



НАУЧНО ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ТЕХНИЧЕСКОЙ
ЭСТЕТИКИ /основан в 1962 г.

Инновационный Центра ИЦС «Ресурс»
Академии ЕАЕН



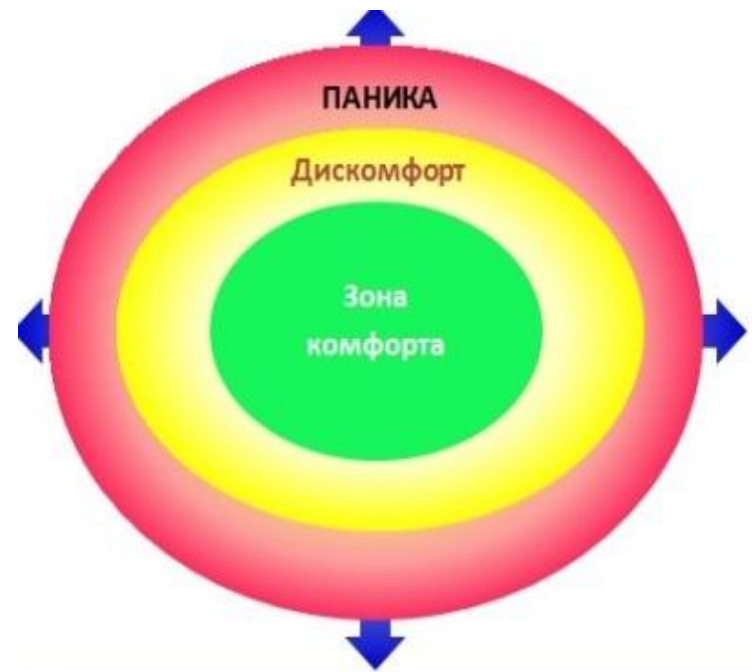
МОБИЛЬНЫЙ КАБИНЕТ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ

ПРОЕКТ Инновационного Центра ИЦС «Ресурс» Академии ЕАЕН и Научно
Исследовательского института технической эстетики (НИИТЭ)

НАУЧНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОЕКТА: Мирошник Е.В., Орлова В.А.

Москва 2015

Здоровьесберегающая
мобильная технология
МПАК «Кабинет
эмоционального
здоровья»



ОБЛАСТЬ ЗНАНИЯ, КОД ГРНТИ:

87.55.02: Общие проблемы.

75.75.00 - Социальная гигиена. Организация и управление здравоохранением

86.01: Общие вопросы охраны труда.

86.25: Профессиональные болезни и их профилактика.

86.31: Трудоспособность. Экспертиза трудоспособности.

15.81.29: Психология труда.

15.81.31: Инженерная психология.

Специализация:

37.05.01 Практическая психология. Группа специальности (УГС):
«Психологические науки»



КАБИНЕТ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ

- Проект рассчитан на внедрение технологии оценки эмоционального здоровья человека в области здравоохранения, а также на предприятиях в сфере промышленного и оборонно-промышленного комплекса, а также в области развития авиационной техники.
- Система программно-аппаратного комплекса (ПАК) «Мобильный кабинет эмоционального здоровья», располагающего бесконтактными методами диагностики и коррекции психоэмоционального состояния человека с помощью Инструментальной психотерапии и БОС тренажеров.
- Комплекс электрофизиологической аппаратуры (экспериментальная база НИИТЭ), позволяющий полиэффекторно оценивать степень активации функциональных психофизиологических систем.

Головные исполнители – Психофизиологическая лаборатория ИЦС «Ресурс» и отдел теории и методологии промышленного дизайна и эргономики НИИТЭ.



