



Protocol

Voor gebruik bij de DiSCoVR Randomized Controlled Trial



Saskia Nijman, MSc.
Prof. Dr. Marieke Pijnenborg
Dr. Kirstin Greaves-Lord
Prof. Dr. Wim Veling

Versie: RCT (April 2018)

Inhoud

Inhoud	2
Afkortingen.....	4
Algemene Informatie	5
Achtergrond DiSCoVR	5
Opbouw van DiSCoVR	9
Voor wie is DiSCoVR?	11
Doelen	13
Strategieën	16
Huiswerkopdrachten.....	17
Positieve bekrachtiging.....	17
Virtual Reality	18
VR in DiSCoVR	18
De VR werkt niet! Wat nu?	20
Cybersickness	20
Het DiSCoVR-onderzoek	22
Enkele aandachtspunten m.b.t. het onderzoek	23
Wat moet ik doen als iemand wil stoppen?.....	23
Bij wie kan ik terecht voor vragen e.d.?	24
Module 1: Emotieperceptie	25
Doelen van module 1.....	25
Kort overzicht	25
Software	26
Levels	30
Sessie 1	32
Sessie 2	36
Sessie 3	40
Sessie 4	42
Sessie 5	43
Module 2: Sociale Perceptie & ToM	45
Doelen van module 2	45
Kort overzicht	45
Scenario's	46

Gevoelens-Gedachten-Gedrag.....	48
Software	48
Sessie 6.....	52
Sessie 7	55
Sessie 8.....	58
Sessie 9.....	62
Module 3	64
Doelen van module 3.....	64
Kort overzicht	64
Rollenspellen	65
Het stappenplan.....	67
Software	69
Sessie 10	75
Sessies 11-15	78
Sessie 16	80
Bijlage 1: Zelf levels maken (module 1)	82
Bijlage 2: Rollenspellen	85
Scenario 1: Feestje	85
Scenario 2: Chagrijnige bekende	86
Scenario 3: Vergeten lift.....	86
Scenario 4 – Waar wil je eten?	87
Scenario 5: Het concert	88
Scenario 6: Lasagna	89
Scenario 7: Nieuwe garderobe.....	90
Scenario 8: Een rampzalige date	90
Scenario 9: Onterecht boos.....	91
Scenario 10 – Winkeldief?.....	92
Scenario 11 – Ik was eerst!.....	93
Scenario 12 – Verjaardagsfeestje.....	95
Scenario 14 – Kennis van de basisschool.....	97
Bijlage 3: Vaak voorkomende technische problemen & oplossingen.....	98
Algemeen	98
Module 1	101
Module 2.....	102
Module 3.....	102
Referenties	105
Bronvermelding afbeeldingen	107

Protocol.....	107
Werkboek voor deelnemers	107
Overig.....	107
Inspiratiebronnen voor DiSCoVR.....	108

Afkortingen

DiSCoVR	Dynamische Interactieve Sociale Cognitie Virtual Reality Training
FAR	Facial Affect Recognition (emotieherkenning in het gezicht)
GGG	Gevoelens – Gedachten - Gedrag
SCT	Sociale Cognitietraining
ToM	Theory of Mind
VR	Virtual Reality

Algemene Informatie

DiSCoVR staat voor 'Dynamische Interactieve Sociale COgnitie Virtual Reality training'. Het doel van DiSCoVR is om sociaal-cognitieve vaardigheden te verbeteren en om deze vaardigheden op een dusdanige manier aan te leren dat ze optimaal gebruikt kunnen worden in het dagelijkse leven van de deelnemer. In het kader van de behandelintegriteit moeten de trainingssessies worden uitgevoerd zoals beschreven in dit protocol. Daar waar afgeweken kan worden om de training aan te passen aan het niveau van de deelnemer, staat dit uitdrukkelijk vermeld. Wanneer je het als trainer noodzakelijk acht om af te wijken van het protocol wordt verzocht om contact op te nemen met de uitvoerend onderzoeker op het project, Saskia Nijman, s.a.nijman@umcg.nl, tel. 06-31674876. Tevens kunnen afwijkingen van het protocol worden ingebracht tijdens een intervisiebijeenkomst.

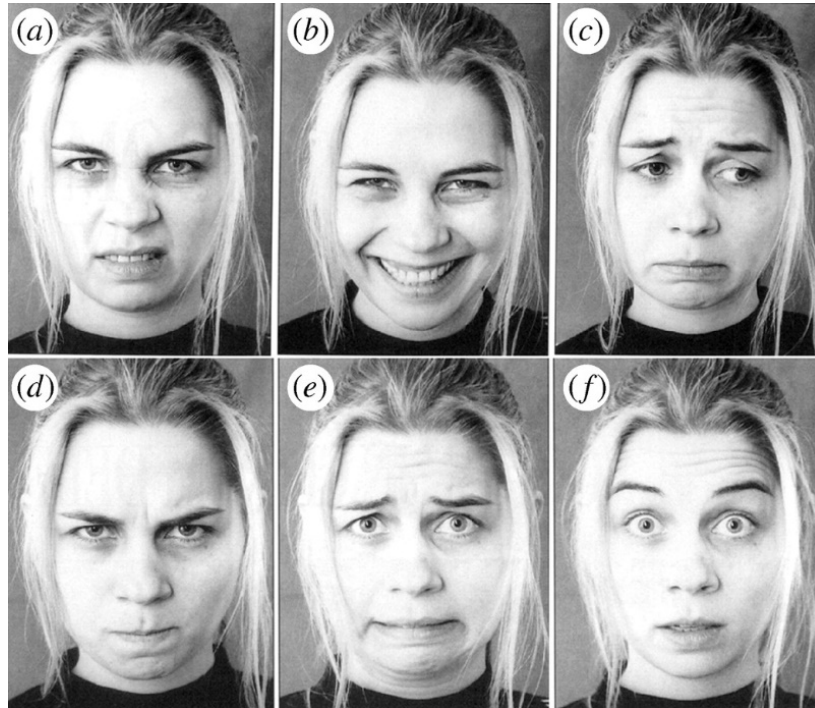
Achtergrond DiSCoVR

Om goed te functioneren in het dagelijkse leven is het zeer belangrijk om te kunnen inschatten hoe andere mensen zich voelen, wat zij bedoelen, en wat hun beweegredenen zijn. Deze vaardigheden vallen onder het begrip sociale cognitie: de cognitieve en emotionele processen die onderliggend zijn aan het verwerken en toepassen van sociale informatie. Uit een meta-analyse van 112 onderzoeken (Savla, Vella, Armstrong, Penn, & Twamley, 2013) bleek dat mensen met een psychotische stoornis flink lager scoorden dan de gezonde controlegroep op verschillende domeinen van sociale cognitie, met name emotieperceptie, sociale perceptie en Theory of Mind (ToM). Verstoring van deze sociaal-cognitieve domeinen is voorspellend voor problemen in het sociaal functioneren (Couture, Penn, & Roberts, 2006). In het volgende zal in meer detail op emotieperceptie, sociale perceptie, ToM en hun relatie met sociaal functioneren ingegaan worden.

Emotieperceptie

Onder emotieperceptie wordt het waarnemen, verwerken, identificeren en onderscheiden van emoties verstaan. Het herkennen van emoties in het gezicht (*facial affect recognition; FAR*) is een belangrijke manier om emotionele informatie af te lezen. Uit onderzoek is gebleken dat er zes 'basisemoties' bestaan waarvan de gezichtskenmerken overeenkomen tussen verschillende culturen (Ekman, 1992): blijdschap, boosheid, bedroefdheid, angst, verrassing en walging. Deze emoties zijn weergegeven in Figuur 1. Naast deze fundamentele basisemoties bestaan er

echter ook complexere emoties, zoals jaloezie en schaamte. Naast gezichtsemoties kan emotionele informatie ook afgelezen worden uit andere bronnen, zoals de lichaamshouding of hoe de stem klinkt (prosodie).



Figuur 1: Basisemoties (afbeelding: Pantic et al., 2009)

Sociale perceptie

Het vermogen om sociale signalen op te pikken en het gedrag hierop kunnen afstemmen wordt sociale perceptie genoemd (Couture et al., 2006; Penn, Ritchie, Francis, Combs, & Martin, 2002). Kort gezegd verwijst sociale perceptie naar het begrip van de sociale situatie. Rekening kunnen houden met de (sociale) context en sociale normen valt hier ook onder. Als je bijvoorbeeld iemand ziet huilen, zou je de conclusie kunnen trekken dat deze persoon verdrietig is. De context is echter ook belangrijk voor de interpretatie: de tranen kunnen ook van blijdschap zijn, bijvoorbeeld wanneer de moeder van de bruid een traan wegpinkt op een bruiloft. Dezelfde tranen kunnen dus verschillende betekenissen hebben afhankelijk van de context (Penn et al., 2002). Onder sociale perceptie wordt verder het begrip van sociale conventies gerekend. Wanneer iemand bij een verjaardag aankomt, komt het in Nederland bijvoorbeeld vaak voor dat men een rondje langs de reeds gearriveerde gasten maakt om iedereen te begroeten en feliciteren. Wanneer je iemand dit ziet doen, kun je dus de conclusie trekken dat deze persoon net binnen is gekomen. Dit inzicht valt onder sociale perceptie.

Theory of Mind

Met Theory of Mind (ToM) wordt het vermogen om je in te leven in de belevingswereld van een ander bedoeld. Eerste orde ToM houdt in dat je kunt inschatten wat een ander denkt, bijvoorbeeld: "Jan vindt dit niet leuk". Wanneer je je probeert in te leven in de ideeën van een ander over het perspectief van iemand anders dan hem-/haarzelf, wordt dit 'tweede orde ToM' genoemd (Frith & Corcoran, 1996). Bijvoorbeeld: Marcus doet kortaf tegen Erica, wat haar verdrietig maakt. Tweede orde ToM houdt in dat je kunt inschatten dat Erica denkt dat Marcus boos op haar is. Het onderdrukken van het eigen perspectief en afleiden dat iemand anders iets denkt waarvan de toeschouwer weet dat het niet klopt, wordt begrip van *false beliefs* genoemd (Frith & Corcoran, 1996). Bijvoorbeeld: Marcus legt zijn sleutels op tafel en gaat douchen. Erica is intussen het huis aan het opruimen en legt de sleutels in de lade. Als Marcus zich heeft aangekleed en de deur uit wil gaan, zal hij eerst naar zijn sleutels gaan zoeken op tafel, want dat is immers waar hij ze heeft achtergelaten. Begrip van *false beliefs* houdt dus in dat een toeschouwer begrijpt dat Marcus denkt dat de sleutels op tafel liggen. Wat verder eveneens onder ToM wordt gerekend is *hinting* (het begrijpen van wat iemand met een hint bedoelt; Corcoran, Mercer, & Frith, 1995) en het kunnen herkennen van een *Faux Pas* (een sociale misstap; Stone, Baron-Cohen, & Knight, 1998). Een voorbeeld van een Faux Pas is wanneer je een gemene grap maakt over iemand, terwijl diegene achter je staat zonder dat je dat door hebt en alles gehoord heeft. Begrijpen waarom iets een misstap is, waarom iemand een dergelijke misstap maakt, en wat voor effect dit op een ander heeft, is onderdeel van ToM.

Effect op sociaal functioneren

Verstoringen in de sociale cognitie hangen sterk samen met problemen in het functioneren, zoals werkloosheid en problemen in relaties (Couture et al., 2006). In Figuur 2 staat een schematische weergave van hoe sociale cognitieproblemen kunnen leiden tot verminderd functioneren (gebaseerd op Couture et al., 2006, p.546). Dit model stelt dat functionele beperkingen stammen uit verstoringen op verschillende niveaus van sociale cognitie. Hierbij moet opgemerkt worden dat sociaal-cognitieve processen niet in isolatie bestaan, maar onderdeel van elkaar zijn en interacteren. Op een relatief basaal niveau, emotieperceptie, zijn er problemen met de interpretatie van een stimulus. Op een hoger niveau, sociale perceptie, wordt onvoldoende gebruik gemaakt van de context en andere sociale signalen, waardoor iemand moeite heeft om betekenis te geven aan de stimulus. Gecombineerd met een onvermogen om zich in te leven in anderen (ToM) kan dit ervoor zorgen dat de belevingswereld van de ander verkeerd ingeschat wordt. Wanneer de persoon vervolgens een handelwijze kiest, kan deze gebaseerd zijn op een verkeerde aanname over de ander. Dit kan weer zorgen voor dysfunctioneel gedrag, wat op zijn beurt voor problemen in het dagelijkse functioneren zorgt. Een voorbeeld van dit model is te vinden in Box 1.



Figuur 2: Model van functionele impact problemen in sociale cognitie

Box 1: De functionele impact van beperkingen in de sociale cognitie: Een voorbeeld

Joey is een man van 25 die last heeft van psychotische klachten. Hij woont bij zijn familie. Op een dag heeft Joey's moeder een frons op haar gezicht. Ze zucht en kijkt voortdurend op haar horloge. Joey snapt niet zo goed waarom ze zich zo gedraagt. Is ze boos op hem? Maar hij zou niet weten waarom, hij heeft immers niets verkeerd gedaan. Hij wordt daarom zelf ook boos. Wanneer ze hem vraagt of hij even aan de kant wil gaan omdat ze er langs wil, snauwt hij tegen haar "Mens, doe eens even rustig! Je hebt ook altijd de pik op mij!". Waar Joey geen rekening mee houdt, is dat zijn moeder niet boos was, maar bezorgd (emotieperceptie). Joey vergeet er rekening mee te houden dat zijn moeder verteld heeft dat ze met een vriendin heeft afgesproken om naar de bioscoop te gaan, maar dat haar vriendin al een kwartier te laat is terwijl de rest al bij de bioscoop op hen wacht. Ze maakt zich dus zorgen dat ze te laat zullen komen (sociale context). Haar stemming heeft dus niets met Joey te maken, maar hij vat het persoonlijk op omdat hij denkt dat ze hem iets verwijt (ToM). Daardoor reageert hij op een niet-constructieve manier op de vraag van zijn moeder (sociaal gedrag). Dergelijke situaties komen vaker voor, waardoor Joey en zijn moeder een moeilijke relatie hebben. Hierdoor vindt Joey de band met zijn familie maar lastig, en trekt hij zich liever terug op zijn kamer. Hier hoeft hij niet met zijn familie te praten, maar het zorgt er wel voor dat Joey steeds meer geïsoleerd raakt (verminderd sociaal functioneren).

Sociale Cognitietraining

Om sociale cognitie te verbeteren, zijn er verschillende interventies ontwikkeld. Dit wordt sociale cognitietraining (SCT) genoemd (Horan et al., 2008). In SCT wordt met behulp van computerprogramma's, afbeeldingen, groepsdiscussies en/of coaching geoefend met sociaal-cognitieve vaardigheden. Men maakt daarbij bijvoorbeeld gebruik van strategie-training, waarin samen met de deelnemer de beste strategie voor het uitvoeren van een taak wordt gekozen, en veelvuldig herhaalde oefening (Paquin, Wilson, Cellard, Lecomte, & Potvin, 2014). Bij SCT start men vaak met fundamentele processen (bv. emotieperceptie) die als bouwstenen dienen voor complexere vaardigheden, zoals hogere orde ToM-processen (Roder, 2015). DiSCoVR is ook op een deze manier opgebouwd.

Uit twee recente meta-analyses (Kurtz, Gagen, Rocha, Machado, & Penn, 2016; Kurtz & Richardson, 2012) is gebleken dat sociale cognitietraining zowel de beperkingen in de meeste domeinen van sociale cognitie vermindert, als het sociaal functioneren verbetert. De grootte van dit effect varieerde van middelgroot tot groot. Voor succesvolle (sociaal-)cognitieve rehabilitatie en het vergroten van het sociale functioneren is het echter zeer belangrijk dat het geleerde materiaal geïntegreerd wordt in het dagelijkse leven (Wykes et al., 2011). De bij SCT gebruikte materialen zijn vaak niet interactief (bijvoorbeeld Powerpoint-slides en afbeeldingen) en oefeningen simuleren daarom dagelijkse sociale interacties wellicht onvoldoende. In echte interacties zijn er namelijk veel verschillende zaken die tegelijkertijd spelen: emotionele uitdrukking, lichaamstaal, de omgeving, wat eraan vooraf is gegaan, etc. Idealiter zou in SCT met dagelijkse situaties in de echte wereld geoefend worden, maar dit is in de praktijk niet haalbaar omdat de gewenste trainingssituaties zich niet altijd voordoen en niet gemakkelijk aangepast of herhaald kunnen worden. DiSCoVR biedt een oplossing voor dit probleem, door SCT in virtual reality (VR) aan te bieden.

Opbouw van DiSCoVR

De training bestaat uit zestien sessies, die twee keer per week plaatsvinden. Het beste is als dit op vaste tijdstippen gebeurt met tenminste één dag ertussen, zodat de deelnemer tijd heeft om thuis te oefenen. DiSCoVR bestaat uit drie modules (zie Tabel 1) : emotieperceptie (1), sociale perceptie en Theory of Mind (2), en sociale interactie (3). Dit komt overeen met het theoretische model in Figuur 2. DiSCoVR is dus opgebouwd van eenvoudig naar complex: eerst wordt geleerd hoe sociale signalen herkend en opgevat kunnen worden (emotieperceptie en sociale perceptie), vervolgens leren deelnemers deze signalen te koppelen aan de belevingswereld van anderen (ToM) en tenslotte leren zij hoe ze deze kennis kunnen gebruiken om een handige reactie te kiezen (sociaal gedrag).

Tabel 1: Overzicht van DiSCoVR

Module	Sessies	Beoogd proces	Korte beschrijving	Gebruik van VR
-	1-2	Introductie	Kennismaking met therapeut en vaststellen trainingsdoelen, leren de VR-omgeving te gebruiken.	Oefenen met rondlopen en multiple-choice menu's.
1	2-5	Emotie-perceptie	Deelnemers leren over de verschillende emoties en oefenen hiermee in een omgeving waarin zij emoties van virtuele personen (avatars) moeten herkennen.	Rondlopen in een winkelstraat en identificeren van emoties.
2	6-7	Sociale perceptie	Deelnemers leren om emoties in een sociale context te plaatsen door het observeren van interacties tussen avatars.	Bekijken interacties van avatars en inschatten hoe zij zich voelen.
2	8-9	Theory of Mind	Deelnemers leren om rekening te houden met situationele en emotionele context om de gedachten en intenties van avatars in te schatten.	Bekijken interacties van avatars en inschatten wat zij denken/vinden/bedoelen.
3	10-16	Sociale interactie	Deelnemers gebruiken de tot dusver opgedane kennis als actieve deelnemer in interacties met avatars.	Interactieve rollenspellen met de therapeut via een avatar met stemvervorming.
-	16	Evaluatie	Reflectie, plan maken voor consolidatie.	

Voor wie is DiSCoVR?

DiSCoVR is bedoeld voor mensen met een psychotische stoornis, die problemen ervaren in de sociale cognitie. Dit kan zich op verschillende manieren uiten. In Tabel 2 staan enkele voorbeelden per sociaal-cognitief domein. Hierbij moet opgemerkt worden dat de problemen die gepaard gaan met beperkingen in de sociale cognitie, vaak voortkomen uit tekorten in meerdere sociaal cognitieve domeinen. In het bovenstaande voorbeeld over Joey en zijn moeder (pagina 8), was het bijvoorbeeld zo dat het misverstand door problemen op meerdere domeinen ontstaan was: hij kreeg ruzie met haar omdat hij haar emotie niet accuraat herkend had, deze inaccurate emotie verkeerd in de sociale context geplaatst had, daardoor een verkeerde aanname over haar gedachten en gevoelens had, en op basis daarvan weer een onhandige reactie koos.

Tabel 2: Beperkingen in sociale cognitie

Domein	Tekenen
Emotieperceptie	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Niet doorhebben dat iemand anders boos, afkeurend of ongeïnteresseerd kijkt. Of juist positieve emoties niet waarnemen, alleen negatieve. ▪ Neutrale gezichtsuitdrukkingen waarnemen als negatieve emoties. ▪ Moeilijk onderscheid kunnen maken tussen verschillende emoties, bijvoorbeeld walging en boosheid of angst en verrassing.
Sociale perceptie	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Niet oppikken van sociale signalen. ▪ Niet goed kunnen inschatten of iets wel of niet gepast is. ▪ Moeite met het koppelen van de context (bijvoorbeeld de situatie of dingen die eerder zijn gebeurd) aan het gedrag van anderen, bijvoorbeeld: niet realiseren dat iemand boos kan kijken omdat hij/zij net een uitbrander heeft gehad op het werk.
Theory of Mind	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Het niet of verkeerd begrijpen van hints, humor en/of sarcasme. ▪ Dingen overmatig op jezelf betrekken. ▪ Verminderde empathie, beperkt inlevingsvermogen. ▪ Waan-achtige of incorrecte verklaringen geven aan gezichtsuitdrukkingen en/of acties van anderen, omdat je de mentale toestand van de ander niet goed kunt inschatten.
Sociaal gedrag	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sociaal inadequaat gedrag, bijvoorbeeld het maken van ongepaste opmerkingen. ▪ Slecht zijn in 'smalltalk', moeite met het aanknopen van een gesprek. ▪ Egocentrisch gedrag (bv.: overmatig aan het woord zijn in een gesprek, weinig interesse in anderen tonen).

Sociaal Functioneren

- Veel conflicten met anderen hebben, bijvoorbeeld omdat je de opmerkingen of acties van een ander niet goed begrijpt en daardoor (ten onrechte) als vijandig opvat.
- Je ongemakkelijk of angstig voelen in sociale situaties, bv. omdat je niet goed weet wat er in de ander omgaat, en daardoor denkt dat hij/zij jou negatief evalueert. Hierdoor contact vermijden.
- Niet weten waar je het met anderen over moet hebben, bv. omdat je niet goed kunt inschatten welke gedeelte interesses jullie hebben.
- Het gevoel heeft dat dingen langs je heen gaan, niet goed weten wat mensen met bepaalde opmerkingen bedoelen.
- Geen baan kunnen vinden, bv. omdat je in sollicitatiegesprekken niet goed weet hoe je vragen moet interpreteren en wat gepast is binnen een sollicitatie-context.
- Weinig vrienden hebben, bv. omdat je het moeilijk vindt om sociale contacten te onderhouden; je snapt niet goed wat anderen van je verwachten en vindt het lastig om een wederkerige band op te bouwen.

Veel mensen met een psychotische stoornis hebben beperkt inzicht in de cognitieve problemen die zij hebben (Medalia, Thysen, & Freilich, 2008). Het gevolg hiervan is dat iemand die last heeft van problemen in de sociale cognitie, dit bij zichzelf wellicht niet als zodanig herkent. Zij herkennen zich mogelijk meer in problemen uit de categorie 'Sociaal Functioneren' in bovenstaande tabel. Mogelijke sociaal-cognitieve achterliggende oorzaken zijn cursief gedrukt. Een belangrijke voetnoot is dat die problemen niet enkel door verstoorde sociale cognitie komen, maar meerdere oorzaken kunnen hebben. Je ongemakkelijk voelen in het openbaar kan bijvoorbeeld ook te maken hebben met sociale angst, depressieve symptomen, of waanbeelden. DiSCoVR is echter op sociale cognitie gericht; dergelijke factoren liggen daarom buiten de strekking van deze training. Het verder uitzoeken van de achterliggende oorzaken van problemen kan meer duidelijkheid geven over of ze veroorzaakt worden door sociaal-cognitieve verstoringen. Hier is in sessie 1 en 2 ruimte voor gemaakt in het protocol.

Doelen

Om de in de training aangeleerde concepten ook te oefenen in het dagelijkse leven, wordt gewerkt aan de hand van doelen. Deze doelen worden aan het begin van de training in overleg met de deelnemer gekozen. Er wordt regelmatig gereflecteerd op hoe het geleerde materiaal inzetbaar is om het doel te bereiken. In het laatste deel van de training kan geoefend worden met situaties die met het doel te maken hebben.

De gekozen doelen moeten sociale doelen zijn waar mee geoefend kan worden in VR. Het is dus belangrijk dat er een sociaal-cognitief proces is dat onderliggend is aan het sociale probleem waar de deelnemer tegenaan loopt. Als behandelaar is het daarom belangrijk om goed uit te vragen wat er precies misgaat, met name ook qua sociale cognitie. Een voorbeeld: een deelnemer heeft vaak conflicten met anderen. Bij doorvragen komt de therapeut erachter dat de deelnemer vaak onterecht dingen op zichzelf betreft. Als een collega bijvoorbeeld chagrijnig is wordt de deelnemer boos, denkend dat hem/haar iets kwalijk wordt genomen. Achteraf blijkt dan soms dat het helemaal niet over de deelnemer ging maar dat die collega gewoon een slechte dag had. Als de deelnemer in een verkeerde veronderstelling vervolgens vervelend op de collega reageert, kan dit een oorzaak zijn van de ervaren conflicten.

Het kan soms lastig zijn om doelen te kiezen die op sociaal-cognitieve problemen terug te voeren zijn. Om deze reden wordt in de training eerst uitgebreid een inventarisatie gedaan van de problemen die de deelnemer ondervindt in de sociale cognitie en het dagelijkse functioneren. Aan de hand van de problemen in sociaal gedrag en functioneren en door de sociaal-cognitieve factoren te vinden die daar onderliggend aan zijn, kunnen doelen geformuleerd worden geschikt zijn en aansluiten bij de wensen van de deelnemer. Hier krijgen trainers supervisie en ondersteuning in. In Tabel 3 is een lijst met voorbeelddoelen toegevoegd; hier kan eventueel samen met de deelnemer een doel uit gekozen worden.

Om een goede doelen te kiezen, kan het volgende stramien gevolgd worden:

- Inventariseer in de eerste sessie wat de functionele problemen zijn waar de deelnemer tegenaan loopt. Vraag goed uit hoe deze problemen in elkaar steken. Houd voor jezelf de vraag in het achterhoofd: welke sociaal-cognitieve factoren zijn onderliggend? Zijn er problemen in de emotieperceptie, sociale perceptie, ToM, sociaal gedrag? Dus: hoe kun je het probleem relateren aan sociale cognitie?
- Laat de deelnemer tussen de eerste en tweede sessie nadenken over wat hij/zij graag met de training zou willen bereiken.
- Vorm voor jezelf een hypothese over achterliggende oorzaken voor de functionele problemen, waar de training op gericht kan worden. Bespreek de casus tussen de eerste

en tweede sessie in supervisie (tijdens de intervisiebijeenkomst of in het wekelijkse spreekuur). Denk in de supervisie vast na over wat mogelijk passende doelen zouden kunnen zijn.

- Bespreek in de tweede sessie de doelen die de deelnemer zelf heeft bedacht. Stel deze waar nodig bij. Kies samen (voorlopige) doelen.
- Wanneer naar verloop van tijd blijkt dat doelen niet passend zijn (te moeilijk of makkelijk), of dat er andere dingen nodig zijn dan aanvankelijk verwacht, kunnen doelen op elk moment bijgesteld worden. Benadruk dit ook richting de deelnemer.

In Tabel 3 staan voorbeelden van hoe je van problemen naar (concrete) doelen kunt redeneren. Houd hierbij rekening met het volgende:

- **Doelen moeten sociaal van aard zijn, en moeten een sociaal-cognitieve achtergrond hebben.** Doelen als 'beter met geld omgaan' of 'afspraken beter onthouden' zijn niet gemakkelijk terug te voeren op sociale cognitie. DiSCoVR is daarom niet geschikt om te helpen bij het bereiken van dergelijke doelen.
- Formuleer doelen in de eigen woorden van de cliënt. Het is niet erg als je in het doel niet expliciet sociale cognitie benoemt. Dit kan soms te abstract zijn voor deelnemers, en sluit niet altijd aan bij hun beleavingswereld. Houd wel altijd voor jezelf de relatie met sociale cognitie in het achterhoofd bij het oefenen met de doelen. Dus als een deelnemer bijvoorbeeld vertelt dat hij/zij in een situatie onterecht dacht dat iets persoonlijk bedoeld was, houd dan voor jezelf helder dat dit mogelijk een probleem in Theory of Mind kan zijn.
- Leg daarnaast met de deelnemer expliciet de koppeling tussen het doel en sociale cognitie en de oefeningen uit de training. Dus in het vorige voorbeeld kan de trainer bij het inschatten van de gedachten, gevoelens en het gedrag van de ander stilstaan bij de gedachten van de deelnemer (wat maakte dat je dacht dat het over jou ging? Hoe voelde je je en hoe gedroeg je je vervolgens?) en de interactiepartner (wat was de situatie en wat kan diegene op dat moment gedacht en gevoeld hebben? Waarom gedroeg hij/zij zich op een manier die jij persoonlijk had opgevat?).
- Doelen moeten realistisch zijn. Een doel als "binnen twee weken een serieuze relatie hebben" voor iemand die momenteel vrijgezel is, is in veel gevallen niet erg realistisch. "Leren hoe ik een op een leuke manier met iemand contact kan leggen met iemand op een datingwebsite" is voor deze persoon misschien een realistischer doel.
- Je kunt een overkoepelend, globaal doel invulling geven door concrete opdrachten mee te geven tussen sessies. Deze opdrachten combineren idealiter een sociaal-cognitieve vaardigheid met een activiteit die bij het doel past. Bijvoorbeeld: iemand met het doel 'Nieuwe contacten leggen' kan als huiswerkopdracht een onbekende aanspreken op straat en op de emotionele signalen van de ander letten terwijl hij/zij dit doet.

