

Groepsschematherapie voor moeilijk behandelbare depressie: een kwalitatieve evaluatie van werkzame elementen

Bob Baxendell*

Psycholoog in opleiding tot GZ-psycholoog, promovendus

Ilse van Zon*, Jan Spijker, Indira Tendolkar, Ger Keijsers & Janna Vrijzen

VSt Schematherapiecongres 2026

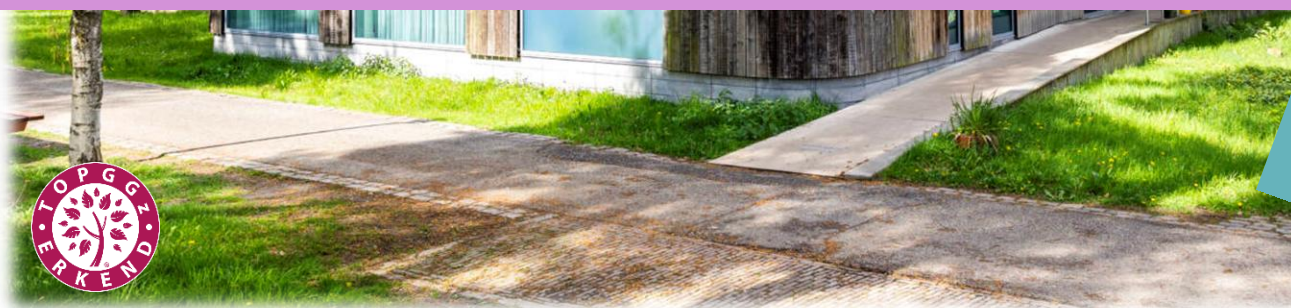
25 september 2026



Expertisecentrum Depressie



“Dus het is van de ene kant soms **spannend** vooraf.
Maar als het resultaat er komt, dan is het ook heel erg fijn.”
(patiënt 5, man, 60 jaar)



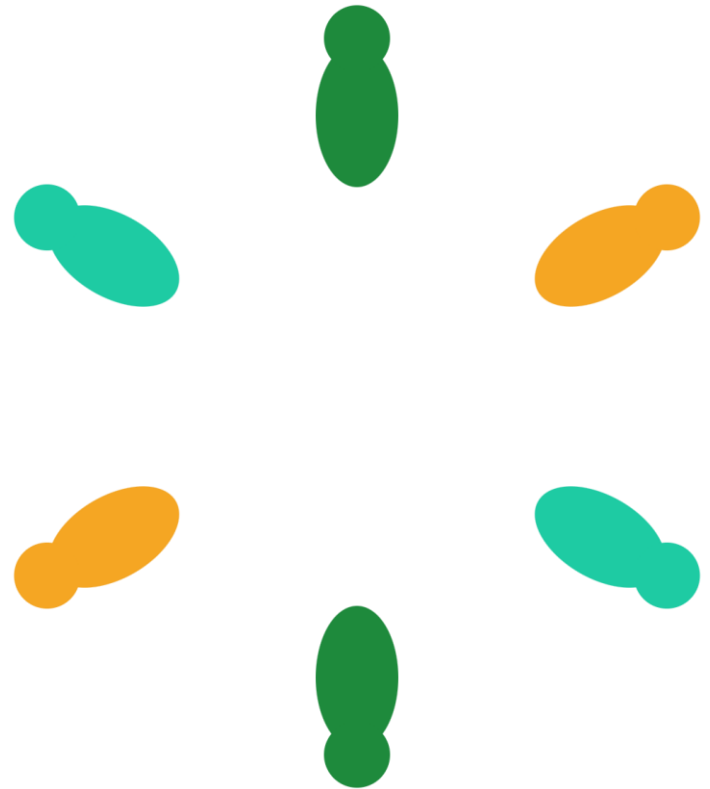
Achtergrond

- Eerder kwalitatief onderzoek naar ST:
 - Ervaringsgerichte technieken
 - Therapeutische relatie en groepscohesie
- Geen onderzoek bij MBD
- Kwantitatief onderzoek van ST bij MBD: veelbelovend
- Kwalitatieve studie naast een kwantitatieve studie



Stoelentechniek

- Wisselen tussen verschillende schemamodi
- 1 keer tijdens CCC
- In 5 groepsessies (sessie 6, 9, 10, 13 en 14)



Methode

- Kwalitatief onderzoek
 - Semigestructureerde diepte-interview
 - Deelname aan GST



Doel:

In kaart brengen van factoren binnen groepsschematherapie die het herstel van patiënten met een MBD bevorderen of juist belemmeren.

