

## Психологическая группа "Я хочу изменений... Как сделать первый шаг?"



Центр развития личности "Музыка внутри"

### Хочу изменений! Как сделать первый шаг?... или 10 шагов к управлению своей жизнью.

**Приглашаем для обучения  
в группу для взрослых.**

**Цели и ожидаемые результаты:**

**Взять управление Своей жизнью в Свои руки.  
Обретение понимания смысла своей жизни.  
Обретение Свободы, Гармонии и Любви.**

Теоретические блоки и темы занятий могут варьироваться в зависимости от интересов членов группы. Вот некоторые примеры:

- Что значит управлять своей жизнью?
- Что в моей жизни не так, как хочется?
- Каковы мои истинные ценности и для чего стоит жить?
- Почему я поступаю определенным образом вопреки своим желаниям? Как мной манипулируют?
- В чем причины моих страхов? Как преодолеть?
- Как обрести уверенность? В чем причины ее отсутствия?
- Что такое свобода? Как обрести свободу и при этом не разрушить близких?
- Как наладить отношения с родителями или детьми?
- ... и другие

Темы могут быть самые разные. Но главная цель всего этого действия - **ОБРЕТЕНИЕ ВНУТРЕННЕЙ СВОБОДЫ, ГАРМОНИИ И ЛЮБВИ.**

Работа в этой группе поможет Вам сделать этот сложный первый шаг к важным изменениям в Вашей жизни...

Миколаїв, Україна

Приглашаем в группу для взрослых !!!

Очень часто в жизни мы знаем как поступать нужно.... Но не поступаем... Это происходит потому, что нам не хватает внутренней силы, внутреннего ресурса для этого, у нас нет навыков поступать так, как нужно нам. И занятия в группе помогут вам обрести нужные навыки.

Часто мы поступаем в жизни тем или иным образом, хочется по-другому, а по-другому не получается.... На занятиях мы поймем, почему это с нами происходит... мы все из детства... Именно детство, именно наши отношения с родителями определяют, как в последствии будет складываться наша жизнь.

Осознав, каким образом в детстве был сформирован сценарий нашей жизни, мы можем для своих детей создать такие условия, чтобы их жизнь впоследствии была яркой, счастливой, наполненной смыслом и радостью.

Теоретические блоки и темы занятий могут варьироваться в зависимости от интересов членов группы. Вот некоторые примеры:

- Что значит управлять своей жизнью? Насколько я управляю своей жизнью?
- Каковы мои истинные ценности и для чего стоит жить?
- Что в моей жизни не так, как хочется? Готов ли я к переменам?
- В чем причины моих страхов? Как преодолеть?
- Почему я поступаю определенным образом вопреки своим желаниям?
- Как мной манипулируют?
- Как обрести уверенность? В чем причины ее отсутствия?
- Что такое свобода? Как обрести свободу и при этом не разрушить близких мне людей?
- Как наладить отношения с родителями или детьми?... и другие...

Темы могут быть самые разные. Это зависит от состава и направленности членов группы. Но цель всего этого действия – обретение внутренней свободы, гармонии и любви.

Работа в этой группе поможет Вам сделать этот важный первый шаг к приятным изменениям в Вашей жизни...

Цели и ожидаемые результаты, думаю, понятны из названия программы.

В программу входит, как теория, так и практика. Включает в себя знания по психологии, психотерапии, эзотерике, Универсальным законам.

Этапы обучения и практики:

1. Диагностика: Чего я хочу на самом деле? В чем мои истинные ценности?

