

# ЭТО СЛАДКОЕ СЛОВО – СВОБОДА!



Дмитрий Смакотин



Сергей Всехсвятский



# ЧТО ТАКОЕ СВОБОДА?



ЧТО КОНКРЕТНО  
МОЖЕТ БЫТЬ  
СВОБОДНО В  
ЧЕЛОВЕКЕ?



# СВОБОДА ВОЛИ

1.

2.

3.



# СВОБОДА ВОЛИ

1.

2. Выбор

3. Действие



# СВОБОДА ВОЛИ

1. Осознание

2. Выбор

3. Действие



# СВОБОДА ВОЛИ

1. Видеть двери
2. Выбрать дверь
3. Войти в дверь



# БОЛЕЗНИ ВОЛИ

1. Слепота
2. Суета или Ступор
3. Тормоз





# ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ПРОГРАММЫ

1. На осознание
2. На выбор
3. На действия



# ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ

1. Продиагностировать болезни воли
2. Составить тренировочные программы



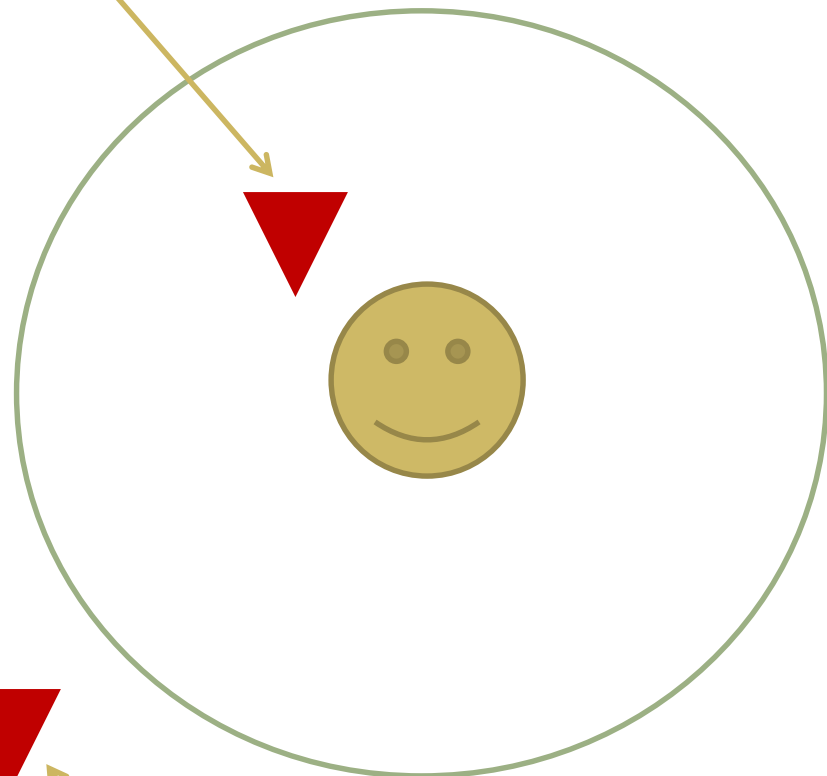
# Территории Свободы

1. Внешняя свобода
2. Внутренняя свобода
3. Путешествия
4. Творчество

### **Локус контроля:**

*Степень, в какой люди воспринимают свою жизнь как контролируемую изнутри посредством собственных усилий и действий или контролируемую извне случаем или внешними силами.*

**Локус контроля внутри**



**Локус контроля снаружи**



# «Посох монаха»

Приложение под Android: DVBeer Pro («Говорящие часы»)



