



**Wat als het spannend
wordt?
De inzet van
schematherapeutische
technieken bij exposure**

Anna Muntingh & Julie Krans

Even voorstellen

Amsterdam Public Health
research institute

Anna Muntingh

Klinisch psycholoog, schematherapeut, VGCT
Therapeut @ GGZ inGeest

Senior onderzoeker, hoofdonderzoeker
PADOLA onderzoek @ Amsterdam
UMC/GGZ inGeest



Julie Krans

Universitair hoofddocent klinische psychologie @
Radboud Universiteit

Senior onderzoeker @ Pro Persona

CGT opleiding (VVGt)

Onderzoekslijn Schematherapie & Imaginaire
Rescripting

‘SCHerp’ programma voor angst en dwang



Programma vandaag

Even voorstellen

Achtergrond

1. Herkennen van modi tijdens exposure
2. Hanteren van modi tijdens exposure

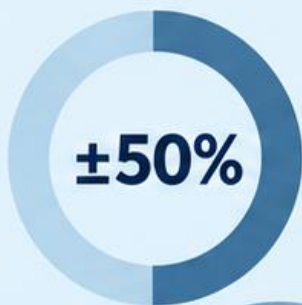
Afsluiting

Achtergrond

Waarom schematherapie bij angststoornissen?

CGT is effectief

maar niet voor iedereen



van volwassenen met een angststoornis bereikt remissie na CGT¹



Onderliggende patronen spelen vaak mee



Disfunctionele persoonlijkheidskenmerken²



Schema's zoals kwetsbaarheid voor ziekte en gevaar en minderwaardigheid²



Disfunctionele coping (vermijding, controle, veiligheidsgedrag)³

Schematherapie geeft aangrijpingspunten



- ✓ Werken aan onderliggende schema's en modi
- ✓ Doorbreken van hardnekkige patronen
- ✓ Van symptoomvermindering naar duurzame verandering



Schematherapie als logische vervolgstap

wanneer CGT onvoldoende werkt en hardnekkige schema's en persoonlijkheidspatronen een rol lijken te spelen.



Schematherapie bij (chronische) angst: veelbelovend

WAT WETEN WE?

**Schematherapie
kan klachten
verminderen**



01

Systematische review

Schematherapie is veelbelovend bij angststoornissen.

02

RCT • sociale angst + vermijdende PS

Groeps-CGT = groeps-ST; bij ST was er minder uitval.

03

Non-responders

Na ST verbeteren psychisch functioneren, schema's en modi.

Take-away: ST lijkt vooral kansrijk wanneer angst hardnekkig blijft.

Balje et al., 2024; Eigenhuis/Remmerswaal et al., 2026; Peeters et al., 2021, 2022, 2025; Remmerswaal et al., 2023.



PADOLA: een RCT voor hardnekkige angst

Individuele schematherapie wordt vergeleken met gebruikelijke zorg.

DEELNEMERS

18–80 jaar

Angststoornis
+ onvoldoende
effect
van CGT / AD

Met of zonder
persoonlijkheidsstoornis

RANDOMISEREN

Individuele
schematherapie voor angst

vs.

Gebruikelijke
zorg

WAT VOLGEN WE?



Angst



KvL



Kosten



Tevred
enheid



Proces

Metingen lopen door tot 36 maanden.

PADOLA behandelprotocol

Algemeen: 40 sessies binnen 1 jaar tijd, deelname aan training en supervisie



PADOLA

PATRONEN DOORBREKEN
BIJ LANGDURIGE ANGST

01



Diagnostische fase

Kennismaking,
casusconceptualisatie,
betrekken naaste,
introductie exposure

02



Middenfase

Combinatie van
experiëntiële oefeningen,
exposure en cognitieve
technieken, limited
reparenting

03



Eindfase

Versterken gezonde
volwassene,
terugvalpreventie

Samenwerkende partijen

Amsterdam UMC
(coördinator)

