

Авторский курс

«ВСЕГДА БУДЬТЕ БЕРЕЖНЫ С СОБОЙ»

Формирование у
участников
представления о себе.

Проработка негативных
установок.

Зачем курс



И какова его
цель

Повышение самооценки.

Укрепление внутренней
опоры.

Этот курс для тебя если:

Ты хочешь
избавиться от
негативных
установок про
себя

Ты хочешь построить
здоровые отношения
с собой и с
окружающим миром

Ты хочешь
узнать себя

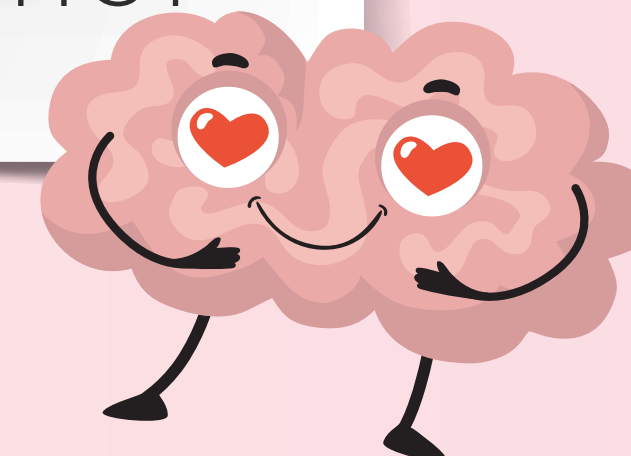
Ты хочешь
повысить
самооценку

Ты хочешь
укрепить
внутреннюю
опору



В результате курса вы...

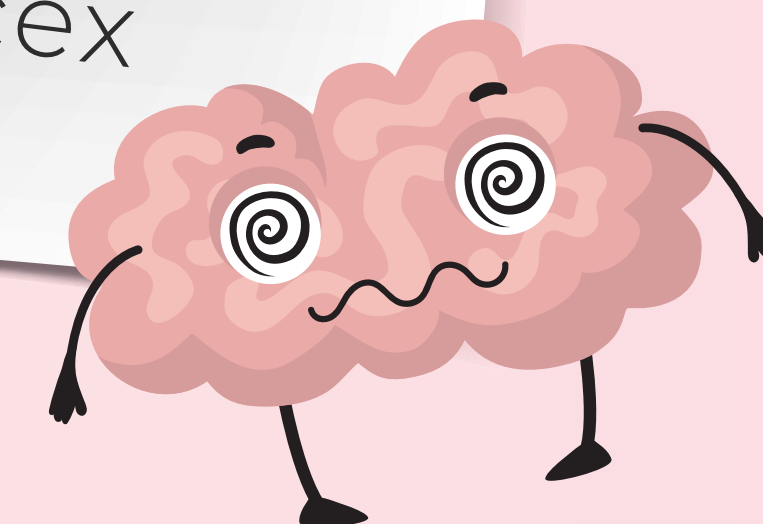
Станете более
уверенным в себе и
научитесь говорить «нет»



