



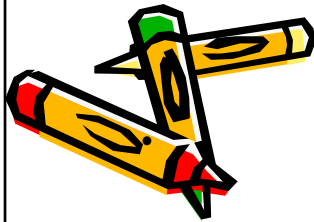
 Schematerapi  
RFMA-konferens 14/11 2016

Carl Gyllenhammar  
Psykiatriker, leg psykoterapeut  
certifierad schematerapeut

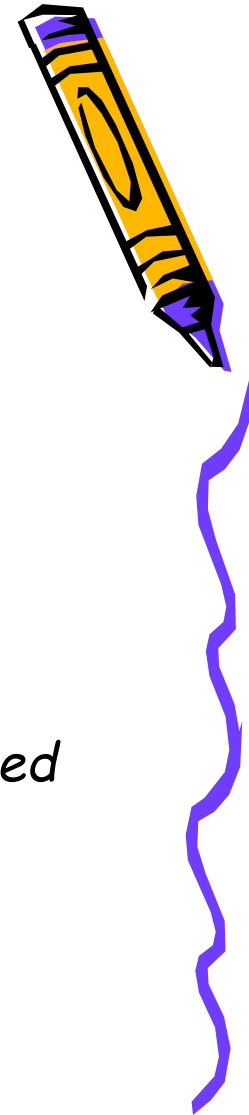


# Schematerapin Från då till nu

- Jeffrey Young 1990: *Cognitive Therapy for Personality Disorders: a Schema-Focused Approach*
- Giesen-Bloo, Arntz m.fl 2006: *Outpatient Psychotherapy for Borderline Disorder, a Randomized Trial*
- Farrel, Shaw, Webber 2009: *A Schema-focused Approach to Group Psychotherapy for Outpatientes with Borderline Disorder*

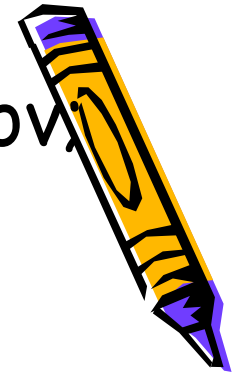
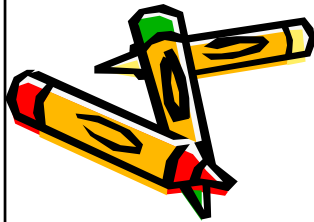


Idag: Mer än 2.400 artiklar publicerade



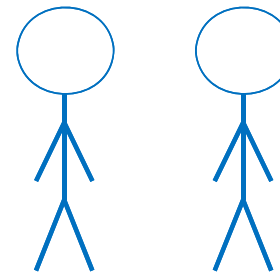
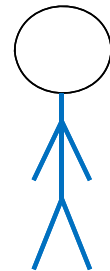
## Grundläggande känslomässiga behov; ett transdiagnostiskt synsätt

- Tillgodoses i samspel med någon annan:
  - Kontakt, känslomässig vägledning, empati
  - Autonomi och kompetens
  - Jämlikhet, ömsesidighet
  - Gränser och struktur
  - Spontanitet, lekfullhet, glädje



# Behovsmässiga villkor för psykologisk utveckling och mognad

## Utveckling av sunda scheman



### Barntillstånd

Ett behövande barn uttrycker behov. Uttryckssättet färgas av barnets temperament o.a. förutsättningar  
*T.ex. Sårbar, Arg, Impulsiv*



### Viktiga nära relationer

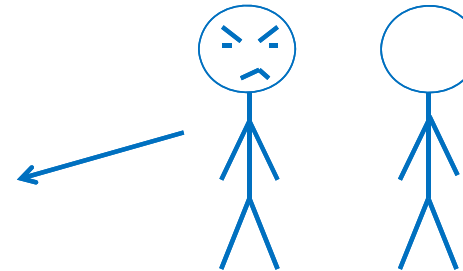
I samspelet med omgivningen behöver barnets behov tillgodoses  
*T.ex. Någon som tröstar, står kvar, validerar, sätter rimliga gränser.*