GGZ
inGeest

ProPersona

GGZ
Drenthe

GGNet

Mondriaan
GGZ

GGZ
Oost-Brabant

ADF
stichting

Gefinancierd door



ZonMw



www.padola-onderzoek.nl



Onderzoeksgroep PADOLA



- **Mw. Bibi Schut**, promovendus, Amsterdam UMC
- **Mw. dr. Anna Muntingh**, Klinisch Psycholoog / senior onderzoeker Amsterdam UMC/GGZ inGeest (projectleider):
- **Mw. dr. Neeltje Batelaan**, psychiater / UHD Amsterdam UMC / GGZ inGeest
- **Dhr. prof. dr. Arnoud Arntz**, emeritus hoogleraar klinische psychologie UvA, supervisor schematherapie
- **Mw. dr. Willemijn Scholten**, GZ-psycholoog/psychotherapeut, senior onderzoekers Amsterdam UMC/GGZ inGeest
- **Mw. dr. Julie Krans**, assistant professor in clinical psychology, Radboud University / Senior researcher, Pro Persona Overwaal, Guest professor in clinical psychology, KU Leuven
- **Dhr. Prof. dr. Koen Schruers**, professor in Mechanisms of Affective Disorders, Maastricht University (Mede-aanvrager)
- **Mw. dr. Leona Hakkaart-van Roijen**, associate professor economic evaluations in health care, project member (Mede-aanvrager)
- **Mw. dr. Femke van Nassau**, senior researcher in implementation science, Amsterdam UMC (Mede-aanvrager)
- Ervaringsdeskundigen Angst Dwang en Fobie Stichting

Schematherapeutische exposure ('SCHerp') @ Pro Persona Overwaal

ST-geinformeerde exposure behandeling
Chronische angst/dwang met comorbide PS

1. Diagnostische fase
2. Beginfase = Modusactivatie tijdens exposure
3. Middenfase = Exposure vanuit de GV
4. Eindfase = Exposure als basisbehoefte