Tabel 3: Van probleem tot doel: voorbeelden

Probleem	Mogelijke achterliggende sociaal-cognitieve oorzaken	Voorbeeld(en) van doel
<i>Veel conflicten met vrienden, familie of partner hebben</i>	Opmerkingen of acties van een ander niet goed begrijpen en daardoor (ten onrechte) als vijandig opvatten. Handelen vanuit verkeerde aannames over de gevoelens/gedachten van de ander. Onvoldoende gebruik maken van de sociale signalen die anderen afgeven (bijvoorbeeld: flauwe grap over iemand maken als die een rottag heeft).	Verbeterde relatie met vrienden, familie, partner, etc. Op een handige, opbouwende manier met conflicten en/of meningsverschillen om gaan.
<i>Je ongemakkelijk voelen in sociale situaties, niet weten waar je het met anderen over moet hebben</i>	Niet goed kunt inschatten wat iemand anders interessant vindt. Niet goed weten wat er in de ander omgaat, en daardoor denken dat hij/zij jou negatief evalueert.	Een gesprek kunnen aanknopen met iemand die ik niet ken.
<i>Dingen op te veel op jezelf betrekken</i>	Niet goed weten wat er in de ander omgaat, waardoor je de intenties van anderen verkeerd inschat. Onvoldoende begrip wat ten grondslag ligt aan het gedrag van anderen en hoe hun emoties, gedachten en gedrag samenhangen. Negatieve inschatting van neutrale stimuli (opmerkingen, gezichten)	Beter snappen wat er in de ander omgaat zodat ik niet onterecht dingen op mijzelf betrek.
<i>Geen of weinig vrienden hebben / weinig sociale contacten hebben</i>	Niet goed weten waar je het met mensen over moet hebben omdat je niet goed kunt inschatten wat zij interessant vinden. Het lastig vinden om initiatief te nemen in sociaal contact. Niet wederkerig contact maken, bijvoorbeeld constant aan het woord zijn of ongepaste opmerkingen maken, waardoor mensen de deelnemer niet aardig vinden.	Nieuwe contacten leggen, mensen ontmoeten. Bestaande vriendschappen verbeteren. Beter worden in sociaal contact, meer interesse tonen in andere mensen. Vaker een praatje aanknopen met anderen.
<i>Geen werk kunnen vinden, problemen op het werk</i>	Niet goed kunnen inschatten wat gepast is in een professionele situatie. Onvoldoende gebruik maken van sociale signalen, in werk of sollicitaties.	Beter worden in het voeren van sollicitatiegesprekken
<i>Niet goed je behoeften, gedachten, wensen en/of grenzen aan anderen kunnen communiceren, onvoldoende assertief (kunnen) zijn.</i>	Slecht inzicht in eigen gedachten, gevoelens en gedrag. Het moeilijk vinden om gedachten, gevoelens en gedrag op een manier uit te leggen dat deze helder voor een ander is.	Duidelijk naar anderen communiceren wat mijn wensen en/of behoeften zijn.

Strategieën

Bij DiSCoVR wordt zowel van veelvuldige oefening (herstel) als van strategie-training (compensatie) gebruik gemaakt. In de training worden enkele strategieën aangereikt aan de deelnemer, maar het inbrengen van eigen strategieën wordt aangemoedigd en heeft de voorkeur. Strategieën die de deelnemer niet handig vindt om in de training te gebruiken kunnen het beste worden losgelaten – diegene gaat de strategie dan toch niet in zijn of haar eigen leven toepassen. Het is wel belangrijk dat de deelnemer elke strategie tenminste één keer serieus geprobeerd heeft. Voordat aan een taak begonnen wordt, kiest de deelnemer een of meerdere strategieën die hij of zij kan gebruiken. **Doe dit iedere keer, ook in de latere modules.** Na het uitvoeren van de taak worden de gebruikte strategieën geëvalueerd. Hierbij kan op de volgende zaken gelet worden:

- Hielp de strategie bij het uitvoeren van de taak?
- Hoe ging het uitvoeren van de strategie? Past deze bij jou?
- Voor welke situaties is de strategie nuttig en voor welke niet?
- Hoe kun je de strategie toepassen in je eigen leven? Hoe koppel je de strategie aan het doel dat je gesteld hebt?

Domein	Voorbeeld van een strategie
Emotieperceptie	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Op gezichtskenmerken (ogen, mond, wenkbrauwen, wangen, etc.) letten. ▪ Emoties nadoen, mits dat passend is in de sociale situatie. ▪ Situaties vergelijken met dingen die je zelf hebt meegemaakt en bedenken hoe dat voor je was. ▪ Bedenken hoe je je zelf zou voelen. ▪ Kijken naar iemands postuur/gebaren/lichaamstaal. ▪ Luisteren naar hoe iemands stem klinkt. ▪ Aan een buitenstaander vragen hoe hij/zij denkt dat iemand zich voelt, of navragen bij de betreffende persoon zelf.
Sociale perceptie en ToM	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Voor jezelf de situatie kort samenvatten en alle belangrijke feiten op een rijtje zetten. ▪ Bij elk 'feit' jezelf afvragen of dit echt zo is, of dat jij het zo hebt opgevat. ▪ Vergelijken met eerdere ervaringen die je met die persoon of soortgelijke situaties hebt. ▪ Aan iemand vragen hoe hij/zij zich zou voelen in een bepaalde situatie.
Sociale Interactie	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Voordat je iets doet of zegt, jezelf afvragen: helpt dit gedrag mij, of maakt het dingen erger? ▪ Een lijst maken met alle dingen die je zou kunnen doen, en dan de beste optie kiezen. ▪ Oefenen met situaties die je lastig vindt in een rollenspel, bijvoorbeeld met een vriend(in) of familielid of met je trainer. ▪ Samenvatten wat de ander gezegd heeft, en vragen of je hem/haar goed begrepen hebt. ▪ In een situatie waarin je twijfelt wat de ander van je wil, navragen wat volgens hen de beste manier is om iets aan te pakken. ▪ Aan iemand anders vragen hoe hij of zij zou reageren. ▪ Voordat je iets doet of zegt, jezelf afvragen wat er in de ander omgaat en waarom hij/zij zich op een bepaalde manier gedraagt.

Overig

- Jezelf een “time out” geven (bijvoorbeeld: even op je telefoon kijken, of naar het toilet gaan) zodat je je gedachten even op een rijtje kunt zetten.
- Vragen of je er later op terug mag komen.
- Met een vriend(in), partner of familielid een (eventueel geheim) ‘seintje’ afspreken dat je even niet goed weet wat er gaande is, zodat hij/zij op een subtiele manier jou kan helpen of het aan je uit kan leggen.

Bij het gebruik van strategieën is het belangrijk om de deelnemer te blijven stimuleren ze te gebruiken. Blijf dus ook in de latere modules steeds voor het oefenen in VR een strategie kiezen. De genoemde strategieën zijn ook te vinden in het werkboek van de deelnemer (pagina 3 en 4).

Huiswerkopdrachten

(Sociaal)-cognitieve training heeft de grootste kans van slagen wanneer het zo veel mogelijk wordt geïntegreerd met het dagelijkse leven. Om dit te bevorderen, wordt bij DiSCoVR na elke sessie de deelnemer gevraagd om een strategie of techniek thuis te oefenen. Het beste kan dit gecombineerd worden met sociale activiteiten die bij het doel van de deelnemer passen. Hierdoor leert de deelnemer hoe hij of zij de geleerde concepten in het eigen dagelijkse leven moet toepassen, maar ook welke technieken en strategieën voor hem of haar geschikt zijn. Leg dit uit aan de deelnemer en geef bij het uitleggen van de opdracht altijd toelichting over het achterliggende doel van de opdracht; als de deelnemer het nut van een opdracht niet inziet, zal hij of zij niet gemotiveerd zijn om de opdracht uit te voeren. Het kan gebeuren dat de deelnemer zijn of haar huiswerkopdrachten niet uitvoert. In de beschrijving van de sessie staat dan beschreven hoe je hier mee om kunt gaan. Complimenteer elke inzet en/of resultaten die de deelnemer wél had en negeer oncoöperatief gedrag zo veel mogelijk. Probeer de oorzaak te achterhalen en aan de hand hiervan een passende oplossing te verzinnen.

Positieve bekrachtiging

DiSCoVR gaat uit van de kracht van de deelnemer: wat hij of zij goed kan, gebruiken om de onderdelen die minder gaan te compenseren. Het is dus heel belangrijk om de dingen die goed gaan, positief te bekrachtigen: benoem het expliciet en complimenteer de deelnemer voor het gebruik ervan. Zoek dus, ook als opdrachten niet goed gaan, de sterke eigenschappen en vaardigheden van de deelnemer en bedenk manieren waarop ze kunnen helpen bij de dingen die niet goed gaan. Moedig hem of haar aan om actief mee te denken en beslissen, door die onderdelen van de training mee te nemen die voor hem of haar het beste passen en zo veel mogelijk de inhoud te koppelen aan eigen doelen en vaardigheden.

Virtual Reality

Virtual Reality (VR), letterlijk een virtuele werkelijkheid, is een methode waarbij een virtuele wereld gecreëerd wordt. Het is niet echt, maar het voelt wel echt: VR is een interactieve ervaring die psychologische en lichamelijke reacties ontlokt die vergelijkbaar zijn met die in de echte wereld (Veling, Moritz, & van der Gaag, 2014). Met een 3D-bril bevindt de gebruiker zich in deze gesimuleerde virtuele wereld. De bril reageert op de hoofdbewegingen van de gebruiker, waardoor het beeld mee verandert als de deelnemer zijn hoofd beweegt, net als in de echte wereld. VR is dus zeer realistisch en interactief. Tegelijkertijd is VR controleerbaar, waardoor dynamische situaties uit het dagelijks leven gesimuleerd kunnen worden en sociaal-cognitieve vaardigheden kunnen worden getraind. Deze eigenschappen maken VR zeer geschikt om SCT aan te bieden. In het verleden is weliswaar aangetoond dat VR een geschikt medium is om sociale vaardigheden te trainen (Park et al., 2011; Rus-Calafell, Gutiérrez-Maldonado, & Ribas-Sabaté, 2014), maar sociale cognitietrainingen in VR waren tot dusver in nog niet ontwikkeld of empirisch bestudeerd. Voor dit doeleinde is DiSCoVR ontwikkeld.



Figuur 3: Virtuele omgevingen en personen in DiSCoVR.

VR in DiSCoVR

De training kan gewoon gegeven worden in een kantoorruimte of andere plaats waar de opstelling kan staan. We hebben een computerprogramma ontwikkeld waarmee je als trainer samen met de deelnemer, zestien sessies zult doorlopen, waarin de sociale situaties en de opdrachten verwerkt zijn die oplopen in complexiteit. Als de deelnemer de 3D-bril tijdens de training op doet, ziet hij een door de computer gemaakte wereld om zich heen. In de virtuele wereld kan hij rondlopen door een joystick te gebruiken en virtuele mensen tegenkomen ('avatars'). Gebruikers kunnen interacteren met deze avatars: ze reageren op de deelnemer en

laten verschillende emoties en acties zien, zowel onderling als met de deelnemer. Zo kun je als trainer in de virtuele wereld oefeningen gaan doen die de deelnemer kan helpen in de 'echte wereld' om beter met moeilijke situaties om te gaan. In de komende sectie van het protocol zal de hardware die bij DiSCoVR gebruikt wordt, toegelicht worden. De software staat beschreven bij de module waar deze bij hoort; voor module 1 is dat vanaf pagina 26; voor module 2 is dat vanaf pagina 48; en voor module 3 is dat vanaf pagina 69.

Apparatuur

In de ruimte waar de training plaatsvindt dient de volgende apparatuur aanwezig te zijn:

- Twee computers: één waarop de trainer het programma bedient (de '*interface*': 1) en één voor de deelnemer (waar het VR-programma op gedraaid wordt en is te zien wat de deelnemer door de bril ziet: 2);
- Een Oculus Rift (3);
- Een microfoon (4).



- Oordopjes en oorschelpen:



- Een Xbox-Controller:



De VR werkt niet! Wat nu?

Als je technische problemen hebt, voer dan altijd de volgende drie stappen uit:

- Controleer of alle kabels zijn aangesloten.
- Start het DiSCoVR-programma opnieuw op.
- Start beide PC's opnieuw op.

Als dit het probleem niet heeft verholpen, kijk dan in Bijlage 3 voor veelvoorkomende problemen. Staat je probleem hier niet tussen? Of is het probleem niet opgelost nadat je de instructies hebt opgevolgd? Bel dan CleVR: **085 - 401 06 31** (dit nummer vind je ook op stickers op de apparatuur). Zij zullen je dan helpen om het probleem op te lossen.

Cybersickness

Bij Virtual Reality is bekend dat sommige mensen last van *cybersickness* kunnen krijgen. Tekenen van cybersickness zijn onder andere: Misselijkheid of overgeven, duizeligheid, draaierigheid, vermoeide ogen, desoriëntatie, droge mond, bleekheid en zweten (Davis, Nesbitt, & Nalivaiko, 2014; LaViola, 2000). Als trainer is het belangrijk om alert te zijn op deze symptomen. Om cybersickness te voorkomen kunnen de volgende maatregelen genomen worden (Rebenitsch, 2015):

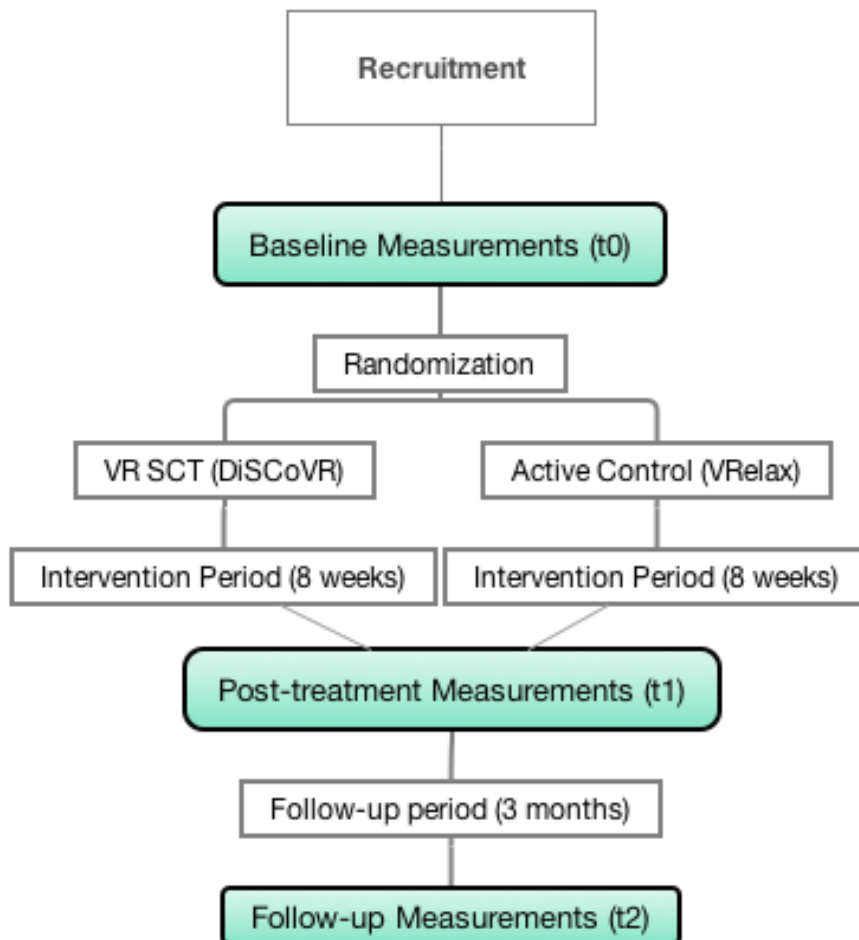
- De tijd in VR gradueel opbouwen. Hier is in het protocol rekening mee gehouden.

- De instructie geven niet te snel te bewegen en rond te kijken. Deelnemers die gevoelig zijn voor cybersickness kunnen het beste voornamelijk rechtdoor lopen en niet te veel bochten nemen en/of ronddraaien, tot zij meer gewend zijn aan VR.
- Zorgen dat er een raam open staat zodat er voldoende frisse lucht is.

Als iemand toch last krijgt van cybersickness is de eerste stap om de bril af te zetten en pauze te nemen. Het kan helpen om iemand te laten zitten. Eventueel kun je een glas water aanbieden. Het is mogelijk dat iemand zodanig last heeft van cybersickness dat de sessie of zelfs de training afgebroken moet worden. Neem in dit geval altijd contact op met Saskia Nijman, s.a.nijman@umcg.nl.

Het DiSCoVR-onderzoek

In de DiSCoVR-studie onderzoeken wij het effect van DiSCoVR door het te vergelijken met een actieve controlegroep (VR-ontspanning: VRelax). De primaire uitkomstmaat van dit onderzoek is sociale cognitie (emotieperceptie, sociale perceptie en ToM). Daarnaast bestuderen we ook of DiSCoVR effect heeft op het sociaal functioneren en op (de ervaring van) sociaal gedrag in het dagelijkse leven. Tenslotte wordt het effect op secundaire maten onderzocht (o.a. sociale angst, stress, angst, depressie, paranoia, positieve en negatieve symptomen, zelfwaardering). Het onderzoeksdesign ziet er als volgt uit:



Enkele aandachtspunten m.b.t. het onderzoek

Aangezien het een onderzoek betreft, zijn er enkele dingen waar je als behandelaar in DiSCoVR op moet letten.

- Houd de onderzoekers (m.n. Saskia) op de hoogte van je vorderingen in de behandelingen. Geef altijd een seintje als je start met een behandeling en als je (bijna) klaar bent.
- In sessie 3 wordt je gevraagd om een vragenlijst af te nemen bij de deelnemer (SSQ). Doe dit direct na de VR-sessie. Je vindt de vragenlijst in je trainer-werkboek.
- Wanneer je klaar bent met een behandeling, is het de bedoeling dat je een scan of foto's van het trainer-werkboek maakt (of laat maken) en mailt naar: s.a.nijman@umcg.nl. Lever de papieren versie in bij de studie-coördinator van je instelling (UMCG/GGZ Drenthe: Saskia Nijman, GGZ Delfland: Elsbeth Zandee of Lisa van Os, Zeeuwse Gronden: Daniëlle Zandstra).
- Om achteraf te kunnen achterhalen in hoeverre het therapeuten gelukt is om het protocol te volgen, is het belangrijk dat de sessie-formulieren **volledig** worden ingevuld. Doe dit na iedere sessie. Het kost ongeveer 2 minuten.
- Het is de bedoeling dat de assessoren van het onderzoek blind zijn voor de conditie van deelnemers. **Dit houdt in dat de onderzoeksassistenten absoluut niet mogen weten welke training een deelnemer heeft gehad.** Zorg dus dat je hiervoor voorzorgsmaatregelen neemt:
 - Bespreek met de onderzoeksassistenten zo min mogelijk inhoudelijke details.
 - Bespreek de deelnemers niet waar de onderzoeksassistenten bij zijn (bijvoorbeeld in MDO's of in gesprek met collega's).
 - Zorg dat de onderzoeksassistenten geen onderzoeksdocumenten (zoals trainer-werkboeken) onder ogen krijgen.
 - Instrueer deelnemers om niet tegen de onderzoeksassistent te zeggen welke training ze hebben gekregen.

Wat moet ik doen als iemand wil stoppen?

In vrijwel ieder onderzoek komt het voor dat deelnemers vroegtijdig stoppen. Hier kun je op de volgende manier mee omgaan:

- Als je merkt dat de inzet van de deelnemer beperkt is, of dat hij/zij weinig betrokken is bij de training, probeer dan te achterhalen waar dit aan ligt. Misschien kan er het e.e.a. aangepast worden (bijvoorbeeld: tijdelijk een lagere frequentie van de training, kortere VR-sessies, andere invulling, etc.) dat het voor hem/haar gemakkelijker maakt om de training te blijven volgen. Soms ervaren deelnemers persoonlijke spanningen (bv: achterdocht over de apparatuur, gebrek aan klik met de therapeut), waar iets aan

gedaan kan worden als dit bespreekbaar wordt gemaakt. Op deze manier kun je uitval voorkomen.

- Als een deelnemer twijfels uit of aangeeft te willen stoppen, achterhaal dan waar dit aan ligt. Kijk altijd of er nog een andere oplossing mogelijk is.
- Als een deelnemer echt niet verder wil gaan, vraag hem/haar dan of hij/zij nog wel bereid is om de metingen af te maken. Hij/zij kan dan alsnog de volledige vergoeding krijgen.
- Laat Saskia zo snel mogelijk weten dat de deelnemer gestopt is. Zij zal dan zorgen voor een goede afwikkeling.

Bij wie kan ik terecht voor vragen e.d.?

Voor instelling-specifieke zaken kun je terecht bij de on-site coördinator van het onderzoek. Dit zijn:

UMCG	Saskia Nijman en Erna van 't Hag
GGZ Drenthe	Saskia Nijman
GGZ Delfland	Elsbeth Zandee (Delft) en Lisa van Os (Schiedam)
Zeeuwse Gronden	Daniëlle Zandstra

Zaken waar je in de training tegenaan loopt kun je bespreken tijdens de maandelijkse intervisie. Zaken die niet kunnen wachten tot de intervisie, of dingen die met het onderzoek te maken hebben, kun je ook inbrengen in het wekelijkse spreekuur bij Saskia (dinsdagen 14:00-16:00, tenzij anders aangegeven, 06-31674876).

Module 1: Emotieperceptie

Doelen van module 1

- Kennismaking van trainer en deelnemer.
- Inventarisatie van sociaal-cognitieve problemen en doelen van deelnemer.
- Leren om de VR-software te gebruiken.
- Leren over de kenmerken van de zes basisemoties.
- Strategieën aanleren voor het herkennen van emoties: o.a., verbaliseren kenmerken, imitatie, relateren aan eigen ervaringen, plus eventuele eigen strategieën.
- Oefenen met het herkennen van enkelvoudige en gecombineerde emoties.

Kort overzicht

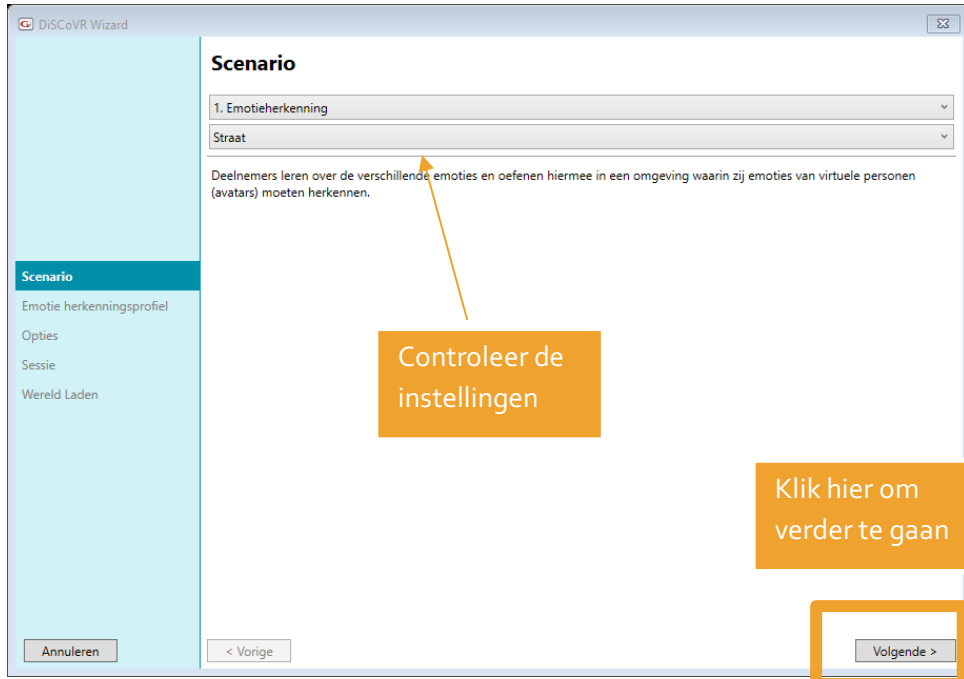
Tabel 4: Overzicht van Module 1

Sessie	Inhoud	Tijd in VR (ongeveer)
1	Introductie, inventarisatie sociaal-cognitieve problemen, doelen kiezen.	5 minuten.
2	Bespreken doelen, introductie van strategieën	10 minuten.
3	Emotieperceptie oefenen aan de hand van strategieën	15 minuten.
4	Emotieperceptie oefenen aan de hand van strategieën	20 minuten.
5	Emotieperceptie oefenen aan de hand van strategieën	25 minuten.

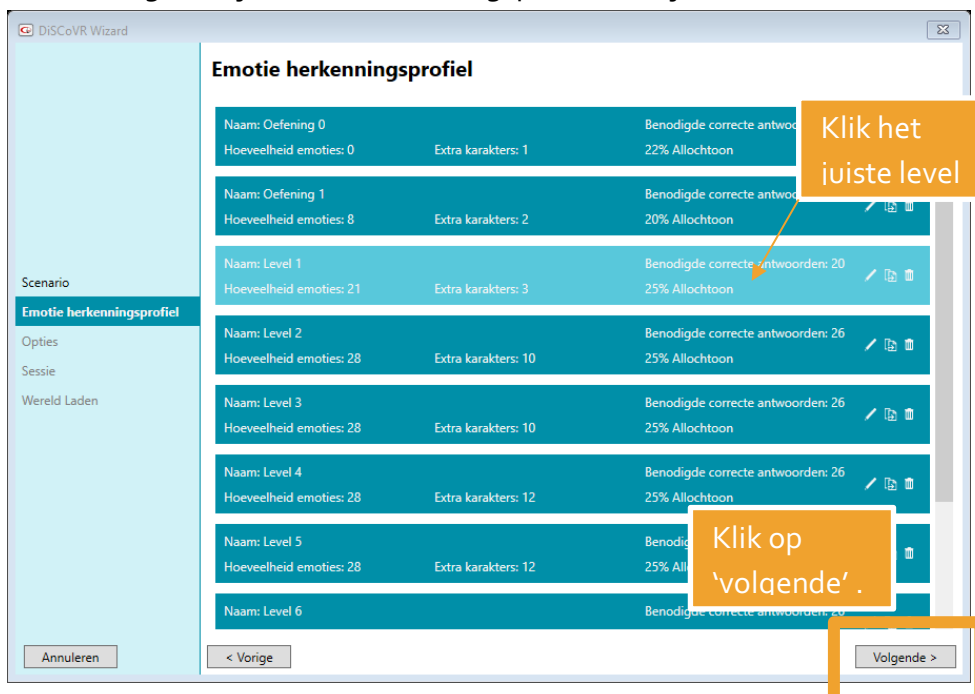
In module 1 maakt de deelnemer eerst kennis met de trainer en de training. De trainer brengt de sociaal-cognitieve problemen in kaart en kiest op basis hiervan samen met de deelnemer 1-3 doelen. In de volgende sessies wordt geoefend met het herkennen van emoties, zowel in de virtuele omgeving als in het dagelijkse leven. In de sessies worden strategieën voor emotieherkenning uitgelegd, uitgekozen, en geoefend in VR. Aan het einde van elke sessie is er een reflectie-moment. Thuis oefent de deelnemer zelf verder met de strategieën. In module 1 mogen de trainer en de deelnemer zelf kiezen welke strategieën per sessie worden behandeld en welke levels gebruikt worden. Verdere toelichting over levels is verderop in dit hoofdstuk te vinden (pagina 30). Op deze manier kan de deelnemer oefenen met materiaal dat bij zijn of haar voorkeuren en niveau past.

Software

Om Module 1 op te starten open je het DiSCoVR-programma dat op het bureaublad staat. De optie '1. Emotieherkenning' staat standaard geselecteerd in het drop-down menu. Klik op 'volgende'.



Klik vervolgens bij 'emotieherkenningsprofiel' het juiste level aan. Klik daarna op 'volgende'.



Er verschijnt een samenvatting van het level (tweede kans ja of nee, antwoordtijd, emotietijd, benodigde juiste antwoorden, hoeveelheid extra karakters, percentage allochtoon). Controleer de gegevens en klik op 'volgende'.

Opties

Tweede kans: ☒

Antwoord tijd: 60

Emotie tijd: 60

Benodigde correcte antwoorden: 20

Extra karakters: 3 Max: 19

Percentage allochtoon: 25 %

Scenario

Emotie herkenningsprofiel

Opties

Sessie

Wereld Laden

Annuleren < Vorige Volgende >

Klik op 'volgende'

Vul in het volgende scherm het ID-nummer en de lengte van de deelnemer in en het sessie-nummer. Druk nog een keer op 'volgende'.

