

VR4React: Намалување на реактивната агресија преку виртуелна реалност

Упатство за обучувачи



Октомври 2024

Содржина

Вовед	3
Цел на Упатството	3
За VR4React проектот	4
Предлог проект	5
Виртуелна реалност	6
Дефиниција и примена	6
Можам ли да бидам тренер?	8
Зошто да бидам тренер??	9
За психолог	9
За затворски/пробациски едукатор	9
Барања за спроведување на програмата VR4React	10
Спроведување на програмата VR4React: Насоки за тренери	11
Инсталирање	11
Избор на учесници	16
Согласност	17
Пред и пост проценки	17
Обезбедување структурирани искуства од виртуелната реалност	18
Сертификат за учество	18
Поглавје II. Преглед на програмата VR4React VR	19
Упатство	19
Интерактивност и визуелни знаци во VR околината	20
Разбивање на VR сценарио и цели на учење	22
Затворска поставка	22
Поставување на заедницата – Градина	25
Заклучок	28
Додатоци	29
Додаток 1. Видеа со упатства за апликацијата Oculus	29
Додаток 2. Инсталирање	30
Додаток 3. Поставување на режимот Guardian	31
Додаток 4. Формулар за информирана согласност	32
Додаток 5. Прашалник за проценка пред/пост	34
Прашалник за проценка пред активност	34
Прашалник за пост проценка	35
Додаток 6. Сертификат за учество	38
Користена литература	39

Вовед

Цел на Упатството

"Упатството за обучувачи" е развиено во рамките на проектот VR4REACT и служи како сеопфатен ресурс за обучувачи и технички персонал во затворите/поправните институции (како што се едукатори, менаџери, психолози и социјални работници) кои ќе го спроведуваат и надгледуваат користењето на виртуелна реалност (VR) со цел да се намали реактивната агресија кај затворениците.

Ова упатство е подготвено за поддршка на напорите за градење капацитети на овие професионалци, зголемувајќи ги нивните компетенции за да обезбедат можност за интервенција за затворениците со историја на реактивни агресивни однесувања. Со обуката на обучувачите за темелно разбирање на целите на проектот, методологиите и очекуваните резултати, ова упатство гарантира дека сите учесници - обучувачи и затвореници - имаат најголема корист од ресурсите на проектот VR4React. Дополнително, упатството дава суштински насоки за тоа како да се поттикне средина погодна за учење и промени во однесувањето, што е од клучно значење за рехабилитација и реинтеграција на затворениците. Ова упатство ги содржи практичните апликации и постапките чекор по

Ова упатство ги содржи **практичните апликации и постапките чекор по чекор што се потребни за ефективно спроведување на психоедукативниот интервенциски програм VR4React.**

Програмата за VR детално нуди динамично и извонредно искуство за обука, симулирајќи сценарија од реалниот живот за реактивни поединци, во кои тие имаат можност да научат **просоцијални и адаптивни компетенции и да вежбаат во безбедна средина преку изложеност на VR.** Ова не само што ги подготвува поефикасно да се справат со тешките ситуации, туку и промовира побезбедна и поразбирлива интеракција помеѓу персоналот и затворениците.

Со документирање на најдобрите практики, решавање проблеми и нудење алатки за евалуација за мерење на ефикасноста на обуката, **упатството делува и како водич и како евиденција за обезбедување на доследна и влијателна испорака на обука низ различни институции кои учествуваат во проектот VR4REACT.**

За VR4React проектот

[VR4React - Reducing Reactive Aggression Through Virtual Reality](#) (2022-1-ES01-KA220-ADU-000089886) е Erasmus + проект кои спојува 8 земји од Европа, координирани од University Rey Juan Carlos (**Шпанија**), IPS_Innovative Prison Systems (**Португалија**), KMOP Education and Innovation Hub (**Грција**), National Administration of Penitentiaries (**Молдавија**), University St. Kliment Ohridski Bitola (**Северна Македонија**), Ankara Probation Directorate (**Турција**), Polish Platform for Homeland Security (**Полска**) and Administration of Penitentiaries (**Романија**).

Поради својата сериозност и непредвидлива природа, конзорциумот признава дека реактивните агресивни поединци претставуваат ризик од виктимизација за нив и за оние околу нив. Всушност, реактивната агресија претставува значителен проблем за јавното здравје, кој може да се спречи. Ваквиот тип на агресија, типичен за поединци кои сториле прекршок, се карактеризира со неконтролирани и претерани одговори на стимули, вклучително и реакции поттикнати од емоции како резултат на соочување со закани, исто така познат како непријателска, импулсивна или лута агресија.

Во исто време, ефективни интервенции може да доведат до позитивни резултати во намалувањето на агресивното однесување. Затоа, интервенциите насочени кон реактивна агресија мора да бидат критичен приоритет во поправните услови, како и предуслов за успешно ослободување и реинтеграција.

Предлог проект

Имајќи ги предвид и потребите за рехабилитација на престапниците (како што се справување со однесувањата поврзани со реактивна агресија) и барањата за обука на затворските службеници (имено подобро да се справат и да се справат со реактивното агресивно однесување на затворениците), проектот VR4React предлага иновативно решение за двократна програма за интервенции што користи VR и е-учењето како главни алатки. Примарните цели на оваа програма се:

- Поддршка на реактивно агресивни затвореници да се вклучат во повеќе просоцијални и адаптивни однесувања.
- Создавање сеопфатна програма за обука со која ќе се зајакнат затворските службеници со вештини и знаења неопходни за да се носат и справуваат со реактивно агресивно однесување кај затворениците.

За да се постигне првата цел, конзорциумот се потпира на **експертизата и директното вклучување на затворскиот/пробацискиот персонал како фасцилитатори на интервентната програма директно со престапниците, конкретно со спроведување на психоедукативна интервенција за ВР, дизајнирана да ја намали реактивната агресија кај престапниците**. Програмата за интервенција е бесплатна за употреба и е дизајнирана да се справи со реактивната агресија меѓу престапниците и да ја промовира нивната рехабилитација. Со искористување на потопните способности на VR, престапниците можат да искусат реални сценарија кои им помагаат да развијат подобри стратегии за справување и да ги намалат агресивните тенденции.

Поточно, ги има следните цели:

- Промовирајте ја психолошката, социјалната и емоционалната благосостојба на престапниците.
- Намалете ги ризиците од реактивна агресија помеѓу затворскиот/пробацискиот персонал и престапниците.
- Промовирање на градење капацитети и обука на затворскиот/пробацискиот персонал за справување со реактивна агресија.
- Развијте ја способноста на престапниците да усвојат просоцијални и адаптивни однесувања кога се соочуваат со перцепирани закани, опасности, провокации или фрустрации наместо да се вклучат во дејствија засновани на агресија, лутина, непријателство и импулсивност.
- Да се промовира рехабилитацијата и социјалната реинтеграција на престапниците кои имаат тенденција да се вклучат во реактивно агресивно однесување.

Виртуелна реалност

Дефиниција и примена

Како што беше истакнато претходно, програмата наменета за затворениците вклучува виртуелна реалност (VR). За да се обезбеди нејзиниот успех, од клучно значење е обучувачите не само да се запознаени со VR технологијата, туку и да се уверени во користењето на истата за да обезбедат непречено и извонредно искуство за учесниците. Мајсторството на овие алатки во голема мера ќе ја подобри ефективноста на програмата и ќе придонесе за севкупниот ангажман на учесниците и резултатите од учењето. За да ве поддржиме во овој процес, можете да најдете подолу неколку клучни точки кои ќе ви помогнат лесно и вешто да се движите низ компонентата VR.

Како почетна точка, клучно е да

Како почетна точка, клучно е да се знае што е VR: VR е технологија која создава симулирана средина користејќи слики и звук генерирани од компјутер (Britannica, 2024). За разлика од традиционалните кориснички интерфејси кои вклучуваат гледање содржина на екран, VR ги потопува корисниците директно во реално искуство.

Преку изложеноста на VR, корисниците можат да погледнат низ виртуелниот свет, да се движат во него и да комуницираат со виртуелни функции или предмети. Околината може да биде реална, имитирајќи места од реалниот свет или целосно фантастично, создавајќи искуства кои би биле невозможни или непрактични во физичкиот свет (Britannica, 2024).



Слика 1 Виртуелната реалност кацига. Извор: Freerik

Додека VR симулациите се користат од системот на кривичната правда за обука и истраги, само неодамна VR се разгледува за употреба во поправната рехабилитација (Cornet & Gelder, 2020). Ова ново истражување на технологијата се заснова на повеќедецениско истражување надвор од психологијата. Програмите кои вклучуваат VR се силно поддржани во психолошката литература за нарушувања на однесувањето (Ticknor, 2018).

Истражувањето (Dellazzizzo et al., 2019) **исто така ја истакна употребата на VR како ефикасна алатка за третман за намалување на фреквенцијата и интензитетот на гневот**, со оглед на неговата зајакнувачка природа на механизмите за саморегулација (кои подоцна ќе се користат, во реални ситуации, од учесниците). Покрај тоа, VR ги наведува поединците **да ги препознаат контекстите во кои се случила агесијата (т.е. тригери)**, па затоа им овозможува на практичарите да преземат соодветни мерки (Dellazzizzo et al., 2019). Во согласност со ова, и други студии покажаа дека сценаријата за играње улоги заснована на **VR имаат тенденција значително да го намалат насилниот рецидивизам** (на пр., Papalia et al., 2019).

