

عنوان مقاله:

مروری بر چگونگی تاثیر واکنش ارادی اوجگیری حسی (ASMR) بر بدن انسان: یک مطالعه نقلی

محل انتشار:

اولین کنگره ملی مطالعات علوم اعصاب و روان شناسی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

یاسمن فتاحی - گروه علوم پایه، دانشگاه فرهنگیان، اصفهان، ایران

فیروزه علویان - استادیار، گروه علوم پایه، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

واکنش ارادی اوج گیری حسی (ASMR)، تجربه حس سوزن سوزن شدن پوست در بالای سر، امتداد ستون فقرات و نواحی دیگر بدن را توصیف می کند که در اثر محرکهای شنیداری و تصویری (مثل زمزمه، ضربه زدن، و حرکات دست) در برخی افراد، به وجود می آید. علی رغم کم بودن تعداد پژوهش های انجام شده در مورد این پدیده تازه شناخته شده، استفاده مردم فرهنگ های مختلف از ویدئوهای ASMR، در حال افزایش است؛ بنابراین لازم است کاربرد، مزایا و معایب احتمالی این پدیده، بررسی شود. برای جستجوی مقالات انگلیسی منتشر شده بعد از سال ۲۰۱۷، از سه پایگاه ScienceDirect، PubMed و Google Scholar استفاده شد و مطالعاتی که در راستای هدف این مقاله نبودند، از روند تحقیقات، حذف شدند. در این مقاله مروری، به مکانیسم و چگونگی رخداد ASMR و جزئیات بررسی شده، پرداخته می شود. این پدیده با اثر متقابل سیستم هورمونی و اعصاب اتونومی باعث فعالیت نواحی خاصی از مغز مانند قشر پیش پیشانی میانی مخ (mPFC)، که مرتبط با خودآگاهی و رفتار اجتماعی است، شده و برخی هورمونها مانند اکسی توسین را فعال می کند. اغلب افراد مبتلابه ASMR، این پدیده را تجربه دلپذیری معرفی می کنند که در افزایش آرامش و کاهش اضطراب، افسردگی و بی خوابی موثر است؛ در نتیجه این پدیده می تواند فواید درمانی روانی داشته باشد.

کلمات کلیدی:

ASMR، واکنش ارادی اوج گیری حسی، سیستم عصبی خودمختار، نوروهورمون

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1644848>

