



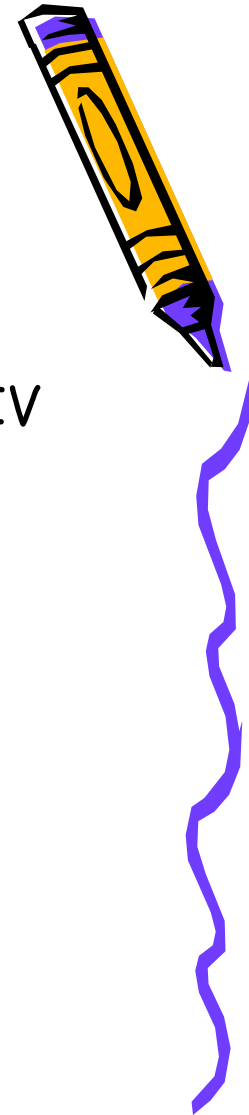
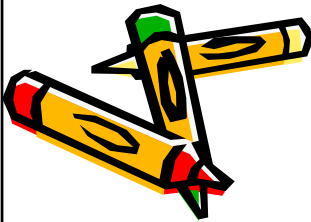
Schematerapi
RFMA-konferens 22/5 2018

Carl Gyllenhammar
Psykiatriker, leg psykoterapeut
certifierad schematerapeut



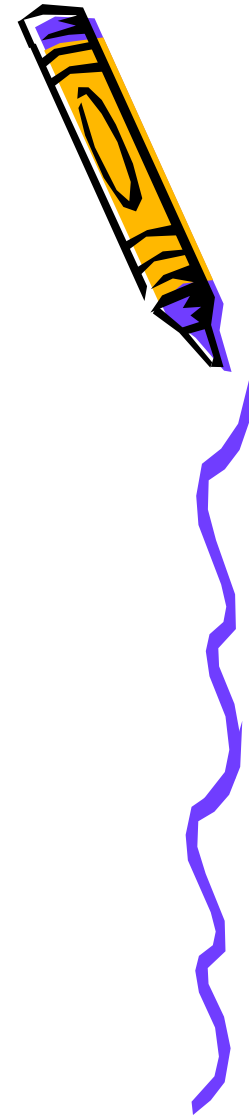
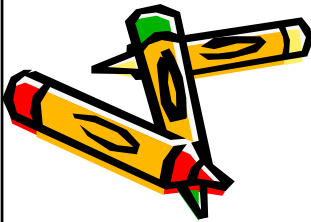
SAMSJUKLIGHET

- TIDIG DEBUT AV DROGMISBRUK GER PÅVERKAN PÅ EMOTIONELL OCH KOGNITIV UTVECKLING
- ↔
- RELATIONSMÄSSIGA SVÅRIGHETER
- PERSONLIGHETSSTÖRNING UTMÄRKS AV RELATIONSMÄSSIGA SVÅRIGHETER
 - SLUTSATSER FÖR BEHANDLING:
 - HA RELATIONEN I FOKUS
 - ANVÄND BEHANDLINGSMODELLER FÖR PERSONLIGHETSSTÖRNING



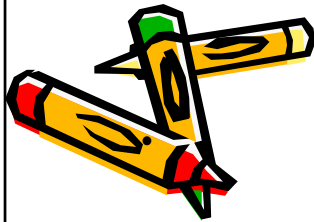
Viktigt att uppmärksamma samsjuklighet

- Ökad risk för ett sämre förlopp.
- Risk för sämre följsamhet till behandling och behandlingsresultat.
- Därför viktigt att samsjuklighet uppmärksammas och att personer med samsjuklighet får hjälp med båda tillstånden samtidigt.

