

Як жити в умовах війни: психологічний підхід

Життя під час війни — це постійна напруга і незвичний ритм. Поняття "повернення д

Прийняття не означає покору. Це готовність визнати: так, зараз моє життя саме таке

Психіка невпинно шукає шляхи до виживання. І такі шляхи можуть проявлятися у ви

Приймати — значить дозволяти собі жити навіть за цих обставин. І припинити карта

Війна не зупиняє життя. Вона лише робить кожен мить особливо цінною.