



Schematherapiegroep

Psychotherapiepraktijk Claessen biedt een kortdurende ambulante schematherapiegroep aan, waarbij voornamelijk met experiëntele technieken gewerkt zal worden vanuit het experiëntele model van Vreeswijk en Broerse.

Achtergrond

Schematherapie is een integratieve psychotherapie die ontwikkeld is op basis van theorieën uit de cognitieve gedragstherapie, de hechtingstheorie, de objectrelatietheorie en experiëtiële therapievormen. Schematherapie is ontworpen voor cliënten met diverse, al lange tijd bestaande emotionele problemen, waarbij ervan uit wordt gegaan dat de ontwikkeling hiervan in de kindertijd en adolescentie heeft plaatsgevonden. Langdurige emotionele problemen ontstaan omdat tijdens het ontwikkelingsproces niet voldaan is aan de belangrijkste basisbehoeften van ieder kind. Er ontstaan dan al vroeg niet-helpende schema's. Een schema is een breed en hardnekkig thema of patroon dat opgebouwd is uit herinneringen, lichamelijke gewaarwordingen, emoties en gedachten ten aanzien van zichzelf en de relatie met anderen. Het doel van schematherapie is cliënten helpen bij het op een adequate manier voldoen aan hun basisbehoeften/emotionele kernbehoeften. Dit gebeurt door het veranderen van niet-helpende schema's, en van denk- en gedragspatronen die naar voren komen als een schema getriggerd wordt (copingstijlen en modi).

Voor wie

De schematherapie-groep is geschikt voor volwassen (minimaal 18 jr) cliënten waarbij gedachten- en gedragspatronen de klacht in stand houden. Daar ligt namelijk de focus van de behandeling op d.m.v. het werken met schema's en modi.

Je bent niet passend voor deze groep wanneer je elders in behandeling bent, sociaal-maatschappelijke problemen hebt die op de voorgrond staan, zwakbegaafd bent of crisisgevoelig (suïcidaliteit, automutilatie, psychose, ernstige verslavingsproblematiek, agressie).

Data en tijden

De groepen vinden wekelijks plaats op dinsdagen van 15.00 uur tot 16.30 uur. Er zijn 18 sessies.

Daarna vinden er nog 2 follow-up sessies plaats; 1 maand na sessie 18 en 2 maanden na sessie 18.

Tijdens schoolvakanties (Regio Zuid) zullen er geen groepssessies zijn.

De groepsbehandeling zal worden gegeven door GZ-psycholoog Emmy v/d Peet-Wierstra en Klinisch Psycholoog Nicolette Hulsman.

Kosten

De behandeling vindt plaats binnen de SGGZ en betaling gaat via je zorgverzekering. Psychotherapie Praktijk Claessen (PPC) heeft met de meeste zorgverzekeraars contracten afgesloten. Zie de pagina 'Tarieven' op deze website voor meer informatie over de kosten en vergoedingen.

Je dient zelf het werkboek voor de groep aan te schaffen: <https://www.bsl.nl/shop/werkboek-kortdurende-schematherapie-experientiele-technieken-9789036827584>

Aanmelden?

Als je je wilt aanmelden voor de schematherapiegroep kun je een mail sturen naar secretariaat@psychotherapiepraktijkclaessen.nl.