

Женский коуч

«Между нами женщинами...или раскрытие своего внутреннего мира!»

5 марта 2020 года на базе МОУ «Карайская СОШ» прошел районный семинар на тему «Профилактика стресса как фактор повышения эффективности принятия управленческих решений в образовательной организации». С заведующими ДОУ проводился женский коуч «Между нами женщинами...или раскрытие своего внутреннего мира!» с целью исследование психологических проблем, улучшение самочувствия и укрепление психологического здоровья.

Провели интересный ассоциативный тест «Прогулка по лесу» который помог лучше понять себя и других, направленный на подсознание, а оно лукавить не умеет.

Рисовали мандалы, которые способствует достижению состояния созерцания и концентрации. Они помогают в исследовании своего внутреннего мира, эти энергии находят отклик в душе каждой женщины: запускают в нём глубинные механизмы саморазвития, пробуждают скрытый потенциал, вдохновляют на творчество, дают импульс для духовного роста, обостряют внутреннее устремление человека к вершине познания. Каждая мандала накапливает во время создания в себе позитивную женскую энергетику.

