

# **Тренинг командообразования**

**Тренер – Семенюк Людмила,**

**психолог, кинезиолог, нейропсихолог,  
действительный член Межрегиональной Ассоциации  
профессиональных кинезиологов,  
сертифицированный преподаватель и тренер Международной  
образовательной программы “Brain Gym”**

# ***Самопрезентация***

- **Имя**
- **Самое ценное моё качество, которое помогает мне в работе, где бы я ни работал**
- ***Основное качество, которое мешает мне на любой работе***
- ***Моё качество, которое я ценю, но понятия не имею, как лучше проявить его в работе***



# “Brain Gym”

- **Гидротация** – восстановление водного баланса
- **Кнопки Мозга** – диффузия страха
- **Кнопки Земли** – поиск ресурсов
- **Кнопки Космоса** – закрепление успешности
- **Часики** – активизация зоны выбора
- **Позитивные точки** – поддержка позитивного мышления
- **Перекрёстные шаги** – интеграция ЛиПП
- **Лучник** – освобождение стремления движения к цели
- **Крюки Деннисона** – снятие напряжения

Семенюк  
Людмила Владимировна

- 8(903)152-94-84
- [semeniouk@mail.ru](mailto:semeniouk@mail.ru)