

# Virtual reality en weerbaarheidstraining

Marika de Witt & Carolien Wierda



### Training Werken aan Weerbaarheid

#### *Jaar 2 Social Work*

- **Leerdoelen van de module:**

1. Je bent in staat om je eigen grenzen te verkennen, te bepalen en te verschuiven daar waar jij dat nodig acht.
2. Je laat zien dat je moeilijk verstaanbaar en grensoverschrijdend gedrag kunt herkennen en adequaat kunt beïnvloeden.
3. Je laat zien dat je vanuit een betrokken en/of directieve begeleidingsstijl kan aansluiten bij de cliënt.
4. Je laat zien dat je een functionele samenwerkingsrelatie aan kunt gaan met de cliënt
5. Je bent vaardig in het werken met verschillende interventiemethodes.
6. Je laat zien dat je aandacht hebt voor je eigen kwetsbaarheid, weerbaarheid en veerkracht in contact met cliënten met grensoverschrijdend gedrag.

- **Ingezette technologie:**

Serie van negen 360 graden video's, in oplopendheid van het minst naar meest overschrijdende gedrag.

- **Structuur van de training Werken aan Weerbaarheid**

**Les 1:** bespreken en verkennen van veiligheid in de groep en welke voorwaarden daarbij belangrijk zijn. (fase 1 leerproces)

**Les 2:** de video's worden hier met name ingezet om te verkennen of er volgens de studenten sprake is van grensoverschrijdend gedrag en hoe dit gedrag voor hen voelt. (fase 1 leerproces)

**Les 3:** studenten krijgen meer theorie op het gebied van (omgaan met) grensoverschrijdend gedrag/agressie (fase 2/3 van het leerproces).

**Les 4:** het toepassen van de verworven kennis (fase 4 van het leerproces). In deze fase worden de video's ingezet om te kijken met welke vorm van overschrijdend gedrag/agressie we te maken hebben en hoe je met deze vorm zou kunnen omgaan. Hierbij worden koppelingen gemaakt met de theorie.

## VR en weerbaarheidstraining

- **Doel van de inzet van VR en 360 video's:**

**Les 1:** Introductie en bespreken en verkennen van veiligheid in de groep en welke voorwaarden daarbij belangrijk zijn. Hier worden nog geen video's ingezet (fase 1 leerproces)

**Les 2:** Inzet van de video's om te verkennen of er volgens de studenten sprake is van grensoverschrijdend gedrag en hoe dit gedrag voor hen voelt. (fase 1 leerproces)

**Les 3:** studenten krijgen meer theorie op het gebied van (omgaan met) grensoverschrijdend gedrag/agressie (fase 2/3 van het leerproces).

**Les 4:** het toepassen van de verworven kennis (fase 4 van het leerproces). Hier worden de video's ingezet om te kijken met welke vorm van overschrijdend gedrag/agressie we te maken hebben en hoe je met deze vorm zou kunnen omgaan. Hierbij worden koppelingen gemaakt met de theorie.



## VR en weerbaarheidstraining

- **Werkvorm beschrijving en uitleg:**

Les 2

Beschrijving	In deze werkvorm bekijken studenten een video waarin (mogelijk voor hen) grensoverschrijdend gedrag waar te nemen is. De opdracht aan studenten is dat zij de video moeten bekijken en voor zichzelf moeten bepalen of er sprake is van grensoverschrijdend gedrag.
Doel werkvorm	Het doel van deze werkvorm is om studenten die nog weinig/geen grensoverschrijdend gedrag hebben meegemaakt ( <i>zie hoofdstuk 1</i> ) meer inzicht te geven in het ervaren van grensoverschrijdend gedrag. Door de video te bekijken kunnen ze hun eigen grenzen leren herkennen.
Type video (zie hoofdstuk 4)	Actieve vorm (de cliënt richt zich tot jou) of passieve vorm (je observeert een hulpverlener die omgaat met een cliënt) → de actieve vorm heeft hierbij de voorkeur, omdat je dan beter kunt ervaren of er sprake is van grensoverschrijdend gedrag voor <i>jou</i> .
Doelen video (Schwartz & Hartman, zie hoofdstuk 3)	Attitude verandering, contextualiseren, wekken van interesse, bieden van inzichten & zorgen voor herkenning
Fase in het leerproces	Fase 1: activeren van voorkennis
Video's die hiervoor geschikt zijn:	6, 12, 13, 15, 16 (evt. 23; passieve vorm) (niet: 1 & 5 want niet echt sprake van grensoverschrijdend gedrag & 18 want is heel overduidelijk grensoverschrijdend)

