

VAN DE VOORZITTER

De trein en de reis

Ik zit in de trein, op weg om les te geven. Terwijl ik naar buiten kijk, probeer ik mijn gedachten te richten op de vraag die ik zojuist over de mail ontving: 'Kun jij een column schrijven voor het nieuwe VSt magazine, iets over 25 jaar schematherapie?' Ik heb nog nooit een column geschreven, dus ik moet echt even nadenken wat ik dan wil zeggen. De eerste gedachte die opkomt, is dat schematherapie al langer in Nederland bestaat dan 25 jaar. De eerste training van Jeffrey Young in het kader van de Borderline studie was namelijk in 1996. Of was het 1997? Ik neem me voor om dit thuis even na te zoeken in m'n agenda van toen. In gedachten reis ik terug naar die tijd. Ik zie mezelf weer in de trein zitten met collega's op de terugweg van die eerste training, napratend over wat we hadden gehoord en geleerd. Ik herinner me onze onwennigheid over dat idee van limited reparenting, het gevoel onhandig te zijn bij het oefenen met technieken die wel al langer bestonden maar die we eigenlijk nooit gebruikten, zoals imaginaire rescripting en de stoelentechniek.

Ik herinner me hoe inspirerend de lange, aaneengesloten dagen van trainingen en supervisies waren. Maar ik herinner me ook hoe we na afloop zoekende waren naar enige structuur in alle informatie, met alleen de handouts van Jeffrey en het boekje *Reinventing Your Life* als naslagwerk.

En daar zit ik nu, bijna 30 jaar na die eerste trainingen, en schrijf ik een column voor een magazine van de Vereniging voor Schematherapie, een vereniging met bijna 3000 leden. Zijn er inmiddels tal van boeken, audiovisuele producties, materialen ter ondersteuning van de behandeling en tientallen onderzoekers over de hele wereld bezig met onderzoek naar fundamentele aspecten van het model en toepassingsmogelijkheden.

De trein van schematherapie heeft een mooie lange weg afgelegd en is nog steeds op reis. Ik begin me af te vragen welke ontwikkelingen zullen volgen, welke stations we nog zullen passeren. Ik heb nu cliënten die tussen de sessies gesprekken hebben met ChatGPT over hun basisbehoeften, schema's en modi. Misschien dat AI een steeds grotere rol krijgt in schematherapie? Opnieuw voel ik dat onwennige gevoel van toen, na die eerste training in 1996 (of was het 1997?). Maar nu met een besef dat het eerst wennen is met nieuwe ontwikkelingen, maar dat deze dan ook veel moois kunnen brengen. Een besef dat de trein van schematherapie al in beweging is, haar indrukwekkende weg vervolgt, ongeacht mijn gedachten en overpeinzingen.

Remco van der Wijngaart,
Voorzitter VSt



Remco van der Wijngaart is psychotherapeut en GZ-psycholoog en supervisor cognitieve gedragstherapie en schematherapie. Hij is eigenaar/directeur Van Genderen Opleidingen BV (www.schematherapieopleidingen.nl) en organiseert cursussen en workshops over schematherapie in binnen- en buitenland. Remco is daarnaast werkzaam in de psychotherapiepraktijk Perspectief, Psychotherapie Maastricht (www.perspectiefmaastricht.nl) waar hij cliënten met persoonlijkheidsproblematiek behandelt met schematherapie. Remco is voorzitter van de Vereniging voor Schematherapie (VSt) en lid van het Internationaal Consortium voor Imaginaire Rescripting (www.imrs.nl).

Hij is (co-)auteur van diverse boeken zoals 'Imaginaire rescripting, theorie en praktijk' en het recent gepubliceerde boek 'Schematherapie voor Cluster C-persoonlijkheidsstoornissen'. In samenwerking met anderen heeft hij diverse audiovisuele leermiddelen geproduceerd, zowel op het gebied van cognitieve gedragstherapie als op het gebied van schematherapie.

