



REPUBLIKA SLOVENIJA

MINISTRSTVO ZA ŠOLSTVO IN ŠPORT



Naložba v vašo prihodnost
OPERACIJO DELNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA
Evropski socialni sklad



Kaj pove telesna drža človeka in simptomi organov v povezavi s psiho človeka

19.10.2010

Gradivo pripravila: Nevenka Osredkar

Jesenice, OKTOBER 2010

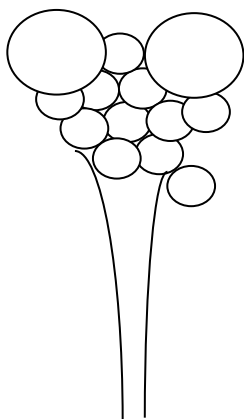
Kaj pove telesna drža človeka in simptomi organov v povezavi s psiho človeka

Delitev po ALEXANDER LOWEN-u

1. MAJHNO IN SUHO TELO

- bili smo fizično zavrtnjeni
- osebnost razdeljena na koščke

PRIMER KROŠNJE DREVESA: RAZDELJENA NA KOŠČKE



- SHIZOIDNO – NEPOVEZANO
- majhne suhe osebe lahko razvijejo skoliozo

2. MAJHNO SUHO ŠPORTNO TELO

- dodatna doza strahu dvomov

-ljudje ki se trudijo, športajo hodijo na vadbo vzhodnjaških veščin da obvladajo strah
pred ⇒

življenjem, ker ni bilo odobreno

3. DEBELO TELO

- boj za sprejetje (otrok se že od malega bori, da bi bil ljubljen)
- take osebe se mislijo da če bodo pridne, bodo ljubljene
- mislijo da so žrtev
- so punčkasti

4. NORMALNO TELO-RIGIDNO (OSTRŽKASTO)

- hodijo vojaško
- enega od staršev si razočaral (npr. se rodiš punca in ne fant)
- ti ljudje so togi v mišljenju

5. SUHO, VISOKO, VITKO(”štange”)

- raste kot roža brez svetlobe
- dolga visoka in krhka
- globoko zapuščeni ljudje
- velikokrat so jih pozabili pohvaliti (npr. otroci radi slišijo da so pridni) $\Rightarrow$ posledično niso vredni
- so idealisti, intelektualci, so najbolj pametni (HE, HE, HE VI SE UKVARJATE S TEM...)

6. MIŠIČASTO TELO, ŠPORTNO

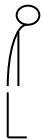
- govori o miselnosti zavrtnjenosti

PRIMER:u joj noseča sem, saj se veselim, vendar zdaj ni pravi čas

- ta človek izgubi stik z materjo, postane čokat
- živi za oblast

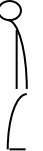
TELESNA DRŽA - ALEXANDER LOWEN

1.



Ljudje, proti vetru.

2.



Rabijo breme

3.



Vzravnani, togi, stabilni; hodijo vzravnano,

4.



-brada ravna ni potrta, je ravnovesje

Gotovost, moč in samozavest

-hodijo prožno, mehak korak, normalen

KOSTI

Sistem, ki nas drži pokonci

-avtoriteta, materialna in čustvena podpora KAŽE
⇒

RIGIDNA DRŽA

Ko imaš konflikt s sistemom, avtoriteto - lomiš noge boli

-okvare na kosteh - nepopuščanje manipuliranje

Sprejeti in spoštovati drugega in govora.



Skrajni primer; upor ki ni imel efekta RAK NA KOSTI

KAJ NAM GOVORIJO ORGANI IN DELI NAŠEGA TELESA

GLAVA

- predstavlja idejo o sebi v svetu, kontrola čustev,

- glava boli - pomeni, da imamo "ostre ideje", smo navezani na določene ideje

- sovraštvo - podzavestno boli desna stran glave (desna senca)

- zavestno, leva stran glave (leva senca)

