

Interview af frivillig VR-pilot som på 6. år tilbyder borgere i Frederiksberg Kommune unikke VR-oplevelser, som vækker minder og motiverer til træning: Søren frivillig bidrager og hjælper sundhedspersonalet med at understøtte omsorgs- og rehabiliteringsopgaver med meningsfuld velfærdsteknologi.

Søren har været frivillig VR-pilot siden 2021 og kommer stadig den dag i dag fast 1-2 gange om ugen på Frederiksberg Kommunes Døgnrehabilitering (FKD). Dette interview kommer som en opfølgning på en lille artikel fra 2022, som beskrev formålet med denne frivillig indsats. Denne artikel kan ses nedenfor og danner baggrunden for interviewet. I forlængelse af artiklen kommer dette nye dybdegående interview med Søren frivillig. God læselyst og god fornøjelse...

Virtual Reality får indlagte borgere i form igen

01. mar 2022 OMRÅDER



På Frederiksberg Kommunes Døgnrehabilitering (FKD) er vi helt fremme i sadlen og benytter os af Virtual Reality (VR) i forbindelse med genoptræning og rehabilitering af indlagte borgere.

VR-løsningen der anvendes er fra firmaet Syncsense, som har udviklet VR-cykelture hvor man blandt andet kan komme rundt til seværdigheder i København. "VR-oplevelsen taler direkte ind i vores rehabiliterende arbejde da vi har set at en cykeltur "ud af huset" og rundt i Københavns gader kan øge borgernes motivation for igen at blive deltagende i det omkringliggende samfund" fortæller Adrian Vaaben, Udviklingsterapeut på FKD. "Vi ser derudover, at VR-oplevelsen kan øge den aktuelle træningsindsats, facilitere samtaler blandt de indlagte borgere og motivere til mere generel fysisk aktivitet under indlæggelse – alt sammen parametre som understøtter rehabiliteringsforløbet for de fleste borgere".

Dette bakkes op af Inge, som i øjeblikket er indlagt til genoptræning, og som efterhånden har prøvet VR-cykling mange gange. "Det er spændende med ture ude i samfundet - det giver adspredelse at se noget andet". Med VR-brillerne på glemmer hun tiden og cykler derfor længere end hvis hun havde cyklet uden VR-briller.

Til at hjælpe med at få tilbuddet om VR-cykling ud til så mange borgere som muligt, er en del af FKD's frivilligkorps blevet oplært i at være VR-piloter.

Som en del af et samskabelsesprojekt med NGO'en Samvirkende Menighedsplejer, har vi nemlig i de seneste år arbejdet med at udvikle og styrke de tilbud vi på FKD kan tilbyde de indlagte borgere. Derfor er der nu en vifte af tilbud, der kan lyse op i en ofte tung hverdag som indlagt. Så med hjælp fra frivillige er der kommet en række tilbud til borgerne om for eksempel cykelture i rickshaw, besøgsvenner, koncerter, måltidsværter, banko og manicure – og nu altså også VR-cykling.

For de frivillige VR-piloter opleves denne opgave som særdeles meningsfuld. Søren, der har prøvet forskellige opgaver som frivillig, har fundet sin rette hylde her og fortæller, at det giver en glæde at kunne tilbyde borgerne noget ekstra, både i form af træning/motion og en snak om hvad de ser på cykelruten.

"Der er flere der virkelig lever sig ind i det. Jeg "kørte" en tur med en dame en dag, vi var rundt omkring Amalienborg og mens vi kører ned ad Amaliegade fortæller hun, at hun kender nogen der bor i gaden og spørger så om hvad klokken er. Den er 14.30 svarer jeg og så siger hun "Jamen så er de nok hjemme – skal vi ikke lige gå ind og høre om de giver en kop kaffe". Det er altså en sjov opgave og en god måde at komme i snak med folk på."

"De frivillige udgør en stor ressource for os da de indgår som et direkte led i det rehabiliterende arbejde – og vi er meget taknemlige for, at de vil bruge deres tid på det" afslutter Adrian.

