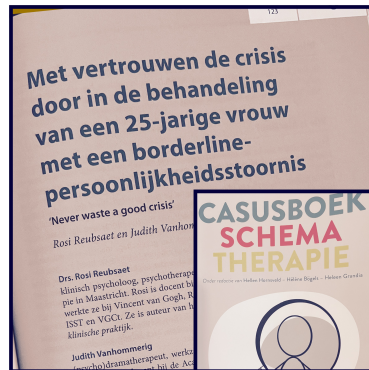




In verbinding de crisis door

Judith Vanhommerig

Rosi Reubsaet



Reubsaet, R & Vanhommerig, J. (2021)

Met vertrouwen de crisis door in de behandeling van een 25-jarige vrouw met een borderline persoonlijkheidsstoornis.

In: Casusboek Schematherapie, Hornsveld, Bögels & Grandia (Eds.)

Inspiratie

“Never waste a good crisis”

Winston Churchill, 1940.

“O, een crisis... spannend! Maar ik heb er ook zin in”

Heb je er zin in?



Door de wind
Door de regen
Dwars door alles heen
Door de storm
Al zit alles me tegen
Door jou ben ik nooit alleen

<https://open.spotify.com/playlist/28TODdTZiH6WoLDdxKRXZa>

<https://www.youtube.com/watch?v=sMrRobr1rDE>

Associatiespel

Eerste spontane reactie:

1. Wat roept een crisis bij jou op?
2. Wat is een crisis volgens jou?

Wat is een crisis?

2 betekenissen:

- een gevaarlijke toestand
- moment van de waarheid

危機 = 危 + 機
CRISIS GEVAAR KANS

κρίσις

Crisis als gevaarlijk gedrag

Uitgangspunt: Safety first

Emotie regulatie vaardigheden:

- DGT
- VERS/STEPS
- Berking, M. (2017) Emotieregulatie. Houten: BSL
- Leahy, R. (2012). Emotieregulatie. Amsterdam: Hogrefe.
- 'Safety plan' (Farrell & Shaw, 2012, p 138)



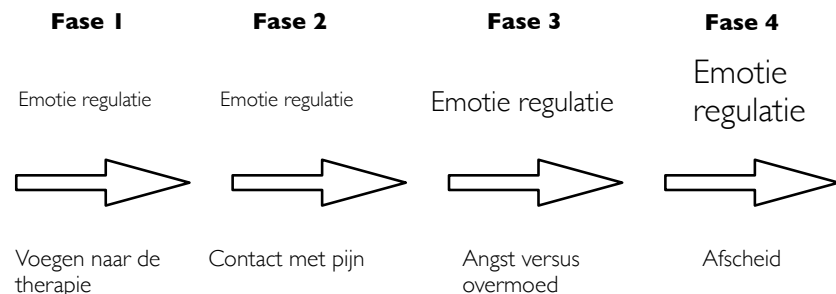
Crisis als moment van de waarheid

Elke therapiefase heeft zijn eigen crisis

Net zoals ontwikkelingscrises bij kinderen (Eriksson)

- Startfase: Wil ik me voegen naar de therapie?
- Tweede fase: Wil ik contact met mijn pijn?
- Derde fase: Ik kan het maar durf ik het wel?
- Eindfase: Kan ik het wel alleen?

Crisis en werken met fases



<https://www.youtube.com/watch?v=sVPYIRF9RCQ>

Uitgangspunten

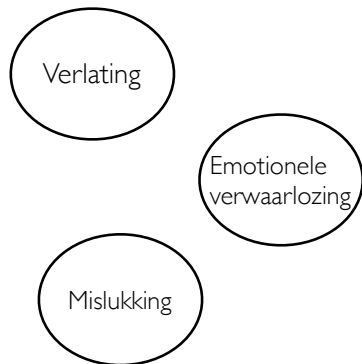
Een crisis heeft effect op de therapeut.

Van een crisis schrik je.... Je voelt je verantwoordelijk etc.

Het gaat om 'extreem gedrag.'

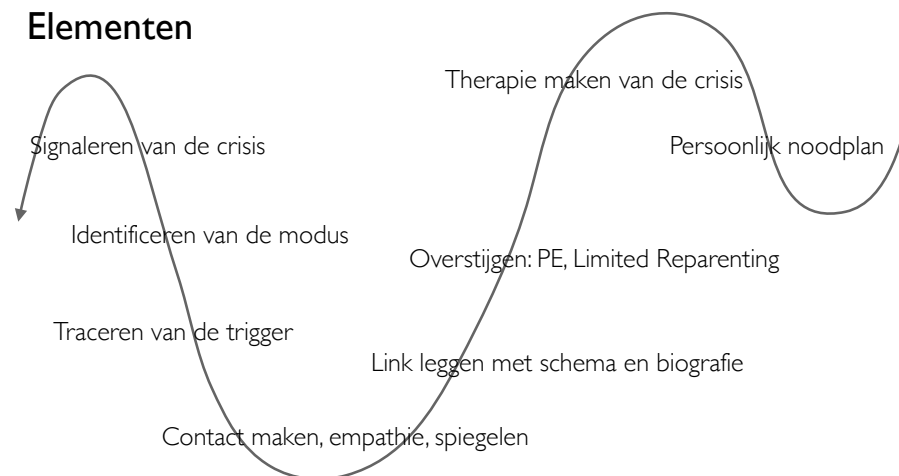
Geen tijd te verspillen: benoemen wat je ziet en doorpakken

Oefening



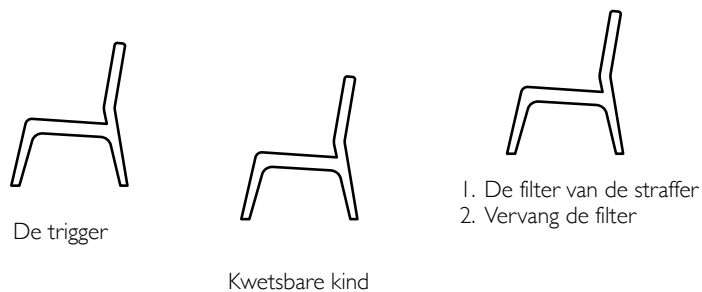
1. Wat heb je in je therapiekamer gezien waar je van geschrokken bent?
>Denk ook aan een niet plus gevoel
2. Casus neerzetten in rollenspel
3. Uitwisselen: Wat is je neiging?

Elementen



De brug van crisis naar schematherapie

1. Therapie maken van de crisis
Een oefening tijdens de sessie



De brug van schematherapie naar dagelijks leven

2. Persoonlijk noodplan voor het dagelijks leven
 - Om de trigger te verdunnen
 - Door blootstelling aan de trigger te reduceren
 - Door blootstelling van het Kwetsbare Kind aan de Straffer te reduceren
 - Geef je een oefening mee