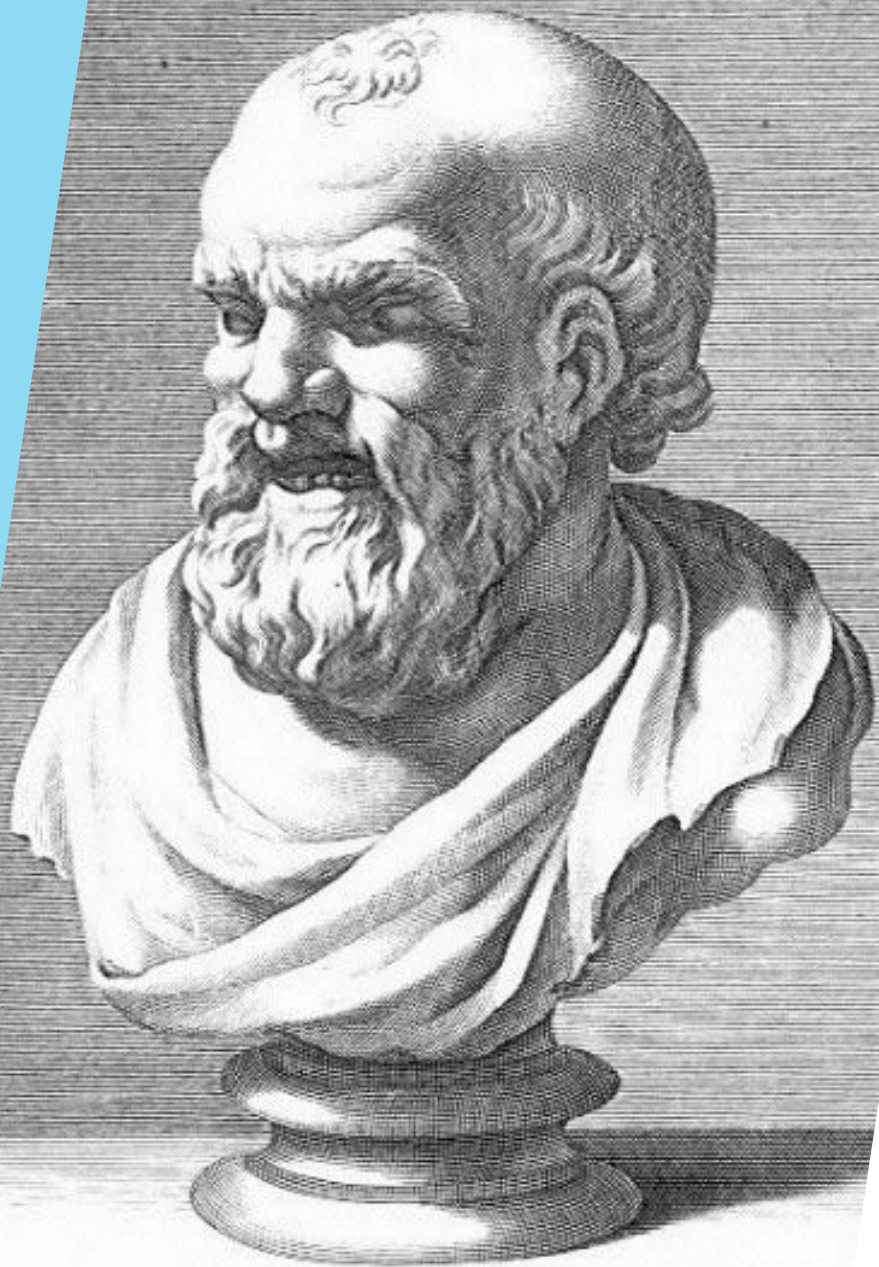


ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ



«Подобно тому, как бывает болезнь тела, бывает также болезнь образа жизни».

(Демокрит, 460 – 370 гг. до н.э.)

DEMOCRITUS

Ex marmore antiquo apud T. E.



ПСИХОЛОГИЯ

+

РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ

=

ПСИХОЭЛЕКТРОПУНКТУРА (ПЭП)

**ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ МЕТОДА ПЭП ДЛЯ
САМОРЕГУЛЯЦИИ**

ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ

ПСИХОЭЛЕКТРОПУНКТУРА



Электропунктурное тестирование



Психологическое тестирование

Вероятность результата ПЭП тестирования



$$P = (P1 + P2) - (P1 \times P2 / 100) = 88\%.$$

ПСИХОЭЛЕКТРОПУНКТУРА



Тренинг «Профилактика стресса «ЕВРАЗИЯ»



Воздействие на БАТ «БУ-СЕ»

Реабилитация с использованием психоэлектропунктурного (ПЭП) комплекса



Результат управления изменением личности определён совместным применением элементов рефлексотерапии, аналитической психологии, цветопсихологии, физкультуры, метода ДПДГ.