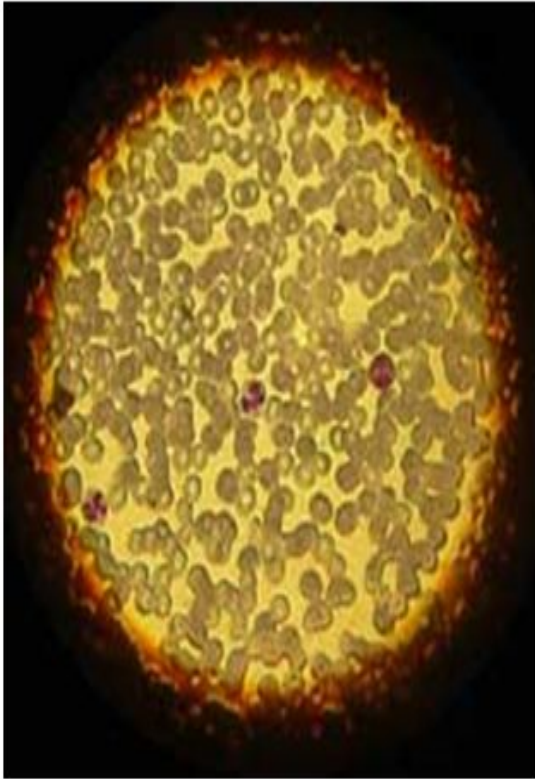
Переходные между здоровьем и болезнью - **донозологические** состояния, следует рассматривать как процесс последовательного перехода организма через разные **степени адаптации**, т. е. как этапы адаптационной стратегии организма к условиям среды.

Донозологический подход, подход при котором рассматривается множество классов (уровней) здоровья и один класс - болезнь (как результат нарушения, срыва механизмов адаптации).



Инвазивный метод определения адаптационного статуса человека

Вид мазка крови под микроскопом (фото).



Тип адаптационной реакции	лимф.
Стресс	1-19,5
Тренировка	20-27
Активация	28-45
Спокойная	28-33,5
Повышенная	34-40 (45)

Сигнальный показатель адаптационных реакций - это **определенные значения лейкоцитарной гемограммы** (общего анализа крови), по которым определяется тип адаптационной реакции и уровень реактивности, на котором она сформировалась.

При этом процентное содержание лимфоцитов - определяет тип адаптационной реакции (стресс, реакции тренировки, спокойной или повышенной активации, переактивация), а содержание других элементов лейкоцитарной гемограммы (**базофилы, эозинофилы, палочкоядерные нейтрофилы, моноциты, а также общее количество лейкоцитов**) - уровень реактивности.

Периодическая таблица состояний

(Открытие РФ №158. Л.Х.Гаркави, Е.Б.Квакина, М.А.Уколова)
оценка уровня здоровья по периодической таблице реакций)

	Адаптационная реакция			
Уровни реактивности	Повышенная активация	Спокойная активация	Тренировка	Стресс
Высокие	Норма	Норма	Норма	начальная стадия срыва адаптации
Средние	начальная стадия срыва адаптации	начальная стадия срыва адаптации	начальная стадия срыва адаптации	Состояние срыва адаптации или срыв адаптации
Низкие	Состояние срыва адаптации или срыв адаптации	Состояние срыва адаптации или срыв адаптации	Состояние срыва адаптации или срыв адаптации	Срыв адаптации
Очень низкие	Срыв адаптации	Срыв адаптации	Срыв адаптации	Срыв адаптации

Адаптационная реакция по мере увеличения количества действующего фактора может повторяться на разных уровнях реактивности.

Уровень реактивности – это количественная оценка реактивности (сопротивляемости организма). Уровень реактивности зависит от абсолютного количества раздражителя, который может меняться в широком диапазоне (от физических до психических стрессоров).

**Психо-эмоциональный статус при различных общих неспецифических адаптационных реакциях.
Опросник 7-балльной самооценки состояния.**

7) Сон (Сон):

- 3: сон почти отсутствовал, ужасная ночь.
- 2: хорошего сна почти не было, за всю ночь спал(а) мало.
- 1: сон был неудовлетворительный: либо заснул(а) не сразу, либо просыпался(лась) среди ночи, либо не выспался(лась), хотя долго спал(а).
- 0: сон не вполне достаточен, но и большого недосыпа нет.
- +1: сон удовлетворительный.
- +2: хорошо спал(а) и выспался(лась).
- +3: сон отличный, мгновенно засыпаю, глубоко сплю, просыпаюсь отдохнувшим(ей) и бодрым(ой).

8) Аппетит (Ап):

- 3: даже мысль о еде неприятна.
- 2: аппетита нет, равнодушие к еде.
- 1: что-нибудь съем, хотя без удовольствия.
- 0: аппетит средний, любимое блюдо съем.
- +1: сегодня есть аппетит, хотя и не очень большой.
- +2: хороший аппетит, ем с большим удовольствием.
- +3: «зверский» аппетит, во время еды получаю наслаждение.

