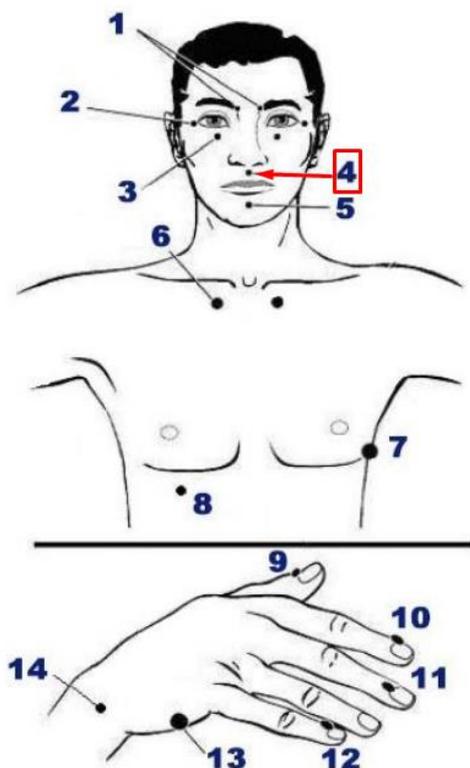


# БАЗОВЫЕ ТЕХНИКИ МАНУАЛЬНОЙ КОРРЕКЦИИ СТРЕССА, ПОДАВЛЕННЫХ ЭМОЦИЙ И СТРАХА

## 1 – Базовая техника мануальной коррекции стресса



№	Наименование	Местонахождение
1	Точка незащищенности (опасности)	Точка начала брови
2	Точка разочарования (фрустрации)	На косточке у края глаза
3	Точка тревоги (беспокойства)	На косточке под центром зрачка
4	Точка стресса (потрясений)	В ямке над верхней губой
5	Точка подавленных эмоций (сожаления)	В ямке под нижней губой
6	Точки страха	В ямках под ключицами (К27)
7	Точка заниженной самооценки (самоуважения)	Прижать руку вдоль тела и согнуть ее в локте под углом 90 градусов, на уровне локтевого сгиба на боку будет находиться эта точка
8	Точка гнева (злости)	
9	Точка грусти (печали)	
10	Точка упрямства (жестокости)	
11	Точка подавленной сексуальности	
12	Точка обиды, боли (прощения)	
13	Точка эмоционального баланса	В складке, образующейся на ребре ладони при сгибе ладони в кулак
14	Точка неврологического баланса	

Надпочечники и задняя часть диафрагмы кровоснабжаются ОДНОЙ артерией.

Сосудистый механизм формирования психосоматических заболеваний.

Трансформация психоэмоционального стресса в психосоматические заболевания во многом происходят вследствие укорочения нижних диафрагмальных артерий.

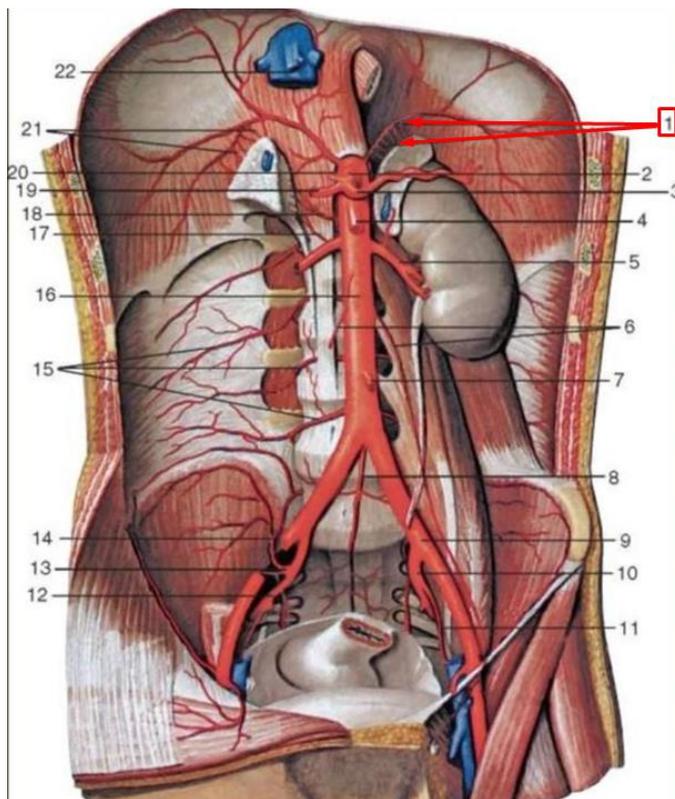
Именно нижние диафрагмальные артерии ОДНОВРЕМЕННО кровоснабжают главную мышцу стресса - диафрагму и главный орган стресса - надпочечники.

