



СОС ДИТЯЧІ
МІСТЕЧКА
УКРАЇНА

В ПОИСКАХ РЕСУРСА





Сертифицированный специалист в
русле Позитивной психотерапии

Старший преподаватель кафедры
социальной политики Национального
педагогического университета имени
М.П.Драгоманова





это все те жизненные опоры,
которые находятся в нашем распоряжении,
позволяют обеспечивать свои основные потребности и
повышать качество жизни





РЕСУРСНЫЕ

спокойствие, драйв,
эйфория, творчество,
уверенность



НЕРЕСУРСНЫЕ

злость, обида,
неуверенность, страх,
печаль





ВНЕШНИЕ



ВНУТРЕННИЕ





СОС ДИТЯЧІ
МІСТЕЧКА
УКРАЇНА

КАНАЛЫ РЕСУРСА



ТЕЛО



ВКУС



СЛУХ



речь / молчание



зрение



обоняние



ИНТУИЦИЯ



ИНТЕЛЛЕКТ

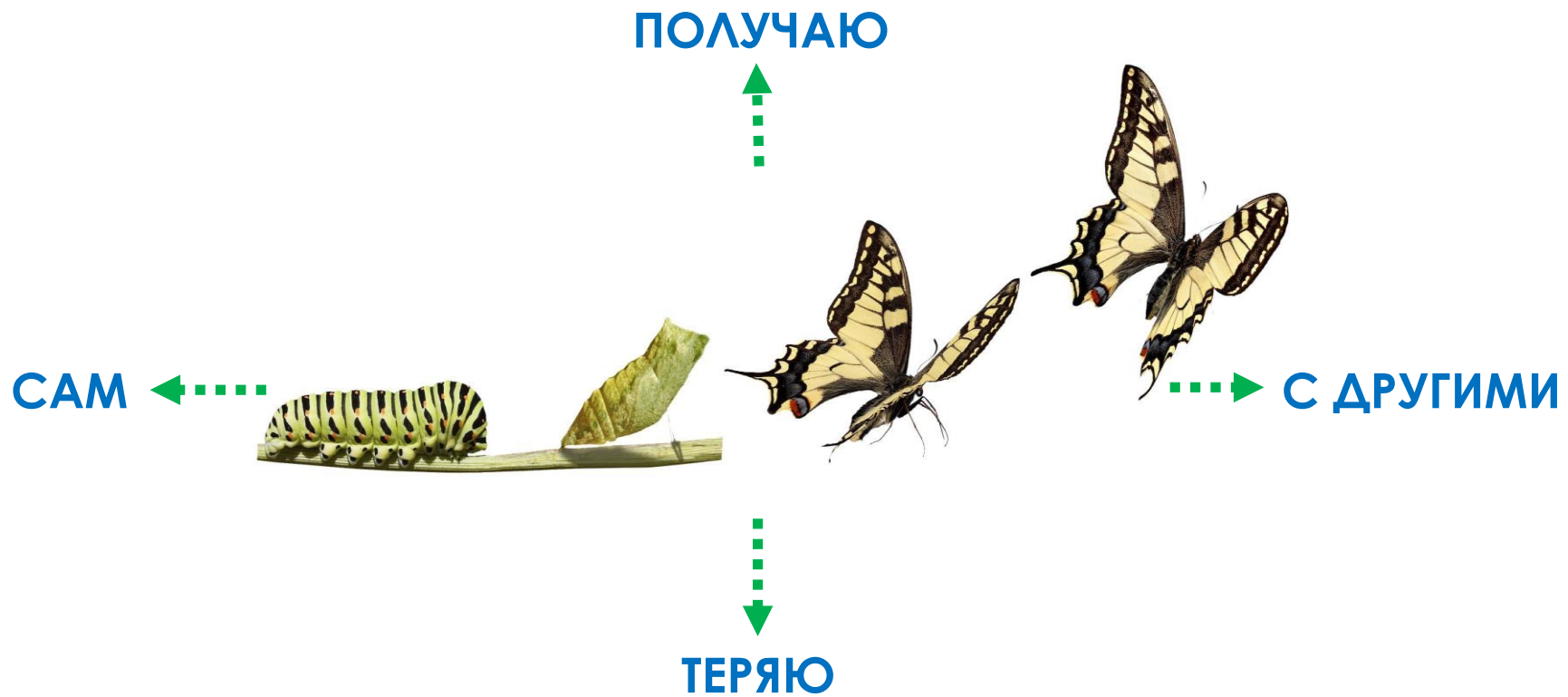


ОТНОШЕНИЯ



мировой канал







ДОКТОР МИЛТОН ЭРИКСОН

Доктор Милтон Эриксон утверждал, что значительная часть наших страхов происходит из-за того, что мы думаем о себе как о маленькой чашке воды.

При таком взгляде на себя потеря даже нескольких капель воды из этой чашки выглядит, как серьезная угроза нашей идентичности и безопасности.

Доктор Эриксон в таких случаях говорил:

Как здорово быть океаном!

Когда вы океан, вам никто не может причинить вреда. Из вас могут взять целое ведро воды - и это ничуть вам не повредит.





СОС ДИТЯЧІ
МІСТЕЧКА
УКРАЇНА

СПОДОБАВСЯ ВЕБІНАР?



Подякуй за корисну інформацію і підтримай дітей-сиріт і родини
комфортним благодійним внеском через
сайт sos-ukraine.org кнопка ДОПОМОГИ ЗАРАЗ
надсилай смс на номер 88070, вартість 10 грн.

