



Pracovní listy pro lektorský kurz Školy pánevního dna /autorská práva/
Autorka: Renata Sahani, www.skolapanevnihodna.cz
Nekopírujte materiál svým klientkám, ani kolegyním na pracovišti. Děkujeme

Didaktika výuky Metody 3x3



- předávat rituálem
 - s pokorou a v úctě k technikám
 - ... v parasympatiku, zívání ...
 - předávat celistvě /ne jen jednu ze tří rovin/
 - podporovat kontakt a sebelásku
 - stále vést dovnitř do sebe, k vlastním tématům a hranicím
 - předávat vlastním příkladem, osobním příběhem
 - co necvičím, neučím
 - co nemám zažito, nepředávat dál
 - čemu nevěřím, ...
-
- netroubit :-) jim vše předem, nechat je to objevit samy, vlastním prožitkem

Jak poznám svůj úspěch?

- Vidí Tvoje klientky své pánevní dno jako krásné?
- Cvičení jako posvátné?
- Mají povědomí o propojení rovin?
- Tuší, že pánevní dno není sval, ale orgán?



Pracovní listy pro lektorský kurz Školy pánevního dna /autorská práva/
Autorka: Renata Sahani, www.skolapanevnihodna.cz
Nekopírujte materiál svým klientkám, ani kolegyním na pracovišti. Děkujeme

CVIK / TECHNIKA

Jaký scénář zvolím já? Jaké zvolím slova?

Jaké budou dělat chyby?

Na co a jak se budou ptát? Jaké mám odpovědi?

Jak jim popíšu vlastní zkušenost?

Jaké mám náhradní řešení?

Jaké mám pokročilé varianty?