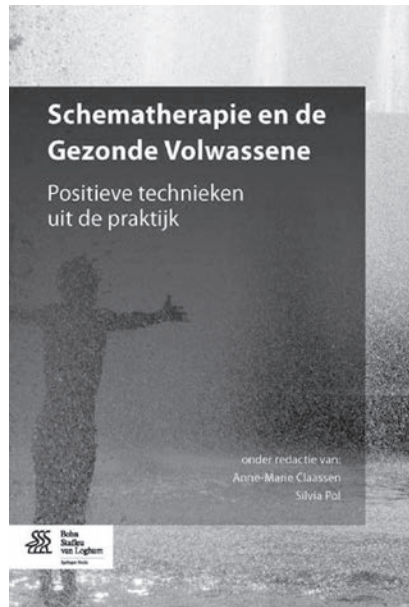


## Een pleidooi voor verlegde aandacht

*Schematherapie en de Gezonde Volwassene*  
*Positieve technieken uit de praktijk*  
 Anne-Marie Claassen & Silvia Pol (red.)  
 Bohn Stafleu van Loghum (2015)  
 Prijs: € 39,50



Dit rijk geïllustreerde boek heeft de sympathieke intentie de aandacht van therapeuten te verleggen van disfunctioneren en problemen naar goed functioneren en positieve emoties. Binnen de schematherapie is de Gezonde Volwassene een van de schemamodi, die vooral aan bod komt in de latere fasen van een behandeling, wanneer maladaptieve schema's en modi minder op de voorgrond staan. De Gezonde Volwassene wordt gekozen als doel waarop interventies afkomstig uit de positieve psychologie gericht kunnen worden.

Het boek bestaat uit twee delen. Het eerste, inleidende deel opent met drie hoofdstukken die geschreven zijn door de redacteuren zelf. Claassen en Pol zien de Gezonde Volwassene niet alleen als modus, maar ook als uitkomst van een ontwikkelings- en inte-

gratieproces van de cliënt zelf. Zij geven een overzicht van de schematherapie en de technieken die binnen deze integratieve vorm van psychotherapie gebruikt worden om de Gezonde Volwassene te versterken. De technieken worden gedetailleerd beschreven, waardoor ze gemakkelijk toe te passen zijn in de praktijk.

Het inleidende gedeelte van het boek wordt afgesloten met een vierde hoofdstuk, van de hand van Monique Hulsbergen en Elke Smeets, dat gaat over het ontwikkelen van zelfcompassie.

Het tweede deel van het boek bevat elf hoofdstukken waarin uiteenlopende onderwerpen behandeld worden, bijvoorbeeld de Gezonde Volwassene in de relatie, in het multidisciplinaire team, of de manier waarop het ontwikkelen van de Gezonde

Volwassene in het behandelplan aan bod kan komen. Stuk voor stuk bieden deze hoofdstukken concrete handvaten die rechtstreeks meegenomen kunnen worden naar de therapieruimte of de vergadertafel. We bespreken drie hoofdstukken uitgebreider.

## **Discrepantie**

In het hoofdstuk ‘Psychomotorische therapie en de Gezonde Volwassene’ door Henriette en Eric van der Meijden wordt uiteengezet hoe de psychomotorische therapie (PMT) op verschillende wijzen en niveaus toepasbaar wordt in de behandeling van persoonlijkheidsproblematieken door het aanspreken en vergroten van de Gezonde Volwassene. Interventies vanuit de PMT op vele aspecten worden beschreven, zoals het levensloopperspectief, zelfbeeld en lichaamsbeleving, wat betekenis geeft aan PMT en daarmee een relevante waarde wordt als onderdeel van de multidisciplinaire behandeling. De weergave van de Gezonde Volwassene lijkt soms utopisch en zo ontstaat er tussen de beschrijvingen van interventies en de Gezonde Volwassene een discrepantie. Interessanter zou het proces zijn van de verschuivingen van modi naar de Gezonde Volwassene, waarin duidelijk wordt welke keuzes de cliënt maakt ten opzichte van het verleden. De rol van PMT en de therapeut in de schematherapeutische benadering worden nu summier beschreven, terwijl *limited reparenting* in het proces naar de modus van Gezonde Volwassene een zeer grote rol speelt. Door het toepassen van de benoemde interventies, kan duidelijk-

ker worden welke plaats *limited reparenting* inneemt ten opzichte van eerdere beschermende modi, en hoe het proces verloopt naar het vergroten van de Gezonde Volwassene zonder de aandacht te laten verschuiven naar het verleden. De vier aandachtsterreinen die de auteurs beschrijven, waarin doelen kunnen worden gesteld, zijn daarmee zeer van toepassing op de eenmaal vergrote Gezonde Volwassene. Deze uitgangspunten zijn overzichtelijk te plaatsen, te handhaven en te behalen voor de cliënt, maar kunnen ook als valkuil dienen als problematieken elkaar gaan overlappen en het integraal te complex wordt. De gerichtheid op het vergroten van de autonomie en toekomst door transfers is sterk aanwezig en wordt helder weergegeven. Dat is tegelijkertijd een stimulans, maar ook de uitdaging voor iedere psychomotorisch therapeut.