Sessie

Cliënt: TEST

Client lengte: 1.75

Sessie: 1

Scenario

Emotie herkenningsprofiel

Opties

Sessie

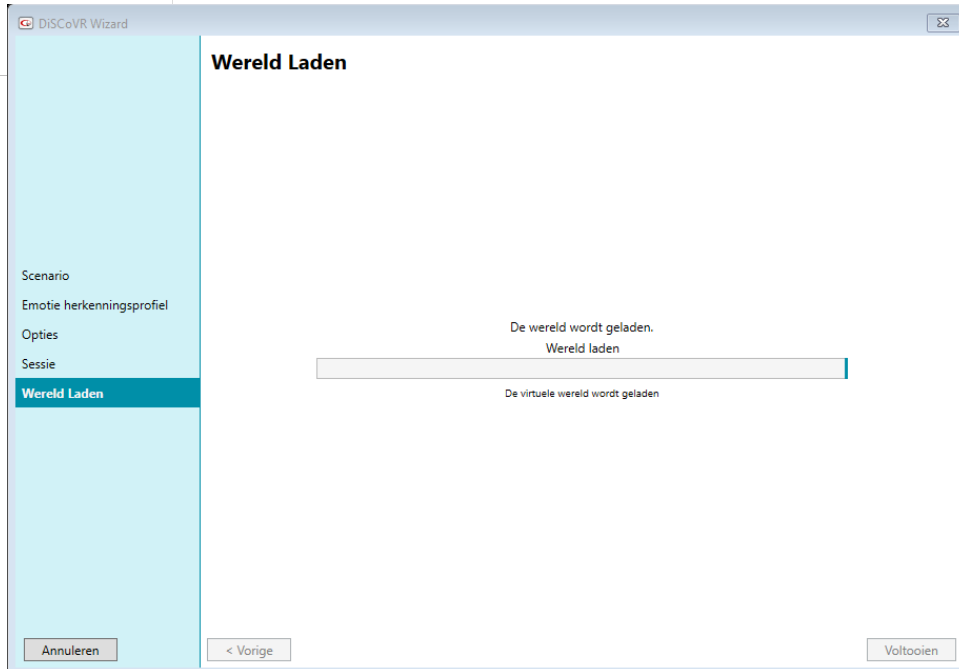
Wereld Laden

Annuleren < Vorige Volgende >

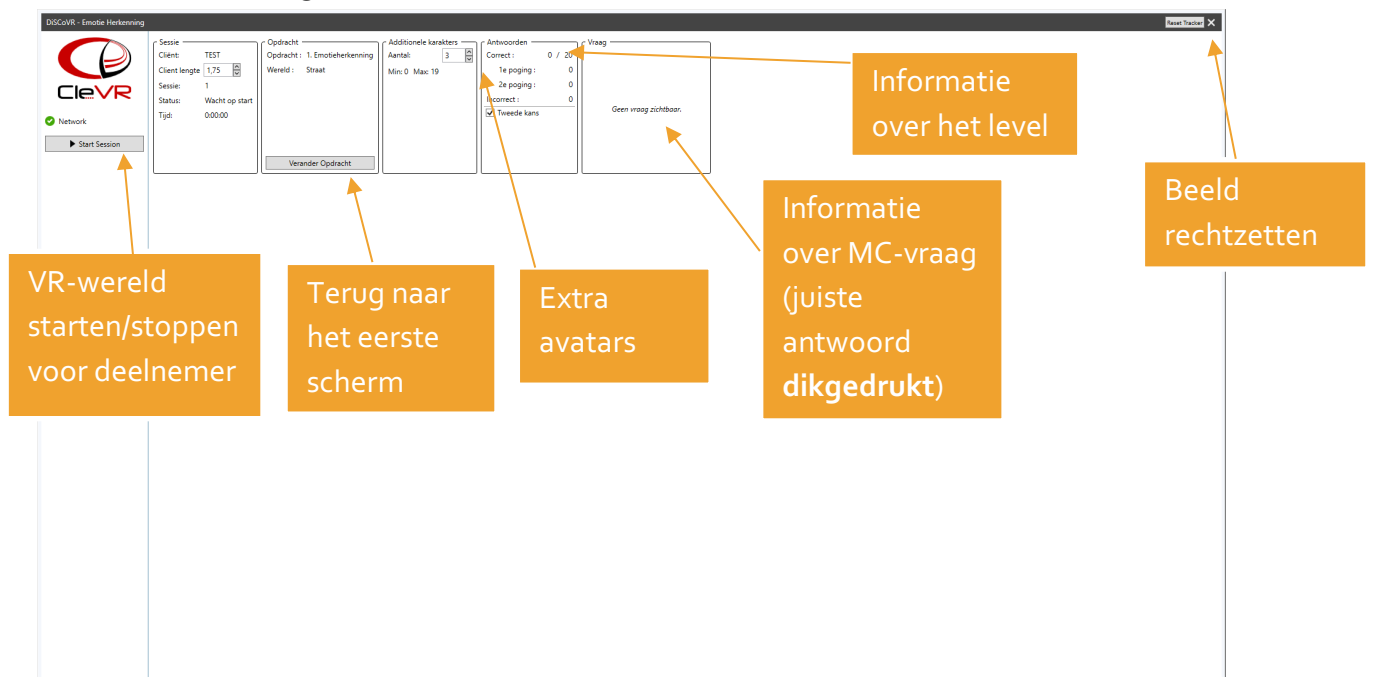
Vul de juiste gegevens in

Klik op 'volgende'.

Het programma maakt dan verbinding met het programma op de tweede computer; er verschijnt terwijl dit gebeurt 'Verbinding maken met de wereld' in beeld.



Wanneer de wereld geladen is, kan de trainer de wereld bedienen in het onderstaande scherm:



Figuur 4: Interface tijdens module 1

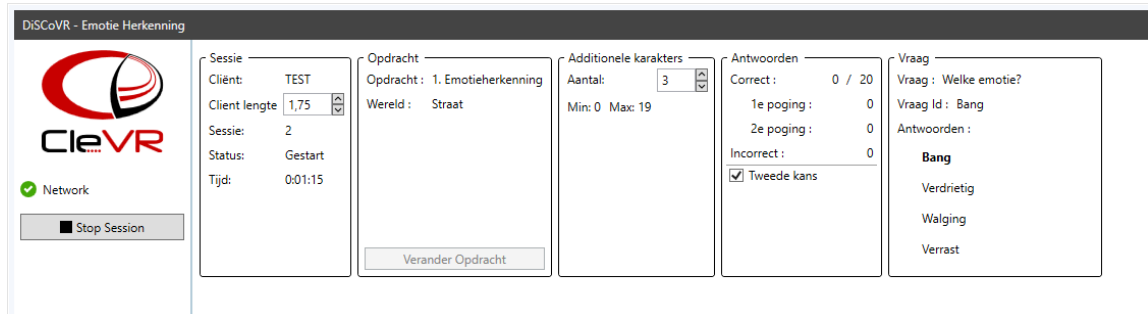
Pas als de trainer op 'Start Session' klikt wordt de VR-wereld gestart op de tweede PC en de VR-bril. De VR-wereld wordt dan zichtbaar voor de deelnemer. Hij/zij kan dan gaan rondlopen met de joystick. Het beeld draaien kan de deelnemer doen door het hoofd/lichaam te draaien. Wanneer een deelnemer een stilstaande avatar benadert, draait deze avatar zich naar hem/haar toe.

- De avatar laat vervolgens een emotie zien en rechts van de avatar verschijnt een multiple-choice menu. Hoe dit er voor de deelnemer uit ziet is te zien in Figuur 5.



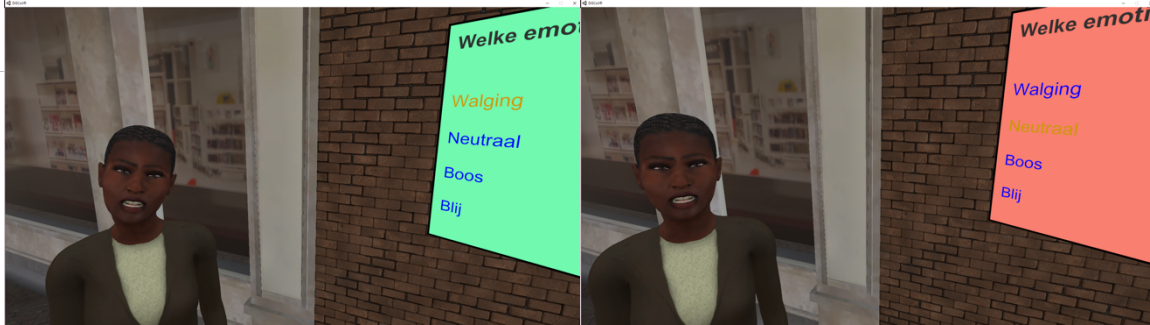
Figuur 5: Emotievraag

- De deelnemer kan heen en weer kijken tussen het multiple choice-menu en de avatar. Wanneer de deelnemer terugkijkt naar de avatar, laat deze de emotie opnieuw zien, mits de tijd nog niet verstreken is.
- Met de rechter schouderknop op de controller kan de deelnemer een antwoord kiezen uit het menu en met 'A' bevestigen. In de trainer-interface (zie Figuur 6) staan helemaal rechts onder 'Vraag' dan dezelfde antwoordopties, met het juiste antwoord **dikgedrukt**.



Figuur 6: Trainer-scherm tijdens emotievraag

- Als het antwoord dat de deelnemer geeft juist is, kleurt het scherm groen. Als het antwoord incorrect is, kleurt het scherm rood en krijgt de deelnemer de emotie nog een keer (versterkt) te zien. In Figuur 7 staat hier een voorbeeld van.



Figuur 7: Correct (links) en incorrect (rechts) antwoord

De VR-wereld kan gestopt worden door op 'Stop Session' (aan de linkerkant van het trainer-menu, zie Figuur 4) te klikken. Om terug te gaan naar het allereerste menu kun je op 'Verander opdracht' klikken.

Levels

Er zijn zes standaardlevels voor module 1. Deze levels zijn zo gebouwd dat alle 'parameters' (dat wil zeggen, eigenschappen van de levels) tegelijkertijd moeilijker worden naarmate iemand een level hoger komt. Dat betekent dus dat de emoties subtieler worden, de tijd die iemand heeft korter wordt en het aantal personen in de omgeving toeneemt. Daarnaast zijn er nog twee oefen-levels. Deze levels zijn bedoeld om de deelnemer te laten wennen aan de virtuele omgeving en te leren hoe hij/zij het programma moet gebruiken.

Het is mogelijk dat een standaard-level niet passend is voor een deelnemer. Een voorbeeld waarin dit het geval kan zijn is wanneer een deelnemer een lage verwerkingssnelheid heeft. Of als een deelnemer wat meer tijd wil gebruiken om een strategie toe te passen. In dit geval kan de toegestane reactietijd worden vergroot. Een ander voorbeeld is wanneer een deelnemer met een of twee specifieke emoties veel moeite heeft maar met andere emoties veel minder. In dit geval kan de trainer ervoor kiezen om meer van die emoties aan het level toe te voegen. Hoe dit moet, staat beschreven in Bijlage 1: Zelf levels maken (module 1), pagina 82. Wanneer er aanpassingen worden gemaakt, dienen deze genoteerd te worden in het trainer-werkboek. Noteer ook altijd in het trainer-werkboek welke dingen goed gaan en waar meer oefening voor nodig is; deze informatie kan gebruikt worden om eventuele aangepaste levels te maken. Een vuistregel is dat wanneer een deelnemer in een level 90%-100% goed heeft, hij of zij verder mag naar het volgende (standaard)level. De standaardlevels staan zo afgesteld dat bij 93%-96% correcte antwoorden het level als voltooid wordt beschouwd door het programma.

Tabel 5: Aanpasbare eigenschappen van levels

Parameter	Korte beschrijving
Emotiesterkte	Hoe sterk de emoties op het gezicht van de avatars zijn, van 0-100 waarbij 100 het meest duidelijk is en 0 neutraal. Dit is de moeilijkheidsgraad van de emoties: hoe duidelijk zijn ze te herkennen? De ervaring leert dat emoties onder 50% redelijk moeilijk te onderscheiden zijn.
Emoties	De specifieke emoties (en hun aantal) dat in het level wordt vertoond. Hier kan bijvoorbeeld extra veel van een bepaalde emotie waar een deelnemer moeite mee heeft, worden toegevoegd.
Tijd (emotie)	De tijd dat een emotie op het gezicht van de avatar vertoond wordt. Deze parameter gaat over hoe vluchtig een emotie weer van het gezicht verdwijnt.
Tijd (antwoord)	De tijd die een deelnemer heeft om te antwoorden. Deze parameter gaat over de reactietijd van de deelnemer.
Aantal emotie-avatars	De hoeveelheid avatars in het level die een emotie laat zien.
Aantal avatars	Het aantal avatars dat in de omgeving rondloopt. Dit kan als een afleidende factor worden beschouwd.

Sessie 1

Doel van sessie 1

- Kennismaking trainer en deelnemer, geven van uitleg over de training.
- Deelnemer bekend laten worden met VR.
- Inventarisatie van sociaal-cognitieve problemen en identificeren van kernprobleemgebieden.

In sessie 1 komt er veel aan bod. Het gebeurt daarom wel eens dat de sessie uitloopt. Houd hier in je planning rekening mee.

Voorbereiding voor sessie 1

- ☐ Lees de sessie van tevoren door.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.
- ☐ Controleer of dit protocol en het werkboek voor de trainer aanwezig zijn.
- ☐ Leg een werkboek klaar voor de deelnemer.



Uitleg over de training en oefenen in VR

Stel jezelf voor en vraag de deelnemer kort iets over zichzelf te vertellen. Introduceer vervolgens de training. De volgende punten komen aan de orde:

- Vraag naar de verwachtingen van de deelnemer. Stel deze zo nodig bij.
- De training bestaat uit zestien sessies, drie kwartier tot een uur, twee keer per week.
- Het doel van de training: het verbeteren van sociale cognitie. Leg uit wat sociale cognitie is: de **denkvermogens die je gebruikt in contact met anderen**. Dit is nodig om in te schatten wat anderen denken en voelen. In het dagelijkse leven is het vaak heel belangrijk om anderen goed te kunnen inschatten, zodat contact soepel verloopt. Geef een paar praktische voorbeelden van dingen waar je sociale cognitie voor nodig hebt: eigenlijk alle situaties waarin je contact met anderen hebt, bv.: aanvoelen hoe iemand in zijn vel zit, zien of mensen de grap die je net hebt gemaakt grappig vinden (door te kijken naar hun emotionele uitdrukking), bedenken hoe je een verdrietige vriend of vriendin het beste kunt troosten (door je te verplaatsen in hun situatie en te bedenken wat dan iemand zou kunnen opbeuren), inschatten of jouw date je leuk vindt (door naar zijn/haar lichaamstaal te kijken), bedenken wat voor verjaardagscadeautje je moeder het allerleukste zou vinden (door in te schatten wat ze leuk vindt en welke cadeaus daar bij zouden passen), professioneel overkomen in een sollicitatiegesprek (je houden aan sociale normen), etc. Leg in ieder voorbeeld dat je noemt expliciet de link naar sociaal-cognitieve processen. Vraag of de deelnemer zelf ook een voorbeeld kan

verzinnen. Kijk of hij/zij een sociaal-cognitieve vaardigheid kan bedenken die je daarvoor moet kunnen, noem er anders zelf een.

- Leg uit hoe sociale cognitie gerelateerd is aan functioneren: als je bepaalde sociale signalen gemist of verkeerd geïnterpreteerd hebt, en niet voldoende rekening hebt gehouden met de situatie, kan je iemand verkeerd inschatten. Als je vervolgens kiest hoe je moet reageren op basis van iets wat niet klopt, kan het zijn dat je een reactie kiest die voor die situatie niet zo handig is. Wanneer dit vaak gebeurt, kan het je sociale leven behoorlijk in de weg gaan zitten. Bijvoorbeeld als je veel conflicten met anderen krijgt, of ongepaste dingen zegt of doet. Dit kan toegelicht worden aan de hand van het voorbeeld uit hoofdstuk 1 (pagina 8), over Joey en zijn moeder.

Het is belangrijk dat het bovenstaande punt goed besproken wordt, omdat het voor deelnemers niet direct helder zal zijn waarom sociale cognitie relevant en belangrijk voor hen is. Zij zullen zich misschien niet herkennen in “problemen in de sociale cognitie” en hier daarom geen hulpvraag in hebben. Het is daarom heel belangrijk om sociale cognitie te koppelen aan functionele problemen, waarin deelnemers zich meer zullen herkennen en waar zij eerder een hulpvraag in zullen hebben.

- Geef een kort overzicht van de inhoud van de training: oefenen met het herkennen van emoties (module 1), leren om op basis van de feiten die je hebt, de gevoelens, het gedrag, en de gedachten van de ander goed in te schatten (module 2), en oefenen met hoe je het beste kunt reageren in verschillende sociale situaties (module 3). Beantwoord eventuele vragen.
- Vraag naar eerdere ervaringen met en verwachtingen over VR. Leg uit wat VR is en hoe VR binnen DiSCoVR wordt toegepast (om met sociale situaties te oefenen in een omgeving die op het echte leven lijkt). Benoem dat je in VR alles kunt controleren, dus dat zich geen gekke incidenten zullen voordoen en dat VR op ieder moment stopgezet kan worden.
- Start de software op; kies het oefen-level. Geef de deelnemer instructies over hoe hij/zij moet rondkijken en rondlopen. Instrueer de deelnemer om niet te snel te lopen en niet te veel bochten te maken, als je ziet dat hij/zij dit doet.
- Leg uit hoe de emotie-vragen werken: loop naar een avatar toe, bekijk de emotie en de antwoordmogelijkheden (kijk eventueel terug als je het niet goed gezien hebt) en kies een emotie met de joystick. Start daarna het tweede oefen-level op, waarbij deelnemers kunnen oefenen met het beantwoorden van emotie-vragen. **Laat de deelnemer maximaal vijf minuten oefenen.** Evaluer na afloop.



Inventarisatie sociaal-cognitieve en functionele problemen

Vraag daarna de deelnemer naar de eigen ervaringen met sociale situaties en probeer problemen met sociale cognitie in kaart te brengen. Zie Box 2 voor voorbeelden van vragen die je kunt stellen. Het is belangrijk om ook te inventariseren welke onderdelen goed gaan.

Box 2: Voorbeeldvragen

Emotieperceptie & Sociale perceptie

- Kun jij aan anderen zien hoe zij zich voelen? Maak je wel eens mee dat je daar fouten in maakt?
- Waar zie je aan hoe een ander zich voelt, of wat hij/zij denkt? Ben je daar goed in? Vind je dat soms lastig om in te schatten? Waar merk je dat aan?
- Lukt het je om te bedenken waar de emoties van anderen door komen? Bijvoorbeeld: waarom iemand boos is en chagrijnig doet?
- Vaak moet je ook naar de situatie kijken om te snappen hoe iemand kijkt of hoe hij zich voelt. (Bijvoorbeeld: iemand kan huilen van verdriet of van blijdschap, weet je pas als je naar de situatie kijkt.) Hoe pak jij dat aan? Heb je een voorbeeld?

Theory of Mind

- Vind je het weleens lastig om in te schatten wat iemand anders denkt of voelt? Hoe komt dat, denk je? Waar merk je dat aan?
- Trek je je dingen wel eens (te) persoonlijk aan? Maak je wel eens mee dat je er onterecht vanuit ging dat iets met jou te maken had?
- Heb je wel eens moeite om te begrijpen wat andere mensen willen of bedoelen?
- Maak je wel eens misverstanden met anderen mee? Kun je voorbeelden geven?
- Mensen zeggen vaak andere dingen dan ze bedoelen (bijvoorbeeld: zeggen "het gaat wel" met een verdrietig gezicht). Toch verwachten ze vaak dat je uit de situatie kunt afleiden wat ze eigenlijk bedoelen. Hoe doe jij dat?

Sociaal gedrag, sociale interactie & sociaal functioneren

- Hoe ben je in de omgang met anderen? Met wie kun je het beste overweg? Waarom?
- Zijn er mensen met wie je niet goed kunt opschieten? Hoe komt dat?
- Maak je wel eens mee dat je iets doet of zegt wat achteraf sociaal niet zo handig was? Wat?
- Wanneer ben je in sociale situaties op je best? Hoe komt dat? Hoe merk je dat?
- Op welke manier maak jij aan anderen duidelijk wat je wilt, of nodig hebt?
- Vind je het soms lastig om te bedenken hoe je het beste op anderen kunt reageren? Hoe komt dat?
- Hoe goed ben je in het aanknopen van een praatje met onbekenden? Bekenden?
- Ervaar je weleens problemen in de omgang met andere mensen, bv op het werk? Op straat? Met vrienden? In je familie, etc.? Sinds wanneer? Wat gaat er juist goed?
- Welke belangrijke onderdelen van je leven worden hierdoor het meeste beïnvloed? (Bijvoorbeeld: werk, familie, relaties, vrienden).
- Wat zou je in je sociale leven graag willen veranderen?



Bespreken doelen

- Vat kort samen wat de deelnemer in het voorgaande verteld heeft. Controleer of je het goed begrepen hebt. Vraag de cliënt om minimaal één, maximaal drie dingen te kiezen waar hij/zij het liefste iets aan zou willen veranderen.
- Zet deze 'problemen' samen met de deelnemer om in functionele en actieve doelen. Bijvoorbeeld: het probleem 'weinig vrienden hebben' kan worden omgezet in het doel 'nieuwe mensen leren kennen'.
- Als een deelnemer een onrealistisch doel noemt, herinner hem/haar er dan aan dat de training maar twee maanden duurt. Het kan ook dat er andere praktische bezwaren zijn (te duur, te ingewikkeld, etc.), waardoor het beter kan zijn om een simpeler of laagdrempeliger doel te kiezen. Als de deelnemer een doel kiest dat niet (of heel indirect) sociaal is, leg dan uit dat je in VR vooral met sociale doelen oefent.
- Benoem dat de gestelde doelen bijgewerkt zullen worden naarmate de training volgt. Het zal dus vanzelf duidelijker worden wat er allemaal komt kijken bij het bereiken van het doel. In het verloop van de training reflecteert de deelnemer op welke sociaal-cognitieve onderdelen belangrijk zijn voor het doel, en welke strategieën voor elk onderdeel het meest bruikbaar zijn voor hem of haar.
- Zeg dat jullie de volgende sessie verder aan de slag gaan met het verwoorden van doelen.
- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.
- Geef Saskia (s.a.nijman@umcg.nl) een seintje dat jullie gestart zijn met de training.

Sessie 2

Doelen van sessie 2

- Verder werken aan formuleren van doelen.
- Leren over strategieën die de deelnemer kan gebruiken om emoties te herkennen.
- Oefenen met emotieherkenning in de VR-omgeving.

Vorbereiding voor sessie 2

- ☐ Breng de casus in bij supervisie om hulp te krijgen bij het aanwijzen van de sociaal-cognitieve kernproblemen en het kiezen van doelen die daarop aansluiten.
- ☐ Lees de sessie van tevoren door.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar voor gebruik is en zorg dat dit protocol en het werkboek voor de trainer aanwezig zijn.
- ☐ Bedenk welk level je als eerste wilt gebruiken en stel deze vast in.



Bespreken van doelen

- Herhaal kort de kerngebieden die in sessie 1 besproken zijn. Neem de doelstellingen die je in de vorige sessie samen met de deelnemer hebt bedacht er weer bij.
- Maak het doel zo concreet mogelijk. Stel bij elk doel de vragen:
 - Wat wil je precies bereiken?
 - Welke personen zijn hierbij betrokken?
 - In welke context?
 - Hoe kun je dat aanpakken? Wat moet ik wel doen, wat juist niet?
 - Wanneer wil je dat bereiken? Welke termijn stel je?
 - Denk je dat dat specifieke doel, en die termijn, haalbaar zijn?
- Laat de deelnemer de concrete doelen opschrijven in zijn of haar werkboek. Benadruk dat deze voorlopig zijn en dat ze in de loop van de training naar behoefte bijgesteld kunnen worden.

Omdat de deelnemer aanvankelijk mogelijk beperkt zicht heeft op de dingen die hij/zij gaat leren in de training en hoe deze bruikbaar zijn voor zijn of haar doel, zal het pas gaandeweg duidelijker worden welke stappen en sociaal-cognitieve vaardigheden nodig zijn om aan het doel te werken. Aangezien dit erg abstract kan zijn, wordt ervoor gekozen om nog niet gelijk alle stappen uit te denken met de deelnemer. Aan het einde van elke sessie wordt gereflecteerd: waar hebben we vandaag mee geoefend? Hoe kun je dit voor je doel gebruiken? Op basis daarvan kunnen subdoelen worden gesteld, waar de deelnemer die week mee gaat oefenen.



Emotieherkenning: uitleg en strategieën

In module 1 wordt voornamelijk met emotieherkenning in het gezicht geoefend. Introduceer dit onderwerp:

- Leg uit wat emotieherkenning in het gezicht inhoudt: dat je aan iemands gezicht kunt zien wat hij/zij voelt. Geef een voorbeeld: aan omhoog krullende mondhoeken zien dat iemand blij is (doe dit voor). Vraag of de deelnemer ook een voorbeeld weet.
- Leg uit waarom emotieherkenning belangrijk is door het te koppelen aan (een onderdeel van) een van de doelen. Bijvoorbeeld: als ik wil leren om ruzies niet uit de hand te laten lopen, is het handig om te kunnen zien of iemand wel echt boos naar me kijkt.
- Vraag of de deelnemer zelf nog voorbeelden weet van situaties waarin het handig is om te zien hoe iemand anders zich voelt.
- Vraag de deelnemer: stel dat jij wilt weten hoe iemand zich voelt, hoe doe je dat dan? Heb je daar speciale trucjes voor? Als de deelnemer dingen noemt, laat hem of haar deze dan noteren in het werkboek. Vraag of die trucjes goed werken en noteer dit eveneens in het werkboek.
- Leg uit wat met een strategie bedoeld wordt: een methode of trucje wat je kunt gebruiken om te herkennen hoe iemand anders zich voelt, of denkt. De training zal in de komende sessies een aantal 'trucjes' aanreiken, die hij/zij kan gebruiken, maar eigen strategieën hebben de voorkeur.
- De deelnemer mag zelf strategieën kiezen en bepalen welke strategieën bij hem/haar passen. Het is wel de bedoeling dat hij/zij alle strategieën een serieuze kans geeft. Als je dingen niet uitprobeert kun je namelijk niet weten of iets werkt voor jou.

Benoem dat strategieën misschien een beetje ongemakkelijk en onnatuurlijk aanvoelen, doordat je hardop zegt wat je precies doet. Tot dusver deed de deelnemer dit 'op gevoel', maar nu gaat hij/zij heel erg nadenken over waar hij/zij mee bezig is. Je legt er dus als het ware een vergrootglas op. Daardoor kan de deelnemer het idee krijgen dat hij/zij er niets van kan, terwijl dit in feite mee kan vallen en eerder toe te schrijven is aan het uitvoeren van een methode waar hij/zij niet aan gewend is. Dit is normaal. Naarmate de deelnemer meer oefent maakt hij/zij de methoden zich eigen, zal het weer meer 'vanzelf' gaan.

- Neem het overzicht van strategieën voor emotieherkenning erbij. In het werkboek van de deelnemer en in hoofdstuk 1 staan een overzicht met mogelijke strategieën. Leg kort uit wat de verschillende strategieën inhouden. Schrijf eventuele strategieën die de deelnemer zelf genoemd heeft erbij. Denk samen na of jullie nog meer strategieën kunnen bedenken.

- Kies na de uitleg een strategie uit met de deelnemer die hij/zij zou willen uitproberen. Deelnemers morgen ook eigen strategieën uitproberen. Benoem dat het wel de bedoeling is om elke nieuwe strategie in ieder geval één keer te proberen.
- Als een strategie uit het overzicht wordt gekozen, leg dan uit hoe de strategie werkt. Noteer de gekozen strategie op het strategieën-formulier.



Emotieherkenning: Oefenen in VR

- Help de deelnemer met het opzetten van de Oculus. Controleer of hij/zij nog weet hoe het werkt.
- Kies voor Level 1.
- Instrueer de deelnemer dat hij/zij net als in de oefensessie vorige keer moet rondlopen en de emoties van de mensen op straat moet proberen te raden. Herinner de deelnemer eraan om de strategie te gebruiken die hij/zij gekozen heeft.
- Als er **vijf minuten** geoefend is worden de opdracht en de strategie geëvalueerd met de deelnemer. Laat de deelnemer eventuele bevindingen noteren op het strategie-formulier. Bekrachtig de inzet en prestaties van de deelnemer! Als het goed gaat en de deelnemer geen last heeft van cybersickness kun je eventueel deze pauze halverwege overslaan en pas na tien minuten in VR evalueren.
- Na de evaluatie mag de deelnemer nog **vijf minuten** oefenen (als je tussendoor geëvalueerd hebt). Evalueer na afloop opnieuw. Noteer eventuele emoties waar de deelnemer moeite mee heeft; benadruk de dingen die de deelnemer wel goed kan (bv: kan blijdschap goed herkennen, weet antwoorden snel, herpakt zichzelf goed na een fout antwoord, enzovoorts).



