

YPI-1

Naam:

Datum:

Hieronder staan uitspraken die je zou kunnen gebruiken om je ouders te beschrijven. Lees elke uitspraak en bepaal hoe goed deze jouw ouders beschrijft. Kies de score (van 1 tot 6) die jouw moeder beschrijft en de score (van 1 tot 6) die jouw vader beschrijft toen je een kind was. Schrijf het cijfer in de ruimten vóór elke uitspraak. Als iemand de plaats van je vader of je moeder innam, scoor dan de schaal voor die persoon. Als je geen moeder had of geen vader had, laat dan de betreffende kolom open.

Scores:

- 1 = volledig onwaar
- 2 = hoofdzakelijk onwaar
- 3 = meer waar dan onwaar
- 4 = nogal waar
- 5 = hoofdzakelijk waar
- 6 = volledig waar

	Nr.	Scores		item
		Moeder	Vader	
	1			Hield van mij, behandelde mij als een bijzonder iemand.
	2			Bracht tijd met mij door en gaf mij aandacht
	3			Gaf me nuttige leiding en richting
	4			Luisterde naar mij, begreep mij en deelde gevoelens met mij.
Ed	5			Was warm en fysiek liefhebbend.
	6			Stierf of verliet het huis definitief toen ik kind was.
	7			Was humeurig, was onvoorspelbaar of was alcoholicus.
	8			Verkoos mijn broer(s) of zus(sen) boven mij.
Ab	9			Trok zich terug of liet mij voor langere periodes alleen.
	10			Log tegen mij, bedroog mij of heeft me verraden.
	11			Misbruikte me fysiek, emotioneel of seksueel.
	12			Gebruikte mij om zijn/haar behoeften te bevredigen.
Ma	13			Leek er plezier in te vinden mensen te kwetsen.
	14			Was extreem bezorgd dat ik me zou kwetsen.
	15			Was extreem bezorgd dat ik ziek zou worden.
	16			Was een angstig of fobisch persoon.
Vh	17			Overbeschermd me.
	18			Gaf me het gevoel dat ik niet kon vertrouwen op mijn beslissingen of oordeel.
	19			Deed teveel dingen voor mij in plaats van me die zelf te laten doen.
Di	20			Behandelde me alsof ik jonger was dan ik echt was.
	21			Gaf veel kritiek op mij.
	22			Gaf me het gevoel niet geliefd te zijn of verworpen te zijn.
	23			Behandelde me alsof er iets mis was met mij.
Ds	24			Deed mij me in belangrijke opzichten beschaamd voelen over mezelf.
	25			Bracht me nooit de discipline bij die nodig was om te slagen op school.
	26			Behandelde me alsof ik dom of ongetalenteerd was,.
	27			Wou niet echt dat ik zou slagen.
Fa	28			Verwachtte dat ik een mislukking zou zijn in het leven.
	29			Behandelde me alsof mijn meningen of verlangens niet meetelden.
	30			Deed wat hij/zij wou, ongeacht mijn behoeften.

	Nr.	Scores		item
		Moeder	Vader	
	31			Controleerde mijn leven, zodat ik weinig keuzevrijheid had.
Sb	32			Stond erop dat alles gebeurde op zijn/haar voorwaarden.
	33			Offerde zijn/haar eigen behoeften op voor het gezin.
	34			Was niet in staat vele dagelijkse verantwoordelijkheden te dragen zodat ik meer dan mijn deel moest doen.
	35			Was vaak ongelukkig en rekende op mij voor steun en begrip.
Ss	36			Gaf me het gevoel dat ik sterk was en zorg zou moeten dragen voor andere mensen.
	37			Had erg hoge verwachtingen voor zichzelf.
	38			Verwachtte dat ik altijd mijn best zou doen.
	39			Was een perfectionist op veel gebieden; de dingen moesten precies gebeuren.
	40			Gaf me het gevoel dat haast niets wat ik deed goed genoeg was.
	41			Had strikte, strakke regels over wat goed of wat slecht was.
	42			Werd ongeduldig als de dingen niet goed of snel genoeg gebeurden.
Us	43			Vond dingen goed doen belangrijker dan plezier hebben of zich ontspannen.
	44			Verwende me, gaf me op veel gebieden teveel toe.
	45			Gaf me het gevoel dat ik speciaal was, beter dan de meeste anderen.
	46			Was veeleisend; verwachtte dat de dingen op zijn/haar manier gebeurden.
Et	47			Leerde me niet dat ik verantwoordelijkheden heb tegenover andere mensen.
	48			Zorgde maar voor heel weinig discipline of structuur voor mij.
	49			Legde me maar weinig regels of verantwoordelijkheden op.
	50			Liet me toe heel boos te worden of de controle te verliezen.
Is	51			Was een ongedisciplineerd persoon.
	52			We stonden zo dicht bij elkaar dat we elkaar bijna perfect begrepen.
	53			Ik voelde dat ik niet genoeg individualiteit of eigen "zelf" had, los van hem/haar.
	54			Ik had niet het gevoel dat ik eigen keuzes kon maken terwijl ik opgroeide, omdat hij/zij zo'n sterke persoon was.
Em	55			Ik had het gevoel dat we elkaar zouden kwetsen, als een van ons beiden zou weggaan.
	56			Maakte zich veel zorgen om de financiële problemen van het gezin.
	57			Gaf me het gevoel dat er iets ergs zou kunnen gebeuren, als ik ook maar een kleine fout maakte.
	58			Had een pessimistische kijk, verwachtte vaak dat het ergste zou gebeuren.
Np	59			Lette vooral op de negatieve aspecten van het leven of op de dingen die verkeerd liepen.
	60			Moest alles onder controle hebben.
	61			Voelde zich ongemakkelijk bij het uiten van gevoelens of van kwetsbaarheid.
	62			Was gestructureerd en georganiseerd, verkoos het vertrouwde boven verandering.
	63			Uitte zelfden kwaadheid.
Ei	64			Was gesloten, besprak zelden zijn/haar gevoelens.
	65			Werd boos of had hardvochtige kritiek als ik iets verkeerd deed.
	66			Strafte me zodra ik iets verkeerd deed.
	67			Schold me uit (voor "dommerik" of "idiot"), wanneer ik fouten maakte.
Pu	68			Verweet mensen wanneer iets fout ging.
	69			Was bezorgd over sociale status en voorkomen.
	70			Hechtte veel belang aan succes en wedijver.
	71			Was bezorgd dat mijn gedrag hem/haar in verlegenheid kon brengen in de ogen van andere mensen.
As	72			Leek meer van me te houden of meer aandacht aan met te schenken wanneer ik in iets uitblonk.