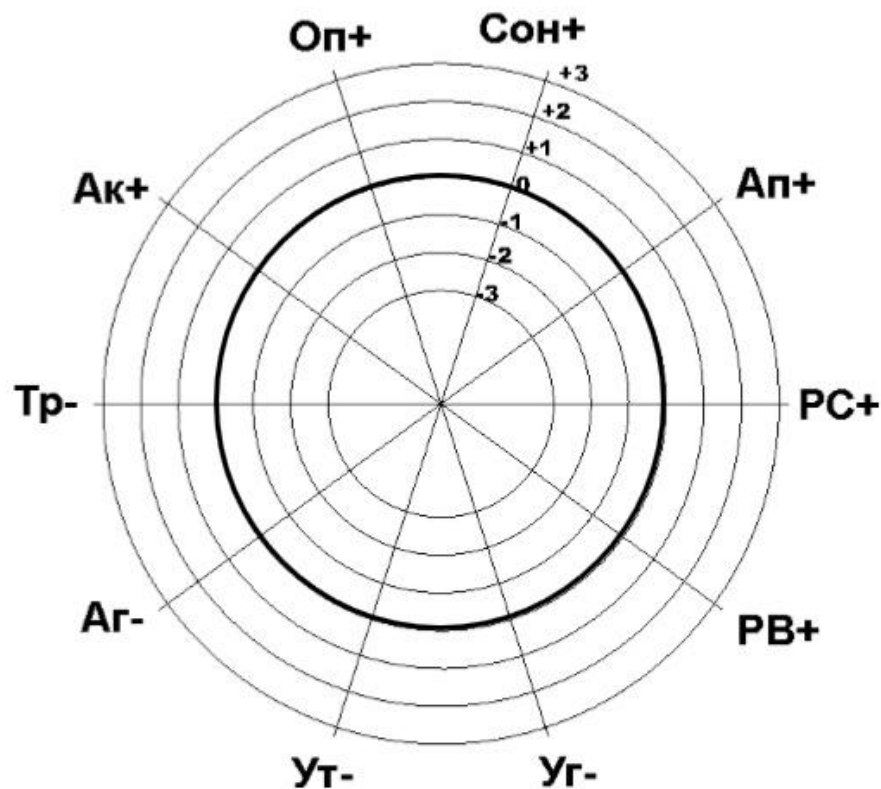
9) Работоспособность по скорости (РС):

- 3: я совсем не способен работать быстро, производительность крайне низка.
- 2: я работаю не интенсивно, не быстро.
- 1: темп (интенсивность) работы невысок.
- 0: работать могу, но не очень быстро (интенсивно).
- +1: могу работать, пожалуй, достаточно быстро (интенсивно).
- +2: могу работать очень интенсивно (быстро).
- +3: я могу работать с очень большой скоростью (интенсивностью).

10) Работоспособность по времени (РВ):

- 3: я могу продуктивно работать только очень короткими периодами с большими перерывами.
- 2: долго непрерывно работать не смогу.
- 1: я мало пригоден к длительной непрерывной работе.
- 0: пожалуй, длительно работать могу, но с трудом.
- +1: пожалуй, смогу работать довольно долго.
- +2: смогу работать много часов без усталости.
- +3: смогу работать хоть с утра до ночи.

