



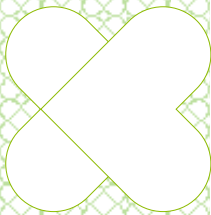
ONZELIEVEVROUW

PSYCHIATRISCH ZIEKENHUIS BRUGGE **MENSEN.ANDERS BEKEKEN**

VERANDERING DOOR ACCEPTATIE

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

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..). Op vraag van hulpverleners uit Vlaanderen en Nederland organiseert PZ Onzelievevrouw een kortdurende basistraining DGT in Brugge.

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 suicidale 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 middelenaafhankelijkheid, 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

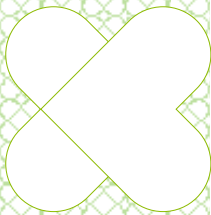
De efficiëntie van de Dialectische Gedragstherapie bij borderline-patiënten is wetenschappelijk aangetoond. De voornaamste pijlers in DGT zijn de attitudeverandering ten opzichte van de borderlinepatiënt en de coachende, validerende rol van de behandelaars in een nuchtere, pragmatische benadering.

ACHTDAAGSE 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 vrijdagen met één of 2 weken 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. Er zijn ook 2 terugkomdagen in oktober.



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, behandel fase, dagboekkaart, kettinganalyse, 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) met co-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.

WANNEER?

- vrijdagen 20/4, 27/4, 4/5, 18/5, 25/5, 1/6, 8/6 en 15/6/2018 (telkens van 8.45-16.00 uur).
- terugkomtweedaagse : 4 en 5 oktober 2018. De tweedaagse wordt apart georganiseerd en u zal hiervoor apart een uitnodiging krijgen na afloop van de achtdaagse cyclus.

WAAR?

- PZ Onzelvevrouw Brugge, in lokaal Het Perspectief.
- Het ziekenhuis ligt aan de achterzijde van het treinstation van Brugge, op 5 minuten wandelen. Het ziekenhuis beschikt ook over een eigen gratis parking voor wie met de wagen komt.

NODIGE LITERATUUR

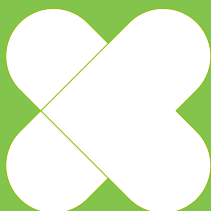
- Marsha M. Linehan - De DGT-vaardigheden (60€ via www.bol.com)
- Marsha Linehan - De DGT-vaardigheden Werkboeken (50€ via www.bol.com)

INSCHRIJVING EN WIJZE VAN BETALING

- Stuur een email naar Chris Deleu (chris_deleu@hotmail.com) met je naam, voornaam, adres, werkplaats en functie + stort 780 € op rek. nr. BE53 7755 1359 8853 van PZ Onzelvevrouw met vermelding van uw naam en 'achtdaagse DGT/OLV 2018' – ten laatste tegen 1 april 2018.
- 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), tel. 050-35 69 58.



PZ Onzelvevrouw
Koning Albert I-laan 8
8200 Brugge
050 30 18 22
info@pzonzelvevrouw.be
www.pzonzelvevrouw.be

