**Onderzoeksschema en behandeldoelen** Naam: Leeftijd: Datum:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Als kind: | Beeld van moeder: | Beeld van vader: | Gezinscultuur (leefregels): | Gezinssamenstelling: |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Bemoedigende levenservaringen: |  | Ingrijpende en aangrijpende levenservaringen: |

**Schemamodel**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ervaren veiligheid en verbondenheid: |  | Ontbroken veiligheid en verbondenheid (primaire schema’s): |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hulpbronnen: |  | Basisbehoeften en overlevingspatronen (secundaire schema’s): |

**Modusmodel**

Beschermers (overlevingsmodi):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kracht:---- |  | Klacht:---- |

|  |
| --- |
| Samenvatting: |

**Levensdoelen**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Werk/carrière |  | Maatschappij/sociale positie |  | Opleiding/leren |
|  |  |  |  |  |
| Vrienden/sociaal leven |  | ?? |  | Ontspanning/vrije tijd |
|  |  |  |  |  |
| Familie |  | Leefomgeving |  | Lichamelijke verzorging/gezondheid |
|  |  |  |  |  |
| Ouderschap |  | Intieme relaties |  | Zingeving/geloof/spiritiualiteit |

Geef in een schaal van 0 tot 10 aan hoe belangrijk bovenstaande levensgebieden voor je zijn.

Geef aan in hoeverre je de vrijheid voelt en de mogelijkheden ziet om het belang zoals je dat aangegeven hebt na te streven op een schaal van 0 tot 10.

Zet een uitroepteken achter de levensgebieden waarbij het belang dat je stelt in dit levensgebied overeenkomt met de wijze waarop je dit nastreeft. Omcirkel de levensgebieden waarbij dat niet het geval is.

**Therapiedoelen / behandeldoelen**

Kijk in het onderzoeksschema bij het Schemamodel en het Modusmodel wat je helpt om je levensdoelen na te streven én wat je belemmert om je levensdoelen na te streven.

Om de ‘gezonde volwassene/stimulerende ouder’ en het ‘vrije kind’ verder te ontwikkelen is het nodig :

1. de ‘beschermers’ en ‘overlevingspatronen’ alleen nog in te zetten daar waar dat nodig is,
2. de ‘ondermijnende ouder modi’ te stoppen, én
3. zorg te dragen voor ‘de gekwetste kindmodi’
4. binnen realistische grenzen.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Helpend: |  | Belemmerend: |

Formuleer drie therapiedoelen om de ‘gezonde volwassene’ te ontwikkelen en te versterken:

1. In de eerste fase van de behandeling ligt de nadruk op het gedrag van ‘de beschermers’ en ‘de overlevingspatronen’ en het ontdekken van je behoeften. Formuleer vanuit de positie van de gezonde volwassene een therapiedoel voor de eerste fase van je behandeling. Bedenk een kort motto waarmee je dit doel goed kan onthouden.
2. In de midden fase van de behandeling ligt de nadruk op het conflict tussen ‘de ondermijnende oudermodi’ en ‘de gekwetste kindmodi’. Vaak spelen vroege levenservaringen hierin een rol. Formuleer vanuit de positie van de gezonde volwassene een doel voor de middenfase van je behandeling. Bedenk een kort motto waarmee je dit doel goed kan onthouden.
3. In de eindfase van de behandeling ligt de nadruk op de overgang van de therapiedoelen naar je levensdoelen. Formuleer een doel voor de eindfase van je behandeling. Bedenk een kort motto waarmee je dit doel goed kan onthouden.