Телесно-ориентированные практики

Ставрополь, Россия

ООО «Центр обучения и маркетинга «Эталон» проводит
занятия по телесно-ориентированной терапии.
В программе занятий: дыхательные практики, скрутки и растяжки.

Что такое телесно-ориентированные практики?
Телесно-ориентированная терапия – относительно новое и
достаточно эффективное направление современной психотерапии, исцеляющее душу человека при помощи тела.
Она позволяет проработать подавленные эмоции,
освободится от негативных психологических и телесных привычек, убрать энергетические блоки и психологические блоки, мешающие нормальной жизнедеятельности.

Телесно-ориентированные практики позволяют раскрыть внутренний потенциал тела, чувств, сознания и бессознательного.
Знаете ли Вы, о чем говорит ваше тело или зачем заниматься телесно-ориентированными практиками?
Уже с рождения оно хранит и помнит всё: наши чувства, переживания, важные события.
Испытывая дискомфорт в теле, пребывая в болезни, понимаете ли Вы, как это вязано с вашей реальной жизнью?
Все мы в детстве переживали страх, сильный гнев, ненависть и научились с помощью задержки дыхания и напряжения мышц живота подавлять эти эмоции.
Ученые-практики считают, что невыраженные эмоциональные переживания не исчезают, а остаются в мышцах и "застревают" в виде мышечных блоков. Это напряжение, становясь хроническим, приводит к образованию "мышечного панциря", что создает благоприятную почву для развития невротического характера, так как подавляется естественная эмоциональная деятельность человека.

На занятиях Вы сможете:
- освободиться от телесных зажимов и блоков;
- снять хроническое напряжение в теле;
- осознать и раскрыть внутренний потенциал и глубинные ресурсы;
- снять эмоциональное напряжение и восстановить силы;
- укрепить физическое состояние здоровья и многое другое.

Телефон для информации и записи: 21-85-82

Цена: Договорная	Тип объявления: Услуги, предлагаю	Торг: --
Центр обучения и маркетинга "Эталон"	**(8652)21-85-82**	**ул.Ленина 287/3 каб.4-5**