



В гости к самой себе!

Юлия Даниленко

Волшебный ПиЭндЭль Полет к успеху!



После 30-ти лет



После 30-ти лет



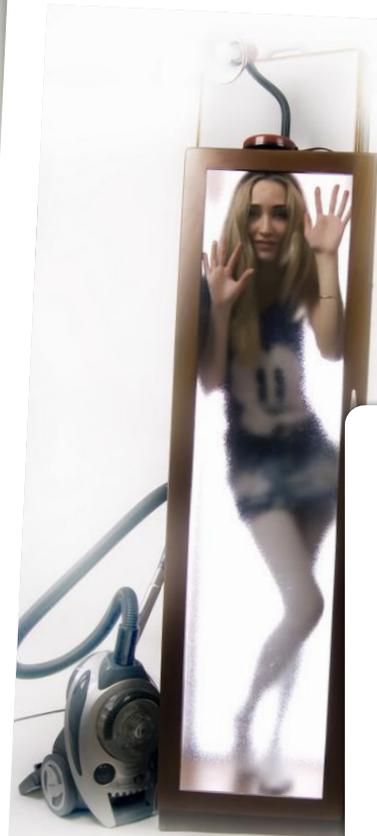
После 30-ти лет



После 30-ти лет



После 30-ти лет



Почему не сбываются мечты?

- Не ощущаем свой возраст
- Стремимся к тому, что нам не нужно
- Не понимаем своих желаний
- Не придаем значение тому, что у нас получается
- Видим только два выхода из ситуации
- Боимся, что не сможем себя контролировать
- Действуем так как



Не ощущаем свой возраст



- Развитие нашей личности происходит в течение всей жизни через пять этапов – возрастов



Пять возрастов души

Также как вселенная, человек в течение первого цикла жизни последовательно проходит через пять возрастов.

УЧЕНИЦА -	Детство с рождения до 13 лет
ВОИТЕЛЬНИЦА -	Молодость с 14 до 27 лет
ХОЗЯЙКА -	Ранняя зрелость с 28 до 41 года
МАСТЕРИЦА -	Зрелость с 42 до 55 лет
ПРЕМУДРАЯ -	Взрослость с 56 до 69 лет

Если каждые четырнадцать лет физический переход в новый возраст неизбежен, то психологически он может и не состояться. Задержка в предыдущем возрасте не дает душе приобрести новые ценности и обогатиться, чтобы созреть для второго жизненного цикла.

Миссия каждого возраста

- 0 — 13 лет **Вырасти, выжить**
- 14 — 27 лет **Найти собственное место в этом мире**
- 28 — 41 год **Найти цель, смысл жизни, собственное предназначение**
- 42 — 55 лет **Найти собственное счастье в жизни**
- 56 — 69 лет **Создать гармонию между собой и окружающим**



Миссия каждого возраста

70 — 83 года **Независимость, свобода, достоинство и интеграция этих качеств людей в глобальную систему.**

Мир воспринимается как хаотичная структура, сложившаяся под воздействием обстоятельств, поэтому личные взгляды и личная свобода и компетентность значат больше, чем деньги, престиж и власть.

84 — 98 лет **Сохранение мирового сообщества, жизненной силы, приспособление к реальности.**

Мир кажется тонко сбалансированной системой взаимосвязанных сил, где управление рисками находится в руках человечества.

Не ощущаем свой возраст



- Развитие нашей личности происходит в течение всей жизни через пять этапов – возрастов
- В каждом возрасте мы можем расширить свою систему ценностей, обрести новые смыслы жизни и мечты



Тренинг 1.

«Я и мое прошлое»

Узнаете:

- Пять возрастов
- Не страшно стареть
- Как изменяется система ценностей и что это дает

Научитесь:

- Сколько лет вам в душе
- Научиться соединяться со своим внутренним возрастом



Стремимся к тому, что нам не
нужно



- Для успешного развития личности в каждом возрасте нужно решить две задачи
- Каждая задача решается в течение



Десять жизненных задач

0-6

Познать свои желания

7-13

Научиться учиться у взрослых

14-20

Понять различия между собой и окружающими, доказать наличие собственного мнения

21-27

Приобрести достижения: создать семью, дом, детей, попробовать профессии и определиться.

28-34

Подвести первые жизненные итоги, зафиксировать достижения, наметить новые цели

35-41

Выяснить, что в жизни нравится делать, а что получается, изучать то, что хочется, полезно

42-48

Подвести вторые итоги, признать достижения, создать собственный социум, статус

49-55

Найти новые интересы, хобби, позволяющие «состояться». Отпустить контроль окружения.

56-62

Стать наставником для молодых, как в работе, так и в личной жизни

63-69

Стать Учителем с активной жизненной позицией, принять свой возраст.

