



Reinier van Rijkel

**VIBE is een kortdurende behandeling voor kinderen en jongeren van 12 tot 23 jaar met milde tot matige klachten op het gebied van het omgaan en uiten van hun emoties (emotieregulatiestoornis) die zonder de juiste behandeling de persoonlijkheidsontwikkeling zouden kunnen beschadigen. Ook is VIBE bedoeld voor jongeren met de beginnende kenmerken van borderlinepersoonlijkheid.**

Centrum Adolescentenpsychiatrie  
(073) 658 6651  
[www.reiniervanarkel.nl](http://www.reiniervanarkel.nl)  
[www.adolescentenpsychiatrie.nl](http://www.adolescentenpsychiatrie.nl)

Herlaarhof  
(073) 658 53 33  
[www.herlaarhof.nl](http://www.herlaarhof.nl)  
[herlaarhof.alg@reiniervanarkel.nl](mailto:herlaarhof.alg@reiniervanarkel.nl)

Reinier van Rijkel

## Vroege interventie borderline en emotie- regulatiestoornissen

### VIBE

VIBE is een kortdurende behandeling voor kinderen en jongeren van 12 tot 23 jaar met milde tot matige klachten op het gebied van het omgaan en uiten van hun emoties (emotieregulatiestoornis) die zonder de juiste behandeling de persoonlijkheidsontwikkeling zouden kunnen beschadigen. Ook is VIBE bedoeld voor jongeren met de beginnende kenmerken van borderlinepersoonlijkheid. Het doel van VIBE is het voorkomen dat de klachten verergeren of steeds terugkeren, het dagelijks functioneren van de jongeren verbeteren en het welzijn van hun familie en naasten bevorderen.

Bij VIBE behandelen we door middel van het toepassen van schematherapie. Schematherapie richt zich op het herkennen en dan ombuigen van negatieve gevoelens, denkwijze en gedragspatronen, zodat jongeren uiteindelijk in staat zijn meer grip te krijgen op hun emoties en die op een juiste manier kunnen uiten.

#### **Voorlopers van emotieregulatie- en borderlinepersoonlijkheidsproblematiek**

Het hebben van sterke emoties hoort bij de puberteit en de jongvolwassenheid. Maar bij emotieregulatieproblemen of beginnen de borderlineproblematiek wisselt de stemming snel en extreem en is er weinig controle over het eigen gedrag waardoor het moeilijk wordt goede relaties op te bouwen. De jongere kan bijvoorbeeld heftig reageren op een opmerking of gebeurtenis of zich juist inhouden uit angst de controle over eigen emoties te verliezen. Dit kan leiden tot problemen in het functioneren thuis, op school of werk en binnen relaties met anderen.

De jongere kan last krijgen van herhaaldelijke sombere buien, stemmingswisselingen, onaangepast gedrag, overmatig alcohol- en/of drugsgebruik, ruzie met vrienden of familie, geen zin hebben in opleiding of werk. Ook zie je vaak dat de jongere niet in staat is zichzelf te ontdekken en daardoor een laag zelfbeeld krijgt.

Bij jongeren met een emotieregulatiestoornis of borderlinepersoonlijkheidsproblematiek is het niet goed kunnen omgaan met hun emoties vaak de kern van hun probleem. Zij kunnen voor anderen onvoorspelbaar reageren. Een schijnbaar kleine aanleiding kan leiden tot heftige reacties bij de jongere. Tevens hebben zij vaak herhaaldelijk last van sombere momenten of angsten waarbij er sprake kan zijn van impulsief gedrag, wat soms tot zelfbeschadiging en/of suïcidale gedachten of gedrag kan leiden.

### Schematherapie

Binnen VIBE maken we gebruik van kortdurende schematherapie. We kijken hier naar de onderliggende, negatieve patronen in voelen, denken en doen die aanwezig zijn bij de jongere. Deze patronen, ofwel schema's genoemd, ontstaan wanneer er in de kinderjaren om de een of andere reden niet voldaan is aan een van de basisbehoeften, bijvoorbeeld het ontwikkelen van een veilige band met iemand, in combinatie met mogelijke andere ingrijpende gebeurtenissen. De schema's zijn vervolgens van invloed op de gemoedstoestand van iemand, ook wel 'kanten' of 'modi' genoemd in de schematherapie.

