

## КАРТА СКРЫТЫХ РЕСУРСНЫХ СОСТОЯНИЙ И СТРЕС-ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА УЛУЧШЕНИЕ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

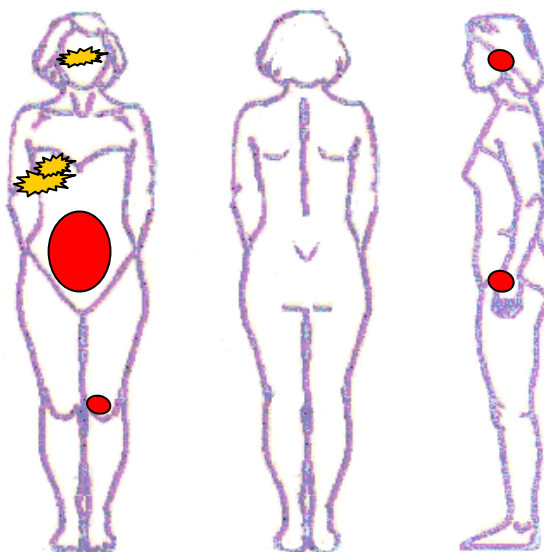
Клиент: \_\_\_\_\_ Екатерина \_\_\_\_\_



- нет помех в психике, понижающих ресурс
- есть помеха в психике, блокирующая ресурс.
- есть достаточная помеха в психике, блокирующая ресурс.
- есть большая помеха в психике, блокирующая ресурс.

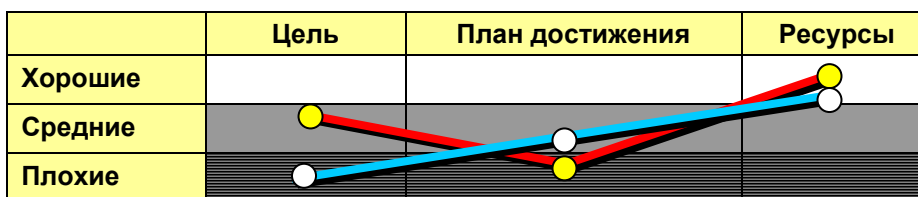
### 1. РЕСУРС ТЕЛЕСНОГО ЗДОРОВЬЯ:

- Психосоматика:**
- - внешние части тела
  - ☀ - внутренние органы



**Ресурс:  
35%**

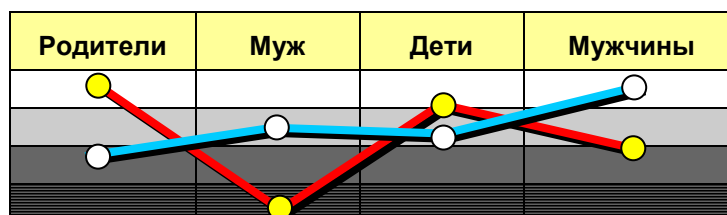
### 2. ЗНАНИЯ О ЗДОРОВЬЕ И СПОСОБОВ ЕГО ДОСТИЖЕНИЯ



**ПСИХОСОМАТИКА:** можно устранить беспокойства, связанные с женскими половыми органами, также с печенью, горлом, и улучшить слух

### 3. РЕСУРС В МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЯХ (СЕМЬЯ, СЕКС, МУЖЧИНЫ)

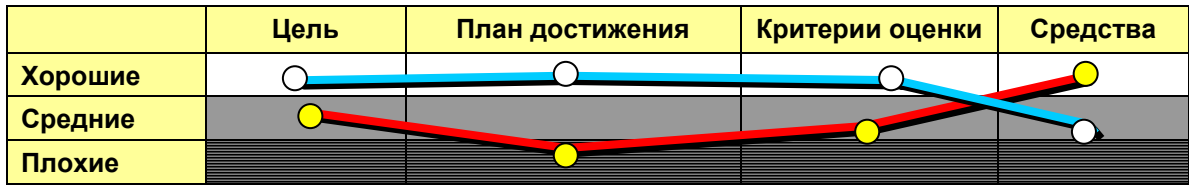
- — Сознательная оценка
- — Показания «ИПЭР»



**Ресурс:  
75%**

**РЕСУРС:** можно улучшить взаимоотношения с мужем, и с мужчинами, именно по этим пунктам присутствует неадекватная оценка

