Scenariusz sesji grupowej VR krok po kroku

Gotowy do wdrożenia model rotacyjny + arkusz obserwacji przebiegu

Scenariusz przeznaczony dla grupy 4–8 osób z łagodną i umiarkowaną demencją. Czas spotkania: 45–60 minut. Model rotacyjny: jedna osoba w goglach, reszta grupy ogląda obraz na ekranie i uczestniczy w rozmowie.

Przebieg sesji (model rotacyjny)

Faza	Czas	Działania prowadzącego
1. Powitanie i orientacja	5 min	Przedstawienie celu, miejsca i przebiegu; budowanie poczucia bezpieczeństwa
2. Rozgrzewka bodźcowa	5–7 min	Zdjęcie lub muzyka wprowadzająca temat; pierwsze swobodne skojarzenia
3. Rotacyjna ekspozycja VR	20–30 min	5–10 min na osobę; reszta grupy ogląda obraz na ekranie (mirroring)
4. Omówienie grupowe	8–12 min	Pytania wspierające narrację i emocje, bez sprawdzania poprawności
5. Domknięcie i wyciszenie	5 min	Powrót do neutralnego bodźca: oddech, nawodnienie, rozmowa

Przykładowe pytania do omówienia

- „Co było dla Pana/Pani najprzyjemniejsze w tym, co Pan/Pani widział(a)?”
- „Z czym to miejsce się Panu/Pani kojarzy?”
- „Czy było tam coś, co przypomniało dawne czasy?”
- Unikaj pytań sprawdzających fakty („Co to było? Jak się nazywało?”) – presja nasila wycofanie.

Dobór treści – co działa, czego unikać

Zalecane	Ryzykowne
Sceny natury, spokojne spacery	Treści zbyt dynamiczne, szybki ruch kamery
Miejsca o czytelnej strukturze	Sceny bardzo realistyczne emocjonalnie
Tematy pokoleniowe: podróże, święta, dom	Sceny przypominające utracone miejsca/relacje

Arkusz obserwacji przebiegu sesji

Wypełnij dla każdego uczestnika bezpośrednio po sesji:

Uczestnik	Tolerancja	Zaangażowanie (1–5)	Zdarzenia niepożądane / uwagi

Zobacz pełny model i bezpieczeństwo w artykule ›

Pełny artykuł ekspercki: Demencja – objawy, etapy i leczenie niefarmakologiczne. Jak terapia VR wspiera pamięć i nastrój seniorów.

Źródło:
https://wsparciedlaszpitala.pl/rehabilitacja/demencja-objawy-etapy-leczenie-terapia-vr/