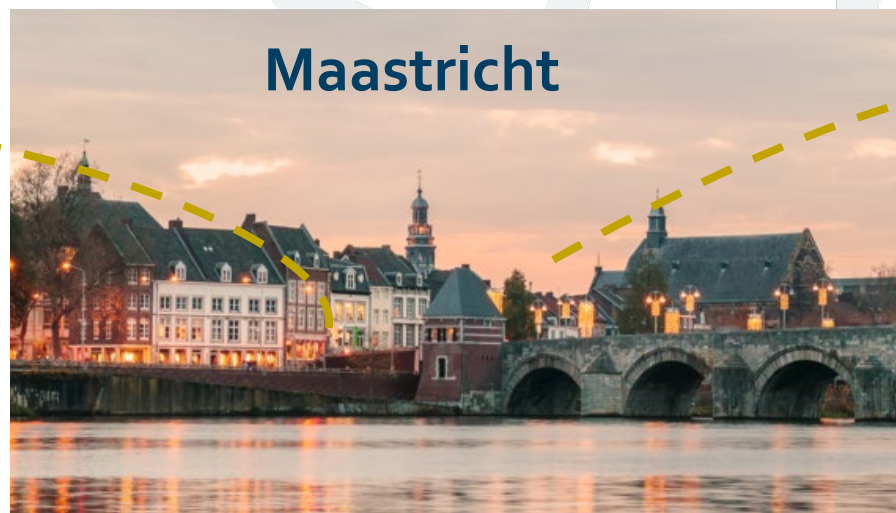


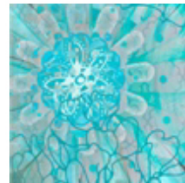


Breaking the silence: Hoe de stoelentechniek kan helpen cliënten met een Dwangmatige PS in contact te brengen met hun gevoelens

Remco van der Wijngaart
Hannie van Genderen



Maastricht



VAN GENDEREN OPLEIDINGEN BV

schematherapie opleidingen



>3 elementen in deze workshop

fine tuning stoelentechniek bij een sterke copingkant

techniek van het 'besmetten' van de stoel van het Kwetsbare Kind met emoties

Genereren van een correctieve emotionele ervaring

Conceptualisatie

11.35-12.00 Modusmodel
Dwangmatige PS: nieuwe
concepten & differentiatie modi

Stoelentechniek bij PO

12.00-12.05 Inleiding
12.05-12.35 Demonstratie 3
elementen
12.35-12.50 Oefenen
12.50-13.00 Nabespreken, Q&A



Towards a Reformulated Schema Therapy Theory

Arnoud Arntz, Marleen Rijkeboer, Edward Chan, Eva Fassbinder, Alp Karaosmanoglu, Christopher William Lee & Marta Panzeri (2021)
Cognitive Therapy and Research

60 onderzoekers in 32 landen werken samen.

Voorgestelde veranderingen op gebied van

- Basisbehoeften
- Schema's
- Copingstijlen
- Relatie tussen schema's, copingstijlen en modi

A close-up photograph of two hands clasped together. The hand on the left is wearing a grey, textured sweater cuff. The hand on the right is bare. The background is dark and out of focus. The text is overlaid on the left side of the image.

>Nieuwe behoeften & schema's

Behoefte aan coherente identiteit en een begrijpelijke wereld

Behoefte aan eerlijkheid/rechtvaardigheid



> behoefte aan coherente identiteit

1. **Gebrek aan een coherente identiteit:**
representatie van het zelf als incoherent en diffuus, als bestaande uit niet-geïntegreerde delen en in ernstige gevallen als bestaande uit compleet gedissocieerde delen.

2. **Gebrek aan een begrijpelijke wereld:**
representatie van de wereld als betekenisloos, waarbij het zelf niet verbonden is met zaken die in de wereld spelen.

(Dweck 2017, p. 695).

>Onrechtvaardigheid





>Onrechtvaardigheid

representatie van

- a) de wereld als zijnde onrechtvaardig en oneerlijk,*
- b) de rechtstaat als falend, dus onrecht in de maatschappij wordt niet gecorrigeerd en*
- c) het zelf als (continu) slachtoffer van onrecht.*

>Schema's

Geactiveerd schema is als tsunami in de emotionele beleving

A close-up photograph of a human eye, looking directly at the camera. A vertical white line is superimposed over the center of the eye. The background is dark and out of focus.