Приложение под IOS: Voice Time

# Разотождествление с мыслями, чувствами, ощущениями

*«У меня есть мысли, но я – не мои мысли.*

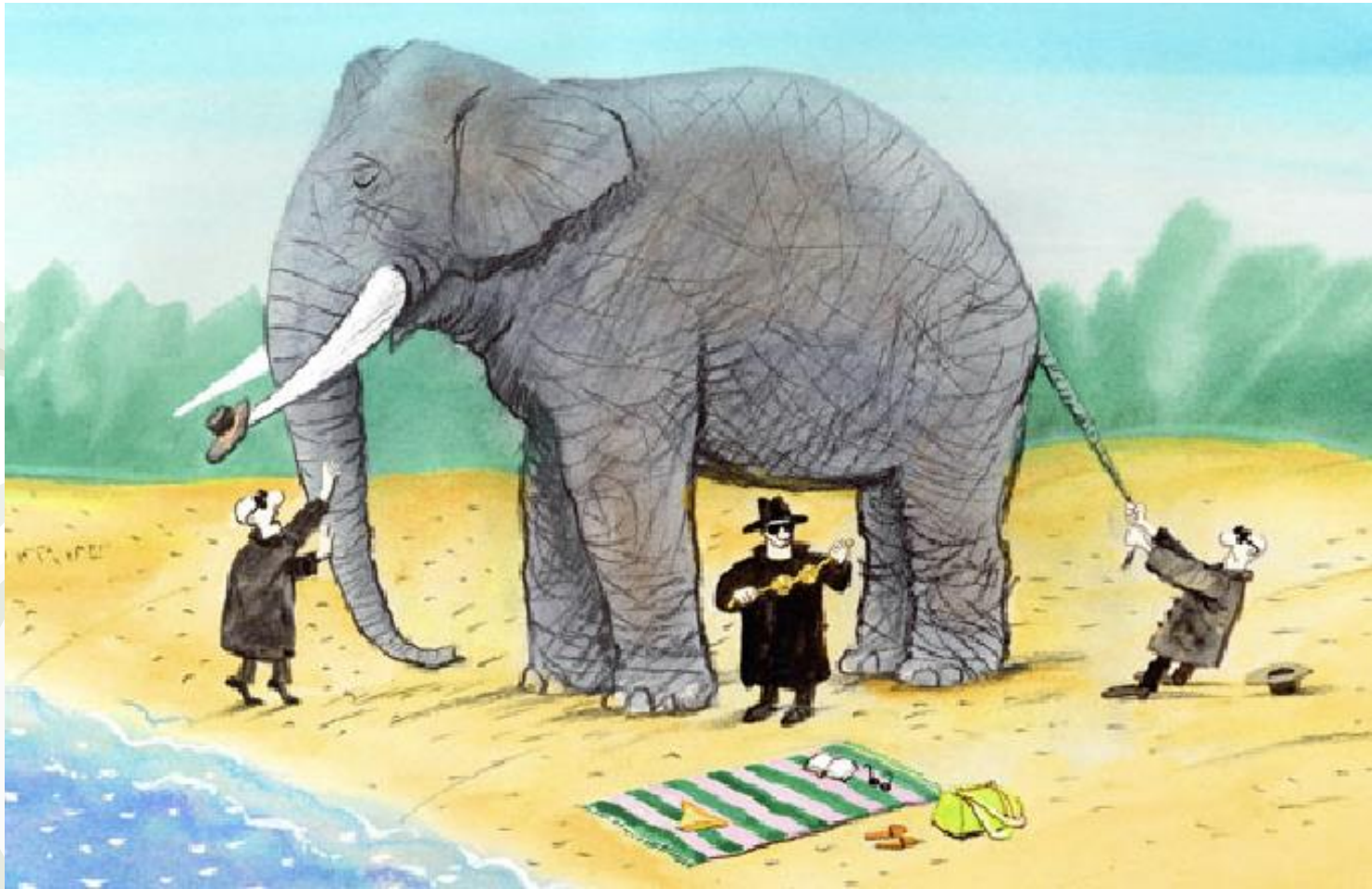
*У меня есть ощущения, но я – не мои ощущения.*

*У меня есть эмоции, но я – не мои эмоции»*

# Техника принятия решений



# Следующее действие





# Первые пять минут





# Территории Свободы

1. Внешняя свобода
2. Внутренняя свобода
3. Путешествия
4. Творчество

# ТАИЛАНД



9-16 ФЕВРАЛЯ 2015

# БАЛИ



18-26 МАРТА 2015

**Razgovor-s-mirom.ru**

Бонус для заказавших тренинг до 21 октября включительно.

Персональные консультации с Сергеем  
Всехсвятским и Дмитрием Смакотиным!

Бонус для самых стойких

Руководство Сергея Всехсвятского  
«Путь к Свободе»