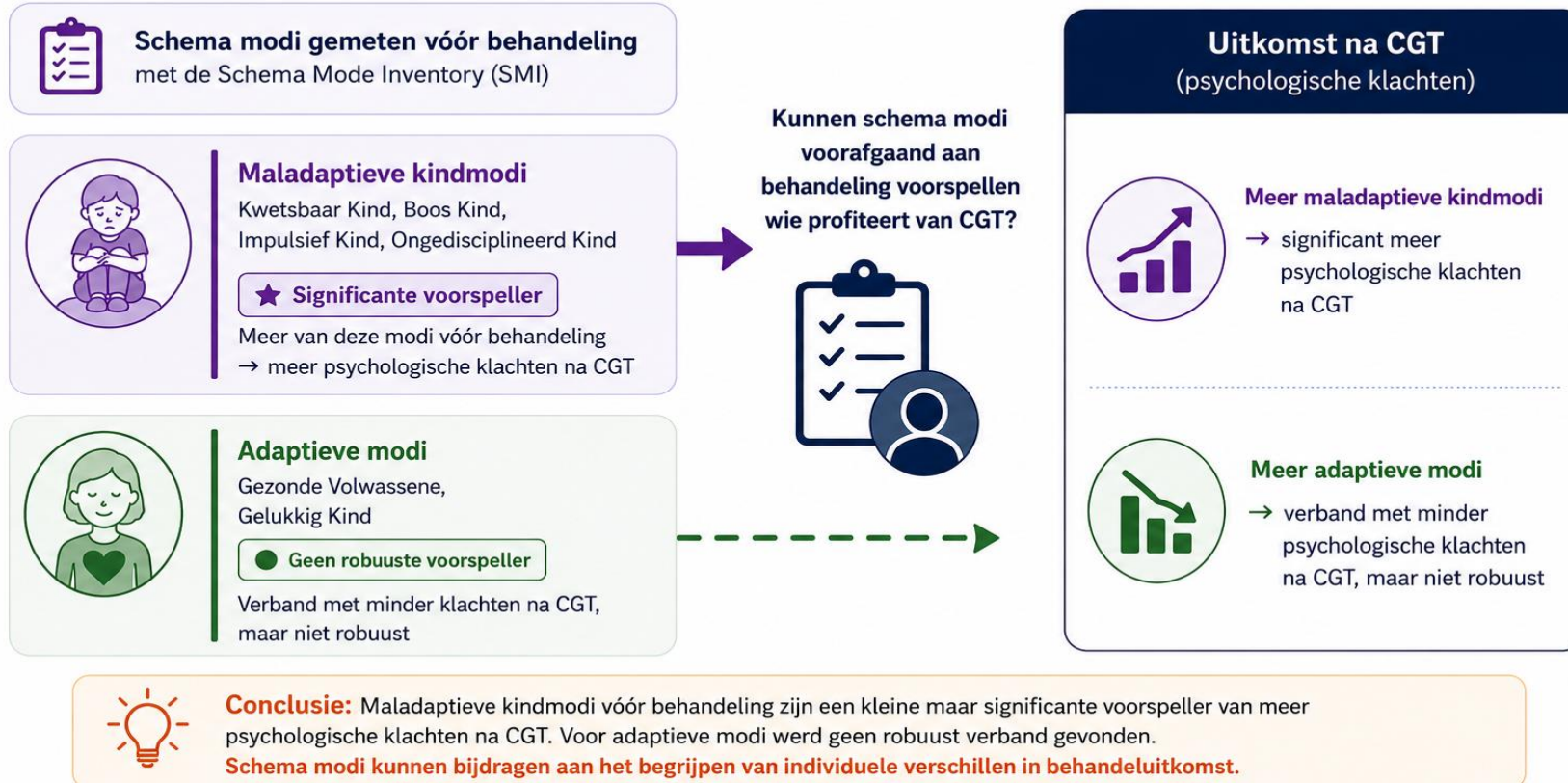
SCHerp collega's Overwaal

- Marisol Neijenhuis, klinisch psycholoog (deeltijd)
- Anneke Bruinsma, klinisch psycholoog (kliniek)
- Boris van Passel, psychiater
- Nancy Peeters, junior onderzoeker / promovendus
- Merve Karadas, onderzoeksassistent
- GIOS: Manon Peeters, Nanja Hoogendoorn, Leandra Christiaans



Schema modi voorspellen uitkomst van CGT

Onderzoek bij angststoornissen en OCD (n=100)

