



УКРАЇНА

(19) **UA** (11) **109206** (13) **C2**

(51) МПК (2015.01)

A61B 5/16 (2006.01)

G06K 9/62 (2006.01)

G06F 13/14 (2006.01)

G06F 15/16 (2006.01)

A61M 21/00

ДЕРЖАВНА СЛУЖБА
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ
ВЛАСНОСТІ
УКРАЇНИ

(12) ОПИС ДО ПАТЕНТУ НА ВИНАХІД

(21) Номер заявки: **а 2013 15398**

(22) Дата подання заявки: **30.12.2013**

(24) Дата, з якої є чинними
права на винахід: **27.07.2015**

(41) Публікація відомостей **10.07.2015, Бюл.№ 13**
про заявку:

(46) Публікація відомостей **27.07.2015, Бюл.№ 14**
про видачу патенту:

(72) Винахідник(и):

Рожковський Григорій Всеволодович
(UA)

(73) Власник(и):

Рожковський Григорій Всеволодович,
вул. Ольгіївська, 7, кв. 13, м. Одеса, 65029
(UA)

(56) Перелік документів, взятих до уваги
експертизою:

UA 23412 A, 02.06.1998

RU 21142 U1, 27.01.2001

RU 2251972 C2, 20.05.2005

SU 1711826 A1, 15.02.1992

RU 25992 U1, 10.11.2002

RU 2232606 C2, 20.07.2004

RU 2355293 C2, 20.05.2009

EP 0680728 A1, 08.11.1995

US 2011/0040155 A1, 17.02.2011

US 2006/0036751 A1, 16.02.2006

WO 2005/072611 A1, 11.08.2005

JP 2011078645 A, 21.04.2011

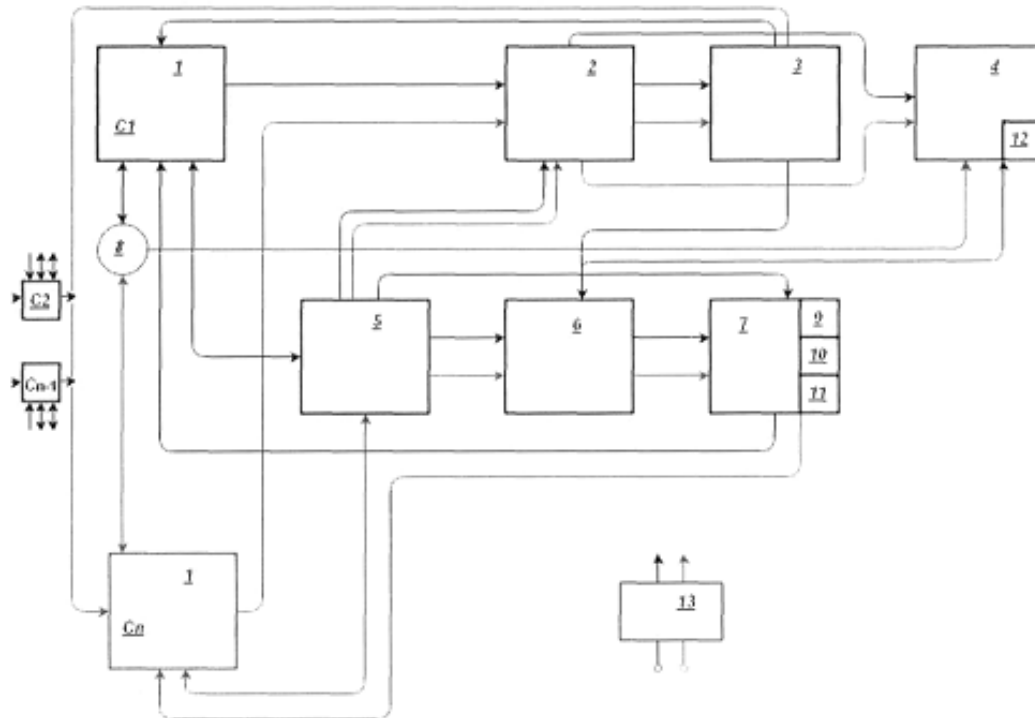
(54) СИСТЕМА ПСИХОКОРЕКЦІЇ

(57) Реферат:

Винахід належить до галузі медицини і може бути використаний для гармонізації особистості та міжособистісних відносин а також для психокорекції рис характеру. Система психокорекції містить з'єднані між собою у мережу персональні комп'ютери суб'єктів і функціонально пов'язані лініями зв'язку та програмним забезпеченням блок тестування, блок оцінки психокорекційних показників суб'єктів, бази даних тренінгів, блок засобів відображення, таймер, блок покрокового і реперного контролю досягнень, виконаний з можливістю надання оцінки досягненням суб'єктів начисленням балів, блок вербальної стимуляції, блок оцінки соціальної активності, до входу якого дистанційно підключені ПК суб'єктів, а до виходу - блок засобів відображення. Блок засобів відображення також містить вузол порівняльних візуальних оцінок досягнень і соціальної активності суб'єктів. Блок тестування та блок оцінки психокорекційних показників суб'єктів, з додатковою функцією порівняння, виконані сумісним блоком. ПК суб'єктів дистанційно безпосередньо і через таймер підключені до входів блока тестування та оцінки психокорекційних показників суб'єктів і також через таймер до блоку покрокового і реперного контролю досягнень, які виходами пов'язані зі входами до бази даних тренінгів, блока вербальної стимуляції та блока засобів відображення, а вихід бази даних тренінгів дистанційно пов'язаний зі входами ПК суб'єктів, при цьому блок вербальної стимуляції, вхід якого додатково пов'язаний з таймером, виходом дистанційно безпосередньо підключений до входів ПК суб'єктів. Удосконалення системи психокорекції обумовило її ефективне використання

UA 109206 C2

дорослими суб'єктами без безпосереднього контакту з психологом з розвитком вміння досягати поставленої мети, удосконаленням особистих рис та здібностей і соціальної активності, з елементами відкритої змагальності між суб'єктами до поліпшення психокорекційних показників та підвищення самооцінки і забезпечило підвищення наочності за рахунок використання дисплея для візуальності результатів змагань.



Фиг. 1

Винахід належить до галузі медицини і може бути використаний для гармонізації особистості та міжособистісних відносин, а також для психокорекції рис характеру.