Тренинг 2. «Я и то, к чему я стремлюсь»

Узнаете:

- Десять задач каждого возраста
- К чему нужно стремиться, чтобы быть включенной в жизнь

Научитесь:

- Признавать свои достижения
- Подводить жизненные итоги
- Радоваться тому, что имеете



Не понимаем своих желаний



- Каждый год нашей жизни актуализируется одна потребность
- Потребность сигнализирует о себе эмоциями
- Недовольство



Семь желаний

7 14 21 28 35 42 49 56 63 70 — Понять себя и свои желания

1 8 15 22 29 36 43 50 57 64 — Найти стабильность, избежать опасности

2 9 16 23 30 37 44 51 58 65 — Влюбиться, получить любовь других

3 10 17 24 31 38 45 52 59 66 — Выделиться, получить признание

4 11 18 25 32 39 46 53 60 67 — Найти новое знание

5 12 19 26 33 40 47 54 61 68 — Создать красоту, гармонию, эстетику

6 13 20 27 34 41 48 55 62 69 — Реализовать свои таланты и способности

Тренинг 3. «Я и мои истинные желания»

Узнаете:

- Семь потребностей
- Эмоциональные сигналы потребностей

Научитесь:

- Распознавать эмоциональные сигналы своих истинных желаний



Не придаем значение тому, что у нас получается



- Не умение удовлетворять потребности приводит к тому, что мы используем заменители, успокоители
- Заменители выработаны в первом детском семилетнем цикле



Исследование семилетних циклов

Роль	Миссия	Ценности	Задачи семилетних циклов	Потребности								
				Желать	Доверять	Любить	Признавать	Познавать	Создавать	Преодолевать		
				удовлетворять физиологические потребности	чувствовать защищенным, избавиться от страха неудач	быть любимым, принадлежать группе	для достижения успеха, уважения	знать, уметь, понимать, исследовать	порядок в жизни, гармонию, эстетику	собственную лень, инертность для реализации целей и способностей		
				Учится понимать себя и свои желания	Ищет стабильности, старается избежать опасности	Заводит романтические отношения или ищет признания	Старается выделиться на фоне других, почувствовать себя авторитетом.	Старается найти для себя что-то новое	Создает свои правила, заводит свои порядки	Делает ревизию прошлых лет и готовится к чему-то новому		
Излишне ранимый, не контролирует свои эмоции	Излишне подозрительный, беспокойный	Излишне обидчивый	Излишне напряженный, настойчивый	Излишне разочарованный, консервативный	Излишне усталый, несущий непосильную ношу	Излишне беспокойный, начинает новое и бросает						
Ребенок	Миссия - выжить	Играть во взрослого человека и взрослую жизнь	Познать свои желания	0	1	2	3	4	5	6		
			Научиться учиться у взрослых	7	8	9	10	11	12	13		
Ученик	Найти свое место в этом мире	Личная власть, сила, действие, вознаграждение	Понять различия между собой и окружающими, доказать наличие собственного мнения	14	15	16	17	18	19	20		
			Приобрести достижения: создать семью, дом, детей, попробовать профессии и определиться.	21	22	23	24	25	26	27		
Хозяин	Найти цель, смысл жизни и собственное предназначение	Стабильность, порядок, правильность действий	Подвести первые жизненные итоги, зафиксировать достижения, наметить новые цели	28	29	30	31	32	33	34		
			Выяснить, что в жизни нравится делать, а что получается, изучать то, что хочется, полезно	35	36	37	38	39	40	41		
Мастер	Найти собственное счастье в жизни	Жизнь сегодня и сейчас, успех и влияние	Подвести вторые итоги, признать достижения, создать собственный социум, статус	42	43	44	45	46	47	48		
			Найти новые интересы, хобби, позволяющие «состояться». Отпустить контроль окружения.	49	50	51	52	53	54	55		
Мудрец	Найти гармонию с собой и окружающим миром	Открытость и доверие	Стать наставником для молодых, как в работе, так и в личной жизни.	56	57	58	59	60	61	62		
			Стать Учителем с активной жизненной позицией, принять свой возраст.	63	64	65	66	67	68	69		

Потребность **ДОВЕРЯТЬ**

Ощущение опасности окружающего мира, возникает желание избавиться от страха неудач. Потребность сохранить или найти какую-то стабильность проявляется в излишней подозрительности к поступкам и решениям окружающих. Выражается в недоверии к партнеру или коллегам, в чувствах беспокойства, опасности, накатывающих как бы ниоткуда. Таким образом, человек ищет отношения, на которые можно опереться, положиться, спастись. Основной подтекст: «Я не могу никому доверять».



Потребность **ЛЮБИТЬ**

Неудовлетворенным чувством становится недостаток любви и принятия. Взрослые люди в этом возрасте, также как в подростковом, испытывают настоящее желание либо завести романтические, любовные отношения, либо войти в какой-то новый социум и получить принятие этими людьми. Основной подтекст: «Меня никто не любит, я никому не нужен».



Потребность ПРИЗНАВАТЬ

Люди чувствуют необходимость каким-то образом выделить свои умения, найти свою уникальность среди прочих профессионалов. Настоятельная неудовлетворенная потребность быть в чем-то лучше других, проявляется в излишней мнительности о том, кто и что о нас думает и говорит. Хотя эмоции невозможно выразить словами, но звучат они примерно так: «Меня никто не уважает и не признает».