Ваш адаптационный статус



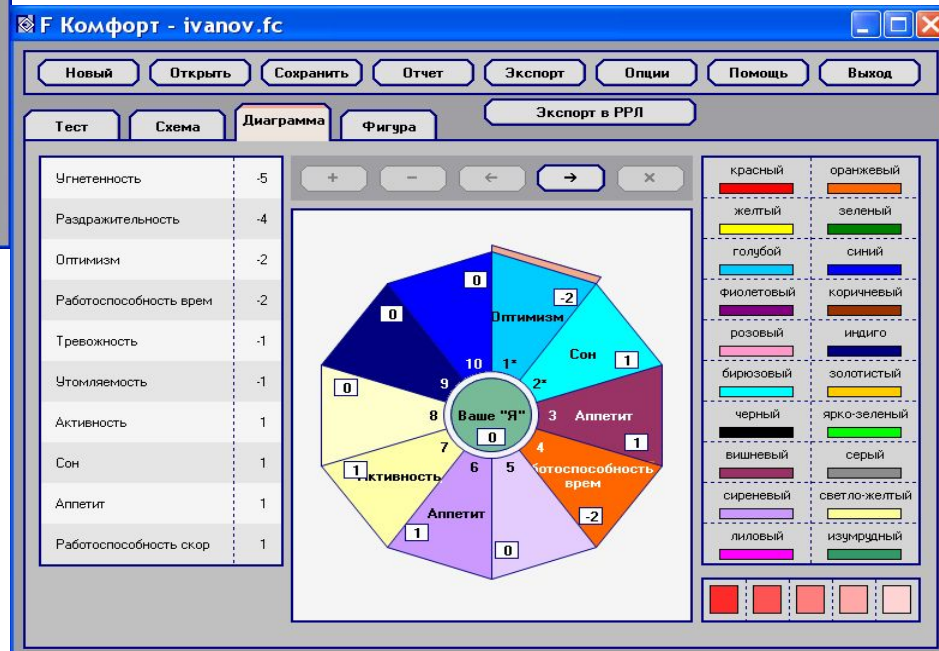
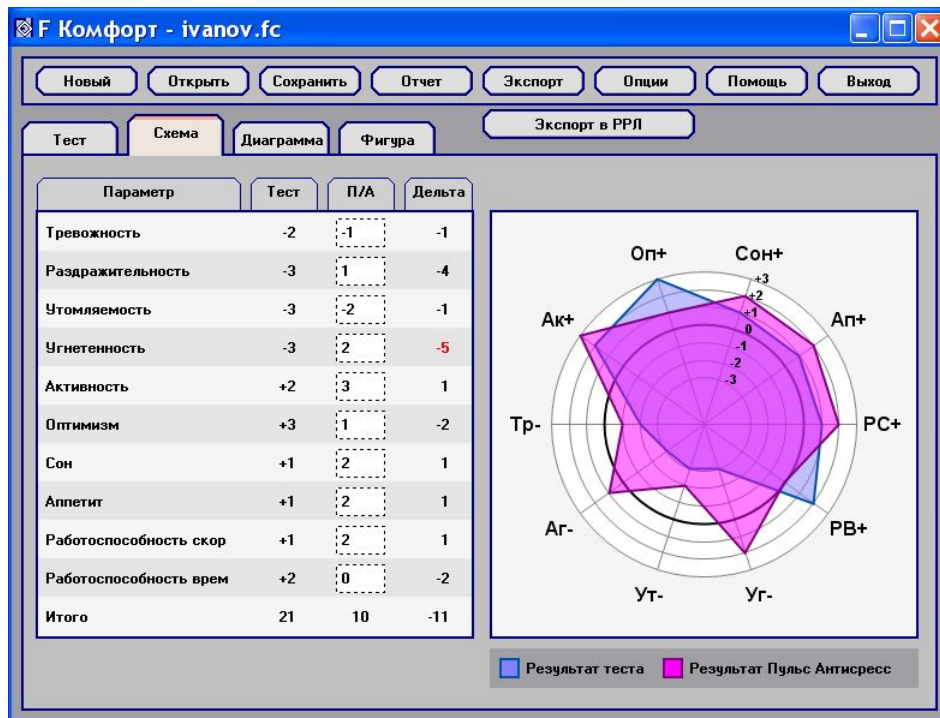
Адаптационная реакция (выраженность реакции) _____

Уровень реактивности (уровень защит) _____

1. Программа F-Комфорт

- Программа для определения уровня функционального комфорта (преобладающего настроения) человека по 10 параметрам состояния
- Включает психоаналитический раздел, основанный на цветовых ассоциациях
- Работает в связке с коррекционной методикой оптимизации состояния «[Нейродиск-Антистресс](#)»

Фрагмент программы F-Комфорт



Компьютерная Программа самооздоровления
Кабинета ЭЗ

«**ЦЗМ-Антистресс**» и «**Нейродиск-АНТИстресс**»

- Программа для индивидуальной коррекции функциональных состояний человека с целью формирования антистрессорной реакции активации
- Использует:
 - Результаты психоаналитических тестов: F-Комфорт, Защитное поведение, Защитное мышление, психогеометрический тест
 - Анимацию и цвето-звуковое сопровождение
 - Работу с установками и самовнушением

Неинвазивный метод диагностики и коррекции функционального состояния человека (формирование функционального комфорта)