Reflectie op doelen & Huiswerk

- Pak de doelen die er weer bij. Reflecteer met de deelnemer op deze doelen: op welke manier is emotieherkenning relevant voor deze doelen? Op welke manier zouden de strategieën toegepast kunnen worden bij het doel?
- Leg uit dat de training gebruik maakt van huiswerkopdrachten. De reden hiervoor is dat vaak is gebleken dat trainingen zoals DiSCoVR het beste werken, wanneer mensen in hun eigen omgeving toepassen wat ze tijdens de training hebben geleerd. Hoe meer je dus thuis oefent, hoe meer je uit de training kunt halen.
- Geef de deelnemer de opdracht om thuis te gaan oefenen met emotieherkenning met behulp van een van de strategieën die hij/zij deze sessie geleerd heeft. Bevindingen kunnen op het formulier genoteerd worden. Bij mensen die niet veel of helemaal geen

contact met anderen hebben, mag het eventueel ook een emotie zijn die ze (bijvoorbeeld) op televisie hebben gezien, hoewel face-to-face contact de voorkeur heeft.

- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.

Sessie 3

Doel van sessie 3

Oefenen met strategieën en emotieherkenning in VR.

Voorbereiding voor sessie 3

- ☐ Als je het prettig vindt, kun je de concrete doelen die gekozen zijn nog inbrengen in supervisie.
- ☐ Neem sessie 3 van tevoren door.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.
- ☐ Bedenk welk level je wilt gebruiken en stel deze vast in.
- ☐ Zorg dat je niet vergeet om de SSQ af te nemen!



Bespreken huiswerk

Bespreek de opdracht. Ga in op de volgende punten:

- Hoe ging het met herkennen van emoties?
- Welke strategie of strategieën heb je geoefend?
- Hielp het om emoties te herkennen? Wanneer wel? Wanneer niet?
- Hoe helpt deze strategie bij het bereiken van je doel?
- Noteer eventuele nieuwe bevindingen op het strategie-formulier.
- Bespreek de voortgang van eventuele mini-doelen.



Oefenen met VR

- Kies een strategie waar de deelnemer mee wil oefenen.
- Start daarna het level op waar de deelnemer gebleven was. Evalueer achteraf: ga na welke strategie het beste werkte. Laat de deelnemer eventuele bevindingen in het werkboek noteren.
- Laat de deelnemer daarna een nieuwe strategie uitkiezen. Licht toe hoe de strategie werkt. Oefen daarna verder in de virtuele omgeving. Evalueer achteraf opnieuw.
- De totale tijd in VR dient in deze sessie ongeveer **15-20 minuten** te zijn.
- **Laat de deelnemer na afloop van de VR-sessie de SSQ-vragenlijst invullen. Deze vind je in het trainer-werkboek.**



Reflectie op doelen & Huiswerk

- Vul het reflectie-formulier samen met de deelnemer in.
- Als huiswerk is het opnieuw de bedoeling dat de deelnemer met strategieën voor emotieherkenning gaat oefenen in de eigen omgeving. Bevindingen kunnen genoteerd worden op het formulier.
- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.

Sessie 4

Doel van sessie 4

Oefenen met strategieën en emotieherkenning in VR.

Voorbereiding voor sessie 4

- ☐ Neem sessie 4 van tevoren door.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.
- ☐ Bedenk welk level je wilt gebruiken en stel deze vast in.



Bespreken huiswerk en doelen

Besprek de opdracht. Ga in op de volgende punten:

- Welke strategie of strategieën heb je geoefend?
- Hielp het om emoties te herkennen? Wanneer wel? Wanneer niet?
- Hoe helpt deze strategie bij het bereiken van je doel?
- Noteer eventuele nieuwe bevindingen op het strategie-formulier.
- Bespreek de voortgang van eventuele mini-doelen.



Oefenen met VR

- Kies een strategie (of meerdere) waar de deelnemer mee wil oefenen.
- Laat de deelnemer daarna opnieuw oefenen met emotieherkenning in VR. Evalueer na ongeveer 20-25 minuten en noteer de bevindingen op het strategie-formulier.



Reflectie op doelen & Huiswerk

- Reflecteer met de deelnemer op de sessie aan de hand van het reflectie-formulier.
- Als huiswerk is het opnieuw de bedoeling dat de deelnemer met strategieën voor emotieherkenning gaat oefenen in de eigen omgeving. Bevindingen kunnen genoteerd worden op het formulier.

Sessie 5

Doelen van sessie 5

- Herhalen van de tot nu toe geleerde strategieën.
- Evalueren van module 1 en bespreken trainingsdoelen in relatie tot module 1.

Vorbereiding voor sessie 5

- ☐ Neem sessie 5 van tevoren door.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.



Bespreken huiswerk

Bespreek de opdracht. Ga in op de volgende punten:

- Welke strategie of strategieën heb je geoefend?
- Hielp het om emoties te herkennen? Wanneer wel? Wanneer niet?
- Hoe helpt deze strategie bij het bereiken van je doel?
- Noteer eventuele nieuwe bevindingen op het strategie-formulier.
- Bespreek de voortgang van eventuele subdoelen.



Oefenen in VR

Laat de deelnemer één of meerdere strategieën kiezen. Dit mogen alle strategieën zijn die tot dusver aan bod zijn gekomen, of eventueel een nieuwe strategie die de deelnemer wil uitproberen. Laat de deelnemer daarna **max. 25-30 minuten** oefenen in VR. Onderbreek zo nu en dan de sessie om te evalueren, feedback te geven en/of een nieuw level te starten.



Reflectie op module 1

Vul het evaluatieformulier voor sessie 5 samen met de deelnemer in. Reflecteer op zaken als:

- Hoe gaat het nu met de vooraf gestelde doelen? Moeten deze bijgesteld worden?
- Welke strategieën gebruikt de deelnemer om aan deze doelen te werken? Hoe werken deze strategieën?
- Bespreek hoe emotieherkenning belangrijk is voor het gestelde doel. Bedenk met de deelnemer welke sociale signalen voor het doel belangrijk zijn om op te letten.



Huiswerk

- Als huiswerk is het opnieuw de bedoeling dat de deelnemer met strategieën voor emotieherkenning gaat oefenen in de eigen omgeving. Bevindingen kunnen genoteerd worden op het formulier.
- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.

Module 2: Sociale Perceptie & ToM

Doelen van module 2

- Begrip krijgen over hoe emoties, gedachten en gedrag met elkaar samenhangen.
- Herkenning van context-afhankelijke emoties en het concreet maken van de verhouding tussen de context (gedrag, gedachten) en de emotie.
- Uit de context opmaken wat een ander denkt, wil, of voelt, en dit concreet kunnen benoemen.
- Het verschil onderkennen tussen feiten en vermoedens.

Kort overzicht

Tabel 6: Overzicht van module 2

Sessie	Inhoud	Tijd in VR	Huiswerk
6	Gedachten-Gevoelens-Gedrag(GGG), oefenen met Emotieherkenning Scenario's	20-25 min	GGG (zelf)
7	Gedachten-Gevoelens-Gedrag(GGG), oefenen met Emotieherkenning Scenario's	25-30 min	GGG (zelf en ander)
8	GGG, ToM Scenario's	30-35 min	GGG (zelf en ander)
9	GGG, ToM Scenario's	30-35 min	GGG (zelf en ander)

Module 2 bestaat uit twee gedeelten. In het eerste gedeelte wordt voornamelijk geoefend met sociale perceptie; in het tweede gedeelte ligt de nadruk meer op ToM. In de eerste twee sessies van module 2 richt de training zich eerst voornamelijk op de link tussen acties en emoties (en vice versa). De deelnemer leert vervolgens over de rol van gedachten in gedrag en emoties. In module 2 is strategie-training nog steeds belangrijk. Deelnemers leren om situaties uit te pluizen en de gevoelens, gedachten en het gedrag van zichzelf en anderen expliciet te maken. Ze leren dus te begrijpen waarom mensen een bepaalde emotie voelen en hoe dit vervolgens het verdere gedrag en gedachten van zichzelf en anderen beïnvloedt. Hierbij wordt veel gebruik gemaakt van het zogenaamde 'Gedachten-Gevoelens-Gedrag-formulier' (gebaseerd op de techniek uit Social Cognition & Interaction Training; Penn, Roberts, Combs, & Sterne, 2007 en T-ScEmo; Westerhof – Evers et al., in voorbereiding), waarin de gedachten, gevoelens en het gedrag van zelf en ander expliciet wordt opgeschreven. Aan de hand van dit formulier kunnen verbanden hiertussen geanalyseerd worden. In de tweede helft van module 2 krijgt de deelnemer, in plaats van vragen over emotie, vragen waarin hij/zij gebruik moet

maken van de beschikbare sociale informatie om de situatie en de mentale toestand van avatars in te schatten. Hierbij is de eerder opgedane kennis essentieel; door een situatie te kunnen analyseren, kan de deelnemer afleiden wat de intenties en gedachten van de avatar zouden kunnen zijn. In de tweede helft van module 2 worden verschillende domeinen van ToM aangesproken (o.a. true beliefs, false beliefs, faux pas, hinting).

Scenario's

In module 2 wordt gebruik gemaakt van vooraf geschreven scenario's (zie Tabel 7 voor een overzicht). In Figuur 8 staat een schematische weergave van hoe de scenario's over het



Figuur 8: Structuur van scenario's

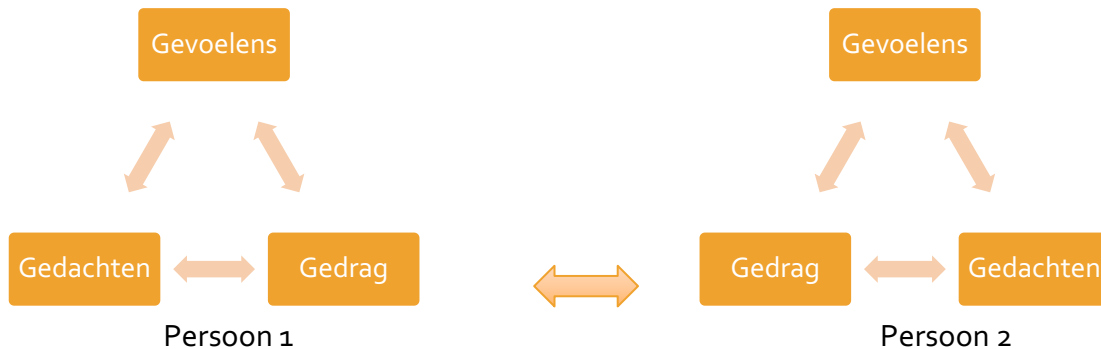
algemeen gestructureerd zijn. De scenario's hebben allemaal tenminste twee mogelijke manieren waarop zij plaats kunnen vinden. Bijvoorbeeld: iemand heeft een goede of juist een slechte dag. Of iemand biedt wel of juist niet zijn excuses aan als hij iets loms heeft gezegd. Vaak is er tussen de alternatieven dus één cruciale factor anders die het verloop van het scenario bepaalt. Dus als iemand zijn excuses niet aanbiedt, eindigt het scenario in ruzie, maar als iemand wel excuses aanbiedt, eindigt het scenario op een positieve manier. Als trainer is het belangrijk om behalve het uitpluizen van de mogelijkheden zelf, ook de verschillen tussen de alternatieven aan te stippen. De trainer kan bedienen welk alternatief van het scenario zich afspeelt. Een specifiek verloop kan als het nodig is opnieuw in zijn geheel afgespeeld worden. Het is helaas echter niet mogelijk om een stukje van een verloop (dus bijvoorbeeld alleen de tweede helft) opnieuw af te spelen zonder het hele verloop te herhalen. Tijdens de scenario's wordt uitgegaan van het principe van *errorless learning* (foutloos leren): als de deelnemer een fout maakt, zullen de avatars emoties duidelijker laten zien en verbale hints over hun

gedachten en/of gevoelens geven. Zodra de deelnemer de vraag correct beantwoordt gaat het scenario weer verder.

Tabel 7: Overzicht van scenario's uit module 2

Overkoepeld Scenario	Titel	Korte beschrijving	Theoretische concepten
Emotie-herkenning: Supermarkt		Iemand dringt voor in de rij van de supermarkt.	Link Gedrag → Emotie
Emotie-herkenning: Café	Stress op het werk	Een avatar spreekt met een collega. Vervolgens komt hij een vriendin tegen die hem of hij iets wil doen die avond.	Gedachten, gevoelens, gedrag (GGG) Eerste en tweede orde ToM
	Vliegangst	Een avatar verwacht dat zijn vliegtuig naar Italië gaat neerstorten en heeft daarom twijfels over of hij wel moet gaan.	Gedachten, gevoelens, gedrag (GGG)
	Spoiler	Een avatar verklapt per ongeluk hoe een tv-serie afloopt.	Gedachten, gevoelens, gedrag (GGG) Faux Pas
	Wat een sukkel	Twee vriendinnen staan te praten. Een van hen zegt iets onaardigs over de broer van de ander.	Gedachten, gevoelens, gedrag (GGG) Faux Pas
	Sollicitatie	Een avatar heeft een sollicitatie gehad. Hoe zij haar kansen inschat is afhankelijk van haar dag en wat haar vriendin zegt.	Gedachten, gevoelens, gedrag (GGG)
ToM - Supermarkt	Hints	Twee avatars staan in de supermarkt. Een hint dat hij graag wil dat de ander een drankje voor hem koopt. De ander hint wat hij voor zijn verjaardag wil.	Hinting
	Shirt en afwas	Een avatar vraagt wat een vriend van haar van haar shirt vindt; hij geeft een ambigue antwoord. Het meisje liegt daarna (of niet) over of de afwas gedaan is.	Eerste en tweede orde ToM True & False beliefs
	Misverstand	Drie avatars zijn samen in de supermarkt. Een van hen loopt weg; de anderen blijven achter of gaan ook zelf weg. Wanneer ze elkaar weer treffen gaan ze na of ze alles gekocht hebben wat ze nodig hebben.	Eerste en tweede orde ToM True & False beliefs Unexpected Outcomes

Gevoelens-Gedachten-Gedrag

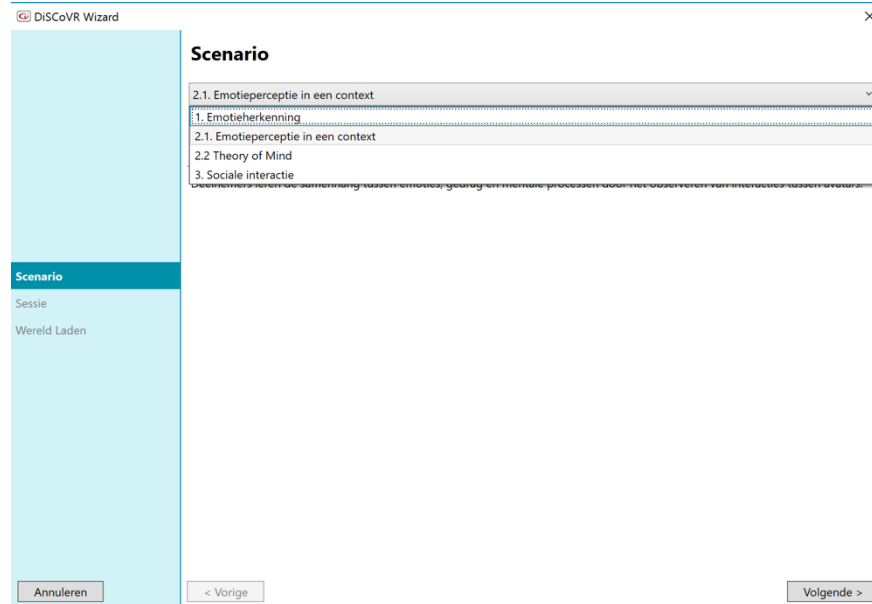


In module 2 wordt de sociale context van situaties uitgelegd aan de hand van het GGG-model (zie bovenstaande figuur). Dit model stelt dat gevoelens, gedachten en gedrag met elkaar samenhangen en elkaar beïnvloeden. Als je bijvoorbeeld chagrijnig bent (gevoel), zal je vaak negatiever over dingen denken (gedachten) en minder aardig tegen anderen zijn (gedrag). Daarnaast hebben jouw gedachten, gevoelens en gedrag invloed op de gedachten, gevoelens en het gedrag van iemand anders. Zoals in het voorbeeld net gesteld werd, kan een slechte stemming ervoor zorgen dat je minder aardig bent tegen anderen. Jouw onaardige gedrag kan ervoor zorgen dat de ander zich beledigd voelt (gevoel) en denkt (gedachte): 'wat een lompe opmerking, dat had ik helemaal niet verdiend' en vervolgens ook onaardig terug doen tegen jou (gedrag).

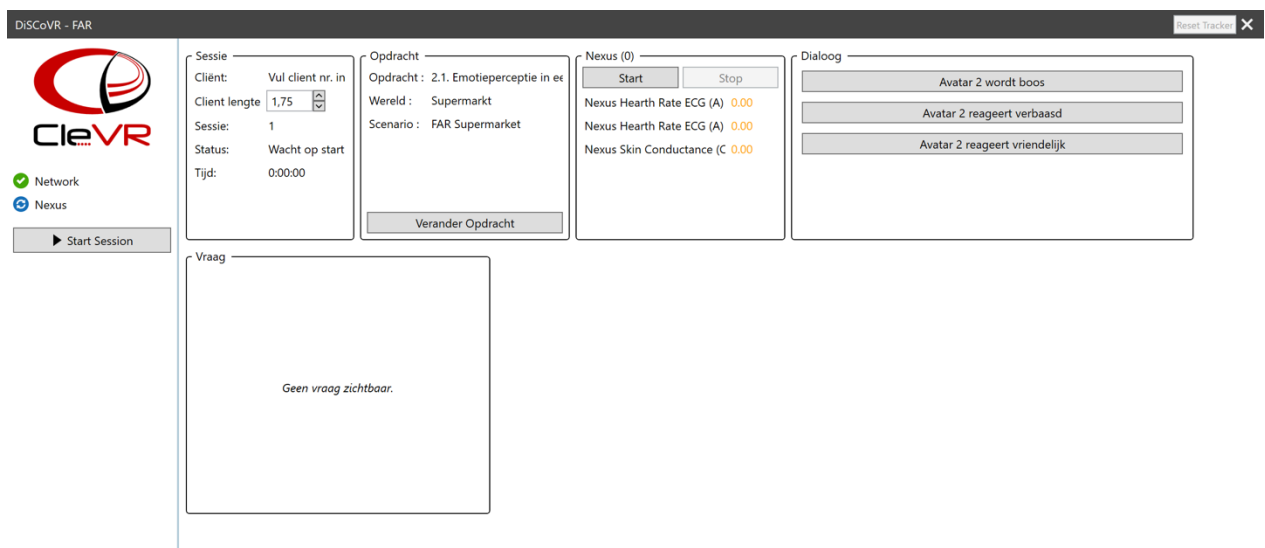
Het GGG-model biedt een handvat om het gedrag van jezelf en anderen te verklaren en om de onderliggende belevingswereld in te schatten. Het GGG-model wordt in module 2 zowel toegepast op een enkele persoon (zelf of ander; helft van bovenstaande figuur) als op meerdere mensen tegelijk (gehele bovenstaande figuur).

Software

Om module 2 op te starten kies je bij het beginscherm voor '2.1 Emotieperceptie in een context' (sessies 6 en 7) of '2.2 Theory of mind' (sessies 8 en 9). Bij '2.1 Emotieperceptie in een context' kun je twee verschillende omgevingen kiezen: de supermarkt en het café. In het protocol staat welke omgeving je moet kiezen. Bij '2.2 Theory of Mind' kun je alleen de supermarkt kiezen. Klik daarna op 'volgende'.

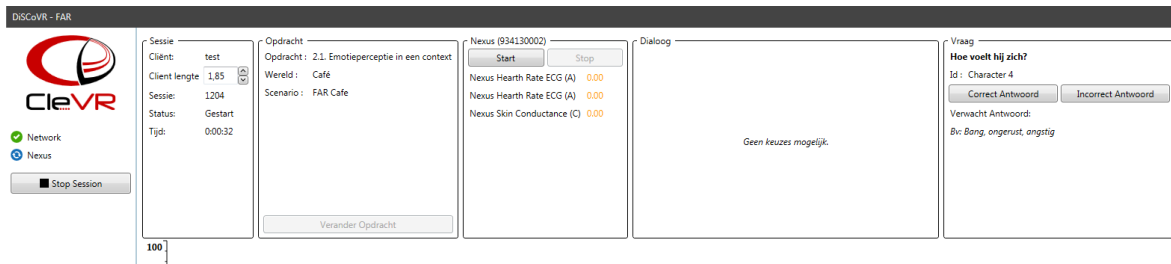


- In het volgende scherm vul je, net als in module 1, het cliëntnummer, de lengte van de cliënt en het sessienummer in. Klik daarna op 'volgende'.
- In beeld verschijnt dan de mededeling dat de wereld geladen wordt. Wacht tot het programma geladen is.
- Je komt dan op de interface terecht. Met 'Start Session' kun je, zoals je intussen gewend bent, de VR-wereld opstarten. Met 'Stop session' stop je die weer. Met 'Verander opdracht' kom je terug op het startscherm.



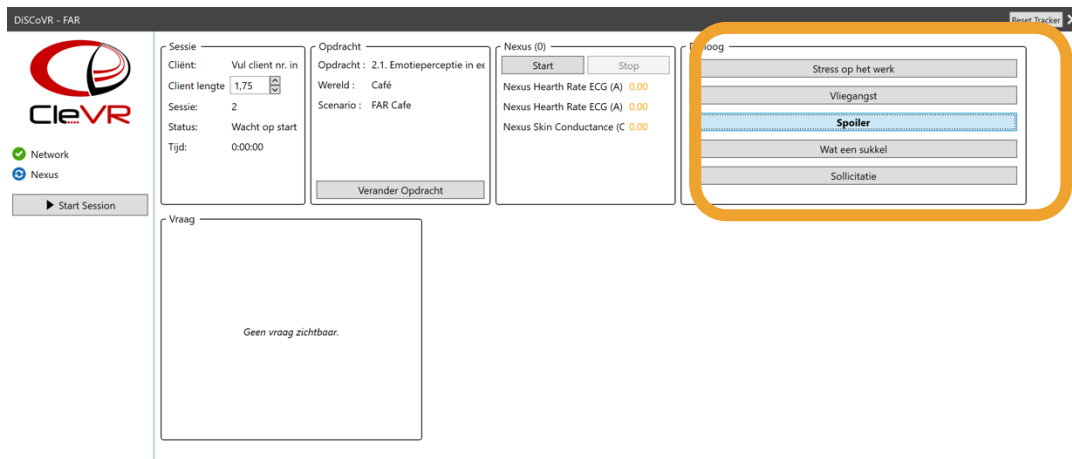
- Onder 'Dialogo' kun je het verloop van het scenario kiezen. Bij iedere vertakking in het scenario komen er onder 'dialogo' verschillende opties te staan. Klik de optie die jij wilt gebruiken aan. Als je in dit geval wilt dat de vrouwelijke avatar boos wordt, klik je 'Avatar 2 wordt boos' aan. Deze optie wordt dan dikgedrukt.

- In het scenario FAR – Supermarkt moet je daarna kiezen hoe de andere avatar reageert. Klik opnieuw de optie die jij wilt aan.
- De deelnemer komt op een gegeven moment in het scenario altijd een vraag tegen. Deze vragen gaan altijd over de gevoelens, gedachten en het gedrag van de avatar. De vraag verschijnt altijd naast de persoon over wie de vraag gaat. De deelnemer kan horen dat er ergens een vraag in beeld is doordat er een geluid klinkt.
- Laat de deelnemer hardop zijn of haar antwoord uitspreken. Klik op de interface aan of het antwoord correct was. Het correcte antwoord staat onder de vraag in de interface.

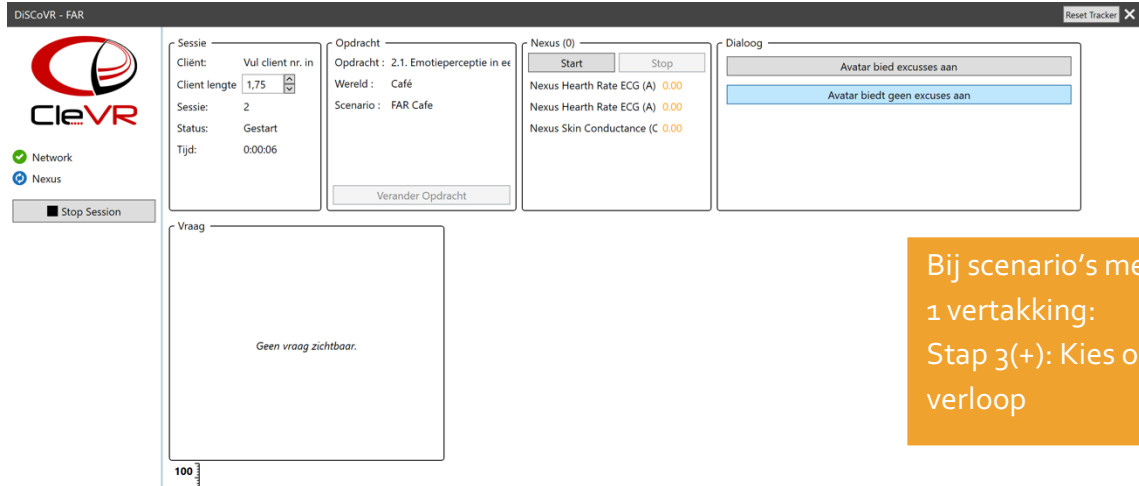


- Als de deelnemer een incorrect antwoord geeft, wordt het vraag-scherm rood en wordt er een korte 'hint-dialog' afgespeeld. In de hint zegt de avatar nog duidelijker wat hij/zij denkt/voelt en worden de emoties sterker. Daarna krijgt de deelnemer de vraag nog een keer. In totaal krijgt de deelnemer drie kansen om de vraag te beantwoorden. Als de vraag correct wordt beantwoord, wordt het scherm groen en komt de volgende vraag of gaat het verhaal verder.
- Als het scenario is afgelopen, wordt het beeld op zwart gezet. Op de interface kun je dan een ander scenario of verloop kiezen.

Bij de 'FAR – Café' en 'ToM – Supermarkt' scenario's moet je eerst een scenario kiezen (oranje omcirkeld in onderstaande afbeelding). Daarna kun je het scenario op dezelfde manier bedienen als 'FAR – Supermarkt'. In het protocol staat welk scenario je moet kiezen.



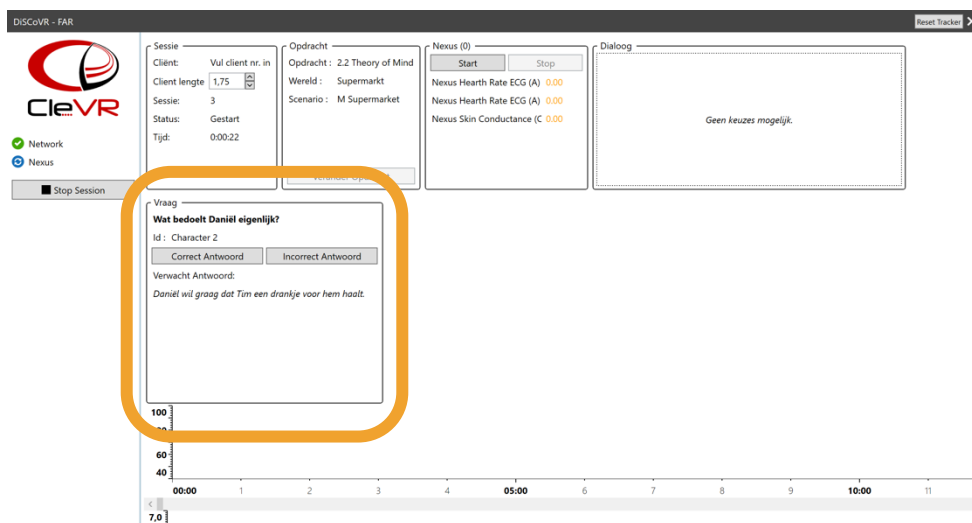
Stap 1:
Kies een
scenario



Stap 2:
Kies een
verloop

Bij scenario's met meer dan
1 vertakking:
Stap 3(+): Kies opnieuw een
verloop

- De ToM scenario's starten op een vergelijkbare manier op als de FAR-scenario's. Kies in het beginscherm voor '2.2 Theory of Mind'. 'M-supermarket' en 'Supermarkt' staan dan automatisch geselecteerd. Klik op 'volgende'. Het scenario laadt dan op dezelfde manier als bij de FAR-scenario's.
- Wanneer je op de interface komt, ziet deze er hetzelfde uit als bij 'FAR – Café'. Kies eerst het scenario dat je wilt laten zien (Hints, Shirt en Afwas of Misverstand). Kies daarna het verloop dat je wilt laten zien. In de interface kun je opnieuw aangeven of het antwoord correct is. Een indicatie van een juist antwoord vind je onder de knoppen 'correct' en 'incorrect'.