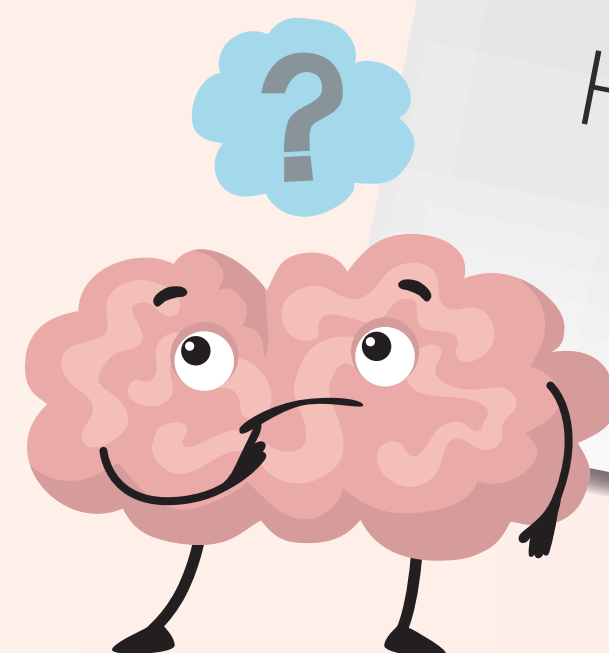
Научитесь отстаивать
свои границы



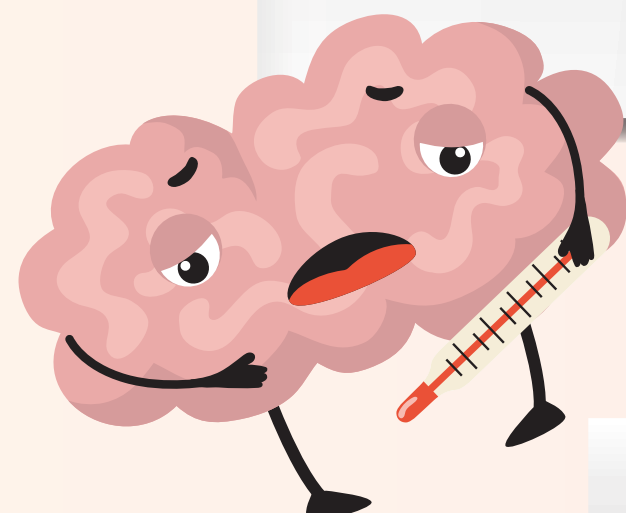
Перестанете быть
удобными для всех



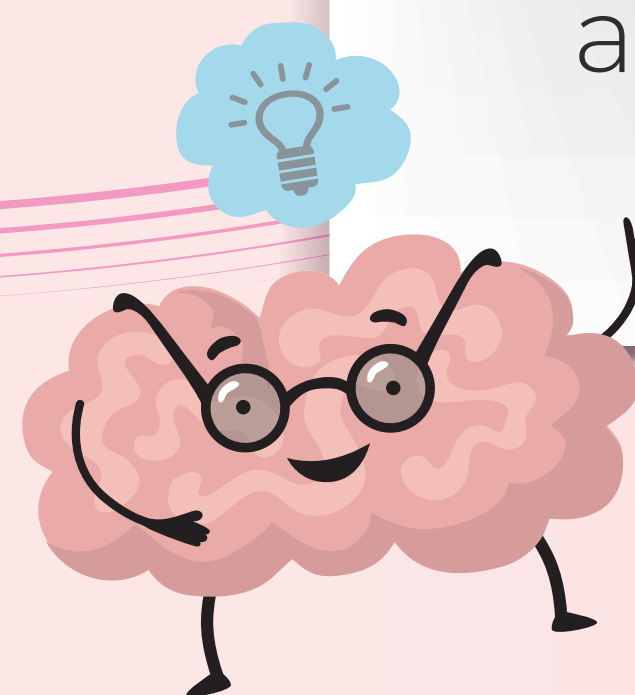
Научитесь верить в себя
и слышать себя



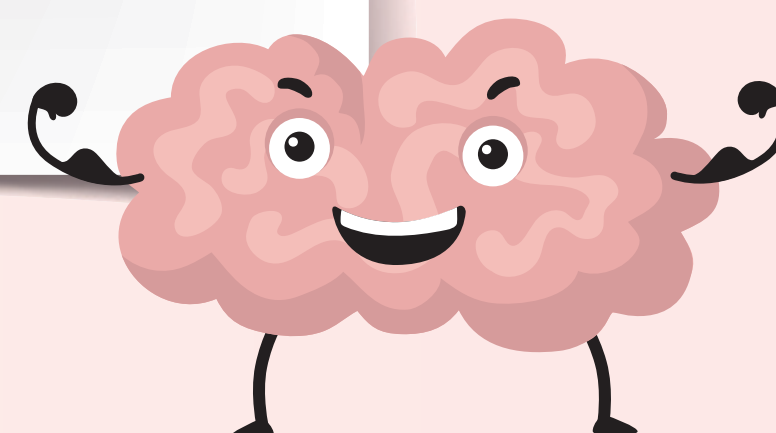
Научитесь различать роли
треугольника Карпмана
(жертва, спасатель, тиран) и
поймете какую роль играете вы
и почему.