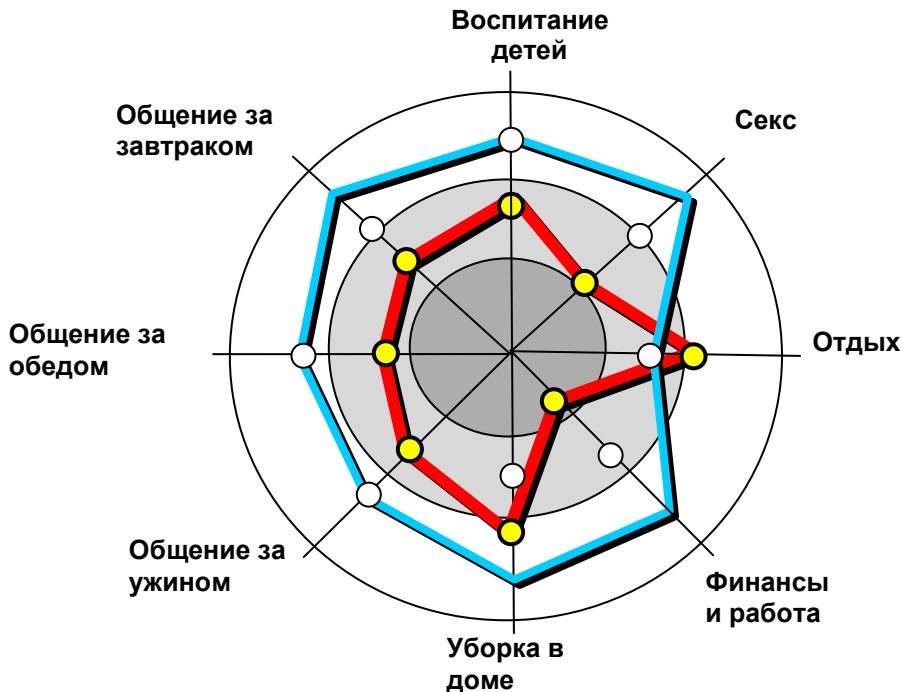
#### 4. ЗНАНИЯ ПО СОЗДАНИЮ БЛАГОПОЛУЧИЯ СЕМЬИ И СПОСОБОВ ЕГО ДОСТИЖЕНИЯ



**РЕСУРС:** можно улучшить целеобразование, планирование, способность адекватно оценивать реальность. Неадекватная оценка своих знаний и навыков в отношении понимания способов достижения благополучного семейного состояния

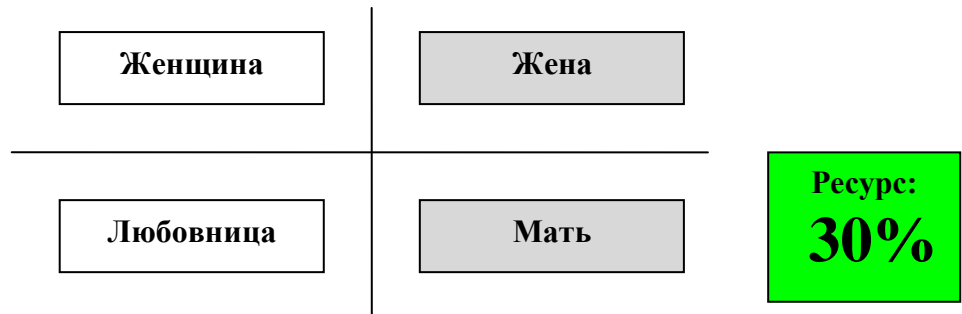
#### 5. РЕСУРС ВО ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ «МУЖ-ЖЕНА»

○ — Сознательная оценка.  
● — Показания «ИПЭР».



**РЕСУРС:** необходимо улучшить способность более адекватно и спокойно реагировать в сексуальных взаимоотношениях, а также в вопросах финансов.

