

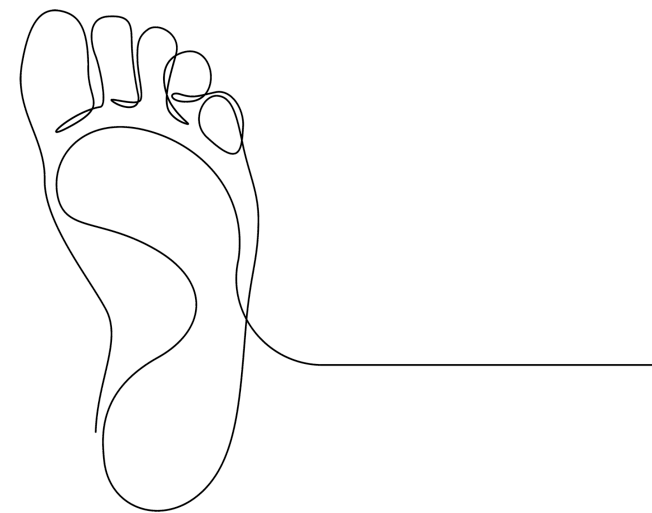
РЕФЛЕКСОЛОГИЯ СТОПЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КУРС



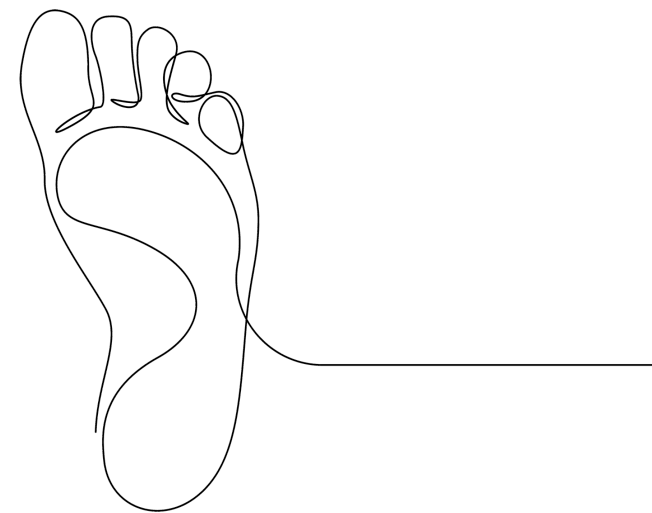
ВВЕДЕНИЕ
В ПСИХОРЕФЛЕКСОЛОГИЮ

Спектр действия психорефлексологии

- ✓ Панические атаки
- ✓ Восстановление режима сна
- ✓ Улучшение состояния при всех
психосоматических расстройствах



ПСИХОРЕФЛЕКСОЛОГИЯ может улучшить
общее физическое и эмоциональное благополучие,
дать силы и ресурс, ведь работа с эмоциями
очень энергозатратная история.



Главные правила и предосторожности

1. Использование метода психорефлексологии не делает нас психологами. О чем пациент должен знать.
2. Мы ни в коем случае не критикуем специалиста с которым он работает, не умаляем его достоинств и не обсуждаем его методы работы.
3. Мы никогда не говорим пациенту что ему делать, какие решения принимать, что правильно или неправильно для него в самых разных жизненных ситуациях.
4. Мы никак не оцениваем пациента или его действия, оставаясь в любых ситуациях эмпатичными, принимающими и поддерживающими

В психорефлексологии мы работаем одновременно на 2-х планах:

ТАКТИЛЬНЫЙ ПЛАН

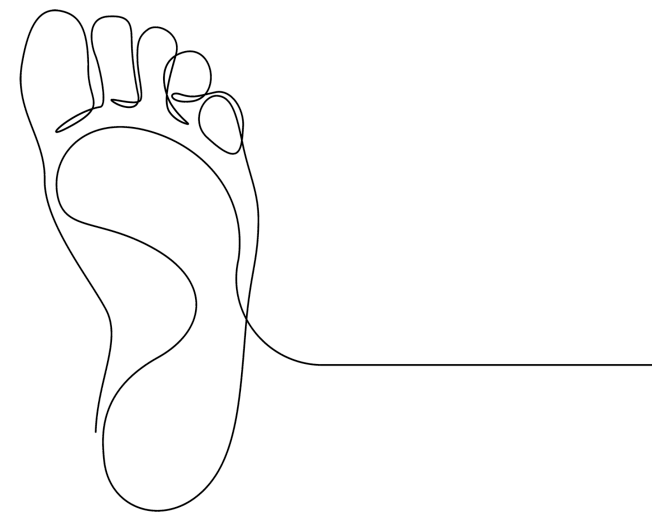
Определённые действия
со стопой

КОГНИТИВНЫЙ ПЛАН

Слова, которые мы говорим,
вопросы, ментальные упражнения

Что дает расширение сознание

1. Объемное виденье мира
2. Успокаивает и уменьшает мышечное напряжение
3. Помогает развивать в себе принятие и эмпатию



5 шагов работы со стопой

1. Раскачивания из стороны в сторону
2. Вращение голеностопного сустава.
Начинаем с левой стопы как всегда
3. Вращение большого пальца
4. Вращение всех остальных пальцев
5. Легкие вращательные движения по спирали
в области гипоталамуса на большом пальце
и в области проекции синусов на 2-5 пальцах.
Движения проводятся по часовой стрелке, едва касаясь



ДО ВСТРЕЧИ
НА СЛЕДУЮЩЕМ ЗАНЯТИИ