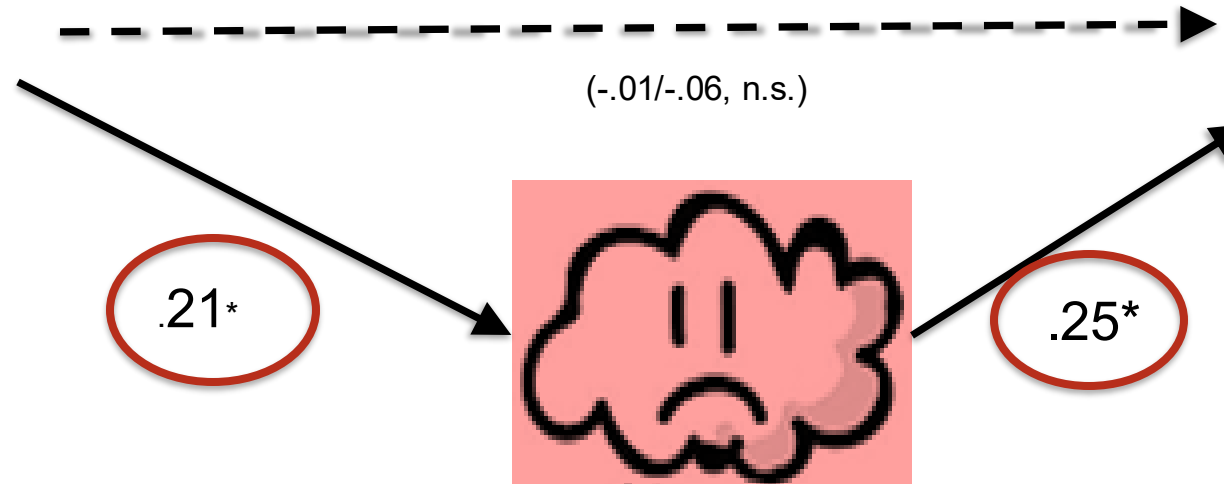


Referentie: Peeters, M., Van Passel, B., Peeters, N., & Krans, J. (2026). Do schema modes predict outcome of cognitive behavioural therapy in patients with obsessive-compulsive disorder and anxiety disorders? *British Journal of Clinical Psychology*. DOI: 10.1111/bjc.70052.



Modi tijdens exposure (N = 80)

**Kwetsbaar
Kind**



**Subjective Units
of Distress**



Hoogendoorn, Peeters, & Krans, in prep.

1. Herkennen van modi tijdens exposure

Oefening: modus-bewustwording bij exposure

Neem een situatie in gedachten die je heel spannend vindt

Sluit je ogen en stel je zo levendig mogelijk voor dat je deze situatie aangaat

Welke gevoelens, emoties, gedachten komen er op? Wat is je neiging om te doen?

Welke modi herken je?



Vermijdende beschermer:
situatie niet aan willen gaan,
“smoesjes” verzinnen



Perfectionistische overcontroleerder:
scannen op gevaar,
scenario's bedenken



Kritische/straffende kant:
kritiek geven, veroordelen,
uitschelden



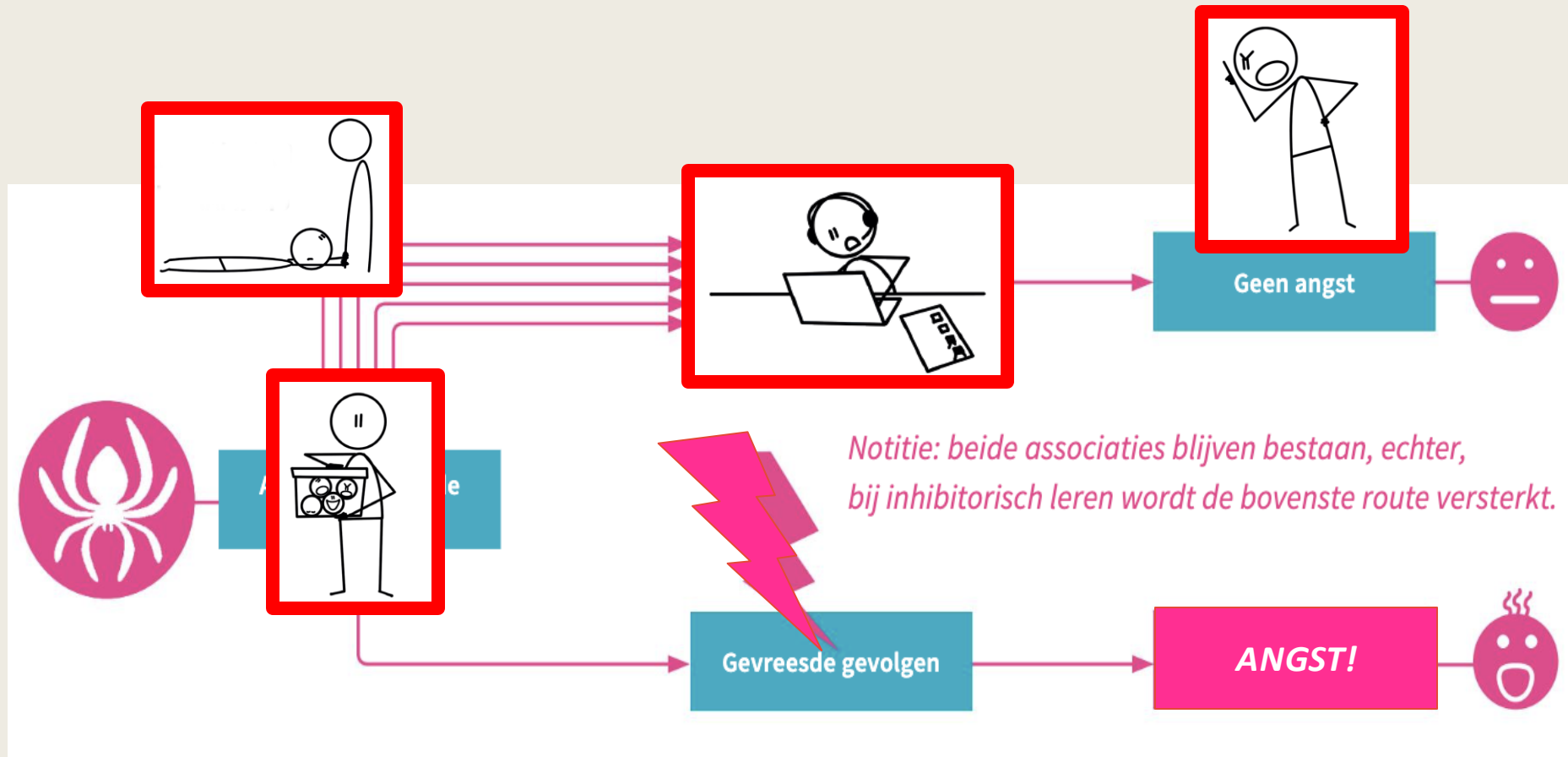
Kwetsbare kind
bang, kwetsbaar,
hulpeloos