Tisti, ki dojemajo z desnim očesom in levim delom možganov - POZITIVNE MISLI

Če je obratno - človek VIDI NEVARNOST

-napetost kot bolečina v glavi



Zaradi neizraženih čustev - MIGRENA

-GLAVA - občutek, da se nebi smel roditi

-oseba pričakuje od drugih ker sama v sebi nič ne najde

-pogosto hodijo ???? (ne vem kaj piše) ker veliko govorijo



1:7=RAZMERJE V TELESU

VRAT

-prehod idej k čustvom

-pogled sveta iz različnih zornih kotov

-anoreksiki - med mislimi in telesom ni povezave

GRLO

-predstavlja zmožnost komunikacije

-težave izražanjem, kritiko, pred tem, da bi koga ranili

-občutek nemoči in jeze pred nekom, ki se ga bojimo

-izguba glasu – jeza

RAMENA

-prenašati življenjske izkušnje

Boleča desna rama: Težko prenašati odnose z moškimi od očeta naprej

ROKA

-instrument, da spreminjamo realnost okoli nas

-Lr.-sprejemamo

-izkušnja od prej

-Dr.- daje

-način samostojnega delovanja

PALEC - moško spolno

-odprtost palca, koliko "E" daješ

-pomeni vezi s starši

KAZALEC - avtoriteta

SREDINEC naš odnos z erotičnostjo

PRSTANEC - vezi

-partnerstvo

MEZINEC-otroci

-vezi, ki ste ustvarili

Drugače pa tam, kjer nosiš prstan rabiš podporo.

UREZNINA, POŠKODBA, ALI PRST NI ZRAVEN- moje otroštvo je bilo tako tragično, da se je
zvilo iz otroštva

VSAK PRST IMA



-glavo

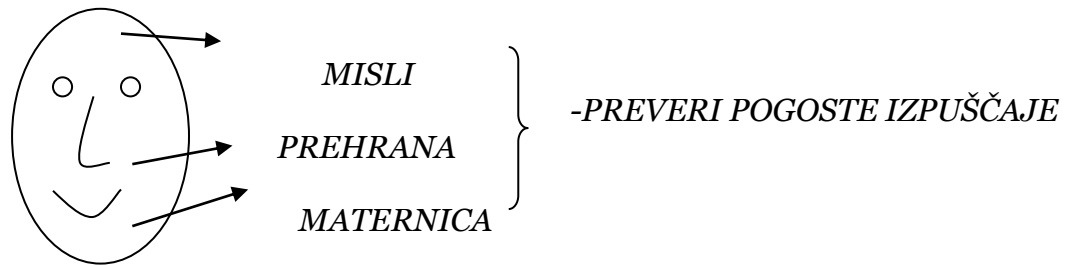


-trup



-noge (stik z zemljo)

PRAV TAKO JE Z GLAVO



ZAPESTJE - prožnost gibljivost v spreminjanju, odločanju

NOGE

- *Podobno kot roke*
 - *Realnost, odločanje*
 - *Pr.: špikanje v nogah* *totalno zavračanje življenja*
- ↓

To pomeni, da celo telo ne mara življenja

PAZDUHE

Problemi:

⇒ *Zdravo nesmrdeče- oseba zna dajati drugim*

TRAPEZ

⇒ *Ne želimo izražati naših potreb*

LOPATICE

⇒ Težave živeti prijetne zadev

KOŽA

Zaščita pred okoljem in izraža to, kar jaz mislim o sebi in o svetu.

Karkoli se na koži pojavi predstavlja stik med mano in svetom - Luskavica na obrazu

Strogi starši - luskavica na rokah

Svet v katerem živim me ne mara - izguba pigmenta na koži

HRBET

⇒ *Podzavest-to kar vem o sebi ne mislim na to*

⇒ *PRIMER: pri 6 letih v kolonijo, je mislila da se ne bo več vrnila k staršem*

⇒ *Lišaji ali mozolji na hrbtu-nisem dovolj dober nisem vreden ljubezni (podzavest)*

PLUČA-življenje

⇒ *Strah da bi nas zapustili*

⇒ *Žalost –pljuča-izguba želje do življenja*

Rak na pljučih - nimam pravice živeti sem nesposoben, neljubljen – SAMOPREZIR.

BRONHITIS

⇒ *-občutek, da nas ne cenijo*

⇒ *-iščejo potrditev in ljubezen*

Ljudje ki si ne zanje dati svoje lastne cene.

