тренинг

ПУТЕШЕСТВИЕ ЗА СИЛОЙ

17 – 21 июля 2018, Петропавловск (Казахстан).

"СИЛЬНЕЕ ВСЕХ - ВЛАДЕЮЩИЙ СОБОЙ."

Сенека Луций Анней (Младший)

Цель тренинга:

Снятие внутренних барьеров и ограничений, пробуждение ресурса для реализации потенциала, очищение сознания от накопленного «мусора», мешающего жить в гармонии с собой и окружающим миром, а также интеграция личности.



Что будет в тренинге:

- лекции, медитации, направленные визуализации;
- дыхательные психотехники: Дыхание-Музыка-Движение (ДМД)
- интеграция сознания, парные и групповые упражнения;
- телесно-двигательные техники: снятие «телесного табу», блоков, зажимов и страхов;
- творческие игры: раскрытие личности, повышение коммуникативности;
- методы релаксации и саморегуляции;
- медитации, направленные визуализации;

- техники повышения энергетического потенциала.

Дыхание-Музыка-Движение (ДМД) – это уникальная авторская психотехнология, сочетающая в себе современные системы связанного дыхания, музыки и движения. ДМД побуждает мощный активный процесс встречи со своим внутренним Миром и обладает удивительной силой интеграции личности.
Целью психотехники ДМД является достижение решения целого комплекса психологических задач, таких, как уменьшение личностной тревожности, объективация образа телесного «Я», осознание языка собственного тела, снятие «характерного мышечного панциря» (по В. Райху), освобождение эмоциональной сферы, изучение и коррекция невербальных форм поведения, коррекция, развитие невербальных когнитивных функций, креативности, образного и ассоциативного мышления.

Вы научитесь:

- трансформировать стрессы в жизненную энергию.
- познавать свой внутренний Мир и жить с ним в гармонии;
- полнее реализовать свой творческий потенциал;
- быть более независимыми от внешних обстоятельств и внешних воздействий;
- распознавать и управлять своей сексуальной энергией;
- эффективно делать выбор, когда этого требует обстоятельства;
- быть более эффективными в межличностных коммуникациях;
- быстро восстанавливать эмоциональное равновесие;
- даже в конфликтных ситуациях сохранять ясность мышления;

Место проведения: Тренинг будет проходить в живописном местечке близ г.Петропавловска, на территории базы отдыха "Абакшино"

Стоимость участия (с проживанием и питанием): 110 000 тенге - 20 000 р.

Организатор - Сергей Реванов,
По всем вопросам обращайтесь по тел: +7 705 701 12 74, email: rsa@mail.ru

Предварительная запись обязательна.

17 июля в 15:00 — 21 июля в 15:00

Событие на ФБ

Группа "В Контакте"