>Coping=gedragsrespons

“Coping kan gedrag omvatten wat gericht is op externe omstandigheden, en daarmee kan coping ook betrekking hebben op externe situaties. Echter, omdat het schema betekenis geeft aan die externe situatie, is de coping primair gericht op het schema” ->
Overgave-vermijding-Omkering



>Relatie tussen

Schema's & copingstijlen

&

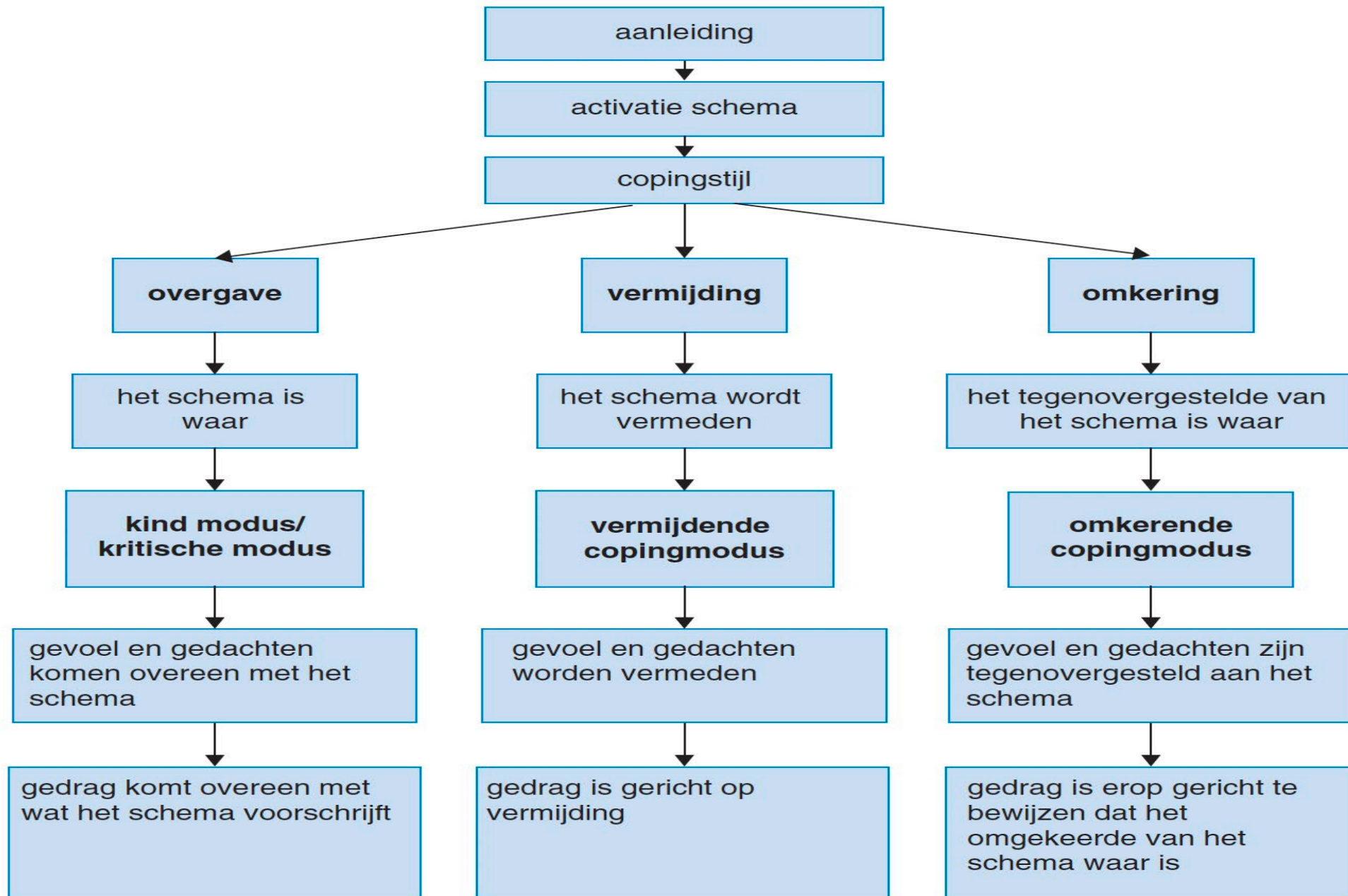
Modi

Schema + copingstijl = modus

Overgave → Kindmodi en Kritische modi (oudermodi)