PREHLAD, GRIPA - si ne dovolijo počivati

Tisi ki se ne ceni naredi vse za drobtinico ljubezni

ASTMA

⇒ *Izraža strah, da bi nas kdo zapustil*

⇒ *Globoko ranjeni ljudje,*

PRIMER SIROTE:

1.skupina: jih crkljajo, a jim dajo malo hrane – po 6 mesecih so se smejali

2.skupina: dajte jim vse, le ljubezni ne – po 6 mesecih niso govorili apatija



Edini kanal, ko dobi otrok, da je ljubljen, da čuti kožo mame in most z očmi (pogled ljubezni). Če ne, ne dobijo občutka, da niso vredni.

Ti prvi so lenuhi, drugi so pridni, se dokazujejo za malo pozornosti. Globoko pomanjkanje radosti je zato povezano s pljuči – plitko dihanje, višji utrip srca.

SRCE

Predstavlja našo dušo.

Problemi sledijo iz: Strah, tesnoba, jezo, občutek ali premočne čustvene radosti samopomilovanje.

- HITER UTRIP SRCA - pričakovanje: v ljubezni zanemarjeno.



Končno ga poskušaj slišati.

Slabost srca – dobri smo le, če ogromno delamo – PERFEKCIONISTI.

Močna čustva vplivajo na utrujenost srca.

ARITMIJA – travme iz preteklosti. To kar doživljamo asociiram preko aritmije.

- OSAMLJENOST
- PRETEPEN OTROK

VISOK PRITISK

- Globoke zamere
- Močni manipulatorji

NIZEK PRITISK

- Žalost
- Zatiranje življenjske energije

SRČNI BOLNIKI

- Zatrti agresivneži

ŽELODEC

- Hrana škodi, ko jo jemo in ne mislimo nanjo
- Da se polnijo praznine
Vse kar popiješ in poješ brez ljubezni, je to upor. Sebi škoduješ.
- Predstavlja našo zmožnost sprejemanje vsega, kar nam pride nasproti.
Dokler jemo smo navezani na življenje.

Težave z želodcem zaradi:

- ⇒ Ideje katere ne morejo reševati
- ⇒ Jeza (ogelj)
- ⇒ Prevelika skrb

Osebnosti:

- *Negotovost*
- *Čustvena zavrnost*
- *Frustriranost (neprijeten boleč občutek, ko oseba aktivira, kar ona želi, da je dobro zanj in ne more doseči)*

Občutek slabosti, bruhanje nosečnice - zavračanje zarodka v maternici.

VRANICA

- *Doživel velik strah pred odbijajočem*
- *Občutek, da nas ne marajo - sladkorna bolezen*

Bolečine v levi rami, levem kolku ali levem kolenu.

Potrebujejo pohvalo, podporo. Mislijo, da so manj sposobni, skrbijo za zunanji videz.

Normalno ustvarjalna harmonična osebe nosijo vedno nekaj odštekanega.

TREBUŠNA SLINAVKA (pankreas)

Vezana na veselje do življenja.

Slabo delovanje:

- *strah med vezmi in ljubeznijo*
- *strah pred uspehom/ izgubo*

Vidim majhne ljudi: Ko si močan, vidiš ljudi v normalni velikosti. Niso več VELIKANI.

JETRA

Predstavljajo sposobnost prilagajanja. Registrirajo naše finančne probleme, zavrnitve, vdajo uporabi boli tudi križ. ⇨

ŽOLČNI KAMNI: *trde misli in sodbe*

Veliko strahov

ZLATENICA: *jeza in upornost*

CIROZA: samouničevanje, zavrnitev

Bolečine: v desni rami, desnem kolku, desnem kolenu.

ČREVESJE

Izraža našo sposobnost vsrkavanja, sprejetja.

Ko smo negotovi - zaprtje. Negotovost povzročajo permissivni starši.

Če se ne morem prilagajati – driska.

RAK NA ČREVESJU: doživeli posilstvo, korupcijo ali so imeli prestroge, neljubeče starše

LEDVICI

Izraža presojo in ohranjanje ravnovesja.

Ko ne znamo odločati, kaj je dobro in kaj slabo. Sprejemamo kar nam ne paše. Vedno je v glavi to, kaj bodo drugi rekli.

Da ne črpamo energije ledvic moramo reči NE, ko imamo tehtni razlog. Pravi prijatelji bodo razumeli.

JAZ IMAM PRAVICO BITI TAKŠNA KOT SEM IN SEM ČUDOVITA.

VNETJE JAJČNIKOV

Zaradi nesamozavestni proizvajajo premalo estrogena - jajčece samo nabrekne in se vname, povzroča ciste.