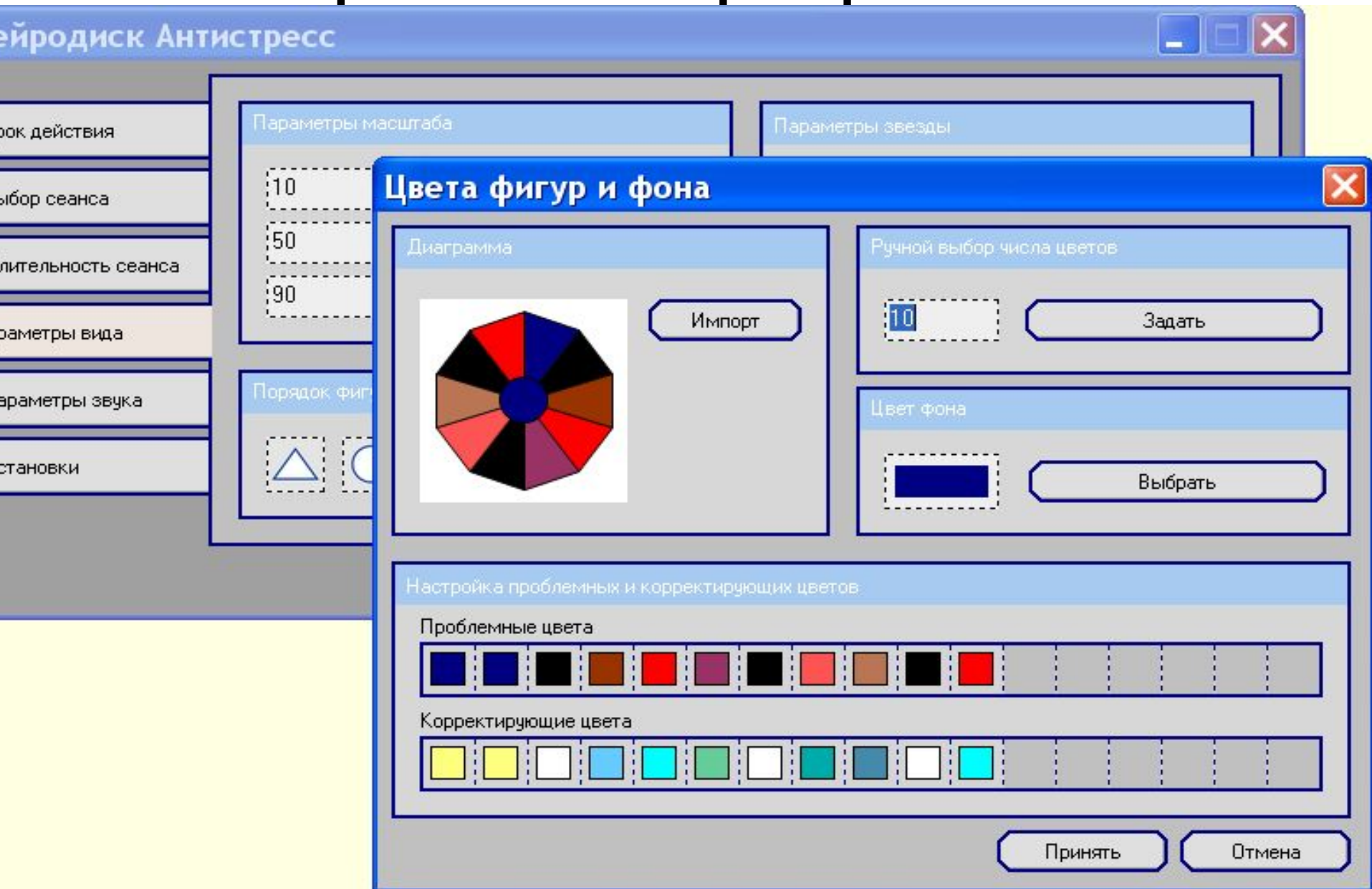
Теоретическое обоснование метода инструментальной антистрессорной цветотерапии «Нейродиск».....

Авторский сертификат «Цветозвучковая матрица «Антистресс»» - Серия А номер: 005/07
от 12.07.2007г



В последние годы, как в нашей стране, так и за рубежом, формируется новое научное направление – психология здоровья. Психология здоровья – это наука о психологических причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения, укрепления и развития (В.А. Ананьев, 2000). Она выступает в качестве опоры, фундамента инструментальной психотерапии (автор направления – доктор м.н., профессор Минутко В.Л.) и инструментальной цветозвучковой терапии (авторы направления – доктор психологии Е.В.Мирошник, д.м.н. В.А.Орлова) придерживаясь основного принципа самооздоровления: «Человек, познай и сотвори себя».

