

**Terapia schematów dla osobowości z wiązki C
(osobowość zależna, unikająca, obsesyjno-kompulsyjna)**

Prowadzący: Remco van der Wijngaart

Zajęcia obejmują:

- Sformułowanie osobowości unikającej w terapii schematów
 - Praca nad zmniejszeniem unikania w wyrażaniu potrzeb i emocji
 - Walka z trybem krytycznym i praca nad samooceną
 - Zachęcanie i popychanie do wyrażania emocji, potrzeb, większej częstotliwości relacji społecznych, bliskości z innymi
 - Praca z trybem samo-ukojenia: substancje psychoaktywne, hazard etc.
 - Praca nad zwiększeniem umiejętności z przypadku radzenia sobie z konfliktem, dylematem
- Sformułowanie osobowości zależnej w terapii schematów
 - Praca z autorytarnym głosem rodzicielskim
 - Zachęcanie i popychanie do wyrażania opinii i emocji,
 - Praca nad unikaniem sytuacji, kiedy pacjent podporządkowuje się terapeutce, ćwiczenie wyrażania opinii o terapeutce do terapeuty.
- Sformułowanie osobowości obsesyjno-kompulsyjnej w terapii schematów
 - Praca z trybem krytycznego rodzica
 - Zmniejszenie oddziaływania trybu nadmiernej, obsesyjnej kontroli
 - Rozwijanie wartości wyrażania emocji, rozwijania bliskości i społecznych kontaktów
 - Praca nad okazywaniem zachowań spontanicznych i popełnianie błędów

Bibliografia

- Alden, L.E., Lapsa, J.M., Taylor, C.T., & Ryder, A.G. (2002). Avoidant Personality Disorder: Current status and future directions. *Journal of Personality Disorders, 16*, 1-29.
- Arntz, A. (1999). Do personality disorders exist? On the validity of the concept and its cognitive-behavioural formulation and treatment. *Behaviour Research and Therapy, 37*, S97-S134.
- Arntz, A. (2005). Pathological Dependency: Distinguishing functional from emotional dependency. *Clinical Psychology: Science and Practice, 12*, 411-416.
- Arntz, A. (2010). Schematherapie bei Cluster-C Persönlichkeitsstörungen. In: E. Roediger & G. Jacob (Eds.), *Fortschritte der Schematherapie, Konzepte and Anwendungen (pp. 146-182)*. Göttingen: Hogrefe-Verlag.
- Arntz, A. & van Genderen, H. (2010). *Schematherapie bei Borderline-Persönlichkeitsstörung*. Weinheim: Beltz.
- Arntz, A. & Weertman, A. (1999). Treatment of childhood memories; theory and practice. *Behaviour Research and Therapy, 37*, 8, 715-740.
- Bamelis, L.L.M., Renner, F., Heidkamp, D., & Arntz, A. (2011). Extended schema mode conceptualizations for specific personality disorders: an empirical study. *Journal of Personality Disorders, 25*, 41-58.
- Bamelis, L.L.M., Evers, S.M.A.A., Spinhoven, P. & Arntz, A. (2014). Results of a multicentered randomised controlled trial of the clinical effectiveness of schema therapy for personality disorders. *American Journal of Psychiatry, 171*, 305-322.

- Bornstein, R.F. (2005). *The Dependent Patient: A Practitioner's Guide*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Dreessen, L.; Arntz, A.; Hendriks, T.; N., Keune; Hout, M.A., van den (1999). Avoidant personality disorder and implicit schemacongruent information processing bias: a pilot study with a pragmatic inference task. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 7, 619-632.
- Holmes, E.A., & Mathews, A. (2005). Mental Imagery and Emotion: A special relationship? *Emotion*, 5, 489-497.
- Holmes, E.A., Arntz, A., Smucker, M.R. (2007). Imagery rescripting in cognitive behaviour therapy: images, treatment techniques and outcomes. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 38, 297-305.
- Johnson, J.G., Cohen, P., Chen, H., Kasen, S. & Brooks, J.S. (2006). Parenting behaviors associated with the risk for offspring personality disorder during adulthood. *Archives of General Psychiatry*, 63, 579-587.
- Lobbestaal, J. Arntz, A. & Bernstein, D.P. (2010). Disentangling the relationship between different types of childhood maltreatment and personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 24, 285-295.
- Ng, H.M., & Bornstein, R.F. (2005). Comorbidity of dependent personality disorder and anxiety disorder: A meta-analytic review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12, 395-406.
- Taylor, C.T., Lapsa, J.M., & Alden, L.E. (2004). Is avoidant personality disorder more than just social avoidance? *Journal of Personality Disorders*, 18, 571-594.
- Weertman, A. & Arntz, A. (2007). Effectiveness of Treatment of Childhood Memories in Cognitive Therapy for Personality Disorders: A controlled Study contrasting Methods Focusing on the Present and Methods Focusing on Childhood Memories. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2133-2143.
- Weertman, A., Arntz, A., de Jong, P.J.& Rinck, M. (2008). Implicit self- and other-associations in obsessive-compulsive personality disorder traits. *Cognition and Emotion*, 22, 1253-1275.
- Young, J.E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: a schema-focused approach (revised edition)*. Sarasota, Fl.: Professional Resource Press.
- Young, J.E. & Klosko, J.S. (1994). *Reinventing your Life*. New York: Plume Books.
- Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. 2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. Guilford, New York.