Научитесь
аргументировать свою
точку зрения



Научитесь ощущать свою
внутреннюю опору



Научитесь рассчитывать
на себя

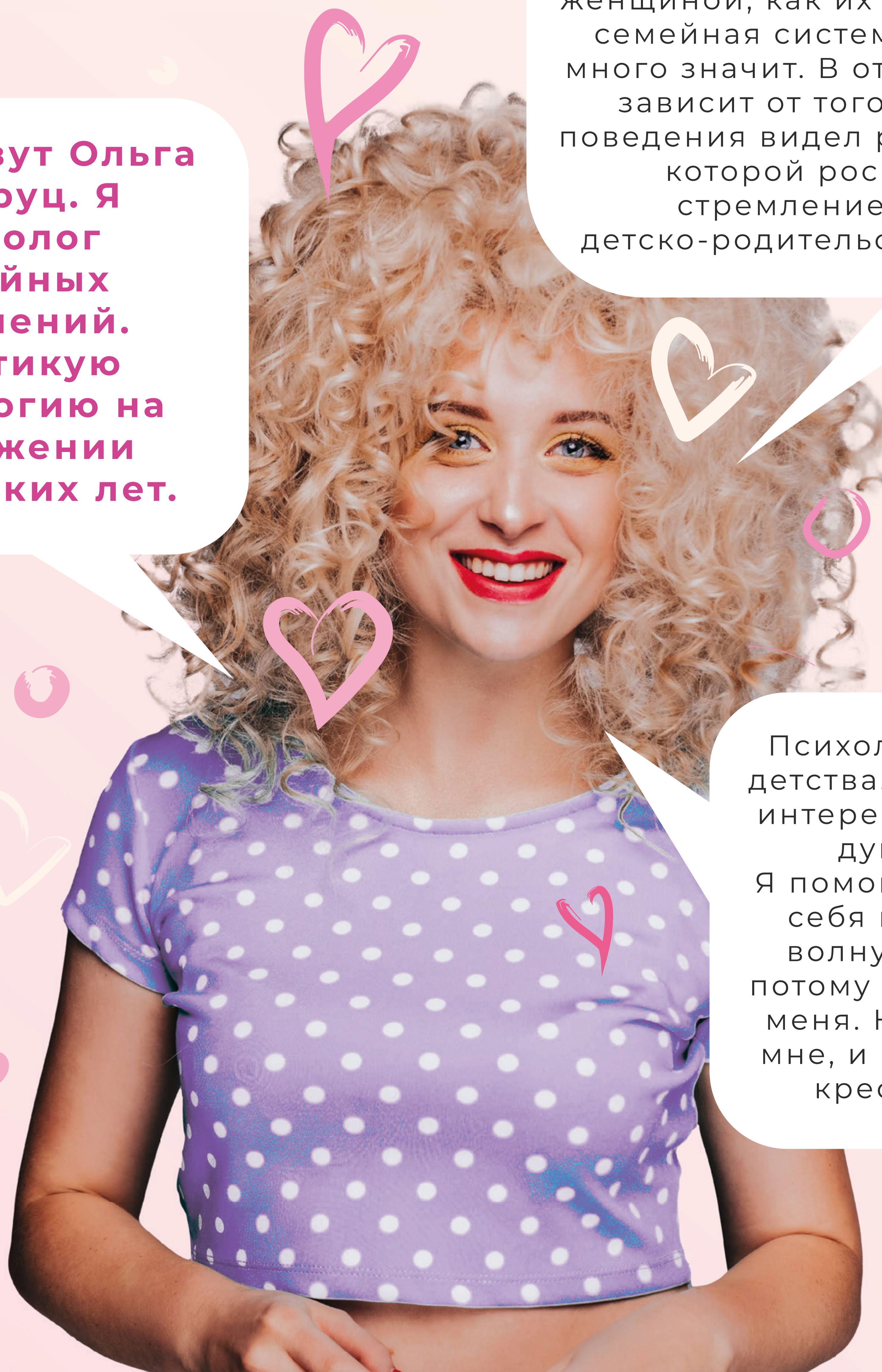


А ТЕПЕРЬ НЕМНОГО ОБО МНЕ ...

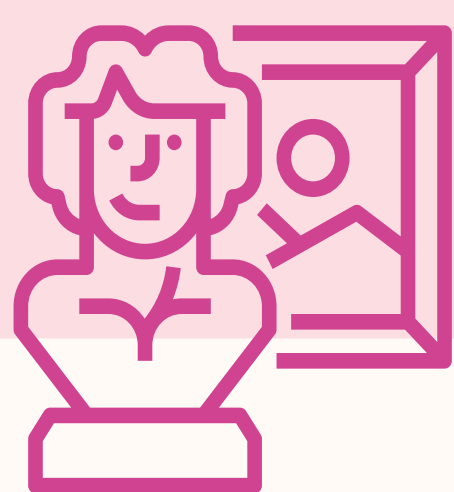
**Меня зовут Ольга
Кондруц. Я
психолог
семейных
отношений.
Практикую
психологию на
протяжении
нескольких лет.**

Семейная психология привлекла меня тогда, когда я захотела узнать про отношения между мужчиной и женщиной, как их строят и что такое семейная система, ведь наш род много значит. В отношениях многое зависит от того, какую модель поведения видел ребёнок в семье, в которой рос, отсюда мое стремление помогать в детско-родительских отношениях.

Психологию я изучаю с детства. Мне всегда было интересно, как устроена душа человека. Я помогаю людям узнать себя и отвечаю на их волнующие вопросы, потому что это ценно для меня. Когда-то помогли мне, и я захотела быть в кресле терапевта.



Искусство
быть собой



Повышение
женской
самооценки



Внутренняя
гармония



В какие игры мы
играем со своими
близкими
(треугольник
Карпмана)