# Behovsfrustration eller kränkning ger känslomässiga sår (maladaptiva scheman)



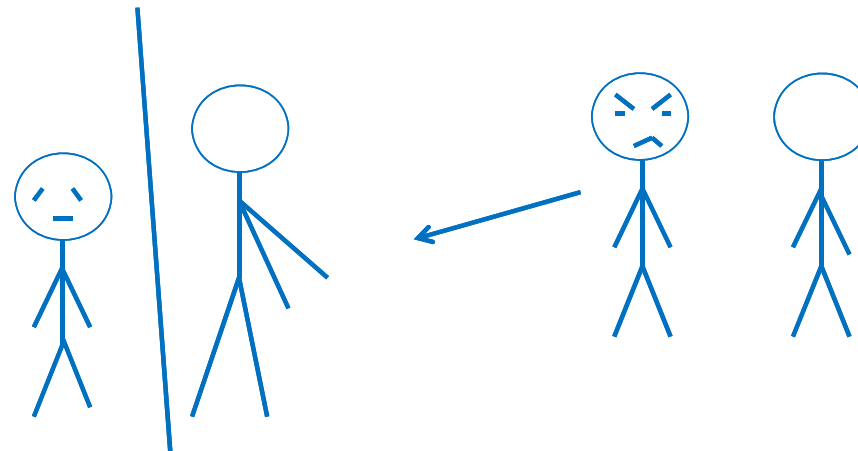
Utvecklar känslomässig sår  
T.ex. värdelöshet/skam



**Regelmässig frustration av behov**  
*T.ex. Förlöjligar barnets känslor  
istället för att empatisera, ta på allvar,  
validera och ändamålsenligt vägleda*

