

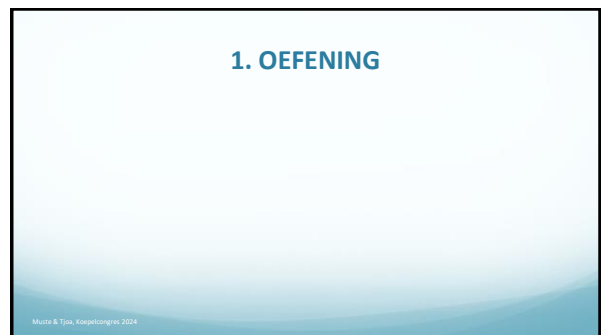
1



2



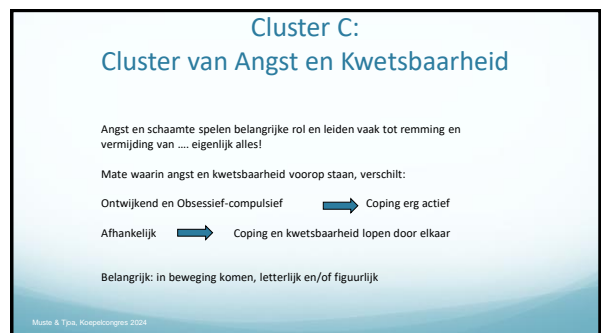
3



4



5



6

## 30-sessies-protocol-Cluster C

GST model van Farrell en Shaw

**30-sessies-protocol (E. Tjoa & E. Muste)**

30 groepsessies, in en uit om de 10

IT 2 uur vooraf en strippenkaart 300 min

4 boostersessies 1 x per mnd

Muste & Tjoa, Kooptcongres 2024

7

## GST in het kort

- Basisbehoeften zijn het kompas van de behandeling (primaire schema's)
- Spanningsveld individu en groep & taak en groep. Elke sessie heeft een doel met bijbehorend plan.
- Via de modi steeds verbreden naar de groep. Goede afstemming co-therapeuten individu en groep, praten en actie!
- Verdieping komt vanzelf in de 30 sessies
- ImRs bij de medioren bij sessie 17-18
- In en uitstroom geeft verandering. Mooi om de mensen naar de opvolgende fase te zien schuiven.

Muste & Tjoa, Kooptcongres 2024

8

## Filmclipje

- Over huiswerk

Muste & Tjoa, Kooptcongres 2024

9

## Ingrediënten van behandeling

- Basisbehoeften komen terug in therapeutisch milieu/setting
- Limited reparenting
- Psycho-educatie
- Modus bewustwording
- Helen van het Kwetsbare kind
- Modus regulatie - gedragsverandering

Muste & Tjoa, Kooptcongres 2024

10

## Verloop van een groepsessie

- EERSTE HULP BIJ ONTREGELING (EHBO)
- PSYCHOEDUCATIE
- EN EXPERIËNTIËLE OEFENINGEN
- MODI WERK
- OPDRACHTEN
- AFRONDING VK

Muste & Tjoa, Kooptcongres 2024

11



## TOOLKIT voor de therapeuten

- Handdoek
- Ballonnen
- Fleece deken, shawl
- Kleine steentjes
- Knuffelbeest
- Stiften
- Stof
- etcetera



Muste & Tjoa, Kooptcongres 2024

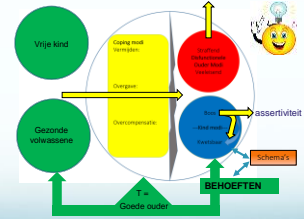
12

Intermezzo en korte reflectie hierop in tweetallen.

Muze & Tjeb, Kongrescongres 2024

13

## Generieke doelen



Muze & Tjeb, Kongrescongres 2024

14

## Werken met verschillende fases

- Junior sessie 1-10
- Medior sessie 11-20
- Senior sessie 21-30

In een cyclus van 10 weken komen de modi allemaal aan bod.