Participanten (N = 13)

Kenmerk	Categorie / Maat	Resultaat
Geslacht	Vrouw / Man	6 / 7
Leeftijd	Gemiddelde (SD); bereik	39,5 (14,1); 22–64
Behandeldiagnose	Depressieve stoornis	13
Comorbide stoornis	Angst- of dwangstoornis / ADHD / ASS	8 / 3 / 1
	Persoonlijkheidsstoornis / PTSS / Middelengebruik / Genderdysforie / Geen	2 / 1 / 1 / 1 / 2
DM-TRD	n = 7; M (SD)	11,7 (4,1)
IDS-SR	n = 13; M (SD)	26,7 (13)

Resultaten

Faciliterende factoren

Groepsproces

Therapeutische relatie

Experiëntiële technieken

Beperkende factoren

Uitdagingen in het
groepsproces

Huiswerk

Verbeterde factoren

Inzicht in eigen patronen

Verminderen kritische
modi en versterken GV en
BK

Andere factoren

Praktische
randvoorwaarden
deelname

ST vergeleken met CGT

Resultaten: Faciliterende factoren

Groepsproces (100%; n = 13)

*"Het maakt het iets **makkelijker om over te praten**, omdat je veel minder woorden nodig hebt om hetzelfde uit te leggen, omdat **de ander al weet van: ja, dit heb ik op dat moment meegemaakt...**"(patiënt 8, vrouw, 24 jaar)*

*"Was ook heel erg **helpend** om het binnen de groep te zien ... hoe **verschillend mensen dan zo'n stoel buiten de deur zetten.**" (patiënt 5, man, 60 jaar)*

Therapeutische houding (100%; n = 13)

*"Het **voorbeeld is fijn**. Zien hoe dus twee hele **andere mensen** contact met elkaar aangaan. **Voorbeeld van gezonde volwassene** eigenlijk, die niet mijn ouders zijn." (patiënt 9, man, 29 jaar)*

Resultaten: Faciliterende factoren

Experiëntiële technieken (84.6%; n = 11)

*"Het is ... heel erg **persoonlijk om zo'n oefening te doen**, waardoor het juist **emotioneel aankomt is**." (patiënt 1, vrouw, 36 jaar)*

*"Ja in die zin heeft het [stoelnoefening] me enorm geholpen dat ik wist **waar het vandaan kwam**. En ja, om het **los te trekken van mijzelf**." (patiënt 11, vrouw, 37 jaar)*

*"Het [stoelnoefening] was fijn om het een beetje **inzichtelijk te maken**. En ja, ook die dingen uit **elkaar te trekken**. Dat je echt **fysiek** van stoel moest wisselen." (patiënt 1, vrouw, 36 jaar)*

*"Het moment dat je het **visueel maakt** en ziet; dat zijn **drie verschillende aspecten**. Dat je het dan ook wat beter in je gedachten herkent. Dat was de kritische kant of de coping, dus daar hoef ik **nu even niks mee**." (patiënt 13, man, 22 jaar)*

Resultaten: Verbeterde factoren

Inzicht in eigen patronen (100%; n = 13)

*"... omdat het stukje rationaliseren komt ook heel erg **vanuit mijn ouders**. ... die hebben bij mij dus ook heel erg aangeleerd van het maakt niet uit hoe je je voelt **je moet toch door**. En iedere keer dat ik dat in de groep deed, dan was er of een begeleider of een ander groepslid wat aangaf van: Goh, voel je wat je zegt? **Sta er eens even bij stil**. En dat stukje **bewustwording** dat heeft daar heel erg in geholpen."* (patiënt 8, vrouw, 24 jaar)

Verminderen kritische modi en versterken GV en BK (100%; n = 13)