Потребность **ПОЗНАВАТЬ**

«Я все знаю и мне ничего больше не интересно» или наоборот, «Я ничему за всю жизнь так и не научился». Желания познавать, как такового нет, возникает ощущение, что жизнь проходит как будто мимо, и за ней не успеть.

Иногда кажется, что известно, чему по-настоящему нужно научиться, но сил, времени и самое главное упорства и стремления не хватает.



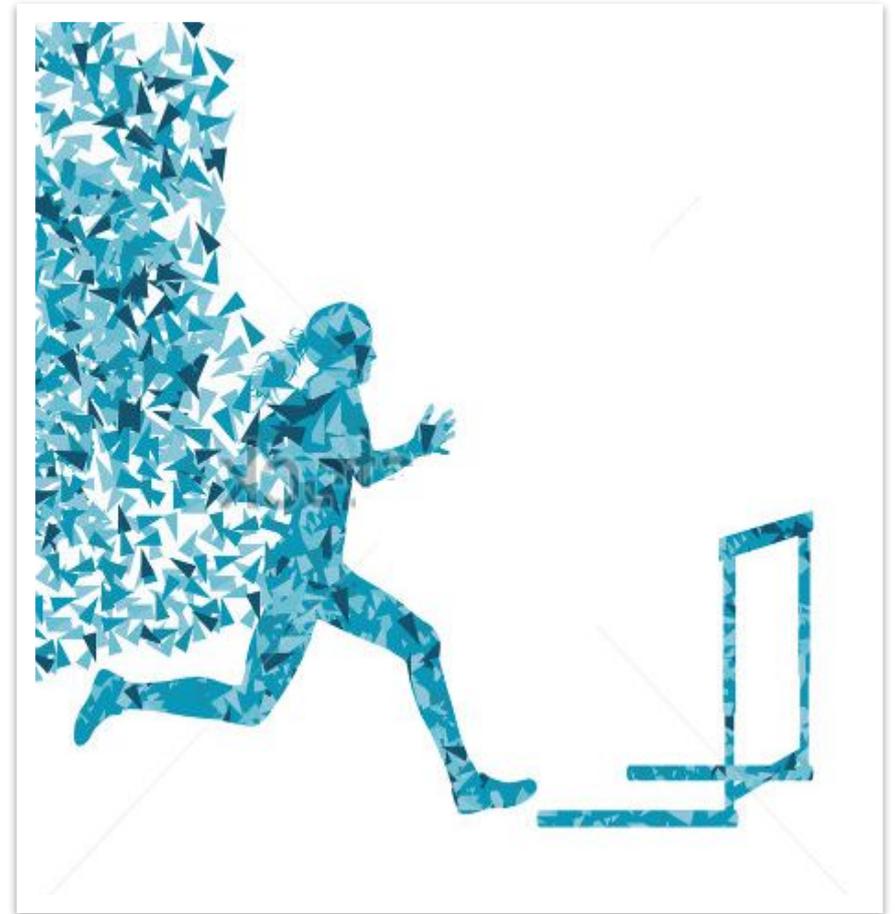
Потребность СОЗДАВАТЬ

Все правила и нормы, навязанные обществом, почему то идут в разрез с собственными понятиями. Животрепещущим вопросом становится ощущение несвободы. Как будто окружающий мир навязывает то, что человек вынести не в состоянии. Всё, что требуют и ждут окружающие, эту свободу ограничивает, и как будто бы убивают собственные стремления.



Потребность ПРЕОДОЛЕВАТЬ

Крайне не стабильное эмоциональное состояние и иногда люди испытывают азарт и воодушевление, думают о том, как изменят свою жизнь, то вдруг погружаются в апатию и разочарование, не желают вообще что-либо делать в своей жизни.



Тренинг 4. «Я и мои жизненные результаты»

Узнаете:

- Семь потребностей
- Повторяющиеся события

Научитесь:

- Отличать голос потребностей от их заменителей
- Выходить из спирали повторяющихся событий



Видим только два выхода из ситуации



- Повторение сценария приводит к повторению поведения
- Человек видит только два выхода в любой ситуации из