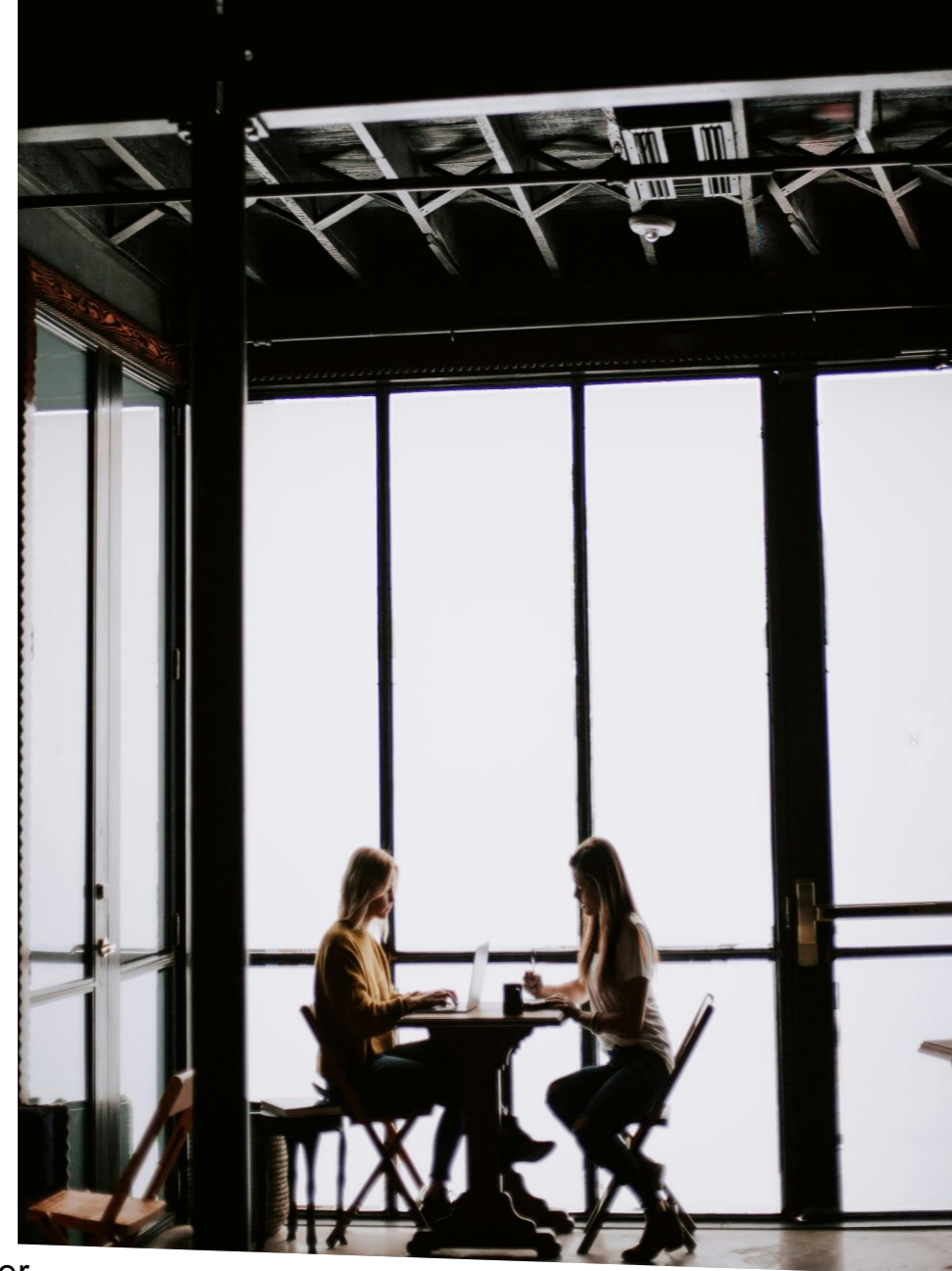


## VR en weerbaarheidstraining

- **Kijk- en reflectie vragen:**

**Na afloop van het kijken van de video's, gaan studenten in gesprek**

- Is er volgens jou sprake van grensoverschrijdend gedrag?
  - o Indien nee, wat zou er kunnen/moeten gebeuren waardoor het gedrag wel grensoverschrijdend wordt?
- Welke gevoelens roept het gedrag van de cliënt bij je op?
- Herken je dit gedrag vanuit je eigen werkpraktijk?
  - o Zo ja, was wat de situatie?
  - o Welk gevoel gaf deze situatie jou?
- Herken je dit gedrag vanuit je eigen dagelijks leven?
  - o Zo ja, was wat de situatie?
  - o Welk gevoel gaf deze situatie jou?
  - o Indien nee, hoe denk jij dat je zou reageren op dit (grensoverschrijdend) gedrag? Flight/fight/freeze? *(leidt tot reflectie)*
- Voel je je weerbaar genoeg om met dit gedrag om te gaan? Wat moet je nog leren om meer weerbaar te worden?



## VR en weerbaarheidstraining

- **Begeleiding docent:**

**Vóór de inzet van VR:**

- Vraag studenten voor de les om oortjes mee te nemen (met draad), zodat zij deze kunnen inpluggen in de VR bril (ze hebben dan minder last van het geluid van de andere studenten).
- Ruim voldoende tijd in in de les om studenten alle knopjes van de bril uit te leggen.
- Laat studenten in tweetallen met 1 bril werken, zodat ze elkaar in de gaten kunnen houden.

## VR en weerbaarheidstraining

- **Begeleiding docent:**

### Tijdens de inzet van VR:

-Geef studenten de instructie om eerst eens rustig rond te kijken om bekend te worden met de technologie van 360 graden. Tip: video 1 is hier geschikt voor, deze start heel rustig op.

-Communiceer het doel van de video vooraf duidelijk naar de studenten. bij de video aan de tafel het beste kunnen gaan zitten: dit helpt om cyber- en motion sickness te voorkomen.

-Heb tijdens het kijken oog voor eventuele cyber- of motion sickness; als studenten aangeven zich niet goed te voelen laat ze dan de bril afzetten en bijkomen.

-Heb tijdens het kijken ook oog voor eventuele negatieve emotionele effecten bij studenten. Zorg dat studenten zich veilig genoeg voelen om aan te geven dat ze met de ervaring willen stoppen.

-Het niet doen is juist ook een mooie ervaring in het aangeven van je grenzen, bespreek dit ook zo met studente



