Curso Profundización Rebirthing

Pamplona 2017-18

Actividad: Observación-Intervención-Efecto

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Observación | Intervención | Efecto |
| Dormirse | Insistir en la respiración, “Vuelve” | Le motivaba a seguir respirando |
| Hormigueo en la oreja | “¿Quién te come la oreja?” | Habló del tema que le preocupa, de los miedos y las dificultades de relación. Ya no se dormía, más presente en la respiración. |
| Ritmo muy rápido y exigente | Indicación de bajar el ritmo y ser más amorosa consigo misma | Sonrió, lo reconoció, aparece frío.Frío es la emoción que estaba oculta. |
| Mucha diferencia pecho y abdomen. Ritmo irregular. | Indicación de respirar tanto en abdomen como en pecho. | Equilibró la respiración. Aumentó respiración en el pecho. |
| Presión como renacedora. Vi mi propia proyección con mi hijo. | Volver en mí, centrarme. Dejar de querer que cambiara. | El cliente más tranquilo. Dejó de sentirse juzgado. |
| Muchas pausas, poco pecho. | Modelar con mi propia respiración.Indicaciones sobre la manera de respirar. | Seguía correcciones y se entregó a respirar cuando cogió el ritmo. |
| No se permitía soltar la emoción que le iba llegando. | Mencionarle a la niña interior y validar lo que sentía. | Permitió la emoción. |
| Patrón de rebeldía. | Hablar previamente. Quizá me faltó firmeza. Me tomé tiempo. | Se abrió a contar temas que le pasan. Una forma de ganármelo.  |
| Miedo a molestar o evitar confrontación como renacedora. (Miedo interno y falta de técnica) | - | - |
| Dolor de coxis | Aconsejar cambio de postura, doblar rodillas.Cambio a posición fetal | No tuvo efectoConectó con el vientre materno y sus otros dos hermanos que no nacieron. |
| Gesto en la cara que no era acorde con el ritmo tranquilo de la respiración. | Volver a posición boca arriba | Estalló la emoción que había estado evitando. |
| No conectaba del todo con la emoción. | Soltar exhalaciónAfirmaciones de merecimiento¿Cómo interpretas esto que te está pasando? (la clienta sabe de Bioneuroemoción)Apoya/ validar “Está bien no saber” | No mucho cambioNo mucho cambioContestaba “No sé”Relaja. |
| Respiración mecánica. | Preguntar qué le está pasando. Habló de sus resistencias. Y también de su infancia. | Explotó en emoción. |
| Drama emocional | Explicar por qué no entrar en el drama y llanto desconsolado. Reeducación emocional. | Entró en la respiración desde la adulta, con más responsabilidad de la adulta respecto a la niña. |
| No se permite expresar emoción, retiene. | Validar | Conecta en emoción. |
| Explota en emoción. | Indicarle que respire “Respíralo”, cerrar la boca y respirarlo. | Digestión del llanto (Integración) |
|  |  |  |
|  |  |  |

La Libertad del Ser. Annie Marquier.