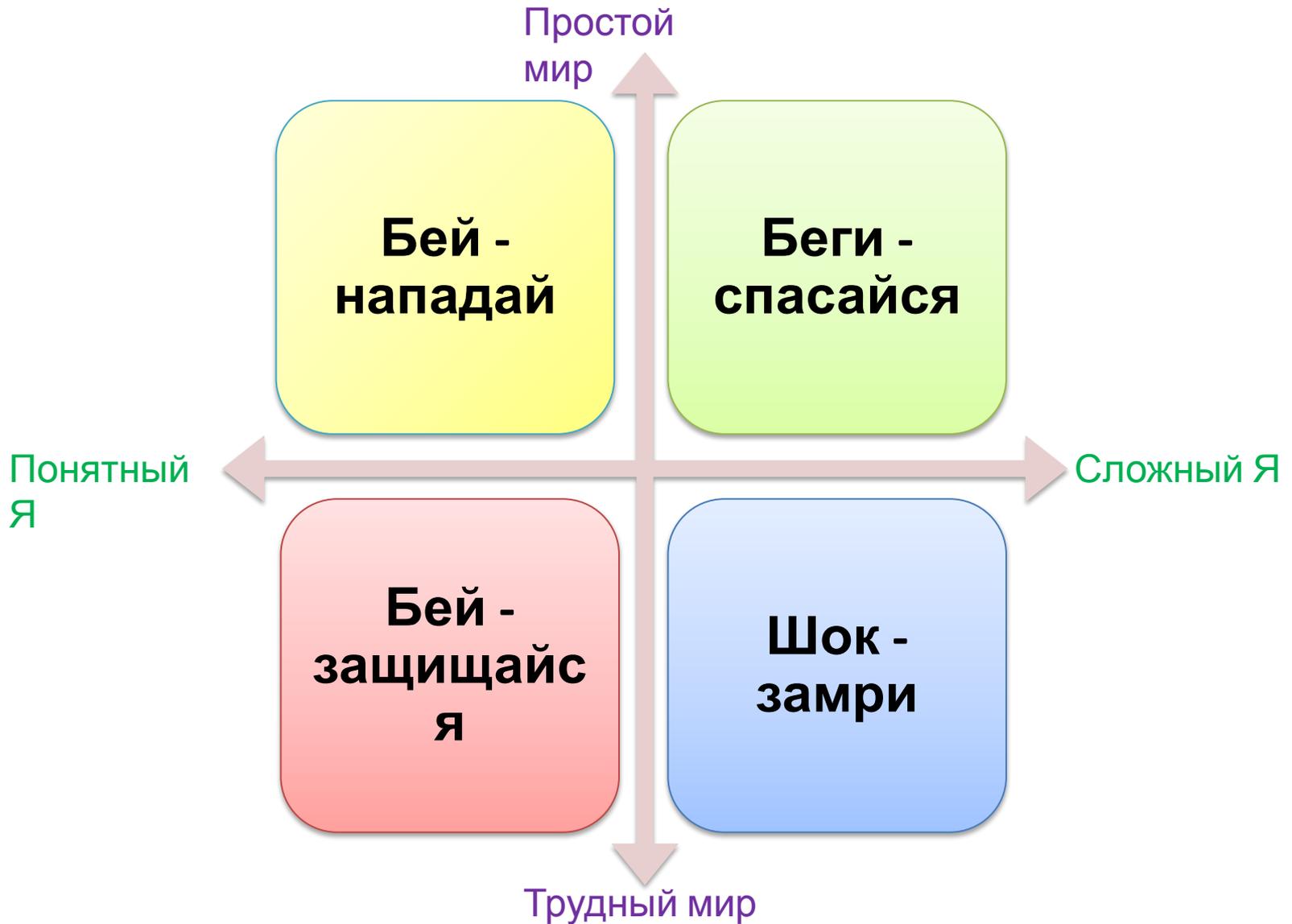
Четыре типа поведения



Типы коммуникаций



Инстинктивная реакция



Кризис Инициатора



Понятный Я

1



АГРЕССИЯ



ОБИДА

2



СТРЕСС



Сложный Я

3



ДОМИНАНТНОСТЬ



СТУПОР

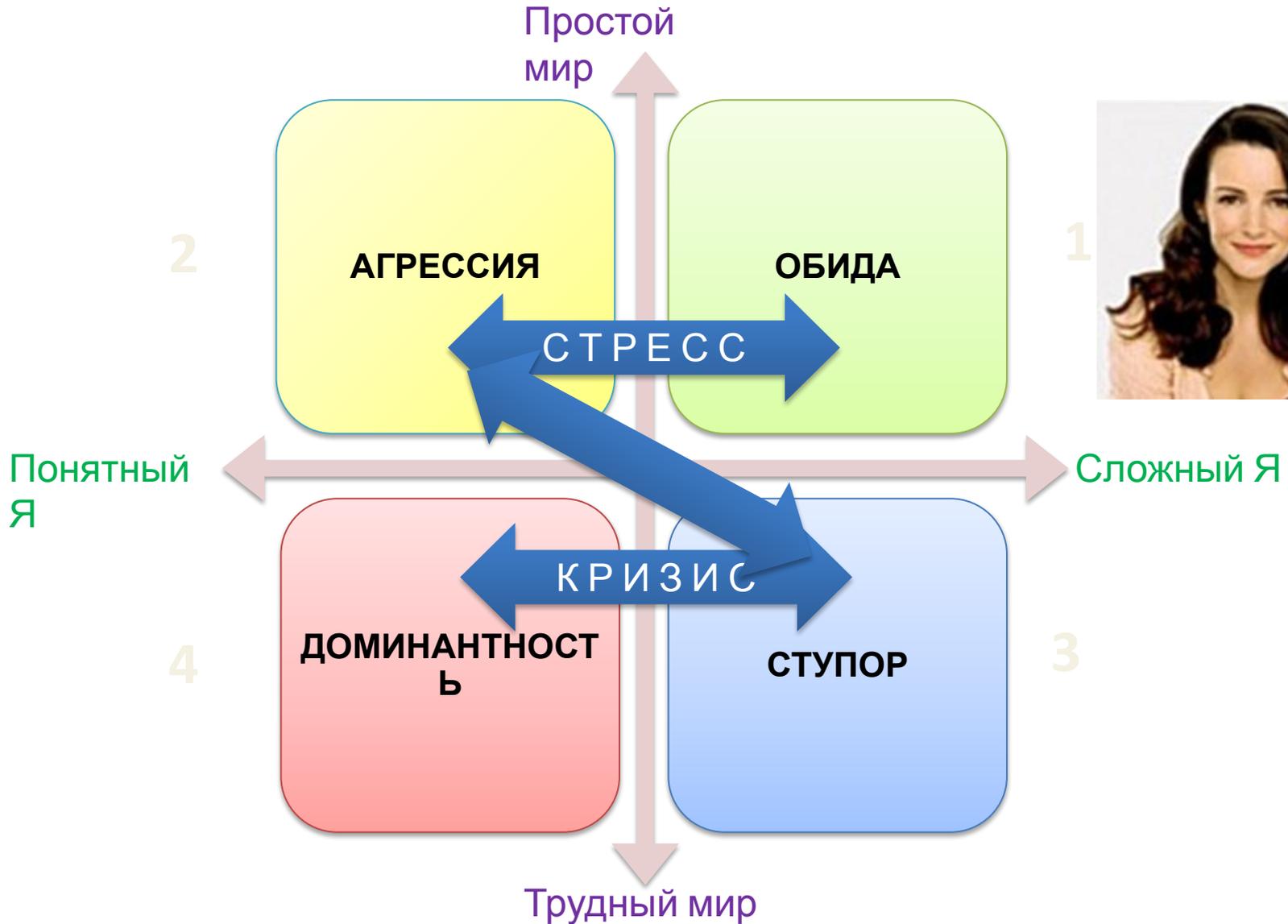
4



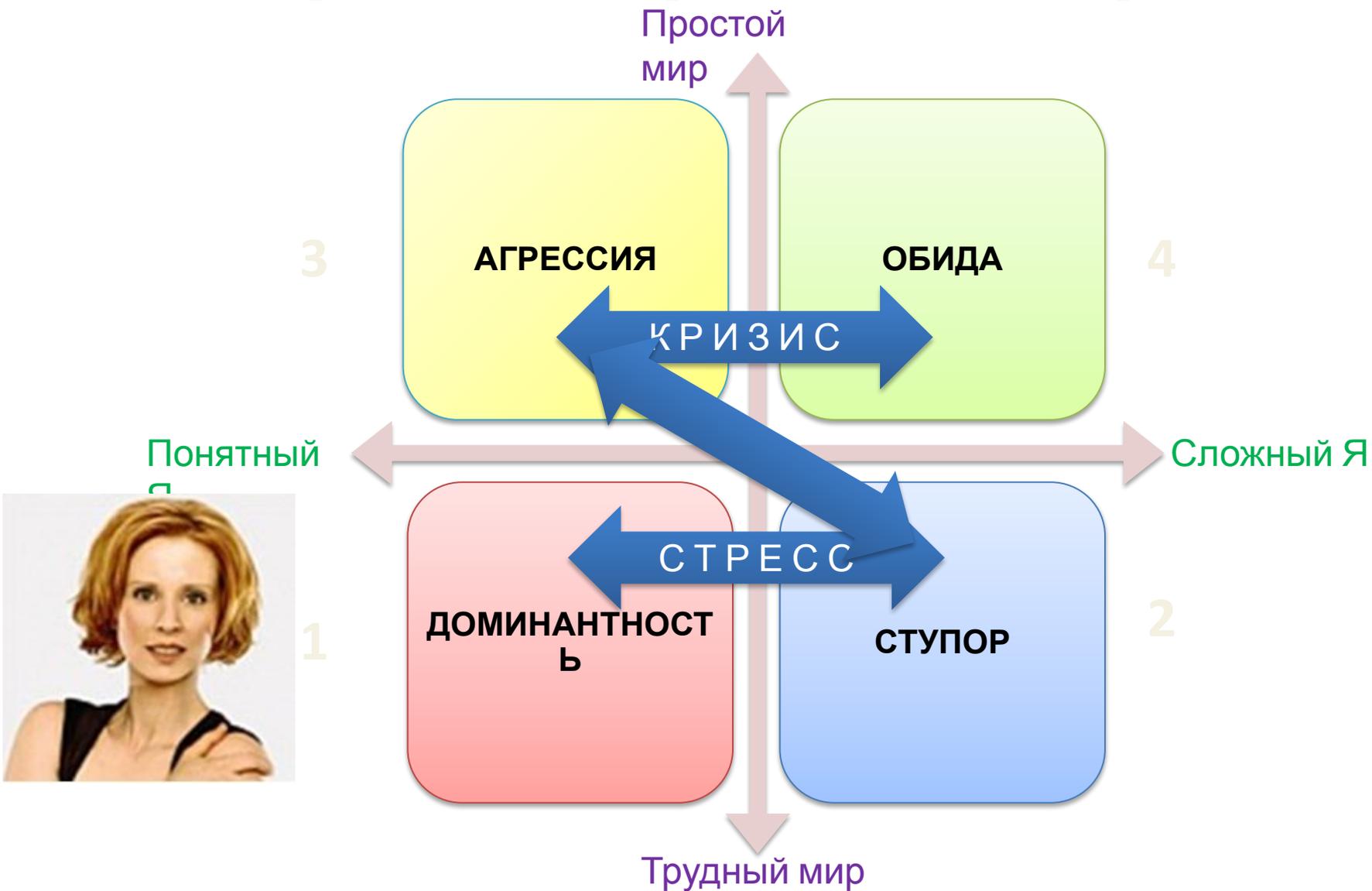