Відомі системи психокорекції, які використовують для індивідуального тренінгу. Але вони іноді [патент 20227 U1 RU A61 B5/00] призначені для психокорекції в умовах екстремальних ситуацій і тому не підходять для звичайних умов і регулярного використання.

Іноді система [патент 2251972 C2 RU A61 B5/16, A61 B5/053] призначена для надання навиків управління своїми емоціями, дозволяє знизити поріг чутливості до зовнішнього впливу, навчитися адекватно реагувати на стресові ситуації. Ця система включає блоки, що виробляють сигнали дискомфорту дії, порівняння, перетворювач значень фізіологічних показників в електричні сигнали та інші допоміжні блоки та субблоки, які забезпечують роботу системи. Використання цієї системи передбачає дискомфортну дію на організм людини та вивчення отриманих фізіологічних показників. Така система розрахована на індивідуальні тренінги для психокорекції, але для людей, що мають неврологічні та психічні розлади, причому всі тренінги спрямовані лише до однієї мети - зниження чутливості людини до стресів, тому її використання обмежено.

Найбільш близьким за суттю і технічною реалізацією є [патент 21142 U1 RU A61 M 21/00] система психокорекції дітей і підлітків, що містить комп'ютери суб'єктів, сполучені між собою і блоком тестування, виконаним у вигляді комп'ютера, лініями зв'язку, блок психолога, виконаний у вигляді комп'ютера і з'єднаний з комп'ютерами суб'єктів і блоком тестування, базовий комп'ютер тренінгів, з'єднаний з блоком психолога, блок оцінки психокорекційних показників суб'єктів, вхід якого з'єднаний з блоком тестування, а вихід - з блоком вибору основних напрямків корекційного впливу, виконаним у вигляді персонального комп'ютера, пов'язаного з базовим комп'ютером тренінгів і блоком психолога, при цьому на виході блока вибору основних напрямків корекційного впливу включений блок тренінгу, виконаний у вигляді засобів відображення, сполучений з комп'ютерами суб'єктів. Об'єктом тренінгових дій є індивід як суб'єкт своєї психічної діяльності, як особа, що несе відповідальність за свій розвиток та зміни.

Використання такої системи сприяє забезпеченню психічного здоров'я та розвитку суб'єктів без безпосереднього контакту з психологом. Але ефективна лише для такої вікової категорії як діти і підлітки, тому що не включає в себе елементів відкритої змагальності, щоб не нанести психологічної травми дитині і не формувати комплекси. Особиста оцінка своїх психокорекційних показників при наданні особистих даних у такому віці ще є поверхневою, і тому не є вирішальною при визначенні тренінгів, до того ж витривалість організму дитини до тренінгів значно нижча ніж у дорослих, тому тренінги повинні бути простими і мати менш складні алгоритми.

Була поставлена задача удосконалення системи психокорекції для використання її дорослими суб'єктами без безпосереднього контакту з психологом, для індивідуального тренінгу із забезпеченням елементами відкритої змагальності, до поліпшення психокорекційних показників та підвищення самооцінки з розвитком вміння досягати поставленої мети, удосконалення особистих рис та здібностей і соціальної активності і підвищенням наочності за рахунок візуальності під час її використання.

Поставлена задача вирішувалась тим, що система психокорекції, що містить з'єднані між собою у мережу персональні комп'ютери суб'єктів. І функціонально пов'язані лініями зв'язку та програмним забезпеченням блок тестування, блок оцінки психокорекційних показників суб'єктів, бази даних тренінгів, блок засобів відображення, таймер, блок покрокового і реперного контролю досягнень, виконаний з можливістю надання оцінки досягненням суб'єктів начисленням балів, блок вербальної стимуляції, блок оцінки соціальної активності, до входу якого дистанційно підключені ПК суб'єктів, а до виходу блок засобів відображення. Блок засобів відображення додатково містить вузол порівняльних візуальних оцінок досягнень суб'єктів. Блок тестування та блок оцінки психокорекційних показників суб'єктів, з додатковою функцією порівняння, виконані сумісним блоком. ПК суб'єктів дистанційно безпосередньо і через таймер підключені до входів блоку тестування та оцінки психокорекційних показників суб'єктів і також через таймер до блоку покрокового і реперного контролю досягнень, який виходами пов'язаний зі входами до бази даних тренінгів, блоку вербальної стимуляції та блоку засобів відображення, а вихід бази даних тренінгів дистанційно пов'язаний зі входами ПК суб'єктів, при цьому блок вербальної стимуляції, вхід якого додатково пов'язаний з таймером, виходом дистанційно безпосередньо підключений до входів ПК суб'єктів.

Краще, коли блок вербальної стимуляції містить три незалежні вузли: вузол афоризмів, вузол заохочень та вузол рекомендацій.

Краще, коли блок тестування та оцінки психокорекційних показників суб'єктів, бази даних тренінгів, блок засобів відображення, таймер, блок покрокового і реперного контролю

досягнень, блок вербальної стимуляції та блок оцінки соціальної активності конструктивно об'єднані в автономний апаратно-програмний модуль, виконаний у вигляді комп'ютерної приставки, яка споряджена інтерфейсом підключення до мережі, з наявністю на передній панелі дисплея, виконаного з можливістю отримання і відображення відеоінформації від вузла порівняльних візуальних оцінок досягнень і соціальної активності суб'єктів блока засобів відображення.

Наявність з'єднання ПК суб'єктів у мережу забезпечує доступність спілкування суб'єктів між собою.

Наявність блока тестування та оцінки психокорекційних показників суб'єктів разом із базами даних тренінгів забезпечує приймання персональних даних суб'єктів, їх побажань, проведення тестування за психокорекційними показниками, оцінку результатів тестування та видачу рекомендацій через базу тренінгів із урахуванням побажань суб'єктів, у вигляді алгоритмів тренінгу, підібраних індивідуально із бази даних тренінгу.

База даних тренінгу, що містить гнучкі оригінальні та відомі методи психокорекції, дозволяє створити індивідуальні алгоритми тренінгу для кожного суб'єкта і доповнювати їх за потребою.