Scoring YPI:

Naam:

Datum:

Tel het aantal hoge scores (5 of 6) voor elk schema voor elke ouder.

Let op: Het eerste schema (items 1 t/m 5) worden omgekeerd gescoord, d.w.z. een lage score van de cliënt betekent een hoge score op het schema.

Schema	Afk.	Aantal hoge scores bij Moeder	Aantal hoge scores bij Vader
Emotional deprivation (scores omkeren! Dus 1 en 2 is hoog)	Ed		
Abandonment / instability	Ab		
Mistrust / abuse	Ma		
Social isolation	Si		
Defect / shame	ds		
Social undesirability	Su		
Failure to achieve	Fa		
Dependence / incompetence	Di		
Vulnerability to harm / illness	Vh		
Enmeshment	Em		
Entitlement / grandiosity	et		
Insufficient selfcontrol / selfdiscipline	Is		
Subjugation	Sb		
Selfsacrifice	Ss		
Approval-seeking / recognition-seeking	as		
Negativity / pessimism	np		
Emotional inhibition	Ei		
Unrelenting standards	us		
Punitiveness	pu		

Er zijn nog geen normscores voor de YPI.

We kijken hoeveel hoge scores de cliënt heeft voor elke ouder voor elk schema.

Bespreek een ouder tegelijk.

Bespreek eerst de scores voor moeder, en bespreek met de cliënt welke schema's mogelijk door moeder's toedoen tot stand zijn gekomen, gebaseerd op het aantal hoge scores dat moeder voor elk schema kreeg.

Doorloop dan hetzelfde proces met vader.

In het algemeen is een schema meer ernstig voor een cliënt wanneer er verscheidene hoge scores zijn, en wanneer beide ouders hoog gescoord worden op dat schema.

Soms kan echter zelfs 1 hoge score van 1 ouder de primaire oorsprong zijn van een sterk schema.

De therapeut moet zich ook bewust zijn dat bij sommige cliënten de oorsprong van een bepaald schema niet op de YPI te zien is. De YPI bevat de meest voorkomende oorsprongen van elk schema, gebaseerd op de klinische ervaring van de onderzoekers, niet alle mogelijke oorsprongen.

Overzicht van domeinen en schema's:

Domein	Schemanaam (ned)	Afkorting (ned)	Schemanaam (engels)	Afkorting (eng)
I. onverbondenheid / afwijzing	Emotionele deprivatie	em	Emotional deprivation	ed
	Verlating / instabiliteit	ve	Abandonment / instability	ab
	Wantrouwen / misbruik	wa	Mistrust / abuse	Ma
	(sociale isolatie / vervreemding)	si	Social isolation	Si
	Onvolwaardigheid / defect/ schaamte	ov	Defect / shame	Ds
II. Verzwakte autonomie en verzwakte prestatie	Sociaal niet getalenteerd / sociale	so	Social undisirability	Su
	Mislukking, falen	Mi	Failure to achieve	Fa
	Afhankelijkheid / incompetentie	Af	Dependence / incompetence	Di
	Kwetsbaarheid voor schadelijke invloeden (gevaar / ziekte)	kw	Vulnerability to harm / illness	Vh
	Kluwen / niet ontwikkeld zelf / verstrengeling / onvoldoende eigenheid	vg	enmeshment	Em
III. Verzwakte grenzen	Aanmatiging / grandeur / aanspraak maken op / gerechtigd zijn / grandiositeit	aa	Entitlement / grandiosity	et
	Ontoereikende zelfcontrole of zelfdiscipline	oz	Insufficient selfcontrol / selfdiscipline	Is
IV. Gerichtheid op anderen	Onderwerping	od	Subjugation	Sb
	Zelfopoffering	ze	Selsacrifice	Ss
	Goedkeuring zoeken / erkenning zoeken		Approval-seeking / recognition-seeking	as
V. Overmatige waakzaamheid en inhibitie	Negativiteit / pessimisme	ng	Negativity / pessimism	np
	Emotionele geremdheid (inhibitie) / overmatig gecontroleerd	eg	Emotional inhibition	Ei
	Meedogenloze normen / overkritische houding	mn	Unrelenting standards	us
	Bestraffende houding	be	Punitiveness	pu