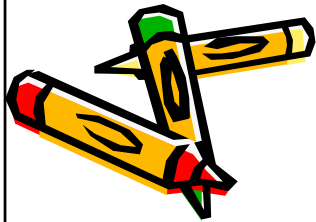


# Utveckling av skyddsstrategier (coping)

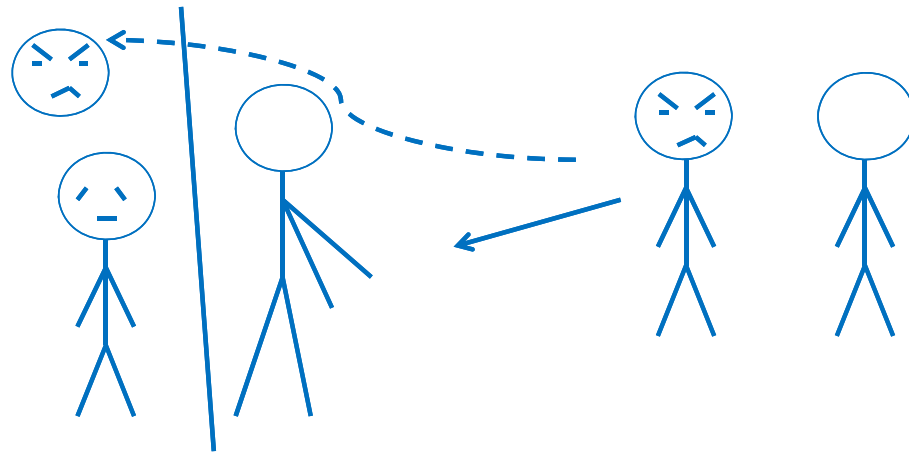


Parallellt utvecklar barnet strategier  
för att skydda sig

*T.ex. anpassar sig, undviker,  
attackerar*

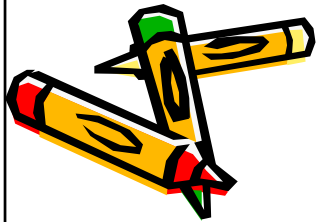


# Utveckling av självbild

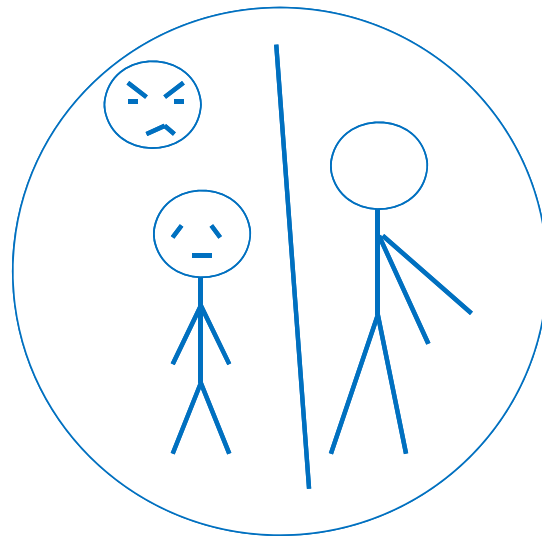


Internaliserar omgivningens attityder  
och riktar dem mot sig själv

*T.ex. Självstraffande, Obevekliga  
krav*



# Coping och självbild formar ett dysfunktionellt livssammanhang; från barn till vuxen



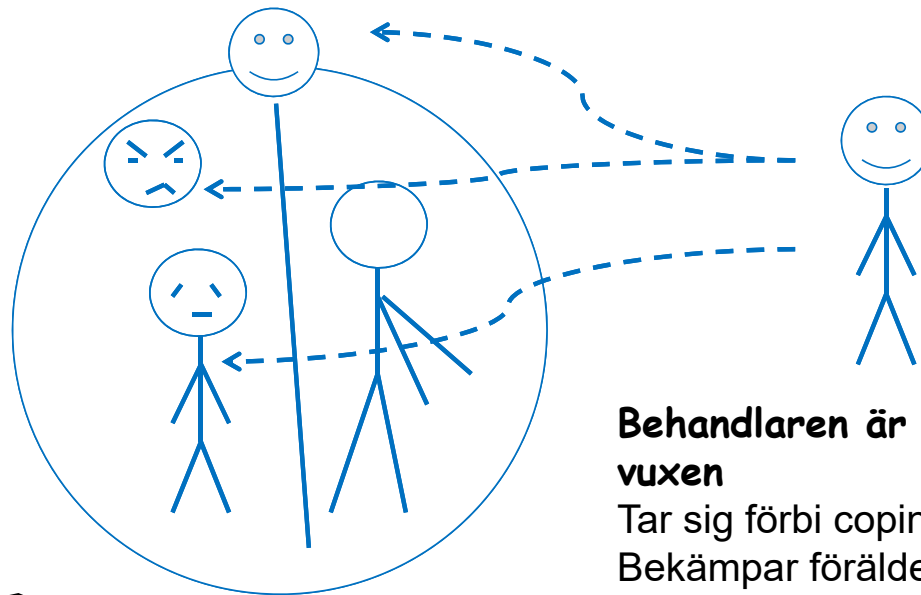
**Färgar aktuella sammanhang**  
 Med partner, bland vänner, på jobbet, i skolan, fritiden  
**I olika sammanhang visar personen upp olika sidor av sig själv (modes)**

**Fastnar i sitt sätt att se på sig själv och hantera sina svårigheter, t.ex. missbruk, självskada, "arbetsnarkomani", självutplåning etc**



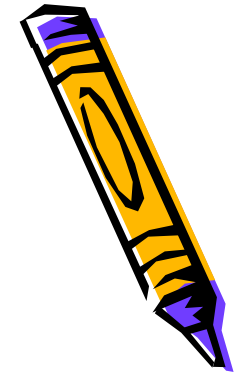
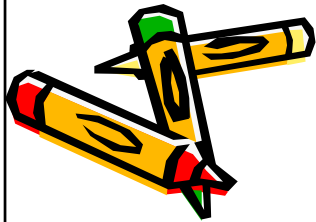