Блок засобів відображення забезпечує наочність результатів досягнень суб'єктів, які можна подавати у зручній - текстовій, кольоровій формі чи у вигляді графіків. На відмінність від прототипу блок засобів відображення має вузол порівняльних візуальних оцінок досягнень суб'єктів, що дозволяє суб'єктам порівнювати свої досягнення із досягненнями інших учасників мережі, змагатися з ними за бали та заохочення, дисплей - демонструвати їх.

Наявність таймера дозволяє задавати потрібні проміжки часу для контролю суб'єктів (покроковому, реперному, тестування), керувати видачею інформації блоком вербальної стимуляції і т.п.

Блок покрокового і реперного контролю досягнень, виконаний з можливістю надання оцінки досягненням суб'єктів начисленням балів, дозволяє оперативно оцінювати досягнення суб'єктів.

Блок вербальної стимуляції, що може мати три незалежні вузли: вузол афоризмів, вузол заохочень та вузол рекомендацій, вдало використовує вплив сили слова на свідомість та підсвідомість суб'єктів. Вузол афоризмів ніби передає світовий досвід і надихає на глобальну мету. Вузол заохочень після оцінки блоком покрокового і реперного контролю конкретного досягнення підбадьорює суб'єктів на наступний крок, що поліпшує їх самооцінку. Вузол рекомендацій надає рекомендації у варіабельній (некатегоричній) формі, при цьому, навіть спрямовуючи суб'єктів на мету, що перевищує заявлені бажання суб'єктів, бо блок покрокового і реперного контролю суб'єктів передбачає у них такий потенціал.

Блок оцінки соціальної активності, до входу якого дистанційно підключені ПК суб'єктів, а до виходу блок засобів відображення, дозволяє оцінювати частоту спілкування суб'єктів у мережі, тим самим активувати поведінку суб'єктів.

Надання всіх оцінок під час курсу психокорекції до блока засобів відображення у порівняльній формі, відеоінформація від блока оцінки соціальної активності у порівняльній формі підтримують дух змагальності і забезпечують наочність способу психокорекції.

Конструктивне об'єднання в апаратно-програмний модуль, виконаний у вигляді комп'ютерної приставки, яка споряджена інтерфейсом підключення до мережі, з наявністю на передній панелі дисплея, виконаного з можливістю отримання і відображення відеоінформації від блока засобів відображення вузла порівняльних візуальних оцінок досягнень суб'єктів, забезпечує цілісність системи, захист від сторонніх втручань, сприяє захисту персональної інформації суб'єктів, дозволяє проводити психокорекцію у локальній, закритій для сторонніх, мережі, вирішувати певні корпоративні задачі зі збереженням конфіденційності.

Було прийнято, що визначенням успішності результатів проходження курсу психокорекції є співвідношення одних і тих самих психокорекційних показників суб'єктів в балах після проходження курсу і до початку курсу. Позитивним результатом є співвідношення, що дорівнює двом і більше.

Постійна оцінка частоти спілкування суб'єктів у мережі протягом проходження алгоритмів тренінгу та щомісячне порівняння соціальної активності з іншими учасниками мережі дозволяє активувати поведінку суб'єктів, забезпечуючи відкриту змагальність між ними.

Структура системи, а також зв'язки між блоками і вузлами показані на кресленнях, які характеризують систему, але не обмежують приклади її конструктивного виконання.

Фіг. 1. Структурна блок-схема системи.

Фіг. 2. Відображення на дисплеї вузла порівняльних візуальних оцінок блока засобів відображень оцінок досягнень суб'єктів у балах.

Фіг. 3. Відображення на дисплеї вузла порівняльних візуальних оцінок блока засобів відображень оцінок соціальної активності суб'єктів у балах.

Де:

- 1 - комп'ютери суб'єктів;
- 2 - блок тестування та оцінки психокорекційних показників суб'єктів БТОПП;
- 3 - бази даних тренінгів;
- 4 - блок засобів відображення БЗВ;
- 5 - таймер;
- 6 - блок покрокового і реперного контролю досягнень БПРК;
- 7 - блок вербальної стимуляції БВС;
- 8 - блок оцінки соціальної активності суб'єктів БОСА;
- 9 - вузол афоризмів;
- 10 - вузол заохочень;
- 11 - вузол рекомендацій;
- 12 - вузол порівняльних візуальних оцінок досягнень і соціальної активності суб'єктів;
- 13 - блок живлення;

_____ суб'єкт К.
 ----- суб'єкт О.
 суб'єкт Т.
 -.-.-.- суб'єкт А.

Система психокорекції містить (фіг. 1) з'єднані між собою у мережу персональні комп'ютери суб'єктів 1 та автономний апаратно-програмний модуль. До складу модуля входять блок тестування та оцінки психокорекційних показників суб'єктів БТОПП 2, база даних тренінгів 3, блок засобів відображення 4, таймер 5, блок покрокового і реперного контролю досягнень БПРК 6, блок вербальної стимуляції БВС 7, блок оцінки соціальної активності 8, функціонально пов'язані лініями зв'язку та програмним забезпеченням.

Блок вербальної стимуляції 7 містить три незалежних вузли: вузол афоризмів 9, вузол заохочень 10 та вузол рекомендацій 11. Блок засобів відображення 4 додатково містить вузол порівняльних візуальних оцінок досягнень і соціальної активності суб'єктів 12. Блок живлення 13 виконаний у вигляді акумулятора з можливістю підключення до електричної мережі для зарядки.

Система психокорекції працює наступним чином. Суб'єкти ПК 1, що об'єдналися у мережу, підключають її до інтерфейсу модуля. Після цього передають персональні дані з ПК суб'єктів 1 у БТОПП 2 та самостійно обирають психокорекційні показники, що підлягають корегуванню. БТОПП 2 проводить тестування, оцінку, порівняння з психокорекційними показниками, наданими суб'єктами, і визначення тих показників, що дійсно повинні підлягати корегуванню. Бази даних тренінгів 3 забезпечують підбір індивідуального алгоритму тренінгу з можливістю його доповнення.

Під час виконання етапів алгоритму за сигналом від таймера 5 проводять БПРК 6 поетапну оцінку індивідуальних досягнень суб'єктів під час виконання етапів алгоритму тренінгу з визначенням балів, порівнянням їх між суб'єктами, з можливістю підбору додаткових індивідуальних алгоритмів тренінгу з бази даних тренінгів 3 та наданням вузлом афоризмів 9, вузлом заохочень 10, вузлом рекомендацій 11 БВС 7 індивідуальної вербальної стимуляції.

