



Nieuwe schema's vragen om andere limited reparenting

Hannie van Genderen
Natalie van Oort

Disclosure/belangen spreker

Wel/Geen belangenverstrengeling

Geen (potentiële) belangenverstrengeling

Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties¹

- Sponsoring of onderzoeksgeld²
- Honorarium of andere (financiële) vergoeding³
- Aandeelhouder⁴
- Andere relatie, namelijk ...⁵

Bedrijfsnamen

-
- Docent schematherapie bij van Genderen opleidingen (HvG en NvO)
-
- Auteur boeken over schematherapie (HvG)

165.000 EXEMPLAREN VERKOCHT VAN DE EERSTE EDITIE

TWEEDE,
GEACTUALISEERDE
EDITIE

HANNIE VAN GENDEREN, GITTA JACOB
& LAURA SEEBAUER

PATRONEN DOORBREKEN

NEGATIEVE GEVOELEN EN GEWOONTEN
HERKENNEN EN VERANDEREN

VAN DE AUTEUR VAN DE BESTSELLER *PATRONEN DOORBREKEN*

HANNIE VAN GENDEREN

DOORBREEK JE PATRONEN IN VIJF STAPPEN

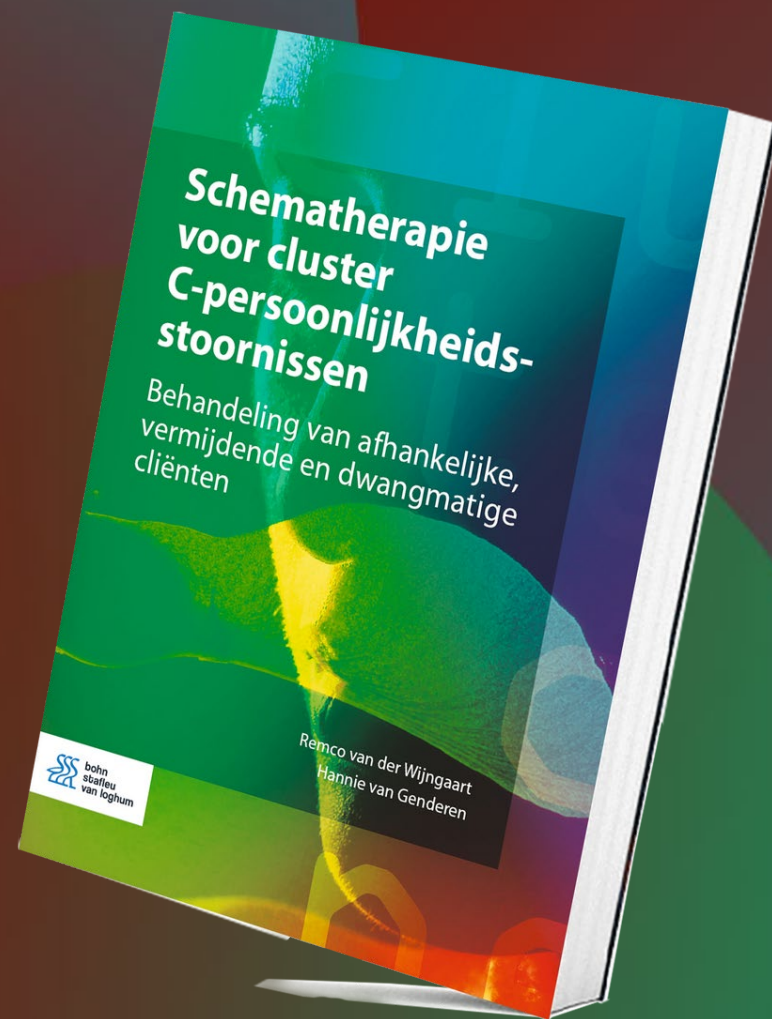
EEN SYSTEMATISCH PLAN OM
NEGATIEVE GEVOELEN, GEDACHTEN
EN GEDRAG TE VERANDEREN

SCAN ME



Schematherapie voor cluster C-persoonlijkheidsstoornissen

Remco van der Wijngaart & Hannie van Genderen



Programma

Limited reparenting bij nieuwe schema's

Limited reparenting

Nieuwe schema's

Nieuwe verbanden tussen
schema's, copingstijlen en modi

Demonstratie

Limited reparenting bij de
nieuwe schema's

> Limited Reparenting

- Therapeut is rolmodel van voldoende goede ouder
 - Therapeut geïnternaliseerd als gezond tegenwicht voor negatieve leerervaringen in het verleden
- ➔ Wat doet een voldoende goede ouder bij welke basisbehoefte ?
- ➔ Dat is niet altijd lief en begripvol zijn maar soms ook stimulerend of confronterend.



