

ЭВОЛЮЦИЯ отношений в паре

КАК ПОСТРОИТЬ ОТНОШЕНИЯ, В КОТОРЫХ ВАМ
ХОРОШО ДРУГ С ДРУГОМ, ЕСТЬ БЛИЗОСТЬ,
ПОДДЕРЖКА, ЛЮБОВЬ И РАЗВИТИЕ

Организационные вопросы

- Продолжительность – примерно 2,5 часа. Освободите это время полностью!
- Ставьте + или 🔥 в чат, если вам откликается, что я говорю.
- Ответы на все вопросы в конце вебинара.
- **Запись** будет доступна **ТОЛЬКО 48 часов.**

План вебинара

Поговорим о том:

- Как формируется внутренний образ отношений - можно ли его изменить?
- Как перейти на новый уровень отношений (эволюция)
- Как построить крепкие здоровые отношения – на примерах
- Разберем причины, по которым не получается строить долгосрочные отношения
- Презентация «Школы психологии» по самой выгодной цене
- **Экспресс-коучинг «Решение проблем в отношениях»**

Автор вебинара



Светлана Фёдорова
@fyodorovass

- Клинический психолог
- Психоаналитический психотерапевт
- Супервизор и наставник для психологов

Сейчас у меня еще два высших образования по психологии:



1) **Магистр психологии,**
специализация **Клинический**
психолог, университет БашГУ

2) **Психоаналитический**
психотерапевт, МШГА (Московская
школа группового анализа)



- **Член ЕАРПП** (Европейская Ассоциация Развития Психоанализа и Психотерапии)
- с 15 лет в практической психологии
- Соавтор книги «Грани отношений»
- Автор статей для журнала FLACON
- Автор книги «Попавшие в сети»
- Автор проекта «Школа психологии для себя любимой»
- Более 3000 часов работы с клиентами и более 500 часов личной терапии и профессиональной переподготовки
- Помогаю налаживать здоровые отношения с собой и с другими, профессионально поддерживаю в кризисах и в поисках себя

С каким запросом вы пришли на вебинар?

Что вы хотите изменить в своих отношениях?

пишите в чате 🔥 **это важно** 🔥

**Вы готовы начать работу
с этим запросом прямо сейчас?**

Поставьте в чат + + + + + 🔥🔥🔥🔥🔥

и мы начинаем

Внутренний образ отношений

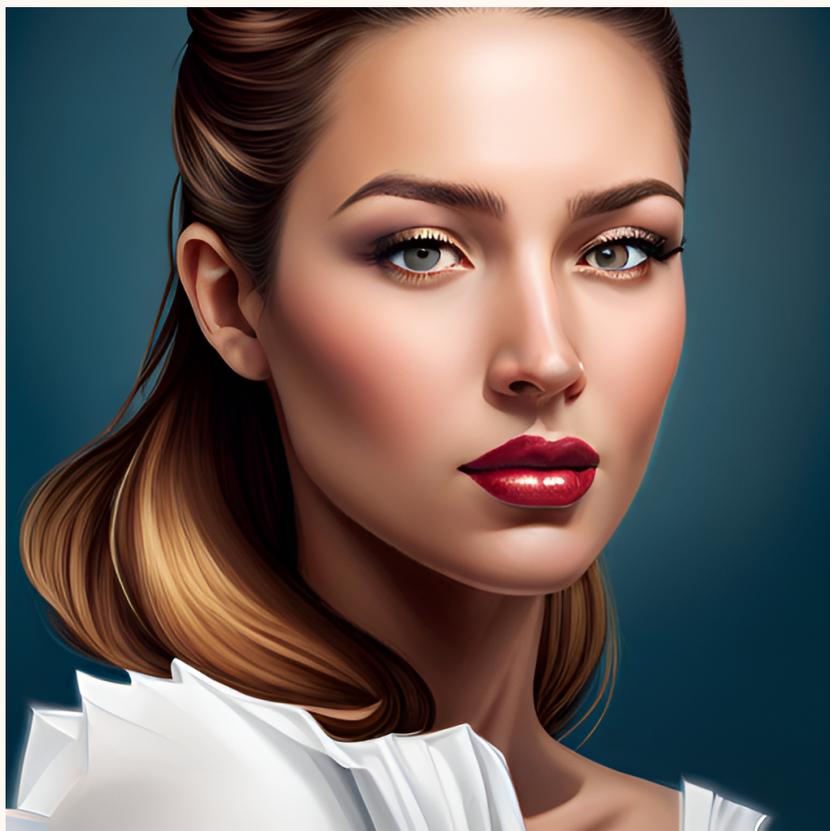


- основная часть сценария отношений формируется в детстве
- на формирование влияют отношения ваших родителей и те отношения, которые вы видели, пока росли
- а также любимые сказки, книги, мультики и т.п.
- вырастая, мы неосознанно ищем идеальных актеров под роль партнера во внутреннем сценарии

Этапы эволюции отношений



1. Этап влюбленности
2. Этап тревоги
3. Этап желаний
4. Этап зрелости
5. Этап принятия



Эволюция отношений Оли

История Оли: завышенные ожидания от мужчин, постоянно чувствует разочарование и гнев, когда эти ожидания не сбываются. Начала сомневаться в себе и своих способностях, а также перестала доверять мужчинам в целом.

Причины состояния: внутри много тревоги, негативный первый опыт отношений.

Эволюция отношений Оли

Что нужно делать:

Уменьшить агрессию к себе, перестать заниматься самопиздингом.

Какой будет результат: Оля научится управлять своими ожиданиями и не ставить слишком высоких требований, она сможет наслаждаться отношениями и получать удовлетворение от них.



Ключевые уроки Школы психологии для Оли

Семестр «Отношения»

2 урок: Трансформация тревоги и обиды в искреннее прощение, принятие и понимание

7 урок: Свидание с собой. Развиваем любовь к себе

9 урок: Убеждения, вызывающие страдания в отношениях



Ключевые уроки Школы психологии для Оли

Семестр «Эмоции»

1 урок: Как понять себя

4 урок: Ценности, как способ понять «Кто Я?»
и «Чего я хочу от жизни?»



Ключевые уроки Школы психологии для Оли

Семестр «Родители»

1 урок: Семейные сценарии: как не повторять ошибки своих родителей и жить собственным сценарий жизни

2 урок: Как родители закладывают в детях уверенность в себе

11 урок: Психологическая зрелость. Как чувствовать себя взрослым и жить в своё удовольствие



Ваше общее впечатление от участия в Школе психологии (❤️ Отзыв, который мы можем использовать для публикации в соцсетях) - по вашему желанию

ШП это хорошая возможность по-исследовать себя и научиться себя любить здесь и сейчас. Я осознала для себя роль родителей и моего окружения в жизни и поняла, что очень многое зависит именно от меня и моего желания! Я действительно научилась бережнее относиться к своему личному пространству, времени которое я трачу на себя и других людей. Осознала ошибки в отношениях с мужчинами и начинаю строить новые отношения без идеализации.

