



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ  
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД ХАНТЫ-МАНСИЙСК  
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ХАНТЫ-МАНСИЙСКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 17 «НЕЗНАЙКА»**

## **Семинар-практикум «Техника идеального общения»**

Составитель:  
педагог-психолог  
Мельникова О.П.

г. Ханты-Мансийск

2019 год

## 1 слайд

ТИТУЛ

## 2 слайд

Джоэл Мари Тойч и Чемпион Курт Тойчи, супружеская пара из ЛосАнжелоса, Они познакомились, когда ему было 33 года, он познакомился с женщиной, которую звали Джоэл Мари Ноэл. Она перевернула всю его жизнь. Они поженились и начали совместно работать. Она глубоко знала Библию и чувствовала многие законы, которые управляют развитием человеческих судеб она – целитель, пастор и ясновидящая. Он – доктор физики, который систематизировал и перевел в точные научные термины ее откровения. Вместе они основатели **психогенетики (или генофизики)**

**Метод создан, как синтез научных и духовных законов, когда доказывается то, что законы физики и генетики полностью базируются на духовных законах.**

## 3 слайд

(1) В современном мире сейчас много говорится о том, что

**Доброта и совершенство, здоровье и гармония, любовь и счастье - естественные состояния человека**

*(что мешает некоторым быть счастливыми, или не всегда быть счастливыми?)*

(2, 3) Генетический код еще до рождения человека определяет большую часть перспектив его жизни и основные модели поведения. Сведения об опыте предков сохраняются вместе с информацией о внешности в молекуле ДНК. Генетический код (и именно ГК, который и заложили наши предки) – это не просто набор физических признаков, обуславливающих цвет глаз и форму черепа. От предков к потомкам передаются не только музыкальная одаренность или умение быстро бегать, но и богатство или бедность, счастье в любви... ( Рассказать про анорексичек: анорексия дочерей, приводящая в отчаяние родителей, может быть расплатой за то, что в сложные времена их прапрадедушка отнимал еду у нуждающихся (например, служил в налоговых органах). Венец безбрачия и т.п.

Спросить примеры

Что нам мешает быть счастливыми?

(4) Каждый человек имеет свое основное внутреннее направление - уникальное соединение генетических, бессознательных и сознательных факторов, в соответствии с которыми он движется по жизни, получает опыт и «играет» свои роли - независимо от собственных сознательных реакций и интерпретаций. «Излучение» этого основного внутреннего направления влияет на поведение, успех, здоровье человека.

А Основное внутреннее направление возникает на основе опыта и эмоций предков, порождено генетическими, подсознательными и сознательными факторами, функционирует как сознательно, так и неосознанно, влияет на межличностное общение и другие виды жизненного опыта.

**Основное внутреннее направление связано с эмоциями.**

Основное внутреннее направление возникает на основе опыта и эмоций предков, порождено генетическими, подсознательными и сознательными факторами, функционирует как сознательно, так и неосознанно, влияет на межличностное общение и другие виды жизненного опыта. Оно может быть как положительным, так и отрицательным. Последнее побуждает человека делать то, что противоречит его истинной природе ( находится в гармонии, любви, счастье и др.).

Основное внутреннее направление *деструктивного* характера связано с отрицательными эмоциями: страхом, гневом, стыдом, виной, обидой, часто неосознаваемыми.

Вытесненные в подсознание чувства страха, гнева, стыда, вины или обиды, живущие веками в той или иной семье, становятся важной составляющей болезненных взаимоотношений. И нередко становятся причиной психосоматических нарушений (рака, алкоголизма, псориаза, сердечно - сосудистых и желудочных заболеваний).

#### 4 слайд

Основное внутреннее направление и негативные эмоции, переплетаясь с жизненными обстоятельствами, формируют определенную модель поведения, неизменно повторяющуюся из поколения в поколение.

**И ЭТИ Модели поведения повторяются из поколения в поколение.**

Модель поведения - это устойчивая, регулярно повторяющаяся, «узнаваемая» форма поведения. В английском языке такие специфические, характерные для человека формы поведения называют паттернами.