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 aan dit project.

Veranderingen op het gebied van

- Basisbehoeften
- Schema's
- Coping stijlen
- Relatie schemas, coping styles and modi

Towards a Reformulated Schema Therapy Theory

Onderzoek naar de nieuwe begrippen is te vinden op

www.schematherapie.nl ->
Nieuws -> 25-9-2024

Vragenlijst invullen -> Volledig overzicht van alle
voorgestelde nieuwe schema's en modi.

Nieuwe basisbehoeften

Behoefte aan rechtvaardigheid en eerlijkheid

*Behoefte aan een coherente identiteit en
begrijpelijk wereldbeeld*

Nieuwe basisbehoeften en schema's

Behoefte aan rechtvaardigheid en eerlijkheid:

Oneerlijkheid/Onrechtvaardigheid

Behoefte aan een coherente identiteit en begrijpelijk wereldbeeld

Incoherente identiteit: Verwarring over wie je bent

Onbegrijpelijke wereld:

Verwarring over hoe de wereld in elkaar zit

Samenhang basisbehoeften, schema's, copingstijlen en modi is aangepast

- Nieuwe definitie van copingstijlen
- Modi gekoppeld aan specifieke schema's
- Andere indeling en benaming van modi
- Veel meer (nieuwe) modi

Schema in combinatie met copingstijl leidt tot modi

Copingstijl =
manier van omgaan met interne activatie van
een schema

Dus niet meer fear, fight, flight, maar:

*Overgave (Berusting): **het schema is waar***

*Vermijding: **het schema wordt vermeden***

*Omkering (Inversie): **Het tegenovergestelde van het schema is waar***

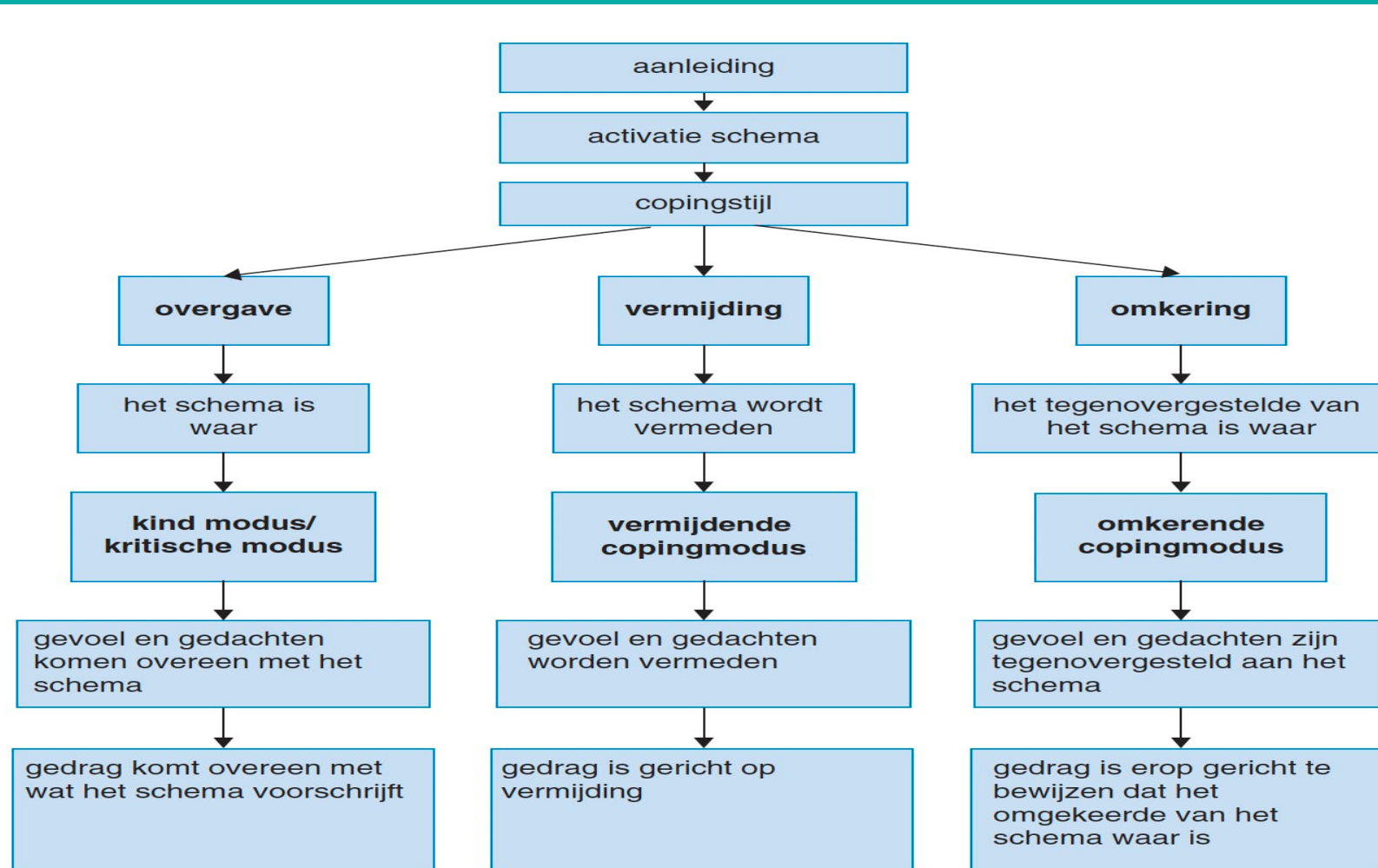
Schema in combinatie met copingstijl leidt tot modi