## **Verfrissend**

Suzanne Haeyen, auteur van het hoofdstuk ‘De Gezonde Volwassene verstevigen in beeldende therapie’, geeft een helder beeld van de toegevoegde waarde van deze therapievorm in de behandeling van mensen met een psychiatrische stoornis of persoonlijkheidsproblematiek. Schematherapie kan binnen de beeldende therapie direct, indirect of semidirect aangeboden worden. Het vergroten en versterken van de Gezonde Volwassene is het doel. De schemadomeinen en de verschillende modi die in de schematherapie omschreven worden, staan in deze beeldende therapie centraal. Dat kindmodi veel worden opgeroepen als reactie op

materialen en werkvormen is heel herkenbaar, beeldende therapie appelleert hieraan. Ook het naar voren komen van de kritische ouder wordt door Haeyen op herkenbare wijze beschreven: werk wordt maar al te vaak niet goed genoeg bevonden. Er wordt uitgelegd hoe in een ideale situatie schematherapie optimaal kan worden ingezet. De praktijk is vaak wat weerbarstiger, maar het hoofdstuk stimuleert, verfrist en geeft weer hoe je schematherapie kunt inzetten als beeldend therapeut.

### **Grondmodel**

In het hoofdstuk 'Werken met modi in schemadrama' door Liesbeth Bijl en Jop te Kieft wordt een methodiek beschreven waarin elementen uit psychodrama en schematherapie zijn uitgewerkt in een grondmodel, met als doel de versterking van de Gezonde Volwassene. Schemadrama is de combinatie van imaginaire *rescripting* met de meerstoelentechniek in de vorm van psychodrama. Dubbelen, spiegelen en rolwisseling worden actief ingezet door zowel therapeut, protagonist als groepsleden. Het grondmodel is een sterk vereenvoudigde weergave van de modi, waarbinnen de volgende rollen vallen: de vier basisemoties (boos, bedroefd, bang, blij), de beschermer, de straffende kant, het kompas als steungever, de hoepel als fysieke ervaring en de Gezonde Volwassene. Samen met de therapeut, vanuit een houding van limited reparenting, doorloopt de cliënt dit grondmodel. Cognitieve, emotionele en gedragsaspecten worden meegenomen in de stappen. De cli-

ent blijft de baas over zijn eigen betekenisverlening en er wordt steeds teruggekeerd naar de Gezonde Volwassene. De methodiek zoals beschreven heeft vooral een inzichtgevend, ervaringsgericht en onderzoekend karakter. Cliënten moeten dan ook over de nodige cognitieve capaciteit en sociale vaardigheden beschikken om deel te kunnen nemen.

Het grondmodel en de keuzes die hierin worden gemaakt, zijn door de auteurs helder uiteengezet. Vanuit de fysieke ervaring het grondmodel instappen is een sterke en confronterende insteek, waarbij vanuit een voelbasis verder kan worden onderzocht. De constante afstemming met de Gezonde Volwassene werkt grondend en laat de cliënt voelen, afstemmen en in regie. Aan de versimpeling van de modi in emoties wordt uitgebreid aandacht besteed, hoewel de redenaties soms te kort door de bocht zijn. De beschermer, straffende kant en Gezonde Volwassene komen als rol vanuit de schematherapie terug. De aandacht die aan de beschermer wordt gegeven is herkenbaar en treffend. Zowel de negatieve als positieve functies van de beschermer worden aangesproken en het is aan de Gezonde Volwassene om hier de regie over te voeren. Het kompas als steunende gedachte heeft een eigen rol in het grondmodel. Toewerken naar een integratie van deze steunende kant in de Gezonde Volwassene zou een volgende stap kunnen zijn. De vrije-kindmodus blijft onderbelicht en de participerende rol van groepsleden vraagt om verder uitwerking. De beschrijving richt zich vooral op de dubbelrol en hierin mist de (theatrale) samen-

werking tussen therapeut, groepsleden en protagonist. Er liggen kansen om binnen het grondmodel de rolpatronen verder uit te diepen en te doorleven, waarbij de voor de cliënt belangrijke domeinen kunnen worden meegenomen. Een bredere inzet van groepsleden kan een uitbreiding en verdieping van interactie en dynamiek opleveren.

**Stefan Jansen**  
psychomotorisch therapeut

**Annemieke Liems**  
beeldend therapeut

**Lisette van Zwieten**  
gz-vaktherapeut drama

**Martine van der Laan**  
psychiater, (groeps)psychotherapeut/  
schematherapeut

allen verbonden aan De Fjord,  
Centrum voor Orthopsychiatrie.