



ЗАНЯТИЕ № 4

ПРИ ОПРЕДЕЛЕНИИ СИЛЫ НАЖАТИЯ УЧИТЫВАЮТ

✓ Цель процедуры

✓ Психоэмоциональное состояние

✓ Витальность



ВИТАЛЬНОСТЬ



ВИТАЛЬНОСТЬ И СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Острая форма болезни является попыткой сильной витальности вернуть организму здоровье.

Если эта попытка не удастся и болезнь переходит в хроническую стадию, то это говорит о том, что витальности «не хватило сил» на борьбу и она нуждается в поддержке.

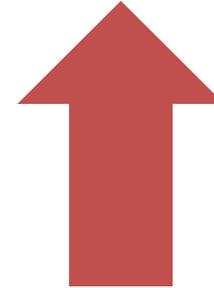
ВИТАЛЬНОСТЬ



Низкая



Мягкое воздействие



Высокая



Глубокое воздействие

ПРИЗНАКИ ХОРОШЕЙ ВИТАЛЬНОСТИ НА СТОПЕ

- ✓ Гибкость
- ✓ Здоровая кожа
- ✓ Розовый цвет стопы
- ✓ Нормальный мышечный тонус
- ✓ Выраженность элемента "земля"
- ✓ Отсутствие глубоких морщин и сильного омоложения



СКОРОСТЬ ВОЗДЕЙСТВИЯ В РЕФЛЕКСОЛОГИИ

Скорость, с которой проводится процедура, зависит от ее целей.



Начиная процедуру необходимо почувствовать человека, его внутреннее состояние, настроение, темперамент.

ВРЕМЯ И ЧАСТОТА ПРОВЕДЕНИЯ СЕАНСОВ

ВОЗРАСТ / ЦЕЛИ	ПРОФИЛАКТИКА	ОСТРЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ
0-1	5 мин-1-2раза в день	2-3 мин- 4-6 раз в день	5 мин-2-3 раза в день
1-3	10 мин-1раз в день	5 мин- 5-6 раз в день	10 мин-2-3 раза в день
4-7	20 мин-1раз в день	10-15 мин- 3 раза в день	20 мин-1-2 раза в день
7-12	30-40 мин-через день	15-20 мин -2 раза в день	30 мин-1 раз в день
12 и старше	45-60 мин-1 раз в неделю	25-30 мин-1-2 раза в день	45-60 мин-2-3 раза в неделю

РЕАКЦИИ НА ПРОЦЕДУРУ РЕФЛЕКСОЛОГИИ

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ РЕАКЦИИ	РЕАКЦИИ ОЧИЩЕНИЯ

РЕАКЦИИ НА ПРОЦЕДУРУ РЕФЛЕКСОЛОГИИ

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ РЕАКЦИИ	РЕАКЦИИ ОЧИЩЕНИЯ
Расслабление	
Прилив сил и энергии	
Ясность в мыслях	
Ощущение легкости в теле и при движении	
Потребность в мочеиспускании после процедуры	

РЕАКЦИИ НА ПРОЦЕДУРУ РЕФЛЕКСОЛОГИИ

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ РЕАКЦИИ	РЕАКЦИИ ОЧИЩЕНИЯ
Расслабление	Расстройство желудка (особенно если раньше были запоры)
Прилив сил и энергии	Головокружение (это может быть вызвано изменением давления)
Ясность в мыслях	Сильный насморк (обычно если у человека были проблемы с дыхательной системой)
Ощущение легкости в теле и при движении	Сильная усталость (особенно если до этого человек был очень напряжен или возбужден)
Потребность в мочеиспускании после процедуры	

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

- ✓ Первые 3 месяца после операций.
- ✓ Мания - депрессия.
- ✓ Трансплантации органов.
- ✓ Меланомы, расположенные непосредственно на стопах.
- ✓ Во время прохождения процедуры искусственного оплодотворения.
- ✓ При наличии открытых ран на стопе.
- ✓ Наличие в организме осколков или прочих инородных тел в непосредственной близости от жизненно важных органов.