Диагностический комплекс «ГАРМОНИЯ-1»

Приборы: «Гармония» и «Гармония-1»
Программы: «Энергия 1.0» и «Евразия 2.0»



Бытовой вариант (прибор «Гармония» и программа «Энергия 1.0») и профессиональный вариант (прибор «Гармония-1» и программа «Евразия 2.0») комплекса используются для электропунктурного тестирования и дальнейшей коррекции широкого спектра функциональных нарушений организма – причин стресса - совместно с различными методами лечения и реабилитации.

Тестирование проводится по биологически активным точкам «риодораку» или «Су-Джок» с последующей ручной или электронной обработкой полученных данных для определения параметров стресса организма человека по Методу ПЭП «ЕВРАЗИЯ» или по другим методам электропунктуры.

ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ

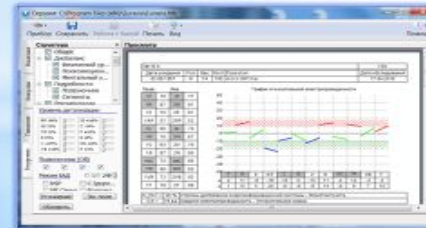
ПСИХОЭЛЕКТРОПУНКТУРА

Регистрация в РФ



Результаты ПЭП тестирования

Определяются стрессоры на: Физиологическом уровне модели ЭИС человека



Имя	Фамилия	Имя	Фамилия	Имя	Фамилия
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов

Результаты ПЭП тестирования

Определяются стрессоры на:

Психоэмоциональном уровне модели ЭИС человека

Имя	Фамилия	Имя	Фамилия	Имя	Фамилия
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов

Результаты ПЭП тестирования

Определяются стрессоры на:

Ментальном уровне модели ЭИС человека

Имя	Фамилия	Имя	Фамилия	Имя	Фамилия
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов
Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов	Иванов

Цифровые инструменты предоставляют возможность определения стрессоров на всех уровнях модели личности для принятия комплексного решения для устранения ограничений в свободе выбора своего пути успешной самореализации.

ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ

Окна программы экспресс-тестирования «Антистресс и Маски»

Карточка тестируемого

Фамилия: *	Иванов	Дата рождения: *	03.08.1957
Имя:	Иван	Пол: *	<input checked="" type="radio"/> Мужской <input type="radio"/> Женский
Отчество:	Иванович	Вес, кг:	73.0
Образ жизни: *	Умеренный образ жизни	Рост, см:	165.0
Телефон:		Обхват груди, см:	104.0
E-mail:		Обхват талии, см:	96.0
Страна:	Россия	Обхват бедер, см:	115.0
Психотип:	INTJ	Тип конституции:	1b

Сохранить Провести тест Отмена

Выбор тестов

Комплексное тестирование «Антистресс и Маски»
 Сокращенное тестирование «Антистресс и Маски»

Выбор тонов цвета Определить тип по цветам

Одна пара
 Две пары
 Три пары

Определение типа личности Без тестирования

Собственное тестирование
 Тестирование со стороны
 Тестирование по почерку

Определение типа конституции

Начать Отмена

Ввод значений

Значение пульса, уд/мин: 74.0

Сатурация, %: 97

Сохранить



Антистресс и Маски

Каталог

- Корневая папка
 - Тестовая папка 1
 - Тестовая папка 2

Список тестируемых

Фамилия	Имя	Отчество	Пол	Дата рождения	Тестов	Последний тест	Тип	Конституция
Иванов	Иван	Иванович	М	03.08.1957	1	25.12.2017	INTJ	1b

Результаты

Дата теста	УЗ	Пульс	Сатурация	Цвет	Цвет	Тип личности	Определен	ППР	УС	Конст.	Актуальная ситуация
25.12.2017 14:53	1	74	97	Сирый	оранжевый	INTJ	Определен	36,6	2	1b	Возможно, задат саннилоби, и теперь необходимо сдерживать свои гну и общице с коллег ами

