SOMVI®

АУДИАЛЬНАЯ ПСИХО-КОРРЕКЦИОННАЯ ПРОГРАММА

«STOP-игра»

Если Вы

- испытываете почти непреодолимое влечение к азартным играм,
- Вам не хватает силы воли самостоятельно справиться с этим пристрастием,
- если в свободное время Вам бывает трудно найти себе другое занятие,
- если Ваше пристрастие приносит материальный и моральный ущерб Вам и Вашим близким,

то эта программа для Вас!

АПК-программа «СТОП-игра» направлена на:

- Устранение патологической склонности к азартным играм (аверсивное воздействие),
- Повышение волевых качеств и уровня самоконтроля,
- Изменение приоритета интересов.
- Формирование социально-положительных личностных качеств

Обращаем Ваше внимание, что АПК-программа **«СТОП-игра»** **не «кодирует» и не «зомбирует»**, а изменяет приоритет интересов и устраняет патологическую склонность к азартным играм (игроманию).

НСТРУКЦИЯ

АПК-программа «СТОП-игра» записана на 2 компакт-диска **№ 1 и № 2,** продолжительностью звучания по 20 мин. Один сеанс – полное прослушивание компакт-диска.

Курс психокоррекции рассчитан на 63 дня. В течение курса необходимо последовательно прослушать АПК-программы в 3 этапа:

⇒ первые 21 день – **АПК-программу № 1**

⇒ следующие 21 день – **АПК-программу № 2**

⇒ и последние 21 день – снова **АПК-программу № 1**

В течение этих этапов программы должны прослушиваться 1 раза в день, желательно вечером, непосредственно перед сном. В случае невозможности проведения сеансов коррекции по каким-либо причинам допускается пропускать прослушивание (не более 1 - 2 дней). Уровень громкости при проведении сеансов значения не имеет. Можно выставлять очень тихий уровень громкости, если слышимый фон Вас раздражает.

Первый этап психокоррекции (21 день)

Сеансы прослушивания **АПК-программы № 1** желательно проводить в спокойной, приятной обстановке, в условиях, где Вас ничто не будет отвлекать: например, лежа в постели (утром или перед сном), постараться отвлечься от всех посторонних мыслей и фиксировать внимание только на испытываемых состояниях и переживаемых ощущениях.

Во время сеансов коррекции нельзя читать или слушать какие-либо альтернативные источники звука (радио, телевизор). Можно спать во время сеансов психокоррекции. АПК-программу № 1 можно прослушивать в присутствии других людей.

Второй этап психокоррекции (21 день)

Сеансы прослушивания **АПК-программы № 2** нужно проводить в отдельной комнате или в наушниках, чтобы исключать воздействие данной программы на других людей. Фоновым звуком АПК-программы № 2 является монотонный шум, в который вмонтировано воздействие, направленное на устранение патологической склонности к азартным играм. В течение данного этапа психокоррекции возможны ухудшения состояния как психологического, так и физического. Это закономерный процесс, связанный с характером психокоррекционного воздействия. Эти состояния полностью пройдут во время повторного прослушивания АПК-программы № 1 (3-го этапа психокоррекции).

Третий этап психокоррекции (21 день)

Повторное прослушивание **АПК-программы № 1** проводится аналогично 1-му этапу.

По окончании курса (63 дня) необходимо иногда (1 – 2 раза в неделю) прослушивать АПК-программу № 1 для закрепления лечебного эффекта.

Если по прошествии какого-то времени после окончания курса психокоррекции Вы вновь обнаружите у себя даже незначительные проявления влечения к азартным играм, то необходимо повторить сокращенный курс психокоррекции (по 1-й неделе каждый этап) в описанной выше последовательности

Внимание: ввиду возможного релаксирующего (расслабляющего) эффекта не следует прослушивать АПК-программу № 1, управляя автомобилем или выполняя другую работу, требующую повышенного внимания.

В процессе всего курса психокоррекции во избежание нежелательных эффектов и последствий необходимо полностью воздерживаться от личного участия в любых азартных играх и от присутствия в тех местах, где эти игры проводятся.

Научный коллектив,

разработавший для Вас эту АПК-программу,

искренне желает Вам здоровья

и психологического благополучия!

ИНСТИТУТ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ (ИМБИТ)

Тел.: +7 495 364 9186
E-mail: ***imbit_info@mail.ru***
alex@somvi.ru
http://имбит.рф