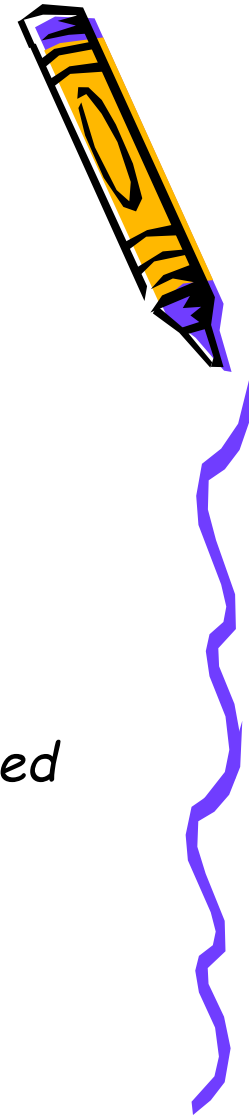


Schematerapin Från då till nu

- 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*

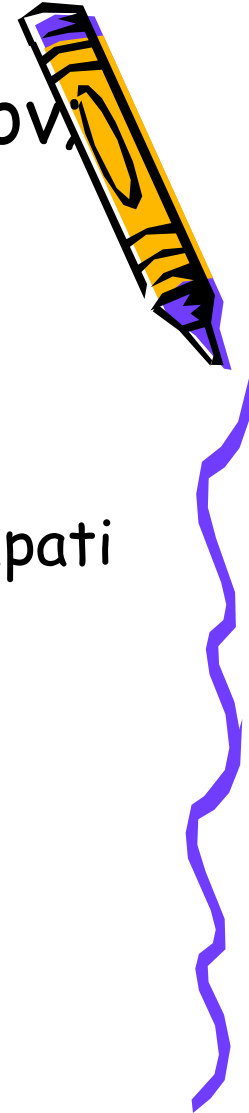


Idag: Mer än 2.400 artiklar publicerade

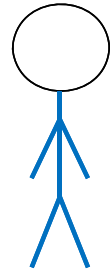


Grundläggande känslomässiga behov; ett transdiagnostiskt synsätt

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

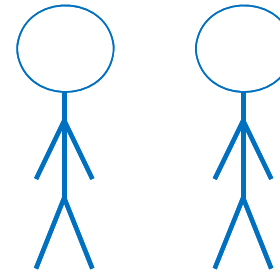
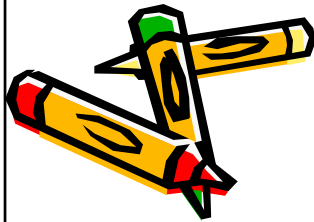


Behovsmässiga villkor för psykologisk utveckling och mognad Utveckling av sunda scheman



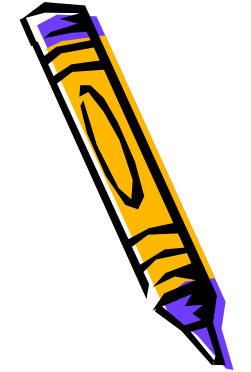
Barntillstånd

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

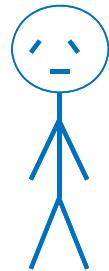


Viktiga nära relationer

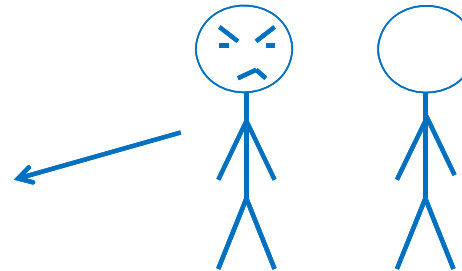
I samspelet med omgivningen behöver barnets behov tillgodoses
T.ex. Någon som tröstar, står kvar, validerar, sätter rimliga gränser.



Behovsfrustration eller kränkning ger känslomässiga sår (maladaptiva scheman)



Utvecklar känslomässig sår
T.ex. värdelöshet/skam

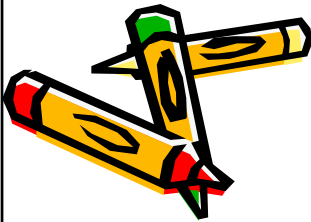


Regelmässig frustration av behov
*T.ex. Förlöjligar barnets känslor
istället för att empatisera, ta på allvar,
validera och ändamålsenligt vägleda*

