ვირტუალური რეალობის გამოყენება საჯაროდ სიტყვით გამოსვლის შფოთვის შეფასებაში

ანა სირაძე

კვლევა დაწერილი ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის მეცნიერებისა და ხელოვნების ფაკულტეტის კლინიკური ფსიქოლოგიის პროგრამის სამაგისტრო კურსის ფარგლებში

სამაგისტროს ხელმძღვანელი: ასოცირებული პროფესორი ნატა მეფარიშვილი

ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი

2021 წელი

განაცხადი

წინამდებარე კვლევაზე ერთობლივად ვიმუშავეთ ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის კლინიკური ფსიქოლოგიის სამაგისტრო პროგრამის სტუდენტებმა ანა სირაძემ და თათია ასათიანმა. თავდაპირველად ნაშრომი დაიწერა ერთიანი სახით, შემდეგ კი უნივერსიტეტის მოთხოვნით გაიყო ორ ნაწილად - ვირტუალური რეალობის გამოყენება საჯაროდ სიტყვით გამოსვლის შფოთვის შეფასებაში და ვირტუალური რეალობის გამოყენება საჯაროდ სიტყვით გამოსვლის შფოთვის მკურნალობაში. შესაბამისად ეს ორი ნაშრომი შინაარსობრივად იკვეთება ერთმანეთთან. სრული კვლევით დაინტერესების შემთხვევაში მიმართეთ ავტორებს. როგორც წარდგენილი სამაგისტრო ნაშრომის ავტორი, ვაცხადებ, რომ ნაშრომი წარმოადგენს ჩემს ორიგინალურ ნამუშევარს და არ შეიცავს სხვა ავტორების მიერ აქამდე გამოქვეყნებულ, გამოსაქვეყნებლად მიღებულ ან დასაცავად წარდგენილ მასალებს, რომლებიც ნაშრომში არ არის მოხსენიებული ან ციტირებული სათანადო წესების შესაბამისად.

ანა სირაძე

06.06.2021

აბსტრაქტი

ბოლო ათწლეულების განმავლობაში ექსპოზიციის თერაპიაში მეტად აქტუალური ხდება ვირტუალური რეალობის გამოყენება ფსიქოლოგიური მდგომარეობების, განსაკუთრებით კი, შფოთვისა და ფობიების შესაფასებლად და სამკურნალოდ. წინამდებარე კვლევის მიზანი იყო გაგვეზომა, თუ რამდენად აღიძვრება შფოთვა ვირტუალურ რეალობაში ექსპოზიციისას საჯაროდ სიტყვით გამოსვლის შფოთვის მქონე ინდივიდებთან. ექსპერიმენტისთვის დაიგეგმა ორი თერაპიული სესია, რომელიც მოიცავდა ფსიქოგანათლებას, ვირტუალურ რეალობაში ექსპოზიციასა და ინდივიდუალურ თერაპიას. რაოდენობრივი და თვისებრივი მონაცემების გაანალიზების შედეგად აღმოჩნდა, რომ სიტყვით გამოსვლის შფოთვის მქონე ინდივიდებში ვირტუალურ რეალობაზე დაფუძნებული ექსპოზიცია წარმატებით აღძრავს შფოთვას ფსიქოლოგიურ დონეზე, რაც ქართულ პოპულაციაში შფოთვის შეფასებისთვის ვირტუალური რეალობაზე დაფუძნებული ექსპოზიციის გამოყენების შესაძლებლობას ქმნის.

საკვანძო სიტყვები: ვირტუალური რეალობა; VR ექსპოზიცია; საჯაროდ სიტყვით გამოსვლის შფოთვა;

Abstract

During the last decade, virtual reality exposure therapy is used in the evaluation and the treatment of psychological conditions, especially for anxiety and phobias. Current study aimed to examine how VR can evoke the anxiety within the individuals with public speaking anxiety. For the experiment were scheduled two therapeutic sessions, which included psychoeducation, exposure in virtual reality and individual therapy. After analyzing quantitative and qualitative data it appeared that VR successfully provokes anxiety in individuals with PSA on psychological level, which makes it possible to use a virtual reality-based exposure to assess anxiety in Georgian population.

Keywords: Virtual Reality; VR exposure; Public speaking anxiety;

მადლობა

უპირველეს ყოვლისა, მადლობას ვუხდი, ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის ასოცირებულ პროფესორს ნატა მეფარიშვილს.

საკვლევი იდეის ექსპერიმენტად განხორციელებაში დიდი წვლილი მიუძღვის, ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის ასოცირებულ პროფესორს სანდრო ასათიანს. მისი დახმარების გარეშე შეუძლებელი იქნებოდა ექსპერიმენტის ტექნიკური მხარით უზრუნველყოფა.

ექსპერიმენტული კვლევის იდეა ეკუთვნის, ილიას უნივერსიტეტის დოქტორანტურის სტუდენტს თამარ ფაცაციას, რომელმაც თავად ვერ შეძლო მისი ჩატარება.

გარდა აღნიშნულისა, დიდ მადლობას ვუხდი ყველა იმ მონაწილეს, რომლებმაც ონლაინ გამოკითხვაში მიიღეს მონაწილეობა. განსაკუთრებული მადლობა გვინდა გადავუხადო იმ ადამიანებს, რომლებმაც კოვიდ-სიტუაციისა და ქვეყანაში არსებული შეზღუდვების მიუხედავად ექსპერიმენტით დაინტერესება გამოხატეს და გამოცხადდნენ თითოეულ სესიაზე. კვლევის სრულყოფილად ჩატარებისთვის ყოველი მათგანის ჩართულობა არსებითად მნიშვნელოვანი იყო.