Нагласени се и предностите од користењето на VR во анализата на реакциите на луѓето на насилни инциденти (кои би можеле да предизвикаат реактивна агесија): во споредба со ограничувањата на другите методи на проучување кои користат симулации или играње улоги во лабораторија, извонредните VR симулации обезбедуваат валидни еколошки поставки, елиминирање на другите ограничувања, како што е проблемот со физичката опасност (Rovira et al., 2009) и обезбедување доволно веродостојност што се чини дека ги објаснува добрите резултати добиени во повеќето студии.

Подолу се клучните области за користење на VR технологијата:

- 1. Терапија со виртуелна изложеност:** користи виртуелни (безбедни) средини за да се рекреираат ситуации кои предизвикуваат агесија. Учесниците можат да ги искусат овие ситуации во контролирана и безбедна средина, овозможувајќи им да вежбаат и да научат стратегии за управување со гнев. Повторувањето на овие ситуации во виртуелна средина може да помогне во десензибилизација на поединците и подобрување на нивната способност да ја контролираат нивната реактивна агесија.
- 2. Програми за обука за социјални вештини:** VR може да се користи и за предавање и практикување на социјални и комуникациски вештини. На овој начин, поединците можат да учествуваат во интерактивни симулации каде што им се претставени предизвикувачки општествени сценарија и научени стратегии за конструктивно справување со конфликтот. Ова може да помогне да се подобри нивната способност да се справуваат со стресни ситуации без прибегнување кон агесија.
- 3. Програми за емпатија и перспектива кои го олеснуваат разбирањето на другите луѓе:** Поединците можат да учествуваат во виртуелни искуства кои им овозможуваат да го видат влијанието на нивната агесија врз другите и да ги разберат негативните последици од нивните постапки. Ова може да им помогне да сочувствуваат и на тој начин да доведат до промена на ставот кон помалку агресивни и порационални однесувања.
- 4. Обука за емоционална контрола и управување со стрес:** Поединците можат да учествуваат во виртуелни сесии каде што ќе учат на стратегии за препознавање и регулирање на нивните емоции, како и за поефикасно управување со стресните ситуации во побезбедни средини. Ова може да помогне да се намалат агресивните одговори и да се контролираат негативните емоции.

Се препорачува VR да биде уште една алатка во сеопфатниот третман за справување со реактивната агесија кај поединци кои отслужуваат казна, приспособена на потребите и карактеристиките на секој затвореник и секоја затворска/пробациска служба и комбинирана со други терапевтски и интервентни програми.

Можам ли да бидам тренер?

Целната публика за спроведување на програмата за интервенции VR4React со прекршителите се состои од **стручен кадар кој работи во затворски/пробациските услови**, како што се раководители, психолози и едукатори, кои доаѓаат од мултидисциплинарни средини, вклучувајќи психологија, криминологија, социјална работа, право или образование.

Овие професионалци треба да бидат во првите редови на напорите за **рехабилитација и образование** во рамките на поправниот систем, играјќи улоги во решавањето на сложените потреби на затворениците. За такви професионалци, програмата VR4React е одличен дополнителен ресурс како што се:

- Психолозите во овие средини имаат задача да проценат, дијагностицираат и третираат проблеми со менталното здравје, често фокусирајќи се на модификација на однесувањето и терапија за поединци кои покажуваат реактивна агресија.
- Воспитувачите од затвор/пробациска казна се клучни во обезбедувањето образовни програми, стручно образование и обука (COO) и обука за животни вештини, клучни за рехабилитација на затворениците и успешна реинтеграција во општеството. Мултидисциплинарната природа на нивното потекло овозможува холистички пристап кон рехабилитацијата на затворениците, мешајќи различни теории, практики и методологии за да се направат ефективни и емпатични интервенции.

Зошто да бидам тренер??

За психолог



Идентификување кандидати за интервенции базирани на VR.



Интегрирање на VR сесии со традиционална терапија.



Следење на напредокот и прилагодување на плановите за лекување.



Поддршка на реактивни агресивни поединци за да развијат повеќе социјални модели на однесување и намалување на стапките на рецидивизам.

За затворски/пробациски едукатор



Поттикнување на ангажираност и учество.



Соработка со психолози за усогласување на образовните содржини со терапевтските цели.



Поддршка на реактивни агресивни поединци за да развијат повеќе социјални и адаптивни модели на однесување и намалување на стапките на рецидивизам.

Барања за спроведување на програмата VR4React



Професионалците мора да работат директно со поединци кои отслужуваат казна, обезбедувајќи практична поддршка и насоки во текот на VR сесиите.



Да поседува целосно знаење и усогласување со целите, целите и релевантноста на програмата VR4React, обезбедувајќи јасно разбирање на нејзината цел и очекуваните резултати.



Целосно свесен за содржината на VR, умешен во управување со VR сесии, водење на учесниците низ искуствата, разјаснување на сомнежи и обезбедување повратни информации.



Капацитет за внимателно следење на учесниците и обезбедување на нивната удобност во текот на VR сесиите, буден и одговорен.



Висок степен на емпатија и чувствителност, способност да ги разбере и одговори на емоционалните и психолошките потреби на учесниците.



Ефективно управување со ресурсите, вклучувајќи ја опремата за VR, времето и распоредот на учесниците, за да се обезбеди непречено и ефикасно функционирање на програмата.

Овој прирачник има за цел да ги опреми професионалците со знаења и алатки потребни за имплементација на методологијата на VR4React користејќи VR технологија како едукативна интервенција, нудејќи нови патишта за справување со реактивната агресија кај поединците кои отслужуваат казна.

Спроведување на програмата VR4React: Насоки за тренери

Со почитување на следните упатства, ќе можете етички да ја имплементирате програмата на VR4React, со почитување на приватноста и интегритетот на податоците на учесниците, додека ефикасно се справувате со реактивната агресија кај престапниците.

Инсталирање

За ефикасно спроведување на интервенцијата VR4React, клучно е да се потврди дека целата опрема е правилно инсталирана и работи беспрекорно. Ова потпоглавје ќе ви даде упатства како правилно да ја конфигурирате опремата и да се осигурате дека апликацијата VR4React е успешно преземена и функционира.

Неколку VR уреди се моментално достапни на пазарот (октомври 2024 година), како што се Meta Quest 2, HTC Vive, Goertek, Samsung и Valve Index. За проектот VR4React, програмерите и проектните партнери препорачаа **Meta Quest 2** врз основа на неговата економичност и способност **да функционира без интернет конекција**, клучна за затворските средини. Иако упатствата за различни брендови може да имаат сличности, ве советуваме да се повикате на официјалната веб-страница на одредената марка за прецизни упатства како да ја користите нивната опрема.

Со оглед на ова, следните делови ќе се фокусираат на инсталацијата и конфигурацијата на Meta Quest 2. Ќе обезбедиме сеопфатни упатства за да гарантираме точна инсталација и работа на апликацијата VR4React, а со тоа ќе ја олесниме беспрекорната и ефикасна процедура за интервенција.

Карактеристики на Meta Quest 2:

- **Цена и простор за складирање:** Meta Quest 2 моментално е достапен во два модели, при што моделот од 128 GB по цена од 349,99 евра и моделот од 256 GB со цена од 399,99 евра (ова може да варира во зависност од вашата земја и осцилации на пазарот). Двата модели имаат идентични технолошки спецификации, вклучувајќи брзини на читање и можности за вчитување податоци. Сепак, моделот од 256 GB обезбедува поголема количина на простор за складирање, што се покажува поволно за корисниците кои бараат дополнителен капацитет за датотеки и апликации. Уредот може да се купи од официјалната веб-страница на Мета, како и од други платформи како Amazon.
- **Екранот и графиката** димаат резолуција од 1832x1920 пиксели, што значително го подобрува квалитетт на искуствата како што се игрите со повеќе играчи и извонредните видеа од 360°. Уредот е способен за стапка на освежување од 90 Hz, што покажува дека екранот се ажурира 90 пати секоја секунда.
- **Ременот за глава** е опремен со интегрирани звучници кои даваат ефективен звук, подобрувајќи го потопното искуство без непријатностите од каблите. Сепак, треба да се напомене дека перформансите на овие звучници не го достигнуваат нивото на слушалките од високата класа.