Одна рука: остистый отросток Th IX – кисть сжать, предплечье расположить под остистыми отростками поясничного отдела позвоночника

Другая рука: 2 надколенника, сблизить и слегка сместить надколенники до ощущения раппорта в области Th IX.

Микросмещение кистей друг относительно друга до появления раппорта.

Работа в лёгкость.



**1 - нижние диафрагмальные;**

**2 - чревный ствол;**

**3 - селезеночная;**

**4 - верхняя брыжеечная;**

**5 - почечная;**

**6 - яичковые (яичниковые);**

**7 - нижняя брыжеечная;**

**8 - срединная крестцовая;**

**9 - наружная подвздошная;**

**10 - внутренняя подвздошная;**

**11 - запиральная;**

**12 - нижняя ягодичная;**

**13 - верхняя ягодичная;**

**14 - подвздошно-поясничная;**

**15 - поясничные;**

**16 - брюшная часть аорты;**

**17 - нижняя надпочечниковая;**

**18 - средняя надпочечниковая;**

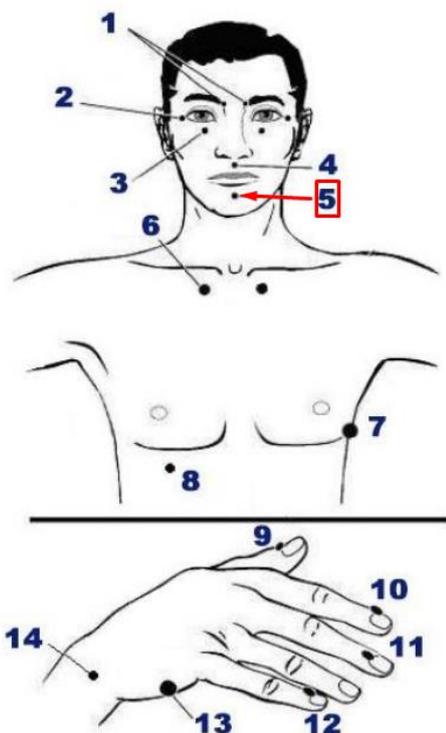
**19 - общая печеночная;**

**20 - левая желудочная;**

**21 - верхние надпочечниковые;**

**22 - нижняя полая вена**

## 2 – Базовая техника мануальной коррекции подавленных эмоций



№	Наименование	Местонахождение
1	Точка незащищенности (опасности)	Точка начала брови
2	Точка разочарования (фрустрации)	На косточке у края глаза
3	Точка тревоги (беспокойства)	На косточке под центром зрачка
4	Точка стресса (потрясений)	В ямке над верхней губой
5	Точка подавленных эмоций (сожаления)	В ямке под нижней губой
6	Точки страха	В ямках под ключицами (K27)
7	Точка заниженной самооценки (самоуважения)	Прижать руку вдоль тела и согнуть ее в локте под углом 90 градусов, на уровне локтевого сгиба на боку будет находиться эта точка
8	Точка гнева (злости)	
9	Точка грусти (печали)	
10	Точка упрямства (жестокости)	
11	Точка подавленной сексуальности	
12	Точка обиды, боли (прощения)	
13	Точка эмоционального баланса	В складке, образующейся на ребре ладони при сгибе ладони в кулак
14	Точка неврологического баланса	

Одна рука:

- мизинец - подзатылочная ямка,
- указательный палец – С VII,
- средний и безымянный пальцы – на равном расстоянии
- большой палец - гортань

Другая рука: Большой палец гортань.