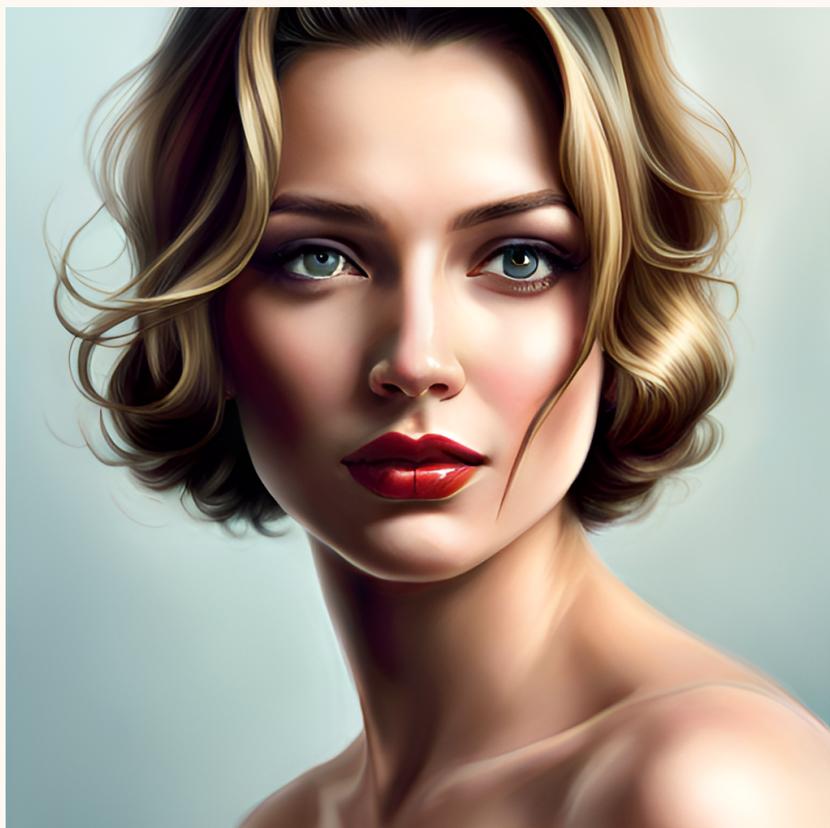
У меня положительный результат) я год в ШП. И иду на второй круг. Изменения очень заметны. Во всех сферах жизни! Во первых я вышла из депрессии. Очень помог семестр границы, я четче вижу манипуляции и спокойно говорю о том, как со мной можно, а как нет. плюс я подружилась со своей агрессией. Теперь это мой друг. Индикатор того, что я живу не так как мне хочется. открыто говорю о своих чувствах и желаниях. Стала более экологично проявлять свое недовольство. В последних конфликтах с мужем, я могу собой гордиться. Я стала больше себя любить и прислушиваться к себе. Хвалить и быть другом самой себе. Очень благодарна Вам за эту помощь. Одна бы я не вывезла.

За год я прошла путь от доминирующего чувства вины и стыда, до воодушевления, интереса и гордости собой. Я молодец и это не просто слово, а я реально считаю, что я молодец и горжусь собой.

Я иду в школу еще на год смотреть другими глазами на то чего не видела и делать то, куда не собрала сил пойти в первый раз.

Света спасибо тебе за твою

Мой итог за год. Я ушла работать на себя, я поняла, что не все мужчины плохие, я столкнулась с неутешающим диагнозом, благо это пришлось на семестр эмоций, я смогла это преодолеть. На антидепрессантах сейчас. Нашла свой круг единомышленников в правильном питании. И самое главное, я поняла, что со мной все нормально. Я себя принимаю целиком и полностью. Учиться буду дальше в ШП



Эволюция отношений Ирины

История Ирины: отношения с мужем напряженные, иногда есть мысли о разводе, муж не слышит её желаний и она не умеет говорить о своих желаниях открыто, а потом обижается что муж её не понимает.

Причины состояния: застряли в пространстве манипуляций, борьба за власть и конкуренция - кто главный в семье.

Эволюция отношений Ирины

Что нужно делать: Фокус на себя и свои желания, взять Ответственность за свою жизнь на себя, освободиться от обид и взаимных претензий, научиться открыто говорить о своих потребностях.



Какой будет результат: Ирина с мужем выйдут из кризиса. У них будут более устойчивые и доверительные отношения. Ира почувствует себя более счастливой и спокойной, потому что может положиться на своего мужчину и рассчитывать на него в любых ситуациях. Это создаст у неё чувство стабильности и уверенности в будущем. Ирина сможет быть открытой и честной, не скрывая своих эмоций и желаний.

Ключевые уроки Школы психологии для Ирины

Семестр «Отношения»

1 урок: Жертва, Контролёр и Спасатель – три роли, убивающие здоровые отношения

2 урок: Трансформация тревоги и обиды в искреннее прощение, принятие и понимание

4 урок: Четыре типа зависимых отношений. Настоящая ли у тебя любовь?

9 урок: Убеждения, вызывающие страдания в отношениях



Ключевые уроки Школы психологии для Ирины

Семестр «Эмоции»

3 урок: Как эффективно управлять своими эмоциями. Техники и основные правила

9 урок: Стыд и вина. Прорабатываем внутреннего критика



Ключевые уроки Школы психологии для Ирины

Семестр «Границы»

6 урок: Границы с собой: как себя беречь

7 урок: Баланс «брать-давать» как основа здоровых отношений

9 урок: Границы с партнёром, или делаем любовные отношения комфортными



Перед началом курса я была не в настроении и ничего не хотелось делать. Я хотела стать более спокойной и позитивной, а также улучшить отношения с мужем, потому что чувствовала равнодушие и скуку. Однако, благодаря тому, что решила и приобрела ШП на год, я стала более спокойной и позитивной, улучшились отношения с мужем, а фокус внимания сместился на будущего ребенка. Теперь я даже решила на личную терапию, которой раньше боялась. Я благодарна Диане за ее помощь, поддержку и правильные вопросы. Также хочу поблагодарить Светлану за интересные уроки и вебинары, а также за создание ШП - крутого проекта, который нужен всем. И, конечно же, благодарю Ольгу за ее интересные задания в чате и поддержку.