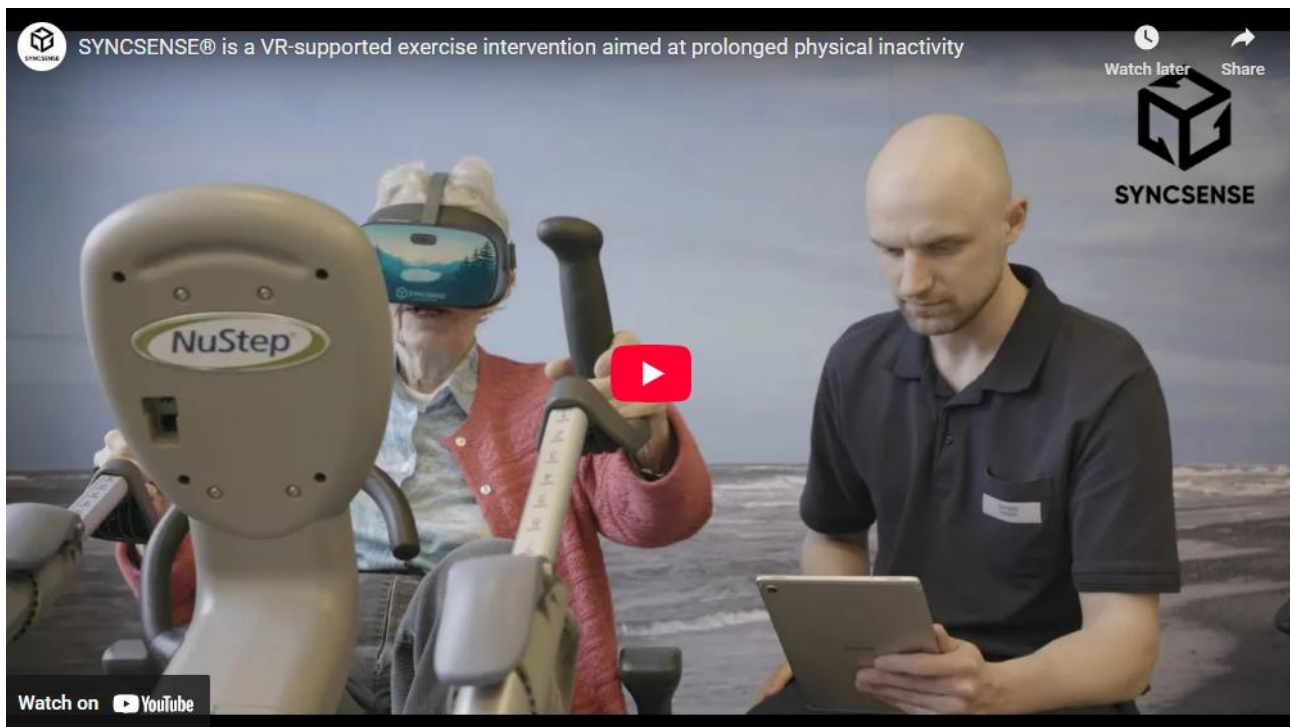
Kommentarer



Merete Larsen 02. mar 2022

Hvor er det interessant at læse om det spændende samarbejde mellem frivillige og FKD. Som glad cyklist, er jeg tillige helt vild med VR- konceptet, der giver borgeren 'luft under vingerne'.

Søren frivillig er blevet stillet 13 spørgsmål om hvad der fik ham til at søge frivilligrollen som VR-pilot, hvorfor han på 6. år stadig er motiveret for at være VR-pilot og tilbyde borgere VR-træning. Vi har tilmed produceret en kort casevideo ([link](#)), som forklarer, hvordan og hvorfor VR-træning er smart. Og det er dobbelt smart, når man også kan få hjælp af frivillige til at tilbyde VR-træning.



1) Hvad fik dig til at søge denne frivilligrolle hvor man skulle tilbyde indlagte borgere VR?

Jeg var gennem Menighedsplejen i Danmark frivillig på FKD, men havde ikke rigtig fundet en rolle der var naturlig for mig. Så blev jeg tilbudt at være VR-pilot, da SYNCSense VR-løsning kom til FKD. Det

syntes jeg var spændende især fordi jeg så følte, at jeg havde et "lovligt" ærinde hos borgeren, når jeg bankede på døren. Derudover var det nyt og spændende.

2) Hvad håber du, at VR kan give borgerne – helt konkret?

En oplevelse og lidt træning. Nogle borgere genser steder de før har færdes og nogle oplever eksotiske steder de har drømt om at besøge. For nogle borgere er det også en mulighed for at fortælle om deres situation og deres liv. Borgerne på FKD står for manges vedkommende ved en skillevej i livet. Kan jeg komme hjem eller skal jeg i plejebolig. I den situation håber jeg, at et besøg med VR-brillen kan være en afveksling og måske et lyspunkt i hverdagen.

3) Hvad gør, at du føler, det har været en "god vagt"?