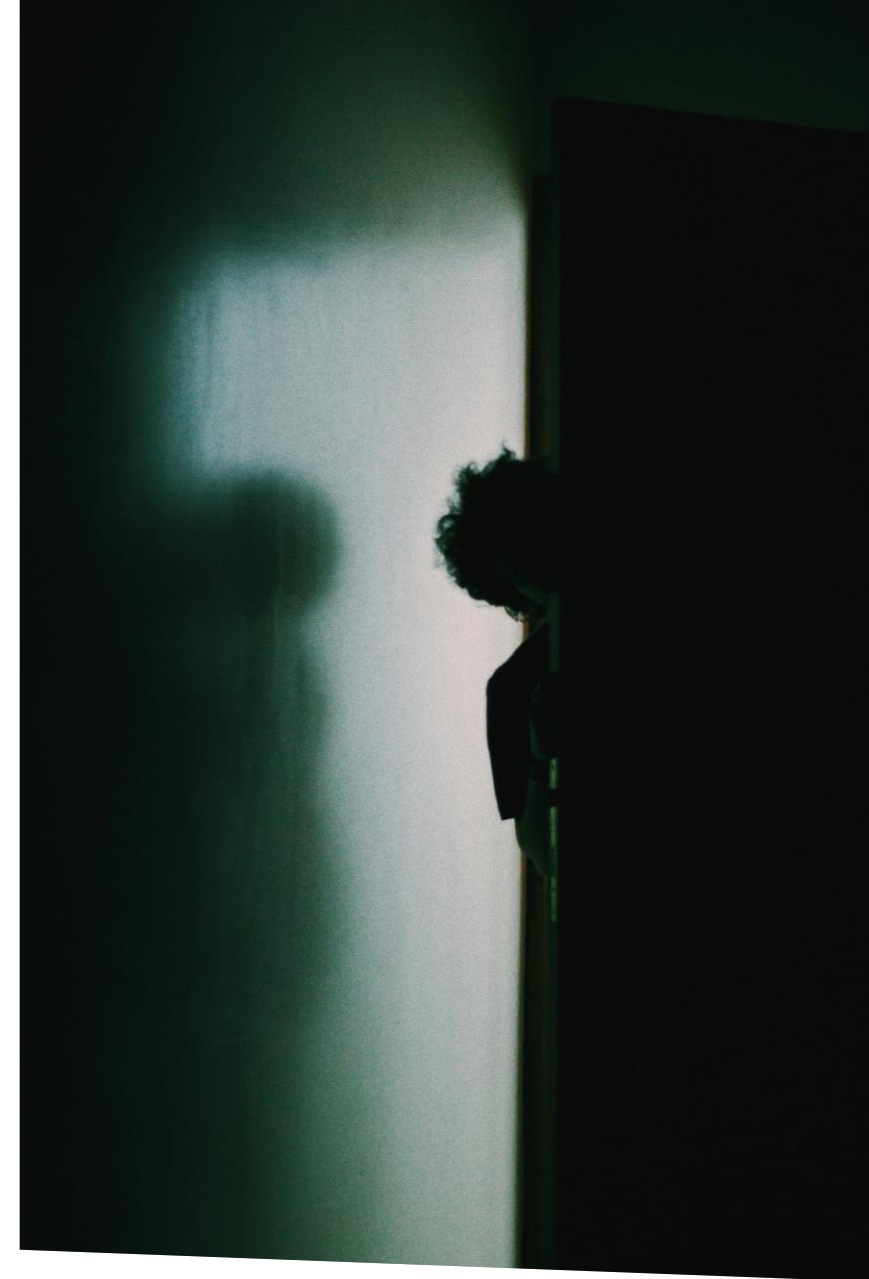


## VR en weerbaarheidstraining

- **Begeleiding docent:**

### Ná de inzet van VR:

- Heb in de reflectie ook oog voor de vertaling naar het dagelijks leven (en dus niet per se alleen grensoverschrijdend gedrag in de context van werken als hulpverlener).
- Bij de reflectiefase kunnen evt. de Emotiekaarten (Hulsbergen, 2018) worden gebruikt: op deze set kaarten staan allerlei emoties beschreven en afgebeeld. Uit deze kaarten kunnen studenten een kaart kiezen die aangeeft welke emotie het best past bij hun gevoel na het bekijken van de video.
- Door het gebruik van de Emotiekaarten is het voor studenten makkelijker om woorden te geven aan het gevoel dat bepaald gedrag bij hen oproept (zie de afbeelding hiernaast).
- Check bij het naar huis gaan of studenten zich oké voelen. Bied ruimte om na de les nog even te blijven hangen voor een persoonlijk gesprek.



## VR en weerbaarheidstraining

- En nu.....

Zelf ervaren!

