

## Научиться управлять своими эмоциями



Санкт-Петербург, Россия

### Практическая психология для всех

- Если Вашими спутниками по жизни являются беспокойство, тревога и негативные ожидания
  - Если Вас преследует чувство незащищённости, разочарование или недовольство собой
  - Если Вам кажется, что Вас не ценят или к Вам недостаточно уважительно относятся,
  - не считаются с Вашим мнением или не учитывают Ваши интересы;
  - Если провалы, неудачи часто сопутствуют Вашим начинаниям, нет желания двигаться дальше и жизнь потеряла всяческий смысл
  - Если нет энергии, Вы испытываете душевную слабость и на физическом уровне бессилие
- то занятия по психоэмоциональной и психоэнергетической коррекции-это для Вас

Занятия направлены на то, чтобы

1. Уменьшить силу негативных эмоциональных состояний и их влияние на жизнь;
2. Выработать альтернативные реакции и способы поведения, например, спокойствие и уверенность.

Для достижения этой цели мы будем использовать кинезиологический тест, энергетическую терапию и работу ментальными программами на уровне сознания:

- Кинезиологический (мышечный) тест- это диагностический инструмент, позволяющий через исследование тонуса мышц, оценивать жизненную энергию организма и отдельных его систем, основанный на принципе биологического резонанса, реализуемый в организме посредством рефлекторных реакций на уровне "мышца - нервная система". Использование мышечного тестирования помогает определить те зоны, где блок или дисбаланс нарушает физическое, эмоциональное или энергетическое благополучие человека, а также выявить факторы, влияющие на появление подобного дисбаланса.
- Энергетическая терапия- это работа с энергетической системой (каналы, центры, меридианы, биоактивные зоны и точки), которая учит человека управлять своими эмоциями, гармонизируя частоту энергетического тела и меняя негативные программы на уровне сознания.

С помощью корректирующих упражнений, определённого алгоритма действий негативные эмоции переписываются на позитивные, создаётся эталонное состояние сознания, которое проецируется в будущее. Все действия вы выполняете сами под руководством терапевта, поэтому и удаётся получить свой собственный индивидуальный глубокий и трансформирующий опыт.

В результате Вы сможете не только разобраться и понять в чём причина Вашей сложной жизненной ситуации или проблемы со здоровьем, но и получите возможности для её решения.

Занятия проводит дипломированный психолог, специалист по телесно-ориентированной терапии, энерготерапевт, профессиональный массажист Дьяченко Лариса Аркадьевна.