В семьях «живут» и передаются из поколения в поколение *модели осуждения, агрессии, насилия, отвержения, прерывания, потери, беспомощности, ухода*, (при чем уход не только из семьи, но и из жизни)

Основное внутреннее направление, негативные эмоции и поведенческие модели - это мощная сила, которая предопределяет не только индивидуальное состояние человека, но и его взаимодействие с другими.

#### ПОЭТОМУ

**Взаимодействие между людьми и межличностные отношения обусловлены семейными законами взаимного притяжения.**

Общение - это не только обмен вербальными и невербальными сигналами. В человеческой коммуникации участвует еще и бессознательный радар (генетически обусловленная частота электромагнитных колебаний, излучаемых мозгом, которая, дополняя словесные и невербальные паттерны общения, посылает сигналы в окружающую среду и определяет характер взаимоотношений человека с окружающими, «притягивая» людей, совершенным образом дополняющих его исходную модель поведения: тот, кому в соответствии с семейным законом суждено быть отвергнутым, встретит человека, склонного к отвержению. Владелец модели потери встретится с нечестным, который «поможет» потерять что-то очень дорогое. Склонный к модели беспомощности будет попадать в затруднительные ситуации и т.п.)

**Именно он и играет главную роль в людском взаимодействии**

Сохраняются и передаются из поколения в поколение нежелательные наследственные черты, которые проявляются в одном аспекте жизни и оказывают значительное влияние на другие - брак, взаимоотношения с людьми, здоровье.

Поскольку дети обладают электромагнитным мысленным полем, идентичным родительскому, их основное внутреннее направление, как правило, совпадает с родительским. При отсутствии специально направляемой систематической коррекции дети обречены, повторять основную историю семьи, лишь незначительно изменяя ее под влиянием жизненных обстоятельств.

**НО** вместе с негативными программами наши предки передали нам массу положительного опыта. Его-то психогенетика и предлагает использовать в качестве надёжной опоры для самореализации. И дает нам в руки совершенный инструмент

(КаКОЙ?)

Семейный закон, определяющий основные закономерности поведения и взаимоотношения членов семьи, может быть изменен, если человек захочет «переобучить» свое подсознание и будет настойчиво работать над собой. Для этого должно произойти осознание негативных аспектов своей генетической программы. Это поможет стать хозяевами своей жизни и собственными руками, умом и волей создавать свое настоящее и будущее благополучие.

"Психогенетика — это не психотерапия, а переобучение!"

Генетически заложенные правила можно изменить с помощью самого совершенного инструмента?? – мысли.

А самое главное — это мыслить позитивно.

**5 слайд**

**МЫСЛЬ**

**6 слайд**

Физики и нейробиологи давно пришли к выводу, что мысль материальна и состоит из мельчайших электромагнитных частиц. Именно упруги Тойч доказали, что она может воздействовать на ДНК, изменяя его, а вместе с тем переписывая заново жизненный сценарий.

Если качество жизни определено нашими мыслями, то само качество мыслей определяется тем, что мы получили по наследству. (Паттерны или ролевые модели негативные эмоции и деструктивные установки)

Мы повторяем судьбу родителей, потому что усвоили в детстве определенную модель.

*Передаваемые по наследству или сформированные воспитанием взгляды на жизнь создают будущее помимо сознательной воли человека. Они служат тормозом или крыльями на пути к успеху.*

**7 слайд**

**Слова**

Являясь носителем языка, каждый из нас имеет совершенно уникальный запас **слов**. Этот набор является мощным инструментом самопрограммирования. В буквальном смысле: как говорим - так и живём. Что заявляем то и имеем. **Слова** – это **одежда наших мыслей**, и энергия **слов** имеет еще более плотную структуру, и эта энергия в разы быстрее (по сравнению с энергией **мысли**) формирует материю. Это открытие сделал немецкий психотерапевт Носсрат Пезешкиан, он первый обнаружил (а потом научился обезвреживать) **слова**, программирующие болезни тела.

