

Wat weet u over... stoelentechiek?

Vrijdag 25 september 2025

Julie Krans

Schematherapiecongres 2026

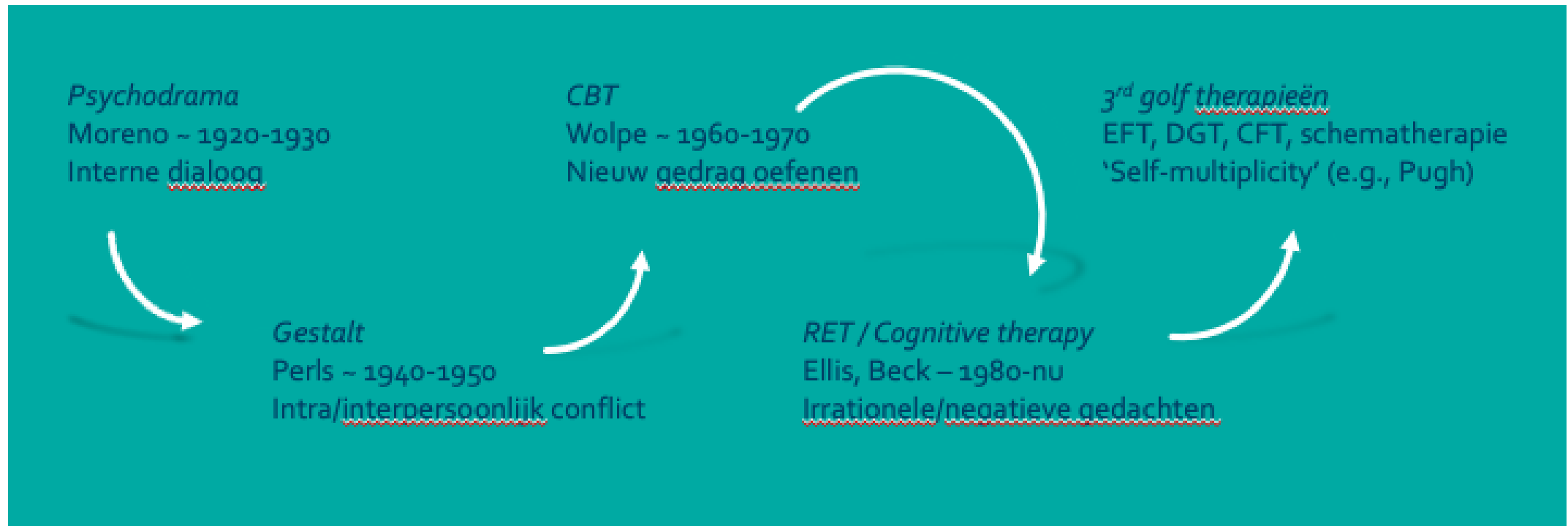


RELATIE	FANTASIE	BENOEMEN
JEUGD	BRUG	FASEN
DIE KANT	GRENZEN	OPVOEDING
"HET NIEUWE ROKEN"	VERPLAATSEN	META

RELATIE	FANTASIE	BENOEMEN
JEUGD	BRUG	FASEN
DIE KANT	GRENZEN	OPVOEDING
"HET NIEUWE ROKEN"	VERPLAATSEN	META

WAT WEET U OVER...STOELENTECHNIEK?

KORTE GESCHIEDENIS



Therapeutische school	Stoelentechniek	Vergeleken met	Populatie	Design	Auteurs
Schema therapy	Empty chair (Punitive Parent)	Cognitive therapy	N = 20, BPD	Cross-over	Van Maarschalkerweerd et al., 2021
CBT	Multiple chairs (courtroom)	Courtroom w/o chairs	N = 166, diverse disorders	Observation	De Oliveira et al., 2012
CBT	Multiple chairs (courtroom)	Courtroom w/o chairs	N = 39, diverse disorders	Observation	Delavechia et al., 2016
EFT	Two-chair (ruminating side)	n/a	N = 8, GAD	Observation	Murphy et al., 2017
EFT	Two-chair (inner critic; group)	n/a	N = 6, depression & anxiety	Observation	Robinson et al., 2014
EFT	Two-chair (inner critic)	n/a	N = 9 high self-criticism	Observation	Shahar et al., 2012)
EFT	Two-chair (inner critic)	Counselling	N = 21, mild depression and anxiety	Multiple baseline	Stiegler et al., 2018a
..	..	..	..	..	Stiegler et al., 2018b
EFT	Two-chair (inner critic; + writing task)	n/a	N = 45, self-critical students	Observation	Kramer & Pascual-Leone, 2016; Nardone et al., 2021
Gestalt	Two-chair (internal conflict)	Empathic reflections	N = 16, students	Observation	Greenberg & Clarke, 1979
Gestalt	Two-chair (internal conflict)	Empathic reflections, no intervention	N = 42, students	Experiment	Greenberg & Higgins, 1980
Gestalt	Two-chair (decision)	Cognitive therapy, no intervention	N = 48, healthy volunteers	Experiment	Clarke & Greenberg, 1986
Gestalt	Two-chair (relation ambivalence)	Cognitive therapy	N = 50, partners	Experiment	Trachsel, et al., 2012
Gestalt	Two-chair (internal conflict)	Empathic attitude	N = 3, diverse disorders	Case series	Greenberg & Rice, 1981
Gestalt	Empty chair (interpersonal conflict)	Psycho-education	N = 34 healthy volunteers	Experiment	Paivio & Greenberg, 1995
Gestalt	Empty chair (interpersonal conflict)	n/a	N = 32, mild depression and anxiety	Observation	Greenberg & Malcolm, 2002
Gestalt	Empty chair (interpersonal conflict)	Reframing	N = 61, students	Observation	Narkiss-Guez et al., 2015
Client centered	Two-chair (self-criticism), empty chair (interpersonal conflict)	Empathic attitude	N = 32, MDD	Experiment	Goldman et al. (2006)

20

EXPERIËNTIEEL

10

TECHNIEK

40

THERAPEUTISCH

30

MODI

Wat is stoelentechniek?