Антистресс и Маски

Структура

- Вопрос выбора тона цвета
- Образ «Маски», соответствующий выбору пары тонов цвета
- Временные характеристики поведения личности во время стресса при выборе образа «Маски»
- Предрасположенность к стрессу и жажде образа «Маски», которые могут быть успешно удалены при 6
- Временные признаки оригинального опыта выбора образа «Маски»
- Актуальная ситуация
- Совместимость и несовместимость людей в зависимости от выбора пары тонов цвета
- Иерархическая и стрессовая системы и органы
- Параметры стрессоустойчивости
- Уровень насыщения организма кислородом без физической нагрузки
- Уровень частоты пульса без физической нагрузки
- Рекомендуемая частота пульса при выполнении физических упражнений на тренировке
- Плечевая кожногальваническая реактивность
- Уровень стресса
- Рекомендации
- Выбор типа конституции на стрессоустойчивость
- Эффект
- Тип конституции и вес (Т [кг])
- Тарпошение и обхват талии (OT [см])
- Наиболее вероятные симптомы и заболевания при стрессе, соответствующие типу конституции
- Тип личности по результатам ЭКСПРЕСС-ТЕСТА «Типология 2017»
- Сравнение параметров образа «Маски» и кардинального типа личности
- Рабанок и подрастик
- Взрослый тип личности и особенности жажности типа личности
- Руководитель и подчиненный
- Способность удалять лишнюю жажку и метаболической типа личности
- Воспаленные слабы стороны характера типа личности
- Профференциация типа личности
- Иерархическая система, органы и части тела типа личности
- Антистрессовые рекомендации
- Иерархическая система (схематично)
- Цветопсихология и психоанализ
- Уровень стресса и психофизиологическая коррекция
- Сверженный тип цвета
- Предпочтительный тон цвета
- Психология и тип цвета

Обновить

Промотор

ВЫБОР ЦВЕТОВ «Маски»

Вопрос выбора тона цвета

Временные характеристики поведения личности во время стресса при выборе образа «Маски»

Предрасположенность к стрессу и жажде образа «Маски», которые могут быть успешно удалены при 6

Временные признаки оригинального опыта выбора образа «Маски»

Актуальная ситуация

Совместимость и несовместимость людей в зависимости от выбора пары тонов цвета

Иерархическая и стрессовая системы и органы

Параметры стрессоустойчивости

Уровень насыщения организма кислородом без физической нагрузки

Уровень частоты пульса без физической нагрузки

Рекомендуемая частота пульса при выполнении физических упражнений на тренировке

Плечевая кожногальваническая реактивность

Уровень стресса

Рекомендации

Выбор типа конституции на стрессоустойчивость

Эффект

Тип конституции и вес (Т [кг])

Тарпошение и обхват талии (OT [см])

Наиболее вероятные симптомы и заболевания при стрессе, соответствующие типу конституции

Тип личности по результатам ЭКСПРЕСС-ТЕСТА «Типология 2017»

Сравнение параметров образа «Маски» и кардинального типа личности

Рабанок и подрастик

Взрослый тип личности и особенности жажности типа личности

Руководитель и подчиненный

Способность удалять лишнюю жажку и метаболической типа личности

Воспаленные слабы стороны характера типа личности

Профференциация типа личности

Иерархическая система, органы и части тела типа личности

Антистрессовые рекомендации

Иерархическая система (схематично)

Цветопсихология и психоанализ

Уровень стресса и психофизиологическая коррекция

Сверженный тип цвета

Предпочтительный тон цвета

Психология и тип цвета

Из результатов тестирования могут быть определены: 1. Акцентуация личности – чрезмерное проявление энергии, протекающей из напряжения противоположностей компонентов структуры типа личности, которая вызывает состояние тревоги (шока). 2. Изменение функций сознания и доминирующей установки типа личности – несоответствие социальной роли (Маски) природному типу личности, которое вызывает состояние внутреннего «сопротивления» (резистентности). 3. Признаки физического расстройства, приводящего к истощению организма (дистрессу) и психосоматическим заболеваниям.

Структура отчёта программы «Антистресс и Маски»

The image displays two side-by-side windows of the 'Antistress and Masks' software. The left window shows the 'Структура' (Structure) view, which is a hierarchical tree of report sections. The right window shows the 'Просмотр' (View) of the same structure, with a 'Просмотр' (View) button in the top right corner. Both windows have a menu bar with 'Файл' (File) and 'Помощь' (Help), and a toolbar with icons for 'Добавить' (Add), 'Редактировать' (Edit), 'Тестирование' (Testing), 'Результаты' (Results), 'Сохранить' (Save), 'Печать' (Print), and 'Отправить' (Send). The 'Структура' view includes a 'Обновить' (Refresh) button at the bottom. The 'Просмотр' view includes a 'Просмотр' (View) button in the top right corner.