21



ЧАТ ШКОЛЫ ПСИХОЛОГИИ

Как знакомо, тоже увидела в муже признаки абьюза, можно сказать тапочки в зубах ему носила, **благодаря школе**, научилась с ним говорить о том, что меня беспокоит, не нравится, о том, что меня обижает в его словах тд... В общем стали обсуждать все все, как оказалось, он тоже чувствует, эмоционирует, стал больше внимания уделять, хотелки мои выполнять. Мы стали ближе друг другу и сплоченнее. Как говорит Света, не торопитесь разводиться, посмотрите через год терапии, все может поменяться. Это действительно так.

04:2



ЧАТ ШКОЛЫ ПСИХОЛОГИИ

У нас с мужем на столько все наладилось что мы даже успели сняться вместе рекламе 😂

09:48



5

~Екатерина

Я пришла летом и поняла, что пройду всю школу, так как оочень интересно стало 😊 (удивительное знакомство с собой, увлекает) иногда конечно не с лучшей стороны и не всегда приятно, при этом кайф от того, что могу управлять своей жизнью

16:04

И жить в комфорте с собой это очень круто

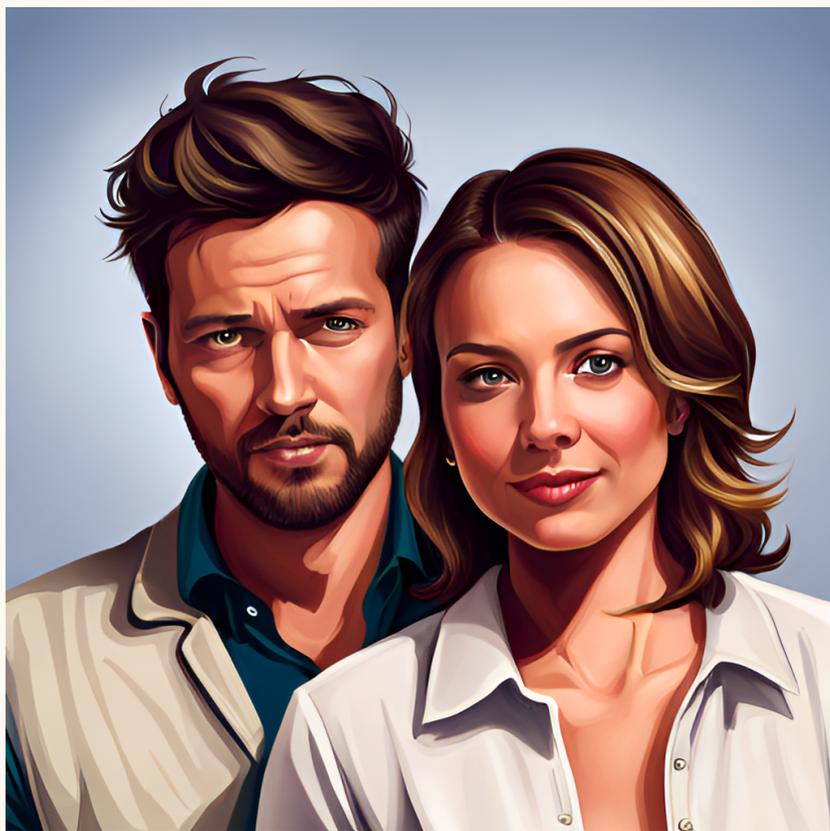
16:0



Эволюция отношений Натальи

История Натальи: в браке 18 лет, дети подросли; ездят вместе отдыхать, но скучно друг с другом, каждый занимается своими делами, нет общих целей, главный вопрос - а зачем мы вместе? Наталья чувствует усталость, отчуждение, неудовлетворенность и разочарование в отношениях.

Причины состояния: из привычки в обесценивание.



Эволюция отношений Натальи

Что нужно делать: вернуть ценность отношений и желание быть вместе, взрастить благодарность к мужу.

Какой будет результат: пара получит более близкие глубокие отношения, появятся совместные интересы, вернется регулярный секс.

Ключевые уроки Школы психологии для Натальи

Семестр «Отношения»

3 урок: Привносим в свои отношения радость и творческую энергию

8 урок: По каким принципам мы выбираем себе партнера

10 урок: Секс, как зеркало отношений



Ключевые уроки Школы психологии для Натальи

Семестр «Эмоции»

4 урок: Ценности, как способ понять «Кто Я?» и «Чего я хочу от жизни?»

6 урок: Прощение. Простить себя и других

10 урок: Выгорание. Как восстановить ресурс



Ключевые уроки Школы психологии для Натальи

Семестр «Родители»

1 урок: Семейные сценарии: как не повторять ошибки своих родителей и жить собственным сценарий жизни

6 урок: Снимаем блоки на сексуальность, заложенные родителями



Результат, который даёт работа над собой, намного больше даёт энергии, чем я трачу на преодоление сопротивления.

У меня удовлетворение и кайф позже приходит, я немного тормознутая почему то 😊 зато потом, когда меняюсь я и всё вокруг, понимаю ДЛЯ ЧЕГО я это всё делаю и кайфую уже от изменений. И в этом нахожу ресурс продолжать работу над собой, потому что временами совсем не уютно бывает..) но результат того стоит, ОДНОЗНАЧНО!!

12:44

Школа-это прекрасный способ услышать и увидеть себя. Это работа, иногда не простая. Но результат всегда потрясающий. Главное делать. Брать ручку и писать. Или не писать, но думать и анализировать. И главное действовать.

заставлять) действия, которые фиксируют положительные эмоции.

Во время негатива применяю техники, которые узнала из вебинаров, что помогает быстрее восстановить баланс. Негативные эмоции проходят быстрее, анализ ситуации появляется тоже быстрее.

Негативное мышление постепенно уходит (ещё не до конца) и в каждой ситуации я уже вижу разные варианты развития, а не в чёрных тонах, как раньше.

Сергей

Да, перемены есть

Екатерина

Да ахеренные изменения в жизни после каждого семестра в школе))))))

Юлия, Кураторы крутые! Столько фишек новых дают. Не навязчиво, все в моем личном темпе и графике. Комментируют ответы на задания правильными вопросами. Я думала что любое обучение это чувство долга и обязательности, которое я не люблю. Но в шп очень комфортно учиться или просто узнавать себя



Эволюция отношений Айгуль

История Айгуль: не получается строить долгосрочные отношения, часто бывают одноразовые связи, все бывшие мудаки и манипуляторы, чувствует разочарование, грусть и одиночество.

Причины состояния: установка о себе, что она обречена привлекать мудаков, страх боли и разочарования в отношениях.

Эволюция отношений Айгуль

Что нужно делать: менять сценарий, менять установки.

Какой будет результат: Айгуль начнет привлекать подходящих партнеров, которые готовы к долгосрочным отношениям, будет чувствовать себя любимой и желанной.



Ключевые уроки Школы психологии для Айгуль

Семестр «Отношения»

5 урок: Типы привязанности. Как понять, способен ли человек на серьезные длительные отношения?

