

# Lunchroom Zondag

**VR-beleving ter ondersteuning van  
cognitieve gedragstherapie**



# VR-beleving ter ondersteuning van cognitieve gedragstherapie

Tijdens een depressie is het vaak lastig om neutraal of positief te denken. Depressieve mensen maken vaak denkfouten als: “Ik ben het niet waard” of “Dit zal me zeker overkomen. Alles loopt altijd fout”.

In cognitieve gedragstherapie leer je alternatieve gedachtes te bedenken. Een belangrijk onderdeel hiervan is oefenen in het echte leven, maar voor sommige cliënten is deze stap nog te groot. Daarom is Lunchroom Zondag ontwikkeld. In deze VR-wereld oefen je namelijk in een veilige omgeving onder begeleiding van je therapeut.



## Hoe zit het met onderzoek?

Je speelt een ober en werkt in een lunchroom waar je geconfronteerd wordt met verschillende situaties. Sommige klanten gaan een interactie met je aan, anderen delen alleen hun gedachten. In alle gevallen word je uitgedaagd om alternatieve gedachtes te verzinnen. Het spel is opgezet als een zandbak. Je kunt hier vrij experimenteren en de therapeut bepaalt wanneer het spel is afgelopen.

via de agile benadering van de iteratieve RCT: tijdens de ontwikkeling wordt in co-creatie al gekeken wat wel en niet werkt. Uiteindelijk moet dit leiden tot een snellere validatie van het product.

## Validatiestudie

Lunchroom Zondag is ontwikkeld in samenwerking met o.a. ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum en de VU in Amsterdam. Op dit moment is er een validatiestudie gaande geleid door de VU. De verwachting is dat Lunchroom Zondag helpt om de stap van het cognitief begrijpen van de therapie, naar het toepassen in de praktijk te verkleinen. Het validatieniveau is al hoog, omdat de app wordt getest

## Games in de gezondheidszorg

Lunchroom Zondag is ontwikkeld door IJsfontein. IJsfontein ontwerpt en ontwikkelt spelend leren vanuit de overtuiging dat mensen van nature nieuwsgierig en intrinsiek gemotiveerd zijn om zichzelf te ontwikkelen.

In de gezondheidszorg wordt gaming en simulatie breed toegepast. Zowel voor trainen van personeel als voor behandeling van patiënten. IJsfontein werkt intensief samen met wetenschappelijke instanties en zorginstellingen. Hierdoor zijn veel van onze producten gevalideerd en geaccrediteerd. Meer informatie: [www.ijsfontein.nl](http://www.ijsfontein.nl).

**Bekijk onze producten online!**

[www.e-mence.org/nl/projecten/eggz-centrum/producten](http://www.e-mence.org/nl/projecten/eggz-centrum/producten)

### **Geïnteresseerd in de applicatie?**

Geïnteresseerd om Lunchroom Zondag ook in uw instelling te gebruiken of eens in het echt te gebruiken? Neem contact op met Corné Versluis, projectleider eGGZ Centrum, via: [c.versluis@arq.org](mailto:c.versluis@arq.org)



Innovatie- en  
Implementatiecentrum



**Nationaal  
Psychotrauma  
Centrum**

### **eGGZ Centrum**

Nienoord 5

1112 XE Diemen

T: 088 330 51 65

[c.versluis@arq.org](mailto:c.versluis@arq.org)

[www.e-mence.org/eggz](http://www.e-mence.org/eggz)

**GAP4 Kansen voor West II**



Hier wordt geïnvesteerd in uw toekomst. Dit project wordt mede mogelijk gemaakt door het Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling van de Europese Unie



eGGZ Centrum is tot stand gekomen met financiële steun van de provincie Noord-Holland