Суб'єкти ПК 1 повідомляють про всі оцінки в мережі, про що надходить сигнал до блока оцінки соціальної активності 8, а всі надані оцінки надходять до блока засобів відображення 10 (фіг. 2, 3), а надалі до вузла порівняльних візуальних оцінок досягнень і соціальної активності суб'єктів 12.

Визначення завершальної оцінки психокорекційних показників суб'єктів БТОПП 2 проводять за сигналом від таймера 5.

При негативному результаті оцінки є можливість підбору додаткових індивідуальних алгоритмів тренінгу до досягнення суб'єктом позитивного чи сталого підвищеного результату оцінки у випадку повторного недосягнення суб'єктом позитивного результату.

Винахід пояснюють приклади.

Приклад 1. Суб'єкт Т., учасник раніше створеної мережі LeromiMir, що був підключений до системи психокорекції, що містить блок тестування і оцінки психокорекційних показників БТОПП, бази даних тренінгів, блок засобів відображення БЗВ з вузлом порівняльних візуальних оцінок, таймер, блок покрокового і реперного контролю досягнень БПРК, блок вербальної стимуляції БВС з вузлом афоризмів, вузлом заохочень, вузлом рекомендацій, блок оцінки соціальної активності БОСА, передав свої дані до БТОПП, а саме, що йому 21 рік, він чоловік, студент. До нього чіпляються викладачі, що на семінарах погано пояснюють матеріал, і він вирішив, що у

нього проблеми з комунікаціями. Після проведення комплексного тестування БТОПП було встановлено, що комунікативні навички у нього відповідають нормі, однак різко знижена пам'ять і увага. При середньому показнику 45-55 балів за комплексною оцінкою пам'яті у нього визначено 26 балів, при середньому показнику стійкості уваги 55-75 балів, у нього визначено 35.

5 Були підібрані алгоритми тренінгів з розвитку пам'яті та уваги з бази даних тренінгів. При виконанні алгоритмів з розвитку пам'яті, він заучував послідовності слів, вчив вірші, згадував певним способом день, характерні риси людей і т.п. При розвитку уваги він працював з бланковими методами (коректурна проба, арифметичний усний рахунок із записом результатів), візуалізаційними методами, заснованими на налаштуванні мозку шляхом роботи з кількома джерелами інформації одночасно - тексти на екрані комп'ютера, працюючий телевізор.

10 За сигналом від таймера БПРКом здійснювали поетапну оцінку його досягнень в балах, що сумували та враховували при оцінюванні покрокової діяльності в точках реперного контролю для порівняння з показниками інших учасників.

Одночасно проводили вербальну стимуляцію БВС. Вербальну стимуляцію проводили вузлом заохочень у вигляді фраз: "ти молодець", "ти бачиш, що є успішним", "твій мозок чудово засвоює інформацію", "у тебе все вийде", "повідом про свої результати в мережі", "напиши про результати в блогосфері".

15 Раз на 12 кроків при проведенні реперного контролю вузлом афоризмів БВС видавали афоризм категорії "Пам'ять та увага". Наприклад: "Хороша пам'ять - ключ до успіху", "Вміння бути уважним - це вміння бути багатим", над яким пропонували працювати у віртуальному просторі, в блоці засобів відображення та під час повсякденної діяльності. Роботу над афоризмом завершували написанням короткої розповіді (до 1000 знаків) про те, що йому дав цей афоризм.

20 Кожні 12 кроків проводили реперний контроль БПРК, після якого суб'єкту нараховували бали і надсилали їх відображення до блока засобів відображень, де показували досягнення суб'єкта по відношенню до інших учасників мережі. Завжди контролювали кожні 12 кроків, що дозволяло стимулювати почуття "позитивного азарту", тому що одночасно сотні учасників могли побачити свої оцінки, еквівалентні заробленим балам від 0 до 100, вузлом порівняльних візуальних оцінок блоку засобів відображень. Подібна змагальність позитивно позначалася на більшій частині учасників: вони прагнули як можна краще виконати алгоритми тренінгу і заробити бали.

25 Реперний контроль проводили протягом всієї роботи над алгоритмом тренінгу. Так, суб'єкт Т. отримував такі оцінки в точках реперного контролю: 70, 75, 60, 70, 70, 85, 80, 75, 75, 80 (74 бали), що при порівнянні відповідало високій ефективності (середня ефективність дорівнювала 65 балам).

30 Одночасно суб'єкт Т. повідомляв про свої оцінки в мережі. Блоком соціальної активності паралельно проводили оцінку його соціальної активності. Всі надані оцінки підсумовували та надсилали до блока засобів відображення.

35 Вже в середині навчання після третього реперного контролю суб'єкт Т. зазначив, що став краще засвоювати матеріал і розуміти викладачів.

40 Після 4 точки реперного контролю суб'єкт Т. написав коротке оповідання про те, що йому допомагає змагальність з іншими, і він оцінив афоризм по увазі, як "ключ" до свого майбутнього.

Розповідь: Я знав, що мені треба міняти щось в житті. Але я думав, що це через те, що я не вмію викладати свої думки. Виявилось, що мені нема чого викладати, я просто неухважний і не запам'ятовую інформацію. Перевірив. Почав працювати. Побачив, що багато щось собі розвивають, почав читати, що вони пишуть. З'явилось бажання бути краще. Став "працювати на бали". Захопило. Мої рекомендації: ЗВ "Вір - Виконуй - Вигравай бали".

45 Після проведення завершального комплексного тестування БТОПП встановили, що після проходження всього циклу психокорекції, пам'ять у суб'єкта Т. збільшилася на 80 %, стійкість уваги виросла у 2,2 разу, що відповідає успішному завершенню процесу психокорекції.

50 Приклад 2. Суб'єкт А., учасник раніше створеної мережі LeromiMir, що був підключений до системи психокорекції, що містить блок тестування і оцінки психокорекційних показників БТОПП, базу даних тренінгів, блок засобів відображення БЗВ з вузлом порівняльних візуальних оцінок, таймер, блок покрокового і реперного контролю досягнень БПРК, блок вербальної стимуляції БВС з вузлом афоризмів, вузлом заохочень, вузлом рекомендацій, блок оцінки соціальної активності БОСА, передав свої дані до БТОПП, а саме, що вона жінка, їй 24 роки, не працює, в після декретної відпустці, сину 2 роки. Вважає, що у неї валиться сімейне життя через поганий характер у чоловіка і її невпорядкованість.