Фрагмент программы



3 .Модель психологических защит, как производных эмоций (Р.Плутчик) (*системный подход*)

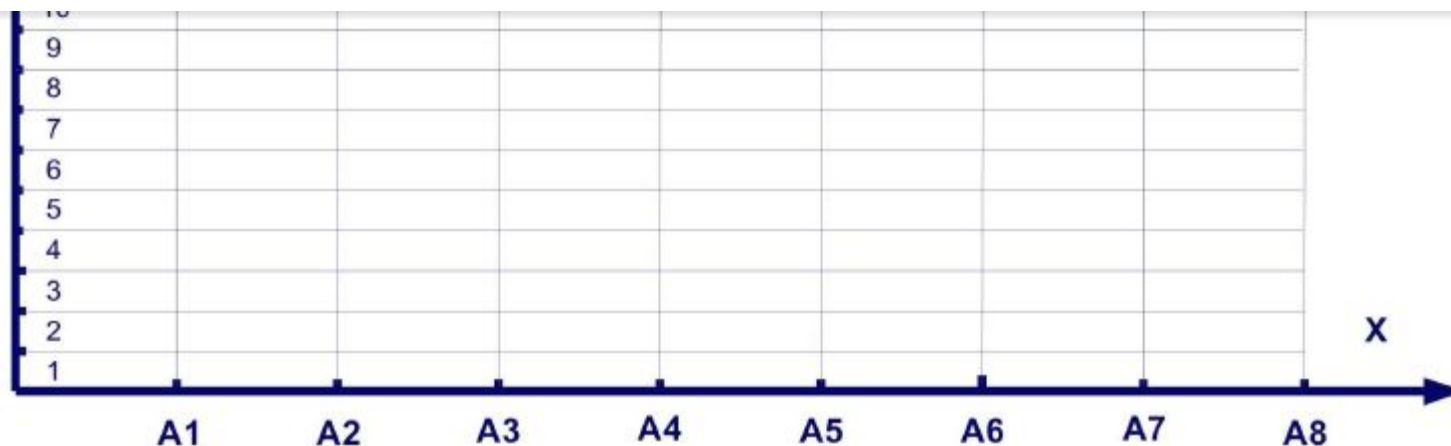
- Модель защиты психики включает пять принципов
1. **Специфические защиты образуются для совладания со специфическими 8-ю базовыми эмоциями.**
 2. **Существует восемь основных механизмов защит, которые развиваются для совладания с восемью основными эмоциями.**
 3. **Восемь основных защитных механизмов обладают свойствами как сходства так и полярности.**
 4. **Определенные типы личностных диагнозов имеют в своей основе характерные защитные стили.**
 5. **Индивид может использовать любую комбинацию механизмов защиты.**

Проявления механизмов защиты зависит от возрастного развития и особенностей когнитивных процессов. В целом, они образуют шкалу примитивности-зрелости .

определить свой защитный профиль по методике «Защитное поведение при стрессе» адаптация Р.Плутчика

- Ответить на 40 вопросов
- Построить график по 8-ми защита
- Выбрать 2-а самых больших значения
- Прочитать характеристику об особенности вашего поведения в стрессовой ситуации

Построить по 8 значениям график



- A1** - «ОТРИЦАНИЕ»
- A2** - «ПОДАВЛЕНИЕ»
- A3** - «ЗАМЕЩЕНИЕ»
- A4** - «РЕГРЕССИЯ»
- A5** - «ИНТЕЛЛЕКТУАЛИЗАЦИЯ»
- A6** - «ПРОЕКЦИЯ»
- A7** - «РЕАКТИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ»
- A8** - «КОМПЕНСАЦИЯ»

Выпишите свои доминирующие защитные стили поведения в стрессовой ситуации :

№1 КАРТА ЛИЧНОСТИ «Я-концепция»