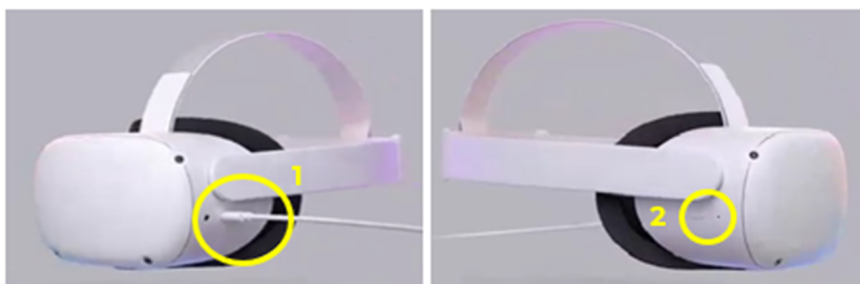
- **Контролерите** се дизајнирани имајќи ја предвид ергономијата, обезбедувајќи удобно држење. Тие исто така имаат контроли кои реагираат, што ја прави виртуелната навигација без напор.
- **Траењето на батеријата на Meta Quest 2** овозможува непречено користење во времетраење од 2 до 3 часа. За да се обезбеди оптимална изведба за време на продолжени сесии, особено со повеќе учесници, препорачливо е да се користи систем за ротација со 2 до 3 слушалки или да се прават периодични паузи за да се наполни уредот и да можат сите учесници да се вклучат во дискусии за искуството.

По стекнувањето на Meta Quest 2, корисниците ќе ја најдат следната опрема:



Слика 2 Meta Quest 2 опрема

1. За почеток, неопходно е да ги **наполните слушалките**. Приклучете го кабелот за полнење во штекер и вметнете го USB-C крајот во левата страна на слушалките (1). Штом батеријата ќе се наполни целосно, индикаторот за полнење ќе се смени од портокалова во зелена (2).



Слика 3 Поврзување за напојување за VR слушалки

2. Откако батеријата е целосно наполнета, продолжете со **прилагодување на** слушалките на големината на вашата глава со користење на горните и страничните ремени. Понатаму, приспособете ги леќите следејќи го растојанието што ги дели вашите очи. Ако носите очила, задолжително користете го растојанието за очила. За понатамошни насоки, погледнете ги концизните видеа со упатства лоцирани во Додаток 1.

3. Активирајте ги слушалките (1) со притискање на копчето што се наоѓа на десната страна (во непосредна близина на индикаторот за полнење) и повторно прилагодете ги ремените доколку е потребно.

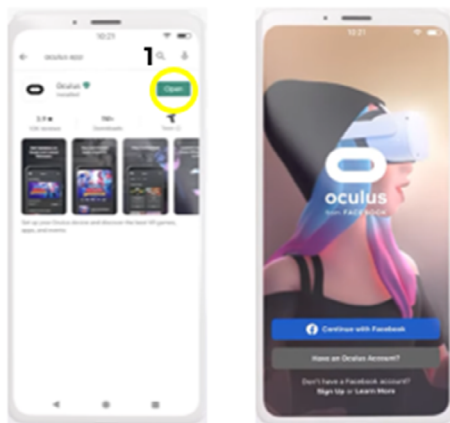


Слика 4 Активирање на VR слушалките


4. Преземете ја и инсталирајте ја мобилната апликација Meta Quest - Oculus (1), која им овозможува на корисниците да ги конфигурираат слушалките, да пребаруваат и управуваат со VR апликациите, да ги персонализираат поставките на уредот и да го пренесуваат искуството со VR на нивниот телефон или на кој било уред со овозможен Chromecast.

До инсталацијата може да се пристапи на уредите со Android што работат со Android 5.0 или понова верзија преку Google Play Store и на уредите на Apple со iOS 12.4 или понова верзија преку App Store.

Имајте предвид дека за да ја користите мобилната апликација Meta Quest, неопходно е телефонот да е поврзан на Wi-Fi мрежа и да е овозможена Bluetooth функционалноста. За да добиете дополнителни информации во врска со процедурата за инсталација, ве молиме погледнете го Додаток 2.



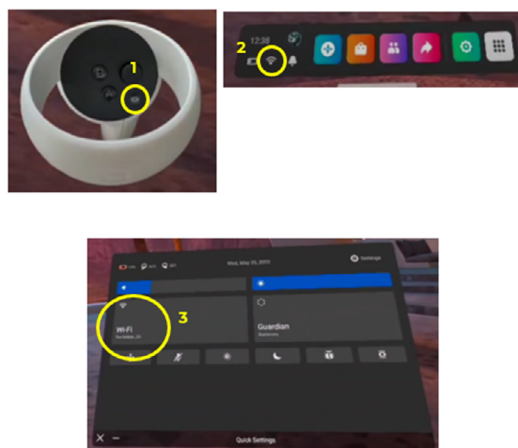
Слика 5 Oculus - мобилна апликација за Meta Quest

5. За да се движите во одредената област за играње, од клучно значење е да ја поставите скалата на просторијата во режимот „Гардијан“, што воспоставува безбедна граница за игра. На корисникот му треба чиста површина со димензии најмалку 2 метри на 2 метри. Ако нема доволно простор, корисникот може да го активира Стационарниот режим и да се вклучи во активноста додека седи или стои без да се движи. Корисниците имаат можност без напор да ги менуваат режимите на Guardian или да ги рedefинираат границите. Корисниците имаат можност без напор да ги менуваат режимите на Guardian или да ги рedefинираат границите. За да го постигнете ова, едноставно притиснете го копчето Oculus  кое се наоѓа на десниот контролер на допир (1) што ви овозможува пристап до универзалното мени. Кликнете на иконата на часовникот (2) што се наоѓа на левата страна од менито и изберете го панелот Брзи поставки. Изберете Guardian (3) и потоа изберете Stationary или Room скала, следејќи ги инструкциите на екранот за да воспоставите нова граница на Guardian. Консултирајте го Додатокот 3 за инструкции како да го воспоставите режимот Guardian.



Слика 6 Промена на режимот на Guardian

6. Воспоставете врска помеѓу **слушалките за VR и Wi-Fi** со притискање на копчето Oculus (1). Следно, одете до панелот за брзо поставување (2) и изберете го симболот за Wi-Fi што се наоѓа веднаш до иконите за батеријата и времето. За да се поврзете на мрежата Wi-Fi, изберете ја мрежата, внесете ја лозинката и потоа изберете ја опцијата Поврзи.



Слика 7 Поврзување на VR слушалките со Wi-Fi

7. Апликацијата VR4React VR може да се преземе бесплатно од продавницата Meta Quest. За директно преземање на слушалките, едноставно одете до иконата „**Store**“ (1), побарајте „VR4React“ и изберете ја верзијата со логото на проектот. Следно, изберете го копчето „Get“ за да го започнете процесот на преземање. Откако ќе заврши преземањето, ќе ја лоцирате иконата за апликацијата VR4React во „**App Library**“ (2). Допрете на апликацијата и потоа изберете ја опцијата „**Start**“ (3).



Слика 8. Преземање на апликацијата VR4React

8. Кога ќе заврши искуството со VR, има две опции за негово завршување: или корисникот може да ги стави слушалките во режим на мирување или да ги исклучи. За да ги активирате режимот на мирување, само притиснете го копчето за вклучување на слушалките (1). Кога ќе бидете подготвени да продолжите, едноставно ставете ги слушалките на вашата глава и тие ќе станат активни. Вреди да се спомене дека иако слушалките се во режим на мирување, сепак трошат мала количина на енергија, иако значително помалку отколку кога активно се користат.

Кога слушалките се исклучени, целиот систем се исклучува и треба да го држите копчето за вклучување за повторно да го вклучите.

Кога слушалките се исклучени, количината на енергија што ја користи е многу помала отколку кога е во режим на мирување. За да ги деактивирате слушалките, цврсто притиснете и одржувајте го притисокот на копчето за вклучување најмалку три секунди. Појавата на оваа акција ќе биде сигнализирана со деактивирање на индикаторското светло и звучна емисија на свонче за исклучување.



Слика 8 Исклучување и активирање на режимот на мирување на слушалките

Избор на учесници

Изборот на соодветни учесници за VR4React програмата е клучен чекор во гарантирањето на ефективноста на програмата. Процесот на селекција треба да се заснова на **барањата за рехабилитација** на учесниците **и потенцијалните предности** што тие можат да ги извлечат од програмата VR4React. Следниве се примарните критериуми и фактори кои треба да се земат предвид при идентификување на соодветни учесници.

Критериуми за избор:



Претходни случаи на реактивни агресивни однесувања: Идентификувајте поединци кои имаат историја на реактивна агресија, која се карактеризира со честа раздразливост, тешкотии во контролирањето на гневот или учество во расправи. Овие однесувања може да се видат како реакција на вообичаени стресори или конфликти, кои не мора да бидат поврзани со нивните криминални дејствија.



Ментално здравје: Учесниците со тешки ментални болести кои може да се влошат со изложување на VR не треба да учествуваат. Поединци со тешка шизофренија, психоза или други значајни психијатриски нарушувања немаат право да учествуваат.



Физичко здравје: Потврдете дека учесниците немаат медицински состојби на кои може негативно да влијае употребата на виртуелната реалност, како што се тешка епилепсија или значајни вестибуларни нарушувања.



Когнитивни способности: Учесниците мора да имаат соодветен когнитивен капацитет да ја разберат и да комуницираат со VR содржината. Ова го опфаќа капацитетот да се придржувате до упатствата и активно да се вклучите во сесиите за виртуелна реалност.



Мотивација за промена: Изберете поединци кои покажуваат искрена желба да се осврнат на нивните реактивни тенденции и поседуваат силна мотивација да се вклучат во напорите за рехабилитација.



