



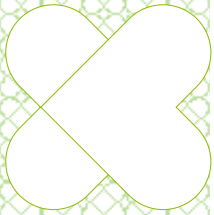
**ONZELIEEVROUW**

PSYCHIATRISCH ZIEKENHUIS BRUGGE **MENSEN.ANDERS BEKEKEN**

## **VERANDERING DOOR ACCEPTATIE**

**Tiendaagse DGT-basistraining 'behandeling en coaching van mensen met borderline- en emotieregulatie problematiek' op basis van de Dialectische Gedragstherapie van Marsha Linehan**

*Organisatie: PZ Onzeliëvrouw Brugge  
Begeleiding: Chris Deleu*



Sinds 2000 werken steeds meer hulpverleners en teams in Vlaanderen met (elementen uit de) Dialectische Gedragstherapie bij zeer uiteenlopende cliëntengroepen en in allerlei settings (residentieel, crisisteams, mobiele teams, cgg's, zelfstandige praktijken..). Dialectische Gedragstherapie biedt een unieke integratie van veranderingsgerichte en acceptatiegerichte vaardigheden en strategieën. Zowel voor patiënten als voor behandelaars vormt deze aanpak een helder en gestructureerd therapeutisch kader met een concreet perspectief voor behandeling.

DGT werd oorspronkelijk ontwikkeld voor chronisch suïcidale cliënten met de diagnose borderline persoonlijkheidsstoornis (BPS), maar is erkend als de gouden standaard voor deze populatie. Bovendien toont onderzoek dat DGT ook effectief is bij de behandeling van een breed palet andere problematieken zoals middelenafhankelijkheid, depressie, post-traumatische stress stoornis, eetstoornis...

De patiënt leert zijn leven meer in balans te brengen door eerst zijn psychosociale vaardigheden te vergroten. Hij wordt vaardiger in het omgaan met zichzelf en met anderen, in het beheersen van emoties, in het verdragen van onlustgevoelens, in het richten van zijn aandacht en in het sturen van zijn denken. Hij leert ook oningevulde basisbehoeften herkennen en ervaren in een veilige relatieomgeving.

Doelen in volgorde van belangrijkheid zijn:

1. verminderen van levensbedreigend en lichaamsbeschadigend gedrag
2. verminderen van therapie interfererend gedrag
3. verminderen van gedrag dat de kwaliteit van het leven verarmt
4. vermeerderen van gezonde sociale vaardigheden

De efficiëntie van de Dialectische Gedragstherapie bij borderlinepatiënten is wetenschappelijk aangetoond. De voornaamste pijlers in DGT zijn de attitudeverandering ten opzichte van de borderlinepatiënt en de coachende, validerende rol van de behandelaars in een nuchtere, pragmatische benadering.

## TIENDAAGSE TRAINING-DOEL

Doel is dat de deelnemers

- aan de slag kunnen met individuele coaching;
- een begin kunnen maken met het toepassen van de verschillende modules van de vaardigheidstraining;
- een crisisgesprek kunnen voeren;
- leren omgaan met therapie-interfererend gedrag van de patiënt en van zichzelf;
- hun team leren consulteren (intervisie) om burn-out te voorkomen;
- verschillende stijlstrategieën kunnen toepassen.

De training bestaat uit 8 dinsdagen met één week oefentijd tussenin. De deelnemers worden aan het eind van de dag verwend met een oefenopdracht die ze persoonlijk of in hun werkomgeving uitwerken. De zevende en achtste dag zijn opgevat als één groot consultatieteam (intervisie) met als inhoud de consultatievragen van elke deelnemer. De training wordt afgerond met 2 terugkomdagen een aantal maanden later.

## PROGRAMMA

### DAG 1: DGT FUNDAMENTEN

- Kennismaking + vooruitblik opleiding
- Oordeelvrij waarnemen van de ander (en van mezelf)
- Borderline: de mythes voorbij
- Aard en structuur van DGT
- De biosociale theorie
- Tropische regenbui

### DAG 2: BASICS & AANDACHTSVAARDIGHEDEN

- Liefdevolle vriendelijkheid
- BPS = ontregeling
- Basisveronderstellingen over patiënten en over therapie
- Aandachtsvaardigheden
- Validatie oefenen

### DAG 3: FRUSTRATIETOLERANTIE VAARDIGHEDEN

- Module Frustratietolerantie: overleven - accepteren
- Crisisplan (crisisprotocol)
- Crisis coaching: organiseren en oefenen
- Nada te turbe

### DAG 4: RELATIEVAARDIGHEDEN - EMOTIEREGULATIE - INDIVIDUELE COACHING

- Intermenselijke effectiviteit
- Emotieregulatie
- Individuele coaching: behandelvoorbereiding, behandelfase, dagboekkaart, kettanalyse, commitmentstrategieën, ...

