

**Информация о проекте, реализуемом в рамках
Всероссийского студенческого конкурса «Твой ход»**

Название проекта: «Использование технологий виртуальной реальности в психотерапии и психологии»

Тематика проекта: Социальное предпринимательство

Состав команды

Лидер:

- Волков Егор Алексеевич СЗГМУ им. И.И. Мечникова 1 курс, лечебный факультет, 147А группа;

Участники команды:

- Торопов Олег Николаевич ГУМРФ им. Адмирала С.О. Макарова 5 курс, факультет навигации и связи, Р-542 группа;

Актуальность и значимость: В современном обществе существует широкий спектр психологических проблем, таких как тревожные расстройства, фобии, посттравматические стрессы и депрессии, которые оказывают существенное воздействие на качество жизни многих людей. Возвращение участников СВО из зоны боевых действий, так же требует их психологической реабилитации и адаптации к условиям мирной жизни.

Однако, доступ к качественной психологической и психотерапевтической помощи ограничен из-за различных факторов, таких как стигматизация, долгие очереди на прием к специалистам, географическая удаленность и высокие стоимости лечения. Традиционные методы психотерапии могут быть недостаточно эффективными и доступными для тех, кто сталкивается с такими проблемами.

В современном мире проект, ориентированный на применение технологий виртуальной реальности в сфере психологической и психиатрической помощи, становится все более актуальным. Это связано с возможностью создания контролируемых и безопасных сред для взаимодействия пациентов с симулированными ситуациями, которые могут вызывать у них стресс или тревогу. Такой подход в теории делает психотерапию доступнее и обеспечивает персонализацию терапевтических сеансов, что в конечном итоге может повесить эффективность лечения и улучшить результаты терапии.

Целевая аудитория: студенты и участники СВО.

Описание проекта: Проект о применении технологий виртуальной реальности в сеансах психолога и психотерапевта, в создание специальных методик. Специалист сможет управлять симуляцией в шлеме виртуальной реальности, подбирать индивидуальный режим работы под каждого пациента. Цель моего проекта погрузить человека в симуляцию различных ситуаций, которые вызывают у человека фобические или травматические реакции, с целью их разрешения. Проект реализуется для помощи людям, которые попали в трудную жизненную ситуацию, когда сами себе помочь они не в состоянии. Я, и моя команда, хотим предложить таким людям новые методы психотерапии и поддержки своих психических проблем с помощью технологий виртуальной реальности. Это позволит сделать психологическую и психиатрическую помощь более доступной и эффективной для всех желающих, так же это позволит создать более комфортные условия лечения, увеличить комфорт пребывания пациента на сеансе. Для этого многие обращаются за помощью к

специалистам - психологам и психотерапевтам. В современных условиях, при помощи технологий виртуальной реальности возможно добиться больших успехов, сочетая VR-технологии и работу с человеком. Использование данных технологий поможет сфере психологической и психиатрической помощи. Он позволяет создавать контролируемые и безопасные симуляции, где пациенты смогут напрямую взаимодействовать со своими проблемами. Применение виртуальной реальности во время сеанса поможет лучше проработать страхи, травмы, фобии, погрузится в более комфортную атмосферу. Специалист и пациент смогут побывать в разных ситуациях: на вершине горы или небоскреба, на платформе в открытом океане, в лесу, в комфортном загородном доме. Во всех этих местах они смогут поговорить или заняться проработкой своих переживаний, тревог и многих других состояний. После реализации проекта мы оценим уровень влияния на оказание психологической и психиатрической помощи.

Основная задача заключается в поиске современных и эффективных методов лечения психологических и психиатрических проблем со здоровьем, при помощи применения иммерсивных технологий - виртуальной реальности в сеансе со специалистом. Это реализуется путем проведения сеансов с пациентами различной целевой аудитории на базе СЗГМУ им. И.И. Мечникова и других клинических базах, партнеров проекта.

В ходе реализации проводятся сеансы с участием психолога или психотерапевта и с применением технологий виртуальной реальности.

В результате реализации проекта, планируется добиться результатов в помощи людям с ментальными проблемами, увеличить объем и качество оказания психологической и психиатрической помощи в России. Помочь студентам и участникам СВО справиться с возникшими проблемами, адаптироваться к новым условиям.