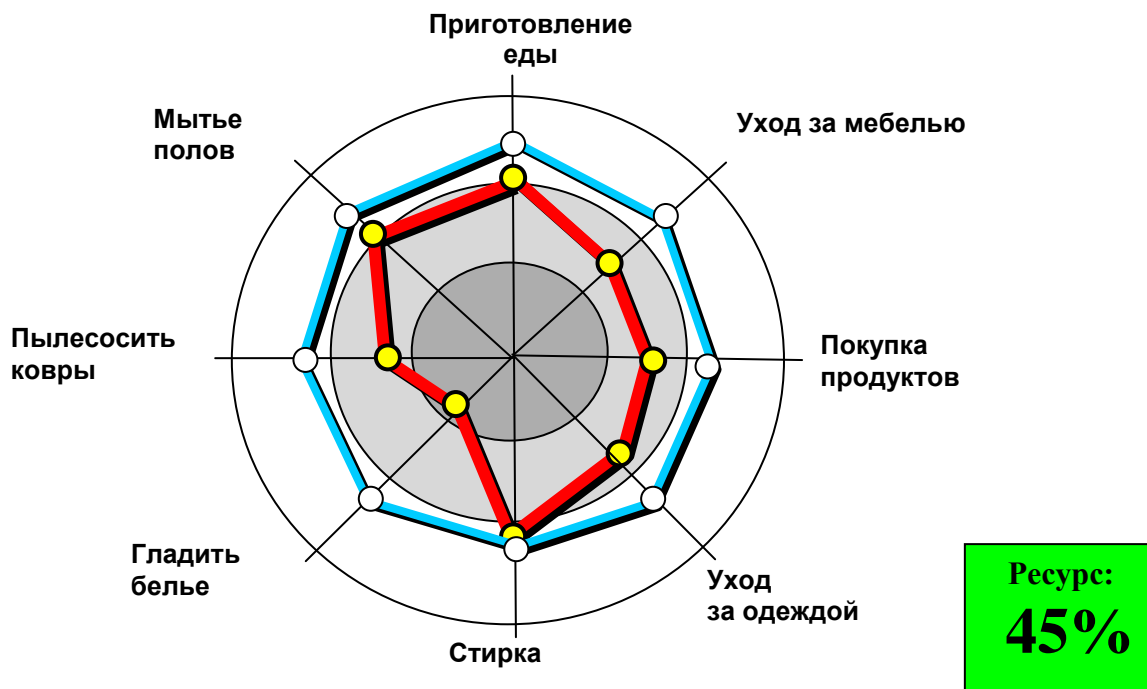
#### 6. РЕСУРС В ИГРОВЫХ РОЛЯХ



**РЕСУРС:** необходимо трансформировать негативные вытесненные эмоции в игровой роли «жена», так как эта информация не дает возможности перейти в роль «мать»

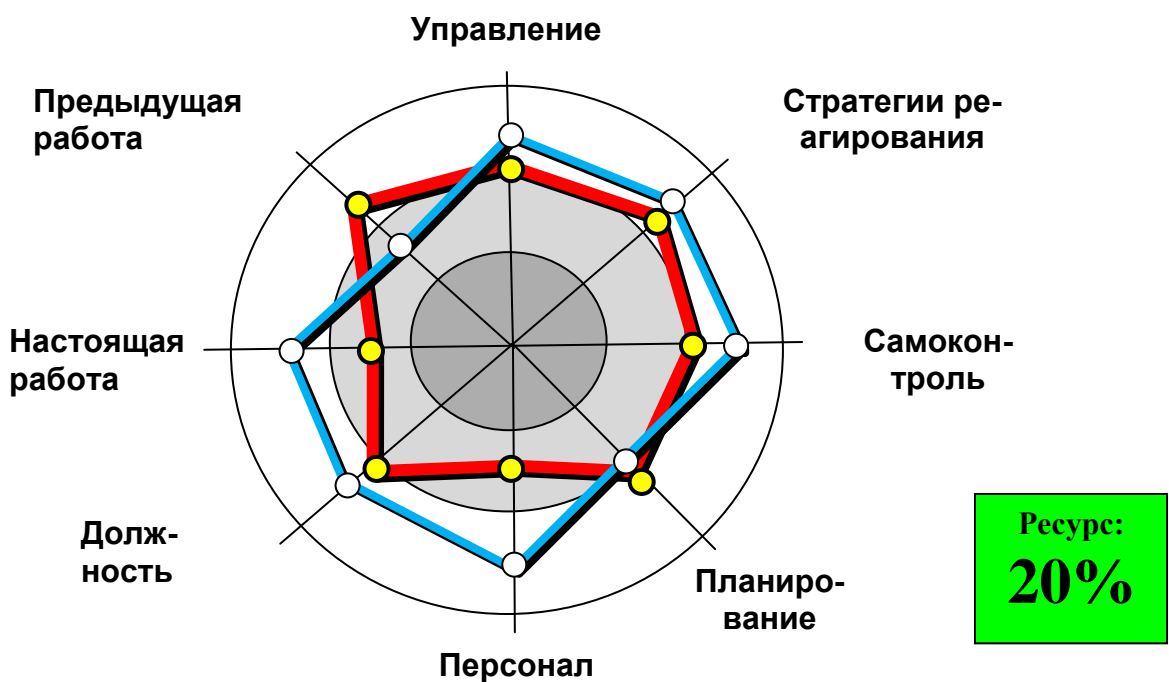
## 7. РЕСУРС В ИГРОВОЙ РОЛИ «ХОЗЯЙКА ДОМА»

○ — Сознательная оценка.  
● — Показания «ИПЭР».