КРИЗИС

Трудный мир

Кризис Соратника



Кризис Организатора



Кризис Аналитика



Тренинг 5. «Я и та, кто внутри меня»

Узнаете:

- Четыре способа воспринимать мир
- Четыре инстинктивные реакции

Научитесь:

- Наблюдать за своими реакциями
- Находить новые решения старых проблем
- Находить новые модели поведения



Боимся, что не сможем себя контролировать



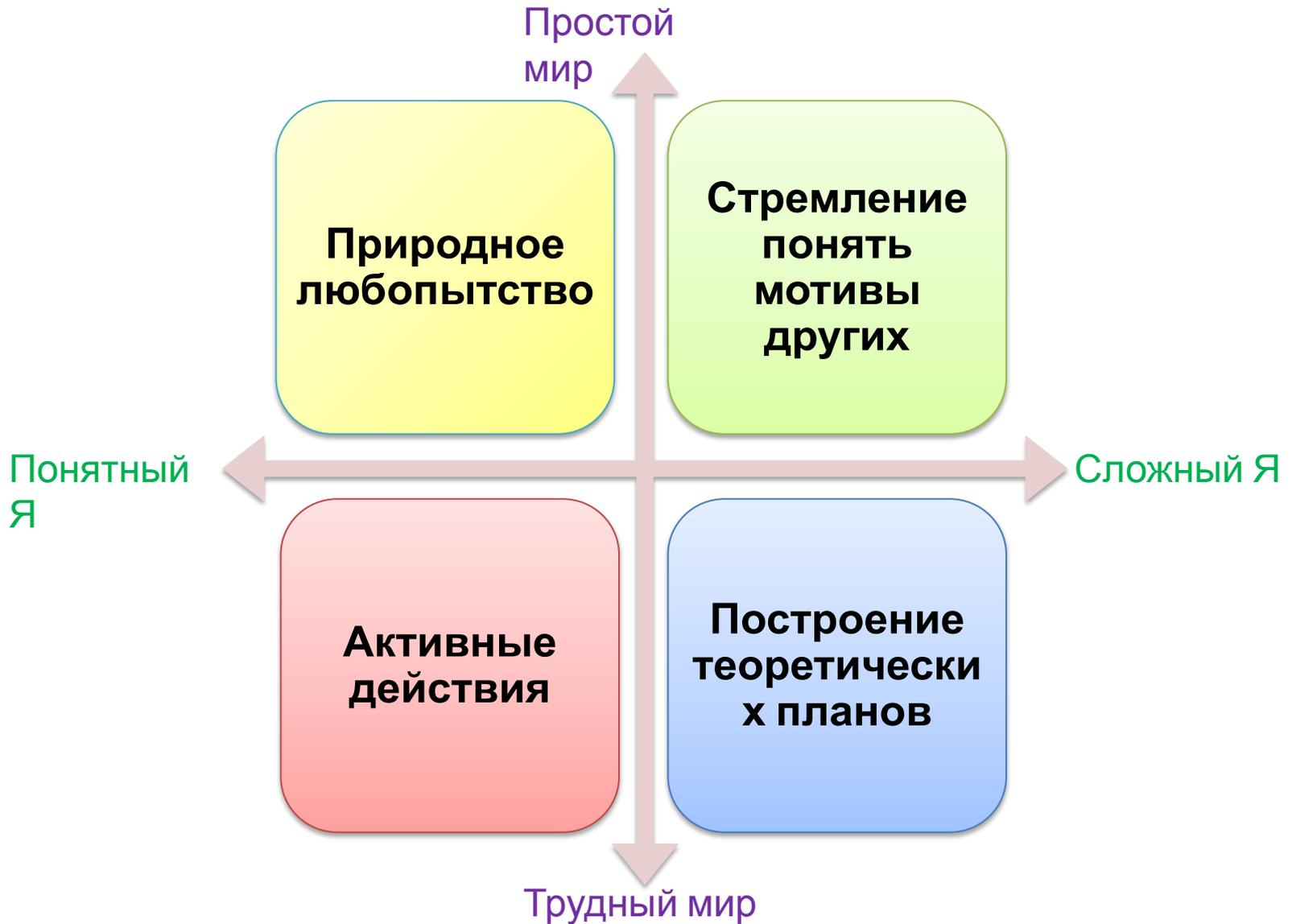
- **Использование одной точки зрения приводит к неудовлетворению потребностей**
- **Каждый год семилетнего цикла человек разыгрывает один из двадцати восьми сценариев**



