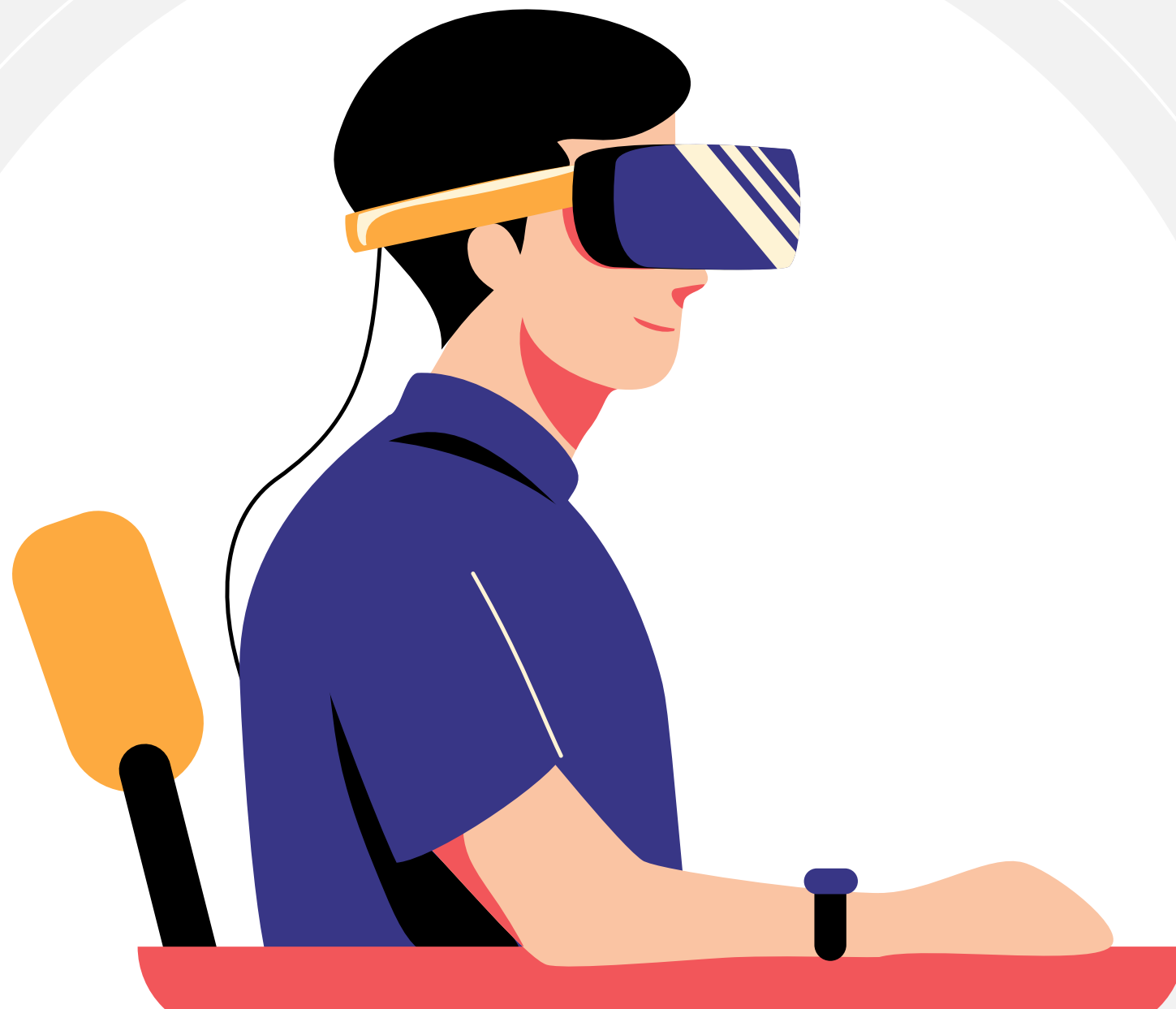


VIRTUAL



VR-STEM studie: Virtual Reality Stoelentechniek



dr. Elise van der Stouwe

GIOS | Assistant professor | Hoofddocent psychose

Afdeling psychose | VR mental health lab

UCP | UMCG | PPO

REALITY

VR STOELENTECHNIEK



AANLEIDING

- Stoelentechniek soms onwennig
- Vraagt abstract denken
- VR biedt dialoog met concrete avatar (vb AVATAR study met stemmen horen)