ПОТРЕБНОСТИ <i>(доминирующие в настоящий период)</i>	В СВОБОДЕ (проблема адаптации «ИЕРАРХИЯ», стремление к значимой социализации)		В УСПЕХЕ проблема адаптации «ТЕРРИТОРИАЛЬНОСТЬ», Контроль субъективного пространства личности		В ПРИНАДЛЕЖНОСТИ К ГРУППЕ (ИДЕНТИЧНОСТЬ)		В БЕЗОПАСНОСТИ (временность физической жизни)		Н О Р М А
ЭМОЦИИ <i>(В проблемной ситуации)</i>	СТРАХ	ГНЕВ	КОНТРОЛЬ	ДИС КОНТРОЛЬ	ПРИНЯТИЕ	ОТВЕРЖЕНИЕ	РАДОСТЬ	ПЕЧАЛЬ	
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ <i>(доминирующие)</i>	ПОДАВЛЕНИЕ	ЗАМЕЩЕНИЕ	ИНТЕЛЛЕКТУАЛИЗАЦИЯ (рационализация)	РЕГРЕССИЯ (возврат к детской модели поведения)	ОТРИЦАНИЕ	ПРОЕКЦИЯ	СОЦИАЛИЗАЦИЯ	КОМПЕНСАЦИЯ	От 4 до 6
СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ	НЕВИННЫЙ	ОБВИНТЕЛЬ (ищущий козла отпущения)	ФИЛОСОФСКИЙ ВУЮЩИЙ (анализирующий)	РЕБЕНОК	РОМАНТИК-ИДЕАЛИСТ	ПРОВЕРЯЮЩИЙ	ПУРИТАНИН (нравственный учитель)	ОБЪЕДИНЯЮЩИЙ	6
ХАРАКТЕРНЫЕ Черты личности	РОБКИЙ <u>Акцентуация</u> (пассивный тип)	АГРЕССИВНЫЙ <u>Акцентуация</u> (склонен к конфликтам)	КОНТРОЛИРУЮЩИЙ <u>Акцентуация</u> (невротизм)	БЕСКОНТРОЛЬНЫЙ <u>Акцентуация</u>	ДОВЕРЯЮЩИЙ <u>Акцентуация</u> (истероидный тип)	ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЙ <u>Акцентуация</u> (параноидный тип)	ОБЩИТЕЛЬНЫЙ <u>Акцентуация</u> (маниакальный тип)	УНЫЛЬНЫЙ (оригинальный) <u>Акцентуация</u> (депрессивный тип)	
ПОВЕДЕНИЕ <i>В проблемной ситуации</i>	Уход из ситуации избегание	Импульсивность, раздражительность до	Старательность, Ответственность, добротность	Слабохарактерность, зависимость	Эгоцентризм, Внушаемость, Оптимизм	Гордость, Самолюбие, Эгоизм	Озабоченность приличными формами	Склонен к работе над собой	

Инструментальная
экспресс-диагностики
Мобильного Кабинета
психолога
ПРИМЕНЕНИЕ



НАУЧНО ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ТЕХНИЧЕСКОЙ
ЭСТЕТИКИ /основан в 1962 г.

Инновационный Центра ИЦС «Ресурс»
Академии ЕАЕН



Алгоритм инструментальной экспресс-диагностики
уровня функциональных и соматических нарушений
при психологической травме

(Мобильный кабинет конфликтолога)

1. Мозг. Оценки функционирования
Нейротестирование (**опросник Amen Clinics**)
НЭК нейроэнергокартограф (1 и 3 канальный)

2. Свойства ЦНС (сила, слабость),
функциональная асимметрия и активность
полушарий мозга, левшество
(прибор Активациометр - АЦ-9к)

3. Функциональное состояние
Периодическая таблица состояний Л.Гаркави
(стресс, тренировка, активация, напряжение)

4. Органы (пульсовая диагностика- ПАК «Биотест»)
Психосоматические таблицы конфликта
ГНМ

Разрешительные документы на Здоровьесберегающую технологию «Кабинет



«Центр экспертизы, сертификации товаров и услуг»

105264, г. Москва, ул. Веренин Паромовский, д. 43, оф. 53
 телефон: +7 (495) 780-93-54, 780-93-56, 786-41-08
 E-mail: inform@ruscert.ru, www.ruscert.ru

Генеральному директору
 ООО ИЦС «РЕСУРС» ЕАЕН
 МИРОШНИК Е.В.
 г. Москва

Исх. № 106/ИРП от 17.10.2011 г.

ООО «Центр экспертизы, сертификации товаров и услуг» (орган по сертификации продукции и услуг РОСС RU.0001.10AИ58) на Ваш запрос о необходимости обязательного подтверждения соответствия программно-аппаратного комплекса (ПАК «Мобильный кабинет эмоционального здоровья») в составе:

- персонального (стационарного, переносного) компьютера;
- светового монитора;
- блока диагностических программ;
- блока коррекции и оптимизации психоэмоционального состояния: Цветозвуковая матрица ЦЗМ «АНТИСтресс», «Круг эмоций»;
- блока развития в мобильной среде: компьютерная интерактивная поддержка мобильной связи (КИП-М), сообщает следующее.