Sessie 6

Doelen van sessie 6

- Introduceren context als factor in sociale cognitie.
- Uitleggen relatie Gedrag-Gevoelens-Gedachten (GGG) bij 1 persoon.

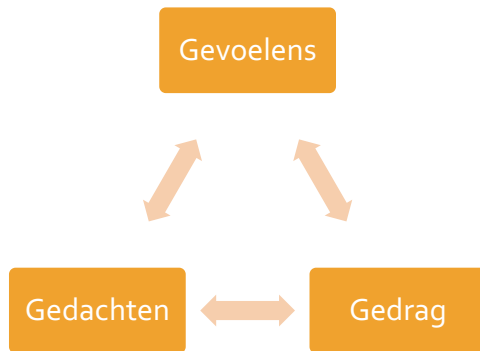
Vorbereiding voor sessie 6

- ☐ Neem de beschrijving van module 2 en sessie 6 van tevoren door.
- ☐ Neem het GGG-model door (pagina 48).
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.



Huiswerk bespreken en introductie Gedachten-Gevoelens-Gedrag

- Bespreek de opdracht op een soortgelijke wijze als vorige keren: welke emoties heb je de afgelopen dagen in je omgeving gezien? Hoe zag je welke het waren? In welke situaties kwamen ze voor? Introduceer aan de hand van deze voorbeelden uit het leven van de deelnemer de nieuwe module.
- Als de deelnemer niets heeft ingevuld, probeer dan met terugwerkende kracht een formulier in te vullen met een situatie die de deelnemer heeft meegemaakt. Als de deelnemer van de afgelopen dagen geen geschikte situaties weet, kies dan een situatie uit het verleden (bv: een ruzie of een misverstand).
- Wijs de deelnemer op de hoe de situatie invloed kan hebben op emoties. Gebruik een voorbeeld uit de huiswerkopdracht. Laat de deelnemer zelf ook een voorbeeld bedenken.
- Zeg dat de volgende sessies gaan over waar gevoelens vandaan komen, en wat voor effect emoties kunnen hebben.
- Teken op een whiteboard of stuk papier Figuur 9.
- Leg uit hoe gedachten, gevoelens en gedrag kunnen samenhangen. Je kunt het volgende voorbeeld gebruiken: bang zijn voor honden (emotie: angst, gedachten/verwachting: deze hond is gevaarlijk, gedrag: parken mijden). Verzin er eventueel nog extra voorbeelden bij.
- Vraag of de deelnemer zelf een voorbeeld weet. Zo niet, vraag dan naar een situatie waarin de deelnemer een sterke emotie had (bijvoorbeeld: heel blij of heel boos). Vul samen een GGG-schema in. Gebruik hiervoor een voorbeeld uit het leven van de deelnemer zelf.



Figuur 9: GGG -model



Oefenen in VR

- Leg uit dat de VR-oefeningen de komende sessies anders zijn dan eerst. De deelnemer zal in een omgeving terecht komen waar andere mensen met elkaar praten. Tijdens het gesprek zal hem/haar af en toe een vraag gesteld worden over het gedrag, de gevoelens en de gedachten van avatars. Hij/zij kan hierbij hardop antwoorden; als therapeut kun jij aanklikken of het antwoord correct is of niet.
- **Laat de deelnemer een strategie kiezen waar hij/zij mee wil oefenen.**
- Laat de deelnemer daarna oefenen met scenario **"Emotieherkenning: Supermarkt"**. Laat de deelnemer met (ten minste) twee verschillende alternatieven oefenen. Laat de deelnemer na afloop van elk alternatief kort (mondeling) samenvatten wat er gebeurde en welke emoties hij/zij gezien heeft.
- Evalueer het scenario aan de hand van GGG:
 - Hoe voelde de man zich? Hoe zeker weet je dat? Hoe zou jij je voelen? Waar kwam dat door? Wat denk je dat hij dacht? Wat voor effect had dit op zijn gedrag? Waaraan zag je dat?
 - Hoe voelde de vrouw zich? Waar kwam dat door? Wat waren haar gedachten? Hoe reageerde ze vervolgens op de man? Wat vind je van die reactie? Hoe had jij gereageerd? Hoe zou je vriend/ vriendin reageren in deze situatie?
 - Welk effect hadden de man en de vrouw op elkaar? Bv: deed de man iets waardoor de vrouw boos werd? Was er een misverstand? Hadden ze beter iets anders kunnen doen? Begrepen ze elkaar?
- Laat de deelnemer oefenen met **"Emotieherkenning: Café"**, en het scenario "Stress op het werk". Ga na afloop opnieuw in op de gedachten, gevoelens en het gedrag van beide gesprekspartners (Sam en zijn vriendin). Als je geen tijd hebt om met beide alternatieven te oefenen, kun je het scenario in de volgende sessie afmaken.



Reflectie en huiswerk

- Bespreek hoe de deelnemer de stof van vandaag bij zijn/haar doel zou kunnen gebruiken. Als de deelnemer het lastig vindt om het nut van het GGG-schema in te zien, leg dan uit dat het schema bedoeld is om situaties op een overzichtelijke manier uit te pluizen.
- Geef als huiswerkopdracht mee: 'Gedachten, gevoelens en gedrag van mijzelf'. In deze opdracht vult de deelnemer GGG-schema's voor hem- of haarzelf in bij dagelijkse situaties, om zich bewuster te worden van de eigen gevoelens en de antecedenten en consequenties hiervan. Vraag de deelnemer om het schema tenminste één keer in te vullen. Vaker mag natuurlijk ook.
- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.

Sessie 7

Doelen van sessie 7

- Verder oefenen met invullen GGG-schema's.
- Uitleggen relatie GGG bij meerdere personen.

Vorbereiding voor sessie 7

- ☐ Neem sessie 7 van tevoren door.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.



Bespreken huiswerk

Besprek de GGG-schema's van de deelnemer. Ga in op:

- Wat was de situatie?
- Hoe beïnvloedde de situatie jouw emoties?
- Welke gedachten hoorden daarbij?
- Hoe gedroeg je je uiteindelijk daardoor?
- Wat vond je daarvan? Was je tevreden over wat je deed?

Als de deelnemer niets heeft ingevuld, probeer dan met terugwerkende kracht een formulier in te vullen met een situatie die de deelnemer heeft meegemaakt. Als de deelnemer van de afgelopen dagen geen geschikte situaties weet, kies dan een situatie uit het verleden (bv: een ruzie of een misverstand).



Uitleg: GGG in interactie

- Tot dusver heeft de deelnemer geoefend met GGG-schema's van één persoon. Maar, mensen bestaan niet los van elkaar. De gedachten, gevoelens en het gedrag van de een hebben invloed op de gedachten, gevoelens en het gedrag van een ander.
- Geef als voorbeeld het scenario uit de vorige sessie ("Stress op het werk"). Neem de ingevulde GGG-schema's erbij. De man dacht dat hij alles niet af zou krijgen (**gedachte**) en had stress op het werk (**gevoel**). Hierdoor gedroeg hij zich kortaf tegen een goede vriendin (**gedrag**). Zij dacht hierdoor dat hij haar niet meer aardig vond (**gedachte**) en was heel beledigd (**gevoel**). Hierdoor begon ze hem verwijten te maken (**gedrag**). De emoties en gedachten die we hebben zijn dus ook afhankelijk van hoe anderen zich tegen ons gedragen, en dat bepaalt op zijn beurt weer ons eigen gedrag.
- Neem er een "GGG in interactie"-schema bij. Vul dit schema samen met de deelnemer in voor het bovenstaande scenario ("Stress op het werk").



Oefenen in VR

Oefen vervolgens met de andere scenario's uit "**Emotieherkenning: Café**": "Vlieg angst", "Spoiler", "Wat een sukkel" en "Sollicitatie". Hoe veel van deze scenario's je in deze sessie af krijgt hangt af van de deelnemer. Probeer met tenminste twee scenario's te oefenen; wat er blijft liggen kan in de volgende sessie afgemaakt worden. Volg bij elk scenario het volgende stramien:

- Kies samen een strategie om mee te oefenen.
- Laat de deelnemer oefenen met het eerste alternatief.
- Vraag na afloop van het scenario de deelnemer om samen te vatten wat er gebeurde.
Vraag naar:
 - Hoe voelde de ene avatar zich? Waar kwam dat door? Wat denk je dat diegene dacht? Wat zou jij denken? Wat voor effect had dit op het gedrag? Begrijp je waarom de ander dit deed?
 - Hoe voelde de andere avatar zich? Waar kwam dat door? Wat waren zijn/haar gedachten? Hoe reageerde de avatar vervolgens op de ander? Was dat terecht volgens jou? Wat zou je zelf gedaan hebben?
 - Welk effect hadden de twee avatars op elkaar? Bv: deed de een iets waardoor de ander boos werd? Had de een dit kunnen voorkomen? Was de reactie van de ander terecht? Had hij/ zij ook anders kunnen reageren?
- Vul eventueel een interactie-GGG-schema in, als de deelnemer het lastig vindt om de situatie te overzien.
- Laat de deelnemer oefenen met het tweede (en eventueel derde) alternatief.
- Blijf steeds vragen naar de gedachten, gevoelens en het gedrag van de avatars.
- Vergelijk de verschillende alternatieven met elkaar. In welk opzicht verschilden ze? Wat was het effect daarvan?



Reflectie en huiswerk

- Kijk opnieuw naar de doelen: hoe past de informatie van deze sessie binnen de gestelde doelen? Zijn er bij de deelnemer nog nieuwe zaken duidelijk geworden waarop gelet moet worden?
- Geef de huiswerkopdracht *Gedachten, gevoelens en gedrag in contact met anderen* mee. Deze opdracht lijkt erg op de opdracht van vorige keer, maar deze keer moet de deelnemer zowel voor zichzelf als voor de ander een GGG-schema invullen. Vraag de deelnemer om het schema tenminste één keer in te vullen. Vaker mag natuurlijk ook.

- Als de deelnemer het wil, mag hij na het invullen van een GGG-interactieschema bij de ander controleren of dit klopt. Moedig dit aan. Echter, niet iedereen zal dit al willen, kunnen of durven.
- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.

Sessie 8

Doelen van sessie 8

- Verder oefenen met invullen GGG-schema's.
- Oefenen met ToM-scenario's in VR.

Vorbereiding voor sessie 8

- ☐ Neem sessie 8 van tevoren door.
- ☐ Ga na welke scenario's de vorige sessies lastig waren voor de deelnemer. Het kan handig zijn om deze te herhalen voor verder wordt gegaan met ToM-scenario's.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.



Huiswerk bespreken

- Bespreek het deel van het GGG-schema **van de deelnemer** op dezelfde manier als voorgaande keren.
- Besteed extra aandacht aan de gedachten, gevoelens en het gedrag van **de ander**. Het gedrag van de ander is het enige wat de deelnemer direct kon waarnemen. Hoe had hij/zij de gedachten en gevoelens geraden? Had hij/zij daar strategieën bij gebruikt? Welke, en hoe goed werkten die?
- Hoe hadden de deelnemer en de andere persoon invloed op elkaar?
- Heeft de deelnemer aan de ander gevraagd of zijn/haar inschatting klopte? Wat kwam er overeen en wat verschilde?
- Als de deelnemer niets heeft ingevuld, probeer dan met terugwerkende kracht een formulier in te vullen met een situatie die de deelnemer heeft meegemaakt. Als de deelnemer van de afgelopen dagen geen geschikte situaties weet, kies dan een situatie uit het verleden (bv: een ruzie of een misverstand).



Oefenen in VR

- Kies een of meerdere strategieën om te oefenen.
- Als de deelnemer nog niet alle scenario's uit **Emotieherkenning: Café** heeft geoefend, oefen dan eerst nog met de overgebleven scenario's. Doe dit op dezelfde manier als in de volgende sessie.
- Ook als de deelnemer alle scenario's van **Emotieherkenning: Café** al doorlopen heeft, kan het behulpzaam zijn om de scenario's te herhalen en nogmaals goed uit te pluizen. Deelnemers die moeite hadden met de scenario's in de vorige sessies, vinden het

mogelijk fijn om nog extra te oefenen. Handel hierin naar eigen inzicht, eventueel in overleg met de deelnemer. Verdieping in de scenario's kan gezocht worden door van het herkennen van emoties meer te focussen op vragen die inhoudelijk zijn, bijvoorbeeld over wat de personages denken en hoe dat komt.

- In "Spoiler" en "Wat een sukkel" zitten een Faux Pas. Bespreek bij deze scenario's:
 - Wat ging er mis in dit verhaal?
 - Waarom deed diegene dat?
 - Wat voor effect had het op de ander? Hoe voelde die zich daardoor?
 - Had de reactie van de eerste persoon op zijn/haar blunder nog invloed op hoe de ander op de blunder reageerde?
 - Heb je zelf wel eens een soortgelijke situatie meegemaakt? Wat gebeurde er toen, hoe reageerden jij en de ander, en wat was het resultaat?
- In "Vliegangst" en "Sollicitatie" staat de rol van verwachtingen centraal, en de invloed die externe factoren (de situatie en andere personen) daarop kunnen hebben. Bespreek hierbij:
 - Wat dacht [avatar met verwachting] aan het begin van het verhaal? Waar kwam die gedachte/verwachting vandaan?
 - Wat was het effect van de verwachting/gedachte? Wat deed het met die persoon?
 - Veranderde die verwachting/gedachte? Waarom (niet)?
 - Wat was het resultaat van die verandering?
 - Heb je zelf wel eens een soortgelijke situatie meegemaakt? Wat gebeurde er toen, hoe reageerden jij en de ander, en wat was het resultaat?
- In "Stress op het werk" wordt tweede orde ToM behandeld: namelijk, over wat de vrouw denkt dat Sam denkt. Bespreek hierbij:
 - Waarom wordt de vrouw boos op Sam? Welke gedachten horen daarbij?
 - Hoe komt zij erbij dat hij haar niet meer aardig/belangrijk vindt?
 - In het alternatieve scenario is Sam in een goede bui. Welk effect heeft dit, vergeleken met het scenario waarin Sam gestrest is?
 - Heb je zelf wel eens een soortgelijke situatie meegemaakt? Wat gebeurde er toen, hoe reageerden jij en de ander, en wat was het resultaat?
- Je kunt ook met de deelnemer nadenken over hoe de situatie mogelijk zou zijn als er nog een factor anders was. Bijvoorbeeld:
 - "Stress op het werk": wat als Sam vlak na het gesprek met zijn collega een telefoontje kreeg dat ze iemand anders had gevonden om bij te springen? Hoe

had hij zich dan tegen zijn vriendin gedragen? Wat als Sams vriendin ook een collega was en wist hoe druk hij het had op het werk (en dus de reden wist voor zijn humeur)?

- “Vliegangst”: Wat als er een zeer zware storm voorspeld was? Zou de avatar zich dan nog steeds zo makkelijk gerust laten stellen? Wat als er op het feest veel familieleden waren die de avatar nooit zag – zou hij dan ook zo gemakkelijk afzeggen?
- “Spoiler”: Stel dat de avatar die een spoiler gaf, eigenlijk een grapje maakte en helemaal niet wist hoe de serie afliep. Hoe zou zijn vriend dan reageren op zijn ‘spoilers’? Of als de persoon die de serie begonnen was, de serie toch niet zo goed vond en eigenlijk al wilde stoppen met kijken?
- “Wat een sukkel”: Stel dat de vriendinnen altijd mensen “beledigen” als een soort grapje. Zou de zus van de man die beledigd werd dan net zo boos worden? Wat als de vrouw zelf een hekel aan haar broer had?
- “Sollicitatie”: Stel dat er niets was gebeurd dat het humeur van de vrouw beïnvloedde (dus geen zieke honden of mooi weer). Hoe zou ze dan tegen haar sollicitatie aankijken? Waar zou dat nog meer vanaf kunnen hangen?

Dit is echter een oefening die abstract denkvermogen vereist en daarom mogelijk minder geschikt is voor deelnemers met (grote) problemen in de neurocognitieve functies.

- Als je verder gaat met de ToM scenario’s, start dan “**Theory of Mind – Supermarkt**” op. Kies voor het scenario “Hints”.
- Bespreek het scenario op dezelfde manier als in de vorige sessies, maar besteed in deze en volgende sessie extra aandacht aan de gedachten in het GGG-schema, omdat de vragen in de scenario’s over gedachten, intenties, meningen en verwachtingen gaan.
 - Laat de deelnemer oefenen met het eerste alternatief.
 - Vraag na afloop van het scenario de deelnemer om samen te vatten wat er gebeurde. Vraag naar de gevoelens, het gedrag **en met name de gedachten** van alle interactiepartners. Hoe kwam het dat de avatars deze gedachten hadden? Vraag ook naar hoe de avatars invloed op elkaar hadden. Vul eventueel een interactie-GGG-schema in, als de deelnemer het lastig vindt om de situatie te overzien.
 - Laat de deelnemer oefenen met het tweede (en eventueel derde) alternatief.
 - Vraag na afloop van het scenario de deelnemer om samen te vatten wat er gebeurde. Vraag naar **de gedachten**, gevoelens en het gedrag van alle interactiepartners. Vraag ook naar hoe de avatars invloed op elkaar hadden. Vul eventueel een interactie-GGG-schema in, als de deelnemer het lastig vindt om de situatie te overzien.
 - Vergelijk de verschillende alternatieven met elkaar. In welk opzicht verschilden ze? Wat was het effect daarvan?



Reflectie en huiswerk

- Vul het reflectieformulier voor sessie 8 in met de deelnemer.
- Geef de deelnemer opnieuw de opdracht "Gedachten, gevoelens en gedrag in contact met anderen" mee.
- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.
- Geef na afloop van de sessie Saskia (s.a.nijman@umcg.nl) een seintje dat je halverwege bent.

Sessie 9

Doelen van sessie 9

- Verder oefenen met invullen GGG-schema's.
- Oefenen met ToM-scenario's in VR.

Vorbereiding voor sessie 9

- ☐ Neem sessie 9 van tevoren door.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.



Bespreken huiswerk

- Bespreek het deel van het GGG-schema **van de deelnemer en de ander** op dezelfde manier als de vorige keer:
 - Hoe had hij/zij de gedachten en gevoelens geraden? Had hij/zij daar strategieën bij gebruikt? Welke, en hoe goed werkten die?
 - Hoe hadden de deelnemer en de andere persoon invloed op elkaar?
 - Heeft de deelnemer aan de ander gevraagd of zijn/haar inschatting klopte? Wat kwam er overeen en wat verschilde?
- Als de deelnemer niets heeft ingevuld, probeer dan met terugwerkende kracht een formulier in te vullen met een situatie die de deelnemer heeft meegemaakt. Als de deelnemer van de afgelopen dagen geen geschikte situaties weet, kies dan een situatie uit het verleden (bv: een ruzie of een misverstand).



Oefenen met VR

- Kies met de deelnemer een strategie. Spreek af hoe de deelnemer deze gaat toepassen.
- Start **"Theory of Mind – Supermarkt"** op. Laat de deelnemer oefenen met "Shirt en afwas" en "Misverstand".
- In deze scenario's staan correcte overtuigingen (*true beliefs*) en incorrecte overtuigingen (*false beliefs*) centraal. De personages hebben in de scenario's dus overtuigingen waarvan de deelnemer weet dat deze (respectievelijk) correct en incorrect zijn. Een speciale vorm hiervan, onverwachte uitkomsten (*unexpected outcomes*), zit in "Misverstand", waarbij de deelnemer de eigen kennis over een niet voor de hand liggende uitkomst (in dit geval, dat toiletpapier wordt gebruikt om te knutselen) moet onderdrukken om in te schatten dat iemand anders zonder deze

kennis waarschijnlijk de meest voor de hand liggende optie gelooft. De deelnemer wordt verder gevraagd om uit de overtuigingen van de personages intenties af te leiden, namelijk: of Mariska gaat afwassen ("Shirt en afwas") en waar Nina naartoe gaat om haar vrienden tegen te komen ("Misverstand").

- Bespreek de scenario's op dezelfde manier als in de vorige sessie:
 - Laat de deelnemer oefenen met het eerste alternatief.
 - Vraag na afloop van het scenario de deelnemer om samen te vatten wat er gebeurde.
 - Hoe voelde de ene avatar zich? Waar kwam dat door? Wat denk je dat diegene dacht? Wat voor effect had dit op het gedrag?
 - Hoe voelde de andere avatar zich? Waar kwam dat door? Wat waren zijn/haar gedachten? Hoe reageerde de avatar vervolgens op de ander?
 - Welk effect hadden de twee avatars op elkaar? Bv: deed de een iets waardoor de ander boos werd?
 - Vul eventueel een interactie-GGG-schema in, als de deelnemer het lastig vindt om de situatie te overzien.
 - Laat de deelnemer oefenen met het tweede (en eventueel derde) alternatief.
 - Vraag de deelnemer na afloop van elk alternatief verloop van het scenario om samen te vatten wat er gebeurde. Vraag naar **de gedachten**, gevoelens en het gedrag van alle interactiepartners. Vraag ook naar hoe de avatars invloed op elkaar hadden. Vul eventueel een interactie-GGG-schema in, als de deelnemer het lastig vindt om de situatie te overzien.
 - Vergelijk de verschillende alternatieven met elkaar. In welk opzicht verschilden ze? Wat was het effect daarvan?
 - Bespreek achteraf ook het gebruik van de strategie.



Reflectie en huiswerk

- Vul het reflectie-formulier voor sessie 9 in. Hierin wordt teruggeblikt op module 2.
 - Zijn de doelen van de deelnemer veranderd, en zo ja, wat zijn de nieuwe doelen?
 - Wat is de deelnemer bijgebleven van de afgelopen sessies?
 - Welke strategieën vindt hij/zij handig en wil hij/zij blijven gebruiken?
- Laat de deelnemer dezelfde huiswerkopdracht doen als vorige keer: een GGG-schema voor zichzelf en de ander invullen.
- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.

Module 3

Doelen van module 3

- Herhaling en oefenen van concepten uit module 1 en 2.
- De koppeling leggen tussen wat geleerd is in de training en dagelijkse sociale interacties.
- Leren hoe je het beste een reactie kunt kiezen, op basis van kennis over eigen gedachten, gevoelens en gedrag en inschatting gedachten, gevoelens en gedrag van de ander.
- Op basis van extra informatie die in een gesprek verkregen wordt, het oordeel over de situatie kunnen aanpassen en een adequate handelswijze kiezen.
- Plan maken voor consolidatie van geleerde zaken door zelf te blijven oefenen.
- Evaluatie van training en progressie in trainingsdoelen.

Kort overzicht

In module 3 wordt de deelnemer, in tegenstelling tot eerdere modules, direct betrokken bij de gebeurtenissen in de virtuele omgeving. De avatars praten niet meer in vooraf opgenomen zinnen; de trainer spreekt via een microfoon met stemvervorming als de avatar tegen de deelnemer. Avatars richten zich nu dus tot de deelnemer, en de deelnemer geeft hierop antwoord. Op deze manier wordt in rollenspellen geoefend met verschillende sociale situaties. Deelnemers moeten niet alleen de ander kunnen inschatten, maar deze kennis ook gebruiken om op een adequate manier in te gaan op opmerkingen van avatars. Als de deelnemer op een adequate manier reageert, resulteert dit in een positieve reactie van de avatar, zodat gepaste reacties positief bekrachtigd worden.

In Bijlage 1 staan voorbeelden van rollenspellen die gespeeld kunnen worden om verschillende sociaal-cognitieve domeinen te oefenen. Deelnemers krijgen vóór aanvang van de voorbeeld-rollenspellen een korte beschrijving van de situatie waarin de informatie wordt gegeven die nodig is om het rollenspel te spelen. Daarnaast kan de trainer zelf rollenspellen maken die zijn afgestemd op de deelnemer. Dit kunnen bijvoorbeeld de situaties zijn waar hij of zij moeite mee heeft of situaties die aansluiten bij het doel van de deelnemer. Zulke persoonlijke rollenspellen hebben de voorkeur boven de voorbeeld-rollenspellen. Wel dienen deze zelfgemaakte scenario's genoteerd te worden in het trainer-werkboek.

Naast het oefenen met de rollenspellen wordt een stappenplan aangeboden waarin de deelnemer een plan van aanpak voor lastige sociale situaties wordt aangereikt: het verzinnen van verschillende redenen voor iemand gedrag (GGG voor de ander), reflecteren op eigen gedachten, gevoelens en gedrag (GGG voor jezelf), het kiezen van mogelijke reacties, het eventueel oefenen van deze reacties in een rollenspel, en tenslotte het uitvoeren van de beste reactie.

Tabel 8: Overzicht van module 3

Sessie	Inhoud	Huiswerk
10	Introductie stappenplan en VR interactie-tool	Stappenplan/GGG
11	Oefenen met rollenspellen / stappenplan	Stappenplan/GGG
12	Oefenen met rollenspellen / stappenplan	Stappenplan/GGG
13	Oefenen met rollenspellen / stappenplan	Stappenplan/GGG
14	Oefenen met rollenspellen / stappenplan	Stappenplan/GGG
15	Oefenen met rollenspellen / stappenplan	Stappenplan/GGG
16	Oefenen met rollenspellen / stappenplan, evaluatie van training	Stappenplan/GGG

Rollenspellen

Hoe verzin ik een passend rollenspel?

In module 3 worden er enkele rollenspellen aangereikt, maar rollenspellen die afgestemd zijn op de deelnemer hebben de voorkeur. Het is de bedoeling dat je zelf kiest welke situaties geschikt zijn en hoe je die precies vormgeeft. Als trainer heb je dus veel vrijheid, maar dit maakt ook dat je veel zelf moet bedenken. Onderstaand zijn enkele tips om je hierbij te helpen.

- Kies eerst een geschikte situatie. Inspiratie hiervoor kan geput worden uit:
 - Situaties die de deelnemer in sessie 1 bij de probleeminventarisatie genoemd heeft. Bijvoorbeeld: oefenen in het geven en ontvangen van complimenten voor iemand die overwegend negatieve interacties met anderen heeft.
 - Situaties die bij (sub)doelen passen. Iemand die wil leren om praatje te maken met collega's, kan bijvoorbeeld een rollenspel oefenen waarbij een gesprek met een collega gesimuleerd wordt.
 - Terugkerende thema's die je opmerkt bij de deelnemer, of situaties waarvan je in de loop van de training hebt gemerkt dat ze lastig zijn. Bijvoorbeeld: als een

deelnemer moeite heeft met het oppikken van hints, een rollenspel oefenen waarin je verschillende hints geeft.

- GGG-schema's uit huiswerkopdrachten. De deelnemer speelt zichzelf, en jij de ander.
- Een lastige situatie die de deelnemer (die week) heeft meegemaakt. In Box 3 staan voorbeelden van situaties die geschikt kunnen zijn.
- De interactiemodule is voornamelijk geschikt voor een-op-een interacties. Het kan dat een voor de deelnemer relevante situatie zich niet erg leent voor het VR-programma, bijvoorbeeld als er meerdere gesprekspartners bij betrokken waren of als het specifieke gebeurtenissen bevatte waar geen animaties voor zijn (bijvoorbeeld: je was met twee vrienden in het café en ze waren steeds alleen met hun telefoon bezig). Probeer in dat geval de situatie zo veel mogelijk te vertalen naar een een-op-een-situatie zonder specifieke animaties.
 - In het geval van meerdere gesprekspartners in de originele situatie kun je de rollen van de betrokkenen afwisselend spelen. Dus: je speelt eerst de rol van de ene persoon en dan de rol van de andere persoon.
 - Het kan dat de omgevingen niet erg geschikt zijn voor de situatie die de deelnemer beschrijft. Bijvoorbeeld: als iets thuis in de woonkamer (in de privésfeer) plaatsvond kan het gek zijn om de situatie in de supermarkt na te spelen. Probeer dan een omgeving te kiezen die toch zo veel mogelijk op de situatie lijkt, in dit geval bijvoorbeeld het café zonder extra avatars.
 - Het is niet mogelijk om specifieke animaties te gebruiken behalve emotionele gezichtsuitdrukkingen en, tot op zekere hoogte, lichaamstaal. Andere animaties moeten er helaas 'bij verzonnen' worden. Mogelijk zullen er in toekomstige versies van DiSCoVR meer mogelijkheden voor animaties zijn.
 - Kort gezegd komt het wat dit soort situaties betreft momenteel dus erg aan op improvisatie en de fantasie van de trainer en deelnemer.
- **Verlies het doel van de training niet uit het oog: het trainen van sociale cognitie.** Met andere woorden: houd achterliggende sociaal-cognitieve processen in het achterhoofd. Let er goed op dat je emotionele signalen afgeeft, een sociale context neerzet, je avatar gedachten en gevoelens geeft, en dat dit gereflecteerd wordt in het gedrag dat je avatar vertoont. Vraag de deelnemer hier ook regelmatig specifiek naar en stimuleer het gebruik van strategieën.

Box 3: Voorbeelden van situaties

Heb je de afgelopen tijd een situatie meegemaakt waarbij...