Overgave → Kindmodi en Kritische modi (oudermodi)

Vermijding → Vermijdende copingmodi

Omkering → Omkerende copingmodi

Samenhang basisbehoeften, schema's, copingstijlen en modi



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

>Onrechtvaardigheid





>Onrechtvaardigheid /oneerlijkheid

Ik kan niet tegen onrechtvaardigheid

Ik geloof dat

- a) de wereld (inclusief andere mensen) oneerlijk en onrechtvaardig is
- b) dat de maatschappij faalt in het aanpakken van de acties van degenen die zich oneerlijk gedragen.
- c) ik een (voortdurend) slachtoffer ben van oneerlijkheid.

(ethologisch onderzoek naar (on)rechtvaardigheid bij dieren en jonge kinderen. O.a. Frans de Waal)

Valkuil in combinatie met copingstijl leidt tot modi

Overgave → Kindmodi en Kritische modi
(oudermodi)

→
Vermijding → Vermijdende copingmodi

→
Omkering → Omkerende copingmodi

> Overgave aan onrechtvaardigheid

Kindmodi

Benadeelde kind (slachtoffer)*

Je voelt zich voortdurend slachtoffer en oneerlijk behandeld. Gebeurtenissen worden ervaren als nog meer bewijs van onrechtvaardigheid. U hebt moeite om pech als niet-opzettelijk te ervaren

Woedende of razende kind

Impulsieve kind

Kritische modi

Kan elke kritische modus zijn.

Straffende modus/criticus, Veeleisende modus

Straffende meester*

*je vindt dat anderen verantwoordelijk moeten worden gehouden voor hun tekortkomingen en onvolkomenheden.
Je hebt de neiging om anderen te kleineren en te controleren.
Je leest anderen de les en straft hen voor hun gebreken en fouten*



> Vermijding gevoelens en gedachten over onrechtvaardigheid

Vermijdende copingmodi

Onthechte beschermer

Vermijdende beschermer

Zelfsusser

Omkering van negatieve overtuigingen en gevoelens bij onrechtvaardigheid

Omkerende modi

Over-optimist

Je draait het onderliggende pessimisme om door overdreven optimistisch te zijn.

Pest en Aanval (Aanvaller)

Aanval is de beste verdediging

Bedrog en Manipulatie (Bedrieger)

Roofdier

> Limited Reparenting

- 1 Zorg bieden
- 2 Richting geven
- 3 **Empathische confrontatie**
- 4 Grenzen stellen

Empathische confrontatie

Vorbereiding

Confrontatie (schema activatie)

Sta stil bij de emotie die dit oproept

Empathie (corrigerende ervaring)

Reflectie (consolidatie)

Omkering onrechtvaardigheid

Esther

Gebrek aan autonomie & competentie, zelfexpressie en onrechtvaardigheid.

Autoritaire vader, denigrerend naar vrouwen.

Moeder onderdanig. Broers voorgetrokken. Lachen haar uit. Esther moest altijd moeder helpen.

Bij onrecht -> aanvaller.

Demonstratie Empathische
confrontatie Aanvaller

Vragen?