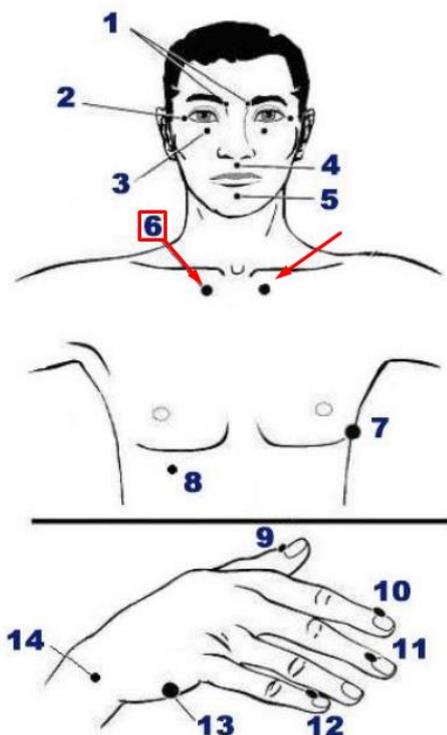
Смещение гортани в легкость большими пальцами обеих рук.

Разделить горло на 4 равных отрезка, последовательно их прорабатывать.

Работа в легкость.

Пациент вначале мысленно высказывается во всех ситуациях, в которых не высказался, потом освобождается от эмоций тем, что равномерно протягивает какой-то звук.

### 3 – Базовая техника мануальной коррекции страха



№	Наименование	Местонахождение
1	Точка незащищенности (опасности)	Точка начала брови
2	Точка разочарования (фрустрации)	На косточке у края глаза
3	Точка тревоги (беспокойства)	На косточке под центром зрачка
4	Точка стресса (потрясений)	В ямке над верхней губой
5	Точка подавленных эмоций (сожаления)	В ямке под нижней губой
6	Точки страха	В ямках под ключицами (K27)
7	Точка заниженной самооценки (самоуважения)	Прижать руку вдоль тела и согнуть ее в локте под углом 90 градусов, на уровне локтевого сгиба на боку будет находиться эта точка
8	Точка гнева (злости)	
9	Точка грусти (печали)	
10	Точка упрямства (жестокости)	
11	Точка подавленной сексуальности	
12	Точка обиды, боли (прощения)	
13	Точка эмоционального баланса	В складке, образующейся на ребре ладони при сгибе ладони в кулак
14	Точка неврологического баланса	

Телесноориентированная психотерапия страхов через отработку почечной фасции

Эмоции / состояние: Страх, боязнь сделать следующий шаг.

Фразы / состояние: Страх потерять опору в жизни (в качестве опоры могут быть работа, отношения семья, дети).

Скручивание почечной фасции может привести к сахарному диабету, неспецифическому язвенному колиту, грыжам поясничного отдела позвоночника.