VR

AVATAR WEGSTUREN



THERAPEUT KOMT OP VOOR PATIENT
(REPARING & MODELING) EN STUURT WEG



PATIENT STUURT ZELF WEG

VIRTUS STUDIE, 2021

Randomized Controlled Trial > J Behav Ther Exp Psychiatry. 2025 Dec;89:102053.

doi: 10.1016/j.jbtep.2025.102053. Epub 2025 Jul 16.

Facing your inner critic: a randomized controlled trial investigating a virtual reality intervention with and without a perspective change for excessive self-criticism

Marit Hidding¹, Wim Veling², Gerdina H M Pijnenborg³, Elisabeth C D van der Stouwe²



- Tweestoelen techniek met zelfkritische kant
- ‘Interne criticus avatar’
- 68 zelfkritische studenten
- Zelfkritiek voorbesproken en voorbereid op de oefening

VIRTUS STUDIE, 2021

- Positief effect op zelfkritiek, zelfcompassie, stemming
- Positieve scores op evaluatievragen 1-7, bv:
Door deze oefening voel ik me krachtig
Deze oefening helpt me om dingen in perspectief te zien
Door deze oefening kijk ik milder naar mezelf

Table 4

Evaluation questions.

	1 PP Condition (<i>n</i> = 34)	1 PP+3 PP condition (<i>n</i> = 34)
	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)
'Because of this exercise, I look more mildly at myself'	4.91 (0.90)	4.50 (1.42)
'Because of this exercise, I look more mildly at others'	4.00 (1.39)	3.91 (1.40)
'This exercise makes it easier for me to put things in perspective'	5.21 (1.12)	4.79 (1.27)
'Because of this exercise, I feel more sure of myself'	4.71 (1.17)	4.38 (1.37)
'This exercise made me feel reassured by myself'	4.94 (1.32)	4.94 (1.18)
'This exercise made me feel powerful'	4.21 (1.37)	4.53 (1.74)
'This exercise made me feel uncomfortable'	3.79 (1.51)	3.56 (1.66)
'This exercise made me feel self-aware'	5.35 (1.32)	5.29 (1.36)
'I would like to do this exercise again'	4.21 (1.10)	4.41 (1.67)

FOCUS GROEPEN

SENIOR SCHEMATHERAPEUTEN

- Enthousiast over krimpen
- Ouder & coping modi logischer dan kind modi



ERVARINGSDESKUNDIGEN SCHEMATHERAPIE

- Stoelnoefeningen wat ongemakkelijk
- Enthousiast over krimpen
- Neutrale/kalmere omgeving

2 NIEUWE STUDIES



VRAST, 2026



- Studenten
- Screening obv SMI
- Schematherapie stoelentechniek vs VR stoelentechniek
- 1 sessie van max 2 uur
- Credits



VR-STEM, 2026

- 30 Patienten UCP, UMCG
- Screening obv SMI
- VR stoelentechniek
- 1 sessie van max 2 uur
- VVV bon €50



STUDIE CRITERIA

INCLUSIE

- > 18 jaar
- Baat hebben bij stoelnoefening (obv behandelaar en screening)
- In zorg bij Psychiatrie UMCG

NB transdiagnostisch: afdeling psychose, stemming en angst, soma & psyche, ouderen

EXCLUSIE

- Onvoldoende beheersing NL taal
- Primaire diagnose middelen/neurologische aandoening

VR-STEM SESSIE



MAX 2 UUR

- 0 ✓ Screening: SMI
- 1 ✓ YSQ, Inbeeldingsvermogen
- ✓ VAS items: modi, stemming, zelfkritiek, zelfcompassie, zelfbeeld