55 Після проведення комплексного тестування БТОПП було встановлено, що головним пусковим механізмом конфліктів у родині була "дуже низька стресостійкість". Тестування

підтвердило, що суб'єкт А. не може планувати раціонально час і виконувати заплановане. Вольова активність була оцінена як дуже низька.

Були підібрані алгоритми тренінгу з підвищення стресостійкості і підвищення вольової активності з бази даних тренінгів. При виконанні алгоритмів тренінгу суб'єкт А. працювала зі стресостійкістю за алгоритмом тренінгу з набором енергетичних вправ, простими медитативними техніками, з розвитком уміння візуалізувати причини стресу, зі зняттям стрес-проблем.

Завдяки використанню віртуального простору створюваного відеорядом і музикою одночасно працюючи з блоком вольової активності суб'єкт А. займалася спочатку навчанням навичкам щоденного планування, потім місячного, паралельно тренуючи вольову активність почала щодня займатися зарядкою, і три рази на тиждень ранковим бігом, одночасно тренуючи паузи перед тим, як треба щось сказати або під час емоційно значущих ситуацій, та метод відстороненого спостереження за розвитком діалогу з чоловіком, одночасно займаючись методами психовізуалізації з використанням аудіо та візуальних програм у віртуальному просторі (і пр.).

Виконання алгоритмів тренінгу проводили в спеціальних тимчасових режимах і підтверджували зворотним зв'язком через блок покрокового і реперного контролю.

Одночасно проводили вербальну стимуляцію, початок якої збігався з періодами роботи, встановленими на таймері (див. опис Т.). Реперний контроль проводили раз на 12 кроків, як і у випадку з суб'єктом Т. видавали афоризм з категорії над якими йшла робота. Наприклад: "підпорядкувавши себе собі, ти підпорядковуєш світ", "чим я спокійніше і ніжніше - тим більше чоловік мій веселіше". Як і у випадку з Т., підтвердилася важливість можливості змагальності та формування почуття "позитивного азарту".

У точках реперного контролю суб'єкту А. надавали такі оцінки 60, 70, 70, 75, 75, 80, 85, 85, 90, 90 (78 балів), що при порівнянні свідчило про її високу активність. Після другого реперного контролю А. заявила, що вона почала встановлювати "нові відносини з чоловіком", що чоловік сказав, що вона менше нервує. А. написала оповідання про свої досягнення в блогосфері після 5 точки реперного контролю.

Розповідь: "Я стала "могти" все, що хочу. Я перестала хвилюватися. Стаю красивіше. Чоловік мене слухає. Я порівнюю себе з М. і Н. по тому, які бали у них (ми починали разом) і приходжу до висновку, що я здатна на більше. Я знаю, що у мене буде нове життя. Я щаслива. Я спокійна. Я закінчу ці алгоритми тренінгу і буду розвивати інші якості. Я розумниця".

Слід зазначити, що змагальність з суб'єктами М. і Н., яких А. вибрала для себе з метою "бачення динаміки свого навчання" зробили її за її бажанням дуже соціально активною. У соціальній мережі її досягнення також оцінені позитивно 37 учасниками оцінки з 38.

Після проведення завершального комплексного тестування БТОПП встановили, що після проходження всього циклу психокорекції, стресостійкість у суб'єкта А. збільшилася на 60 %, вольова активність виросла у 2 рази, що відповідає успішному завершенню процесу психокорекції.

Приклад 3. Суб'єкт О., учасник раніше створеної мережі LeromiMir, що був підключений до системи психокорекції, що містить блок тестування і оцінки психокорекційних показників БТОПП, бази даних тренінгів, блок засобів відображення БЗВ з вузлом порівняльних візуальних оцінок, таймер, блок покрокового і реперного контролю досягнень БПРК, блок вербальної стимуляції БВС з вузлом афоризмів, вузлом заохочень, вузлом рекомендацій, блок оцінки соціальної активності БОСА, передав свої дані до БТОПП, а саме, що йому 41 рік, він чоловік, водій. Він намагається кинути палити, і вирішив, що для цього йому бракує сили волі. Після проведення комплексного тестування БТОПП було встановлено, що воля у суб'єкта О. дійсно розвинена мало, окрім того, в нього занижена віра в себе. При середньому показнику 50-60 балів за комплексною оцінкою волі у нього визначено 15 балів, при середньому показнику віри в себе 55-75 балів, у нього визначено 40. Були підібрані алгоритми з розвитку волі та підняття віри в себе з бази даних тренінгів. При виконанні алгоритму тренінгу з розвитку волі, він виконував ряд спеціальних вправ (концентрація на секундній стрілці, асоціація себе з образом вольової людини, обов'язкове виконання певної дії в чітко визначений час), та отримав ряд супутніх рекомендацій з розвитку волі в повсякденному житті. При виконанні алгоритму тренінгу з розвитку віри в себе, він виконував вправи з самонавіювання віри, візуалізації, що сприяють зміцненню віри в себе.

За сигналом від таймера БПРКом здійснювали поетапний контроль і оцінку його (суб'єкта) досягнень покрокової діяльності в точках реперного контролю, що підсумовували та враховували для порівняння з показниками інших суб'єктів.

Одночасно проводили вербальну стимуляцію БВС. Вербальна стимуляція проводилася вузлом заохочень у вигляді фраз: "ти молодець", "ти бачиш, що твоя воля з кожним днем зростає", "ти зможеш все, що ти захочеш", "твоя воля міцна, мов кремін", "якщо ти повіриш в себе - в тебе повірить весь світ", "найголовніша віра - віра у власні можливості", "я вірю в твої сили".

Раз на 12 кроків при проведенні реперного контролю вузлом афоризмів БВС видавали афоризм категорії "Воля" та "Віра в себе", над яким пропонували працювати у віртуальному просторі, та під час повсякденної діяльності. Наприклад: "Якщо ти сам оцінюєш себе невисоко, світ не запропонує тобі ані копійкою більше", "Людина - те, що вона про себе думає" (категорія "Віра в себе"); "Воля - це те, що змушує перемагати, коли розум каже тобі, що ти переможений", "Той, хто перемагає інших - сильний, той, хто перемагає себе - непереможний" (категорія "Воля").