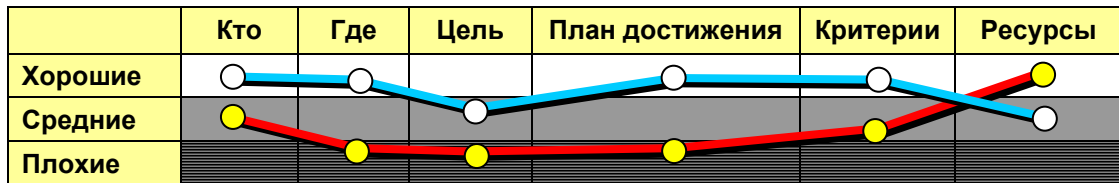
**РЕСУРС:** \_\_\_\_\_ необходимо устранить негативные эмоции связанные с уборкой в доме, глажения белья, уход за мебелью, пылесосить ковры. \_\_\_\_\_

## 8. РЕСУРС В РАБОТЕ



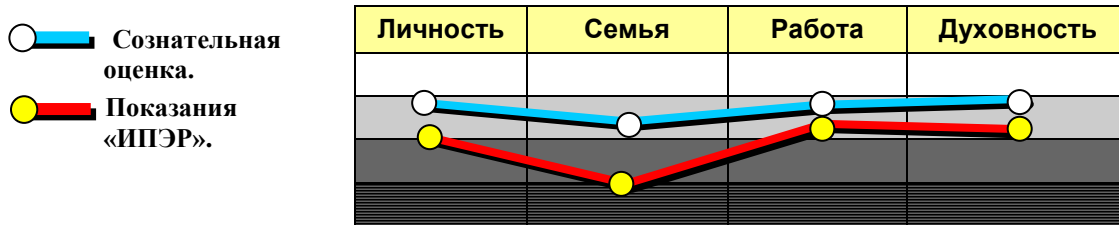
**ВЫВОД:** \_\_\_\_\_ Можно улучшить взаимоотношение с персоналом и в общем по настоящей работе поднять результативность. Склонность к завышению своих возможностей. \_\_\_\_\_

## 9. РЕСУРС В ДУХОВНОЙ СФЕРЕ



**РЕСУРС:** \_\_\_\_\_ полная неадекватная оценка своих духовных возможностей. Необходимо начать с прояснения «Кто я?», «Какова моя цель?», «Каков план достижения цели?», «Необходимые ресурсы для достижения цели», «Критерии оценки достижений»

## 10. СООТНОШЕНИЕ ЛИЧНОСТНОГО, СЕМЕЙНОГО, ПРОИЗВОДСТВЕННОГО И ДУХОВНОГО РЕСУРСА



**РЕСУРС:** \_\_\_\_\_ коррекцию состояния необходимо начинать с семьи, далее личность. Наблюдается завышенная самооценка, которая не дает быть более успешным и жизнерадостным

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Ресурс в эффективной деятельности и радостного ощущения жизни блокируется прошлыми негативными переживаниями, связанными с семьей и работой, хотя лично эти области вытесняются для восприятия.
2. Сложности в отношениях с мужем происходят из-за нарушения им устоявшихся семейных традиций.
3. В отношениях с детьми сложности происходят из проблем в управлении мужским началом, так как большую часть времени дети остаются под влиянием отца, который формирует их мировоззрение и отношение к матери.
4. Внутреннее напряжение (приводящее к бессоннице) и головные боли (как в прочем и болезни горла), происходят из-за подавления своих естественных эмоций (возможно из потребности соблюдать социальные нормы, традиции и мораль общества). В будущем привычка подавлять свои эмоции может привести к появлению чувства замкнутости и нереализованности, а также к понижению скорости адекватного реагирования на возникающие жизненные ситуации.
5. Недостаток тепла и понимания в семье приводит к ощущению опустошенности, а также к излишней жалости и сочувствию к другим людям, что в свою очередь, после осознания ненужной жалости и сочувствия, может приводить к появлению излишней эмоциональной черствости.
6. Пониженная энергичность связана с подавленной в прошлом желанной целью, но причины сложного и затянувшегося психоэмоционального восстановления лежат глубоко в детстве (во взаимоотношениях с матерью).