## Behandlingsmodellen: Bryta lidande genom att skapa ett sunt förhållningssätt till sig själv och andra



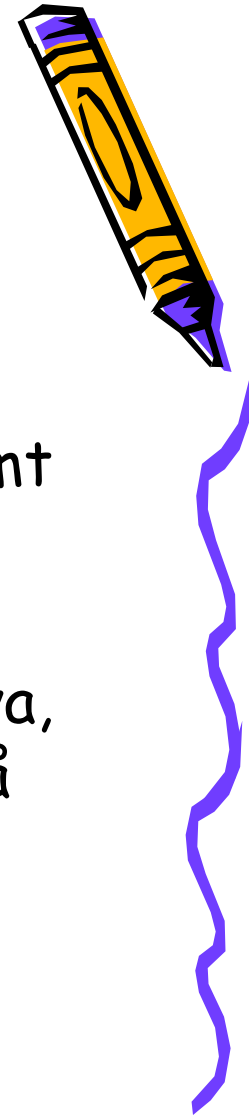
### **Behandlaren är modell för en sund vuxen**

Tar sig förbi copingmodes  
Bekämpar föräldermodes  
Reparenting av childmodes  
Hjälper bryta symptom/ problem &  
"livsklistret" samt etablera nya sunda  
relationer och sammanhang



# Varför fungerar schematerapi?

- Bamelis m.fl. 2014:
  - Modesmodellens tydlighet (gemensamt språk både för patienten och behandlarna)
  - Ett brett utbud av tekniker: kognitiva, emotiva, beteendeinriktade, fokus på terapirelationen
  - Bearbetning av traumatiska eller frustrerande barndomsupplevelser (*limited reparenting*)



## Just nu

- ST för fler ps än Borderline: *Bamelis m.fl. 2014 Am J of Ps*
- ST inom rättspsykiatri: *Bernstein m.fl. 2012 Int J of Forensic Mental Health*
- Grupp ST för svår ätstörning: *Simpson m.fl. 2010 Frontiers in Psychology*



**CARL GYLLENHAMMAR POUL PERRIS**

**SCHEMATERAPI**

**EH KLINIKERS HANDBOK & EH TERAPIBERÄTTELSE**

Schematerapi är en innovativ terapiform som utvecklats för att behandla långvariga psykiska lidanden och problem. Den integrerar influenser från bland annat KBT, anknytningslära och gestaltterapi till en sammanhållen behandlingsmodell.

Vilket för god psykisk hälsa är ett av våra grundläggande lärostrategiska behov i goda relationer. I schematerapi för patienten därför hjälp att kartlägga, förstå och bryta beteendemönster och livsreklam som frestar eller kränker de lärostrategiska behoven. Stort fokus ligger även på den terapeutiska relationen som lösningskraft.

Detta är den första svenska läroboken om schematerapi. Den innehåller en detaljerad genomgång av schemateori och metodiken med dess olika interventioner. Dessutom innehåller boken en terapiberättelse där man får följa en patients behandling från början till slut. Utifrån en handledarperspektiv analyserar författarna tillgången som utspelar sig i terapireiset.

Få boken hälsade [www.ssk.se/schematerapi](http://www.ssk.se/schematerapi) finns sidorienterat.

Carl Gyllenhammar är leg. läkare, specialist i psykiatri, leg. psykiater med KBT-utbildning och handledare. Han är utbildad med Sveriges Institut för Egenskapspsykiatri. Carl är certifierad schematerapeut på avancerad nivå och godkänd schematerapeutledare. Han föreläser, handledar och ger utbildningar i schematerapi och är ansvarig för utveckling av schematerapi i Sverige.

Poul Perris är leg. läkare, leg. psykiater och handledare, som arbetar på Sveriges Institut för Egenskapspsykiatri. Han har gått utbildning i schematerapi hos Jeffrey Young i och för sig på grundnivå i USA. Poul är Founding President av ISST, International Society of Schema Therapy. Han utbildar och handleder sedan många år i schematerapi.

ISBN 978-91-7611-111-1

9789176111111