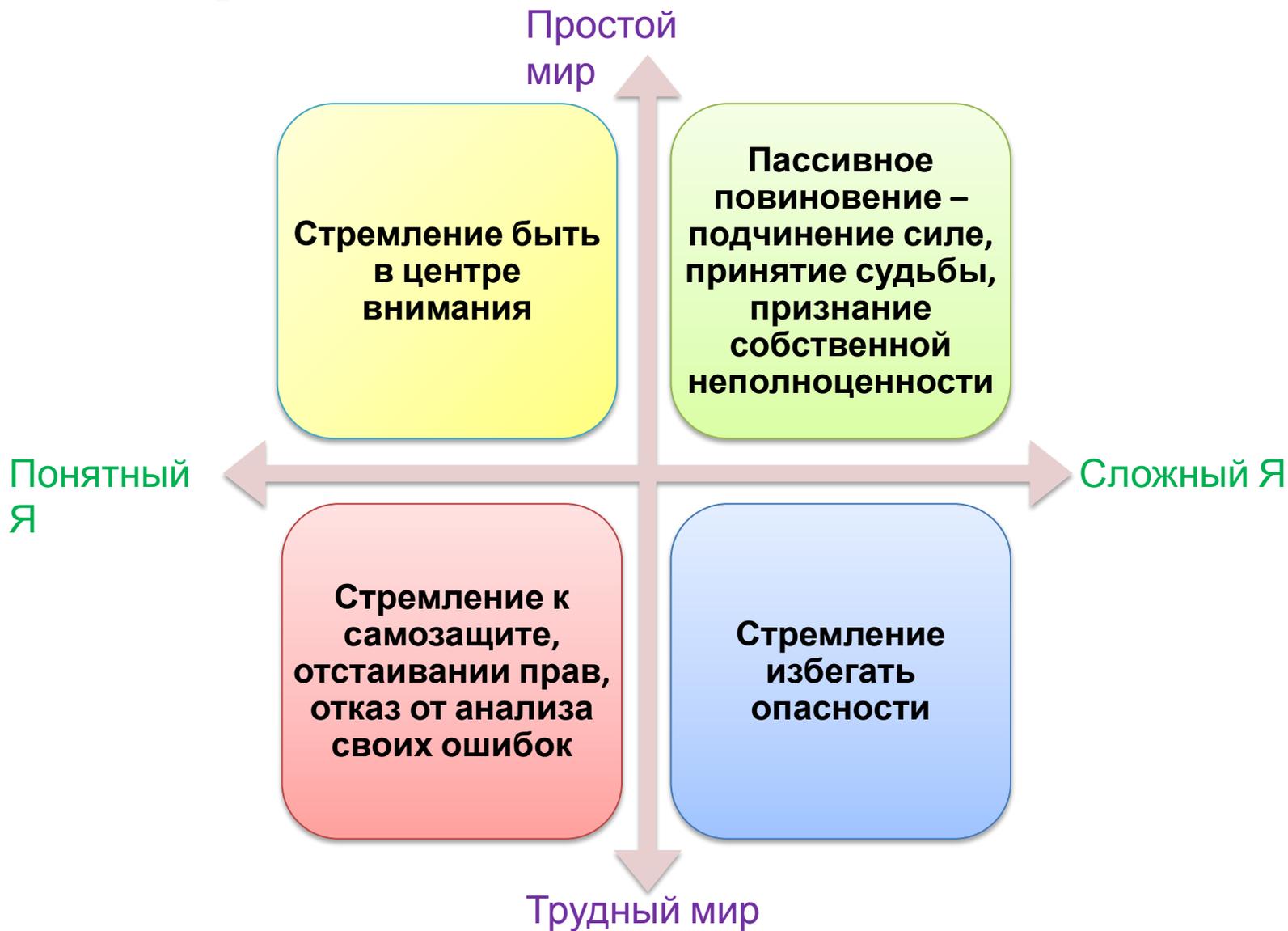
Типы и потребности



Потребность ЖЕЛАТЬ



Потребность ДОВЕРЯТЬ



Потребность ЛЮБИТЬ



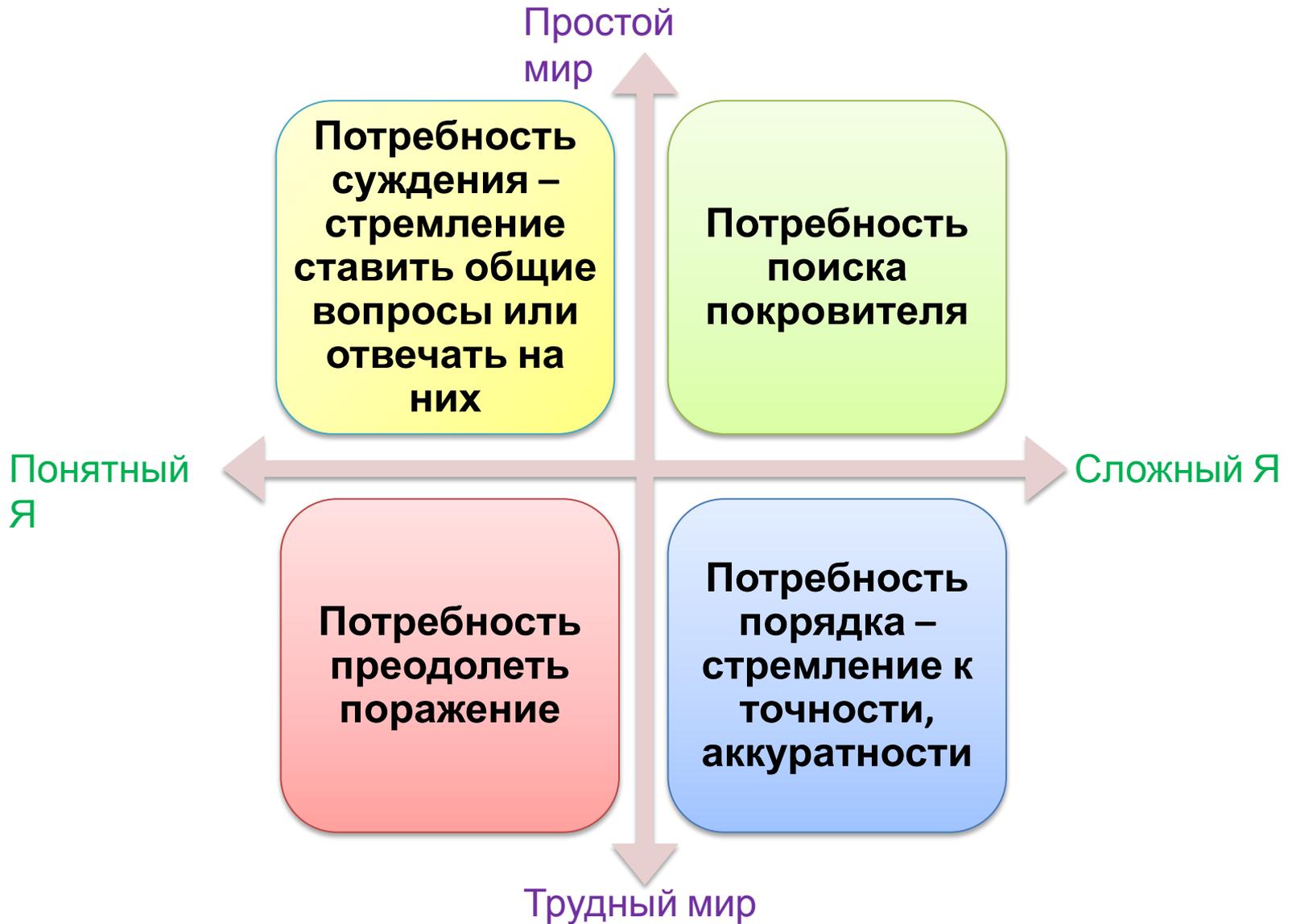
Потребность ПРИЗНАВАТЬ



Потребность ПОЗНАВАТЬ



Потребность СОЗДАВАТЬ



Потребность ПРЕОДОЛЕВАТЬ



Тренинг 6. «Я и мои жизненные стратегии»

- **Узнаете:**
- Четыре способа воспринимать мир
- Двадцать восемь сценариев
- **Научитесь:**
- Находить новые модели поведения
- Выходить за рамки сценария, придумывая себе новый образ



Действуем так, как привыкли



Каждую
актуализирующуюся
потребность можно
удовлетворить
интегрированным
способом, используя
все четыре типа
энергии



Тренинг 7. «Я плюс Я равно интеграция»

Узнаете:

- Четыре способа воспринимать мир
- Эффективные стратегии

Научитесь:

- Интегрировать все типы энергий
- Играть свою жизнь по своим правилам





Волшебный ПиЭндЭль

Разобрав привычные сценарии поведения и выбрав наиболее эффективные вы сможете:

- действовать интегративно
- проходить каждую стадию своего развития благополучно и успешно
- увеличивая свою систему ценностей и расширяя смысл жизни в каждом возрасте
- чтобы жить наполненной жизнью до 140

Спасибо за внимание!



Первый тренинг программы
состоится в субботу, **4 марта** с 11 до 17 в
Женском измерении!