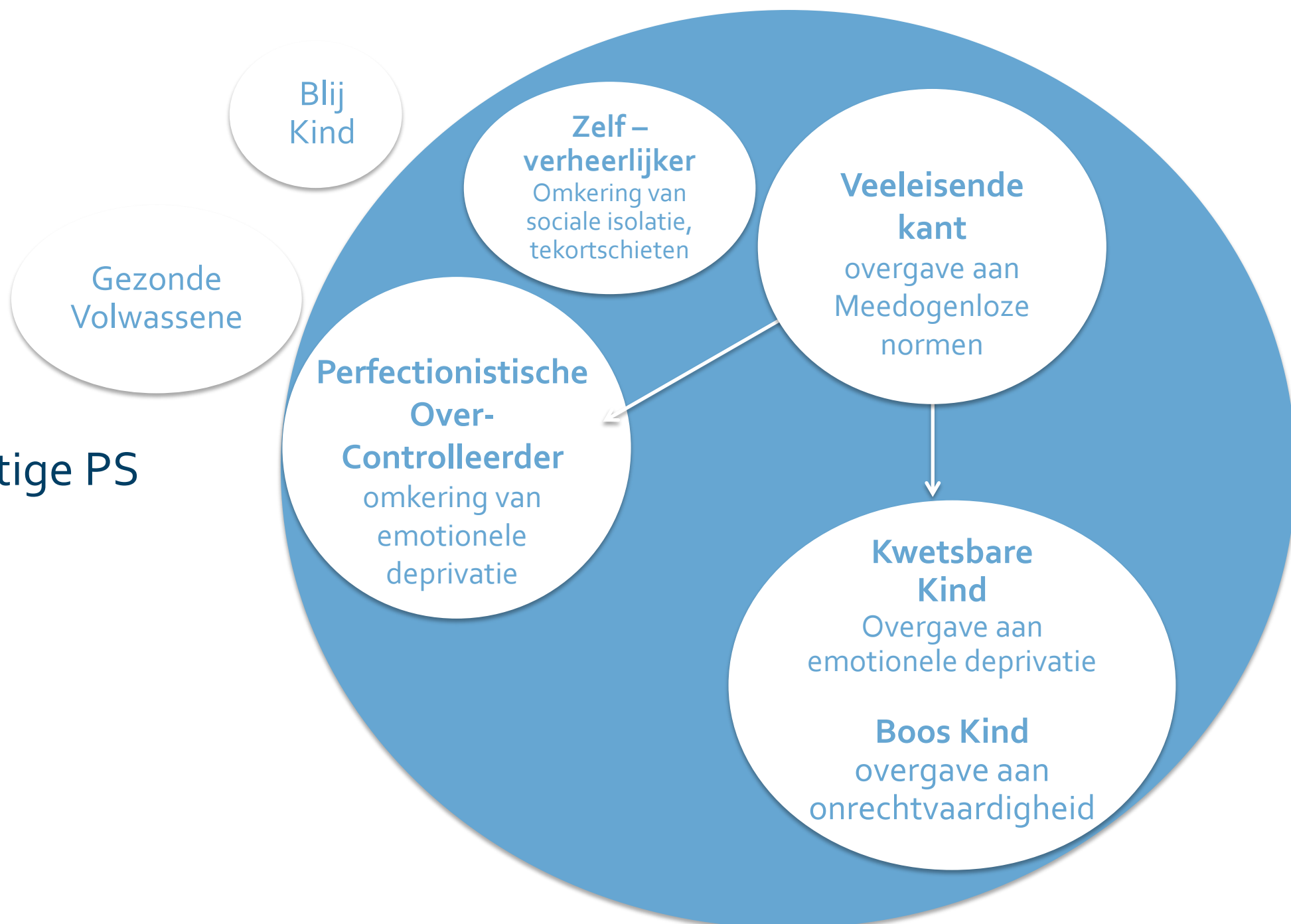
Vermijding → Vermijdende copingmodi

Omkering → Omkerende copingmodi



■ **Figuur 2.1** Relatie tussen schema's, copingstijlen en modi Van Genderen (2023) en Arntz et al. (2021)

Dwangmatige PS





Geïnteresseerd in deze laatste inzichten?

