

# Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving for Borderline Personality Disorder: a Systematic Review

Erol Ekiz, Bas van Alphen, Machteld Ouwens, Jamie Van De Paar, Arjan Videler

## Inleiding

Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving (STEPPS) is een groepstherapie voor cliënten met een borderline persoonlijkheidsstoornis (BPS). In Nederland staat deze behandeling bekend als de Vaardigheidstraining Emotieregulatiestoornis (VERS). Gedurende de therapie worden de cliënten vaardigheden aangeleerd op het gebied van emotieregulatie en gedragsbeheersing. Deze review synthetiseert de huidige empirische status van STEPPS, en richt zich hierbij op de onderzoeksdesigns, kwaliteit van studies, behandelde doelgroepen, protocollen en behandeluitkomst.

## Methode

Literatuuronderzoek volgens PRISMA-richtlijnen. De elektronische databases van PsycInfo, Embase and Medline zijn geraadpleegd. Potentiële inclusies zijn door twee onderzoekers onafhankelijk van elkaar beoordeeld. Originale, Engelstalige studies naar STEPPS zijn geïnccludeerd.

## Resultaten



3 RCTs  
11 pre- vs. post-treatment

1 vergelijking met DGT  
5 secondary data analyses



Gevalideerde, betrouwbare meetinstrumenten



Drop-outs (42,0%)

De gemiddelde cliënt is vrouw (range: 78 – 100%), 33 jaar (range: 13 – 73 jaar), en heeft BPS (51,1%). STEPPS is onderzocht in de VS (N=9), Spanje (N=4), het VK (N=3), Italië (N=2), en Nederland (N=2). Grootste verschil in protocol: STEPPS als groepsmodule en STEPPS als op zichzelf staande individuele- en groepsbehandeling.



Kwaliteit van leven\*  
Stabiliteit in voelen\*  
Emotieregulatie  
Mentale weerstand



Impulsiviteit\*  
Suïcidepogingen\*  
Opnames\*  
Zelfbeschadiging\*



Ernst BPS\*  
Psychische klachten\*  
Depressie\*  
Neg. affectiviteit\*

\* Resultaten uit RCTs

## Conclusie

STEPPS is een veelbelovende therapie voor het behandelen van emotieregulatieproblemen, kenmerkend voor cliënten met BPS (maar ook met andere problematiek). Zo lijkt STEPPS net zo effectief voor cliënten met een comorbide antisociale PS. Keerzijde van de laagdrempeligheid van STEPPS is het hoge drop-outpercentage. Meer nadruk op commitment en samenwerking tussen therapeut en cliënt, bijv. door middel van gestructureerde individuele sessies, zou het uitvalpercentage kunnen verminderen. Aanbeveling is het onderzoeken van STEPPS als een op zichzelf staande behandeling bij diverse doelgroepen.

## Referentie

Ekiz, E., van Alphen, S. P. J., Ouwens, M. A., Van de Paar, J., & Videler, A. C. (2023). Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving for borderline personality disorder: A systematic review. *Personality and Mental Health, 17*(1), 20–39. <https://doi.org/10.1002/pmh.1558>