



PAULINYI TAMÁS író, pszi-kutató
DÖNTS A MOSTBAN! ÉLJ INTUITÍVEN!

önismereti és képességfejlesztő kurzusának órarendje

2016. március 20. / IBS-OC (Residence Hall)

Dátum:	Március 20. Vasárnap
Tematika:	<u>DÖNTS A MOSTBAN! ÉLJ INTUITÍVEN!</u> <u>Ösztönös döntéshozatal, intuitív helyzetértékelés a mindennapi életben</u> Egynapos intenzív elméleti és gyakorlati kurzus
10.00	Témafelvezetés: 10'
10.10 – 11.10	Bevezető előadás: 60' <u>Ösztönöktől a racionalitásig, logikától az intuitivitásig</u> Tudatunk kettős, illetve hármas természete; – az ösztönösség, az intuíció és a logika szerepe az emberi megismerésben, az emberi kultúra különböző korszakaiban
60'	(Válaszadás hallgatói kérdésekre: 15')
11.10	<i>S z ü n e t</i>
11.30 – 12.20	Előadás-gyakorlat: 50' <u>Jobb és bal félteke; – tudatos és tudattalan pszichés funkciók</u> Pszichés képességeink és a valóság közvetlen megtapasztalása, és a ráérzések fejleszthetősége (a szünetben végezhető gyakorlatok felvezetése)
50'	(Válaszadás hallgatói kérdésekre: 10')
12.20	<i>S z ü n e t (Bioenergia- és intuíciómérés)</i>
12.40 – 13.40	Előadás-gyakorlat: 60' <u>Hit és bizalom a helyes döntésekben: lelki tartalmaink és a pszi</u> Közös „megérzéses” gyakorlatok a „pozitív semlegesség” és a „közvetlen, fogalommentes kifejezés” technikáival, csoportos telepátiakísérlettel
60'	(Közös megvitatás: 10')
13.40	<i>E b é d s z ü n e t</i>
40'	<i>(Bioenergia- és intuíciómérés)</i>
14.20 – 15.10	Előadás-gyakorlat: 50' <u>„Szezámm tárulj!” – belépési kódok tudatunk kincsesládáiba</u> Pszichés „kapuőreink” megismerése, racionális és emocionális gátlásaink feloldása, a helyes döntések módszereinek kondicionálása és alkalmazása (tükörtechnikák)
50'	(Élménymegosztás: 15')
15.10	<i>S z ü n e t (Bioenergia- és intuíciómérés)</i>
15.30 – 16.30	Előadás-gyakorlat: 60' <u>Intuíció a mindennapokban, és annak aktivizálása „élesben”</u> Az intuíció alkalmazása bármely élethelyzetben; – a taktikamentesség stratégiája Közös összegzés és elmélyítés zenés relaxációs transzlégzéssel
60'	(Az élmények megosztása a hallgatói kérdések közös megvitatásával: 15')
16.30	<i>S z ü n e t</i>
16.50 – 18.00	Előadás-gyakorlat: 70' <u>Ráérzések a Hellinger féle családállítás dimenzióiban</u> Családállítási gyakorlat Dr. Angster Mária pszichoterapeuta vezetésével a kurzus látogatóinak részvételével
70'	

A kurzus résztvevői lehetőséget kapnak jegyzetek és segédanyagok ingyenes letöltéséhez, a gyakorlatokhoz a kihelyezett SZINTÉZIS PSZI-Labor biztosít háttérrel!

Helyszín: IBS Office Center (Residence Hall), Bp. II., Tárogató út 2-4.