8 урок: По каким принципам мы выбираем себе партнера

9 урок: Убеждения, вызывающие страдания в отношениях

11 урок: Секреты качественной коммуникации. Как общаться так, чтобы быть услышанным и донести свою мысль до партнёра



Ключевые уроки Школы психологии для Айгуль

Семестр «Границы»

3 урок: Как отличить манипуляторов и противостоять им

6 урок: Границы с собой: как себя беречь

7 урок: Баланс «братъ-давать» как основа здоровых отношений

9 урок: Границы с партнёром, или делаем любовные отношения комфортными



Юлия

Светлана доброе утро!!!очень понравился урок Секреты коммуникации, впрочем как и все предыдущие 😊, многое почерпнула, спасибо! 🌹🌹🌹

< 1



ЧАТ ШКОЛЫ ПСИХОЛОГИИ

8 урок бомба 💣, очень интересно , просто восторг ❤️
Хочется прям анализировать и анализировать)

10:39

Гузель

Я восьмой урок с перерывами смотрела 😂 от впечатлений))))

10:41

Бомба 💣🔥😂

10:41

Именно этот семестр дал мне больше всего инсайтов. **Я просканировала все свои отношения: я и мужчины, я и родители, я и подруги, я и коллеги, я и взаимодействие с окружающими, я и мои реакции на события в мире.**

Было не просто, но мне стало многое понятно. Теперь понятно, почему у меня так много не получалось того, к чему я стремилась. Я прямо физически чувствую другой уровень осознания. Я стала самой собой. Я чувствую умиротворение и мудрость тибетского монаха внутри себя, когда в большинстве ежедневных ситуаций вижу игры из треугольника.

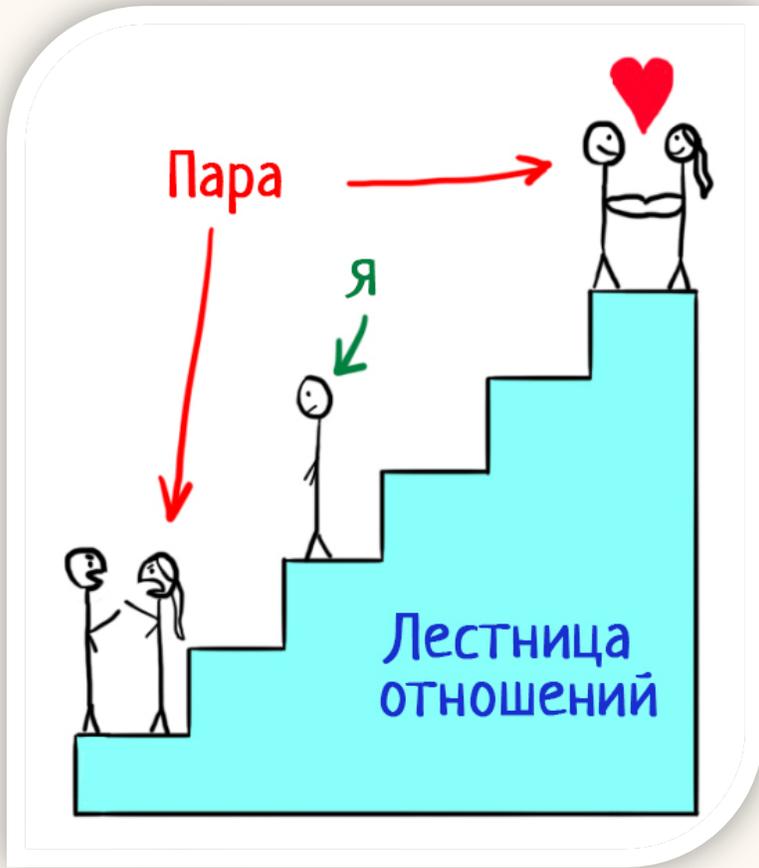
...прояснился дальнейший путь моего развития. Теперь я хочу научиться взаимодействовать с окружением на новом уровне и при этом чувствовать себя комфортно. Хочу понимать этот более сложный уровень игр, который мне пока не доступен и научиться на нем лавировать. Короче, мой уровень энергии и ресурсности однозначно растет и я хочу уметь его поддерживать и возвращать еще больше)

12:11

За счет чего происходит переход на следующий уровень отношений в ШП

- Смещение фокуса на свою жизнь
- Повышение самооценности
- Взрослой позиции и принятия ответственности на себя
- Освобождение от чувства вины и стыда
- Освобождение от обид и прошлых отношений
- Проработка детских травм
- Глубокое понимание и принятие себя и своих желаний
- Бережное отношение к себе (перестать себя пи*деть)
- Начать ставить себя на первое место
- Перестать играть в Спасателя
- Выход из жертвенной позиции
- Выход из старого сценария
- Работа с мышлением и установками





✓ Вы теперь знаете лестницу отношений и над чем именно нужно работать.

✓ Узнали Инструменты, с помощью которых вы можете пройти свою эволюцию отношений.

НО!

Не стоит впадать в иллюзию, что вы сегодня узнали новую информацию и ваши проблемы в отношениях разрешатся сами.



Частые убеждения о решении проблем в отношениях:

- У нас просто такой период - скоро всё само пройдет
- Посоветуйте книгу про отношения - мне только книгу
- Придет «тот самый» мужчина в мою жизнь и как заживём
- Я верю, что психология помогает, но не мне
- Я уже ходила к психологу, но не вижу существенных результатов
- Я боюсь идти к психологу
- Боюсь, что ничего нового не узнаю, уже всё пробовала

ГОТОВЫ ЛИ ВЫ **начать по-настоящему
двигаться К СВОИМ КЛАССНЫМ ОТНОШЕНИЯМ?**

**И что конкретно вы сделаете
в ближайшее время?**

пишите в чате - **это важно!**

позже проведем экспресс-коучинг

Школа психологии

для себя любимой ❤️

Психотерапевтическая программа

по улучшению важных сфер жизни:

