

Регрессивный анализ по методу Димитрова

Дата создания: 07.09.2017

Олег Димитров

1. Подготовка

1. Введение

- О чем этот курс
- Что будет на курсе
- Кому подойдет курс
- Как использовать курс
- Практика

2. Общие сведения

- Как меняется жизнь, кто меняет
- Ответственность за жизнь, за терапию
- Средняя скорость
- Скорость проработки, как управляет клиент
- Скорость: бизнесмены и работники
- Карма, мистика, эзотерика

3. Гипноза не будет

- Гипноз и влияние на результаты
- Гипноз и маркетинг
- Ответственность
- Эффективность кодирования от алкоголизма, заикания

4. Общие правила

- Записывать электронно
- Задача получать кайф от сессий
- Полная концентрация на процессе
- Не попросишь отзыва, его не будет
- Не париться на счет клиента, зона ответственности
- Желание проработать друзей и близких
- Сомнамбулы
- Мониторинг по завершению работы
- Полный контроль

5. Общая схема работы

- Как часто сессии
- Как выбирать психотравмы для проработки, принцип группировки
- Старт второго модуля, смысл, что требовать от клиента
- Общая схема сессии и работа с психотравмой

6. Как работает мозг

- Получение опыта
- Гены – на что влияют
- Ребенок чистый лист
- Задача выжить
- Пример: мама видит себя в зеркало и думает что она не красивая
- Как ребенок проносит опыт через жизнь
- Записывается без разбору все
- Бессознательное бегство от бедности и к нему

7. Как работает память

- Убрать страх, значит убрать доказательную базу
- Критерий важности воспоминания – сильная эмоция и связано с угрозой жизни
- Дать возможность забыть
- Изменить ситуацию
- Достройка воспоминаний, чем моложе тем больше
- Ложные воспоминания, конфабуляции

8. Структура мозга

Сознание

- Сознательные действия.
- Как бессознательное саботирует процесс
- Что плохого, когда все в жизни схвачено
- Во время сессий работа с бессознательным, а после сознательно

Бессознательное

- Убеждения, страхи

Подсознание

- Инстинкты, рефлекс

9. Поведение людей

- Компенсация
- Похвалите меня! (выкладывать фотографии)
- Стать бизнесменом, бегство от бедности
- Бегство от страха
- Все люди хорошие (пример: врун, трус, тормоз)
- Мы сами подсказываем поведение другим
- Влияние бессознательного на внешность, осанку

10. Диагностика

- Ответить на вопросы за его деньги
- Гарантии, пример из сессии
- Ты в том месте, потому что не вкладываешься
- Как обучение игре фортепиано

- Количество сеансов, скорость
- Работа с конкретными запросами
- Пример работы с заиканием
- Цель в жизни получать максимум удовольствия
- Твоя жизнь цветущий сад
- Контроль клиента после сессии
- Проработать самые дискомфортные чувства

11. Диагностика, часть 2

- Дискомфортные чувства проявляются через тело
- Клиенты которые подавляют чувства
- Вопросы по деньгам, возвращать или нет
- Проработаться самому

12. Диагностика, разбор файла

- Разбор файла диагностики клиента с комментариями

13. Диагностика. Разговор с клиентом. Идем по страхам

- Начало диагностики страхов

14. Диагностика: Страх перемен и будущего

- Страх перемен и будущего
- Суицидники
- Жалость к себе и окружающим
- Эгоизм
- Желание чтобы кто-то выслушивал мои жалобы

2. Проработка

1. Погружение расслабление

- Цель
- Пример

2. Выход на психотравму

- Прыгнуть в ситуацию последнюю или яркую
 1. Телесные ощущения не меняются
 2. Слабые чувства
- Подгружаемся глубже, регрессия по возрасту
 1. Достройка ситуации
 2. Ведем жестко возрастам или мягко
 3. Мониторить что линия верная
 4. Если чувств нет
- Сделать 5 – 7 прыжков
- Работа в МАМЕ

Если ситуаций мало

Поиск ситуации если ядро не нашли

2.1. Проблемы: выход на психотравму

- Не может вспомнить
 1. Ассоциативная память, пример с мороженым
 2. Достройка ситуации
- Вторичная выгода
- Вести жестко по годам
- Если не помнит после какого-то возраста
- Идти вверх а не вниз, если не получается
- Вернуться к яркому чувству если сбились
- Не понимает зачем избавляться от чувств

- Клиенту не нравится, как вы работаете
- Туго идет, просит погрузить глубже
- Подсовывает не те воспоминания, не те чувства
- Концентрация на чувстве и постепенный уход в сторону

3. Работа в ядре

- Работа в маме. Диссоциация
- Перезапись стрессовой ситуации. Работа с дыханием
- Погонять клиента, не ждать когда отпустит
- На логическом уровне должен понимать, в чем он ошибся
- Работа в других персонажах
- Работа до рождения
- Выразить в голове или физически
- Действия для выражения чувств
- Говорит «вроде нормально»

3.1. Проблемы: выражения чувств

- Вторичная выгода, негативные последствия
- Медленно выражает, не выражается
- Медленно идет, ускоряем
- Любит смаковать, обсасывать
- Если не уходит - закинуть в участников
- Действия вместо дыхания
- Есть что-то ниже. Пример с заиканием и папой
- Пример: смотрю в зеркало большие уши (кто внушил мысль?)
- Пример с ногами и бабушкой (не уходит чувство)
- Пример как работать в прабабушке вместо вторичной выгоды

4. Первый проход вверх

- Если проявляется дискомфорт при проходе вверх
- Другие чувства
- Воспроизводить ситуацию, но не чувство

5. Позитивация психотравмы

- Прочувствовать либо новыми выводами, либо историей
- Пример позитивации с клиентом
- Возникновение других чувств
- Тестирование реакции на двух ситуациях
- Если сняли не все, что-то осталось. Второе ядро

6. Общие проблемы

- Клиент откатывается
- Мозг пластичный
- Клиент должен выстраивать комфортную жизнь
- Если не проработать базу, откатывается
- Не делает ДЗ
- Чувства сами уходят

7. Пример сессии - работа с жалостью, страх будущего, перемен

- Жалость к себе (всплыла вторичная выгода)
- Страх будущего
- Страх перемен
- Жалость к себе - добивание

8. Проход в будущее

- Либо сам простраивает ситуации, либо вы ведете

8.1 Проход в будущее, пример Любовь к себе

9. Работа с убеждениями и поведением

- Кто внушил эту мысль?
- Курение
- Аллергия

- Табу что-то делать
- Если совершил ошибку, мне нужно ее обдумать
- Постоянно думаю о проблемах
- Не любит свое тело
- Работа с поведением: желание воровать
- Работа с позитивными чувствами
- Работа с поведением: желание унижать
- Ожирение

3. После сессии

1. Дополнительные задания клиенту

- Завершение сессии
- Выводы для клиента
- Тестирование изменений
- Привычка ожидать дискомфорта
- Управлял эмоциями
- Вкладываясь в свою жизнь

2. Мониторинг клиента

- Цель: собственная эффективность, четкая картинка где мы находимся
- Не достигли цели но сняли эмоцию
- Если идет медленно, клиентские отчеты
- Мониторинг после модуля поддержка контактов, второй модуль

3. Старт практики

- Проработать себя
- Работа за отзыв
- Ближайшее окружение
- Генерировать контент
- Старт с нуля сколько займет времени

4. Самопроработка

- Сложности
- Может ли клиент себя проработать

5. Работа по Skype

- Различия с очными сессиями
- Технические моменты