Структура

- Социализация и невроз
 - Возрастные особенности
 - Этап жизненного цикла
 - Характеристика периода
 - Признаки нормального и аномального развития
 - Кризис и задачи
 - Вариант выбора тонов цвета для возраста от 15 (16) лет до 61 (65) лет
 - Образ «Маски», соответствующий выбору пары тонов цвета
 - Возможные характеристики поведения личности во время стресса при выборе этого образа «Маски»
 - Потребности, стремления и желания образа «Маски», которые могут быть успешно удовлетворены при благоприятных условиях
 - Потребности, стремления и желания образа «Маски», которые чаще всего не могут быть удовлетворены
 - Возможные признаки отрицательного опыта выбора образа «Маски»
 - Актуальная ситуация
 - Совместимость и несовместимость людей в зависимости от выбора пары тонов цвета
 - Неустойчивые к стрессорам системы и органы
 - Параметры стрессоустойчивости для возраста от 15 (16) лет до 61 (65) лет
 - Уровень насыщения организма кислородом без физической нагрузки
 - Уровень частоты пульса без физической нагрузки
 - Рекомендуемая частота пульса при выполнении физических упражнений на тренировке
 - Потенциал психологической резилентности
 - Уровень стресса
 - Рекомендации
 - Влияние типа конституции на стрессоустойчивость
 - Рост
 - Тип конституции и вес (Т [кг])
 - Телосложение и обхват талии (ОТ [см])
 - Наиболее вероятные симптомы и заболевания при стрессе, соответствующие типу конституции
 - Тип личности по результатам ЭКСПРЕСС-ТЕСТА «Типология 2017»
 - Сравнение параметров образа «Маски» и врожденного типа личности
 - Ребёнок и подросток
 - Взрослый тип личности
 - Особенности женского типа личности
 - Руководитель и подчинённый
 - Особенности удовлетворения высших и мета-потребностей типа личности
 - Возможные слабые стороны характера типа личности
 - Профорентация типа личности
 - Неустойчивые системы, органы и части тела типа личности
 - Антистрессовые рекомендации
 - Интертипные отношения (соционика)
 - Цветопсихология и психозлектропунктура
 - Уровень стресса и психофизиологическая коррекция
 - Отвергаемый тон цвета
 - Предпочитаемый тон цвета
 - Конституция и цвет
 - Отвергаемый тон цвета и неустойчивые меридианы
 - Предпочитаемый тон цвета и неустойчивые меридианы
 - Тип конституции и меридианы
 - Размер одежды
 - Справочник «Стрессоустойчивость»

Просмотр

- Социализация и невроз
 - Возрастные особенности
 - Вариант выбора тонов цвета для возраста от 15 (16) лет до 61 (65) лет
 - Параметры стрессоустойчивости для возраста от 15 (16) лет до 61 (65) лет
 - Влияние типа конституции на стрессоустойчивость
 - Тип личности по результатам ЭКСПРЕСС-ТЕСТА «Типология 2017»
 - Цветопсихология и психозлектропунктура
 - Размер одежды
 - Справочник «Стрессоустойчивость»
 - Термины и определения
 - ЭКСПРЕСС-ТЕСТ «Антистресс и Маски»
 - Образ «Маски» и врожденный тип личности»
 - Аналитическая психология и метод «Евразия»
 - Экспресс-тест «Антистресс и Маски» и тренинг «Профилактика стресса»
 - Краткое руководство к тренингу «Профилактика стресса»
 - Ассоциативный тест
 - Аффирмации
 - Цветопсихология
 - Психозлектропунктура
 - Рекомендации и слова-стимулы
 - Рекомендации психологов для решения социальных проблем
 - Слова-стимулы сопротивления типа личности
 - Слова-стимулы активности типа личности
 - Слова-стимулы сопротивления отвергнутого тона цвета
 - Слова-стимулы активности предпочитаемого тона цвета
 - Слова-стимулы сопротивления меридиана
 - Слова-стимулы активности меридиана

Окна и алгоритм программы тренинга «Профилактика стресса «Евразия»

1. Выбор варианта проведения тренинга для переструктурирования явного стрессора (неявные стрессоры могут быть определены с использованием программы «Антистресс и Маски») **в зависимости от силы стрессора:** вариант «Экспресс» продолжительностью – 7 минут; вариант «Продолжение тренинга» – 24 минуты; вариант «Разминка, релаксация, продолжение тренинга» – 54 минуты.

Тренинг повышения стрессоустойчивости «ЕВРАЗИЯ»

проводится человеком в спокойном и нацеленном на получение положительного результата состоянии.
Задача экспресс-тренинга - переструктурировать отрицательный опыт-рефлекс, вызывающий у человека негативное состояние - дистресс.

Желаемый результат достигается снижением чувствительности слов-стрессоров и формированием альтернативного положительного настроения - эустресса.

Удобно расположитесь в кресле и следуйте алгоритму программы:

- Выберите цвета
- Выберите слова
- Для переструктурирования устойчивого отрицательного опыта-рефлекса вначале выполните «Разминку» и «Релаксацию» (около 30 минут), затем - «Продолжение тренинга» (около 24 минут)
- Для переструктурирования недавно приобретенного отрицательного опыта-рефлекса можно выполнить «Продолжение тренинга» (около 24 минут) без «Разминки» и «Релаксации»

Желаем Вам успешного завершения тренинга!