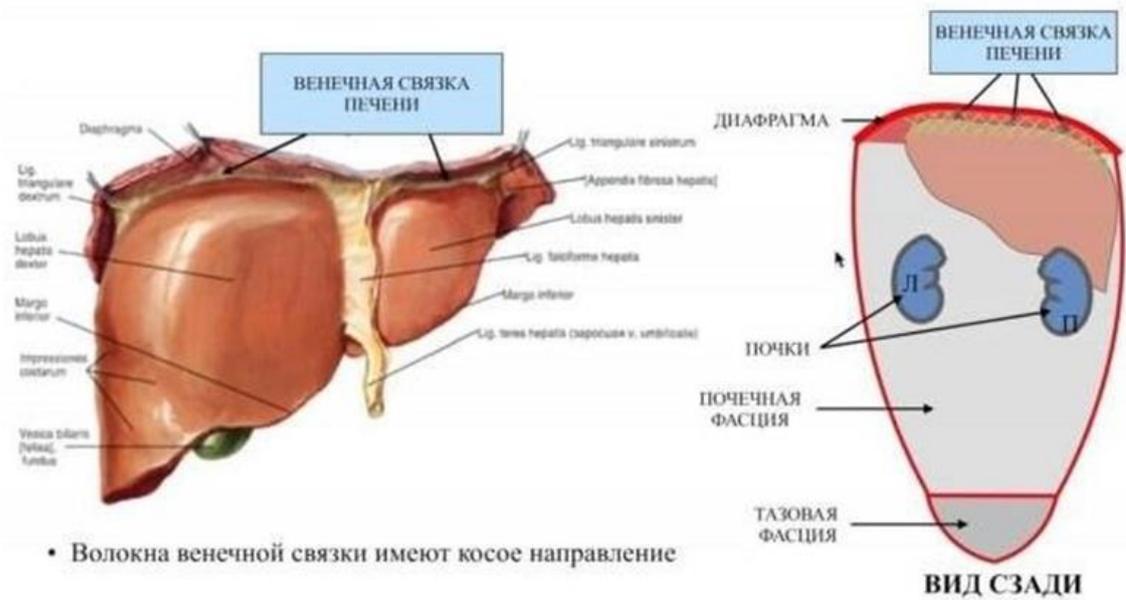
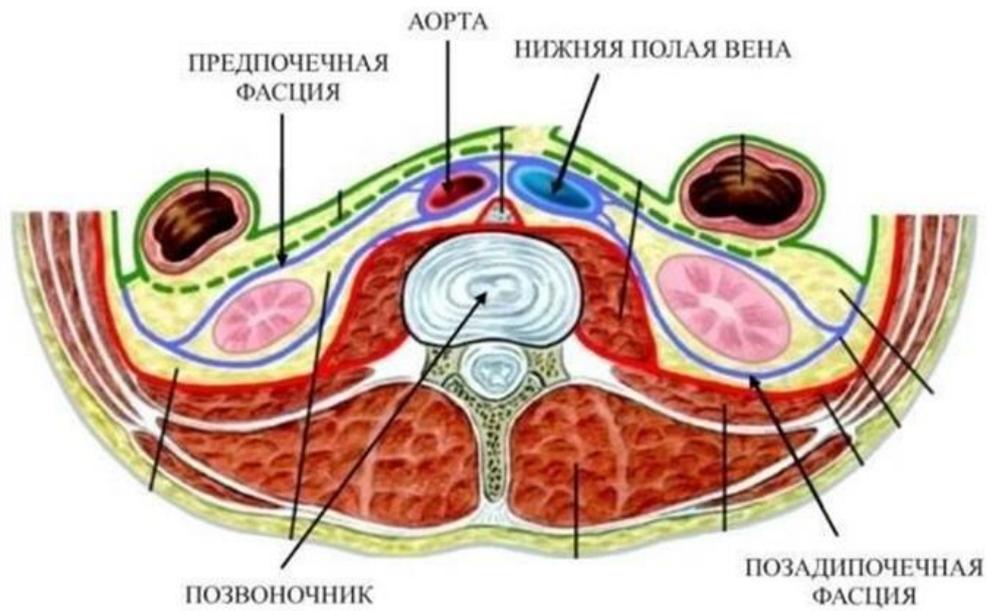
Лечение:

Одна рука: Область печени посередине спины

Другая рука: крестец.

Микросмещения рук друг относительно друга до получения раппорта.

Работа в лёгкость + пациент вспоминает от 1 до 3 наиболее ярких и “переживательных” ситуаций, когда он испытывал сильный страх.



- Волокна венечной связки имеют косое направление