Når jeg har haft "kunder i forretningen" og borgerne har haft en oplevelse. Ikke mindst hvis vi har haft en samtale om turen eller turen har givet anledning til at vi har talt om borgerens situation og livet generelt.

4) Hvor tryk er du ved VR-teknologi generelt? (0-10 hvor 10 er meget tryk)

Det må blive et klart 10-tal. Jeg føler mig meget tryk og VR-løsningen er jo utrolig simpel og brugervenlig. Du trykker bare på 1-knap og så er du i gang.

5) Hvordan vil du forklare VR til en borger, der måske er lidt skeptisk eller utryk?

Jeg viser VR-brillen og tager den måske selv på. Fortæller at de kan komme en tur i Frederiksberg Have, eller et af de steder de kender. Så taler vi lidt om træningscyklen og at de altid kan sige stop. Mange har også hørt om VR fra børnebørnene. Det er jo ikke en ny teknologi længere.

6) Hvordan reagerer du, hvis en borger bliver følelsesmæssigt påvirket?

Jeg lytter og tager det roligt.

7) Hvordan reagerer du, hvis noget går galt teknisk midt i en session?

Så taler vi lidt om moderne teknologi og dens mange egenskaber. Jeg genstarter og så virker det faktisk altid som det skal.

8) Hvordan vurderer du hvilken VR-film en borger skal have?

Jeg viser "menukortet" til dem der selv har interesse i det. Når det er første gang foreslår jeg de rolige VR-film, der hvor der ikke er så mange mennesker og hvor VR-filmen udfolder sig stille og roligt. Ellers taler vi om hvad der interesserer borgeren. Nogen vil gerne se det kendte og andre er med på at se noget ukendt. Nogle er meget sikre når de ser "menukortet". Der er VR-film til alle behov. VR-filmen fra Skovtårnet har været en stor succes, det har mange hørt om, men de kan ikke komme dertil længere pga. sygdom.

9) Hvilken betydning har det at vælge den "rigtige" VR-film til en borger? Og beskriv gerne en situation, hvor en borger bliver påvirket positivt af VR-oplevelsen - hvad sker der helt konkret når en borger cykler med VR-briller på?

Egentlig tror jeg ikke at der er en "rigtig" VR-film til en borger, men for mange er der noget godt ved at gense steder som de kender. Mange lever sig fuldstændig ind i de her VR-film, peger og fortæller om hvad de nu ser.

Min favorit oplevelse var da en borger ville på besøg hos venner der boede i en ejendom vi kom forbi i VR-filmen.

10) Hvad sker der typisk undervejs i en VR session og hvordan reagerer borgerne efter endt VR session?

Borgerne lever sig typisk helt ind i VR-oplevelsen og nogle kan være meget overraskede over stadig at sidde i stolen på FKD når jeg tager VR-brillen af igen. Det er også overraskende hvor mange der faktisk cykler ret ivrigt under hele turen selv om de på forhånd har givet udtryk for at de ikke kan cykle så langt/længe.

11) Hvorfor tror du at VR har en positiv effekt for så mange borgere? Hvad er det, at det kan og bidrager med?

Det er en oplevelse de ikke har prøvet før. Mange glæder sig også til at fortælle familien om at de nu har prøvet VR. De fleste siger at det er noget deres børnebørn kender. Jeg tror at det er et oplivende moment i en ellers trist hverdag. Borgerne glemmer lidt at de har ondt og at livet gør ondt. VR-løsningen giver lidt lys i hverdagen.

12) Hvorfor og hvordan gør det dit arbejde som frivillig sjovt/nemt/interessant?

Jeg tror på at mit besøg med VR giver lidt afveksling i en til tider trist hverdag. Borgerne er i en livssituation hvor mange ting er til overvejelse. Så en tur med VR kan være et lyspunkt og en oplevelse. Troen på at mit besøg for nogle kan give lidt afveksling og indhold. Måske også det, at borgeren kan tale med en person der ikke er en del af behandlerteamet.

13) Hvad vil din anbefaling være til andre frivillige som overvejer at melde sig til at tilbyde borgere VR?

Kom i gang. VR-brillen er ikke svært. Den er utrolig brugervenlig. Du trykker bare på 1-knap og så er du i gang.

Derudover er det vigtigt, at forholde sig til rollen som frivillig. Jeg er ikke pårørende og derfor neutral når det gælder utilfredshed med stedet og den behandling som borgeren modtager. Vær god til at lytte og være der for borgeren.