> Behoeftes aan een coherente identiteit en begrijpelijk wereldbeeld

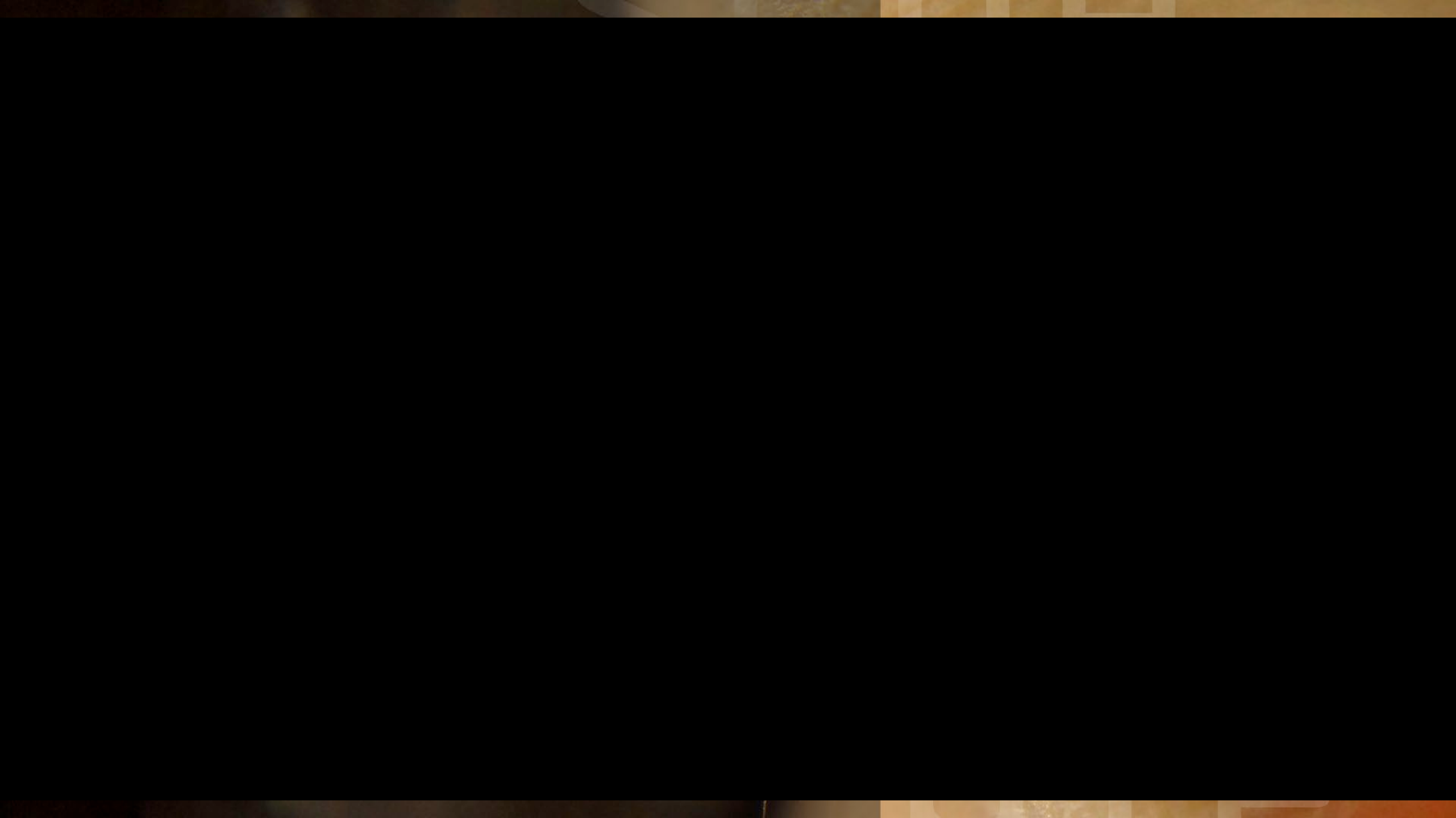
1 Identiteit: "Wie ben ik?"

2 Begrijpelijk wereldbeeld:

"Ik begrijp hoe de wereld in elkaar zit en wat de betekenis daarvan is"

Ontstaat door de integratie van de andere basisbehoeften

(Dweck 2017, p. 695).



