

>Een casusbeschrijving  
van toekomstgerichte  
imaginaire rescripting  
in de klinische praktijk

Remco van der Wijngaart

# Maastricht



Annalaan 21  
6214 AA Maastricht  
[r.vanderwijngaart@perspectiefmaastricht.nl](mailto:r.vanderwijngaart@perspectiefmaastricht.nl)  
[www.perspectiefmaastricht.nl](http://www.perspectiefmaastricht.nl)

**Perspectief**  
Psychotherapie Maastricht



**VAN GENDEREN OPLEIDINGEN BV**  
schematherapie opleidingen

## > Casus

Heraanmelding man, 41 jr  
Getrouwd, 2 jonge kinderen

Ziekte angststoornis  
Sociale Angststoornis  
Depressie, recidiverend  
Trekken dwangmatige PS

## >Anamnese

- CGT 12 sessies, 25 sessies  
Schematherapie
- Heeft inzicht maar wil controlerend  
gedrag stoppen
- Achtergrond: familiale belasting,  
modeling door onzekere ouders, 2  
oorspronkelijke ervaringen (sociale  
exclusie en verlies)

# >Plan van aanpak

*Doel:* minder piekeren en minder controleren

*Strategie:*

- 1 Compassie angsten
- 2 Cognitieve herstructurering negatieve zelfevaluaties
- 3 Gedragsmodificatie: doorbreken vermijding en controle houdende coping

*Methodiek:* CGT met schematherapeutische elementen

Tijdpad: 10 sessies



# Overzicht van de behandeling

---

## **T1-T3 Beginfase**

**visualiseren gezonde kant en compassie. Imaginaire rescripting waarbij therapeut rescript**

## **T4-T7 Middenfase**

**Identificeren en bewerken negatieve zelfevaluaties,  
Toekomstgerichte imaginaties waarin cognitieve herstructurering werd  
geoefend**

## **T8-T10 Eindfase**

**Toekomstgerichte imaginaties met gedragsverandering (sociale angststoornis  
en ziekte angststoornis)**

# >Toekomstgerichte imaginatie sessie 8

## Agenda

- Huiswerk bespreken
- Voorbespreken oefening
- Toekomstgerichte imaginatie sociale angst stoornis
- Nabespreken oefening



# Voorbespreking oefening

## Rampscenario

Sd Uitnodiging gekregen een presentatie te geven

CER: angst

COV: 'Dat kun je niet. Je zal blokkeren en ze zullen je incompetent vinden' (Beeld van blokkeren tijdens presentatie)

CAR: uitnodiging afslaan met een smoes

## Gewenst scenario

Visualiseren dat hij presentatie geeft

Compassie: Wel angst voelen maar aardig blijven voor zz

Cognitieve herstructurering: 'Je kan het wel, je hebt al veel ervaring'

Gewenst gedrag: (Beeld dat hij de presentatie geeft)



# Toekomstgerichte imaginatie

- 1 Visualiseren Gezonde Volwassene
- 2 Recent beeld van mail met uitnodiging
- 3 Toekomstig rampscenario, dreigen te blokkeren tijdens presentatie (eerste persoonsperspectief)
- 4 Schakelen naar GV
- 5 compassie, cognitieve herstructurering, gedragsinstructie
- 6 Herhalen visualisatie vanuit observator perspectief

# Wat heb ik meegenomen?

- Time management = Planning en fasering!
- Bewerken van traumatische herinneringen is niet automatische gedragsverandering
- Toekomstgerichte imaginatie is niet alleen gedragsverandering



> Dank voor uw aandacht

Vragen?