- Iemand je negeerde of niet aardig tegen je was.
- Je het gevoel had dat iemand jou niet aardig vond, of boos op je was.
- Iemand, bijvoorbeeld een zorgverlener, familielid, vriend(in) of partner, niet luisterde naar je, of niet behulpzaam was.
- Iemand je benadeelde.
- Iemand jou kwetste of jij iemand anders gekwetst had.
- Je een misverstand met iemand anders had.
- Je een gesprek had met iemand dat niet helemaal verliep op een fijne manier.

- Je kunt nadat je een rollenspel hebt geoefend, ook kiezen om het rollenspel te herhalen met een alternatief verloop. Bijvoorbeeld: dat je een deelnemer in het stappenplan een andere keuze laat uitvoeren, of dat je een andere uitgangssituatie kiest (bijvoorbeeld: in plaats van een goede dag heeft je avatar een slechte dag). Analyseer dit na afloop op dezelfde manier als je dit bij de scenario's hebt gedaan.
- Voor variatie kun je er ook voor kiezen dat jij de deelnemer speelt en de deelnemer een andere persoon.
- Als er niet direct een situatie is die passend is, kan geoefend worden met de rollenspellen in Bijlage 2: Rollenspellen (pagina 85).
- Je kunt ook een scenario uit module 2 kiezen en dit met de deelnemer naspelen.

Het stappenplan

In de laatste module wordt een stappenplan aangereikt wat de deelnemer kan gebruiken om te kiezen hoe hij/zij het beste kan reageren in sociale situaties. Het stappenplan bouwt verder op de technieken die in de eerdere modules gebruikt zijn, voornamelijk het GGG-interactieschema. Het voornaamste doel is dat de deelnemer leert om stil te staan bij wat er in henzelf in de ander omgaat in situaties die hij of zij lastig vindt. Op deze manier overweegt de deelnemer wel wat de beweegredenen van de ander zijn, maar staat hij/zij ook stil bij wat de eigen gevoelens en gedachten zijn. Vervolgens bedenkt de deelnemer mogelijke reacties, waaruit hij/zij vervolgens de beste optie kiest en uitvoert.

Box 4: Stappenplan

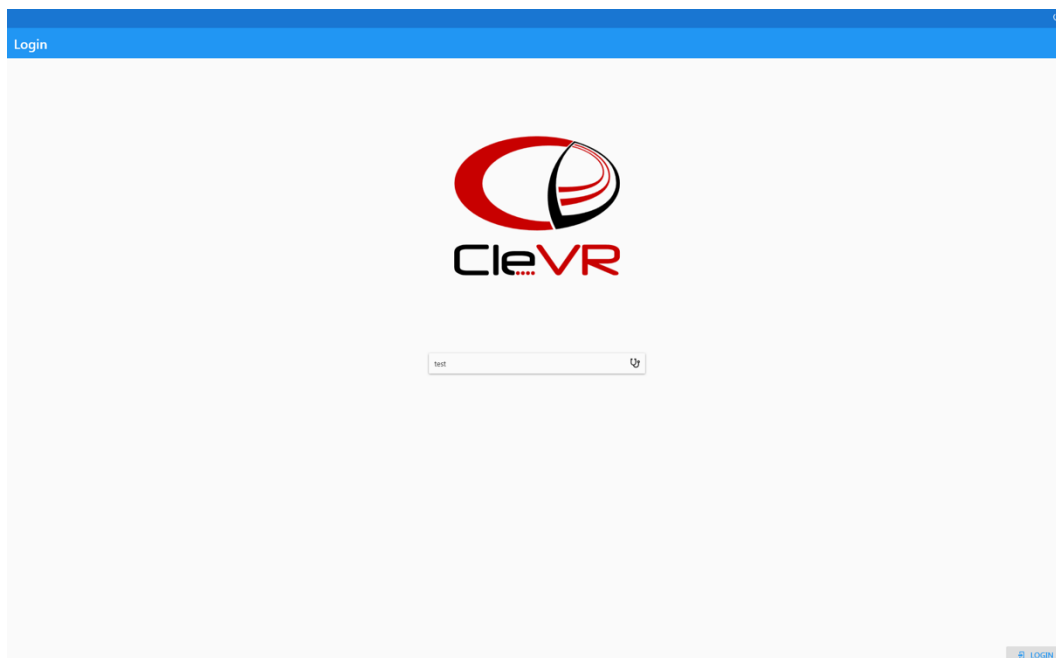
1. Maak het eerst duidelijk voor jezelf wat jij doet, denkt en voelt. Maak dus een GGG-schema voor jezelf.
2. Maak vervolgens een GGG-schema voor de ander, om jezelf meer inzicht te geven in wat er in de ander omgaat. Dan kun je ook beter begrijpen waarom zij zich op een bepaalde manier gedragen.
3. Op welke manieren zou je kunnen reageren? Probeer meerdere mogelijkheden te verzinnen. Houd hierbij rekening met de gedachten en gevoelens van de ander, maar ook die van jouzelf.
4. Kies de reactie die jij het beste vindt en voer die uit.

Software

In de DiSCoVR-RCT maken we gebruik van het programma 'CARP' om te oefenen met sociale interactie. **Let op: dit is een ander programma dan wat je voor de eerste twee modules hebt gebruikt.** Gebruik dus niet de derde module uit het DiSCoVR-programma.

1. Start het programma 'CARP'.

Op het bureaublad vind je de snelkoppeling. Je krijgt dan onderstaand scherm te zien. Vul je naam in en klik rechts onderin op 'login'.



2. Vul het ID van de cliënt in.

Pas eventueel de lengte van de cliënt aan. Je kunt ook kiezen voor eerder gebruikte instellingen, nadat je het ID van de cliënt hebt ingevoerd. Klik daarna op 'next', rechts onderin beeld.

New session

Test

Select client

SELECT VALUE

LOG OUT

Select client

test

1,75

Use previous settings (optional)

<input type="checkbox"/>	World	Date
14	Supermarket	Thursday, March 01, 2018 1:06:12 PM
13	Cafe	Tuesday, February 27, 2018 3:45:41 PM
12	Supermarket	Tuesday, February 27, 2018 3:43:31 PM
11	Supermarket	Tuesday, February 27, 2018 2:23:55 PM
10	Cafe	Tuesday, February 27, 2018 2:21:25 PM

BACK

NEXT

3. Kies een avatar

Je kunt de filters boven in beeld gebruiken, en/of je kunt uit de plaatjes de avatar kiezen die je wilt. Klik in het vierkantje van de avatar die je wilt. Klik daarna rechts onderin op 'next'.

New session

- Test
- Select client
- Select world
- Select start location
- Character selection**
- Voice transformer

Character selection

Gender: ☐ Female ☒ Male
Origin: ☐ Eastern Asia ☐ Western Europe ☐ Eastern Europe ☐ Western Asia ☐ South east Asia ☐ Central Africa ☐ Southern Africa ☐ American Indian ☐ Northern Africa ☐ Middle East ☐ Southern Europe ☐ Latin America
Hat: ☐ None ☐ Head scarf ☐ Hat

< BACK

New session RESET TRACKER

Test LOG OUT

Select client

Select world

Select start location

Character selection

Voice transformer

Character selection

Gender: ☐ Female ☐ Male

Origin: ☐ Eastern Asia ☐ Western Europe ☐ Eastern Europe ☐ Western Asia ☐ South east Asia ☐ Central Africa ☐ Southern Africa ☐ American Indian ☐ Northern Africa ☐ Middle East ☐ Southern Europe ☐ Latin America

Hat: ☐ None ☐ Head scarf ☐ Hat

Grid of character avatars (20 total). The 10th avatar in the grid (female, light skin, dark hair) is selected.

Height selection: 1.9 m, 1.8 m, 1.7 m, 1.6 m, 1.5 m, 1.4 m, 1.3 m, 1.2 m, 1.1 m, 1.0 m. A female avatar is shown next to the height scale.

Hat: None
Origin: Middle East
Gender: Female

[BACK](#) [NEXT](#)

In de figuur hierboven is bijvoorbeeld voor deze mevrouw gekozen.

4. Kies een wereld

Je kunt kiezen uit een kantoor, een café, een supermarkt of een winkelstraat. Klik op de wereld die je wilt en klik daarna rechts onderin op 'next'.

New session RESET TRACKER

Test LOG OUT

Select client

Select world

Select start location

Character selection

Voice transformer

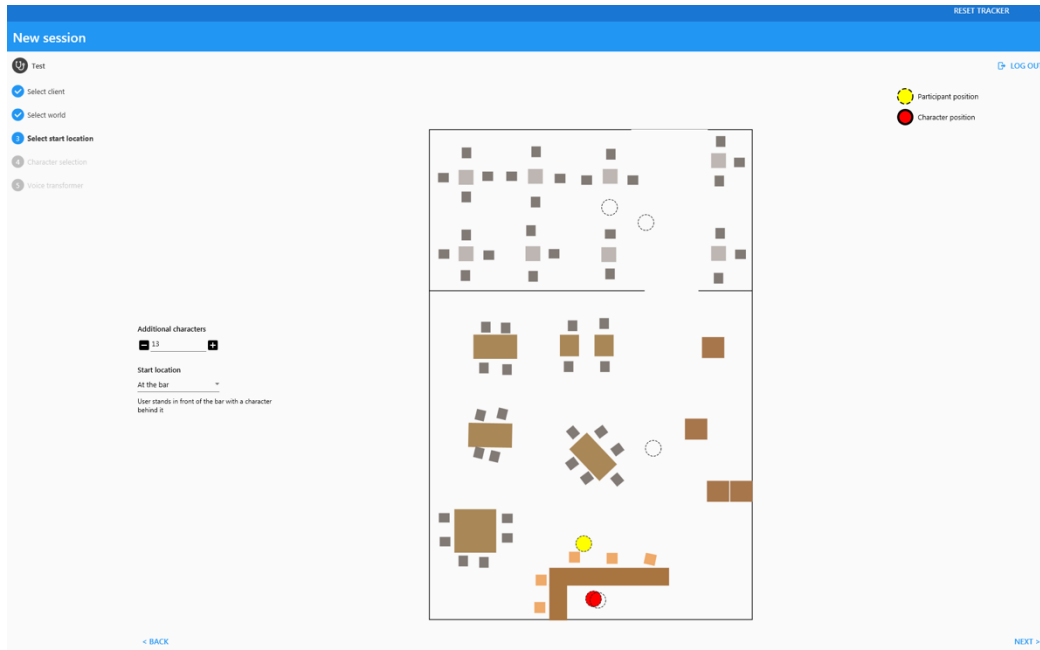
Select world

Office Café Supermarket Street

[BACK](#) [NEXT](#)

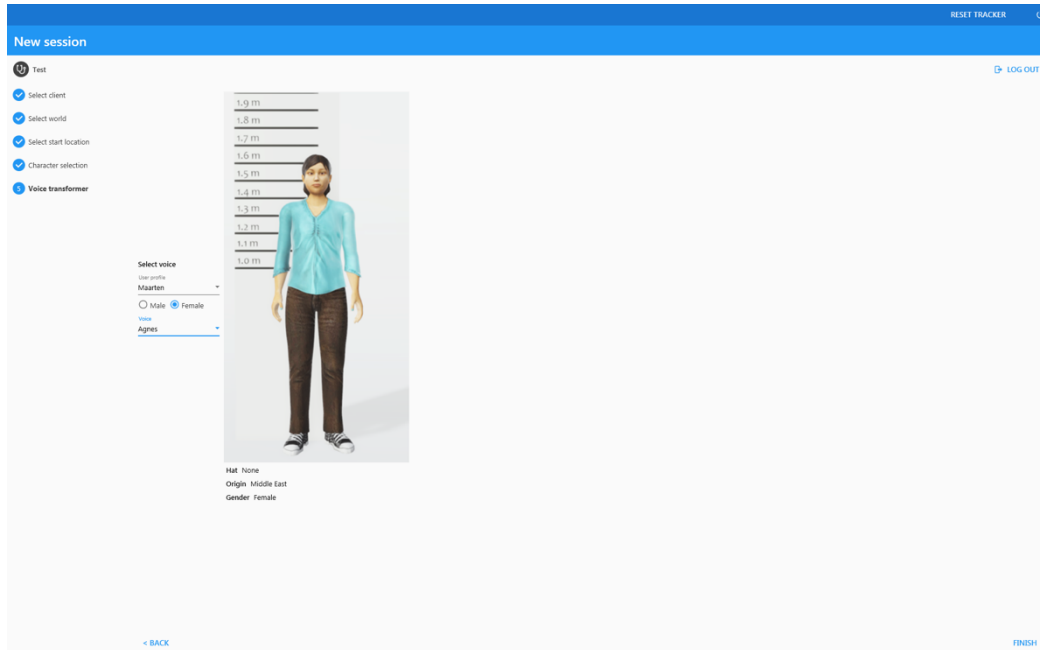
5. Kies een positie binnen de wereld die je gekozen hebt, en het aantal avatars in de wereld

In het volgende scherm zie je een plattegrond van de wereld die je hebt gekozen. Klik op één van de cirkels om de plaats te kiezen die je wilt gebruiken. De deelnemer en de avatar komen dan op die plaats in de wereld terecht. Je kunt links in het scherm aangeven hoeveel extra avatars je in de wereld wilt hebben (op de achtergrond). Verder kun je links in het scherm ook je positie aanpassen. Klik als je tevreden bent rechts onderin op 'next'.



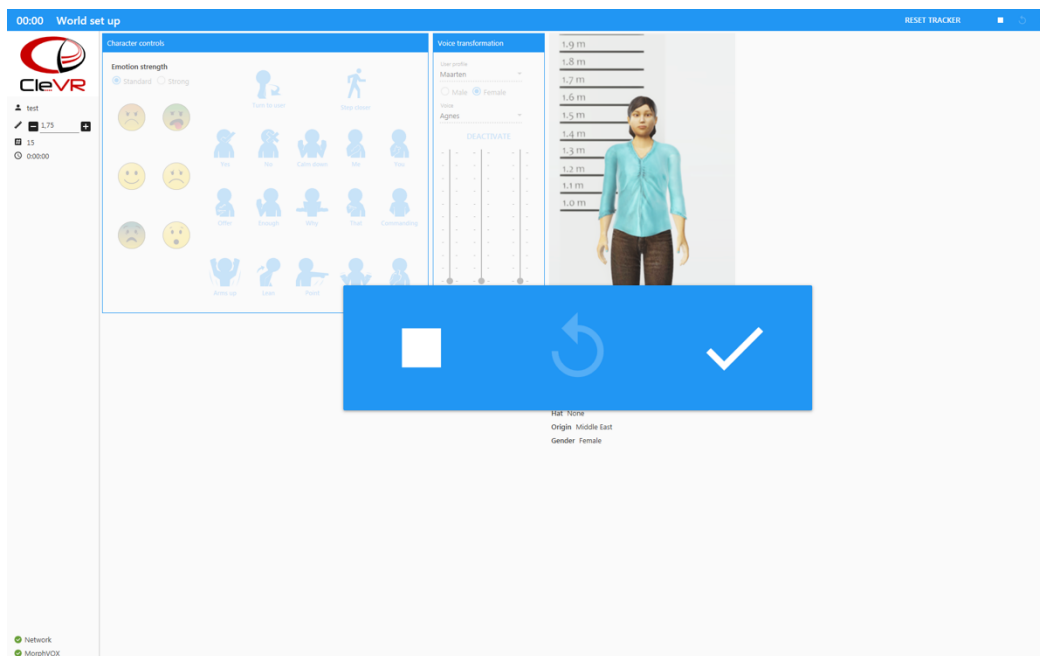
6. Kies je stem

In het volgende scherm kun je kiezen welke stem je wilt gebruiken. Kies aan de linkerkant van het scherm eerst jouw stemprofiel uit (dit stel je van tevoren in). Dit doe je door op het 'drop down'-menu onder 'user profile' te klikken. Je kunt verder nog kiezen of je een mannen- of vrouwenstem wilt, en welke stem je wilt gebruiken, door het menu onder 'voice' aan te klikken. Als je tevreden bent met je keuze klik je rechts onderin op 'next'.

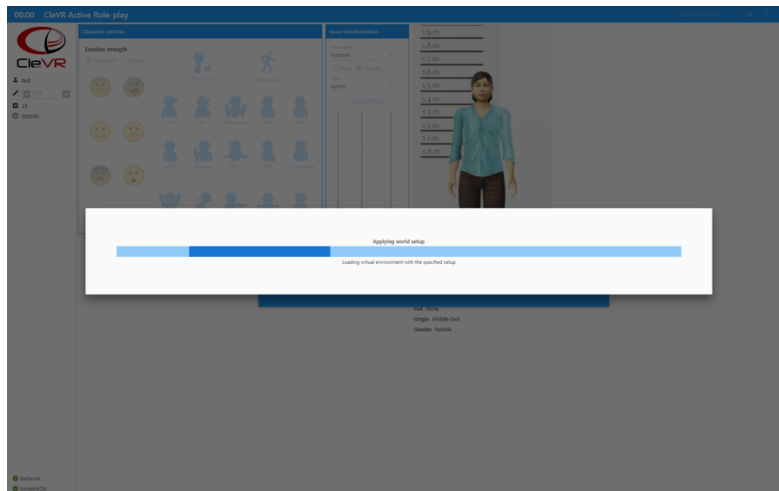


7. Bevestig je keuze

Je krijgt daarna het volgende scherm te zien. Klik op het vinkje.



Je krijgt dan het volgende laadscherm te zien.



8. Begin je rollenspel

Daarna kom je op de interface van het rollenspel terecht. Je kunt hier de volgende dingen doen:

Verstreken tijd

Pas de sterkte van de emoties

Kies een emotie (vnlr, vbno): boos, walgend, blij, bedroefd, bang.

Kies een animatie

Pas de audio-levels aan (als deelnemer je niet goed kan horen)

Kies een andere

Zet de stemvervorming uit

Reset het beeld (voor de)

Stop, herstart, pauzeer

Als je klaar bent kun je op het vierkantje rechts bovenin klikken. Je keert dan terug naar het beginscherm.

Sessie 10

Doelen van sessie 10

- Introductie interactie-module.
- Introductie stappenplan, een methode om situaties te analyseren en een adequate reactie te kiezen.
- Oefenen met rollenspellen in VR.

Voorbereiding voor sessie 10

- Neem de beschrijving van module 3 en sessie 10 van tevoren door. Zorg dat je goed weet hoe het stappenplan werkt en hoe je de apparatuur kunt bedienen.
- Zorg dat er een MorphVox stem-profiel voor je is ingesteld op de VR-computer. Als het goed is, is dit voor aanvang van de training al gebeurd. Als dit niet het geval is moet dit alsnog gebeuren. Neem hiervoor contact op met de DiSCoVR-contactpersoon binnen je instelling.
- Verzin een of twee rollenspellen die je met de deelnemer kunt oefenen. Deze rollenspellen zijn idealiter afgestemd op de sociaal-cognitieve problemen en doelen van de deelnemer. Probeer dus een situatie te kiezen waar de deelnemer vaak tegenaan loopt.
- Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.



Huiswerk bespreken

- Bespreek het deel van het GGG-schema **van de deelnemer en de ander** op dezelfde manier als de vorige keer:
 - Hoe had hij/zij de gedachten en gevoelens geraden? Had hij/zij daar strategieën bij gebruikt? Welke, en hoe goed werkten die?
 - Hoe hadden de deelnemer en de andere persoon invloed op elkaar?
 - Heeft de deelnemer aan de ander gevraagd of zijn/haar inschatting klopte? Wat kwam er overeen en wat verschilde?
- Als de deelnemer niets heeft ingevuld, probeer dan met terugwerkende kracht een formulier in te vullen met een situatie die de deelnemer heeft meegemaakt. Als de deelnemer van de afgelopen dagen geen geschikte situaties weet, kies dan een situatie uit het verleden (bv: een ruzie of een misverstand).



Introductie Interactiemodule

- Blick kort terug op wat de deelnemer tot nu toe geleerd heeft: het herkennen van emoties en het uitpluizen van sociale situaties.
- Zeg dat hij/zij in de komende sessies gaat oefenen met hoe je die kennis kunt toepassen, door te kiezen hoe je in sociale situaties het beste kunt reageren. Dit gaat hij/zij oefenen in gesprekjes met virtuele personen.
- De deelnemer kan gewoon praten zoals hij/zij gewend is. Leg uit dat jij de avatar bedient. De deelnemer kan dus op elk moment het rollenspel even “pauzeren” om zijn of haar gedachten op een rijtje te zetten of een stukje dat lastig was opnieuw te doen.
- Oefen een gesprekje met de deelnemer in VR zodat hij/zij weet hoe de module werkt. Laat hem/haar bijvoorbeeld vertellen aan de avatar wat hij/zij vandaag allemaal gedaan heeft en nog gaat doen, beginnend bij het moment dat hij/zij wakker is geworden. Op deze manier kan de deelnemer vast wennen aan het gebruik van rollenspellen.



Introductie stappenplan

- Leg uit dat er soms situaties zijn waarvan je niet goed weet wat je ermee aan moet (bv een ruzie of misverstand) die vervelende gevoelens opwekken. In Box 3 (pagina 67) staan enkele voorbeelden van zulke situaties. Vraag of de deelnemer de laatste tijd zoiets heeft meegemaakt, verwijst eventueel terug naar eerdere GGG-schema's. Verzin anders zelf een voorbeeld, bijvoorbeeld van jouzelf: je partner/familielid had een bende in huis achtergelaten terwijl hij/zij had beloofd op te ruimen, je collega reageerde niet op een belangrijke e-mail, iemand was onbeleefd tegen je op straat, etc.
- Zeg dat er de komende sessies geoefend gaat worden met een methode om zulke situaties te bekijken en om een goede manier te kiezen om in zulke lastige situaties te reageren. De gekozen reactie wordt vervolgens in VR geoefend.
- Doe het stappenplan voor aan de hand van een voorbeeld. Gebruik eerst een voorbeeld van jezelf. Je kunt bijvoorbeeld zeggen dat je een vriend had gebeld. Toen hij opnam, zei hij dat het op dat moment even niet uitkwam en dat hij je terug zou bellen. Hij klonk een beetje kortaf en gehaast. Vervolgens heeft hij je niet teruggebeld.
- Oefen de gekozen reactie in een (*face to face*) rollenspel met de deelnemer. Je mag dit rollenspel eventueel ook in VR oefenen en combineren met het volgende onderdeel (oefenen in VR).
- De trainer speelt zichzelf, de deelnemer speelt de vriend die niet heeft teruggebeld. Probeer in ieder geval in het gesprek op een luchtige manier te vragen of hij inderdaad vergeten was te bellen. Houd het gesprek positief.



Oefenen met VR

- Kies een strategie met de deelnemer.
- Vraag de deelnemer of hij/zij een situatie heeft waar hij/zij mee wil oefenen. Als de deelnemer niet gelijk een situatie kan bedenken kun je hem/haar een van de voorbeelden uit Bijlage 2: Rollenspellen geven. Eventueel kan een eerdere situatie uit de training gebruikt worden.
- Er kan ook voor gekozen worden om een situatie te oefenen die met het doel te maken heeft. Iemand met het doel "Een praatje maken bij mijn boekenclubje" kan bijvoorbeeld een rollenspel doen waarbij hij/zij oefent wat hij tegen iemand zou kunnen zeggen.
- Er kan ook voor gekozen worden om één van de voorbeeld-rollenspellen te gebruiken.
- Tussendoor kan de deelnemer op elk moment om een 'time out' vragen, bijvoorbeeld om een GGG-schema te maken (voor zichzelf en ander) of om het stappenplan uit te denken. Hierbij kan de deelnemer proberen of het hem/haar lukt om het schema in het hoofd 'in te vullen' (dus niet op papier). Hardop denken mag natuurlijk altijd.
- Geef na afloop feedback. Dit dient uiteraard opbouwende kritiek te zijn. Focus vooral op dat wat goed ging en geef verbeterpunten voor de dingen die minder gingen.



Reflectie en huiswerk

- Bespreek de sessie met de deelnemer en vul samen het reflectie-formulier voor sessie 10 in.
- Als de deelnemer wil kan hij/zij al gaan oefenen met het stappenplan. Als hij/zij dit nog lastig vindt is de opdracht hetzelfde als de vorige sessies: het invullen van tenminste één GGG-interactieformulier.
- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.

Sessies 11-15

In sessies 11-16 is er bewust voor gekozen om de trainer en deelnemer veel vrijheid te geven. Deze sessies lijken daarom erg op sessies elkaar qua beschrijving; het is aan de trainer om hier invulling aan te geven. Het overkoepelende doel van module 3 is om de deelnemer meer grip te leren hebben op situaties, en om zijn/haar sociaal probleemoplossend vermogen te vergroten. Het is dus belangrijk om de deelnemer goed te laten nadenken over **alternatieve verklaringen** en hem/haar **verschillende reacties** te laten uitproberen en op die manier zijn/haar vermoedens te toetsen. Naarmate de deelnemer meer bedreven wordt in het uitvoeren van het stappenplan kan ervoor gekozen worden om deze niet meer schriftelijk in te vullen, maar bijvoorbeeld uit te spreken. Als dit ook goed gaat, hoeft de deelnemer niet meer uitdrukkelijk de schema's uit te spreken. Blijf wel altijd (achteraf) naar de beweegredenen en motivering van de deelnemer voor zijn/haar handelswijze vragen. Houd zoals eerder opgemerkt ook altijd de sociaal-cognitieve processen die bij het inschatten van de situatie relevant zijn in het achterhoofd. Dus: zorg dat er meerdere lagen in de gebruikte situaties zitten (emotionele signalen, een sociale context, gedachten van jouw avatar, enzovoorts) en houd in het oog dat de deelnemer net als in de voorgaande modules hierop blijft letten en ermee blijft oefenen.

Doelen van sessies 11-15

- Oefenen met het uitpluizen van situaties.
- Oefenen met het kiezen van oplossingen in moeilijke sociale situaties.
- In rollenspellen oefenen.

Vorbereiding voor sessie 11-15

- ☐ Neem de sessie van tevoren door.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.



Bespreken huiswerk

- Bespreek het Stappenplan of GGG-formulier. Vul dit samen aan. Oefen in een VR-rollenspel de reactie die de deelnemer kiest.
- Als de deelnemer de opdracht niet heeft gedaan, inventariseer dan of hij/zij wel een situatie heeft meegemaakt waarvan hij/zij niet goed wist hoe hij/zij er mee om moest gaan. Kies eventueel een situatie die zich eerder in de training heeft voorgedaan of een situatie die relevant is voor de doelen van de deelnemer.



Oefenen met VR

- Kies een strategie die geschikt is voor module 3.
- Oefen in VR met situaties uit het leven van de deelnemer en/of situaties die met de gestelde doelen te maken hebben.
- Vul waar nodig aan met voorbeeld-rollenspellen. Geef de deelnemer eerst de nodige informatie om aan het rollenspel te beginnen. Oefen met het stappenplan. Oefen dan in het rollenspel met mogelijke reacties. Geef achteraf feedback.



Reflectie en huiswerk

- Bespreek de sessie met de deelnemer en vul samen het reflectie-formulier in.
- Geef de deelnemer de opdracht om thuis te oefenen met het stappenplan. De deelnemer kan dit opschrijven maar mag het natuurlijk ook uit het hoofd doen. Als de deelnemer wil kan hij/zij ook rollenspellen oefenen met een familielid, vriend(in), partner, etc.
- Vul na afloop van de sessie in het trainer-werkboek het sessie-formulier in.

Sessie 16

Doelen van sessie 16

- Oefenen met het uitpluizen van situaties en het kiezen van de beste reactie. In VR-rollenspellen oefenen.
- Reflecteren op de training met de deelnemer en bespreken hoe de deelnemer na de training het materiaal gaat toepassen.

Voorbereiding voor sessie 16

- ☐ Neem de sessie van tevoren door.
- ☐ Zorg dat de apparatuur klaar is voor gebruik.



Bespreken huiswerk

- Bespreek het stappenplan of GGG-formulier. Vul dit samen aan. Oefen in een VR-rollenspel de reactie die de deelnemer kiest.
- Als de deelnemer de opdracht niet heeft gedaan, inventariseer dan of hij/zij wel een situatie heeft meegemaakt waarvan hij/zij niet goed wist hoe hij/zij er mee om moest gaan. Kies eventueel een situatie die zich eerder in de training heeft voorgedaan of een situatie die relevant is voor de doelen van de deelnemer.



Oefenen in VR

- Kies een strategie die geschikt is voor module 3.
- Oefen in VR met situaties uit het leven van de deelnemer en/of situaties die met de gestelde doelen te maken hebben.
- Vul waar nodig aan met voorbeeld-rollenspellen. Geef de deelnemer eerst de nodige informatie om aan het rollenspel te beginnen. Vul stappenplan en/of GGG-schema's in, afhankelijk van de voorkeur van de deelnemer. Oefen dan in het rollenspel met mogelijke reacties. Geef achteraf feedback.



Reflectie

Besteed de tweede helft aan het evalueren van de training. Ga in op de volgende zaken:

- Hoe heb je de training ervaren?
- Wat heb je geleerd?

