Curso Profundización Rebirthing

Pamplona 2017-18

Actividad: Asignación tema psicología espiritual

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Posible tema | Actividades en la sesión | Tareas/ recomendaciones fuera sesión |
| DesaprobaciónParentalDavidChema RobertaDoriSarayElena | Cartas completación verbalAfirmacionesTema agradar-desagradar: trabajar con la polaridad silla caliente, una escala de un lado a otro de la sala caminando la polaridad sintiendo el cuerpo, escala con post-its en suelo y ver qué necesitaría para avanzar en la polaridadRevisar concepto libertad/ agradar/Perfeccionismo, rigidezDesamor: ejercicio del autoamorExigenciaQuerían niño y eras niña: afirmacionesActos psicomágico de Jodorowski para reivindicar su feminidadRevisar sus patrones: cuestionarios de los septenios del libro de la Escuela de la Vida | Actos psicomágico de Jodorowski para reivindicar su feminidad |
| Padre/ hombre/masculinidadDavid | Hombres de la familia- silla vacía con el padreEjercicio CF con padreIntegrar partes masculinidad: silla caliente: él y una de las características negativas masculinas/ padre/ la masculinidadCaricatura del macho alfa en el cuerpoTema agresividad masculina: exploración verbal | Osho: Libro del hombreDinámica para conectar |
| Niño interiorChemaDoriSarayElenaVanessa | Ejercicio CF niño-adultoCartas niñoContar la historia de su heridaVisualización con niñoAproximación con trabajo de trauma más sutilExigenciaAutoamorRevisar sus patrones: cuestionarios de los septenios del libro de la Escuela de la VidaTrauma abandonno | AfirmacionesTrabajo con cojínBiografía infantil: Volver a casaTrbajo con fotos de la niña- ver qué está pasandoCartas niñaLibro trauma abandono |
| CorazaChema | Silla caliente con él: su parte vulnerable y su parte de máscaraIniciar su propio cuento: Érase un hombre on una corazaExplicar concepto de Osho de armadura herida | Caballero de la Armadura Oxidada- programa |
| Roberta | Tomar la imagen de la caja negra: fantasar con qué habría en esa caja |  |
| Guion natalRobertaDoriVanessa | Patrón repetitivo en las mudanzas posible origen del guión natalTerminar muy prontoVisualización del guión natalQuerían niño y eras niña: afirmacionesTrauma abandono |  |
| Trauma EscuelaDoriSaray | Perfeccionismo, rigidezExigencia |  |
| Mentira personalDoriSaray | Trabajo columna respuestaExigencia- o soy suficiente |  |
| Drama emocionalJoanaVanessa | Ayudar a su desidentificación: observación diariaEntender el beneficio oculto del drama: para qué me sirve ese personaje, ver patrones |  |
| Adulto sanoVanessa | Pasar de adolescente al adulto: toma de consciencia con ejemplos, que tome responsabilidad de su vidaAfirmacionesVisualización ya como adultaIndagación del beneficio de seguir siendo adolescente: Beneficios del personaje |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| Necesidades como renacedores/as para dar mejor las sesiones: | Estás más presente: más trabajo personal (meditación)Experiencia previa con las actividades que proponemos: terapia individual, autoadministración de las actividadesEstudiar los temas desde el plano teóricoSeguir respirado conmigo |  |
|  |  |  |
| Próximos pasos en psicología espiritual:  | Ampliar la caja de herramientasPracticar las dinámicasMuerteProsperidadAbusoSuicidioEmociones: revisarFormas de conectar hacia el amor con uno mismo (actitud terapeútica)Revisar el trabajo personalCómo validar la vida del que respira: compasión |  |
|  |  |  |
|  |  |  |