Muze & Tjeb, Kongrescongres 2024

15

## Junior interventies

- Bekend raken met de groep en groepsschematherapie
- Veilige verbinding
- Nadruk op psycho-educatie en Modus bewustwording

Muze & Tjeb, Kongrescongres 2024

16

## Medior interventies

- Verdieping in het begrijpen van een modus (functie, ontstaan, samenhangende ervaringen); Modus bewustwording
- Verbinding maken met het Kwetsbare kind en het herschrijven van herinneringen (ImRs)
- Modus regulatie door het maken van Flashcards

Muze & Tjeb, Kongrescongres 2024

17

## Senior interventies

- Problemen herkennen in termen van modi
- In het huiswerk meer vrijheid om te kiezen aan welke modus gewerkt wordt
- Modus regulatie voor alle modi met begrip hoe deze met elkaar interacteren; hoe de ene modus tot een andere kan leiden
- Modus regulatie plannen
- Nadruk ligt op het opbouwen van een Goede ouder en Gezonde volwassene

Muze & Tjeb, Kongrescongres 2024

18

## Werkboek Cluster C

- Per sessie is er huiswerk
- Huiswerk loopt door de fasen heen van bewustwording, naar verdieping, naar 'ingrijpen' c.q. veranderen
- Enkele voorbeelden:

Muis & Tjap, Koepelcongres 2024

19

### Huiswerk sessie 5: Veeleisende ouder – eerste fase

|                                                       | Voorbeeld                                                                                                                                                                                                                                                  | Mijn ervaring |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Beleefde situatie</b><br>In welke situatie was je? | Ik voel dit huiswerk maken.                                                                                                                                                                                                                                |               |
| <b>Gevoelens</b>                                      | Ik voel alle verantwoordelijkheid nog niet op mijn plaats. Ik voel dat ik niet verantwoordelijk genoeg ben voor mijn kind. Ik voel dat ik niet verantwoordelijk genoeg ben voor mijn kind. Ik voel dat ik niet verantwoordelijk genoeg ben voor mijn kind. |               |
| <b>Bevindingen</b>                                    | Ik wil me nu angsten, dat ik niet meer weet.                                                                                                                                                                                                               |               |
| <b>Gewad in mijn lichaam</b>                          | Dreun in mijn hele lichaam. Ik voel een spanning, maar het gevoel is niet hetzelfde als voorheen.                                                                                                                                                          |               |
| <b>Maak van de situatie</b>                           | Verstrikte situatie. Ik voel het de perfectie.                                                                                                                                                                                                             |               |
| <b>Actie die ik normaal ondernem</b>                  | Ik schrijf het nog even later op en denk of ik geen taaklijst heb gemaakt.                                                                                                                                                                                 |               |
| <b>Wat heb ik nu nodig?</b>                           | Ik moet dit stoppen en heb iemand nodig die zegt dat het genoeg is, goed genoeg.                                                                                                                                                                           |               |

Muis & Tjap, Koepelcongres 2024

20

### Huiswerk sessie 15; Veeleisende ouder – tweede fase

|                                                                    | Voorbeeld                                                                                                                                                              | Mijn ervaring |
|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Beleefde situatie</b><br>In welke situatie was je?              | Het is mijn gevoel om een uitje te organiseren.                                                                                                                        |               |
| <b>Belevingswijze</b><br>Lichamelijk, gevoel, kennis en gezelschap | Ik voel me verantwoordelijk, verantwoordelijk, omdat ik weet dat het perfect moet zijn. Ik mag niets vergeten.                                                         |               |
| <b>Maak van mijn gevoel</b>                                        | Mijn veeleisende ouder gaat helemaal aan.                                                                                                                              |               |
| <b>Beleefde en gewenste actie</b>                                  | Ik moet dit stoppen en ik heb iemand nodig die zegt dat het nu goed is, goed genoeg.                                                                                   |               |
| <b>Weniger ervaring</b><br>Overweegingen van je gevoel             | In mijn hoofd hoor ik mijn vader die zegt dat ik beter niet moet komen, dat ik niet na kinderavonden moet komen, moet erger komen.                                     |               |
| <b>Gevoel van bewustzijn en/of gevoelens</b><br>Hoe voel ik me nu? | Stoep het is genoeg. Ik voel het goed. Het is een uitje en dat is het. Het is een uitje en dat is het. Het is een uitje en dat is het. Het is een uitje en dat is het. |               |