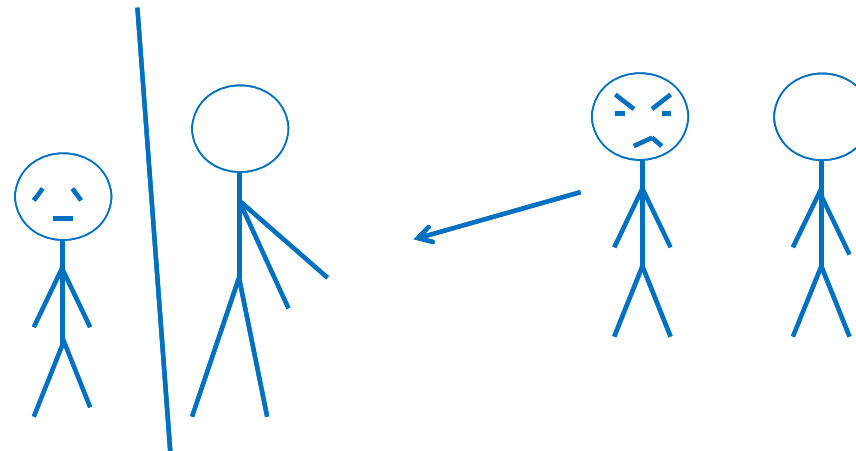


OTRYGG UPPVÄXTMILJÖ

- Pentti Andersson 2005:
 - 100 metadon patienter jämfördes med friska kontroller avseende anknytningsmönster. Mer än 90 % uppvisade otrygg anknytning.
 - I patientgruppen hade föräldrabetendet varit skrämmande, hotfullt eller likgiltigt. Så ej för någon i kontrollgruppen.
 - I kontrollgruppen var risken för heroinmissbruk 17 ggr lägre än i patientgruppen.

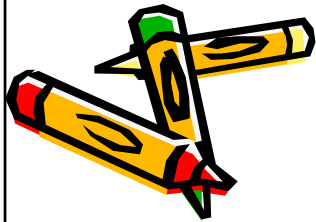


Utveckling av skyddsstrategier (coping-mode)

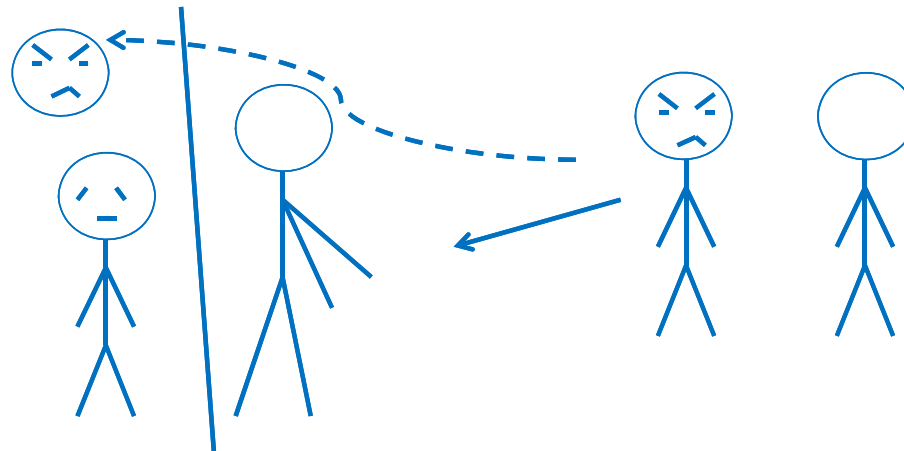


Parallellt utvecklar barnet strategier
för att skydda sig

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

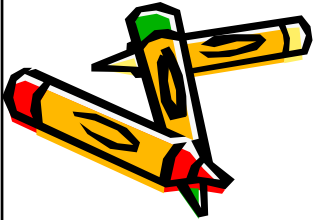


Utveckling av självbild (förälder-mode)

