

Terapia schematu należy do najbardziej popularnych i obiecujących kierunków psychoterapii poznawczo-behawioralnej. Została ona opracowana, aby pomóc pacjentom zmienić dysfunkcyjne myśli, uczucia i zachowania wynikające z awersyjnych doświadczeń dzieciństwa. Jednym ze sposobów stosowanych przez terapeutów schematu w celu uzyskania pożądanej zmiany jest użycie techniki wyobraźniowej zwanej 'wyobrażeniem ze zmianą scenariusza'. Udowodniono, że ta technika skutecznie zmniejsza nasilenie utrwalonych problemów funkcjonowania, ale jej mechanizmy działania nie zostały dotychczas dogłębnie zbadane. 'Wyobrażenie ze zmianą scenariusza' przypomina pewną klasyczną metodę terapeutyczną zwaną 'ekspozycją w wyobraźni'. Istnieje jedna podstawowa różnica między obiema technikami: 'ekspozycja w wyobraźni' obejmuje jedynie ekspozycję na negatywne doświadczenie leżące u podłoża problemów psychicznych pacjenta, podczas gdy w 'wyobrażeniu ze zmianą scenariusza' do takiej ekspozycji dodane zostaje pozytywne zakończenie, w którym pacjent wyobraża sobie jak jego terapeuta otacza go opieką. Dotychczasowe badania wskazują, że niespełnienie negatywnych oczekiwań pacjenta co do przebiegu wyobrażanej sytuacji może pozytywnie wpłynąć na proces terapii. Z dotychczasowych badań wynika również, że w celu dalszego zwiększenia efektów terapeutycznych technika ta wymagałaby wydłużenia czasu pomiędzy przywołaniem wspomnienia a wyobrażeniem wsparcia ze strony terapeuty, które wpłynęłoby na znaczące osłabienie śladu pamięciowego kodującego negatywne wspomnienie. W niniejszym projekcie zamierzamy porównać neuronalne i psychologiczne mechanizmy działania i skuteczność ekspozycji w wyobraźni i wyobrażenia ze zmianą scenariusza (w wersji klasycznej oraz w wersji z wydłużonym czasem) u osób z wysokim poziomem lęku przed porażką. Wyniki uzyskane w trakcie realizacji projektu niewątpliwie przyczynią się do uzyskania ważnych informacji w dziedzinie badań nad mechanizmami i skutecznością psychoterapii