Уже давно доказано, что эти разрушительные слова присутствуют в лексиконе **всех** людей. Понимаете? Нет ни одного человека, кто бы уберёгся от слов, которые: программируют болезни, материализуют их в теле и ни в какую не позволяют их исцелить. Эти слова имеют: название

**«органическая речь». Суть в чем: органическая речь – это слова и выражения, напрямую влияющие на физиологические органы человека. А еще хочу обратить ваше внимание на то, насколько виртуозно замаскированы слова-разрушители – вот просто и не сразу верится, что такие безобидные на вид слова могут так сильно вредить.**

**слова разрушители:**

лопнуло мое терпение, я уже голову сломал, что-то меня гложет, всю плешь мне проели, сидит у меня в печенках, почках (что-то, кто-то), мне перекрыли кислород, не перевариваю (что-то или кого-то), все соки из меня выжали, много крови мне испортили, чихать я хотел, надоело до тошноты, просто ножом по сердцу, проклевал мог, меня уже колотит (трясет), всю шею отсидели, сыт по горло, с души воротит, загоняли меня до смерти, побывай в моей шкуре, давят на меня

У подсознания нет чувства юмора и все нами сказанное оно воспринимает буквально, больше того, как команды. Когда мы говорим про коллегу «Дура», подсознание воспринимает.....

### Слова-кандалы

Употребляя слова-кандалы, мы ограничиваем себя и в свободе, и в возможностях, и в праве, которое по умолчанию (т.е. без всяких условий) дано каждому из нас от рождения: получать от жизни все самое лучшее.

Слова-кандалы: не могу, не умею, не уверен (-а), не получится, это выше моих возможностей (сил), не могу обещать, от меня не зависит, не возьму на себя такую ответственность, постараюсь, не достоин (-на), еще не время, хотелось бы, но... мало ли чего я хочу! хотеть не вредно, кто я такой/-ая, чтобы... я не могу себе позволить, ничего себе! надо, нужно (не в контексте потребности, а в значении «обязан»), должен (должна), требуется, проблемы, невозможно, маловероятно, никогда, не может быть, если вдруг (отказ от возможности), если что (и это тоже отказ от возможности: мол, хочу-то я хочу, но вряд ли получу),

### Планирование препятствий.

Эти фразы — самый надежный способ, чтобы не только **НЕ получить** то, к чему стремишься, а гарантированно обеспечить себя тем, чего ни в какую не хочешь), Может случиться так... а вдруг (та же песня), не дай бог (из той же оперы). И самое убойное: нет выбора.

*И вот еще что примечательно: создав болезнь, слова-разрушители еще более укореняются в активной речи – и совсем не для того, чтобы о болезни сообщать (сигнализировать).*

*Задача слов-разрушителей совсем другая – поддержать болезнь, дать ей возможность «жить и процветать».*

**И это понятно: органическая речь – это самостоятельная психическая программа, и у нее вполне обоснованная миссия: поддерживать то, что создано.**

А вот СЛОВА-КРЫЛЬЯ:

Вот он, наш истинный ресурс:

- Я могу,
- У меня всё получается.

И самое мощное:

- Я намерен(-а).

прямо сейчас произнесите, пожалуйста, вслух:

«Я хочу», а потом так же вслух: «Я намерен (-а)», и вы отчетливо почувствуете, что сделали энергетический переход: более тонкую энергию перевели в значительно более плотную.

И этот переход распознается не умозрительно, а на биологическом уровне, и как раз в этом-то секрет и состоит: глагол «намерен» запускает в теле совершенно определенные химические реакции (не гипотеза – проверили замерами). И как раз эти реакции заставляют мыслить продуктивно, и действовать уверенно (а не наугад)

### Упражнение "Мнение обо мне"

Каждый участник сможет услышать мнение других о себе. Это "социальное эхо" помогает сориентироваться в группе.

Вам понадобятся бумага и карандаши по числу участников.