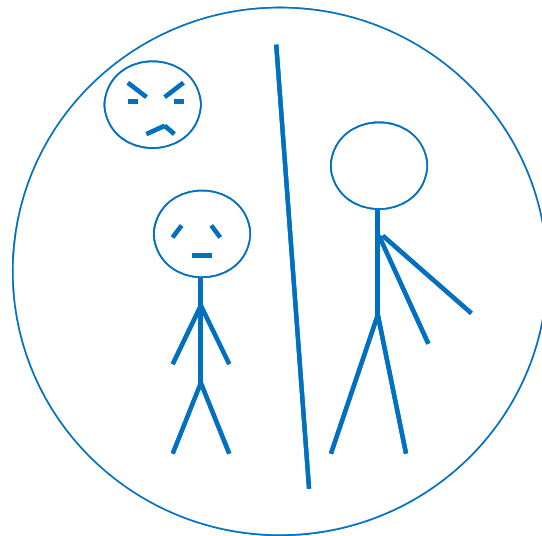


Internaliserar omgivningens attityder
och riktar dem mot sig själv

*T.ex. Självstraffande, Obevekliga
krav*



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

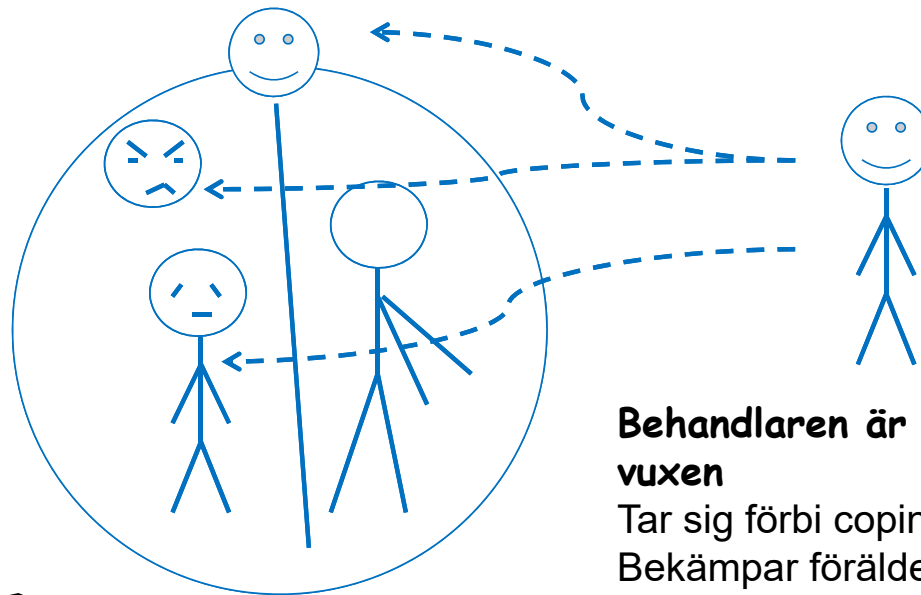


Färgar aktuella sammanhang
Med partner, bland vänner, på jobbet, i skolan, fritiden
I olika sammanhang visar personen upp olika sidor av sig själv (modes)

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

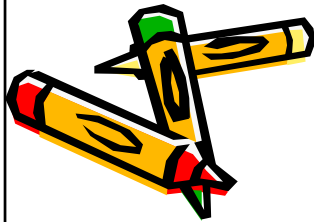


Behandlingsmodellen: Bryta lidande genom att skapa ett sunt förhållningssätt till sig själv och andra



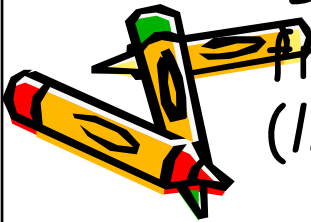
Behandlaren är modell för en sund vuxen

Tar sig förbi copingmodes
Bekämpar föräldermodes
Reparenting av barnmodes
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 läroändamål. Vi vill hjälpa till att kartlägga, förstå och bryta beteendemönster och livssammanslagning som främjar eller förklarar de läroändamålsbehoven. Stort fokus ligger även på den terapeutiska relationen som läroändamål.

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 analyseras förståelse och förändring som utspelar sig i terapireiset.

Få bokans handling: www.ssk.se/schematerapi eller sidan i boken.

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, handleder 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 själv 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