

به نام خدایی که داننده رازهاست

**واقعیت مجازی (VR) راهکاری برای سلامت
روان در پاندمی کرونا و پسا کرونا**

تالیف:

کیمیا نجفی

سرشناسه: نجفی، کیمیا، ۱۳۷۴-

عنوان و نام پدیدآور: واقعیت مجازی (VR) راهکاری برای سلامت روان در پاندمی کرونا و پسا کرونا/تالیف کیمیا نجفی.

مشخصات نشر: تهران: نشر اساتید دانشگاه، ۱۴۰۱.

مشخصات ظاهری: ۱۰۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۹۱۳-۹۷-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: کتابنامه.

موضوع: کروناویروس‌ها -- جنبه‌های روان‌شناسی

Coronaviruses -- Psychological aspects

واقعیت مجازی (VR) راهکاری برای سلامت روان در پاندمی کرونا و پسا کرونا

تالیف: کیمیا نجفی

ناشر: انتشارات اساتید دانشگاه

سال چاپ: بهار ۱۴۰۱

نوبت چاپ: اول

تیراژ: ۱۰۰۰

قیمت: ۹۰۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۹۱۳-۹۷-۲



تلفن انتشارات: ۰۹۱۲۴۳۴۲۷۴۱ همراه ۰۲۱-۶۶۴۰۱۸۷۸-۶۶۴۰۵۰۷۳

فهرست

۸.....	مقدمه
۱۰.....	بحران کرونا
۱۱.....	علل تشدید علائم روانشناختی
۱۳.....	سطوح مکانیسم های دفاعی
۱۴.....	مسائل زیرآستانه ای
۱۵.....	مشاوره در کرونا
۱۷.....	انواع مشاوره
۱۸.....	اهداف مشاوره قبل از آزمایش
۱۸.....	اهداف مشاوره بعد از آزمایش
۱۸.....	مشاوره بعد از یک نتیجه منفی
۱۹.....	مشاوره بعد از یک نتیجه مثبت
۲۰.....	سلامت روان
۲۲.....	قرنطینه در جوامع مختلف
۲۴.....	سلامت روان کارکنان مراقبت های بهداشتی و درمانی
۲۵.....	سلامت روان اعضای خانواده کارکنان مراقبتهای بهداشتی و درمانی
۲۶.....	سلامت روان دانش آموزان و دانشجویان
۲۸.....	سلامت روان عموم مردم جامعه
۲۹.....	راهکارهای ارتقای سلامت روان افراد جامعه
۳۰.....	پیامدهای روانشناختی کرونا
۳۶.....	جمعیت تحت تاثیر

اختلالات مرتبط	۳۷
استرس	۳۷
اختلال سازگاری	۴۰
اختلال استرس حاد	۴۱
اختلال وسواس فکری-عملی	۴۳
اضطراب فراگیر	۴۵
نشانه جسمانی	۴۸
اختلال استرس پس از حادثه	۵۰
نشانه‌های اختلال استرس پس از حادثه	۵۲
پسا کرونا و روان	۵۲
پسا کرونا	۵۴
واقعیت مجازی (VR)	۵۶
چگونگی کارکرد VR	۶۵
نگاهی به درمان واقعیت مجازی و اختلالات	۶۶
فوبیا	۶۶
اختلال استرس پس از سانحه یا PTSD	۶۶
اضطراب	۶۷
افسردگی	۶۸
چند مزیت درمان مبتنی بر واقعیت مجازی	۶۸
ویژگی های VR	۷۰

مقدمه

ویروس جدید کرونا Coronavirus یا covid 19 ویروسی است که باعث بیماری تنفسی در افراد می‌شود و می‌تواند از فردی به فرد دیگر گسترش یابد. این ویروس برای اولین بار طی تحقیقات مربوط به شیوع بیماری در ووهان (Wuhan) شناسایی شد. در ایالات متحده انتشار این ویروس از فردی به فرد دیگر در تماس‌های نزدیک با این ویروس تشخیص داده شده است.

این بیماری که تهدیدی برای سلامتی جهانی است، علاوه بر اینکه سلامت جسمی افراد را به خطر می‌اندازد، تأثیرات جبران ناپذیر روانشناختی نیز ایجاد می‌کند. با توجه به این امر، شناخت عوامل روانشناختی مثبت و درمان‌های روانشناختی موثر برای مقابله با کرونا ضرورت دارد.

شیوع و سرعت انتقال و گسترش سریع این بیماری، آسیب‌پذیری افراد را به دلیل وحشت ابتلا به بیماری افزایش می‌دهد. ماهیت مبهم بیماری و ناشناخته بودن آن و نیز اجرای اقدامات قرنطینه که در تمامی کشورها به صورت سخت‌گیرانه اعمال شده است، سبب شد تا تعداد زیادی از افراد در انزوا نگه داشته شوند همچنین بسیاری از جنبه‌های زندگی تحت تأثیر قرار گرفته و موجب افزایش بیشتر بار بیماری و مشکلات گسترده روانی نظیر اختلال هراس، اضطراب، استرس و اختلال استرس پس از حادثه در کنار مشکلات جسمی شده است.