Curso Profundización Rebirthing

Pamplona 2017-18

Actividad: Asignación tema psicología espiritual

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Posible tema | Actividades en la sesión | Tareas/ recomendaciones fuera sesión |
| Desaprobación  Parental  David  Chema  Roberta  Dori  Saray  Elena | Cartas completación verbal  Afirmaciones  Tema 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 polaridad  Revisar concepto libertad/ agradar/  Perfeccionismo, rigidez  Desamor: ejercicio del autoamor  Exigencia  Querían niño y eras niña: afirmaciones  Actos psicomágico de Jodorowski para reivindicar su feminidad  Revisar sus patrones: cuestionarios de los septenios del libro de la Escuela de la Vida | Actos psicomágico de Jodorowski para reivindicar su feminidad |
| Padre/ hombre/  masculinidad  David | Hombres de la familia- silla vacía con el padre  Ejercicio CF con padre  Integrar partes masculinidad: silla caliente: él y una de las características negativas masculinas/ padre/ la masculinidad  Caricatura del macho alfa en el cuerpo  Tema agresividad masculina: exploración verbal | Osho: Libro del hombre  Dinámica para conectar |
| Niño interior  Chema  Dori  Saray  Elena  Vanessa | Ejercicio CF niño-adulto  Cartas niño  Contar la historia de su herida  Visualización con niño  Aproximación con trabajo de trauma más sutil  Exigencia  Autoamor  Revisar sus patrones: cuestionarios de los septenios del libro de la Escuela de la Vida  Trauma abandonno | Afirmaciones  Trabajo con cojín  Biografía infantil: Volver a casa  Trbajo con fotos de la niña- ver qué está pasando  Cartas niña  Libro trauma abandono |
| Coraza  Chema | Silla caliente con él: su parte vulnerable y su parte de máscara  Iniciar su propio cuento: Érase un hombre on una coraza  Explicar 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 natal  Roberta  Dori  Vanessa | Patrón repetitivo en las mudanzas posible origen del guión natal  Terminar muy pronto  Visualización del guión natal  Querían niño y eras niña: afirmaciones  Trauma abandono |  |
| Trauma Escuela  Dori  Saray | Perfeccionismo, rigidez  Exigencia |  |
| Mentira personal  Dori  Saray | Trabajo columna respuesta  Exigencia- o soy suficiente |  |
| Drama emocional  Joana  Vanessa | Ayudar a su desidentificación: observación diaria  Entender el beneficio oculto del drama: para qué me sirve ese personaje, ver patrones |  |
| Adulto sano  Vanessa | Pasar de adolescente al adulto: toma de consciencia con ejemplos, que tome responsabilidad de su vida  Afirmaciones  Visualización ya como adulta  Indagación 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 actividades  Estudiar los temas desde el plano teórico  Seguir respirado conmigo |  |
|  |  |  |
| Próximos pasos en psicología espiritual: | Ampliar la caja de herramientas  Practicar las dinámicas  Muerte  Prosperidad  Abuso  Suicidio  Emociones: revisar  Formas de conectar hacia el amor con uno mismo (actitud terapeútica)  Revisar el trabajo personal  Cómo validar la vida del que respira: compasión |  |
|  |  |  |
|  |  |  |