Tips voor na de exposure

Laat je cliënt een flashcard maken met boodschap disfunctionele modus aan de ene kant en boodschap gezonde volwassene aan de andere kant

Bedenk samen wat de cliënt kan inzetten om de exposure vanuit de gezonde volwassene aan te gaan

2. Hanteren van modi tijdens exposure



Exposure vanuit de Gezonde Volwassene

CGT

Concrete oefening: wie, wat, waar, wanneer, hoe, en wanneer 'succesvol'?

ADU ('als-dan uitspraak') formuleren om de angstige verwachting te toetsen

ST elementen

Exposure opdracht sluit (ook) aan bij basisbehoefte

Positieve verwachting m.b.t. basisbehoefte naast de ADU

Aandacht voor modus activatie tijdens exposure

Hanteren van modi tijdens exposure

1. Opmerken van modus activatie

Regelmatig inchecken (spanning, gedachten, gevoelens)

Observeren

2. Hanteren van ongewenste modi

Kwetsbaar Kind (te sterk) → geruststelling bieden

Perfectionistische overcontroleerder → herfocus op basisbehoefte

Onthechte beschermer → verbinding herstellen met gevoel

Etc...

3. Doorgaan met exposure vanuit de GV

Interactieve demonstratie

Casus: smetvrees & sociale angst

Oefensituatie: handen schudden / knuffelen

Welke modus?

Wat is er nodig om deze te hanteren?



Nabespreken van exposure

Evaluatie ADU en positieve
verwachting

Wat was er nieuw/onverwacht?

Let op kritische modi (bv
stoelentechniek)

Vervolgstap / thuis oefenen?

Afsluiting

Take Home

- Persoonlijkheidskenmerken, schema's en modi spelen waarschijnlijk een rol bij vastlopende exposure
- Schematherapie bij vastlopende CGT is veelbelovend (en wordt nog onderzocht), maar gebruik exposure ook in je schematherapie!
- Het veld is in beweging, er wordt veel onderzoek gedaan

Meer weten of verwijzen naar PADOLA?

- Heel graag! Neem contact op met padola@amsterdamumc.nl
- Of meld je cliënt direct aan (met toestemming cliënt) via mail padola@amsterdamumc.nl
- Zie ook: padola-onderzoek.nl



Cursus SCHerp volgen?