I Fine tuning stoelentechniek
bij een sterke copingkant

II Techniek van het
'besmetten' van de stoel van
het Kwetsbare Kind met
emoties

III Genereren van een
correctieve emotionele
ervaring

>Sara

36 jaar, dwangmatige persoonlijkheidsstoornis

Getrouwd, heeft twee kinderen (4 en 6 jaar)

Werkt als docent economie aan een Hogeschool.

Geeft lezingen over haar vak en werkt mee in allerlei projecten.

Vrije tijd: actief als vrijwilliger bij verenigingen.

Alle energie gaat naar het werk en de kinderen.

Geen tijd voor leuke dingen of relatie.

Loopt op haar tenen en heeft angst voor burn-out.

Opvoeding: Ouders die ook hard werkten.

Nadruk op prestatie en succes.

Geen aandacht voor gevoelens.

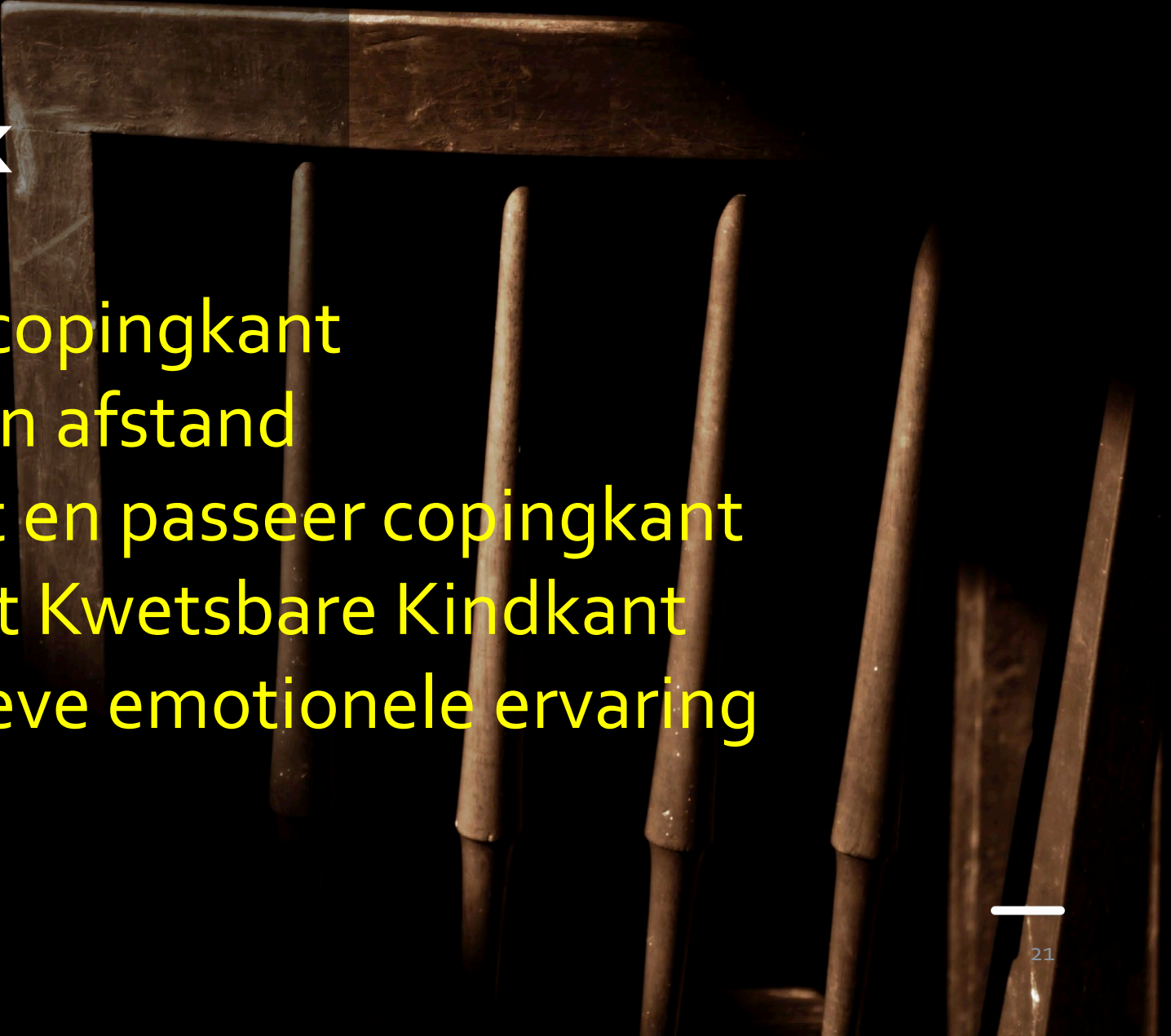


Doel:
contact met Kwetsbare Kind
(Yakin et al, 2020)