*"Nou wel inderdaad ook **bewust van die strenge ouder** en ... emotionele verwaarlozing, zeg maar, die er altijd in ons gezin is geweest. ... daar heb ik eigenlijk nooit zo bij stilgestaan, maar ja dat dat **zag ik toen [tijdens ImRs]** wel heel erg inderdaad."* (patiënt 6, man, 52 jaar)



Resultaten: Beperkende factoren

Uitdagingen in het groepsproces (69.2%; n = 9)

"Want ja, als **andere mensen niet gaan vertellen**, dan voel je je...
Wordt je **veiligheid aangetast..**" (*patiënt 3, vrouw, 59 jaar*)

Huiswerk (61.5%; n = 8)

"Dus er [**huiswerk**] werd **niet op ingegaan**. Een aantal keren zei ze van "ja, daar willen we nog even bij jou op terugkomen" en dat gebeurde dan niet. ...
Maar ja dan gaat het, dan gaat je **motivatie daarvoor gaat ook achteruit**"
(*patiënt 3, vrouw, 59 jaar*)

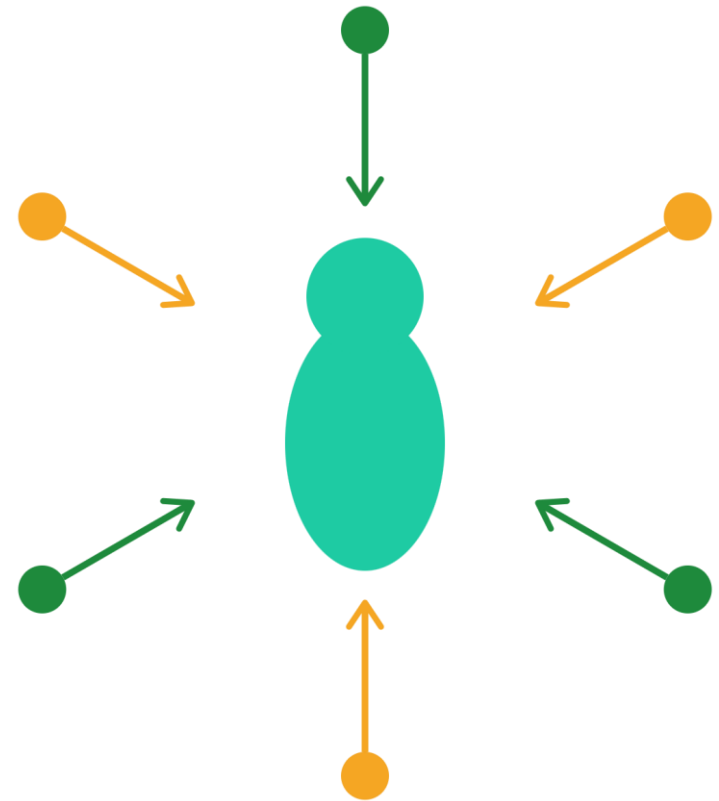
Conclusie

- ST bij MBD ervaren waardevol
 - Generieke (groeps)factoren
 - Therapeutische relatie
 - Experiëntiële technieken → gevoel
 - Bewustwording eigen patronen
- Veel faciliterende factoren ook risico op beperkende factor
- Overeenkomsten met ST bij persoonlijkheidsstoornissen



Conclusie stoelentechniek

- Helpend:
 - Beter uiteen halen van verschillende modi
 - Visueel/ fysiek maken van interne dialogen en dynamieken
 - Confronteren met de ernst van de kritische modi
 - Generaliseert goed(ook ervaringen van groepsgenoten)
- Uitdaging:
 - Verplaatsen in een rollenspel met lege stoelen
 - De stoelentechniek vereist oefening



Klinische implicaties

- Therapeutische relatie
 - Groepstherapeutische vaardigheden
 - Attunement
 - Authentiek
- Centraal: kritische kant/ kwetsbare kind
- Huiswerk bespreken
- Tijd geven om te wennen aan stoelnoefening
- Oefenen met stoelnoefening tijdens CCC helpend bij groepstherapie



Dank voor de aandacht!

Vragen?

Of mail naar:
b.baxendell@propersona.nl

Ook met dank aan:

Dorien Smit, Annelot van Geffen, Ilana Buijssen, Kaleigh Berendsen, Anouk Pruijssers, Nuria van Lier, Janna Peters, Nikki Evers and Fabienne van Trappen