Соодветност за возраста: Земете ја предвид возраста на учесниците, бидејќи искуствата од виртуелната реалност може да бидат несоодветни за специфична демографија на возраста. Општо земено, поединците кои се во возрастната граница од млади до средовечни возрасни се сметаат за најдобри кандидати.



Културни разлики: Програмата ги поздравува учесниците од различно културно потекло, препознавајќи ја важноста на инклузивноста и разбирањето на културните чувствителности.



Родова неутралност: Учесниците се избираат врз основа на нивните потреби за рехабилитација и соодветноста за програмата, без оглед на полот.



Сензорни барања: Учесниците мора да поседуваат доволно визуелни и аудитивни способности за ефективна интеракција со околината на виртуелната реалност.

Согласност

Добивањето согласност (види во Додаток 4) од сите учесници е од клучно значење, обезбедувајќи дека тие имаат темелно разбирање на природата на VR сесиите и нивните права. Процесот подразбира обезбедување јасно и концизно објаснување за целите, процедурите, потенцијалните предности и ризиците поврзани со вклучувањето во програмата VR4React.

Фасилитаторите мора да бидат способни да ги решат сите несигурности и да понудат сеопфатни објаснувања во врска со програмата на учесниците. Преку процесот на добивање информирана согласност, учесниците експлицитно го потврдуваат своето доброволно учество, со што го покажуваат нивното разбирање и прифаќање на условите на програмата. Оваа етичка практика гарантира отвореност и ја поддржува независноста на учесниците во текот на нивниот ангажман во интервенцијата. Документацијата за согласност, исто така, служи за одржување на етичките стандарди и заштита на правата на учесниците во текот на целата VR сесии.

Пред и пост проценки

Конзорциумот VR4React создаде прашалници пред и по оценувањето (види Додаток 5) со цел да ги процени разликите во компетенциите на учесниците пред и по нивното учество во програмата.

Овие прашалници се корисна алатка за евалуација на различни аспекти, вклучувајќи ги тенденциите кон реактивна агресија, вештините за емоционална регулација и севкупната динамика на однесувањето.

Сите одговори се чуваат и се анонимни, гарантирајќи ја доверливоста на учесниците и промовирајќи искрени повратни информации. Со спроведување на прашалникот за **предоценување пред почетокот на програмата и прашалникот по оценувањето** уште еднаш две недели по неговото заклучување, фасилитаторите можат точно да го следат напредокот и да го проценат влијанието на програмата врз резултатите од однесувањето на учесниците.

Обезбедување структурирани искуства од виртуелната реалност

Овозможувањето на структурирано VR искуство во програмата VR4React подразбира не само водење на учесниците низ извонредни ситуации, туку и нудење голема помош за да се гарантира нивната вклученост и благосостојба во текот на сесиите.

Овој процес, исто така, вклучува воспоставување на амбиент што промовира учење и активно вклучување, притоа давајќи приоритет на удобноста и безбедноста на учесниците.

Понатаму, просторот за сесиите треба да биде **без никакви пречки** и да нуди доволно простор за учесниците да маневрираат удобно за време на сесиите за виртуелна реалност. Други важни размислувања се:



Дајте брзи и конструктивни повратни информации кога е потребно за зајакнување на посакуваните дејства и насочување на учесниците кон остварување на целите на сесијата.



Приспособете ја поддршката што му се дава на секој учесник врз основа на нивните индивидуални барања, како што се помагање со опрема за виртуелна реалност, обезбедување јасни упатства, управување со емоционални одговори за време на искуството.



Бидете подготвени да интервенирате во случај да наидат на некаква непријатност или емоционална вознемиреност.



По секое искуство со VR, важно е да се одржуваат сеопфатни сесии за дебрифинг за да се разговара за реакциите на учесниците, сознанијата што ги стекнале и сите предизвици со кои се соочиле. Искористете го овој период за да ги зајакнете целите за разбирање и да се справите со какви било прашања или стравувања.



Редовното дезинфицирање на опремата за VR со безалкохолни марамчиња помеѓу сесиите е од суштинско значење за одржување на чистотата и хигиената.

Сертификат за учество

Сертификатот за учество (Додаток 6) во програмата VR4React е признание за посветеноста и напредокот на учесниците во нивното патување за рехабилитација. Со цел да се гарантира значењето на овие сертификати, се воспоставуваат експлицитни критериуми за подобност, кои обично се потпираат на присуство и активно ангажирање во програмските активности. Ова гарантира дека учесниците активно учествувале во VR сесиите и успешно ги постигнале однапред одредените цели.

Поглавје II. Преглед на програмата VR4React VR

Упатство

По влегувањето во апликацијата VR4REACT, воведното видео ќе ги води корисниците низ основните функционалности на апликацијата, обезбедувајќи сеопфатен преглед за тоа како да се користи Виртуелната реалност (VR) за обука. Ова видео ќе ги објасни целите на обуката и што може да очекуваат учесниците во текот на целиот процес. Оттука, обучувачите мора да се погрижат секој учесник да го гледа видеото.

Бидејќи програмата VR4REACT е специјално дизајнирана и за реактивни агресивни поединци и за затворски службеници, на корисниците ќе им бидат претставени две главни опции за обука:

- Управувајте со личната реактивност.
- Деескалирајте го агресивното однесување (за затворските службеници).

Секоја опција бара специфичен пристапен код за да продолжи. Во вашиот случај, ќе ја изберете опцијата „**Управување со личната реактивност**“ и ќе го внесете **кодот „1001“**. Ова ќе ви овозможи пристап до сценаријата за обука, кои се поделени во две различни средини:

- Затворска поставка: Се состои од три сценарија.
- Поставка за затворските службеници: Содржи уште три сценарија.

Програмата VR4REACT се состои од **шест извонредни сценарија**. Овие сценарија се дизајнирани да симулираат ситуации од реалниот живот со кои може да се сретнат поединците, со цел да ги подобрат своите вештини во контролирана, безбедна и безбедна средина. Структурата на обуката е следна:

- Затворски сценарија (1, 2, 3): Тие се поставени во познатото опкружување на затворот. Со обука во овој контекст, учесниците можат да се фокусираат на активностите и одлуките со кои веројатно ќе се соочат секој ден,
- Сценарија за затворските службеници (4, 5, 6): Овие сценарија се одвиваат во порелаксиран, отворен амбиент, нудејќи контрастна средина за затворот. Оваа промена е дизајнирана да ја предизвика приспособливоста на учесниците и да им помогне да развијат вештини за управување со реактивни однесувања.

Учесниците треба да ги завршат **сите шест сценарија** по однапред дефиниран редослед (1 до 6), бидејќи сценаријата се надоврзуваат едни на други на каскаден начин. Секое сценарио воведува нови предизвици и динамика, но сите се меѓусебно поврзани, што значи дека успешното завршување на едното сценарио ќе информира како учесниците пристапуваат кон следното.

Целите, образложението и специфичната динамика на секое сценарио ќе бидат опишани во следните потпоглавја, обезбедувајќи детални увиди за тоа како тие се структурирани и што се очекува од учесниците.

Интерактивност и визуелни знаци во VR околината

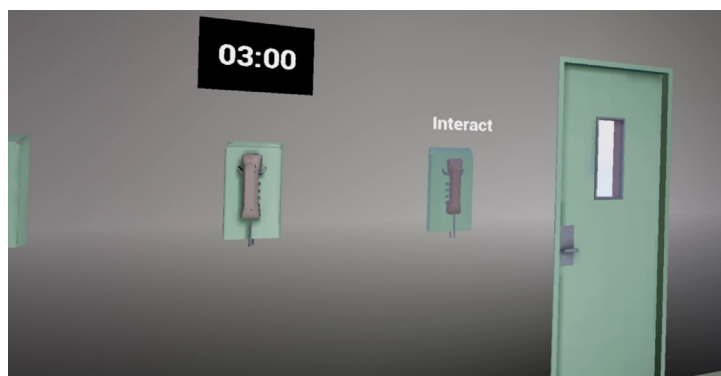
Секое сценарио во ова извонредно VR искуство следи специфична ситуација која бара интеракција на корисникот, без разлика дали се работи за виртуелни аватари или виртуелни објекти во просторот. Учесниците ќе најдат на мешавина од интерактивни и неинтерактивни објекти низ виртуелното опкружување, така што за да се направи разлика помеѓу нив, интерактивните објекти се дизајнирани со посебни визуелни повратни информации, што ги прави да се издвојуваат од нивната околина. Оваа повратна информација може да вклучува суптилно истакнување, нежен сјај или промена во изгледот кога ќе ги погледнете или ќе им пријдете. Штом учесникот ќе погледне во дигитален интерактивен објект, ќе го види визуелниот знак.



За да комуницирате со овие објекти, едноставно притиснете го копчето A на контролорот кога сте во непосредна близина.



Овој интуитивен систем ви овозможува лесно да се идентификувате и да се вклучите со клучните елементи во виртуелниот свет, подобрувајќи го вашето истражување и интеракција во рамките на искуството.