>gebrek aan een samenhangend zelfbeeld en beeld van de wereld

1. Gebrek aan een samenhangend zelfbeeld (identiteit):

Ik zie mijzelf als iemand die samenhang en eenheid mist, ik heb vaak het gevoel dat ik uit gefragmenteerde en niet met elkaar verbonden delen besta (gedissocieerde delen). Ik heb moeite om een duidelijk zelfgevoel te behouden en vind het moeilijk om mijn eigen behoeften, emoties, gedachten en acties te begrijpen
(Ik ben in de war, ik weet niet wie ik ben en voel mij verloren)

2. Gebrek aan een begrijpelijk wereldbeeld

Ik geloof dat de wereld, inclusief andere mensen en de maatschappij in het algemeen onbegrijpelijk is. Ik zie mijzelf als losgekoppeld van wat er in deze wereld gebeurt. De buitenwereld is verwarrend voor mij en ik heb moeite om te begrijpen hoe deze functioneert.
(ik begrijp niet hoe de wereld in elkaar zit)

(Dweck 2017, p. 695).

gebrek aan een samenhangend zelfbeeld en beeld van de wereld

Ontstaat door de integratie van de
andere basisbehoeften

Acceptatie, veiligheid en voorspelbaarheid

Autonomie en bekwaamheid

Zelfexpressie

Spontaniteit en spel

Begrenzing en zelfcontrole

Rechtvaardigheid*



gebrek aan een samenhangend
zelfbeeld en beeld van de wereld

Limited reparenting:

Kern is het vervullen van de meest
basale basisbehoeften:

Acceptatie, verbondenheid,
veiligheid en voorspelbaarheid.

Met aandacht voor de andere
basisbehoeften in latere fases van de
therapie

> Overgave aan gebrek aan een samenhangend zelfbeeld en beeld van de wereld

Kindmodus

Verward kind*

*Je ervaart jezelf als onsamenhangend, chaotisch en uit elkaar vallend.
Dit kan gevoelens oproepen van angst, verloren zijn, verwarring of leegte.*

Woedende kind

Kritische modus

Kan elke kritische modus zijn





> Vermijding bij een gebrek aan een
samenhangend zelfbeeld en beeld van de wereld

Vermijdende copingmodi

Onthechte beschermer (dissociatie)

Zelfsusser

Omkering bij een gebrek aan een samenhangend zelfbeeld en beeld van de wereld —

Omkerende copingmodi

Veinzer (pretendeerder)*

(Fake volwassene

Namaak gezonde volwassene)

Je laat jezelf geloven dat je zeker, goed geïntegreerd, geordend, beheerst en gecontroleerd bent, of dat je de wereld volledig begrijpt en dat je er controle over hebt. Je doet alsof je altijd precies weet wie je bent en wat je wilt, waardoor je een versie van jezelf creëert die niet overeenkomt met je werkelijke emotionele behoeften.

> Limited Reparenting

- 1 Zorg bieden
- 2 Richting geven
- 3 Empathische confrontatie
- 4 Grenzen stellen

> Zorg bieden

Wat zou ik doen als het echt een kind/pleegkind was? Vertrouw je gevoel

Vorm van zorg hangt af van relevante basisbehoeften: wat heeft deze client gemist en voor corrigerende ervaringen heeft die nu nodig?

Toon, manier van praten

Langer durende therapie

Extra sessies

Transitional objects

Extra (telefonische) bereikbaarheid (bij crisis)



> Richting geven

Binnen therapie:

In therapie blijven

Doorbreken schemabevestigend gedrag

Therapeut zet dus ook zaken op de agenda

Buiten therapie:

Relaties, vrienden, partner

Werk en studie





Bij een gebrek aan een samenhangend
zelfbeeld en beeld van de wereld staan
basisbehoeften

Veiligheid, voorspelbaarheid en
verbondenheid centraal

Emotionele Verwaarlozing

Verlating/Instabiliteit

Wantrouwen/Misbruik

Sociaal Isolement/Vervreemding

Minderwaardigheid/Schaamte

> Overgave aan gebrek aan een samenhangend zelfbeeld en beeld van de wereld

Mirjam

Wantrouwen/misbruik, Emotioneel tekort, Sociaal Isolement, Kwetsbaarheid ziekte/gevaar. Gebrek aan samenhangend beeld van zichzelf en de wereld

Moeder BPS dus onvoorspelbaar. Vader veel afwezig en ontwijkend, sussend. Gezin afgesloten van de buitenwereld. Mirjam probeerde voor moeder te zorgen.

In coronatijd namen haar klachten toe door weinig contact met anderen en wantrouwen over vaccinaties.

Depressie en angst namen toe.

Verward kind afgewisseld met Straffende modus/criticus

Demonstratie Zorgen voor het verwarde kind
en bevechten van de criticus

A close-up photograph of two hands shaking in a firm grip. The hand on the left is wearing a grey, ribbed sweater cuff. The hand on the right is wearing a light-colored, possibly white, sleeve. The background is blurred, showing green foliage on the left and a grey, textured surface on the right. The text 'Vragen? Discussie' is overlaid in yellow on the left side of the image.

**Vragen?
Discussie**

