Выездной тренинг Международной Академии Психологических Наук

Психотехнология ДМД как ресурс личностного развития

4 – 8 ноября 2020, Иркутск.



ДМД - Дыхание-Музыка-Движение - это мощная и эффективная дыхательная практика современности, ставшая результатом многолетних полевых исследований и научных экспериментов.
Она была сформирована более 20 лет назад как обобщение в единую стратегию теоретического и практического опыта применения в личностном росте и трансформации интенсивных интегративных психотехнологий (ИИПТ).
Это сочетание музыкотерапии, танцевально-двигательной и телесно-ориентированной психологии, а также лучшего из методик изменённых состояний сознания, вызываемых дыхательными психотехниками.

Данный тренинг **представляет интерес** для психологов, педагогов, психотерапевтов,

психиатров, и других специалистов, занимающихся проблемами личности и личностного роста.
А также для всех тех, для кого их жизнь и их личность - это пространство творчества и развития.

Основными элементами ДМД являются:

- оригинальная и эффективная программа связного дыхания
- Специально разработанный алгоритм музыкальной стимуляции
- приемы высвобождения движения и дыхания во время дыхательной сессии и до нее.

Важно! ДМД - экологичная и абсолютно безопасная психотехника, единственная из всех дыхательных техник, **прошедшая всестороннюю научную проверку и экспериментальное тестирование** психологических и физиологических состояний, возникающих во время дыхательной сессий.

Спонтанное движение рождается спонтанным дыханием и трансовой музыкой, когда тело-музыка-дыхание становятся единым целым, как в шаманском танце, и получают трансперсональное, запредельное наполнение и глубину. Это очень мощный процесс, в результате которого может открыться доступ к глубинным пластам психики, к скрытым там неизвестным ресурсам, к вытесненым травматическим ситуациям.
Учась управлять своим дыханием, человек учится управлять своей психикой, а значит и жизнью.

Цель тренинга «ДМД» - преодоление психологических и социо-культурных стереотипов, развитие личностного потенциала, расширение сознания, получение целостное восприятие себя и мира.
А также освоение теории и навыков по ведению практики ДМД в качестве тренера.

Что будет на тренинге:

- теория психотехнологии ДМД - сущность и особенности использования
- лекции по интегративной психологии - сознание, личность, Я реальное и Я

потенциальное
- этапы и стадии интеграции личности
- влияния расширенных состояний сознания на нейропсихологию, психофизиологию, витальность, личностные и социально-психологические качества
- кризисные состояния личности - кризис как ресурс
- техники трансформации состояний сознания
- телесно-двигательные техники, методы релаксации, медитации, направленные визуализации.

В результате Вы сможете:

- получить доступ к скрытым внутренним резервам - витальным, эмоциональным, творческим, когнитивным
- безопасно снять напряжения - телесные, эмоциональные, ментальные - даже очень глубокие
- высвобождать энергию из кризисных состояний и стрессов
- обретать целостность и не зависеть от внешних обстоятельств
- эффективно делать выбор и принимать решения, когда этого требует ситуация
- увидеть новые смыслы и возможности своей реализации
- держать эмоциональное равновесие и управлять своими чувствами
- применять психотехнологию ДМД в своей профессиональной и личной практике.

ДМД – это выход за пределы обыденного сознания, к новым возможностям и свободе. Это способ - жить в полноте, видеть мир ярким, думать и чувствовать нестандартно.

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Место проведения: Парк-отель «Картакой» находится в уединённом месте на берегу залива в сосновом бору - только мы и белки (20 км от Иркутска за п. НовоГрудинино).
Условия проживания:
- 2-3х местные номера уровня стандарт
- 2-4 местные номера в эконом-корпусе (удобства на этаже).
Питание: централизованное 3-х разовое.

С собой иметь: коврик или покрывало для работы в зале, теплые носки или тапочки, спортивную лёгкую одежду, тетради, ручки для записи лекций и самоанализа.

Стоимость тренинга (проживание, питание, обучение) – 26000 руб.
эконом вариант - 23 000 руб.

Предоплата обязательна - в размере 50% стоимости до 15.10.2020.

Сбор группы - 4 ноября в 8:30.
Выезд на автобусе со скв.Кирова - автостоянка перед зданием по адресу: Ленина, 14-б (проезд 400-500 руб).