We laten hier een voorbeeld zien:

*Door pestervaringen ontwikkel je de gedachte dat je anders bent dan anderen (schema 'Sociaal Isolement'). Hierdoor voel je je afgewezen en ga je je verdrietig en boos voelen. In de schematherapie spreken we dan van een grote kwetsbare kant (gevoelens van angst en verdriet) en een grote boze kant (gevoelens van boosheid). Als gevolg van deze emoties of kanten kun je geneigd zijn afleiding te zoeken in bijvoorbeeld drugs- en alcoholgebruik of door jezelf te beschadigen of door praten hierover te vermijden. Dit gedrag noemen we beschermkanten. Deze beschermkanten zorgen ervoor dat negatieve gevoelens naar de achtergrond verdwijnen. Dus het beschermt je tegen het voelen van je heftige emoties, maar hierdoor worden je emoties niet goed verwerkt en komen zij altijd terug. Want door drugs- en alcohol, door zelfbeschadiging en vermijding kun je je nog slechter gaan voelen en jezelf nog harder bekritisieren ("Niks lukt mij! Een mislukking") of je gaat nog meer van jezelf eisen ("Ik moet niks voelen, emoties op slot en door gaan") of je gaat tegen jezelf praten ("niks helpt je ... het komt nooit (meer) goed .. het heeft geen nut!"). En dan hebben wij het hier over je straffende of je veeleisende kant ofwel heel nare en negatieve gedachten over jezelf en de situatie. Deze verschillende kanten hebben uiteindelijk ook weer invloed op elkaar.*

### De behandeling

De behandeling bestaat uit 16 tot 18 wekelijkse sessies en 2 tot 4 follow-up sessies. De gesprekken vinden plaats bij Reinier van Arkel met een GZ-psycholoog, klinisch psycholoog of psychotherapeut. Daarnaast zijn er ook aanvullende gezinsgesprekken mogelijk met een systeemtherapeut. De behandelgesprekken over de eventuele medicatie worden door de psychiater gevoerd.

### De behandeling bestaat uit verschillende fasen:

- **In de eerste fase** staat het opsporen van de onderliggende schema's van jezelf centraal. Ook kijken we welke gemoedstoestanden, oftewel kanten/modi, overwegend aanwezig zijn. We maken samen een overzicht als rode draad voor de therapie, dat gedurende de gehele behandeling als leidraad wordt gebruikt.
- **In de tweede fase** gaat het om het leren herkennen van eigen schema's en kanten. We onderzoeken samen welke schema's en kanten opgeroepen worden door wat je meemaakt.
- **In de derde fase** werken we aan het veranderen van de schema's en de kanten. Het doel van schematherapie is het vergroten van een gezonde kant waarin je beter voor jezelf kunt zorgen en eigen gevoelens en behoeften goed kunt herkennen. We oefenen met gedrag dat

passend is bij deze gezonde kant, waardoor je verstandige keuzes voor jezelf leert maken en je nieuwe vaardigheden ontwikkelt.

- **In de laatste fase (follow-up)** vinden de behandelgesprekken minder vaak plaats, zodat je buiten de sessies meer kunt oefenen met nieuwe gedragspatronen om terugval te voorkomen.

### Aanmelding VIBE

VIBE wordt zowel bij Herlaarhof (kinder- en jeugdpsychiatrie) als het Centrum Adolescentenpsychiatrie (CAP) aangeboden. Beide zijn onderdeel van Reinier van Arkel.

Aanmelding bij Herlaarhof: Aanmeldings- en Consultatieteam (ACH), T (073) 658 53 33..

Aanmelding bij CAP: Entree van Reinier van Arkel, T (073) 658 68 68.

Na de aanmelding vindt een intakegesprek plaats waarbij gekeken zal worden of behandeling binnen VIBE passend is. Wanneer het antwoord hierop 'ja' is, volgt er een VIBE-screeningsgesprek met een behandelaar van het VIBE-team. Eventueel zijn er nog aanvullende onderzoeken met gesprekken en vragenlijsten nodig. Vervolgens bespreken we met het kind, de jongere en/of de ouders de uitkomst en starten we met de behandeling.