Робота над афоризмом завершувалася написанням короткої розповіді (до 1000 знаків) про те, що йому дав цей афоризм.

Кожні 12 кроків проводили реперний контроль БПРК, після якого суб'єкту нараховували бали і надсилали їх відображення до блоку засобів відображень, де показують досягнення суб'єкта по відношенню до інших учасників мережі. Завжди контролювали кожні 12 кроків, що дозволяло стимулювати почуття "позитивного азарту", тому що паралельно сотні учасників могли побачити свої оцінки, еквівалентні заробленим балам від 0 до 100, вузлом порівняльних візуальних оцінок блоку засобів відображень. Подібна змагальність позитивно позначалася на більшій частині учасників: вони прагнуть, як можна краще виконати алгоритми і заробити бали.

Реперний контроль проводили протягом всієї роботи над алгоритмом тренінгу. Так, суб'єкт О. отримував такі оцінки в точках реперного контролю. "Воля": 20, 45, 45, 40, 45, 55, 55, 60, 65, 70 (50 балів), що при порівнянні відповідало середній ефективності (середня ефективність дорівнювала 50-60 балам). "Віра в себе": 45, 55, 55, 50, 60, 65, 65, 75, 80, 75 (63 бали), що при порівнянні відповідало високій ефективності (середня ефективність дорівнювала 55-75 балам).

Одночасно суб'єкт О. повідомляв про свої оцінки в мережі. Блоком соціальної активності паралельно проводили оцінку його соціальної активності. Всі надані оцінки підсумовували та надсилали до блоку засобів відображення.

Після 6 точки реперного контролю суб'єкт О. зазначив, що може змусити себе робити те, що необхідно, навіть якщо він цього не хоче. Він не палить вже два тижні. Окрім того, він зазначив, що тепер вірить у себе та свої сили, і прагне до більш суттєвих змін у своєму житті.

З розповіді-звіту суб'єкта О.: Одного ранку я прокинувся, і звичний для мене кашель курця мучив мене хвилин з сорок. Я вже не раз намагався кинути палити, та щоразу ледве витримував день без цигарки. Та цього ранку я зрозумів, що ще трохи - та мій організм просто не витримає. А мені вже не 20 років, я один годую всю родину. На роботі поділився бідом з товаришем, і він порадив мені цю систему. Я не надто вірив, що це допоможе, та й у свій успіх загалом, однак виходу не було - і я вирішив спробувати.

Перший тиждень не приніс майже ніяких змін, але фрази-заохочення вселяли віру в те, що не варто кидати розпочате на півдорозі. Я вирішив продовжувати, і вже через кілька тижнів помітив, що мені легше змусити себе виконувати хатні обов'язки, простіше прокидатися зранку (а раніше це було для мене трагедією). Окрім того, в мене ніби крила за спиною вирости - я вірив, що зможу все. Тому я викинув останню пачку цигарок, і вирішив "Все. Більше я не палю". Не скажу, що зовсім не тягне палити - тягне, але я знаю, що у житті є маса речей, які важливіші за хвилину (до того ж, сумнівне) задоволення, тому впевнено кажу собі "Ні".

Я знаю, що це все - лише початок боротьби зі своїми слабкостями, проте тепер я вірю, що мені усе до снаги. Навіть відкрити власну справу.

Я планую продовжувати працювати над своєю волею та вірою в себе, а також: хочу освоїти в рамках проекту управління часом та мистецтво комунікації. Проект вже допоміг мені, сподіваюсь, надалі він ще більше змінить моє життя на краще!».

Після проведення завершального комплексного тестування БТОПП встановили, що після проходження всього циклу психокорекції, воля у суб'єкта О. збільшилася в 3,3 рази, віра в себе виросла на 60 %, що відповідає успішному завершенню процесу психокорекції.

Приклад 4. Суб'єкт К., учасник раніше створеної мережі LeromiMir, що був підключений до системи психокорекції, що містить блок тестування і оцінки психокорекційних показників БТОПП, бази даних тренінгів, блок засобів відображення БЗВ з вузлом порівняльних візуальних оцінок, таймер, блок покрокового і реперного контролю досягнень БПРК, блок вербальної стимуляції БВС з вузлом афоризмів, вузлом заохочень, вузлом рекомендацій, блок оцінки соціальної активності БОСА, передав свої дані до БТОПП, а саме, що йому 24 роки, він жінка, домогосподарка. Вона вважала, що вона не вміє спілкуватися з чоловіками та будувати

стосунки, саме тому постійно свариться з чоловіком. Після проведення комплексного тестування БТОПП було встановлено, що суб'єкт К. володіє високими комунікативними навичками і може успішно будувати стосунки з чоловіками, однак геть не вміє керувати своїм часом, і через це не встигає виконувати свої хатні обов'язки. Це є причиною багатьох подружніх сварок. При середньому показнику 50-60 балів за комплексною оцінкою вміння керувати часом у неї визначено 30 балів. Підібрали алгоритми з розвитку вміння керувати часом (тайм-менеджменту) з бази даних тренінгів. При виконанні алгоритмів тренінгу з тайм-менеджменту, вона складала розпорядок дня, визначала пріоритет справ, вивчила систему заохочень за виконані або невиконані справи, отримала рекомендації з раціонального використання часу в повсякденному житті.

За сигналом від таймера БПРКом здійснювали поетапний контроль і оцінку його(суб'єкта) досягнень покрокової діяльності в точках реперного контролю в балах, що сумували та враховували для порівняння з показниками інших учасників.

Одночасно проводили вербальну стимуляцію БВС. Вербальну стимуляцію проводили вузлом заохочень у вигляді фраз: "ти молодець", "ти все краще керуєш своїм часом", "ти стала набагато організованішою", "ти встигаєш значно більше, ніж раніше", "я вірю в тебе - в тебе все вийде".