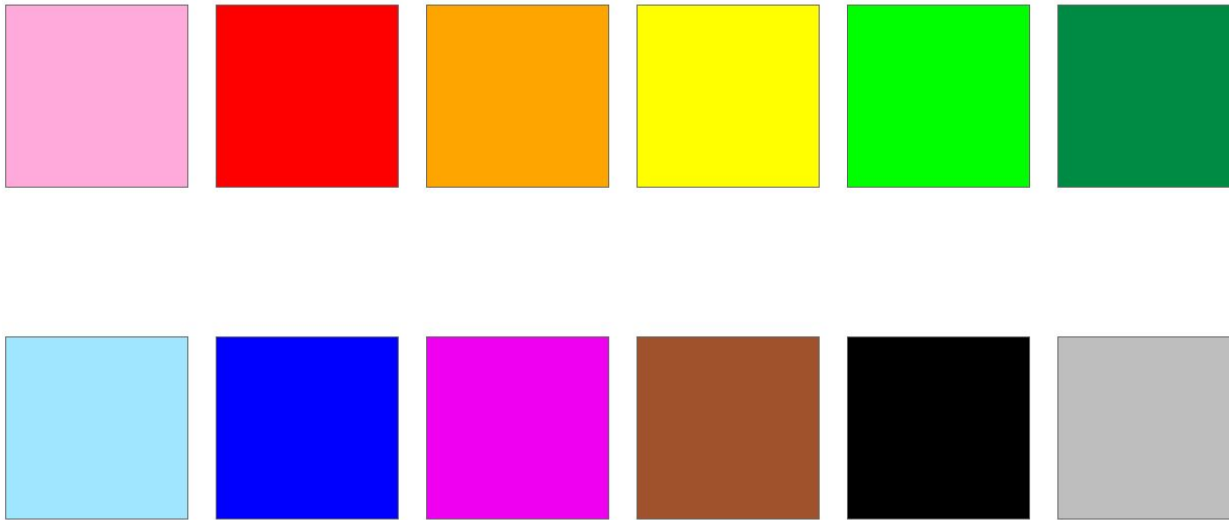
ОК

ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Окна и алгоритм программы тренинга «Профилактика стресса «Евразия»

2. Выбор тона цвета, который больше всего не нравится и соответствует не желаемому состоянию («состоянию дистресса – мортидо»), например, «коричневый» .

Выберите цвет, который вам больше всего **НЕ ПРАВИТСЯ**, и нажмите ОК



Назад

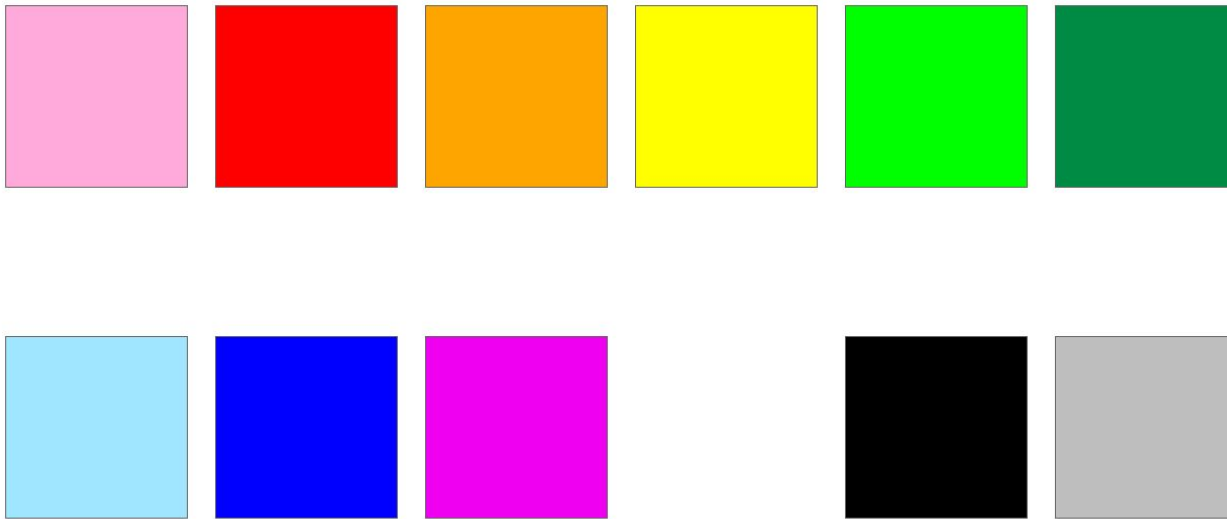
ОК

ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Окна и алгоритм программы тренинга «Профилактика стресса «Евразия»

3. Выбор тона цвета, который больше всего нравится и соответствует желаемому состоянию («состоянию эустресса – либидо»), например, «голубой» .

Выберите цвет, который вам больше всего НРАВИТСЯ, и нажмите ОК



Назад

ОК

Окна и алгоритм программы тренинга «Профилактика стресса «Евразия»

4. Выбор варианта алгоритма проведения тренинга с одним или тремя словами-стимулами, определяющими образы «состояния дистресса – мортидо» и «состояния эустресса – либидо».