Многу од овие интеракции бараат вклучување во дијалози со однапред дефинирани резултати, додавајќи длабочина на вашите виртуелни средби. За подобрена пристапност, овие дијалози содржат аудио со синхронизирани анимации на лицето и телото на аватарите што зборуваат, како и преводи прикажани во нивна близина. Овој сеопфатен пристап гарантира дека сите корисници можат целосно да уживаат и да учествуваат во интерактивните елементи на искуството, без оглед на нивните сензорни преференци или потреби.



Надоврзувајќи се на интерактивните елементи на искуството со VR, секој дијалог што ќе го сретнете следи софистицирана структура на гранки за дијалог. Овој динамичен систем овозможува разгранување на разговори, каде што секоја линија на дијалог му претставува повеќекратен избор на корисникот. Вашите одлуки во овие моменти водат до различни исходи, обликувајќи го текот на разговорот и потенцијално влијаејќи на поширокиот наратив. Оваа разгранета структура не само што го подобрува чувството во виртуелниот свет, туку исто така поттикнува истражување и можност за повторување. Додека се движите низ овие гранки за дијалози, ќе откриете дека вашите избори може да доведат до различни одговори од ликовите, да отклучат различни информации или дури и да ја сменат насоката на вашето виртуелно патување. Ова ниво на интерактивност додава длабочина на секоја средба, правејќи го секој разговор уникатно и привлечно искуство кое директно реагира на вашиот придонес.



Подолу, ги детализираме достапните сценарија за VR.

Разбивање на VR сценарио и цели на учење

Затворска поставка

Обука за идентификување емоции

Цел на VR сценарио

Примарната цел на ова VR сценарио е да им помогне на затворениците да ја развијат клучната вештина за идентификување и ефикасно управување со нивните емоции. Преку интерактивни и извонредни искуства, учесниците ќе истражуваат како нивните емоции влијаат на нивното однесување, ќе научат да ги препознаваат и именуваат примарните емоции и ќе практикуваат стратегии за регулирање на овие емоции во реални ситуации. Крајната цел е да ги поттикнеме со емоционална свест и техники за саморегулација кои придонесуваат за подобро донесување одлуки и поздрави меѓучовечки односи.

Клучни точки на кои треба да се фокусирате



Емоционална идентификација: има за цел учесниците точно да ја разберат улогата и функционалноста на секоја емоција. Тие треба да бидат способни да ги идентификуваат шесте основни емоции - среќа, тага, страв, одвратност, лутина и изненадување.



Саморефлексија: Учесниците се охрабруваат да размислуваат за сопствените емоционални искуства, особено како одредени емоции како лутина или страв може да доминираат во нивните одговори.



Последици од однесувањето: Сценариото ги нагласува последиците од дозволувањето на емоциите да ги контролираат активностите, засилувајќи ја важноста на конструктивно канализирање на емоциите.



Механизми за справување: Сценариото воведува техники како што се длабоко дишење, внимателност и позитивен самоговор.

Области за внимание и повратни информации од фасилитаторот

- Следете колку се ангажирани учесниците со сценариото за VR. Дали тие активно учествуваат или изгледаат неангажирани? Охрабрете ги за да го одржите нивниот интерес.
- Обратете големо внимание на тоа дали учесниците можат правилно да ги идентификуваат и именуваат емоциите претставени во сценариото. Понудете им насоки ако се борат да разликуваат слични емоции, како лутина и фрустрација.
- Набљудувајте ја длабочината на саморефлексијата на учесниците. Дали можат да ги поврзат своите емоционални искуства со специфични однесувања? Олеснете ги дискусиите што им помагаат да ги откријат основните обрасци и предизвикувачи.

Обука за управување со емоции

Цел на VR сценарио

Примарната цел на второто VR сценарио, „Обука за управување со емоции“, е да им помогне на затворениците да вежбаат и да ја усовршат нивната способност да управуваат со емоциите во ситуации под висок притисок. Преку интерактивни и извонредни искуства, учесниците ќе се сретнат со сценарија кои ги предизвикуваат нивните емоционални одговори, барајќи од нив да донесат одлуки кои влијаат на исходот на ситуацијата. Крајната цел е да се подобри нивната емоционална интелигенција преку развивање на вештини за преговарање, решавање конфликти и саморегулација, придонесувајќи за поефективно одлучување и поздрави меѓучовечки интеракции.

Клучни точки на кои треба да се фокусираат



Емоционална регулација: Учесниците мора да управуваат со емоциите под притисок, донесувајќи промислени одлуки во ограничено време.



Донесување одлуки и последици: Изборите - преговарање, конфронтација или избегнување - водат до различни исходи, нагласувајќи го влијанието на емоционалните одговори.



Решавање на конфликти: Сценариото нагласува преговарање и деескалација, демонстрирајќи како овие пристапи можат да ги решат или влошат конфликтите.



Саморефлексија: Учесниците ќе размислуваат за нивните емоционални тригери и како тие влијаат на нивното однесување, со фокус на подобрување на саморегулацијата.

На што треба да обрати внимание фасцилитаторот и повратни информации од фасцилитаторот

- Следете го ангажманот на учесниците, особено за време на моментите на донесување одлуки и охрабрувајте обмислени избори.
- Помогнете им на учесниците да ги идентификуваат емоционалните предизвикувачи и нудете поддршка доколку се борат да ги артикулираат своите чувства.
- Набљудувајте ги пристапите за решавање конфликти, давајте повратни информации доколку е потребно и дискутирајте за апликациите од реалниот живот.
- Погрижете се учесниците да користат стратегии за справување како длабоко дишење и да дискутираат како да ги интегрираат во секојдневните рутини.

Комуникација и управување со конфликти

Цел на VR сценарио

Сценариото „Комуникација и управување со конфликти“ има за цел да ги научи затворениците на ефективни комуникациски стратегии за решавање на конфликти. Учесниците ќе ги истражат разликите помеѓу разговорот и комуникацијата, ќе научат да управуваат со емоциите за време на конфликти и ќе практикуваат техники за решавање конфликти. Целта е да ги подобрат нивните комуникациски вештини и да ја подобрат нивната способност конструктивно да се справуваат со несогласувањата.

Клучни точки на кои треба да се фокусирате



Зборување vs. Комуницирање: Ја нагласува разликата помеѓу само зборување и вистинска комуникација, што вклучува слушање и разбирање.



Рефлексија на конфликти: Учесниците се охрабруваат да размислуваат за тоа како се справуваат со конфликтите, фокусирајќи се на емоционалните тригери и одговори.



Стилови на комуникација: Истражување на различните стилови на комуникација (на пр., наметливо, агресивно) и нивното влијание врз решавањето на конфликтот.



Техники за решавање конфликти: истражени стратегии како што се самоувереност, преговарање и изнаоѓање заедничка основа за мирно решавање на конфликтите.



Самооценување: Учесниците се водени во оценувањето на нивните стилови за решавање конфликти (на пример, избегнување, натпреварување, соработка) и разбирање на импликациите на секој од нив.

На што треба да обрати внимание фасцилитаторот и повратни информации од фасцилитаторот

- Поттикнете активно учество и внимателни одговори.
- Помогнете им на учесниците да ги идентификуваат нивните емоционални предизвикувачи за време на конфликти и обезбедете поддршка во артикулирањето на овие чувства, доколку е потребно.
- Набљудувајте како учесниците применуваат техники за комуникација и решавање конфликти во сценариото.
- Поттикнете размислување за тоа како овие стилови влијаат на нивните интеракции.

Поставување на заедницата – Градина

Свесност и управување со стресот

Цел на VR сценарио

Сценариото „свесност и управување со стресот“ е дизајнирано да ги научи учесниците како да управуваат со стресот преку свесност. Поставено во мирна градина, сценариото го користи овој мирен амбиент намерно за да промовира релаксација и фокусирање. Со диференцијација помеѓу стресот, анксиозноста, грижата и депресијата, учесниците ќе научат да препознаваат лични стресори, да ги разбираат телесните сензации и да практикуваат техники на внимателност. Ова извонредно искуство има за цел да ја подобри способноста на учесниците да управуваат со стресот и да ја подобрат нивната севкупна благосостојба во смирувачка и поддржувачка атмосфера.

Клучни точки на кои треба да се фокусирате



Разбирање на стресот: Воспоставува разлика помеѓу стрес, анксиозност, загриженост и депресија.



Идентификување на стресни фактори: Обезбедени стратегии за учесниците да ги препознаат личните предизвикувачи на стрес и нивното влијание.



Телесни сензации: Обезбедени алатки за разликување на телесните сензации од емоциите и како тие се поврзани со стресот.



Техники за внимателност: Учесниците се поканети да вежбаат вежби за свесност за да управуваат со стресот и да ја подобрат релаксацијата.

На што треба да обрати внимание фасцилитаторот и повратни информации од фасилитаторот

- Осигурајте се дека тие активно учествуваат и размислуваат за нивните нивоа на стрес и предизвикувачи.
- Проверете дали учесниците точно ги идентификуваат и разликуваат термините и чувствата поврзани со стресот. Обезбедете појаснување по потреба.
- Понудете поддршка и охрабрување за време на вежбањето, доколку се обидуваат да останат фокусирани.
- Проценете ги емоционалните одговори на учесниците на искуството со VR. Забележете ги негативните чувства и поттикнете ги позитивните размислувања при вежбата за совесност.