отношения, финансы, здоровье

в интересном познавательном формате

с добротой и любовью к себе

Старт семестра **«Отношения»** - 1 июня 2023

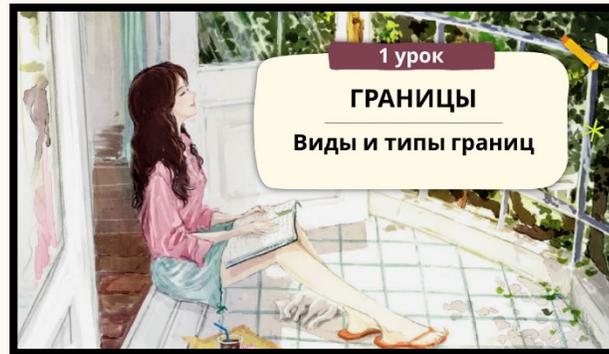
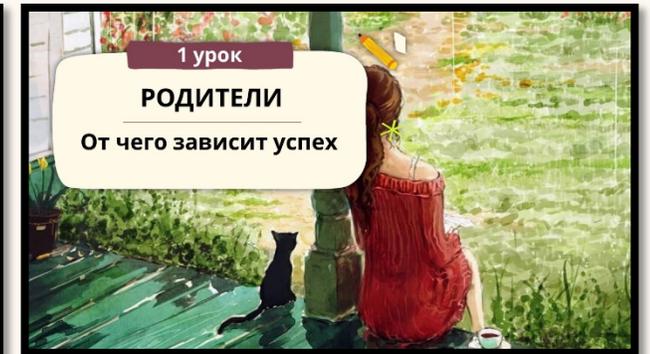
Полная программа Школы психологии длится год
и состоит из **4-х** семестров по три месяца

1. Отношения **2. Эмоции** **3. Родители** **4. Границы**



Обучение в Школе психологии – **это лёгкий и понятный процесс**, который легко встроить в повседневную жизнь

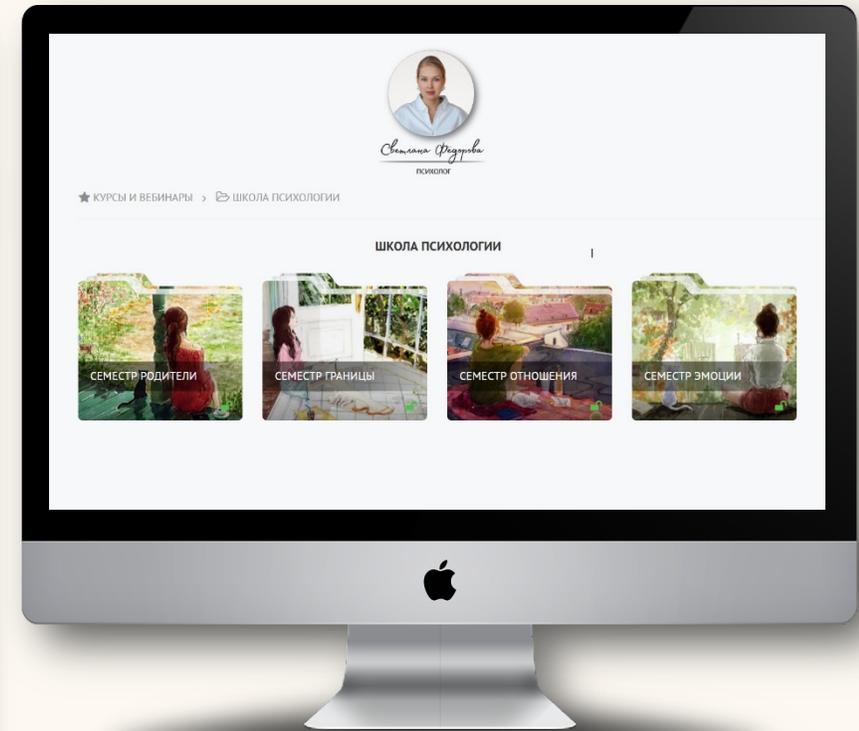
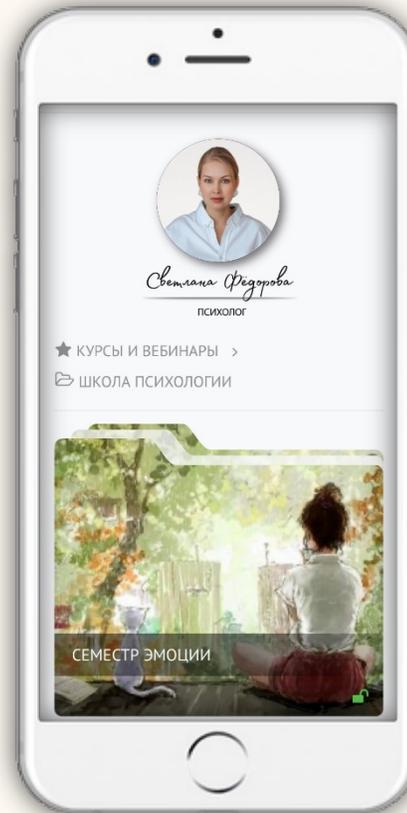
- 1 короткий урок в неделю (15-30 мин.) в записи + Шпаргалка-презентация к уроку, которую можно **сохранить себе навсегда**.
- * Каждый урок – это краткая выжимка из теории психологии и упражнение для «Селф-терапии».



- **1 домашнее задание в неделю с проверкой от наставника-психолога – для ваших осознаний и формирования новых паттернов и экологических инсайтов.**
- **1 отчет в неделю – для саморефлексии и закрепления своих результатов.**
- **3 групповые коуч-сессии в месяц (от меня и наставников), которые позволяют выработать новые стратегии поведения, справиться с сопротивлением и повысить уровень мотивации, чтобы взять от программы максимум.**
- **+1 встреча «Ответы на вопросы» от меня – ежемесячно.**

Как организован процесс обучения в Школе

- Доступ к урокам, заданиям и вебинарам с любого устройства на учебной платформе.
- Всё онлайн в удобное для вас время.
- Запись всех уроков и коуч-сессий предоставляется.
- Доступ ко всем урокам и доп.материалам семестра остается ещё на 3 месяца после окончания семестра.



Сколько времени нужно инвестировать в себя любимую

- 15-20 минут в неделю - просмотр урока
- 2 часа в неделю - внедрение в жизнь
- 20 минут в неделю - подведение итогов недели
- 1 час в неделю - вебинары и коуч-сессии



Итого за 4 часа в неделю инвестиций времени – получаешь счастливые, здоровые отношения с собой и другими

НАСТАВНИКИ-ПСИХОЛОГИ

Школы психологии

Оля, вопросы сегодня просто в самое сердце! Спасибо! ушла в себя думать)

20:04

Сергей
Смотрю вебинар про любовь к себе, Оля спасибо), танцы это прям супер)

