

# Прибор для нейтрализации информационного стресс-фактора мобильно-телефонной связи

*Г. А. Чаусовский, доцент Запорожского национального университета*

**С**ЕГОДНЯ мобильный телефон имеется практически в каждой семье и в какой-то мере он, наряду с компьютером, стал символом научно-технического прогресса начала 21 века.

Однако, как и всякое техническое новшество, мобильный телефон, наряду с несомненно присутствующими ему положительными функциональными возможностями, характеризуется наличием и побочного эффекта психологического характера. Да, именно психологического, практически не отраженного в средствах массовой информации. И если реализуемую мобильным телефоном возможность получения в любое время и в любом месте информации можно отнести, несомненно, к положительным психологическим аспектам мобильной связи, то психологические эффекты ожидания информации потенциально негативного содержания уже относятся к сфере стрессовых влияний на организм человека. Наглядных примеров тут предостаточно. Во многих семьях мотивацией приобретения мобильного телефона служила именно потребность получения оперативной информации о месте нахождения ребенка, близких, их самочувствии, планах и т. п. Именно вышеуказанные информационные возможности мобильной связи, с точки зрения психологических аспектов проблемы, являются превентивно анти-стрессовыми (ведь именно дефицит информации относится к факторам инициирования стресса) и в значительной мере способствуют душевному равновесию за счет нейтрализации беспочвенных переживаний, страхов, паники и т. п.

Однако реалии жизни таковы, что мобильно-телефонная информация не всегда носит только положительный психоэмоциональный оттенок. Спектр присущего ей потенциального негатива весьма широк (от информации о мелких жизненных и производственных неурядицах и неприятностях до информации печального характера). Таким образом, мобильный телефон характеризуется и потенциально информационно-стрессовым эффектом, проявляющимся

тановлено, что нахождение мобильного телефона (в ждущем режиме) в поле зрения его владельца инициирует на уровне подсознания состояние ожидания звонка, что обуславливает, по сравнению с состоянием отсутствия в поле зрения мобильного телефона, повышение частоты сердечных сокращений на 4–7 ударов в минуту и артериального давления на 5–8 мм ртутного столба. В момент же поступления на мобильный телефон сигнала-вызова эти физиологические показатели «скачут» гораздо выше, и время их возвращения в коридор нормы уже зависит от смысловой нагрузки полученной телефонной информации и типа нервной системы владельца мобильного телефона.

Именно для нейтрализации этого негативного психологического аспекта мобильной связи Григорием Чаусовским разработан общедоступный и весьма эффективный прибор, принцип действия которого заключается в следующем.

На входящий в состав разработанного прибора миниатюрный, кстати, недорогой по стоимости, цифровой аку-

стопрограмматор предварительно записывается мелодия сигнала-вызова именно вашего мобильного телефона, одновременно на фоне которого также записываются слова команды: «Вдох — медленный выдох... Я властелин своих эмоций и адекватно реагирую на любую поступающую информацию». Включается звуковоспроизведение акустограмматора с помощью тактильного сенсора, зафиксированного на пояске, контролирующем изменение положения передней стенки живота при диафрагмальном (нижнем) дыхании. Вдох — живот выпячивается, выдох — живот втягивается. Как известно, именно этот



как на стадиях ожидания информации, так и непосредственно в момент ее получения.

Доцентом биологического факультета Запорожского национального университета Григорием Чаусовским (кстати, его разработки в области применения мобильного телефона в качестве «ангела хранителя» от многих жизненных неприятностей широко освещались в средствах массовой информации) были проведены исследования по влиянию мобильного телефона на психоэмоциональное состояние его владельца. При этом на основе объективного многокритериального тестирования было достоверно ус-