Opties:
Kindkant aanspreken
Exploreren triggers
Empathische confrontatie
Imaginaire rescripting
Et cetera

Stoelen!

I Fine-tuning stoelentechniek



Stoel representeert copingkant
Creëert bewustzijn en afstand

- Onderhandel met en passeer copingkant
- Maak contact met Kwetsbare Kindkant
- Bied een correctieve emotionele ervaring

>Algemene tips

- Gebruik gebaren bij benoemen modi in aanloop techniek
- Herformuleer belevingen in termen van modi
- Geef duidelijke, heldere instructies
- Regelmatige samenvattingen

>Demonstratie

Start stoelentechniek





I Fine tuning stoelentechniek (copingkant in begin fase, deel 1)

Stap 1: Herkennen Copingkant

Stap 2: Benoemen Copingkant

Stap 3: Laat client in andere
stoel zitten als copingkant

Stap 4: Onderhandel met de
copingkant

Stap 5: Laat client in stoel van
Kwetsbare Kind zitten

>Hoe onderhandelen?

- Exploreer de voordelen van de Coping Kant : neem je tijd, valideer
- Bespreek nadelen n.a.v. Socratische vragen: 'is de pijn opgelost door jou als Beschermmer?'
- Bied hoop: 'Ik denk dat ze zich wel beter kan voelen'
- Vraag toestemming om contact te kunnen maken met Gekwetste Kant. Bied daarbij geruststelling en controle

>Demonstratie

Onderhandelen met
copingkant en contact maken
met Kwetsbare Kind



II Techniek van het 'besmetten' van de stoel van het Kwetsbare Kind

Probleem: copingkant is te sterk =
stoel van Kwetsbare Kind is niet een
emotionele stoel



> 'Besmetten' stoel Kwetsbare Kind met emoties

Stap 1 Identificeer de moeite om contact te maken met het kwetsbare Kind

Stap 2 Laat client in de stoel therapeut zitten

Stap 3 Therapeut zit in stoel Kwetsbare Kind en 'besmet' die met emoties:

Stap 4 Laat cl in stoel Kwetsbare Kant zitten en de uitgesproken emoties herhalen