08:41

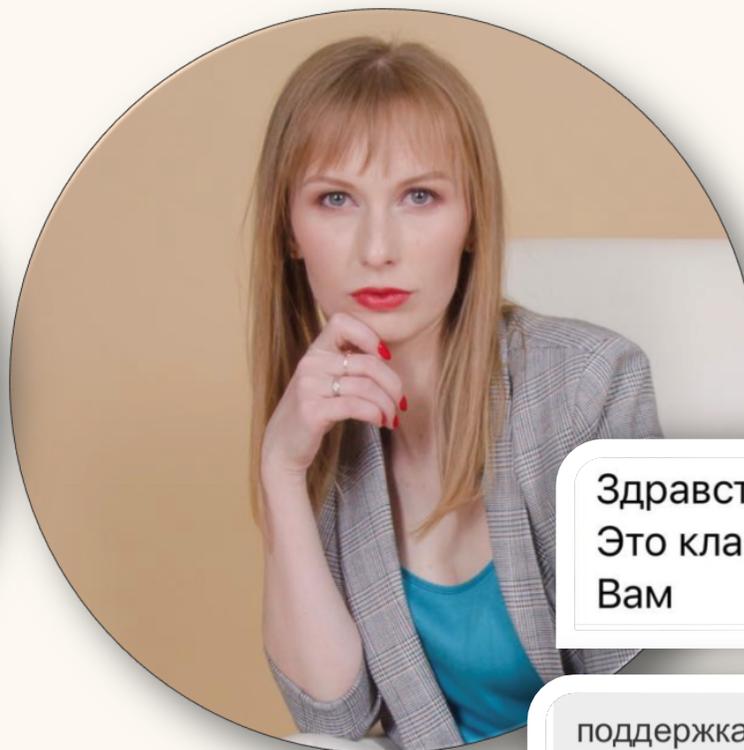


Посмотрела коуч сессию с Ольгой "Мужчины, женщины и деньги" многое для себя открыла и поняла, увидела свое отношение и к себе и к мужчине и к деньгам. Спасибо, большое, Ольга.

11:13



Оля



Диана

Здравствуйте, Диана.
Это классная техника. Спасибо Вам

поддержка куратора и ее вопросы бесценны и очень тактичны и помогают найти правильные ответы в себе

Программа семестра **ОТНОШЕНИЯ**

Июнь - Август 2023

1 урок: Жертва, Контролёр и Спасатель – три роли, убивающие здоровые отношения.

2 урок: Трансформация тревоги и обиды в искреннее прощение, принятие и понимание.

3 урок: Привносим в свои отношения радость и творческую энергию.

4 урок: Четыре типа зависимых отношений. Настоящая ли у тебя любовь?



**1-й Месяц
(Июнь)**

Программа семестра **ОТНОШЕНИЯ**

Июнь - Август 2023

5 урок: Типы привязанности. Как понять, способен ли человек на серьезные длительные отношения?

6 урок: Патологии в любви: безответная любовь, неспособность любить, любовь к женатому, и т.д.

7 урок: Свидание с собой. Развиваем любовь к себе.

8 урок: По каким принципам мы выбираем себе партнера.



**2-й Месяц
(Июль)**

Программа семестра **ОТНОШЕНИЯ**

Июнь - Август 2023

9 урок: Убеждения, вызывающие страдания в отношениях.

10 урок: Секс, как зеркало отношений.

11 урок: Секреты качественной коммуникации. Как общаться так, чтобы быть услышанным и донести свою мысль до партнёра.

12 урок: Подведение итогов и составление поддерживающего плана на будущее.



**3-й Месяц
(Август)**

Программа семестра **ЭМОЦИИ**

Сентябрь - Ноябрь 2023

1 урок: Как понять себя.

2 урок: Как понять других.

3 урок: Как эффективно управлять своими эмоциями. Техники и основные правила.

4 урок: Ценности, как способ понять «Кто Я?» и «Чего я хочу от жизни?». Пара слов о предназначении.



**1-й Месяц
(Сентябрь)**

Программа семестра **ЭМОЦИИ**

Сентябрь - Ноябрь 2023

- 5 урок:** Агрессия. Как помочь себе справиться с агрессией. Как не срываться на детей и выдерживать их эмоции.
- 6 урок:** Прощение. Простить себя и других.
- 7 урок:** Работа с телом, проработка эмоциональных блоков.
- 8 урок:** Профилактика депрессии, стресса, тревоги.



**2-й Месяц
(Октябрь)**

Программа семестра **ЭМОЦИИ**

Сентябрь - Ноябрь 2023

9 урок: Стыд и вина. Прорабатываем внутреннего критика.

10 урок: Выгорание. Как восстановить ресурс.

11 урок: Расставание. Как помочь себе пережить боль потерь.

12 урок: Подведение итогов и составление поддерживающего плана на будущее.



**3-й Месяц
(Ноябрь)**

Программа семестра **РОДИТЕЛИ**

Декабрь '23 - Февраль '24

1 урок: Семейные сценарии: как не повторять ошибки своих родителей и жить собственный сценарий жизни.

2 урок: Как родители закладывают в детях уверенность в себе.

3 урок: Токсичные родители. От каких родителей можно и нужно держаться подальше.

4 урок: Обиды на родителей. Как отпустить.



**1-й Месяц
(Декабрь)**

Программа семестра **РОДИТЕЛИ**

Декабрь '23 - Февраль '24

5 урок: Снимаем барьеры про деньги, заложенные родителями.

6 урок: Снимаем блоки на сексуальность, заложенные родителями.

7 урок: Как самому стать хорошим родителем.

8 урок: Прокачиваем внутреннюю силу и ответственность в себе и своих детях.



**2-й Месяц
(Январь)**

Программа семестра **РОДИТЕЛИ**

Декабрь '23 - Февраль '24

9 урок: Убираем чувство вины в отношениях с родителями.

10 урок: Раздражение на родителей заменим на принятие.

11 урок: Психологическая зрелость. Как чувствовать себя взрослым и жить в своё удовольствие.

12 урок: Подведение итогов и составление поддерживающего плана на будущее.



**3-й Месяц
(Февраль)**

Программа семестра **ГРАНИЦЫ**

Март - Май 2024

1 урок: Виды и типы границ.

2 урок: Как формируются границы.

3 урок: Как отличить манипуляторов и противостоять им.

4 урок: Учимся говорить «Нет».



**1-й Месяц
(Март)**

Программа семестра **ГРАНИЦЫ**

Март - Май 2024

5 урок: Как в конфликте сохранять отношения, а не разрушать.

6 урок: Границы с собой: как себя беречь.

7 урок: Баланс «братъ-давать» как основа здоровых отношений.

8 урок: Внутренняя сила, как вырастить опору внутри себя.



**2-й Месяц
(Апрель)**

Программа семестра **ГРАНИЦЫ**

Март - Май 2024

9 урок: Границы с партнёром, или делаем любовные отношения комфортными.

10 урок: Визуализация границ: медитативные практики для укрепления своих границ.

11 урок: Как повысить самооценку.

12 урок: Подведение итогов и составление поддерживающего плана на будущее.



