

Федеральное государственное бюджетное учреждение
профессиональная образовательная организация
«Кисловодское государственное училище (техникум) олимпийского резерва»
(ФГБУ ПОО «ГУОР г. Кисловодск»)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ О РЕЗУЛЬТАТАХ
применения метода неосознаваемой аудиальной и аудиовизуальной
психокоррекции
на базе ФГБУ ПОО «ГУОР г. Кисловодск»

На базе ФГБУ ПОО «ГУОР г. Кисловодск», на протяжении 3 лет используется метод неосознаваемой аудиальной и аудиовизуальной психокоррекции с применением психологического инструментария: Комплект аудиальных психокоррекционных программ «БИМЕНТАЛЬ», формат записи CD-аудио, комплект аудиовизуальных психокоррекционных программ «САНАТА», формат записи DVD-видео.

Психологический инструментарий разработан Институтом Медико-Биологических Информационных Технологий (ООО ИМБИТ) и сотрудниками кафедры интегративной медицины Первого МГМУ им. И.М. Сеченова. Психокоррекционный эффект программ заключается в одновременном воздействии на зрительную и на слуховую системы на осознаваемом и неосознаваемом уровнях и включает 4 механизма: цветовоздействие, ритмовоздействие, неосознаваемое визуальное воздействие и неосознаваемое аудиальное воздействие.

Применение метода неосознаваемой аудиовизуальной психокоррекции с использованием Комплекта «САНАТА» (А-ВПК- программы «Саната», «Тонус», «Релаксон») в рамках антистрессовых релаксационных сеансов (АР) на базе кабинета психологической разгрузки училища, показало его высокую эффективность в восстановлении студентов-спортсменов. Значительные

изменения произошли в динамике самочувствия студентов-спортсменов, что определило следующие выводы:

1. Однократное проведение сеанса антистрессовой релаксации (АР) статистически достоверно снижает уровень систолического и диастолического артериального давления, частоты пульса и «индивидуальную минуту», что свидетельствует о снижении симпатических влияний на сердечно-сосудистую систему и уменьшении активности процессов возбуждения в центральной нервной системе.

2. Однократное проведение сеанса АР снижает проявления острого стресса и тревоги, что сопровождается статистически достоверным повышением уровня общего самочувствия и работоспособности.

3. Курс АР из 10 сеансов стабилизирует функциональное состояние ЦНС и сердечно-сосудистой системы, оптимизирует психоэмоциональное состояние спортсменов, статистически достоверно снижает негативные проявления симптомокомплексов острого, хронического стресса, повышает уровень работоспособности и общего самочувствия, что создает психофизиологические предпосылки для повышения качества тренировочного процесса спортсменов-студентов УОР.

Следовательно, динамика показателей, отражающих функциональное и психоэмоциональное состояние спортсменов под влиянием сеансов антистрессовой релаксации (АР), основанном на одновременном воздействии на зрительную и на слуховую модальности, свидетельствует об оптимизирующем характере системных сдвигов, что способствует переходу на более высокий уровень работоспособности, самочувствия и эмоциональной стабильности, т.е. оказывает комплексную немедикаментозную коррекцию спортсменов.

Директор ФГБУ ПОО

«ГУОР г. Кисловодск»

Старший методист по научной работе,
кандидат психологических наук, доцент



В.А. Гавриков

О.Н. Боровик