Radboud Centrum Sociale Wetenschappen

3 bijeenkomsten in Nijmegen

Start 28 okt '26



Nederlands Instituut voor Schematherapie

2 bijeenkomsten in Utrecht

Start 28 mei '27



>Podcast

What's the schemata

Rob Brockman & Chris Hayes

Aflevering 69 met Julie Krans

*"Back to the Future: Schema Therapy,
CBT, and What's Next?"*

Te luisteren op Spotify, Apple
Podcasts, Podimo, Podbean





Bedankt voor jullie aanwezigheid!

Anna Muntingh a.muntingh@ggzingeest.nl

Julie Krans julie.krans@ru.nl



Literatuur

- Baljé AE, Greeven A, Deen M, van Giezen AE, Arntz A, Spinhoven P. Group schema therapy versus group cognitive behavioral therapy for patients with social anxiety disorder and comorbid avoidant personality disorder: A randomized controlled trial. *J Anxiety Disord.* 2024;104:102860. doi:10.1016/j.janxdis.2024.102860
- Bakali JV, Solbakken OA, Hoffart A, Brækhus H, Kvarstein E, Johnson SU. Affect integration, metacognitions, and early maladaptive schemas as predictors of outcome in cognitive and metacognitive therapies for social anxiety disorder. *Psychother Res.* 2025;35(7):1149-1161. doi:10.1080/10503307.2024.2443499
- Bamelis et al. Results of a multicenter randomized controlled trial of the clinical effectiveness of schema therapy for personality disorders. *The American journal of psychiatry*, 171(3), 305-322. 2014.
- Bär A, Bär HE, Rijkeboer MM, Lobbestael J. Early Maladaptive Schemas and Schema Modes in clinical disorders: A systematic review. *Psychol Psychother.* 2023;96(3):716-747. doi:10.1111/papt.12465
- Hovenkamp-Hermelink J, et al. Predictors of persistence of anxiety disorders across the lifespan: a systematic review. *The lancet. Psych.* 2021;8(5),428-443
- Peeters N, van Passel B, Krans J. The effectiveness of schema therapy for patients with anxiety disorders, OCD, or PTSD: A systematic review and research agenda. *Br J Clin Psychol.* 2022;61(3):579-597. doi:10.1111/bjc.12324
- Peeters N, Stappenbelt S, Burk WJ, van Passel B, Krans J. Schema therapy with exposure and response prevention for the treatment of chronic anxiety with comorbid personality disorder. *Br J Clin Psychol.* 2021;60(1):68-76.
- Peeters, N., Van Passel, B., Hendriks, G.J., Becker, E., & Krans, J. (2025). Schema-therapeutic exposure for treatment resistant anxiety and obsessive-compulsive disorders: A multiple baseline case series design study. *Psychiatry Research Case Reports.* doi.org/10.1016/j.psycr.2024.100241
- Remmerswaal KCP, Cnossen TEA, van Balkom AJLM, Batelaan NM. Schema therapy with cognitive behaviour day-treatment in patients with treatment-resistant anxiety disorders and obsessive-compulsive disorder: an uncontrolled pilot study. *Behav Cogn Psychother.* 2023;51(2):174-179.
- Renner, V., Henker, J., Joraschky, P., Keller, A., & Petrowski, K. (2024). Originalbeiträge (Originals). High Young schema levels predict manualized confrontation therapy outcome in patients with panic disorder / Der Einfluss von Schemata nach Young auf das Therapieergebnis von Patienten mit Panikstörung. *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie*, 70(3), 212-227. <https://doi.org/10.13109/zptm.2024.70.3.212>
- Springer, K. S., Levy, H. C., & Tolin, D. F. (2018). Remission in CBT for adult anxiety disorders: A meta-analysis. *Clinical psychology review*, 61, 1-8.
- Sunde et al. Early maladaptive schemas impact on long-term outcome in patients treated with group behavioral therapy for obsessive-compulsive disorder. *BMC Psychiatry.* 2019;19(1):318.
- Thiel et al. The prediction of treatment outcomes by early maladaptive schemas and schema modes in obsessive-compulsive disorder. *BMC Psychiatry.* 2014;14:362.