Раз на 12 кроків при проведенні реперного контролю вузлом афоризмів БВС видавали афоризм категорії "Управління часом", над яким пропонували працювати у віртуальному просторі, в блоці засобів відображення, та під час повсякденної діяльності. Наприклад: "Відмовившись від фрази "У мене немає часу ...», ви скоро зрозумієте, що у вас є час практично для всього, що ви вважаєте за потрібне зробити в житті"; "Марна трата часу те ж саме, що і його відсутність". Робота над афоризмом завершували написанням короткої розповіді (до 1000 знаків) про те, що йому дав цей афоризм.

Кожні 12 кроків проводили реперний контроль БПРК після якого суб'єкту нараховували бали і надсилали їх відображення до блоку засобів відображень, де показують досягнення суб'єкта відносно до інших учасників мережі. Завжди контролювали кожні 12 кроків, що дозволяло стимулювати почуття "позитивного азарту", тому що паралельно сотні учасників могли побачити свої оцінки, еквівалентні заробленим балам від 0 до 100, вузлом порівняльних візуальних оцінок блоку засобів відображень. Подібна змагальність позитивно позначалася на більшій частині учасників: вони прагнуть, як можна краще виконати алгоритми тренінгу і заробити бали.

Реперний контроль проводили протягом всієї роботи над алгоритмом. Так, суб'єкт К. отримував такі оцінки в точках реперного контролю: 30, 30, 55, 60, 65, 70, 75, 70, 75, 80 (61 бал), що при порівнянні відповідало високій ефективності (середня ефективність дорівнювала 50-60 балам).

Одночасно суб'єкт К. повідомляв про свої оцінки в мережі. Блоком соціальної активності паралельно проводили оцінка його активності в мережі. Всі надані оцінки підсумовували та надсилали до блока засобів відображення.

Після 2 точки реперного контролю була визначена низька ефективність виконання алгоритму тренінгів. Була збільшена кількість вербальної стимуляції БВС. Вербальну стимуляцію проводили вузлом заохочень в 2 рази частіше. Афоризм з категорії "Керування часом" вузлом афоризмів БВС видавали щодня. Як показали оцінки, отримані в наступних точках реперного контролю, збільшення вербальної стимуляції позитивно вплинуло на наступні результати виконання алгоритму тренінгу.

Суб'єкт К. активно повідомляла про свої враження від виконання запропонованих методик та результати навчання в мережі, писала багато схвальних відгуків у інших соціальних мережах та на форумах.

Ось деякі приклади оцінки поетапно своїх результатів суб'єктом К.

"Друзі, я перемогла час. Я зрозуміла, що жила неправильно. Я встигаю в 3 рази більше ніж раніше!"

"Я зрозуміла секрет спілкування з чоловіками - "привабливість + пунктуальність". Спасибі LeromiMir!"

"Всі вивчайте тайм-менеджмент - це ключ до успіху і ЛЮБОВІ!"

Після проведення завершального комплексного тестування БТОПП встановили, що після проходження всього циклу психокорекції, вміння керувати часом у суб'єкта К. збільшилося в 2 рази, що відповідає успішному завершенню процесу психокорекції.

Удосконалення системи психокорекції обумовило її ефективне використання дорослими суб'єктами без безпосереднього контакту з психологом з розвитком вміння досягати поставленої мети, удосконаленням особистих рис та здібностей і соціальної активності, з елементами відкритої змагальності між суб'єктами до поліпшення психокорекційних показників

та підвищення самооцінки і забезпечило підвищення наочності за рахунок використання дисплея для візуальності результатів змагань.

ФОРМУЛА ВИНАХОДУ

5

1. Система психокорекції, що містить з'єднані між собою у мережу персональні комп'ютери суб'єктів і функціонально пов'язані лініями зв'язку та програмним забезпеченням блок тестування, блок оцінки психокорекційних показників суб'єктів, бази даних тренінгів, блок засобів відображення, яка **відрізняється** тим, що додатково містить таймер, блок покрокового і реперного контролю досягнень, виконаний з можливістю надання оцінки досягненням суб'єктів

10

начисленням балів, блок вербальної стимуляції, блок оцінки соціальної активності, до входу якого дистанційно підключені ПК суб'єктів, а до виходу - блок засобів відображення, блок засобів відображення додатково містить вузол порівняльних візуальних оцінок досягнень суб'єктів, причому блок тестування та блок оцінки психокорекційних показників суб'єктів виконані сумісним блоком з додатковою функцією порівняння, ПК суб'єктів дистанційно

15

безпосередньо і через таймер підключені до входів блока тестування та оцінки психокорекційних показників суб'єктів і також через таймер до блока покрокового і реперного контролю досягнень, який виходами пов'язаний зі входами до бази даних тренінгів, блока вербальної стимуляції та блока засобів відображення, а вихід бази даних тренінгів дистанційно

20

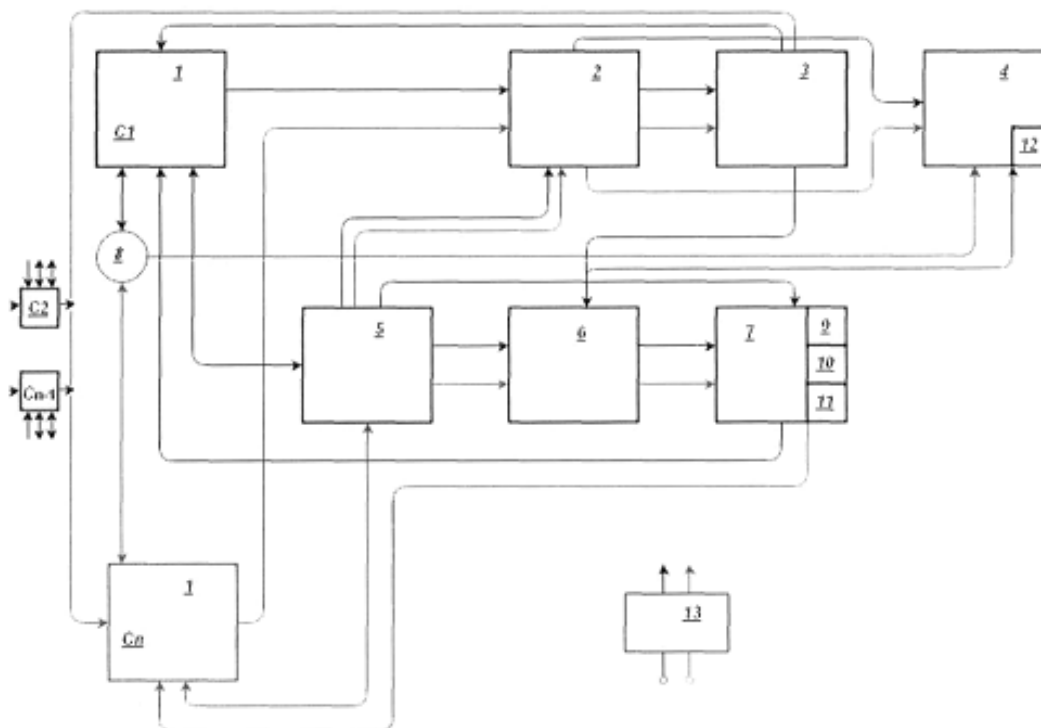
пов'язаний зі входами ПК суб'єктів, при цьому блок вербальної стимуляції, вхід якого додатково пов'язаний з таймером, виходом дистанційно безпосередньо підключений до входів ПК суб'єктів.