### DAG 5: DE VAARDIGHEIDSTRAINING - THERAPIE INTERFEREREND GEDRAG

- De vaardigheidstraining: presentatie + oefening
- Therapie interfererend gedrag van de cliënt en van de hulpverlener: herkennen en aanpakken
- Mijn grenzen

### DAG 6: DIALECTISCHE DILEMMA'S

- Vierwindstrekenmeditatie
- Mijn grenzen
- Dialectische dilemma's: herkennen en benaderen

### DAG 7: MIJN TEAM IS MIJN COACH

- Consultatieteam presentatie
- Verzamelen en ordenen meegebrachte consultatievragen
- Oefenen

### DAG 8 : CONSULTATIETEAM + EVALUATIE ACHTDAAGSE TRAINING

- Consultatievragen (titel, situatie, voorbereide Keten Analyse)
- Oefenen in plenum en in kleinere groepen
- Hoe en met wie kan/wil/zal ik een consultatieteam oprichten?
- Evaluatie van de 8-daagse : hoe was het en wat wil ik er verder mee?

### DAG 9 en DAG 10 : TERUGKOMTWEEDAAGSE

- Ervaring met toepassing van DGT de voorbije maanden
- Vragen omtrent specifieke thema's
- Consultatievragen

## BEGELEIDING

Chris Deleu (DGT-trainer).

## DOELGROEP

Hulpverleners uit de residentiële en ambulante sector die patiënten met borderline- en emotieregulatieproblematiek behandelen, begeleiden, trainen en coachen. Psychiaters, verbale en non-verbale therapeuten, verpleegkundigen, maatschappelijk werkers, studentenbegeleiders, ervaringsdeskundigen en anderen.

## DATA & PLAATS

- Dinsdagen 23/2, 2/3, 9/3, 23/3, 30/3, 20/4, 27/4, 4/5/2021 telkens van 9.15 tot 16.00 uur.
- Terugkomtweedaagse: 23 en 24 september 2021 van 9.15 tot 16.00 uur.
- PZ Onzelvevrouw Brugge, Koning Albert I-laan 8, 8200 Brugge ([www.pzonzelvevrouw.be](http://www.pzonzelvevrouw.be)) in lokaal *Het Perspectief*.
- Het ziekenhuis ligt vlakbij het NMBS-station van Brugge (uitgang Sint- Michiels). Het ziekenhuis beschikt ook over een eigen gratis parking voor wie met de wagen komt.

## DEELNAMEPRIJS

De hele cursus (10 dagen) kost 995 euro, inclusief lunch (broodjes, soep) koffie/thee en administratie.

## NODIGE LITERATUUR

- Marsha M. Linehan - De DGT-vaardigheden (€ 60 via [www.bol.com](http://www.bol.com))
- Marsha Linehan - De DGT-vaardigheden Werkboeken (€ 50 via [www.bol.com](http://www.bol.com))

## INSCHRIJVING EN WIJZE VAN BETALING

- Stuur vóór 28 januari 2021 een e-mail naar Nancy Frison ([nancy.frison@pzonzelieievrouw.be](mailto:nancy.frison@pzonzelieievrouw.be)) met uw naam, voornaam, adres, werkplaats en functie en de mededeling dat u inschrijft voor de tiendaagse DGT basistraining 2021.
- Stort 995 € op rek.nr. BE53 7755 1359 8853 van PZ Onzelieievrouw met vermelding van uw naam en 'tiendaagse DGT/OLV 2021', ten laatste tegen 28 januari 2021.
- Uw inschrijving is definitief na ontvangst van uw inschrijvingsgeld.
- Minimum 12 en maximum 20 deelnemers – graag minstens 2 leden uit eenzelfde team of samenwerkingsverband (is evenwel geen vereiste). Indien het minimum aantal deelnemers niet wordt gehaald, gaat de cyclus niet door en worden eventueel betaalde inschrijvingen teruggestort.

## INFO

- Wie meer informatie wenst over de vorming kan contact nemen met Chris Deleu ([chris\\_deleu@hotmail.com](mailto:chris_deleu@hotmail.com)).



PZ Onzelieievrouw  
Koning Albert I-laan 8  
8200 Brugge  
050 30 18 00  
[info@pzonzelieievrouw.be](mailto:info@pzonzelieievrouw.be)  
[www.pzonzelieievrouw.be](http://www.pzonzelieievrouw.be)