Muis & Tjap, Koepelcongres 2024

21

### Huiswerk sessie 24; Begrijpen en ingrijpen

|                                                                                               |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Over welke situatie gaat het?</b>                                                          |  |
| <b>Wat was de trigger van de situatie?</b>                                                    |  |
| <b>Alleenlijnen (dat is een verhaal)</b><br>- beleefde situatie<br>- gevoelens<br>- gedachten |  |
| <b>Tuimel de gedachten die je hebt aan je leefwijze dan bij de twee en de derde fase</b>      |  |
| <b>Waar doe je?</b>                                                                           |  |
| <b>Wat is het meest belangrijke gevoel dat je gevoelt? Verander de drie naam uitkomst?</b>    |  |
| <b>Wat voor beleefde heb je nu?</b>                                                           |  |
| <b>Wat kunnen je gevoelens over je gevoelens veranderen ingrijpen?</b>                        |  |
| <b>Wat is je nu de naam?</b>                                                                  |  |

Muis & Tjap, Koepelcongres 2024

22

- Oefening; oudermodus

Muis & Tjap, Koepelcongres 2024

23

## 3. OVERVIEW ONDERZOEKEN

Muis & Tjap, Koepelcongres 2024

24

UNIVERSITEIT VAN AMSTERDAM

## Bevindingen Pilot

- Landelijke open trial naar GST (N=137, 9 sites)

Resultaten:

- Drop-out vergelijkbaar met IST (11.7%)
- Daling in de ernst van PS klachten tijdens therapie
- Daling zet zich voort 1 jaar na eindigm therapie

Muste & Tjoe, Kopscongres 2024

25

## Afhankelijke mensen lijken na afronding van de therapie verder te profiteren; denk aan eindtermijn stellen!

Muste & Tjoe, Kopscongres 2024

26

## Onderzoek bij Sociale Fobie en Vermijdende persoonlijkheidsstoornis

Group schema therapy versus group cognitive behavioral therapy for patients with social anxiety disorder and comorbid avoidant personality disorder: A randomized controlled trial Astrid E. Balj'e a,b,\*1, Anja Greeven a,b, Mathijs Deen b,c,2, Anne E. van Giezen a,b, Arnoud Arntz d,3, Philip Spinhoven a,b,4

*Journal of Anxiety Disorders* Volume 104, June 2024, 102860

N=154, 2 sites

**Conclusion:** GST and GCBT are valuable treatments for SAD with comorbid AVPD. The higher treatment retention (regular discharge with or without transition to another institution) in ST indicates ST is more acceptable than GCBT. Future studies should focus on enhancing treatment effects and improving retention to GCBT.

Muste & Tjoe, Kopscongres 2024

27

## Vervolg RCT's na de pilotfase

1) G-FORCE NPI N=290

- Groepsschematherapie voor Cluster C, 1 jaar (Tjoe&Muste 2021)
- Schemagerichte groepsschematherapie, 1,5 jaar (Aalders&van Dijk, 2012)
- Psychodynamische groepstherapie 2 jaar (van Dam et al, 2021 unpublished)

2) QUEST-CLC multi center 10 sites, N=380

- Groepsschematherapie voor Cluster C, 1 jaar (Tjoe&Muste 2021)
- IST (Arntz, 2012)
- TAU (diverse modellen)

Muste & Tjoe, Kopscongres 2024

28

UNIVERSITEIT VAN AMSTERDAM

## Het onderzoek: QUEST-CLC

Meetmomenten

|                | GST               | IST               | TAU              |
|----------------|-------------------|-------------------|------------------|
| Mid-treatment  | 15 sessies        | 30 sessies        | 17 weken         |
| Post-treatment | 30 sessies        | 45 sessies        | 34 weken         |
| Post-booster   | 4 booster sessies | 5 booster sessies | 51 weken         |
| Follow-up:     | 2 jaar na start   | 2 jaar na st art  | 2 jaar na st art |

© AS van Venhuizen en I Groot

29

29

## Diversiteit

375 geïncludeerde deelnemers

### Hoofddiagnose

■ vermijdende PS (76% N=287)
 ■ dwangmatige PS (21% N=77)
 ■ afhankelijke PS (3% N=11)

30



31

Zeker bij dwangmatig:

- Maak voor je vergeten kind een veilig en liefdevol thuis.

Logo: Het Vergeten Kind

Mude & Tjeb, Kooptcongres 2024

32



33

Vooral bij vermijdend

Laat je zien en horen; kom in beweging!