2. Система за п. 1, яка **відрізняється** тим, що блок вербальної стимуляції складається з трьох незалежних вузлів: вузол афоризмів, вузол заохочень та вузол рекомендацій.

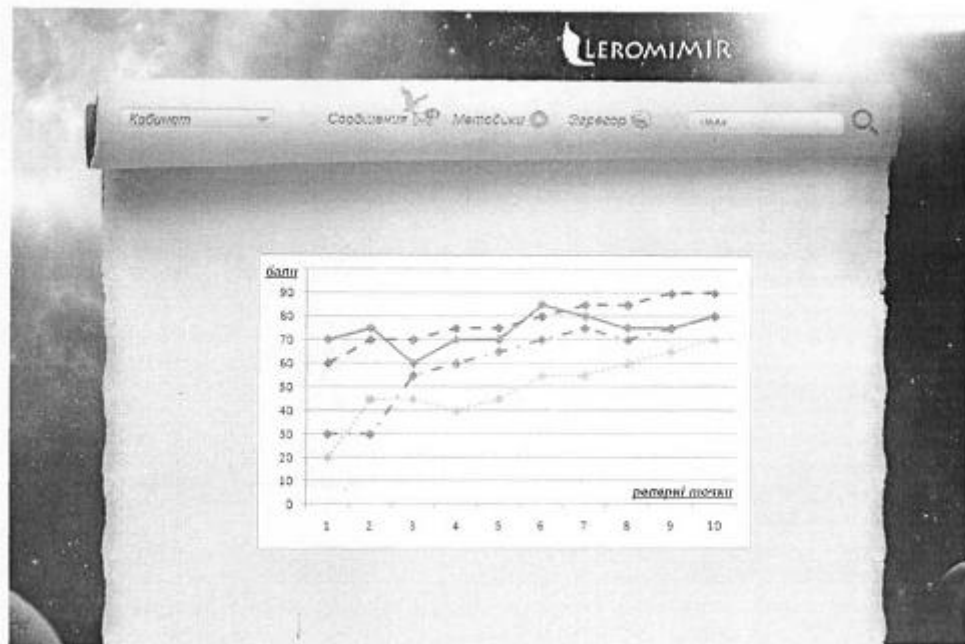
25

3. Система за п. 1 або 2, яка **відрізняється** тим, що блок тестування та оцінки психокорекційних показників суб'єктів, бази даних тренінгів, блок засобів відображення, таймер, блок покрокового і реперного контролю досягнень, блок вербальної стимуляції та блок оцінки соціальної активності конструктивно об'єднані в автономний апаратно-програмний модуль, виконаний у вигляді комп'ютерної приставки, яка споряджена інтерфейсом підключення до мережі, з наявністю на передній панелі дисплея, виконаного з можливістю отримання і відображення відеоінформації від вузла порівняльних візуальних оцінок досягнень і соціальної активності суб'єктів блока засобів відображення.

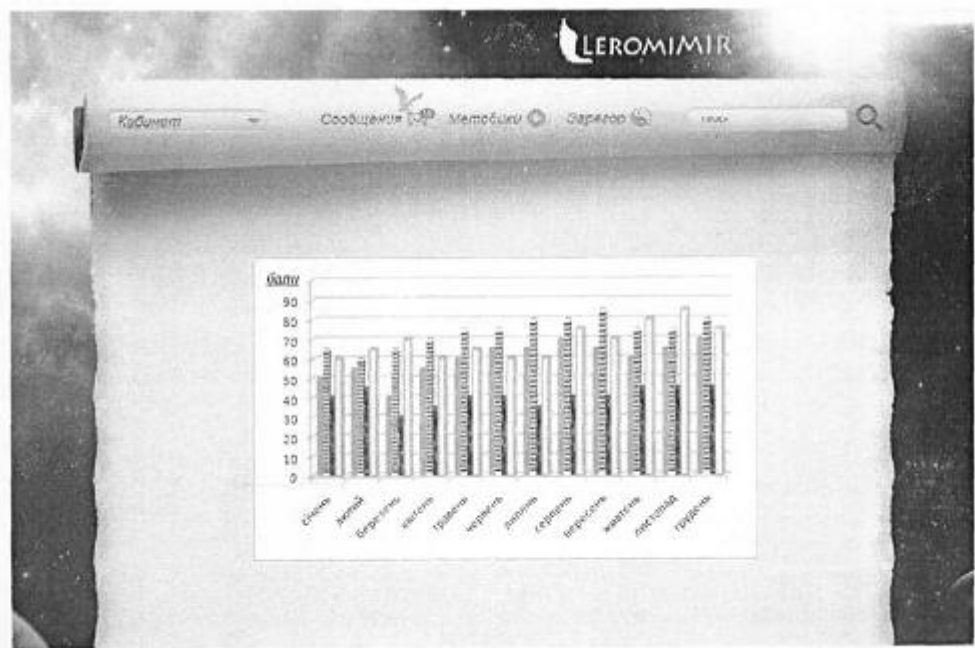
30



Фіг. 1



Фиг. 2



Фиг. 3

Комп'ютерна верстка Г. Паяльніков

Державна служба інтелектуальної власності України, вул. Урицького, 45, м. Київ, МСП, 03680, Україна

ДП "Український інститут промислової власності", вул. Глазунова, 1, м. Київ – 42, 01601