Stap 5 Stimuleer bewustzijn van emoties



>Demonstratie

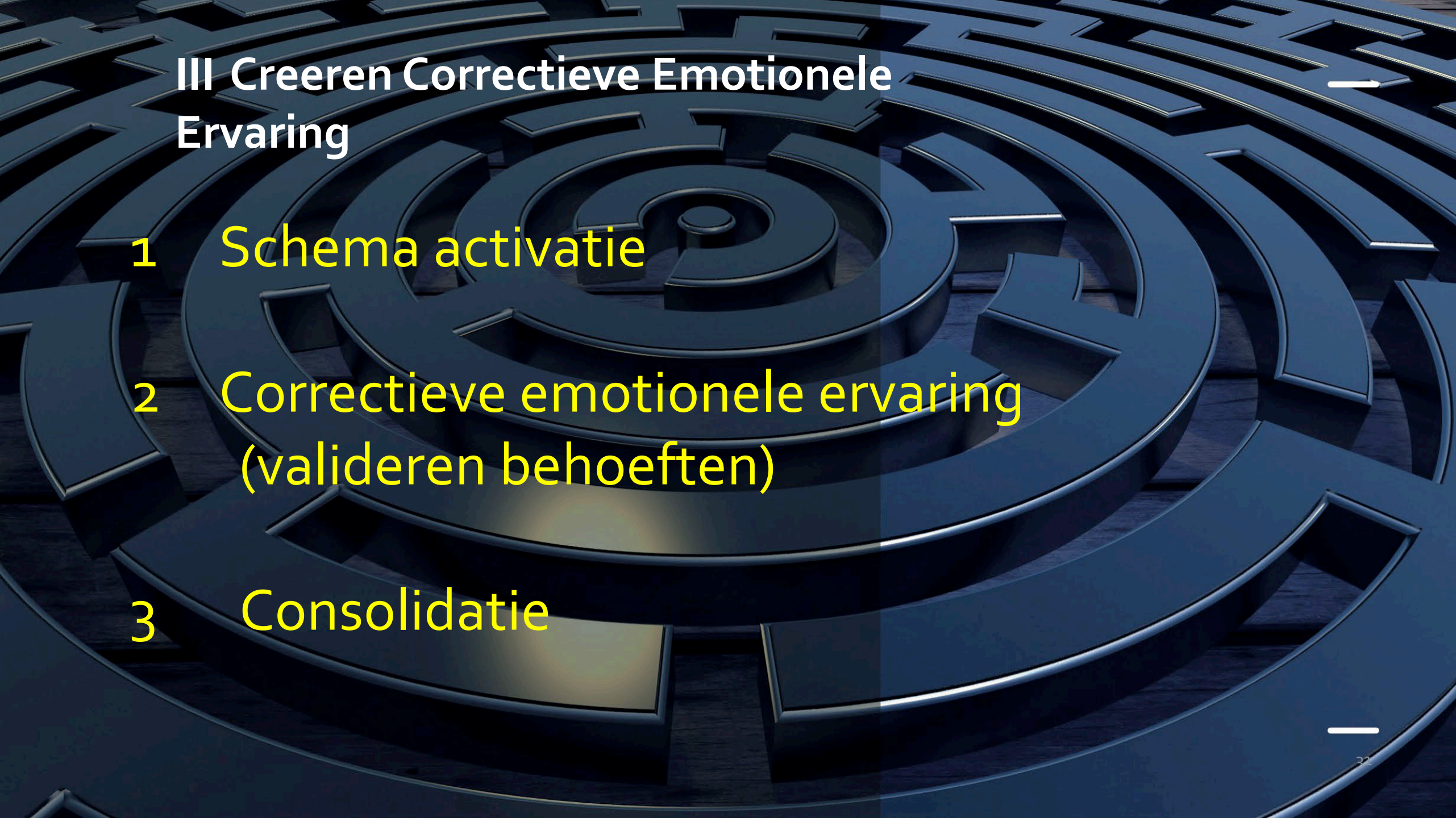
Besmetten stoel Kindkant
met gevoelens en behoeften



>Samenvatting tot dusver...

Besmetten:

- Beschrijf client als kind die je op jeugdfoto's hebt gezien
- Beschrijf normale emotionele responsen en behoeften van kinderen
- Beschrijf hoe jij je zou hebben gevoeld in die context
- Praat in tegenwoordige tijd en zo authentiek mogelijk



III Creeren Correctieve Emotionele Ervaring

- 1 Schema activatie
- 2 Correctieve emotionele ervaring
(valideren behoeften)
- 3 Consolidatie

>Demonstratie

Genereren van correctieve
emotionele ervaring



>Samenvatting tot dusver...

- 1 Schema activatie
- 2 Correctieve emotionele
ervaring
(valideren behoeften)
- 3 Consolidatie

1 Schema activatie

Passeren coping kant
Focus op schema activerende
gebeurtenis
Exploreer primaire
emotionele responsen

2 Correctieve Emotionele Ervaring

Valideren van behoeften begint met compassie=expliciete erkenning van die behoeften en de emotionele responsen wanneer behoeften niet gevalideerd worden

- mbt de huidige context

- Natuurlijk voel je je zo, want het is ook een lastige situatie...*

- mbt oude pijn

- Natuurlijk voel je je nu (...) want met wat jij hebt meegemaakt in het verleden...*

3 Consolidatie

- Bewustwording van helende effecten van compassie (consolidatie op korte termijn)
- Reflectie en huiswerk (consolidatie lange termijn)



> Oefening...

- Vorm tweetallen
- Client speelt een Onthechte Beschermers
- Therapeut oefent 1 of meer van de volgende opties:
 - Onderhandelen met de copingkant
 - Besmetten van de stoel van kwetsbare Kind
 - Creëren van een Correctieve emotionele ervaring

> Q & A





Beschikbaar op dit congres!