Обука за контрола на импулси

Цел на VR сценарио

„Обуката за контрола на импулсите“, која се одвива во градина, има за цел да ги научи учесниците на ефективни стратегии за управување со нивните импулси и реакции преку интерактивни градинарски активности и решавање на конфликти. Со ангажирање во практични градинарски задачи и справување со критичка интеракција, учесниците ќе развијат вештини за контролирање на нивните импулси, размислување за нивните емоционални одговори и примена на конструктивни стратегии за справување со критики и конфликти.

Клучни точки на кои треба да се фокусирате



Ангажирање: учесникот е поканет да игра во градинарска активност за да го зголеми фокусот и ангажираноста. Овој ангажман им помага на учесниците да се прилагодат на нивните постапки и интеракции во рамките на сценариото. Интерактивната природа на градинарството служи како влезна точка за поттикнување на внимание и фокус.



Емоционални тригери и вежба за контрола на импулсот: учесниците мора да управуваат со меѓучовечките конфликти и стресот. Овој елемент е дизајниран да ја предизвика контролата на импулсите на учесниците со тоа што им нуди избор како да одговорат на критиките.



Рефлексија и евалуација на емоционалните одговори: Учесниците се поттикнуваат да размислуваат за нивните емоционални состојби и изборите што ги направиле. Оваа рефлексија ги охрабрува учесниците да размислат како нивните емоции влијаеле на нивните реакции и да истражуваат алтернативни начини за справување со стресните фактори.

На што треба да обрати внимание фасцилитаторот и повратни информации од фасцилитаторот

- Помогнете им на учесниците да размислуваат за тоа како ефективно да ги применат овие стратегии во реални ситуации за да управуваат со стресот и меѓучовечките интеракции.
- Дискутирајте за алтернативни начини за справување со слични ситуации во иднина и промовирајте личен раст и подобрена емоционална регулација.

Обука за про-социјални вештини

Цел на VR сценарио

Сценариото „Развој на само-ефикасност“ беше направено за да ја подобри само-ефикасноста на учесниците преку промовирање на саморефлексија, препознавање на личните силни страни и области за раст и разбирање како искуствата од минатото ги обликуваат нивните сегашни однесувања. Учесниците ќе го истражат својот идентитет, ќе размислуваат за нивните достигнувања и ќе ги идентификуваат нивните силни страни и области за подобрување. Ова сценарио има за цел да поттикне поголемо чувство на лична способност и доверба во справувањето со животните предизвици.

Клучни точки на кои треба да се фокусирате



Саморефлексија и самосвест: Сценариото започнува со дијалог кој ги поттикнува учесниците да размислуваат за нивните лични достигнувања и квалитети. Овој процес на саморефлексија им помага на учесниците да стекнат појасно разбирање за нивниот идентитет и што тие го ценат во себе.



Личен идентитет и влијание: Учесниците се водени да размислат што го дефинира нивниот идентитет и како нивните искуства ги обликуваат нивните интеракции и избори. Ова истражување им помага на учесниците да го разберат влијанието на нивните минати и сегашни искуства врз нивното однесување.



Каење и учење од минатите однесувања: Учесниците се поканети да размислуваат за минатите однесувања или реакции за кои се каат и да размислат што научиле од овие искуства. Овој одраз им помага на учесниците да ги разберат нивните модели на однесување и да развијат стратегии за подобрување.



Поставување цели и проактивно подобрување: Сценариото ги охрабрува учесниците да размислуваат за практични чекори што можат да ги преземат за да се справат со нивните области за развој. Поставувањето цели и планирањето на проактивни дејства ја зајакнуваат вербата во способноста да се постигне позитивна промена.

На што треба да обрати внимание фасцилитаторот и повратни информации од фасцилитаторот

- Охрабрете ги учесниците да се вклучат во интеракциите за саморефлексија. Дајте им опција да не одговараат гласно во случај да сакаат да ги задржат одговорите за себе.
- Понудете позитивно засилување и поттикнувања доколку изгледаат колебливи или несигурни.
- Понудете поддршка во обработката на сите тешки размислувања и насочете ги учесниците кон конструктивни сознанија.
- Помогнете им на учесниците да формулираат акциони планови врз основа на нивните размислувања.
- Охрабрете ги да наведат конкретни чекори што ќе ги преземат за да се справат со нивните области за раст и да обезбедат поддршка во поставувањето остварливи цели.
- Решете ги сите емоционални грижи и обезбедете уверување.

Заклучок

Упатството VR4REACT Train the Trainers е подготвено за да им ги даде потребните алатки, знаење и насоки на тренерите за ефективно да ја испорачаат програмата VR4REACT за затворениците. Следејќи го структурираниот процес на обука наведен во ова упатство, обучувачите ќе можат да го поттикнат развојот на основните вештини, обезбедувајќи учесниците да добијат максимална корист од сценаријата за VR.

Како обучувачи, вашата улога е клучна во олеснувањето на извонредно и влијателно искуство за учење. Со користење на ова упатство, вие сте овластени да ги водите учесниците и низ практични и рефлексивни вежби, помагајќи им да ги изградат компетенциите потребни за управување и справување со реактивното однесување во различни поставки.

Доколку имате какви било прашања или барате дополнително појаснување во кој било момент, не двоумете се да контактирате со тимот на VR4REACT. Ние сме тука да ве поддржиме да ја испорачате оваа обука до својот максимален потенцијал. Можете да контактирате со нас на <https://www.vr4react-project.com/contact.html>

Ви благодариме за вашата посветеност да ги подобрите вештините и знаењата на нашите учесници.

Додатоци

Додаток 1. Videа со упатства за апликацијата Oculus



¹ <https://www.youtube.com/watch?v=XpJ2LvS35VE&t=11s>

² <https://www.youtube.com/watch?v=1lqmm0Rv0K0>

Додаток 2. Инсталирање



³ <https://www.youtube.com/watch?v=HjHZHoz53pk>

Додаток 3. Поставување на режимот Guardian



⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=GojevL05Aww>

Додаток 4. Формулар за информирана согласност

VR4React: Психоедукативна интервентна програма за виртуелна реалност (VR) за намалување на агресивното однесување.

Вовед

Поканети сте да учествувате во програмата за психоедукативна интервенција VR4React VR насочена кон намалување на агресивното однесување кај поединци кои имаат историја на реактивна агресија, без оглед на видот на извршеното кривично дело. Оваа информирана согласност дава информации за програмата, вашето учество и вашите права.

Цел на програмата

Целта на оваа програма е да се претстави интервенција базирана на VR за поддршка на поединците да управуваат со реактивна агресија и да бидат побрзи да се вклучат во здрави и просоцијални однесувања. Интервенцијата има за цел да им помогне на учесниците да управуваат со нивното агресивно однесување преку интерактивни VR сесии.

Процедури

Доколку сте согласен да учествувате, ќе бидете вклучени во следните активности:

- 1. Претходна процена:** Пополнување на прашалник за да се процени вашето моментално ниво на реактивност и други поврзани фактори.
- 2. VR Сесии:** Учество во шест (6) VR сесии во одреден период. Програмата ќе трае приближно 30-45 минути и ќе вклучува интерактивни сценарија дизајнирани да ви помогнат да управувате со агресијата.
- 3. Пост-процена:** Пополнување на последователен прашалник за мерење на какви било промени во нивото на вашата агресија по интервенцијата.
- 4. Повратна информација (фидбек):** Обезбедување повратни информации за вашето искуство за време и по секоја сесија.

Доброволно учество

Вашето учество во оваа програма е целосно доброволно. Имате право да се повлечете од програмата во секое време без никакви последици.

Можни ризици

Програмата VR4REACT за затворениците е дизајнирана да биде безбедна; сепак, некои учесници може да доживеат непријатност, вртоглавица или емоционални реакции за време на сесиите. Персоналот ќе биде присутен за да помогне и да обезбеди поддршка.

Можни придобивки

Учеството во оваа програма може да ви помогне да развиете подобри стратегии за управување со реактивна агресија, што може да доведе до подобри интеракции и односи.

Доверливост

Вашата приватност и доверливост ќе бидат заштитени во текот на студијата. Сите собрани податоци ќе бидат анонимизирани со користење на единствени кодови наместо имиња. Резултатите ќе се чуваат безбедно и достапни само за истражувачкиот тим. Никакви лични податоци за идентификација нема да бидат вклучени во какви било извештаи или публикации.

Користење на податоците

Собраните податоци ќе се користат исклучиво за евалуација и подобрување на програмата за интервенции во VR. Нема да се сподели со никакви надворешни страни без ваша експлицитна согласност.

Контакт информации

Ако имате какви било прашања или грижи во врска со студијата, ве молиме контактирајте го професионалецот што ве поддржува во текот на овој процес.

Изјава за согласност

Ги прочитав (или ми ги прочитав) информациите дадени погоре. Имам можност да поставувам прашања и добив задоволителни одговори. Разбирам дека моето учество е доброволно и дека можам да се повлечам во секое време без никакви последици. Со потпишувањето подолу, се согласувам да учествувам во Програмата за психоедукативна интервенција VR4REACT за намалување на агресивното однесување.