- Wat kun je hiermee in je dagelijkse leven?
 - Hoe ga je dit gebruiken na de training?
- Hoe staat het met de doelen die je gesteld hebt van tevoren?
 - Heb je deze gehaald?
 - Zo ja, hoe heb je dat gedaan?
 - Zo nee, wat maakte dat het een te ambitieus doel was?
- Welke strategieën en technieken heb je nuttig gevonden?
 - Hoe ga je deze verder toepassen?
- Hoe ga je na de training verder met werken aan je doelen?
 - Welke stappen zijn nog niet voltooid waar je nog wel aan wilt werken?
 - Hoe ga je dat aanpakken?
 - Welke nieuwe doelen stel je voor jezelf? Hoe ga je dat aanpakken?
 - Welke subdoelen horen daarbij?
- Vul met de deelnemer het laatste evaluatieformulier in.
- Sluit de sessie af. Geef bij de deelnemer aan dat er binnenkort met hem/haar contact opgenomen wordt voor de nameting. **Herinner hem/haar eraan dat hij/zij niet moet zeggen welke training hij/zij heeft gehad.**
- Vul na afloop van de sessie het laatste sessie-formulier in.
- **Geef Saskia een seintje dat je de training hebt afgerond.**
- Stuur de scan of foto's van het trainer-werkboek naar s.a.nijman@umcg.nl en zorg dat de papieren versie bij de on-site coördinator terecht komt.

Bijlage 1: Zelf levels maken (module 1)

Hoe kan ik zelf een level maken?

Gebruik makend van bovenstaande parameters kun je levels aanpassen en zelf levels maken. Start het DiSCoVR-programma op. Kies '1. Emotieherkenning' en 'Straat' (de standaardinstellingen) en klik op 'volgende'. Kies een level uit dat qua niveau het dichtste ligt bij het nieuwe level dat je wilt maken. Klik dan op de kopieer-knop.

Naam: Level 1
 Hoeveelheid emoties: 21
 Extra karakters: 3
 Benodigde correcte antwoorden: 20
 25% Allochtoon

Kopiëren (arrow pointing to the copy icon)

Aanpassen (arrow pointing to the edit icon)

Verwijderen (arrow pointing to the delete icon)

Het is **niet** de bedoeling dat je standaardlevels aanpast zonder eerst een kopie te maken. Het wordt verwijderd op die manier namelijk het standaardlevel. **Zorg dus dat je altijd eerst een kopie maakt als je een level aanpast.**

DiSCoVR Wizard

Emotie herkenningsprofiel

Naam: *

Antwoord tijd: 60 Seconden
 Emotie tijd: 60 Seconden

Benodigde correcte antwoorden: 20 96%
 Extra karakters: 3 Max: 19
 Percentage allochtoon: 25 Aantal: 6

Emoties

Emotie	Aantal	Acties
Blij	3	[edit] [delete]
Boos	3	[edit] [delete]
Verrast	3	[edit] [delete]
Verdrietig	3	[edit] [delete]
Walging	3	[edit] [delete]
Bang	3	[edit] [delete]
Neutraal	3	[edit] [delete]

+ (add new emotion)

Annuleren Opslaan

Scenario: Emotie herkenningsprofiel

Opties Sessie Wereld Laden

Annuleren < Vorige Volgende >

Als je op 'kopiëren' hebt geklikt, krijg je het bovenstaande scherm te zien.

- Geef eerst het aangepaste level een naam. Bijvoorbeeld: 'Client101 standaardlevel 1 extra verbazing'.
- Pas eventueel naar wens de antwoordtijd, emotietijd, benodigde hoeveelheid juiste antwoorden, extra avatars in de wereld en het percentage allochtoon avatars aan. Voor mensen met een trage informatieverwerking kan het bijvoorbeeld nodig zijn om de

antwoordtijd en emotietijd te verlengen. Bij mensen die prikkelgevoelig zijn kan het handig zijn om het aantal extra avatars (= prikkels) te verminderen.

- Onder de opties die in het bovenstaande punt genoemd zijn staan de emotie-profielen. Dit zijn de gezichtsuitdrukkingen van de avatars in de wereld. Dit kan een enkelvoudige emotie zijn (bv. boos) maar ook een gecombineerde (bv. boos en walging). Naast de naam staat een getal: dit is het aantal avatars dat die emotie laat zien. Verder kun je emoties bewerken (potlood-icoon) of verwijderen (prullenbak).
- Als ik bijvoorbeeld meer verbazing wil laten zien, kan ik het aantal verhogen naast de naam van de emotie (zie onderstaande afbeelding).

Emotie herkenningprofiel

Naam: client101 standaardlevel1 extra verbazing

Antwoord tijd: 60 Seconden Benodigde correcte antwoorden: 20 87%

Emotie tijd: 60 Seconden Extra karakters: 3 Max: 17

Percentage allochtoon: 25 Aantal: 7

Emoties

Emotie	Aantal	Bewerken	Verwijderen
Blij	3		
Boos	3		
Verrast	5		
Verdrietig	3		
Walging	3		
Bang	3		
Neutraal	3		

+ (plus sign to add new emotion)

Annuleren Opslaan

Scenario Emotie herkenningprofiel Opties Sessie Wereld Laden

< Vorige Volgende >

Als je de emotie wilt aanpassen klik je op het potloodje. Je kunt ook een nieuw emotie-profiel aanmaken door op het plusje onderin te klikken.

Je krijgt dan bovenstaand scherm voor je.

- Vul bij 'naam' de naam van de emotie in.
- Kies bij de aantallen de percentages van de emotie die je wilt laten zien. Hierbij is 0% neutraal en 100% sterk. Houd er rekening mee dat emotiesterktes onder ~50% al heel moeilijk te zien zijn.
- Je kunt ook voor een mengvorm kiezen. Bijvoorbeeld: 100% boos en 100% walgend. Vul dan bij beide 100% in. Deze percentages van boos en walgend hoeven dus niet samen 100% te zijn.
- Vul onder 'correcte antwoord' de naam van het juiste antwoord in. Dit is het antwoord dat de deelnemer zal moeten kiezen in het multiple choice menu.
- Vul onder 'incorrecte antwoorden' de afleiders in. Dit zijn de incorrecte keuzes die in het multiple choice menu terecht zullen komen. Als je meer dan drie afleiders kiest, zal het programma uiteindelijk willekeurig drie van de opties vertonen die je hebt ingevuld, en natuurlijk het antwoord dat je als correct hebt ingevuld.
- Klik als de emotie klaar is op 'opslaan'. Je komt dan weer in het 'emotie herkenningsprofiel'-scherm. Als je terug wilt gaan zonder op te slaan klik je op het kruisje of annuleren. Het programma vraagt dan of je terug wilt gaan zonder op te slaan. Bevestig dit.
- Je kunt dan nog meer emoties aanpassen of aanmaken op dezelfde wijze. Als je tevreden bent over het level, klik dan op 'opslaan'. Als je terug wilt gaan zonder op te slaan, klik dan op 'annuleren' of het kruisje. Het programma vraagt ook dan of je terug wilt gaan zonder op te slaan. Bevestig dit.

Bijlage 2: Rollenspellen

Die instructie die je de deelnemer vooraf geeft is **dikgedrukt**.

Scenario 1: Feestje

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Café	M/V, allochtoon/autochtoon	Emotie in context, tegenstrijdige emoties

Instructie: je hebt in het café voor een kop koffie afgesproken met iemand.

- Open het gesprek door te vragen hoe het is en door elkaars plannen voor het weekend te bespreken. De avatar heeft een feestje. Zeg dat je er heel veel zin in hebt. Kijk er bedroefd/angstig bij en laat in je stem doorklinken dat je er *geen* zin in hebt.
- Het is de bedoeling dat de deelnemer oppikt dat je er niet naar uitkijkt. Je hebt het idee dat je het leuk zou moeten vinden, maar je kent er niemand en je ziet er daarom behoorlijk tegenop. Als hij/zij de deelnemer hier niets over zegt, breng dan het gesprek terug op het feestje: "Ja... Iedereen zegt dat het feestje super leuk gaat worden... Maar ik weet niet...".
- **Adequate reacties** zijn om te vragen naar wat er aan de hand is en de terughoudendheid van de avatar te onderkennen. Dus bijvoorbeeld: je geruststellen, aanbieden om mee te gaan, zeggen dat hij/zij het gevoel herkent, etc.
- **Inadequate reacties** zijn om niet te herkennen wat er aan de hand is, over een ander onderwerp te beginnen, alleen over zichzelf te praten, etc. Als de deelnemer dat doet kun je de avatar 100% angstig/bedroefd laten kijken en het gesprek proberen terug te brengen op het feestje: "Sorry, ik maak me een beetje druk over dat feestje van vanavond...".

Scenario 2: Chagrijnige bekende

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Winkelstraat	M/V, allochtoon/autochtoon	Emotieherkenning, begrip emotie in context

Instructie: Je komt een bekende tegen op straat. Je zegt gedag en vraagt hoe het gaat.

- De deelnemer heeft een gesprekje met een bekende. Het is belangrijk om kortaf/vinnig/cynisch te doen, maar niet zo kortaf dat het gesprek helemaal spaak loopt. Geef hints dat er iets aan de hand is.
- Als deelnemer deze hint oppakt, iets vriendelijker worden. Hint er op dat je een rotdag op het werk hebt gehad.
- Het is de bedoeling dat de deelnemer erachter komt dat de kennis een vervelend gesprek heeft gehad met de baas. Hij/zij maakt zich zorgen over het behoud van zijn of haar baan; gebruik dus de emoties angst en boosheid.
- **Adequate reacties** zijn om de avatar gerust te stellen en zijn/haar zorgen op te vangen. Geef positieve bekrachtiging als de deelnemer hem/haar gerust stelt, vragen stelt: beloon dit met een glimlach van de avatar en een aardige opmerking ("goh, dank je, dat stelt wel gerust").
- **Inadequate reacties** zijn bv. niet ingaan op de zorgen van de avatar of alleen over zichzelf praten. Geef dan een hint, bv. "Ik zit er echt heel erg over in, denk je dat ik ontslagen word?"

Scenario 3: Vergeten lift

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Winkelstraat	V, allochtoon/autochtoon	Emotieherkenning, Sarcasme/Ambigüiteit

Instructie: Jij (*de deelnemer*) had je zus (*de therapeut*) beloofd dat je haar zou wegbrengen omdat haar fiets stuk is, maar je bent erachter gekomen dat je een dubbele afspraak hebt gemaakt. Je kunt de nieuwe afspraak niet meer afzeggen, dus je moet je zus teleurstellen.

- Het rollenspel begint met dat de zus (dus jij, de therapeut) iets vraagt als, “Hé, hoe laat kom je me ophalen vanavond?” Als de deelnemer vergeet dat hij/zij haar niet kan brengen, hem/haar op een subtiele manier hieraan herinneren (bijvoorbeeld: gelukkig dat je me nog kan ophalen, ik was stiekem een beetje bang dat je onze afspraak vergeten was).
- Wanneer de deelnemer vertelt dat ze ander vervoer moet zoeken, heel sarcastisch reageren. Bijvoorbeeld dingen als: “Oh, nou, fijn dat je dat nu al laat weten.” “Het is niet alsof het moeilijk is om op zo’n korte termijn iets anders te regelen.”. “Echt héél aardig van je, fijn dat je zo goed aan me gedacht hebt, ik ben vast héél belangrijk voor je”. Boze gezichtsuitdrukking bij de avatar, armen over elkaar geslagen, blik afgewend (avoidance).
- Een **adequate reactie** is het onderkennen van de woede van de avatar (ik zie/ik snap dat je boos bent). Nog beter is als hij/zij zijn excuses aanbiedt.
- Als de deelnemer een **inadequate reactie** laat zien, zoals onvoldoende begrip tonen, bozer worden. Op een gegeven moment afbreken en evalueren zodat de toon van de training niet te negatief wordt. Deelnemer handvat geven om te reageren en dan het rollenspel overdoen.

Scenario 4 – Waar wil je eten?

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Winkelstraat	M/V, allochtoon/autochtoon	Emotionele ambiguïteit, hinting

Instructie: Je hebt afgesproken om met iemand te gaan eten. Jullie hebben afgesproken in de stad, en vanaf daar gaan jullie samen een restaurantje uitkiezen. Je draagt een aantal mogelijkheden aan: in de stad is er van alles, onder andere een pizzeria, all you can eat sushi, hamburgers, döner kebab, en een Indiaas restaurant.

- In dit rollenspel speel je als therapeut een besluiteloze avatar die niet echt weet wat hij/zij wil. Laat de deelnemer dingen aandragen en gedraag je ambigue, bv: “Hmmm ja sushi... Ja dat is wel lekker.... Heb ik wel vorige week al gehad... Mja maar als jij dat ECHT heel graag wilt...”.

- Als deelnemer volhardend is, iets meer tegengas geven "Ohja, misschien wel, ja maar ik vind dat eigenlijk niet echt lekker...", "Ja nou ja... Ik bedoel, als je PER SE dat wilt doen... Maar het is niet echt mijn eerste keuze..."
- Probeer ambiguïteit aan te brengen door verbaal opties in overweging te nemen maar de avatar walgend te laten kijken, weifelend klinken, etc.: "Uhh ja, misschien..."
- Geef op een gegeven moment hints over iets wat de avatar wél wil. Zeg iets in de trant van "ik heb weleens Thais eten gehad, dat was op zich wel lekker...". Het is de bedoeling dat de deelnemer dit oppikt als een suggestie.
- Wanneer hij/zij dit doet, avatar blij laten kijken, maar wel weifelend blijven doen. "Oh, ja maar wil jij dat dan wel? Het hoeft echt niet hoor als je dat niet lekker vindt", "Ja weet je dat echt zeker?"
- Als deelnemer van het idee afstapt ("nou ik vind Thais wel vies eigenlijk") kun je iets zeggen als "o maar het is een fusion restaurant, ze hebben ook allemaal andere dingen").
- Als deelnemer blijft meegaan, avatar blij laten kijken, dingen zeggen als "O joh, leuk, ik heb er zin in! Wat zal ik gaan bestellen, curry of pad thai?", "het restaurant heeft goede recensies gekregen in de krant, ik ben echt héél benieuwd!"

Scenario 5: Het concert

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Supermarkt	M/V, allochtoon/autochtoon	Hinting

Instructie: je zou met vrienden naar een concert gaan. Je voelt je alleen niet zo lekker vandaag en je vond de band die optreedt eigenlijk al niet zo boeiend, dus je bent eigenlijk van plan om niet te gaan. Je kaartje heb je nog niet verkocht of weggegeven. In de supermarkt kom je iemand van je vriendengroep tegen.

- In dit scenario probeert de therapeut naar de deelnemer te hinten dat hij/zij graag het concertkaartje wil hebben. Er kan begonnen worden met iets als "hé, hoe is het? Gaat het wel goed met je, je ziet helemaal bleek" "Kan je nog wel naar het concert vanavond?"
- Daarna een beetje vissen of de deelnemer het kaartje nog heeft, en wanneer hij/zij antwoordt dat hij het nog heeft, opmerkingen maken als "oh het is echt mijn lievelingsband, maar het is al helemaal uitverkocht".

- Het doel van dit scenario is dat de deelnemer moet oppikken dat de avatar het kaartje graag wil hebben. Een antwoord waarin hij/zij dit onderkent (ook als hij/zij het niet wil weggeven) is in principe **adequaat**. Als de deelnemer dit niet doorheeft, meer hints geven ("het zou wel zonde zijn als je niks met je kaartje doet terwijl er mensen zijn die er graag naartoe willen).

Scenario 6: Lasagna

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Supermarkt	M, allochtoon/autochtoon	Faux Pas

Instructie: je hebt afgesproken in de supermarkt met een vriend. Je gaat straks voor hem koken en jullie gaan nog even een toetje halen. De rest van de ingrediënten heb je al wel in huis; je bent van plan om lasagne te maken.

- Voer een gesprekje met de deelnemer over wat voor toetje hij/zij wil. Vraag of we voor het eten nog ingrediënten moeten halen. Als deelnemer zegt dat hij/zij de spullen al in huis heeft, zeg dan iets in de trant van "Oh, wat ga je maken? Toch geen lasagne hè? Dat is echt super smerig, ik hoef dat echt nooit meer". Laat de avatar walging vertonen.
- Het is de bedoeling dat de deelnemer deze (lichte) faux pas herkent en hier adequaat op reageert. Als hij of zij beledigd of boos doet zonder de bron hiervan uit te leggen, iets zeggen als "o, sorry, heb ik iets onhandigs gezegd?"
- Als hij/zij de gesprekspartner hierop attendeert, kan hij/zij excuses aanbieden.
- Als hij of zij niet ingaat op het feit dat het een lichte sociale misstap was kan dit eventueel aangestipt worden. Als de deelnemer bv zegt "We eten lasagne" en verder niks, kan je zeggen "Oh, en ik zei net dat ik dat vies vond, dat is een beetje lomp van mij" of iets dergelijks.
- Idealiter wordt er samen naar een oplossing gezocht, bijvoorbeeld dat er iets anders wordt gehaald wat de avatar wel lust. Als de deelnemer niet koerst op een oplossing, vragen hoe het probleem het beste opgelost kan worden ("Sorry, ik lust dat écht niet. Zullen we anders proberen om er een gewone spaghetti van te maken?"). Constructieve oplossingen en reacties positief bekrachtigen.

- Eventueel kun je in dit scenario ook de rollen omdraaien, zodat de deelnemer degene is die een faux pas maakt. Dit kun je bijvoorbeeld na het spelen van de normale versie doen, zodat de deelnemer kan oefenen met hoe je dan het beste kunt reageren.

Scenario 7: Nieuwe garderobe

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Winkelstraat	M/V, allochtoon/autochtoon	Faux Pas

Instructie: Je bent aan het shoppen en je komt een bekende tegen. Je hebt vorige week al nieuwe schoenen gekocht, maar je wilt nog graag een nieuwe broek omdat je oude broeken een beetje versleten beginnen te worden.

- Zeg "Heeeee, [naam deelnemer], wat leuk om jou hier te zien! Ben je ook aan het shoppen?" Als deelnemer ja zegt: "Oh leuk joh, wat ga je kopen? Laat me raden, nieuwe schoenen? Die dingen die je nu aan hebt zijn wel aan vervanging toe, hè?"
- Het is de bedoeling dat de deelnemer deze faux pas herkent en hier adequaat op reageert. Als hij of zij beledigd of boos doet zonder de bron hiervan uit te leggen, iets zeggen als "o, sorry, heb ik iets onhandigs gezegd?"
- Als hij/zij de gesprekspartner hierop attendeert, kan hij/zij excuses aanbieden. Als hij of zij niet ingaat op het feit dat het een sociale misstap was kan dit eventueel aangestipt worden. Als de deelnemer bv zegt "Nee deze schoenen zijn nieuw" en verder niks, kan je zeggen "Oh, en ik zei net dat ik ze lelijk vond, dat is een best wel lomp van mij" of iets dergelijks.
- Wanneer de sociale misstap benoemd is, bied dan excuses aan en zeg "Trouwens, nu ik er wat beter naar kijk vind ik je schoenen helemaal niet lelijk, juist heel cool! Misschien wil ik ook wel zoiets, waar heb je ze gekocht?"

Scenario 8: Een rampzalige date

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
----------	--------	-----------------------

Café	M/V, allochtoon/autochtoon	Second order ToM, emotie in context
------	-------------------------------	-------------------------------------

Instructie: In het café heb je afgesproken met een goede vriend of vriendin voor een kop koffie om bij te praten, aangezien jullie elkaar al een tijdje niet gezien hebben.

- Praat eerst over koetjes en kalfjes (hoe is het, heb je nog leuke dingen gedaan deze week). Vertel 'oh, weet je wat me van de week overkomen is? Ik had echt de allerergste date van mijn leven' of iets anders.
- Als deelnemer hier niet echt op reageert, dikker bovenop leggen en interesse wekken: 'Joh, het was echt zó erg, toen ik thuis kwam wilde ik in bed kruipen en het hele jaar er in blijven liggen'. Vertel een aantal details dat de avatar zichzelf voor schut heeft gezet, bijvoorbeeld dat hij de hele date zijn/haar shirt binnenstebuiten bleek te hebben of iets ergers, bijvoorbeeld 'en toen gooide ik mijn drankje over zijn nieuwe shirt/haar nieuwe jurk, hij/zij keek echt woedend'. Eventueel dat de avatar een faux pas heeft gemaakt tegen zijn/haar date, bijvoorbeeld, dat je hem/haar bij de naam van je ex had genoemd (die hij/zij kent). Noem dat je er heel erg van baalt, omdat je diegene heel leuk vond en dat jullie vooraf zo leuk elkaar berichten hadden gestuurd.
- De avatar denkt dat die andere persoon hem/haar niet meer leuk vindt en maakt zich hier zorgen over/ is teleurgesteld dat de date niet goed is gegaan. Zeg dingen als "Goh, hij/zij zal wel denken, wat een malloot", "hij/zij vindt me vast een ontzettende loser".
- Idealiter kan de deelnemer dit relativeren en zeggen dat iedereen weleens een domme actie heeft en dat het niet per se een afknapper hoeft te zijn. Hij/zij kan de avatar ook troosten of geruststellen.
- Als de deelnemer daar helemaal niet op komt kun je dingen noemen die wél goed gingen in de date en twijfel uiten. Als de deelnemer niet echt reageert of een inadequate reactie geeft kun je de teleurstelling/schaamte er nog iets meer bovenop leggen ('ik vond het echt super gênant, joh', 'echt zo jammer, ik had gedacht dat het echt wel iets kon worden met hem/haar)

Scenario 9: Onterecht boos

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
----------	--------	-----------------------

Winkelstraat	M/V, allochtoon/autochtoon	Emoties in context, false belief
---------------------	-------------------------------	----------------------------------

Instructie: Je had om 15:00 afgesproken met iemand. Om vijf voor drie kom je aan, netjes op tijd.

- In dit rollenspel doet de avatar boos, "hè hè, lekker op tijd hoor", "nou daar heb je lekker lang over gedaan". Hij/zij maakt passief-agressieve opmerkingen, bv "stond je een uur voor de spiegel of zo?".
- De bedoeling is dat de deelnemer om duidelijkheid vraagt / er achter probeert te komen waarom de avatar dat zegt. Als de deelnemer dit niet door heeft, meer hints geven, bv "Ik vind het een beetje lomp dat je zo laat bent", "Wat duurde er zo lang", "ik heb echt superlang staan wachten".
- Gaandeweg blijkt dat de avatar dacht dat ze om 14:30 hadden afgesproken en dat hij/zij al meer dan 20 minuten stond te wachten. Hij/zij had een berichtje van de deelnemer verkeerd begrepen en dacht dus dat ze veel eerder hadden afgesproken. De avatar is dus boos, omdat hij (onterecht) denkt dat de deelnemer hem/haar heel lang heeft laten wachten.
- Wanneer dit duidelijk wordt, biedt de avatar zijn/haar excuses aan. "Sorry wat stom, ik had het helemaal verkeerd begrepen, sorry dat ik boos werd". Eindigen met positieve bekrachtiging, schouderklopje, approach gedrag, bijvoorbeeld grapjes maken of een complimentje geven.
- Je kunt dit scenario ook omdraaien: dat de deelnemer zelf een false belief heeft, en dat ze wél om half drie hadden afgesproken.

Scenario 10 – Winkeldief?

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Winkelstraat	M/V, allochtoon/autochtoon	Emoties in context, false belief

Instructie: Je staat in de supermarkt en je ziet dat een onbekende iets uit het schap pakt en in zijn/haar zak stopt. Je besluit om er iets van te zeggen, bijvoorbeeld: "Hé, leg dat eens even terug!".

- Laat de avatar eerst verbaasd, dan boos kijken en zeg "Huh, waar heb je het over?". Als deelnemer niet uitlegt dat hij/zij denkt dat de avatar iets gestolen heeft, iets zeggen als "waarom zeg je dat?". Als deelnemer benoemt dat hij/zij gezien heeft dat er iets gestolen werd, verbaasd/boos kijken: "ik ben helemaal geen winkeldief".
- Als deelnemer niet om verheldering vraagt, zeg: "Hoe kom je daarbij? Als deelnemer op een adequate manier benoemt dat er iets gestolen werd, zeg: "Oohhhh, [dat pakje kauwgum] bedoel je? Ik had net al afgerekend maar de verpakking was al open geweest, dus ik mocht een nieuwe pakken van de caissière".
- Als deelnemer niet of nauwelijks reageert, zeg: "Hé, volgens mij is er een misverstand" Een adequate reactie van de deelnemer is om zijn/haar excuses aan te bieden, iets te zeggen als "sorry, ik had het verkeerd begrepen". Als deelnemer iets dergelijks zegt, positief reageren, avatar laten lachen; zeg "Ooh, haha, nee joh, dat kon je niet weten, goed dat je er wat van zegt!"
- Als deze reactie niet komt van de deelnemer, proberen uit te lokken: "hé, kan het dat je het misschien verkeerd had gezien? Geeft niet hoor".

Scenario 11 – Ik was eerst!

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Café	M, allochtoon/autochtoon	False belief bij deelnemer, second order ToM

Instructie: Je staat in het café en je gaat even wat te drinken halen. Naast je staat iemand anders die er al eerder was dan jij, maar hij kijkt niet naar de barman dus je gaat ervanuit dat hij al besteld heeft. Je bestelt en de barman vraagt je om even te wachten terwijl hij je drankjes inschenkt.

- Zeg: "Hé, hallo, dring jij nou voor? Ik was eerst aan de beurt!". Als deelnemer tegensputtert, boos blijven doen: "Ja je dacht zeker wel, even snel tussendoor glippen terwijl die sukkel afgeleid is", "Je kon toch wel zien dat ik even 2 seconden in gesprek was? Ben je echt zo ongeduldig dat je dan gaat voordringen?"
- Een adequate reactie is om uit te leggen dat de deelnemer in de veronderstelling was dat de avatar al geholpen werd en dat het niet de bedoeling was om voor te dringen, eventueel excuses aan te bieden. Als de deelnemer dit doet neemt de

boosheid van de avatar af, zegt hij iets als "Oh ja, het leek misschien ook wel een beetje alsof ik al geholpen werd. Kan me voorstellen dat je dat dacht, sorry".

- Als de deelnemer ruzie gaat zoeken met de avatar, of als de deelnemer nauwelijks/inadequaar reageert, probeer dan het perspectief van de andere avatar te benadrukken. "Hey joh, ik wil verder geen ruzie, maar het leek gewoon alsof je even gebruik van de gelegenheid maakte om voor te dringen", "Ik dacht dat je wist dat ik eerst was, is dat niet zo?", "maar zag je me niet staan dan? Ik dacht dat ik je zag kijken, dus ik ging ervan uit dat je me wel gezien had".
- Als de deelnemer de avatar gelijk voor laat gaan zonder uit te leggen dat hij/zij zich vergist had, vraag dan iets als "Hoezo ging je voor dan? Je kon toch wel zien dat ik eerst was?".

Scenario 12 – Verjaardagsfeestje

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Straat/Café	V/M, allochtoon/autochtoon	False belief (zowel deelnemer als avatar)

Instructie: Je komt op straat een vriend/vriendin tegen. Op Facebook (of andere social media / eventueel via een gemeenschappelijke vriend) heb je gisteravond foto's zien staan van zijn/haar verjaardagsfeestje. Hij/zij had jou als enige van jullie vriendengroep niet uitgenodigd voor het feestje.

- Begin een gesprekje over koetjes en kalfjes. Werk eventueel de verjaardag in het gesprek ("Joh, ik ben alweer 30, ik word oud!").
- Doel van dit scenario is dat de deelnemer uitvogelt dat hij/zij wél was uitgenodigd maar dat er iets in de communicatie verkeerd is gegaan. Als de deelnemer over de verjaardag begint (bv vraagt naar het feestje), zeg dan "Wat jammer dat je er niet bij was" "ik had het gezellig gevonden als jij er ook bij was geweest". Geef hints dat er iets fout gegaan is: "Maar ik kan me voorstellen dat je het druk had hoor", "ik had eigenlijk wel een beetje op je gerekend", "ik dacht dat je met de rest mee zou komen".
- Als de deelnemer dit niet doorheeft, zeggen: "waarom was je er eigenlijk niet? Je had niet afgezegd".
- Als de deelnemer niet over het feestje begint, probeer dan het onderwerp te introduceren door er zelf over te beginnen, eerst subtiel "Goh, wat heb jij gisteravond eigenlijk gedaan? Had je het druk?", daarna minder subtiel, bv "Ik heb je niet gezien op mijn verjaardagsfeestje". Gebruik dan bovenstaande hints om aan te duiden dat de deelnemer ook uitgenodigd was.
- Als de deelnemer benoemt dat hij/zij niet was uitgenodigd, avatar verbaasd laten kijken. "Huh? Hoe bedoel je, ik heb je al twee maanden geleden een berichtje gestuurd!".
- Een adequate reactie is dan om uit te leggen dat deze e-mail niet is aangekomen. Laat avatar nogmaals verbaasd kijken. "Meen je dat? Oh, ik denk dat ik het misschien naar je oude e-mailadres/telefoonnummer heb gestuurd, kan dat?", "Oooohhh, wat dom van mij! Sorry!", "Jeetje, je zult je vast buitengesloten hebben gevoeld, wat een stom misverstand zeg!"