**3-й Месяц
(Май)**

Дополнительные вебинары, входящие в программу



Семестр Отношения

Семестр Эмоции



Семестр Родители

Семестр Границы

Стоимость участия

	Полная	Сегодня	В месяц
Семестр Отношения	25 000 ₽	21 000 ₽	7 000 ₽
Годовое участие	100 000 ₽	72 000 ₽	6 000 ₽

- За **еженедельную поддержку профессионального психолога.**
- Еженедельные коуч-сессии, полезные вебинары, ответы на вопросы, факультативные задания *.

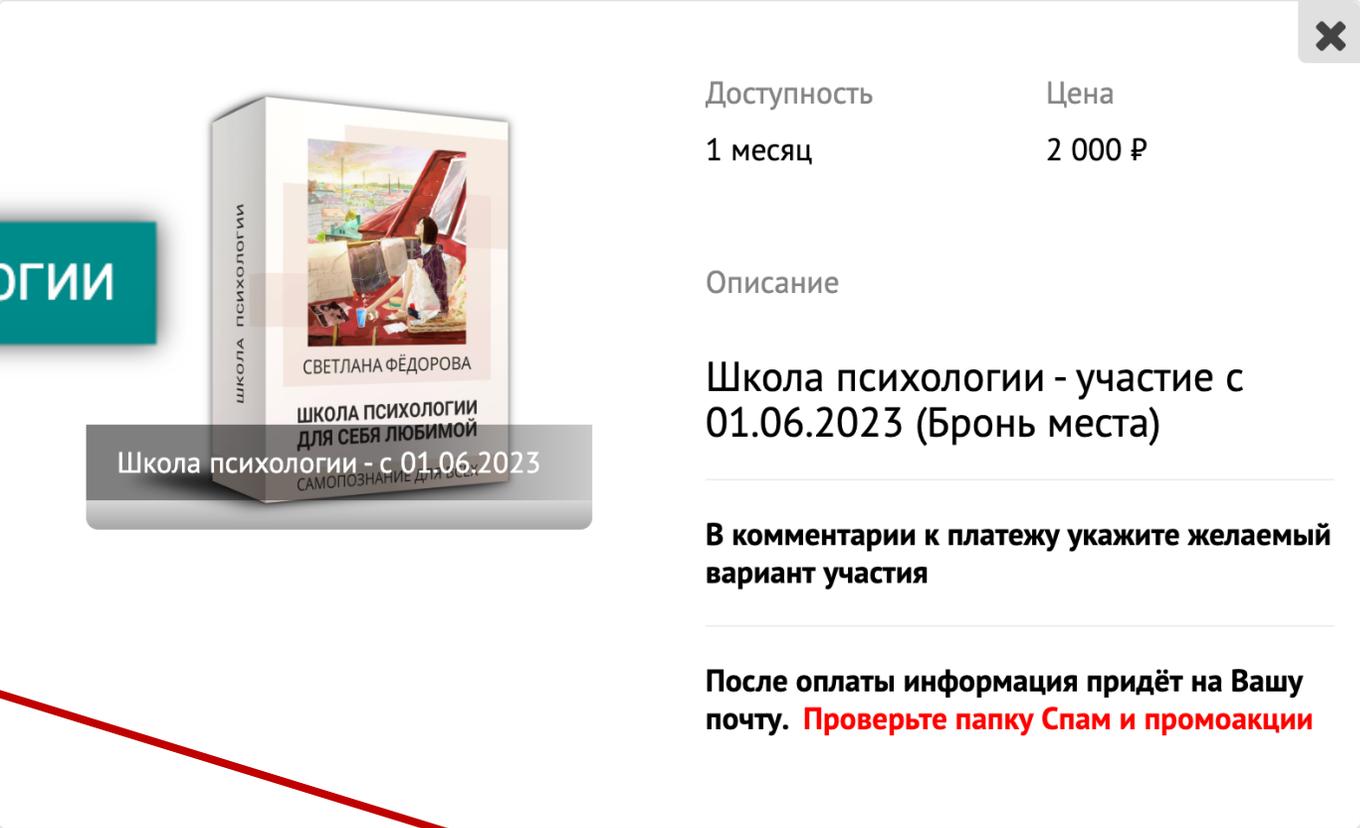
* Помимо основной программы

Чтобы забронировать место и зафиксировать условия
нужно **внести предоплату 2000 ₺**

1) НАЖМИТЕ →

ШКОЛА ПСИХОЛОГИИ

2) ПЕРЕЙТИ К ОПЛАТЕ



Доступность
1 месяц

Цена
2 000 ₺

Описание

Школа психологии - участие с
01.06.2023 (Бронь места)

В комментариях к платежу укажите желаемый
вариант участия

После оплаты информация придёт на Вашу
почту. **Проверьте папку Спам и промоакции**

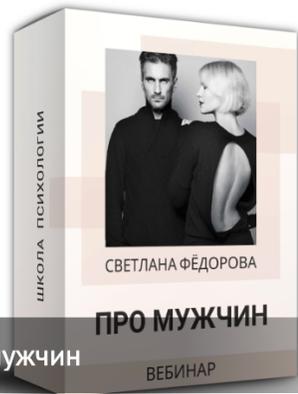
ВВЕСТИ ПРОМОКОД

ПРОДОЛЖИТЬ ПОКУПКИ

К оплате 2 000 ₺

ПЕРЕЙТИ К ОПЛАТЕ

При оплате **сегодня** получите один вебинар в подарок при бронировании семестра или два вебинара при бронировании годового участия



Про мужчин



Ты создана для кухни,
а не для кухни!



Расставания



Про взрослость



Созависимые отношения

Доступность
36 месяцев

Цена
1 500 ₽

По всем вопросам можно писать Екатерине

+7 919 155 22 41

WhatsApp

НАПИСАТЬ В ПОДДЕРЖКУ



Экспресс-коучинг

«Решение проблем в отношениях»



Вспомните **свой запрос на эту встречу**
или **какая проблема в отношениях вас волнует в**
настоящий момент больше всего?

Чем вас не устраивает текущая ситуация?

Представьте, что проблема решилась наилучшим образом - **как вы себя тогда чувствуете?**

Что зависит от вас в решении этой проблемы?

Какие **ресурсы** нужны для решения проблемы?

Какие препятствия вы видите на пути решения проблемы?

**Что вас вдохновит и поддержит
на пути решения проблемы?**

Какие остались сомнения, чтобы прийти
в Школу психологии за поддержкой?



ЧАТ ШКОЛЫ ПСИХОЛОГИИ

В трудные моменты вспоминаю слова Оли из коуч сессии о любви к себе, Дианы из недавнего занятия и Светы с сессии.