Име на учесникот:

Потпис на учесникот:

Датум:

Име на обучувачот:

Потпис на обучувачот:

Датум:

Додаток 5. Прашалник за проценка пред/пост

Прашалник за проценка пред активност

Ви благодариме што учествувавте во овој пред-тест. Вашиот придонес е клучен за да ни помогне да ја процениме вашата свест и перцепции. Оваа проценка има за цел подобро да ги разбере вашите моментални знаења и искуства додека тргнуваме на ова патување за да ги подобриме вашите вештини. Ве молиме одговорете на следниве прашања искрено и најдобро што можете.

Колку често се чувствувате лути или фрустрирани во предизвикувачки ситуации?

- Никогаш
- Ретко
- Понекогаш
- Често
- Многу често

Кога некој не се согласува со вас, како обично реагираат?

- Останувам смирен и се обидувам да го разберам нивното гледиште.
- Станувам во одбрана, но се обидувам да ја контролирам мојата реакција.
- Се иритирам и ми е тешко да ги контролирам емоциите.
- Често реагирам импулсивно со лутина или агресија.

Дали сте свесни за специфични предизвикувачи кои ве тераат да реагираат агресивно?

- Да, лесно можам да ги идентификувам.
- Понекогаш, но не секогаш.
- Не, јас се мачам да ги идентификувам моите предизвикувачи.

Кога чувствувате дека се лутите, што обично правите за да се справите со тоа?

- Се трудам длабоко да дишам и да се смирам.
- Се оддалечувам од ситуацијата.
- Се расправам или ја ескалирам ситуацијата.
- Не правам ништо и дозволувам моите емоции да ме контролираат.

Дали сте запознаени со техниките за деескалација на напната ситуација?

- Да, знам неколку стратегии.
- Знаам неколку, но не сум сигурен во користењето.
- Не, не сум запознаен со никакви техники за деескалација.

Прашалник за пост проценка

Ви благодариме што учествувавте во овој пост-тест. Вашите повратни информации се од суштинско значење за оценување на ефективноста на програмата за обука VR4REACT. Оваа проценка ќе ни помогне да разбереме како обуката влијаела на вашето знаење и вештини поврзани со управувањето со реактивни однесувања и конфликтни ситуации. Ве молиме одговорете на следниве прашања искрено и најдобро што можете, размислувајќи за вашите искуства за време на обуката за VR.

По обуката, колку често сега се чувствувате лути или фрустрирани во предизвикувачки ситуации?

- Никогаш
- Ретко
- Понекогаш
- Често
- Многу често

Како се промени вашиот одговор на конфликтот по обуката?

- Почесто останувам смирен и ги слушам тугите перспективи.
- Сè уште сум во одбрана, но подобро ги контролирам моите реакции.
- Сè уште се борам да ја контролирам иритацијата, но забележувам одредено подобрување.
- Поретко реагирам импулсивно со лутина.

Дали сега можете подобро да ги идентификувате предизвикувачите кои предизвикуваат агресивно реагирање?

- Да, можам јасно да ги идентификувам и да управувам со моите одговори.
- Понекогаш, но сепак се мачам во одредени ситуации.
- Не, сè уште ми е тешко да ги препознаам моите предизвикувачи.

Како сега управувате со вашите емоции кога се чувствувате лути или фрустрирани?

- Користам техники како длабоко дишење или одење за да се смирам.
- Можам подобро да го контролирам гневот, но сепак понекогаш реагирам емотивно.
- Сè уште имам потешкотии да управувам со моите емоции во напнати ситуации.
- Поголемиот дел од времето дозволувам моите емоции да ме контролираат.

Дали се чувствувате посигурни во користењето на стратегии за деескалација по обуката?

- Да, се чувствувам уверен и способен за деескалација на напнати ситуации.
- Научив техники, но сè уште добивам самодоверба.
- Знаам неколку техники, но не сум сигурен како да ги применим ефикасно.
- Не, сè уште се борам со стратегии за деескалација.

Колку реални се сценаријата претставени на обуката за VR?

- Многу реалистично
- Донекаде реалистично
- Неутрален
- Донекаде нереално
- Многу нереално

Колку ви беа привлечни сценаријата за VR?

- Многу привлечно
- Донекаде привлечно
- Неутрален
- Донекаде отпуштање
- Многу отежнувачки

Дали упатствата дадени во рамките на сценаријата за VR беа јасни и лесни за разбирање?

- Многу јасно
- Донекаде јасно
- Неутрален
- Донекаде нејасно
- Многу нејасно

Колку мислите дека се релевантни сценаријата за ситуации од реалниот живот со кои може да се сретнете?

- Многу релевантно
- Донекаде релевантно
- Неутрален
- Донекаде ирелевантно
- Многу ирелевантно

До кој степен мислите дека сценаријата за VR ви помогнаа да развиете вештини поврзани со управување со реактивни однесувања?

- Многу
- Донекаде
- Неутрален
- Не многу
- Воопшто не

Генерално, колку сте задоволни од искуството за обука за VR?

- Многу задоволна
- Задоволен
- Неутрален
- Незадоволен
- Многу незадоволен

Дали имате предлози за подобрување на сценаријата за VR или искуство за обука?

СЕРТИФИКАТ ЗА УЧЕСТВО

Конзорциумот на проектот VR4React потврдува дека

Успешно ја заврши програмата за обука VR4REACT, фокусирана на подобрување на вештините за управување со реактивно однесување и решавање конфликти преку извонредни сценарија за виртуелна реалност.

Ја поздравуваме Вашата посветеност на личен развој и потрагата по нови знаења во оваа важна област.

Датум: __/__/__

(Претставник на
партнерот / Име и позиција)

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Користена литература

Aebi, M. F., Cocco, E., & Molnar, L., (2023). SPACE I - 2022 – Council of Europe Annual Penal Statistics: Prison/probation populations. Council of Europe and University of Lausanne.

Apóstolo, J., Martins, R., das Neves, P. (2020). COVID-10 Pandemic Re-sponse: Fighting the invisible threat in prison/probations. A Guide for Decision-Makers on Worldwide Practices and Recommendations. <https://rm.coe.int/covid19-ips-basic-guide-for-decision-makers-on-worldwide-practices-and/16809e0eba>

Baggio, S., Peigné, N., Heller, P., Gétaz, L., Liebrez, M., Wolff, H. (2020). Do Overcrowding and Turnover Cause Violence in Prison/probation? *Front Psychiatry*. Jan 24;10:1015. doi:10.3389/fpsy.2019.01015. PMID: 32038335; PMCID: PMC6992601.

Baggio, S., Weber, M., Rossegger, A. et al. (2020). “Reducing recidivism using the Reasoning and Rehabilitation program: a pilot multi-site-controlled trial among prisoners in Switzerland”. *Int J Public Health*, 65, pp. 801-810.

Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Baños Rivera, R. M., Guillen Botella, V., Botella Arbona, C., García Palacios, A., Jorquera Rodero, M., & Quero Castellano, S. (2008). “Un programa de tratamiento para los trastornos adaptativos. Un estudio de caso”, *Apuntes de Psicología*, 26 (2), pp. 303–316.

Bertsch K, Florange J, Herpertz SC. Understanding Brain Mechanisms of Reactive Aggression. *Curr Psychiatry Rep*. 2020 Nov 12;22(12):81. doi: 10.1007/s11920-020-01208-6. PMID: 33180230; PMCID: PMC7661405.

Botella, C., Fernández-Álvarez, J., Guillén, V., García-Palacios, A., & Baños, R. (2017). Recent progress in virtual reality exposure therapy for phobias: A systematic review. *Current Psychiatry Reports*, 19(7), 42. <https://doi.org/10.1007/s11920-017-0788-4>

Botella, C., García Palacios, A., Baños Rivera, R. M., & Quero Castellano, S. (2007), “Realidad Virtual y Tratamientos Psicológicos”, *Virtual Reality and Psychological Treatments*

Britannica (2024). Virtual reality (VR). Retrieved from <https://www.britannica.com/technology/virtual-reality>

Bushman, B. J., & Anderson, C. A. (2001). “Is it time to pull the plug on hostile versus instrumental aggression dichotomy?”, *Psychological Review*, 108 (1), pp. 273-279.

Bushman, B. J., & Huesmann, L. R. “Aggression”, En Fiske, S. T., Gilbert, D. T. y Lindzey, G. (Eds.), *Handbook of social psychology*, pp. 833–863. John Wiley & Sons.

Butchart, A., & Mikton, C. (2014). Global status report on violence prevention 2014. World Health Organization. Retrieved from *Injury Prevention BMJ*.

