



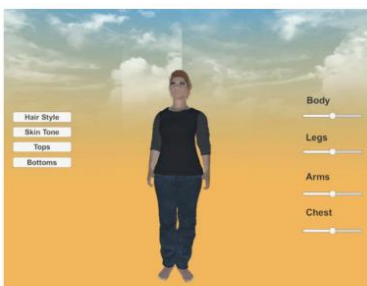
ΣΥΝΤΑΞΗ: ΦΩΤΕΙΝΗ ΠΑΝΑΓΗ

04 Νοεμβρίου 2020

Εξ-αποστάσεως ψυχοθεραπεία μέσω εικονικής πραγματικότητας για άτομα που παρουσιάζουν υψηλό ρίσκο για διατροφικές διαταραχές

Νέα έρευνα του Πανεπιστημίου Κύπρου, του Κέντρου Αριστείας RISE και του Πανεπιστημίου Kent στο Η.Β. κατέδειξε ότι η εξ αποστάσεως ψυχοθεραπεία με εικονική πραγματικότητα είναι εφικτή και μπορεί να βοηθήσει άτομα που αντιμετωπίζουν προβλήματα με την εικόνα του σώματός τους

Μια νέα έρευνα από ερευνητές του Εργαστηρίου ACThealthy: Κλινικής Ψυχολογίας και Συμπεριφορικής Ιατρικής του Τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κύπρου, του Κέντρου Αριστείας RISE και του Πανεπιστημίου του Κέντ στο Ηνωμένο Βασίλειο, έδειξε ότι η τεχνολογία εικονικής πραγματικότητας (Virtual Reality) μπορεί να προσφέρει εξ αποστάσεως ψυχοθεραπεία, μέσω εικονικής πραγματικότητας για άτομα που παρουσιάζουν υψηλό ρίσκο για να αναπτύξουν κάποια διατροφική διαταραχή.



Patient avatar customisation



Building life value map as part of the therapy



Collaborative playful activity to improve patient-therapist relationship

Στη μελέτη, η οποία δημοσιεύθηκε στο έγκριτο επιστημονικό περιοδικό Human-Computer Interaction και με τίτλο **“Now I can see me” Designing a multi-user virtual reality remote psychotherapy for body weight and shape concerns**, οι συμμετέχουσες στην έρευνα, δημιούργησαν ένα εικονικό μοντέλο του εαυτού τους με βάση την αντίληψή τους για την εμφάνισή τους, καθορίζοντας το σχήμα και μέγεθος του σώματός τους, καθώς και το σχήμα και χρώμα των μαλλιών και του δέρματός τους. Ακολούθως, η κάθε συμμετέχουσα έλαβε μέρος σε ατομική συνεδρία ψυχοθεραπείας μέσω εξ αποστάσεως εικονικής πραγματικότητας με θεραπεύτρια που βρισκόταν σε άλλο χώρο. Οι

συμμετέχουσες έλαβαν παρεμβάσεις στη βάση της Θεραπείας Αποδοχής και Δέσμευσης, η οποία περιλάμβανε έκθεση στην εικονική παρουσίαση του σώματος που δημιούργησε η ίδια η συμμετέχουσα. Η διαδικασία αυτή συμπληρωνόταν από περιγραφές που αφορούσαν τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τις ανησυχίες της κάθε συμμετέχουσας σε σχέση με την εμφάνισή της.



Η έρευνα κατέδειξε ότι μετά τη λήξη της συνεδρίας ψυχοθεραπείας, οι συμμετέχουσες απέκτησαν φιλικότερη εικόνα προς το σώμα τους, ενώ παράλληλα απέδωσαν τα θετικά αποτελέσματα στον τρόπο απεικόνισης της θεραπεύτριας, η οποία παρουσιάζοταν στο εικονικό περιβάλλον ως κινούμενο σχέδιο. Σύμφωνα με τις συμμετέχουσες στην έρευνα, ένα λιγότερο ρεαλιστικό και ανθρωπόμορφο είδωλο διευκολύνει την έκφραση συναισθημάτων, σκέψεων και προβληματισμών, ενώ διασφαλίζει την ανωνυμία και μειώνει το στίγμα που αισθάνονται τα άτομα με διατροφικές ανησυχίες.

Η έρευνα διεξήχθη στα εργαστήρια του Πανεπιστημίου Κύπρου, με επιβλέποντες ακαδημαϊκούς/ερευνητές την Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας, Μαρία Καρεκλά και τον Καθηγητή Γνωστικής Ψυχολογίας, Μάριο Αβρααμίδη. Συντονίστριες της έρευνας ήταν η Δρ Μαρία Ματσαγγίδου, απόφοιτη του Τμήματος Ψυχολογίας, και τώρα ερευνήτρια στο Κέντρο Αριστείας RISE «Research Centre on Interactive Media Smart Systems and Emerging Technologies» και η Δέσποινα Ιωσήφ, διδακτορική φοιτήτρια Κλινικής Ψυχολογίας.

Η επιβλέπουσα ερευνήτρια, Αναπλ. Καθ. Δρ Μαρία Καρεκλά δήλωσε ότι *«λαμβάνοντας ιδιαίτερα υπόψη την περίοδο της πανδημίας, η εξ αποστάσεως ψυχοθεραπεία μέσω εικονικής πραγματικότητας προσφέρει νέες δυνατότητες τέλεσης «ασώματων» συνεδριών, οι οποίες μπορεί να επιφέρουν θετικά αποτελέσματα για τον ασθενή»*. Η κλινική μελέτη αποτελεσματικότητας της παρέμβασης που παρουσίασε το ερευνητικό άρθρο, διεξάγεται αυτή τη στιγμή και νεαρές γυναίκες που παρουσιάζουν υψηλές ανησυχίες σε σχέση με το βάρος και το σώμα τους, μπορούν να συμμετάσχουν στην έρευνα αποστέλλοντας μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στη διεύθυνση: diosif01@ucy.ac.cy

Η ερευνήτρια Δρ Μαρία Ματσαγγίδου δήλωσε για την έρευνα ότι *«Η εξ αποστάσεως ψυχοθεραπεία μέσω εικονικής πραγματικότητας είναι ένα καινοτόμο μέσο για ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις που επιτρέπει το φυσικό διαχωρισμό του θεραπευτή και του ασθενούς, παρέχοντας έτσι πιο «ασφαλές περιβάλλον», στο οποίο ο ασθενής αισθάνεται άνετα να μιλήσει για τα συναισθήματα και τις ανησυχίες του»*.

Διαβάστε αυτούσια την έρευνα [εδώ](#) και στον ακόλουθο σύνδεσμο:

https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07370024.2020.1788945?utm_source=twitter&utm_medium=post&utm_campaign=JPB13356&

Τέλος Ανακοίνωσης