"Все что мы понимаем под любовью двух людей нужно применить к себе." - Оля

"Тяжело- посмотри список"- Диана

"А что у тебя есть для себя" - Света

Спасибо нашим помощникам и участникам за то что делитесь

12:35



ЧАТ ШКОЛЫ ПСИХОЛОГИИ

Анна

Моя семечка это страничка @Светлана Фёдорова в инсте. Привлекла смелая манера общения и нравились жфиры с ответами на вопросы. Это было года 4 назад! С тех пор мое ментальное здоровье просто так выросло и я столько о себе узнала а сколько еще впереди! Из млего семнчка вырос такой гиганский лопух! Того гляди скоро зацветет) лопухи цветут?)

10:50



И вот год спустя в школе я начинаю вкладывать в себя. Ценить себя и любить

я в восторге! Если бы я раньше осознала, что это такое, что не потеряла бы столько времени. Как и многие, я считала, что это просто трата денег, можно самой почитать книгу/найти в интернете, но это не сработало. Как только появляется дискомфорт- сразу надо искать качественную помощь, а в ШП она настолько качественная, что даже описать невозможно. «Само» не пройдет!

Любовь

У меня первый семестр второго года в ШП, думаю и на третий пойду, вся информация дается по новому и слышится и усваивается 😍

11:16

Я тоже думаю на третий пойду) в школе уютно и хорошо, всегда есть стимул откопать свои жемчужины из глубин сознания в приятной компании

Школа психологии

для себя любимой ❤️

**Психотерапевтическая программа
по эволюции отношений**

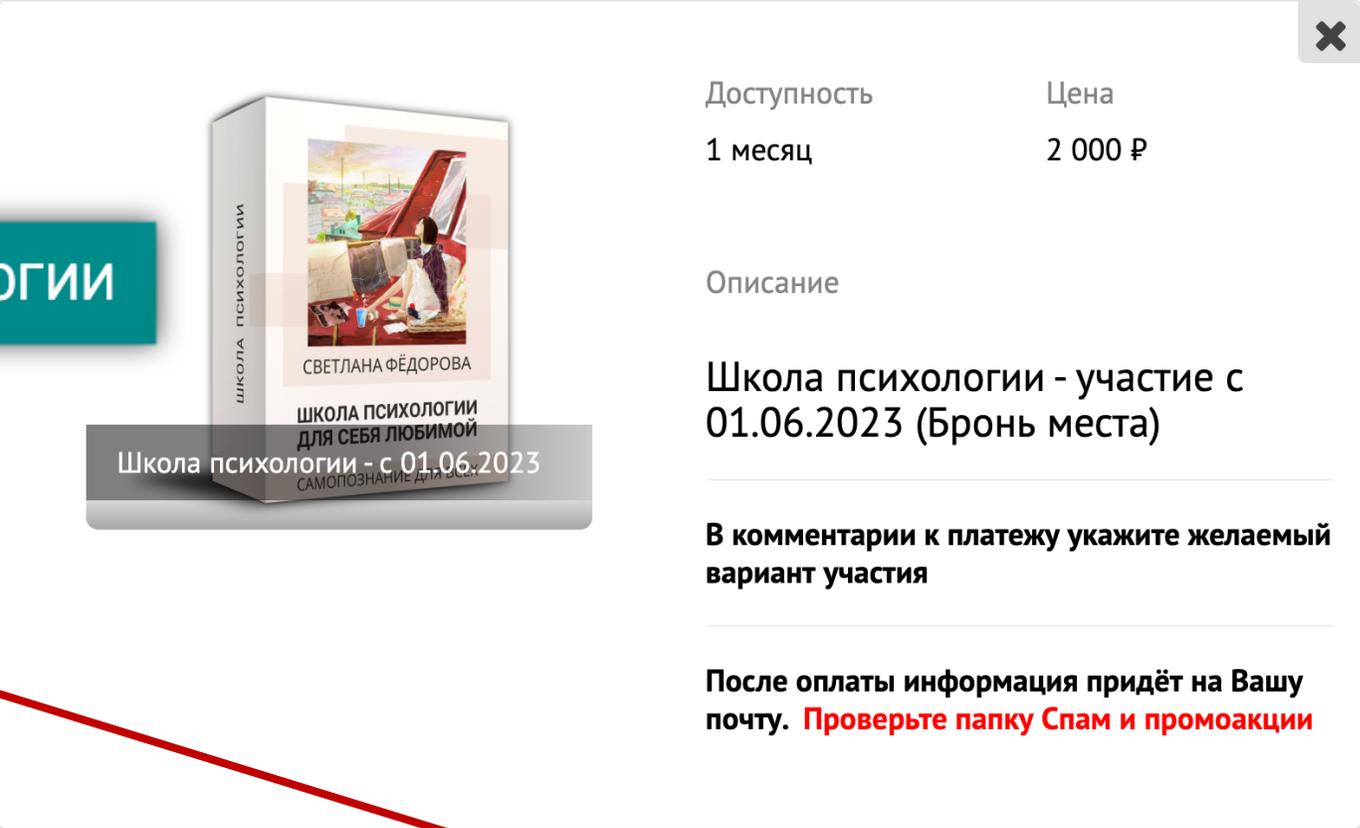
Старт - **1 июня 2023**

Чтобы забронировать место и зафиксировать условия
нужно **внести предоплату 2000 ₺**

1) НАЖМИТЕ →

ШКОЛА ПСИХОЛОГИИ

2) ПЕРЕЙТИ К ОПЛАТЕ



Доступность
1 месяц

Цена
2 000 ₺

Описание

Школа психологии - участие с
01.06.2023 (Бронь места)

В комментариях к платежу укажите желаемый
вариант участия

После оплаты информация придёт на Вашу
почту. **Проверьте папку Спам и промоакции**

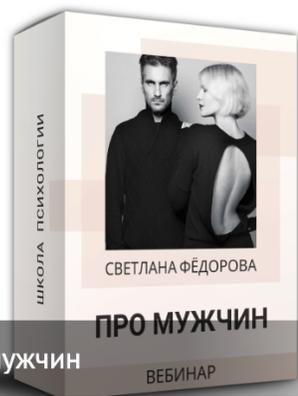
ВВЕСТИ ПРОМОКОД

ПРОДОЛЖИТЬ ПОКУПКИ

К оплате 2 000 ₺

ПЕРЕЙТИ К ОПЛАТЕ

При оплате **сегодня** получите один вебинар в подарок при бронировании семестра или два вебинара при бронировании годового участия



Про мужчин



Ты создана для кухни, а не для кухни!



Расставания



Про взрослость



Созависимые отношения

Доступность
36 месяцев

Цена
1 500 ₺

По всем вопросам можно писать Екатерине

+7 919 155 22 41

WhatsApp

НАПИСАТЬ В ПОДДЕРЖКУ



Что вам было полезно сегодня?

Какие мысли уносите с собой?



**Жду тебя в
Школе психологии**



Светлана Фёдорова
@fyodorovass