Mude & Tjeb, Kooptcongres 2024

34



35

Vooral bij afhankelijk

Maak verschil tussen 'ik en de ander' (vraag steeds "en jij?") en push naar autonomie

Mude & Tjeb, Kooptcongres 2024

36

## Filmclipje

- Cliënt aan het woord

Muzie & Tjoe, Koepelcongres 2024

37

## Uitdagingen (uit de supervisies)

- Als er zo snel gewisseld wordt per 10 x, hoe kan het veilig blijven?
- Hoe krijg je verschillende fases goed in 1 groep?
- Kan ik wel aan de behoeften van ieder individu tegemoet komen?
- Hoe krijg ik cliënten met hardnekkige beschermers in beweging?
- Er is zoveel wat er in 1 sessie moet gebeuren?
- Hoe werk je als therapeuten paar goed samen?
- Hoe om te gaan met huiswerk?

Muzie & Tjoe, Koepelcongres 2024

38

## 4. OEFENINGEN

Muzie & Tjoe, Koepelcongres 2024

39



Het oefenen met ander gedrag is doorbreking van de vermijding en noodzakelijk voor verandering; ook in de groep (en ook al is het gevoel er nog niet bij)

Muzie & Tjoe, Koepelcongres 2024

40



Muzie & Tjoe, Koepelcongres 2024

41

## Rode loper

- Haal een herinnering op of denk aan een situatie waarin je echt trots was op jezelf/iets wat erkend/gezien mag worden.
- Schrijf dit op, op het hartje.

Muzie & Tjoe, Koepelcongres 2024

42

### Oefening DE RODE LOPER

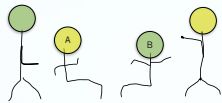
- 2 mensen aan iedere kant (dus totaal 4)
- "ik heet ....."
- en dan bv "Ik ben er trots op dat ik....." (4x) Spreek dit uit naar degene tegenover je en maak echt even verbinding
- De ander valideert, stimuleert in woord en/of gebaar
- Ga naar de volgende en herhaal etc
- Loop verder en houdt contact met de anderen die eromheen staan en jou een daverend applaus en aanmoedigingen geven

Muste & Tjia, Koepelcongres 2024

43



44



### Oefening: HOOG - LAAG

2 gesprekspartners, A en B, zitten tegen over elkaar en gaan met elkaar een discussie aan over een 'niets onderwerp' bepaald (bijv groene vs rode tomaten).

Achter A en B gaat nu iemand staan. Dit zijn de dirigenten.  
De dirigenten bepalen met handgebaren hoe de gesprekspartners met elkaar de discussie aangaan.

Gesprekspartner A volgt de aanwijzingen van de dirigent achter B (geel).  
Gesprekspartner B volgt de aanwijzingen van de dirigent achter A (groen).

**HOOG** = je geeft alles wat je hebt in de discussie en bent ook niet bang het persoonlijk te maken

**LAAG** = je beweegt helemaal mee, snapt de ander volledig en hebt daarin geen andere mening

Muste & Tjia, Koepelcongres 2024

45

### 5. TAKE HOME?

- Neem even tijd om te reflecteren en bedenken wat je mee naar huis wilt nemen.

Muste & Tjia, Koepelcongres 2024

46

### 6.VRAGEN?



Muste & Tjia, Koepelcongres 2024

47

### Vrijdag 29 nov 2024 Trainingsdag 30-sessie protocol



@ eemltjia@hotmail.com

@ eelco@muste.nu

Muste & Tjia, Koepelcongres 2024

48



**CLUSTER C?**

**Daar kan ik wat mee!**



Muste & Tjoe, Kiepskongres 2024

49

Mw. Drs. Edith E.M.L. Tjoe  
 Klinisch Psycholoog, Psychotherapeut  
 Supervisor Schematherapie VST  
 Supervisor/leertherapeut NVP  
 Supervisor/leertherapeut VGCT  
 Cognitief-gedragstherapeut VGCTB  
 Tel. 06-21335761  
 @ [eedit@tjoe.com](mailto:eedit@tjoe.com)



Dhr. Drs. Eelco Muste  
 Klinisch Psycholoog, Psychotherapeut  
 Supervisor Schematherapie VST  
 Supervisor en Trainer (groep) Schematherapie ISST  
 Groepstherapeut, leertherapeut en supervisor NVGP  
 Cognitief-gedragstherapeut VGCTB  
 Tel. 06-36331271  
 @ [eelco@muste.nl](mailto:eelco@muste.nl)



Muste & Tjoe, Kiepskongres 2024

50