1. Каждый участник пишет свое имя сверху на листе бумаги. Затем листы складываются вместе в стопку, перемешиваются и раздаются членам группы.
2. Все пишут короткие комментарии под именем на том листе, который им достался. Это может быть комплимент, вопрос или же личное мнение о данном человеке.
3. Все листы снова складываются в стопку, перемешиваются и заново раздаются участникам, которые опять пишут свои комментарии.
4. Те же действия повторяют еще раз.
5. Теперь на каждом листе написано по три комментария. Ведущий собирает все листы и по одному зачитывает их вслух. После каждого прочтения упомянутый участник может высказать свое мнение по следующим вопросам:

Удивил ли меня чей-либо отзыв?

Считаю ли я данные высказывания в мой адрес корректными?

Хочу ли я ответить на заданный вопрос?

Как я обычно чувствую себя, попадая в новый коллектив?

Как я хочу выглядеть в группе?

Моя восприимчивость - это, скорее, достоинство или недостаток?

Вы можете прочитать комментарии, написанные на всех листах, а затем пригласить участников к обсуждению игры.

### Медитация

Ваше тело начинает постепенно расслабляться. Вы чувствуете, как исчезает напряжение в мышцах. С каждым произносимым словом каждый мускул тела все больше наполняется ощущением покоя и приятной вялости. Ваше дыхание ровное, спокойное. Воздух свободно заполняет легкие и легко покидает их. Сердце бьется четко, ритмично.

Расслабляются мышцы лица... Уходит напряжение из скул... Из челюстей... Губы становятся мягкими и податливыми... Разглаживаются морщинки на лбу... Веки перестают подрагивать... Они просто сомкнуты и неподвижны... Все мышцы лица расслаблены... Легкий, прохладный ветерок омывает ваше лицо... Он приятен и добрый - этот воздушный поцелуй... Воздух несет вам свою целебную энергию... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично...

Вы и углубляетесь в лес. Под вашими ногами узкая тропинка. Она едва заметна в траве. Видно, по ней нечасто ходят. Вы не торопясь идете по лесу и неожиданно видите сквозь кроны деревьев крышу здания необычной архитектуры. Вы направляетесь к этому зданию. Деревья отступают, и вы оказываетесь перед удивительным строением. Это храм. Он стоит далеко от суеты городов и уличной толкотни, от погони за призрачным счастьем. Этот храм – место тишины и спокойствия, место для размышлений и углубления в себя. Несколько широких

ступеней ведут к тяжелой дубовой двери. Солнечные лучи играют на позолоте узоров, украшающих дверь. Вы подымаетесь по ступеням и, взявшись за золотую ручку, открываете дверь. Она поддается неожиданно легко и бесшумно. Внутри храма – полусумрак и приятная прохлада. Все звуки остаются снаружи.

Вдруг вы оказываетесь в эпицентре света, он повсюду, он окутывает вас своим теплом.....

В этом невероятном свете растворяются все ваши обиды, горести, проблемы, неудачи, несправедливое отношение, оскорбления, унижения, злость, разочарования, невозможность достичь цели .....они рассыпаются на тысячи мельчайших частиц и растворяются, они покидают ваше тело т разум навсегда.....Скажите им спасибо и проститесь с ними...

Вместо этого начните заполнять эти пустоты **радостью, ликованием, наслаждением от жизни, доверием, согласием с самим собой**

Если перед глазами возникнут образы негативных событий, представьте, что они сгорают под воздействием Света. И тут же создайте новый сюжет с положительным исходом. Закрепите этот образ в своей памяти...

#### ➤ **Памятки**

➤ «О чем моя боль».

➤ «Переобучение или изменение жизненной программы. Семишаговая модель переобучения».

➤ «Техника идеального общения» 85 слов-паролей.

#### Источники:

1. <http://samopoznanie.ru/schools/psihogenetika/#ixzz4W6yZfbJq>
2. «Психология общения». В.А.Горянина. Москва, изд. АCADEMIA, 2004
3. <http://crisis-psycholog.ru/index.php/crisis/organic-words>
4. Тренинг по психогенетике Елены Стецюк, в октябре-ноябре 2014 г.