Вышеуказанная продукция не включена в «Единый перечень продукции, подлежащей обязательной сертификации» и «Единый перечень продукции, подтверждение соответствия которой осуществляется в форме принятия декларации о соответствии», утвержденные постановлением Правительства РФ от 01.12.2009 г. № 982 (с изменениями, утвержденными Постановлениями Правительства РФ от 17.03.2010 г. № 148, от 17.03.2010 г. № 149, от 26.07.2010 г. № 548, от 20.10.2010 г. № 848, от 13.11.2010 г. № 906), и в Технический регламент «О безопасности машин и оборудования», утвержденный постановлением Правительства РФ от 15.09.2009 №753 (с изменениями, утвержденными постановлением Правительства РФ от 24.03.2011 №205) и представленные на данную продукцию сертификата соответствия или декларации о соответствии не требуются.

Одновременно информируем, что настоящее разъяснение действительно до внесения изменений в документы, устанавливающие необходимость проведения обязательного подтверждения соответствия данных товаров на территории Российской Федерации.

Генеральный директор, руководитель органа



Романенко Е.В.



ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ОБРАЗОВАНИЮ
 ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

МГГУ
 им. М.А. ШОЛОХОВА

«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М.А. ШОЛОХОВА»
 (МГУ им. М.А. Шолохова)

ул. Вероя Радичевская, д. 16-18, Москва, 109240
 телефон/факс: (495) 915-50-53
 e-mail: mgou@mgou.ru
 http://www.mgou.ru

ОКПО 02079603
 ОГРН 102773941282
 ИНН/КПП 7705022736/770501001

01/06 2010 № 1005/01
 На № _____

АКТ о внедрении
 комплекса программ Мобильного кабинета эмоционального здоровья «КЭП-Ресурс» в мобильной среде самообучения КИП-М
 (формирование навыка эффективного антистрессорного поведения)

Настоящий Акт свидетельствует, что комплекс программ «КЭП-Ресурс» по диагностике и формированию эффективного антистрессорного поведения в Мобильной среде самообучения, разработанный Мирошник Еленой Владимировной, внедрен в процесс психологического сопровождения обучения пожилых людей в рамках дополнительного профессионального образования Московского Государственного Гуманитарного Университета (МГУ) им. М.А. Шолохова. Процесс внедрения проходил с 13 января по 30 марта 2010 г.

Заявленные характеристики психологического комплекса программ в Мобильной среде самообучения предполагает наличие следующих основных возможностей:

- использование WEB - технологии, что позволяет применять комплекс программ Мобильного Кабинета, как в локальной сети, так и в сети Интернет;
- использование сотовых телефонов и мобильной связи в режиме on-line;
- разграничение полномочий пользователей путем разделения системы на три ролевых модуля: «администратор», «преподаватель», «студент»;
- разбиение диагностических тестов по блокам;
- указание уровня сложности и тематической направленности вопросов;
- помещение в мобильную среду самообучения проективных тестов, таблиц, звуков, flash-роликов и прочих объектов;
- создание разных вариантов тестирования, т.е. указания числа вопросов заданного уровня сложности, которое будет предъявлено студентам по определенной теме;
- задание порядка ответа на вопросы и настраивания способа перемешивания тем, вопросов, вариантов ответов;
- задания времени, выделяемого на тест;
- указание «цели» вопроса того или иного уровня сложности в баллах;
- просмотр отчетов о результатах тестирования и обучения студентов;
- просмотр статистики успешных ответов на тот или иной вопрос для оценки степени его валидности.

В ходе эксплуатации программы Мобильного Кабинета подтверждено, что они обладают всеми заявленными возможностями и позволяют проводить диагностику и коррекцию антистрессорного поведения студентов, слушателей с учетом особенностей физиологических и психологических составляющих личности и учетом разработанной модели стейк антистрессорного поведения.

На момент подписания настоящего Акта комплекс программы Мобильного Кабинета эмоционального здоровья «КЭП-Ресурс» установлен на сервере Инновационного центра саморазвития «Ресурс». В мобильной среде самообучения было задействовано 38 слушателей, 7 преподавателей, проведена психологическая диагностика и курс информирования навыка самонетной рефлексии с использованием четырех модульно-коллективных пособий (МКУП) в режимах тес-тренинг и обучение.

Ректор
 ГИИ МО-3 (ИН) 1160-2000-2005

В.Д. Нефед