (veiligheid van iedereen goed bewaken)*

48

## Andere aandachtspunten

- *Zelfverheerlijker en Pest en Aanvalmodus zijn modi waar goed op gescreend moet worden (zie ook exclusiecriteria), ze maken de sfeer in de groep onveilig, daarom hier ook zsm stoelentechniek toepassen en op geëigende manier aanspreken*

49

## DVD's

- [www.schematherapie.nl](http://www.schematherapie.nl)
  - DVD's *borderline*
- [www.schematherapy.nl](http://www.schematherapy.nl)
  - DVD's *verschillende persoonlijkheidsstoornissen*

50

## DVD's en boek

- [www.schematherapie.nl](http://www.schematherapie.nl)
  - DVD's *borderline*
- [www.schematherapy.nl](http://www.schematherapy.nl)
  - DVD's *verschillende persoonlijkheidsstoornissen*
- *Het boek van Farell and Shaw wordt verwacht in april 2012*

51