

Numer projektu	2021-1-PL01-KA220-HED-000027549
-----------------------	---------------------------------

Tytuł projektu	Virtual reality for anxiety and mental stress reduction in university students
Akronim projektu	VRxanny
Strona internetowa projektu	https://vrxanny.p.lodz.pl/
Nazwa instytucji koordynującej:	Politechnika Łódzka, Polska
Partnerzy	Tartu Ulikool, Uniwersytet w Tartu, Estonia Universidad De Vigo, Uniwersytet w Vigo, Hiszpania Universitet Łódzki, Polska
Czas trwania	24 mies.
Dofinansowanie z programu Erasmus+	307 072,00 euro

Streszczenie projektu

Europejski projekt pn. „Virtual reality for anxiety and mental stress reduction in university students” to współpraca czterech uniwersytetów z trzech krajów: Polski (Politechnika Łódzka, Uniwersytet Łódzki), Hiszpanii (Uniwersytet w Vigo) oraz Estonii (Uniwersytet w Estonii).

Głównym celem projektu jest poprawa jakości życia studentów cierpiących na ostry, epizodyczny i przewlekły stres, lęk i objawy depresyjne. Wirtualna rzeczywistość ma pomóc w polepszeniu zdrowia psychicznego i włączeniu społecznym studentów, co zwiększyłyby ich szanse na normalne funkcjonowanie w społeczeństwie uniwersyteckim i zapobieganie nawrotom zaburzenia. Aplikacja VR zostanie zaimplementowana w formie „chill spotów” – miejsc do relaksacji, w których studenci będą mogli wziąć udział w treningu relaksacyjnym w trudnej dla nich sytuacji, np. przed egzaminem czy ustną prezentacją. Strefy relaksu zostaną zaprojektowane i rozmieszczone w taki sposób, aby wyeliminować hałas z zewnątrz i odizolować użytkownika od rzeczywistego otoczenia. Zaprojektowana aplikacja VR stworzy immersyjne, wielozmysłowe środowisko, które zaimplementuje terapię poznawczo-behawioralną oraz modele odczulania i przetwarzania za pomocą ruchu gałek ocznych. „Chill spoty” będą dostosowane do potrzeb studentów. Jedna sesja relaksacyjna będzie trwała około 10 minut, więc będzie można ją wykonać podczas jednej przerwy.

W ramach projektu VRxanny zostaną opracowane następujące rezultaty:

- Aplikacja VR do redukcji lęku i stresu psychicznego stworzona według scenariuszy opracowanych przez psychologów.
- Strefy relaksu tzn. „chill spoty” – studium przypadku zaprezentuje proces badania potrzeb użytkowników, projektowania i wdrażania chill spotów na uczelniach partnerskich.
- Raporty z badań - wyniki eksperymentu z wykorzystaniem aplikacji VR i stworzonych „chill spotów” zostaną zaprezentowane w raporcie.