

Никто не должен справляться один

«Душевная мастерская» - это наше, с коллегой, пространство, где вы можете остановиться, прислушаться к себе и восстановить внутренний баланс.

Мы проводим групповые практики для взрослых, направленные на расслабление, самопознание и поиск ресурсов. В работе используем арт-терапию, телесные практики, медитации и метафорические карты.



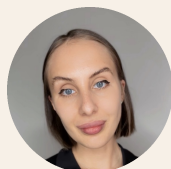
ART-THERAPY • GROUP • METAPHORICAL CARDS • MEDITATION • BODY



Пространство, где можно быть собой

Встречи проходят в небольшой группе, в спокойной атмосфере, где есть место чувствам, телу, творчеству, поддержке и собственному темпу.

Ведущие пространства



Анна Белянина

Клинический психолог, психолог модальности ТА, семейный психотерапевт, арт-терапевт.



Ксения Земцова

Магистр психологии, психолог модальности ТА, телесно-ориентированный терапевт.

Оставайтесь рядом с «Душевной мастерской»

Анонсы встреч, практики и материалы о бережном контакте с собой.

[Группа ВКонтакте](#)

[Канал в ТГ](#)