Вначале Вам рекомендуется определить и проработать одно слово,
в наибольшей степени определяющее Вашу стрессовую ситуацию.
Впоследствии можно использовать три наиболее значимых для Вас слова,
определяющие доминирующие мысль, чувство и ощущение, испытываемые во время стресса.

Выберите вариант алгоритма проведения тренинга:

Одно слово Три слова

Назад

ОК

Окна и алгоритм программы тренинга «Профилактика стресса «Евразия»

5. Выбор слова-стрессора (слов-стрессоров) из приведенного списка (отмечается галочкой) и соответствующего «состоянию дистресса – мортидо»), например, «Ссора» или предлагается выбрать своё слово (-ва), которое (-ые) необходимо вписать в выделенное окно «Ваш вариант».

Выберите из представленного списка одно **слово-стрессор**, с которым у Вас связаны **негативные (отрицательные)** мысли, эмоции, ощущения, или предложите свое слово, и нажмите ОК:

Слова-стрессоры, вызывающие отрицательные

Мысли

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Аудит | <input type="checkbox"/> Предприниматель |
| <input type="checkbox"/> Беременность | <input type="checkbox"/> Привычка |
| <input type="checkbox"/> Бизнес | <input type="checkbox"/> Провал |
| <input type="checkbox"/> Болезнь | <input type="checkbox"/> Проверка |
| <input type="checkbox"/> Война | <input type="checkbox"/> Работа |
| <input type="checkbox"/> Выступление | <input type="checkbox"/> Развод |
| <input type="checkbox"/> Гордость | <input type="checkbox"/> Ребенок |
| <input type="checkbox"/> Гости | <input type="checkbox"/> Родственники |
| <input type="checkbox"/> Долг | <input type="checkbox"/> Свидание |
| <input type="checkbox"/> Застолье | <input type="checkbox"/> Секс |
| <input type="checkbox"/> Карьера | <input type="checkbox"/> Сессия |
| <input type="checkbox"/> Конфликт | <input type="checkbox"/> Смерть |
| <input type="checkbox"/> Критика | <input type="checkbox"/> Соревнование |
| <input type="checkbox"/> Ложь | <input type="checkbox"/> Спор |
| <input type="checkbox"/> Наказание | <input checked="" type="checkbox"/> Ссора |
| <input type="checkbox"/> Неопределенность | <input type="checkbox"/> Суд |
| <input type="checkbox"/> Неудача | <input type="checkbox"/> Свадьба |
| <input type="checkbox"/> Обман | <input type="checkbox"/> Торги |
| <input type="checkbox"/> Отъезд | <input type="checkbox"/> Тщеславие |
| <input type="checkbox"/> Отпуск | <input type="checkbox"/> Увольнение |
| <input type="checkbox"/> Пенсия | <input type="checkbox"/> Утрата |
| <input type="checkbox"/> Переезд | <input type="checkbox"/> Учеба |
| <input type="checkbox"/> Потеря | <input type="checkbox"/> Экзамен |
| <input type="checkbox"/> Праздник | |

Эмоции

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Агрессивность | <input type="checkbox"/> Отчаяние |
| <input type="checkbox"/> Антипатия | <input type="checkbox"/> Переживание |
| <input type="checkbox"/> Апатия | <input type="checkbox"/> Печаль |
| <input type="checkbox"/> Беспокойство | <input type="checkbox"/> Презрение |
| <input type="checkbox"/> Боязнь | <input type="checkbox"/> Пренебрежение |
| <input type="checkbox"/> Вина | <input type="checkbox"/> Раздражение |
| <input type="checkbox"/> Возмущение | <input type="checkbox"/> Разочарование |
| <input type="checkbox"/> Враждебность | <input type="checkbox"/> Ревность |
| <input type="checkbox"/> Гнев | <input type="checkbox"/> Скука |
| <input type="checkbox"/> Депрессия | <input type="checkbox"/> Скорбь |
| <input type="checkbox"/> Досада | <input type="checkbox"/> Сожаление |
| <input type="checkbox"/> Зависть | <input type="checkbox"/> Сребролюбие |
| <input type="checkbox"/> Замешательство | <input type="checkbox"/> Страсть |
| <input type="checkbox"/> Злорадство | <input type="checkbox"/> Страх |
| <input type="checkbox"/> Изумление | <input type="checkbox"/> Стыд |
| <input type="checkbox"/> Напряжение | <input type="checkbox"/> Тоска |
| <input type="checkbox"/> Ненависть | <input type="checkbox"/> Тревога |
| <input type="checkbox"/> Неприятие | <input type="checkbox"/> Трепет |
| <input type="checkbox"/> Неуверенность | <input type="checkbox"/> Удивление |
| <input type="checkbox"/> Ностальгия | <input type="checkbox"/> Унижение |
| <input type="checkbox"/> Огорчение | <input type="checkbox"/> Уныние |
| <input type="checkbox"/> Одиночество | <input type="checkbox"/> Фрустрация |
| <input type="checkbox"/> Оскорбленность | <input type="checkbox"/> Ярость |
| <input type="checkbox"/> Отвращение | |