WAT WEET U VAN...STOELENTECHNIEK?

DEFINITIE

Experientiële techniek waarbij stoelen worden ingezet voor therapeutische doeleinden welke afhangen van het specifieke therapeutisch kader waarin gewerkt wordt

Vaak verschillende *perspectieven*

- Kanten van de persoon
- Kanten van een probleem
- Gedachten / gevoelens
- Verschillende mensen
- ...etc.



WAT WEET U VAN...STOELENTECHNIEK?

STOELENTECHNIEK IN ST

Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry 73 (2021) 101678



Contents lists available at [ScienceDirect](https://www.sciencedirect.com)

Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry

journal homepage: www.elsevier.com/locate/jbtep



Addressing the punitive parent mode in schema therapy for borderline personality disorder: Short-term effects of the empty chair technique as compared to cognitive challenging.

Frauke A.T. van Maarschalkerweerd^{a,*}, Izabella M. Engelmoer^a, Sem Simon^b, Arnoud Arntz^c

^a Community Mental Health Center De Viersprong, Amsterdam, the Netherlands

^b Community Mental Health Center PsyQ, Amsterdam, the Netherlands

^c Department of Clinical Psychology, University of Amsterdam, Amsterdam, the Netherlands

WAT WEET U VAN...STOELENTECHNIEK?
N = 20 BPS: STRAFFENDE KANT

Session 1:



Session 2:



Voor & nameting

- Geloofwaardigheid
- Valentie (pos/neg)
- Kracht van criticus
- Ervaren controle

WAT WEET U VAN...STOELENTECHNIEK?
EFFECTEN OP STRAFFENDE KANT

- Minder krachtige Straffer
- Meer ervaren controle
- ... zowel bij stoelen als CT
- CT sterkere afname geloofwaardigheid

Maar...deelnemers hadden een voorkeur voor stoelen:

- *Meer emotionele impact*
- *Hoger verwacht effect met meer sessies*



20

GEVOEL VAN CONTROLE

10

ALLEEN NIET GENOEG

40

PERSPECTIEF/INZICHT

30

EMOTIONELE IMPACT

***Wat zijn de effecten van
stoelentechniek?***

EIGEN ERVARING?



Therapie school	Stoelentechniek	Populatie	Bevraagde	Auteurs
EFT	Two-chair (inner critic; group)	N = 6, depression & anxiety	Client	Robinson et al., 2014
EFT	Two-chair (inner critic)	N = 18, high self-criticism	Client	Stiegler et al., 2018
EFT	Two-chair (voice dialogue)	N = 9, anorexia nervosa	Client	Ling et al., 2021
EFT	Two-chair (?)	N = 26	Client	Muntigl et al., 2020
CFT	Multiple chairs (inner critic, self-compassion)	N = 12, MDD	Client	Bell et al., 2019, 2020
CFT	Multiple chairs (interpersonal conflict)	N = 9, MDD	Client	Bell et al., 2021
CBT	Any (?)	N = 120	Therapist	Pugh et al., 2021
CBT	Online chair work	N = 41	Therapist	Pugh et al., 2021

WAT WEET U VAN...STOELENTECHNIEK?

CLIËNT ERVARINGEN

Cognitieve ervaring

Nieuwe perspectieven en (rationeel) inzicht

Experiëntiele ervaring

Fysieke verplaatsingen Hier-en-nu / levendig,
Doorvoelde ervaring, Imaginatie

Ongemak

Vreemd / ongemakkelijk, Intens / krachtig /
beangstigend, 'Informed consent'



THERAPEUT ERVARINGEN

- Intensievere emotionele ervaring
- Professionele training belangrijk voor vertrouwen
- Geschikt voor online werk met aanpassingen
- (CGT)



WAT WEET U VAN...STOELENTECHNIEK?

LITERATUUR

Narratief review

Krans, J., & Van der Wijngaart, R. (2022).

Wetenschappelijk onderzoek naar de stoelentechniek.

In R. Van der Wijngaart, *Stoelentechniek – Theorie en Praktijk*.

Bohn Stafleu van Loghum.

EAN 9789036827966

Meta-analyse

Pascual-Leone, A., & Baher, T. (2023).

Chairwork in individual psychotherapy: Meta-analyses of intervention effects.

Psychotherapy, 60(3), 370–382.

<https://doi.org/10.1037/pst0000490>

FINALE

20

WEINIG ONDERZOEK



20

WAARDERING
CLIENTEN

20

ALLEEN NIET GENOEG

20

EMOTIONELE IMPACT

20

EEN BEETJE RAAR

20

ANDER PERSPECTIEF

Dank voor uw aandacht

julie.krans@ru.nl