

USE CASE

VRELAX ZORGT VOOR MEER ZELFREDZAAMHEID

INTRODUCTIE.

Cosis is een zorginstelling met zo'n 200 locaties in Groningen en Drenthe en helpt mensen met een verstandelijke en/of psychische beperking grip te krijgen op hun leven. Cosis gebruikt VRelax om cliënten te helpen bij het reguleren van stress. Roelof Dolfijn, orthopedagoog-generalist bij Cosis, vertelt aan de hand van een praktijkvoorbeeld hoe ze dit aanpakken.



"Ik gebruik VRelax als ik boos ben of een lange dag heb gehad. Dan zet ik de bril op en ga ik meestal op bed liggen. Het helpt me om rustig te worden. Ik zet hem niet iedere dag, alleen als ik merk dat ik het echt nodig heb."

Cliënt bij Cosis

VOOR WELKE PROBLEMATIEK?

"Eén van onze cliënten heeft een licht verstandelijke beperking en kampt met autisme. Zijn ontwikkeling was complex. Hij worstelt met eetbuiën en agressie, vooral in het weekend. Door zijn autisme moet communicatie duidelijk en feitelijk zijn."

WAAROM WERD VRELAX INGEZET?

"VRelax wordt vooral ingezet om de cliënt te helpen bij het reguleren van stress en het verminderen van boosheid. De cliënt kan het zelfstandig gebruiken wanneer hij overprikkeld is. Het helpt hem om te ontspannen na stressvolle momenten."

WAT WAS DE AANPAK?

"De VRelax applicatie is overzichtelijk en makkelijk in gebruik. De cliënt kan zelfstandig bepalen wanneer hij de bril gebruikt, vaak op momenten van overprikkeling of wanneer hij spanning voelt toenemen. Dit bevordert zijn zelfredzaamheid, omdat hij de mogelijkheid heeft om zelf in actie te komen zodra hij merkt dat de spanning oploopt. De cliënt wordt actief gestimuleerd om zelf de bril te gebruiken zodra hij spanning ervaart. Door hem te betrekken bij deze keuze, versterken we zijn eigen controle over emoties en gedrag, wat een positieve impact heeft op zijn zelfredzaamheid."

RESULTAAT.

"Na het gebruik van VRelax zien we minder agressie en uitbarstingen. Voorheen gooide de cliënt bijvoorbeeld zijn telefoon tijdens een woedeaanval. De frequentie van dergelijke incidenten is afgenomen. Hij voelt zich meer ontspannen en kan zijn boosheid beter beheersen, wat de sfeer op de afdeling aanzienlijk heeft verbeterd. Bovendien is zijn zelfredzaamheid vergroot. Hij heeft een effectief hulpmiddel gekregen waarmee hij spanning en stress kan reguleren zonder dat hij volledig afhankelijk is van de begeleiding."

VERVOLGSTAPPEN.

"Cosis overweegt deelname aan wetenschappelijk onderzoek naar de effectiviteit van VRelax. Daarnaast willen we VRelax breder gaan inzetten binnen onze organisatie, zodat ook andere cliënten die baat kunnen hebben bij deze interventie toegang krijgen."