- Card, N. A., & Little, T. D. (2006). “Proactive and reactive aggression in childhood and adolescence: A meta-analysis of differential relations with psychosocial adjustment”, *International Journal of Behavioural Development*, 30 (5), pp. 466–480.
- Chung, O. S., Robinson, T., Johnson, A. M., Dowling, N. L., Ng, C. H., & Segrave, R. A. (2022). Implementation of Therapeutic Virtual Reality Into Psychiatric Care: Clinicians' and Service Managers' Perspectives. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 791123. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.791123>
- Cornet, L. J. M., & Van Gelder, J.-L. (2020). Virtual reality: A use case for criminal justice practice. *Psychology, Crime & Law*, 26(7), 631–647. <https://doi.org/10.1080/1068316X.2019.1708357>
- Cosí Muñoz, S., Vigil Colet, A., & Canal Sans, J. (2009). “Desarrollo del cuestionario de agresividad proactiva/reactiva para profesores: estructura factorial y propiedades psicométricas”, *Psicothema*, 21 (1), pp. 159-164.
- Crick, N. R., & Dodge, K. A. (1996). Social information-processing mechanisms in reactive and proactive aggression. *Child development*, 67(3), 993-1002.
- Del Vecchio, T. (2011). “Instrumental Aggression”, En Goldstein, S., Naglieri, J.A. (eds) *Encyclopedia of Child Behaviour and Development*, Boston: Springer.
- Dellazizzo, L., Potvin, S., Bahig, S., & Dumais, A. (2019). Comprehensive review on virtual reality for the treatment of violence: implications for youth with schizophrenia. *NPJ schizophrenia*, 5(1), 11.
- Dellazizzo, L., Potvin, S., Luigi, M., Dou, B., Beauchamp, F., & Dumais, A. (2019). Repeated virtual reality sessions to reduce anger in a forensic psychiatric population: A randomized controlled trial. *Journal of Clinical Medicine*, 8(9), 1313. doi: 10.3390/jcm8091313.
- Dodge, K. A., & Coie, J. D. (1987). Social-information-processing factors in reactive and proactive aggression in children's peer groups. *Journal of personality and social psychology*, 53(6), 1146.
- EuroPris. (2020). Annual Report 2020. Retrieved from: <https://www.euopris.org/wp-content/uploads/2021/09/EuroPris-Annual-Report-2020-260821.pdf>
- Gómez, M. J. V. (2011). Violencia instrumental y sentimientos morales. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 22(3), 273-288.
- Goncalves, L. & Gonçalves, R. (2012). Aggressiveness, criminal lifestyle and prison/probation adjustment. *Psicologia USP*. 23. 559-584. doi:10.1590/S0103-65642012005000013.
- Gonzalez-Lienres, C., et al. (2020). Empathy and Emotion Regulation in Incarcerated Offenders. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01058>
- Hartup, W. W. (2005). “The development of aggression: Where do we stand?”, En Tremblay, R. E., Hartup, W. W. y Archer, J. (Eds.), *The developmental origins of aggression*, pp. 83–106. New York: Guilford Press.

Hubbard, J. A., McAuliffe, M. D., Morrow, M. T., & Romano, L. J. (2001). "Reactive and proactive aggression in childhood and adolescence: Precursors, outcomes, processes, experiences and measurement", *Journal of Personality*, 78, 95-118

Kelty, S. F., & Gordon, H. (2012). Professionalism in crime scene examination: recruitment strategies, part 2: using a psychometric profile of top crime scene examiners in selection decision making. *Forensic Science Policy & Management: An International Journal*, 3(4), 189-199.

Kelty, S. F., Hall, G., & O'Brien-Malone, A. (2012). You have to hit some people! Endorsing violent sentiments and the experience of grievance escalation in Australia. *Psychiatry, Psychology and Law*, 19(3), 299-313. <https://doi.org/10.1080/13218719.2011.561769>

Kruh, J. P., Frick, P. J., & Clements, C. B. (2005). "Historical and personality correlates to the violence patterns of juveniles tried as adults", *Criminal Justice and Behaviour*, 32, pp. 69-96.

Lobbestael, J., & Cima, M. J. (2021). Virtual reality for aggression assessment: The development and preliminary results of two virtual reality tasks to assess reactive and proactive aggression in males. *Brain sciences*, 11(12), 1653.

López Romero, L., Romero, E., & González Iglesias, B. (2011). "Delimitando la agresión adolescente: estudio diferencial de los patrones de agresión reactiva y proactiva", *Revista Española de Investigación Criminológica*, 9, pp. 1-29.39

López Soler, C., Castro, M., Alcántara, M., & Botella, C. (2011), "Sistema de realidad virtual EMMA-Infancia en el tratamiento psicológico de un menor con estrés postraumático", *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 16 (3), pp. 189-206.

Marsee, M. A., & Frick, P. J. (2007), "Exploring the Cognitive and Emotional Correlates to Proactive and Reactive Aggression in a Sample of Detained Girls", *Journal of Abnormal Child Psychology*, 35(6), pp. 969-981.

Milgram, P., & Kishino, F. (1994). A taxonomy of mixed reality visual displays. *IEICE Transactions on Information and Systems*, 77(12), 1321-1329.

Modvig, J. (2014). Violence, sexual abuse and torture in prison/probations.

Mütterlein, J., & Hess, T. (2017). Exploring the impacts of virtual reality on business models: The case of the media industry. 27th European Conference on Information Systems (ECIS 2017). Retrieved from https://aisel.aisnet.org/ecis2017_rp/159/

Pantelidis, V. S. (2010). Reasons to use virtual reality in education and training courses and a model to determine when to use virtual reality. *Themes in Science and Technology Education*, 2(1-2), 59-70.

Papalia, N., Spivak, B., Daffern, M., & Ogloff, J. R. P. (2019). A meta-analytic review of the efficacy of psychological treatments for violent offenders in correctional and forensic mental health settings. *Clinical Psychology Review*, 67, 119-135. doi: 10.1016/j.cpr.2018.09.005.

Penado, M., Andreu, J. M., & Peña, E. (2014). “Agresividad reactiva, proactiva y mixta: análisis de los factores de riesgo individual”, *Anuario de Psicología Jurídica*, 24, pp. 37-42.

Portman, M. E., Natapov, A., & Fisher-Gewirtzman, D. (2015). To go where no man has gone before: Virtual reality in architecture, landscape architecture and environmental planning. *Computers, Environment and Urban Systems*, 54, 376-384. doi: 10.1016/j.compenvurbsys.2015.05.001.

Raine, A., Dodge, D., Loeber, R., Gatzke-Kopp, L., Lynam, D., Reynolds. C., Stouthamer-Loeber, M., & Liu, J. (2006). “The Reactive – Proactive Aggression Questionnaire: Differential correlates of reactive and proactive aggression in adolescent boys”, *Aggressive Behaviour*, 32, pp.159-171.

Rania, N., Migliorini, L., & Coppola, I. (2020). A qualitative study of organizational and psychosocial factors in the burnout of Italian correctional officers. *The Prison/probation Journal*, 100(6), 747–768. <https://doi.org/10.1177/0032885520968246>

Rania, N., Migliorini, L., & Coppola, I. (2020). A qualitative study of organizational and psychosocial factors in the burnout of Italian correctional officers. *The Prison Journal*, 100(6), 747-768.

Rothbaum, B. O., Hogdes, L., Kooper, R., Opdyke, D., Williford, J., & North, M. (1995). “Virtual-Reality Graded Exposure in the Treatment of Acrophobia. A Case Report”, *Behaviour Therapy*, 1995, 26, pp. 547-554.

Rovira, A., Swapp. D., Spanlang, B., & Slater, M. (2009). “The use of virtual reality in the study of people’s responses to violent incidents”, *METHODS article Front. Behav. Neurosci*, 3, <https://doi.org/10.3389/neuro.08.059.2009>.

Seinfeld, S., Arroyo-Palacios, J., Iruretagoyena, G., Hortensius, R., Zapata, L. E., Borland, D., & Slater, M. (2018). Offenders become the victim in virtual reality: impact of changing perspective in domestic violence. *Scientific Reports*, 8, 2692. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-19987-7>

Slater, M. (2018). Immersion and the illusion of presence in virtual reality. *British Journal of Psychology*, 109(3), 431-433. <https://doi.org/10.1111/bjop.12305>

Sygel K., & Wallinius, M. (2021). “Immersive Virtual Reality Simulation in Forensic Psychiatry and Adjacent Clinical Fields: A Review of Current Assessment and Treatment Methods for Practitioners”, *Front Psychiatry*, doi: 10.3389/fpsy.2021.673089.

Ticknor, B. (2018). Using virtual reality to treat offenders: An examination. *International Journal of Criminal Justice Sciences*, 13(2), 316-325. doi: 10.5281/zenodo.2654383.

Tuente, S. K., Bogaerts, S., & Veling, W. (2020). Aggression regulation in offenders with and without psychopathology: The role of anger, rumination, and provocation. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 30(1), 26-38. doi: 10.1002/cbm.2142.

Vitaro, F., Brendgen, M., & Tremblay, R. E. (2002). “Reactively and proactively aggressive children: antecedent and subsequent characteristics”, *Journal of Child and Psychology Psychiatry*, 43, pp. 495-505.

World Health Organisation (2022). Status report on prison health in the WHO European Region 2022. Available at: <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289058674>

Yim, M. Y. C., Chu, S. C., & Sauer, P. L. (2017). Is augmented reality technology an effective tool for e-commerce? An interactivity and vividness perspective. *Journal of Interactive Marketing*, 39, 89-103. doi: 10.1016/j.intmar.2017.04.001.



**VR
REACT** Reducing Reactive
Aggression through
Virtual Reality

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.