7. Поиск внутренней стабилизации приводит к излишнему залипанию внимания на внутреннем мире, что негативно влияет на межличностное общение (сложность в улавливании смысла содержания речи и донесении своей точки зрения другим).
8. Хроническая усталость свидетельствует о наличии в прошлом большого числа событий с сильными негативными эмоциональными переживаниями, которые, записанные в бессознательной области психики, до сих пор оказывают свое пагубное воздействие в виде психосоматических расстройств и пониженной энергичности.
9. Общение с людьми, склонными ко лжи и утаиванию своих истинных точек зрения и эмоций, приводит к нежеланию их слушать и как следствие снижается восприятие (слух, внимание, понимание).
10. Так как наиболее часто негативные переживания происходили в Москве или были связаны с Москвой, для бессознательной области психики этот город стал носителем негатива, что приводит к автоматическому появлению негативных ощущений при нахождении в этом городе или мыслях о нем.
11. Перегрузка психики прошлыми стрессами и эмоциональными переживаниями привела к понижению приспособляемости (подстройке) к окружающей реальности и уменьшению стратегий реагирования на возникающие ситуации.

Общий скрытый ресурс жизнестойкости (восприятия, активности и т.п.) составляет до 75%. Возможности в активности, а также в управлении окружающими процессами – занижены негативным прошлым опытом и установками из бессознательной области психики.

Наличие таких способностей, как: порядочность; целеустремленность; верность своим целям – говорят о больших возможностях в достижении желаемых целей.

## **ПРОГНОЗ**

При отсутствии профилактических психо-коррекционных мер, неизменности текущего состояния дел в семейных отношениях и наличии бессознательных программ и установок, увеличивается вероятность:

- а) закрепления отрицательных взаимоотношений с семьей;
- б) усиление психосоматических заболеваний: голова, почки, сердце;
- в) понижение энергичности и увеличение внутреннего дискомфорта.

## **РЕКОМЕНДУЕМАЯ ПРОГРАММА ПО ВОССТАНОВЛЕНИЮ СКРЫТОГО РЕСУРСА**

I. Терапевтические процедуры:

- 1) Индивидуальная психологическая коррекция по снятию бессознательных установок, препятствующих достижению желаемых целей и состояний – 8 часов.

II. Индивидуальные тренинги:

- 1) «Управление эмоциями и трансформация негативных эмоций» – 16 часов.
- 2) «Восстановление гибкости и подстройки под реальность другого» – 8 часов.
- 3) «Стратегии управления мужчиной» - 16 часов.

## **ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **ЭТАП 1**

I. Терапевтические процедуры:

- 1-й блок – 8 часов. Индивидуальная психологическая коррекция с элементами индивидуального тренинга. Проводится от двух раз в неделю по 2 часа за сеанс.

Конечный результат ЭТАПА 1:

- улучшение психоэмоционального состояния;
- энергичность и жизнерадостность;
- большая ясность в способах достижения жизненных целей.

Специалист по раскрытию  
скрытых ресурсов

**Александр Балыкин**

**Академия Развития Способностей «Гармония»**

127051, Россия, г. Москва, М.Сухаревская пл., д.6, стр.1, помещение ТАРП ЦАО (для писем)

Тел.: **8-916-801-1732**, e-mail: [b2000s@yandex.ru](mailto:b2000s@yandex.ru)



[www.osoznanie.biz](http://www.osoznanie.biz)

«Способ гармонизации психоэмоционального состояния человека» является запатентованным способом (№2373965).  
Товарный знак является запатентованным (№2008715445), Технология Направленного Осознания «ГАРМОНИЯ»,  
депонирована в РНТИЦ Академии наук РФ, № 002/2003

ВСЕ ПРАВА НА ДАННЫЙ МАТЕРИАЛ ПРИНАДЛЕЖАТ ГРУППЕ АВТОРОВ-РАЗРАБОТЧИКОВ.  
КОПИРОВАНИЕ, РАЗМНОЖЕНИЕ, ИЗМЕНЕНИЕ ИЛИ ДРУГИЕ ОПЕРАЦИИ С ДАННЫМ МАТЕРИАЛОМ  
МОГУТ БЫТЬ ТОЛЬКО С РАЗРЕШЕНИЯ АВТОРОВ-РАЗРАБОТЧИКОВ.