Wikkel het scenario op positieve wijze op, probeer er samen om te lachen. "Hé, laten we gewoon samen het feestje nog een keer over doen, gaan we gezellig samen wat leuks doen!"

Scenario 14 – Kennis van de basisschool

Omgeving	Avatar	Achterliggend concept
Straat/Café	V/M, allochtoon/autochtoon	ToM

Instructie: Je komt op straat iemand tegen die je nog van de basisschool kent. Begroet hem/haar.

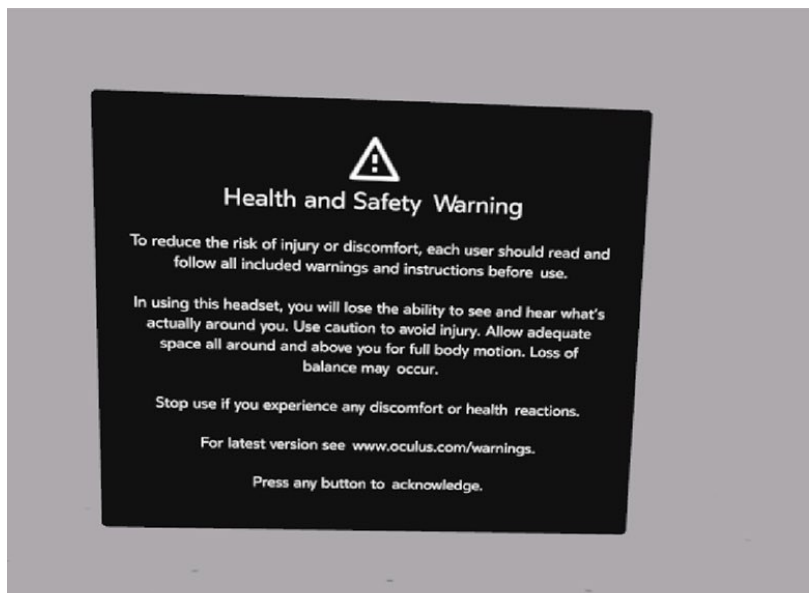
- Begin het scenario door te doen alsof je de deelnemer niet kent. Als de deelnemer je begroet, zeg dan "Eh... Hoi?" en laat de avatar verbaasd kijken.
- Laat de deelnemer proberen een gesprek aan te knopen en geef een beetje half geïnteresseerd antwoord op een licht verwonderde toon (bv. "hoe is het"-> "Uh, wel prima denk ik...?").
- Laat de deelnemer merken dat er lastig aansluiting gevonden wordt. Merk dan op een gegeven moment op "Sorry, dit is een beetje ongemakkelijk, maar ik weet eigenlijk even niet wie je bent".
- De deelnemer denkt nu dat hij/zij voor de gek is gehouden, maar de avatar herkent hem/haar gewoon niet meer omdat ze elkaar 20+ jaar niet gezien hebben. Als de deelnemer dus afdruipt (bv "oh sorry laat maar dan"), vraag dan iets als "Hé, wie dacht je dan dat ik was?".
- Als de deelnemer de goede naam zegt, doe dan verbaasd: "Huh, dus je kent me wél! Jeetje, sorry, kun je me nog even vertellen wie je bent?" Als de deelnemer dit vertelt, zeg: "Ooooooooooh nu zie ik het! Goh, wat leuk om je te zien, ik herkende je bijna niet joh! Wat zie je er goed uit!". Bied je excuses aan dat je hem/haar in de eerste plaats niet herkend had. Houd een leuk praatje over jullie zogenaamde schooltijd. Eindig het gesprek met dat je het ontzettend leuk vond om hem/haar te zien.

Bijlage 3: Vaak voorkomende technische problemen & oplossingen

Staat de oplossing voor je probleem hier niet tussen? Of kom je er met deze instructies niet uit? Bel dan CleVR: 085 401 06 31.

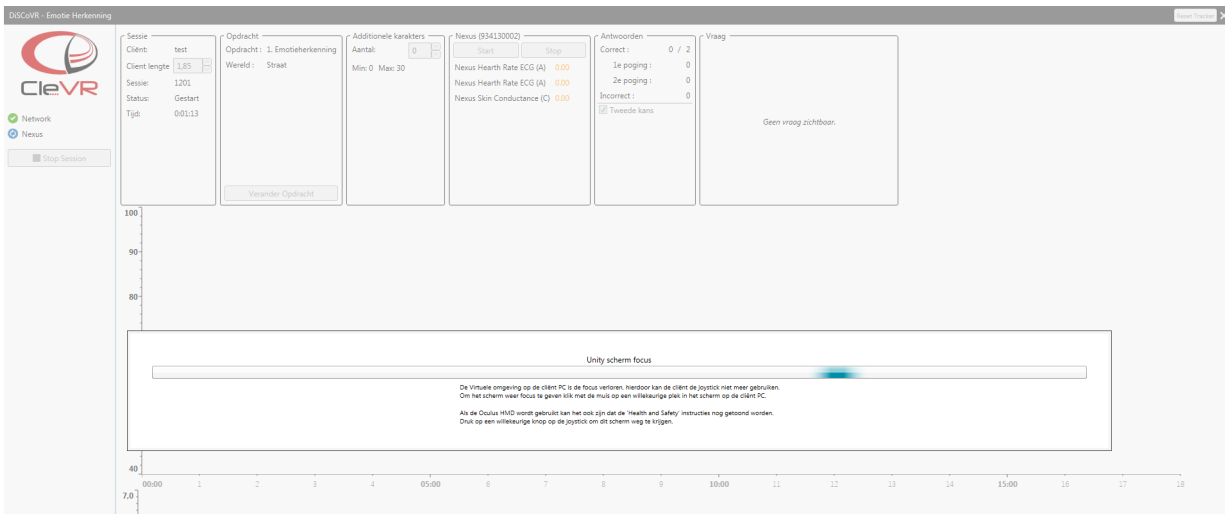
Algemeen

- De deelnemer ziet een 'health en safety warning'.



Oplossing: Klik op een willekeurige knop op de controller.

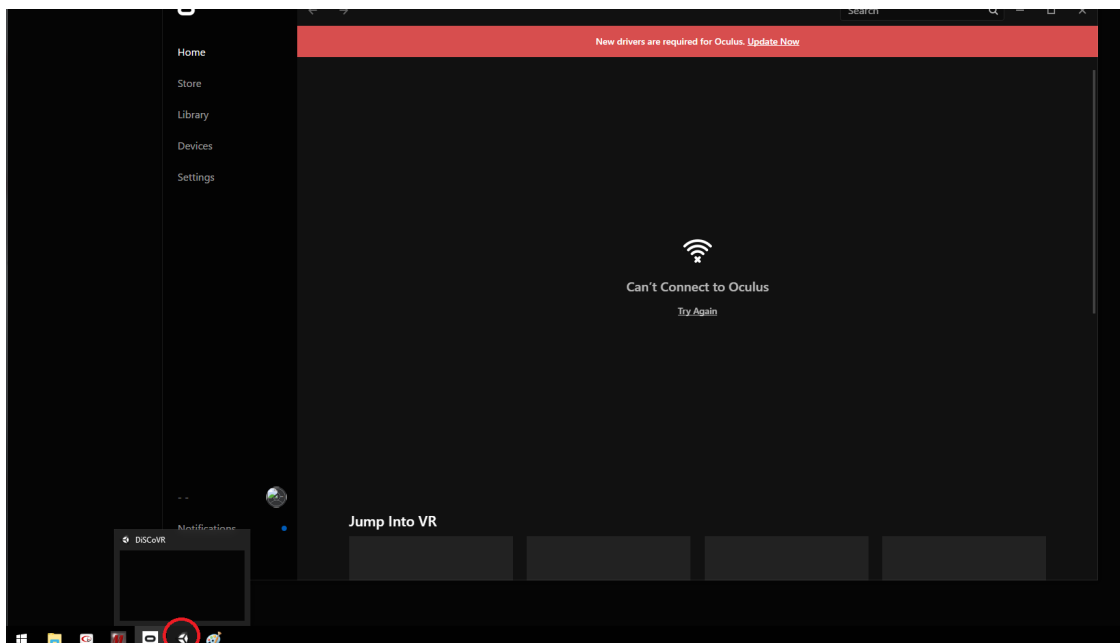
- Ik krijg een melding dat Unity niet in Focus is.



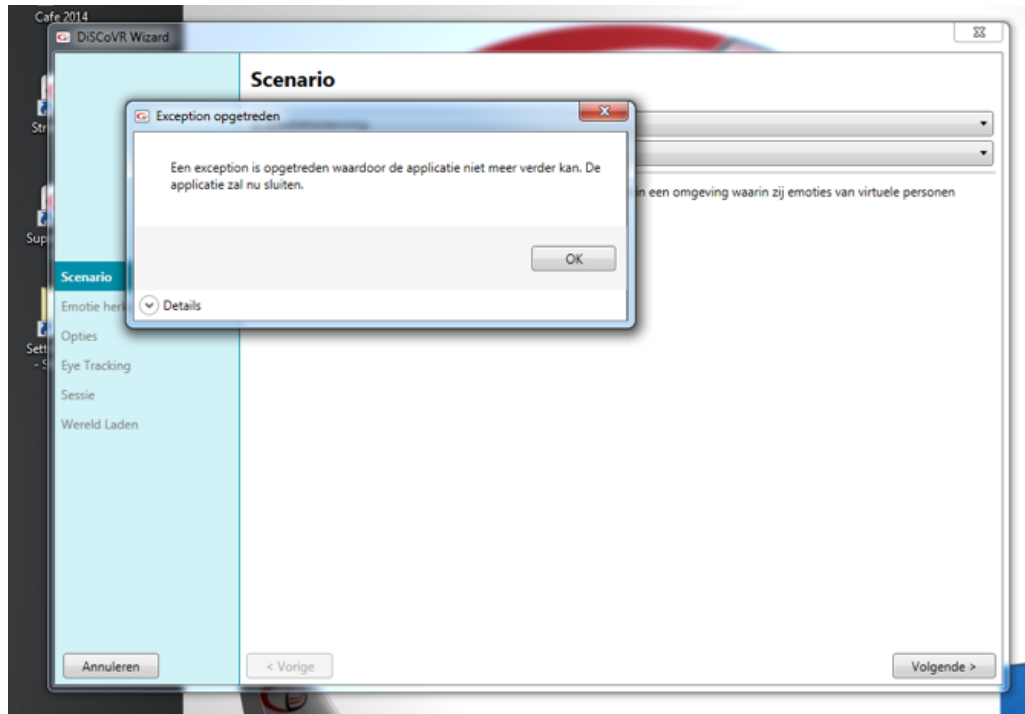
Oplossing: Klik op het icoontje van Unity:



En/of op een willekeurige plek in het VR-programma op de cliënt PC. Er mag geen ander programma overheen zitten. In de afbeelding hieronder is dit wel het geval.

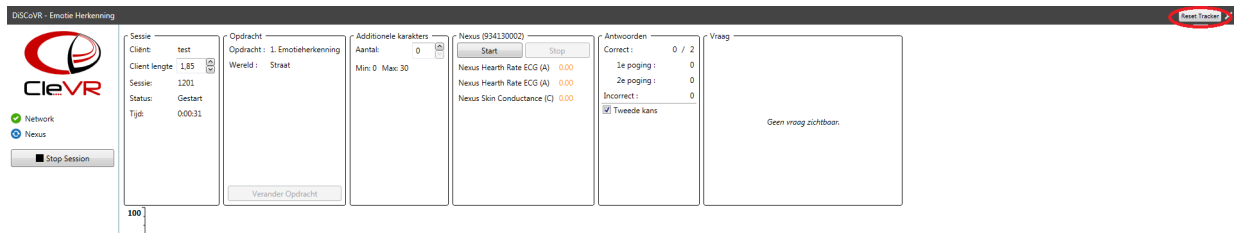


- Ik krijg bij het opstarten een melding dat er een exceptie is opgetreden waardoor het programma niet verder kan.



Oplossing: Klik op 'OK'. Wacht even en probeer het opnieuw. Soms is de netwerkverbinding tussen de twee computers nog niet compleet als de computers net zijn opgestart. Werkt het nog steeds niet? Controleer dan of de netwerkkabel tussen de twee computers goed is aangesloten.

- De deelnemer is heel groot of juist heel klein in de VR, en/of het beeld wordt onder een gekke/onhandige hoek weergegeven.



Oplossing: Zorg dat de deelnemer recht staat/zit in een comfortabele houding. Vraag hem/haar even kort de ogen te sluiten en klik dan op 'reset tracker'.

Module 1

- De controller werkt niet.

Oplossing: Controleer of de controller goed is aangesloten. Werkt het nog steeds niet? En/of krijg je de melding dat Unity niet in focus is? Klik dan op een willekeurige plek in het scherm van het VR-programma en/of klik op het icoontje van Unity.

- Er staan geen avatars in het level.

Oplossing: Heb je Oefenlevel 1 of 2 gekozen? Daar zitten weinig avatars in; het kan dat je ze gewoon nog niet bent tegen gekomen. Controleer anders in de instellingen van je level hoeveel avatars er in het level zouden moeten zitten. Als in het onderstaande scherm alles bijvoorbeeld op 0 staat en/of er geen emoties zijn ingesteld, zul je geen avatars tegen komen in het level.

DISCoVR Wizard

Emotie herkenningprofiel

Emotie herkenningprofiel

Naam: client101 standaardlevel1 extra verbazing

Antwoord tijd: 60 Seconden Benodigde correcte antwoorden: 20 87%

Emotie tijd: 60 Seconden Extra karakters: 3 Max: 17

Percentage allochtoon: 25 Aantal: 7

Emoties

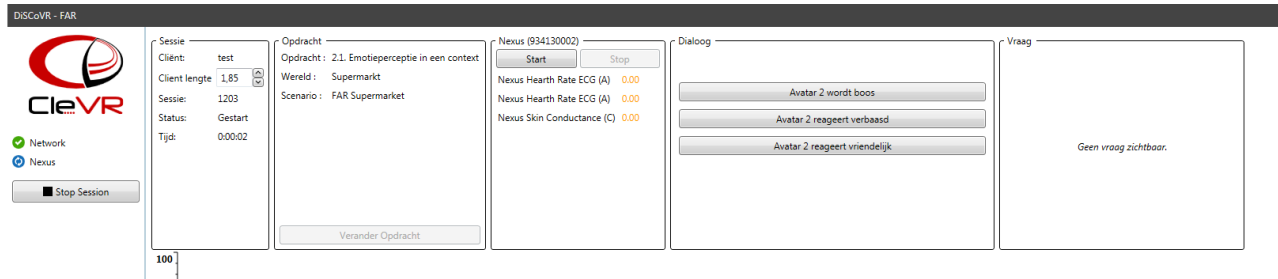
Emotie	Aantal
Blij	3
Boos	3
Verrast	5
Verdrietig	3
Walging	3
Bang	3
Neutraal	3

Annuleren Opslaan

< Vorige Volgende >

Module 2

- Ik heb op 'start session' geklikt, maar er gebeurt niks.



Oplossing: Dit probleem komt vooral voor in het scenario 'FAR Supermarkt'. Kies een optie in de interface (bv.: *avatar wordt boos*), dan zal het scenario starten.

- Het scenario is stilgevallen en ik kan nergens op klikken en/of er is een vraag in beeld, maar ik kan niet aanklikken of het antwoord van de deelnemer correct of incorrect is.

Oplossing: Controleer of er inderdaad een vraag in beeld is (soms vallen er stiltes in de scenario's terwijl er avatars wegllopen of weer aan komen lopen). Is er inderdaad een vraag in beeld maar kunnen jij en de deelnemer nergens op klikken? Deze bug is bij ons bekend. Op dit moment is er helaas geen oplossing voor. Het lijkt vaak voor te komen als er veel incorrecte antwoorden achter elkaar worden gegeven. Het enige wat je kunt doen is het scenario opnieuw opstarten. De bug komt meestal niet twee keer achter elkaar op hetzelfde punt voor.

Module 3

- De deelnemer verstaat mij niet/ het geluid is niet goed

Oplossing: Dit probleem kan meerdere oorzaken hebben.

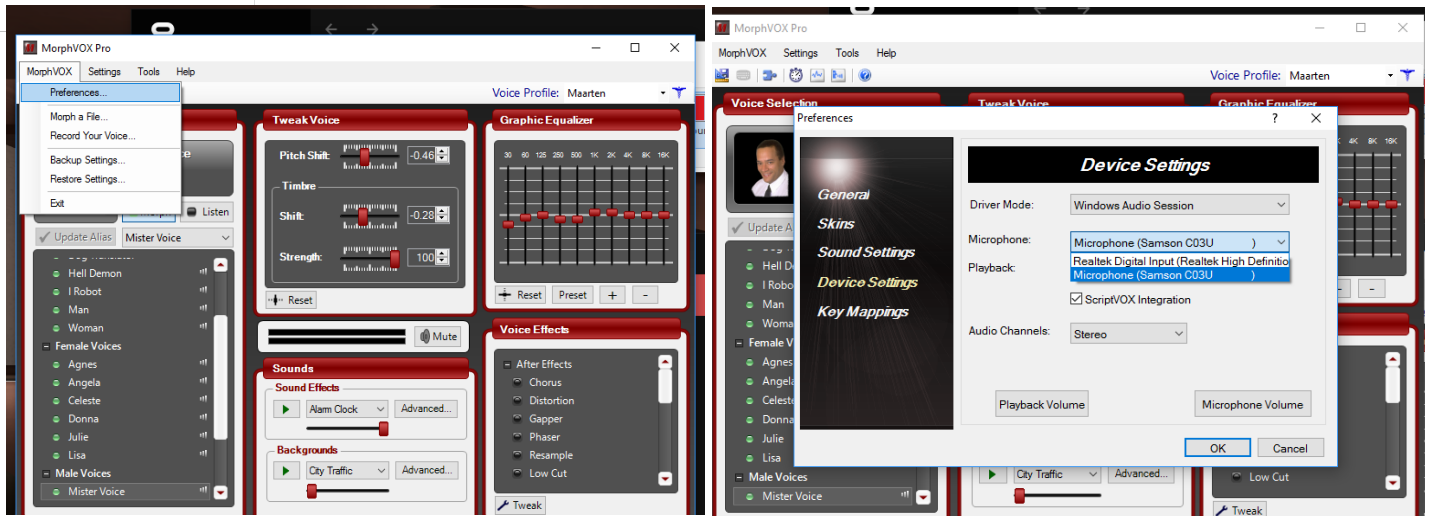
- Is het achtergrondgeluid te hard? Pas dit aan in de interface:



- **Is jouw stem te zacht?** Zorg dat je dicht op de microfoon zit (bij wijze van spreken met je neus er letterlijk op). Lost dit het probleem niet op? Sleep dan het geluidsniveau van de microfoon iets omhoog (niet te veel, anders krijg je echo).



- **Hoor je jezelf niet, maar wel achtergrondgeluid?** Controleer of de microfoon is aangesloten. Open MorphVox en open de geluidsinstellingen. Check of de juiste microfoon is geselecteerd. Dit moet de Samson Cozu zijn.



- **Hoor je helemaal niets, maar beweegt de mond van de avatar wel?**
Controleer dan of de koptelefoon goed is aangesloten. Als dit zo is, controleer dan of het geluid wel werkt met een andere koptelefoon. Kijk ook of de audio-levels in de interface goed staan.
- **Hoort de deelnemer zichzelf in een echo?** Zorg dat je aan de juiste kant van de microfoon spreekt (waar het pijltje staat). Dit werkt het beste als je jezelf zo draait dat die kant van de microfoon niet in de richting van de deelnemer staat. Helpt dit niet? Zorg dan dat je het geluidsniveau van de microfoon verlaagt:



Als de deelnemer je hierdoor niet meer kan horen kun je het geluid van de koptelefoon harder zetten, en/of het achtergrondgeluid zachter zetten.

Referenties

- Corcoran, R., Mercer, G., & Frith, C. D. (1995). Schizophrenia, symptomatology and social inference: Investigating "theory of mind" in people with schizophrenia. *Schizophrenia Research*, 17(1), 5–13. [https://doi.org/10.1016/0920-9964\(95\)00024-G](https://doi.org/10.1016/0920-9964(95)00024-G)
- Couture, S. M., Penn, D. L., & Roberts, D. L. (2006). The functional significance of social cognition in schizophrenia: A review. *Schizophrenia Bulletin*, 32(SUPPL.1). <https://doi.org/10.1093/schbul/sblo29>
- Davis, S., Nesbitt, K., & Nalivaiko, E. (2014). A Systematic Review of Cybersickness. In *Proceedings of the 2014 Conference on Interactive Entertainment - IE2014* (pp. 1–9). New York, New York, USA: ACM Press. <https://doi.org/10.1145/2677758.2677780>
- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition & Emotion*. <https://doi.org/10.1080/02699939208411068>
- Frith, C. D., & Corcoran, R. (1996). Exploring "theory of mind" in people with schizophrenia. *Psychological Medicine*, 26(3), 521. <https://doi.org/10.1017/S0033291700035601>
- Horan, W. P., Kern, R. S., Green, M. F., Penn, D. L., W.P., H., R.S., K., ... D.L., P. (2008). *Social Cognition Training for Individuals with Schizophrenia: Emerging Evidence*. *American Journal of Psychiatric Rehabilitation* (Vol. 11). W. P. Horan, UCLA Department of Psychiatry and Biobehavioral Sciences, Los Angeles, CA 90095-6968, United States: Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.1080/15487760801963652>
- Kurtz, M. M., Gagen, E., Rocha, N. B. F., Machado, S., & Penn, D. L. (2016). Comprehensive treatments for social cognitive deficits in schizophrenia: A critical review and effect-size analysis of controlled studies. *Clinical Psychology Review*, 43, 80–89. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.09.003>
- Kurtz, M. M., & Richardson, C. L. (2012). Social cognitive training for schizophrenia: A meta-analytic investigation of controlled research. *Schizophrenia Bulletin*, 38(5), 1092–1104. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbro36>
- LaViola, J. J. (2000). A discussion of cybersickness in virtual environments. *ACM SIGCHI Bulletin*, 32(1), 47–56. <https://doi.org/10.1145/333329.333344>
- Medalia, A., Thysen, J., & Freilich, B. (2008). Do people with schizophrenia who have objective cognitive impairment identify cognitive deficits on a self report measure? *Schizophrenia Research*, 105(1), 156–164. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2008.07.007>
- Pantic, M., Ambadar, Z., Schooler, J., Cohn, J. F., Ambady, N., Rosenthal, R., ... Ji, Q. (2009). Machine analysis of facial behaviour: naturalistic and dynamic behaviour. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological Sciences*, 364(1535), 3505–13. <https://doi.org/10.1098/rstb.2009.0135>
- Paquin, K., Wilson, A. L., Cellard, C., Lecomte, T., & Potvin, S. (2014). A systematic review on improving cognition in schizophrenia: which is the more commonly used type of training, practice or strategy learning? *BMC Psychiatry*, 14, 139. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-14-139>
- Park, K. M., Ku, J., Choi, S. H., Jang, H. J., Park, J. Y., Kim, S. I., & Kim, J. J. (2011). A virtual reality application in role-plays of social skills training for schizophrenia: A randomized, controlled trial. *Psychiatry Research*, 189(2), 166–172. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2011.04.003>

- Penn, D. L., Ritchie, M., Francis, J., Combs, D., & Martin, J. (2002). Social perception in schizophrenia: The role of context. *Psychiatry Research*, 109(2), 149–159. [https://doi.org/10.1016/S0165-1781\(02\)00004-5](https://doi.org/10.1016/S0165-1781(02)00004-5)
- Penn, D. L., Roberts, D. L., Combs, D. R., & Sterne, A. (2007). Best practices: The development of the Social Cognition and Interaction Training program for schizophrenia spectrum disorders. *Psychiatr Serv*, 58(4), 449–451. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.58.4.449>
- Rebenitsch, L. (2015). Managing cybersickness in virtual reality. *XRDS: Crossroads, The ACM Magazine for Students*, 22(1), 46–51. <https://doi.org/10.1145/2810054>
- Roder, V. (2015). *INT-Integrated Neurocognitive Therapy for schizophrenia patients*.
- Rus-Calafell, M., Gutiérrez-Maldonado, J., & Ribas-Sabaté, J. (2014). A virtual reality-integrated program for improving social skills in patients with schizophrenia: A pilot study. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 45(1), 81–89. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2013.09.002>
- Savla, G. N., Vella, L., Armstrong, C. C., Penn, D. L., & Twamley, E. W. (2013). Deficits in domains of social cognition in schizophrenia: A meta-analysis of the empirical evidence. *Schizophrenia Bulletin*, 39(5), 979–992. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbs080>
- Stone, V. E., Baron-Cohen, S., & Knight, R. T. (1998). Frontal lobe contributions to theory of mind. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 10(5), 640–656. <https://doi.org/10.1162/08997669808839263>
- Veling, W., Moritz, S., & van der Gaag, M. (2014). Brave New Worlds--Review and Update on Virtual Reality Assessment and Treatment in Psychosis. *Schizophrenia Bulletin*, 40(6), 1194–1197. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbu125>
- Westerhof – Evers, H. J., Visser – Keizer, A. C., Fasotti, L., Schönherr, M. C., Vink, M., Van der Naalt, J., & Spikman, J. M. (n.d.). Effectiveness of a Treatment for Impairments in Social Cognition and Emotion Regulation (T-ScEmo) after Traumatic Brain Injury.
- Wykes, T., Huddy, V., Cellard, C., McGurk, S. R., Czobor, P. P., T., W., ... P., C. (2011). A meta-analysis of cognitive remediation for schizophrenia: Methodology and effect sizes. *American Journal of Psychiatry*, 168(5), 472–485. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2010.10060855>

Bronvermelding afbeeldingen

Protocol

Afbeelding 1:

Pantic, M., Ambadar, Z., Schooler, J., Cohn, J. F., Ambady, N., Rosenthal, R., ... Ji, Q. (2009). Machine analysis of facial behaviour: naturalistic and dynamic behaviour. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological Sciences*, 364(1535), 3505–13. <http://doi.org/10.1098/rstb.2009.0135>

Werkboek voor deelnemers

Afbeelding 1:

Pantic, M., Ambadar, Z., Schooler, J., Cohn, J. F., Ambady, N., Rosenthal, R., ... Ji, Q. (2009). Machine analysis of facial behaviour: naturalistic and dynamic behaviour. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological Sciences*, 364(1535), 3505–13. <http://doi.org/10.1098/rstb.2009.0135>

Overig

In het logo van DiSCoVR is een aangepaste versie gebruikt van een ontwerp van MartialRed, <http://www.martialred.com>.

Het lettertype dat voor het DiSCoVR-logo is gebruikt heet Ubuntu-title en is gedownload van <https://www.fontsquirrel.com/fonts/ubuntu-title>.

Het klok-icoon is een aangepaste versie van een ontwerp van Freepik, <http://www.freepik.com/>, en is gedownload van http://www.flaticon.com/free-icon/clock_114244#term=clock&page=1&position=33.

Inspiratiebronnen voor DiSCoVR

Bij het ontwikkelen van DiSCoVR is gebruik gemaakt van verschillende andere protocollen voor (sociaal-)cognitieve training en training in virtual reality. De training bevat onderdelen en/of ideeën uit andere trainingen:

Naam interventie	Bron	Gebruikte concepten/ideeën
Compensatory Cognitive Training	Twamley, E.W., Vella, L., Burton, C.Z., Heaton, R.K., Jeste, D.V. (2012). Compensatory cognitive training for psychosis: effects in a randomized controlled trial. <i>J Clin Psychiatry</i> ;73;1212-9.	COGsmart doelstelling, gebruik strategieën
Social Cognition & Interaction Training	Penn D.L., Roberts, D.L., Combs, D., Sterne, A. (2007) Best practices: the development of the social cognition and interaction training program for schizophrenia spectrum disorders. <i>Psychiatr. Serv</i> ;58:449-451	Het GGG-model (module 2 en 3), 'checking it out' is een inspiratie voor het stappenplan (module 3).
T-ScEMO	Westerhof-Evers, H.J., Visser-Keizer, A. & Spikman, J.M. (2010). Behandelprotocol voor stoornissen in sociale cognitie en emotie na traumatisch hersenletsel.	Het GGG-schema, enkele van de strategieën voor emotieherkenning.
Virtual Reality Aggression Prevention Training	Klein Tuinte, S.P.H.G.; Van IJzendoorn, S., Bogaerts, S., Veling, W. (in voorbereiding). Protocol VRAPT (Virtual Reality Aggression Prevention Training).	Onderdelen van VR-software (avatars, lichaamshoudingen, emotionele expressie, interactiemodule) zijn in samenwerking ontwikkeld. Delen van het VR-hoofdstuk en formuleringen zijn tussen beide protocollen uitgewisseld.