Ощущения

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Аллергия | <input type="checkbox"/> Напряженность |
| <input type="checkbox"/> Аритмия | <input type="checkbox"/> Одышка |
| <input type="checkbox"/> Бессилие | <input type="checkbox"/> Онемение |
| <input type="checkbox"/> Болезненность | <input type="checkbox"/> Оцепенение |
| <input type="checkbox"/> Боль | <input type="checkbox"/> перевозбуждение |
| <input type="checkbox"/> Близость | <input type="checkbox"/> Переедание |
| <input type="checkbox"/> Блуд | <input type="checkbox"/> Потливость |
| <input type="checkbox"/> Брезгливость | <input type="checkbox"/> Прикосновение |
| <input type="checkbox"/> Вялость | <input type="checkbox"/> Пульс |
| <input type="checkbox"/> Голод | <input type="checkbox"/> Ригидность |
| <input type="checkbox"/> Глухота | <input type="checkbox"/> Сердцебиение |
| <input type="checkbox"/> Головокружение | <input type="checkbox"/> Скванность |
| <input type="checkbox"/> Давление | <input type="checkbox"/> Слабость |
| <input type="checkbox"/> Дискомфорт | <input type="checkbox"/> Стресс |
| <input type="checkbox"/> Дрожь | <input type="checkbox"/> Ступор |
| <input type="checkbox"/> Жар | <input type="checkbox"/> Торможение |
| <input type="checkbox"/> Запах | <input type="checkbox"/> Тошнота |
| <input type="checkbox"/> Зной | <input type="checkbox"/> Трепет |
| <input type="checkbox"/> Изжога | <input type="checkbox"/> Усталость |
| <input type="checkbox"/> Импотенция | <input type="checkbox"/> Утомляемость |
| <input type="checkbox"/> Колики | <input type="checkbox"/> Холод |
| <input type="checkbox"/> Лень | <input type="checkbox"/> Чревоугодие |
| <input type="checkbox"/> Любодееяние | <input type="checkbox"/> Фригидность |
| <input type="checkbox"/> Мигрень | |

Ваш вариант

Назад

ОК

Окна и алгоритм программы тренинга «Профилактика стресса «Евразия»

6. Выбор антонима (-ов) – слова (-ов), противоположного (-ых) по значению слову-стрессору (словам-стрессорам) и соответствующего (-щих) «состоянию эустресса – либидо» из предложенного программой варианта, например, «Дружба», или выбирается свой вариант антонима (-мов), который (-ые) необходимо вписать в выделенное окно «Ваш выбор».

Определите слово, противоположное выбранному Вами ранее отрицательному для Вас слову, воспользовавшись подсказкой, или предложите свой вариант слова, и нажмите ОК:

«Положительные» слова

Ваш выбор:

Подсказка

Дружба

Назад

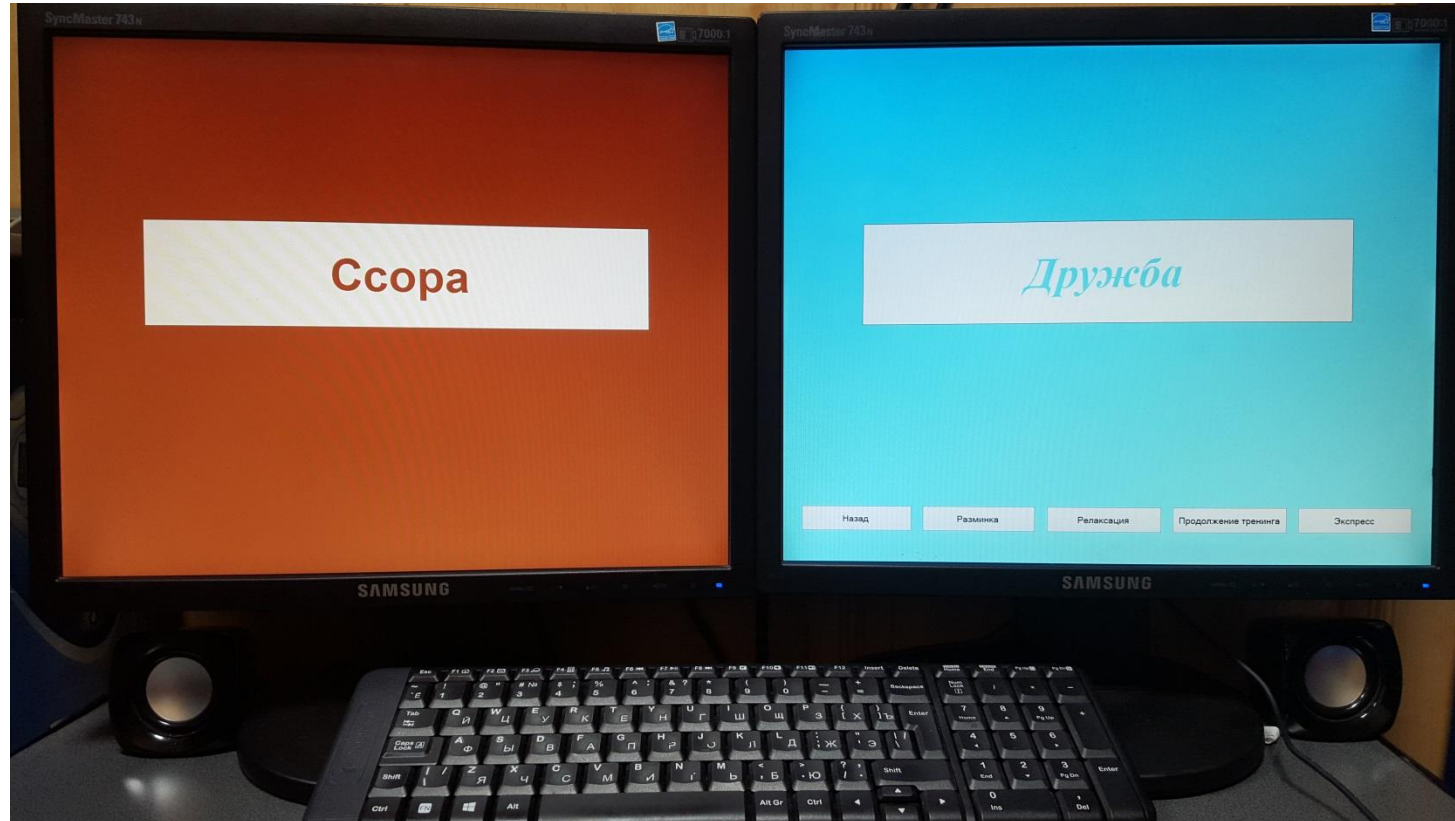
ОК

ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Окна и алгоритм программы тренировки «Профилактика стресса «Евразия»

7. Подготовка к тренингу:

- Сядьте напротив мониторов (монитора) по центру.
- Наденьте наушники, кликните курсором по кнопке выбранного варианта тренинга.
- Последовательно выполняйте действия в соответствии с голосовым сопровождением диктора.



Окна и алгоритм программы тренинга «Профилактика стресса «Евразия»

8. Проведение тренинга с целью устранения «сопротивления» – причин дистресса и достижения состояния «свободы», которое появляется при релаксации (расслаблении), катарсисе (эмоциональной разрядке) и инсайте (понимании, прозрении):

- **«Разминка»:** снятие ограничений мышечных движений за счёт выполнения физических упражнений с повторением слова-стрессора (слов-стрессоров) обеспечивает более полную разрядку хронического мышечного и эмоционального напряжения, оказывает положительное влияние на восстановление гомеостаза в организме человека и десенсибилизирует – снижает чувствительность доминирующего «образа стрессора».
- **«Релаксация»:** нервно-мышечная релаксация при произвольном достижении состоянии покоя и расслабленности мышц тела за счёт недирективного аутотренинга, сопровождающегося прослушиванием музыки гуслей и повторением антонима (-ов), усиливает чувствительность ресурсного состояния – доминирующего «образа антонима»
- **«Продолжение тренинга» или «Экспресс»:** перереформатирование полирефлекса «мортидо» – отрицательную реакцию организма на «образ стрессора» в полирефлекс «либидо» – положительную реакцию организма, соответствующую реакции на «образ антонима», за счёт рефрейминга (перестройки механизмов восприятия, мышления и поведения при сравнении и наложении двух образов) и ДПДГ (десенсибилизации и переработки информации движением глаз). При необходимости дополнительно применяют воздействие на БАТ (биологически активные точки).

ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Стоимость приборов и программ для установки на одном компьютере:

- *Прибор ПЭП тестирования «Гармония» – 3500 рублей.*
- *Программа «Энергия 1.0» – 5000 руб.*
- *Прибор ПЭП тестирования «Гармония-1» – 12500 рублей.*
- *Комплекс (прибор «Гармония-1» и программа «Евразия 2.0») – 40000 руб.*
- *Программа «Профилактика стресса «Евразия» - 5000 рублей.*
- *Программа «Антистресс и Маски» - 7500 рублей.*
- *Программа Комплект «Сам себе психолог» («Профилактика стресса» + «Антистресс и Маски») – 10000 рублей.*



«Каждый человек сам сочиняет музыку своей Жизни».

(Хазрат Инайят Хан, 1882-1927 гг.)



Почта: info@eit-eurasia.ru, latval4@mail.ru (В.А. Латышев)

Сайт: www.eit-eurasia.ru