

## PLAY: "Play, Learn, fightback Anxiety"

Η υπερβολική ανησυχία και το στρες είναι ιδιαίτερα συχνά φαινόμενα στο Πανεπιστήμιο.

Η αλλαγή του περιβάλλοντος, οι προθεσμίες, και η αυτονομία μπορεί να αποδειχτούν βαρύτερες ευθύνες απότι αντέχουν οι φοιτητές.

Κύριος στόχος του έργου PLAY είναι να βοηθήσει τους φοιτητές να προετοιμαστούν καλύτερα για τις διάφορες δραστηριότητες του Πανεπιστημίου με τρόπο που να μειώνει το άγχος τους.

## PLAY: Play, Learn, fightback Anxiety



## PLAY: Play, Learn, fight back Anxiety

A 3D virtual world





## PLAY 3D Virtual World

Μπαίνοντας στον τρισδιάστατο εικονικό κόσμο του PLAY (3DVW) ένας φοιτητής μπορεί είτε να παίξει κάποιο από τα 10 παιχνίδια (Σενάριο 0 – Σενάριο 9) είτε να συμμετάσχει σε ανώνυμη συμβουλευτική συνάντηση. Το Σενάριο 0 είναι ένα απλό μάθημα-οδηγός στη χρήση του εικονικού κόσμου PLAY, όπου οι φοιτητές μαθαίνουν τα βασικά: να κυκλοφορούν, να επικοινωνούν και να παίζουν τα παιχνίδια. Τα υπόλοιπα εννέα σενάρια βασίζονται σε καταστάσεις που είναι γνωστό πως προκαλούν άγχος κατά την πανεπιστημιακή ζωή.



Το έργο PLAY βοηθά τους φοιτητές να ξεπεράσουν το άγχος τους μέσα από ένα παιχνίδι σε τρισδιάστατο εικονικό περιβάλλον.

## Σενάρια παιχνιδιών

- ❖ Το Σενάριο 1 μιμείται την εμπειρία μιας εξέτασης.
- ❖ Το Σενάριο 2 αφορά αποτυχία σε εξετάσεις.
- ❖ Το Σενάριο 3 περιλαμβάνει ζητήματα που αντιμετωπίζουν ώριμοι φοιτητές που σπουδάζουν εξ αποστάσεως.
- ❖ Το Σενάριο 4 αφορά μια δύσκολη εργασία.
- ❖ Το Σενάριο 5 παρουσιάζει τεχνικές αντιμετώπισης άγχους μιας ομαδικής εργασίας.
- ❖ Σενάριο 6: το Κοινωνικό Άγχος.
- ❖ Στο Σενάριο 7 δίδεται η ευκαιρία να συζητηθούν ζητήματα προσαρμογής στη φοιτητική ζωή.
- ❖ Το Σενάριο 8 αντιμετωπίζει καταστάσεις δυσκολίες επικοινωνίας φοιτητών με καθηγητές
- ❖ Σενάριο 9: συζητούνται θέματα μετα-πανεπιστημιακής ζωής.



## Οι Εταίροι

του έργου Play είναι μια ολόπλευρη ομάδα οργανισμών: το Πανεπιστήμιο Πατρών, η εταιρία Optionsnet, το Ανοικτό Πανεπιστήμιο Κύπρου, το European Institute of Child Education (ICEP) στην Ιρλανδία, και στην Πορτογαλία το Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο ISMAI.

## Communication