VR oefeningen

- 2 ✓ VAS items: modi, stemming, zelfkritiek, zelfcompassie, zelfbeeld
- SRS
- ✓ Kwalitatieve evaluatie vragen

VR-STEM TUSSENSTAND

INCLUSIE

n=17

Mn oefening met veeleisende
ouder. Verder straffende
ouder, willoze inschikkelijke,
stekelige beschermer

	Gemiddelde
Leeftijd	36.92 (range 20-60)
Schema modi	
Kwetsbare kind	3.82
Woedende kind	2.39
Razende kind	1.12
Impulsieve kind	1.84
Ongedisciplineerde kind	2.94
Blijde kind	3.00
Willoze inschikkelijke	3.95
Onthechte beschermer	2.93
Onthechte <u>zelsusser</u>	3.71
<u>Zelfverheerlijker</u>	2.52
Pest- en aanval	1.56
Straffende ouder	2.85
Veeleisende ouder	4.42
Gezonde volwassene	3.84

	Gemiddelde (range 1-7)
'Door deze oefening kijk ik milder naar mezelf'	5.15
'Door deze oefening kijk ik milder naar anderen'	3.92
'Door deze oefening sta ik sterker in mijn schoenen'	4.92
'Door deze oefening voel ik mij gerustgesteld door mezelf'	4.77
'Door deze oefening kan ik gemakkelijker relativeren (dingen in perspectief zetten)'	5.31
'Door deze oefening voel ik mij krachtig'	5.00
'De oefening maakte me ongemakkelijk'	3.92
'De oefening maakte me zelfbewust'	5.00
'Ik vond deze VR-oefening nuttig'	6.23
'Ik denk dat deze VR-oefening kan bijdragen aan de effectiviteit van mijn behandeling'	5.85

KWALITATIEF



‘Doordat ik de dialoog kon observeren zonder na te denken over wat ik moest zeggen had ik alle ruimte om het te ervaren.’

‘De oefening maakte indruk op me omdat het precies is hoe dat gesprek tussen die twee kanten zich in mijn hoofd ook afspeelt’

‘Doordat ik in die wereld zat kon ik niet zien hoe ik er bij zat en hoe ik over kwam, dat maakte me onzeker’

KWALITATIEF



‘Je ziet gebeuren dat als
ik er tegenin ga dan
wordt die stem ook
minder luid’
‘Het geeft hoop’

‘Ik had geen afleiding
van interactie met een
therapeut, ik hoef geen
oogcontact te maken, je
kunt echt even bij jezelf
naar binnen’

TOEKOMSTIG ONDERZOEK



TOEVOEGEN CONTROLE GROEP

Zoals bij de studenten studie



EXPLORATIE INTEGRATIE VR IN LOPENDE BEHANDELING

Huidige studie was eenmalige, op zichzelf staande stoelnoefening



NIEUWE SOFTWARE



VR-STEM

NIEUWSTE VERSIE



TAKE HOME MESSAGES

- ✓ **PATIENTEN VONDEN DE VR OEFENING OVER HET
ALGEMEEN ZINVOL**
- ✓ **VR KAN AANVULLING ZIJN OP DE STOELENTECHNIEK**
- ✓ **MEER ONDERZOEK NODIG**



VR-STEM



GET IN TOUCH



0639199748



e.c.d.van.der.stouwe@umcg.nl



www.vrmentalhealth.nl

VEEL DANK!

VR-STEM SESSIE

VR oefeningen

Op basis van:

- Aanwezig modus
- SMI
- ‘kant’ waar pt momenteel last van heeft
- Dossier informatie (leergeschiedenis)

VB casus Jan

- Dossier: ‘als ik niet .. dan ..’
- Bij aankomst kritisch op gebouw, kritisch op vragenlijsten, vertelt dat anderen de kantjes er vanaf lopen als mede-vrijwilligers bij voetbal
- Oefening: onderhandelen met ‘kritische beschermer’

