

ИНСТРУКЦИЯ к А-ВПК-программе «Саната»

Аудиовизуальная психокоррекционная программа (А-ВПК-программа) **«Саната»** (от лат. *sanatio* — лечение, оздоровление) является профессиональным психологическим (психокоррекционным) инструментарием для практикующих врачей психотерапевтов, психиатров, а также психологов и социальных работников.

А-ВПК-программа **«Саната»** предназначена для проведения психотерапевтических, психокоррекционных и реабилитационных процедур.

А-ВПК-программа **«Саната»** может быть использована как в индивидуальной работе с пациентами, так и для проведения групповых сеансов психокоррекции.

Действие А-ВПК-программы **«Саната»** направлено на:

- Повышение психофизиологической сопротивляемости,
- Снижение проявлений психосоматической симптоматики,
- Снижение соматопсихических проявлений при хронических соматических заболеваниях (коррекция «внутренней картины болезни»)
- Десенсибилизацию ипохондрической настроенности,
- Устранение симптомов астении и хронической усталости,
- Повышение адаптивности в стрессовых ситуациях.

Показания к применению А-ВПК-программы **«Саната»**:

- Склонность к психосоматическому реагированию в ситуации стресса
- Проявления вегетативной дисфункции (ВСД, артериальная гипертензия, пароксизмальная тахикардия и пр.),
- Психосоматические расстройства (гастрит, язвенная болезнь, НЯК, СРК, бронхиальная астма и др.),
- Соматоформные расстройства и дисфункции,
- Ипохондрическая настроенность,
- Психофизиологические расстройства при различных хронических заболеваниях,
- Наличие аутодеструктивных и аутоагрессивных установок,
- Астенические расстройства,
- Синдром хронической усталости,
- Низкая психофизиологическая устойчивость,
- Пребывание в ситуации с высокой физической и психоэмоциональной нагрузкой,
- Состояния после пережитых тяжелых психотравмирующих ситуаций.

Противопоказания:

- Органические заболевания ЦНС с выраженными когнитивными нарушениями,
- Выраженные психические нарушения (с наличием продуктивной симптоматики),
- Соматические заболевания – острые, а также хронические в фазе обострения.

Продолжительность воспроизведения А-ВПК-программы **«Саната»**:

- короткого сеанса – 12' 20",
- длинного сеанса – 24' 20".

Возможность проведения длинного сеанса психокоррекции предусмотрена для погружения пациентов в состояние более глубокого транса при проведении сеансов психокоррекции в условиях лечебно-профилактических учреждений, для интенсификации и ускорения коррекционного процесса и для эффективного использования времени, отведенного на психотерапевтические и реабилитационные процедуры.

Рекомендуемая продолжительность курса психокоррекции с использованием А-ВПК-программы «**Саната**» должна составлять не менее 3-х коррекционных сеансов. Рекомендуемая максимальная продолжительность курса психокоррекции – 6 - 9 коррекционных сеансов. В некоторых случаях продолжительность курса может быть неограниченно увеличена, например, в зависимости от психотерапевтических целей и результативности.

В процессе проведения сеанса психокоррекции пациентам не обязательно смотреть на экран – они могут сидеть (лежать) с закрытыми глазами и даже спать. Возможно проведение сеансов психокоррекции с использованием только одного аудиального канала, например, если существуют технические ограничения визуального воспроизведения, или если А-ВПК-программа используется при проведении сеансов терапевтического сна. Эффективность коррекционного воздействия при этом остается вполне достаточной.

Режим проведения сеансов психокоррекции может быть или ежедневный, или через день. В случаях, когда это позволяют условия (например, в условиях стационара), можно проводить сеансы психокоррекции дважды в день. Это бывает необходимо, когда требуется сократить сроки проведения всего курса психокоррекции. В этом случае мы рекомендуем проводить сеансы в послеобеденное и вечернее время.

В качестве оптимального времени суток для проведения сеансов психокоррекции, мы рекомендуем утреннее время, непосредственно после завтрака, послеобеденное время и вечернее время, желательно непосредственно перед сном.

Рекомендуемый алгоритм проведения каждого сеанса психокоррекции см. в главе «ИНСТРУКЦИЯ» в прилагаемой к комплекту «**САНАТА**» книге с описанием метода.

Далее приведена часть элементов ключевой семантики, которая используется в А-ВПК-программе «**Саната**» в качестве неосознаваемого воздействия и которую мы рекомендуем использовать при проведении предварительной психотерапевтической беседы или при проведении других методов психотерапевтического воздействия, если таковые предусмотрены в ваших сеансах. Эти слова необходимо вставлять в речевые сообщения в соответствующей грамматической форме и ненавязчиво выделять интонационно, паузами и другими коммуникативными приемами по принципу встроенного сообщения М. Эриксона (более подробно см. в главе «ИНСТРУКЦИЯ» в прилагаемом к комплекту «**САНАТА**» руководстве для психологов).

Перечень ключевых семантических единиц и соответствующие им семантические тезаурусы, рекомендуемые для включения в беседу при психотерапевтическом взаимодействии перед и/или после проведения психокоррекционного сеанса с использованием А-ВПК-программы «**Саната**»:

Крепкий:

Жесткий, Справный, Грубый, Твердый, Стойкий, Стоический, Железный, Стальной

Сильный:

Мощный, Могучий, Большой, Дюжий, Грубый, Строгий, Устойчивый,

Здоровый:

Выносливый, Стабильный, Постоянный, Неизменный, Закаленный, Сопrotивляющийся