НАШИ ТЕМЫ

Как перестать
жить по
родительским
сценариям



Типы
энергетических
вампиров

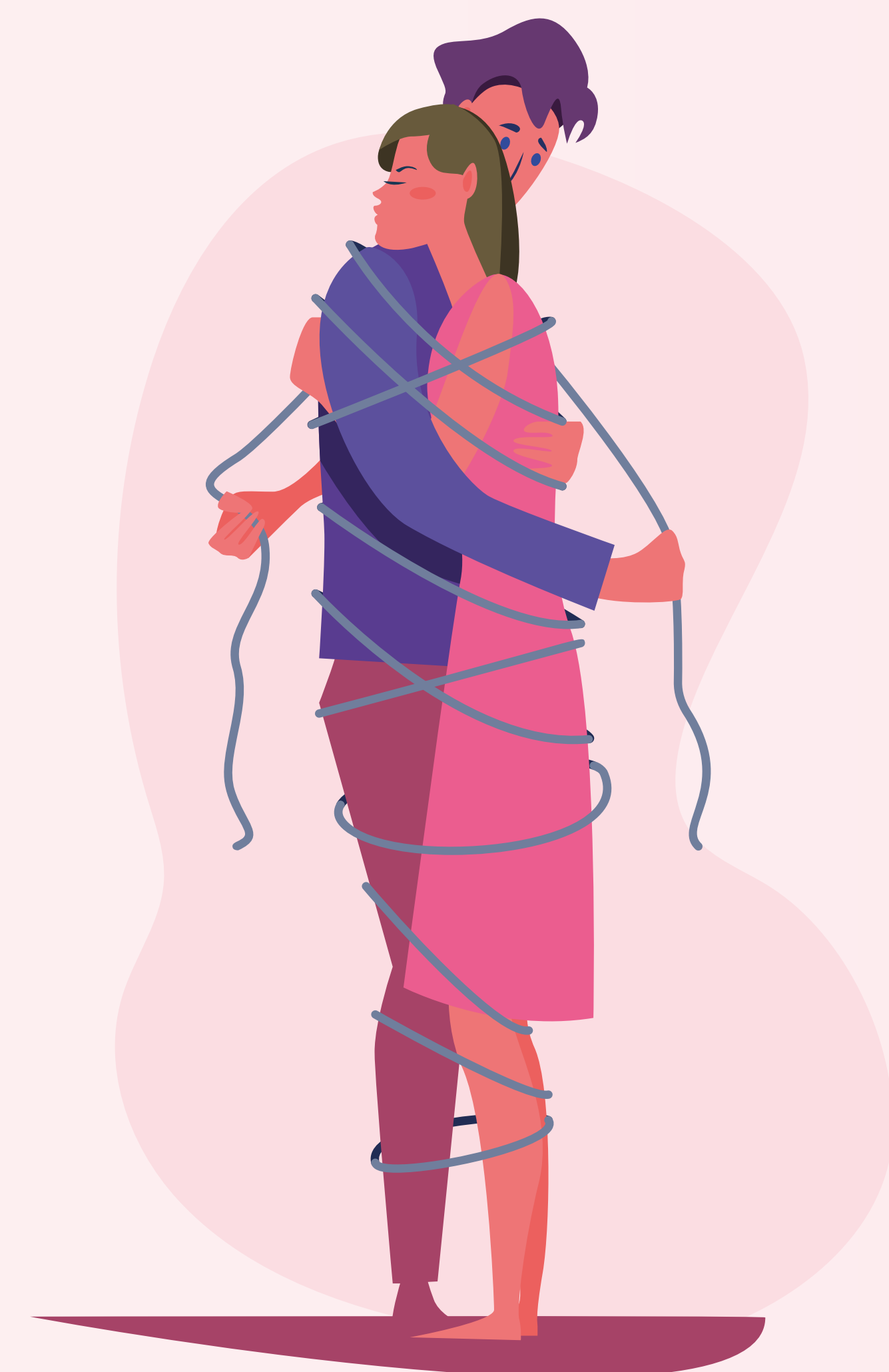


Выстраивание и
понимание границ,
как научиться
говорить: «Нет»



**Вы можете
обратиться ко
мне по
вопросам:**

**Проработка
отношений с
родителями**



Как пережить измену?

**Проработка причин проблем,
лежащих в детстве**

**Как пережить или решиться
на развод?**



**Как наладить
отношения в паре?**

Я убеждена, что каждый человек
может быть абсолютно счастливым,
главное понимать для себя, что такое
счастье. Всё решаемо, и выход есть
всегда.



Буду рада помочь вам ответить на ваши волнующие вопросы.

Тариф «СИЛЬВЕР»



Уроки в доступе 1 месяц
после окончания курса,
проверка домашнего задания,
обратная связь.

14 дней

7 занятий



35 бел.руб



999 рос.руб



13 дол.США

Тариф «ГОЛД»



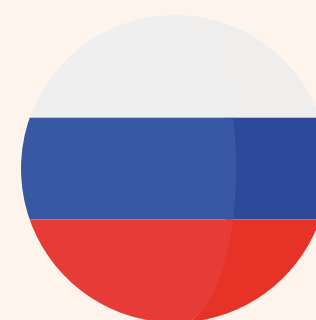
Уроки доступны три месяца
после курса, проверка
домашнего задания, обратная
связь, разборы личной
истории, сопровождение,
консультирование на
протяжении курса.

14 дней

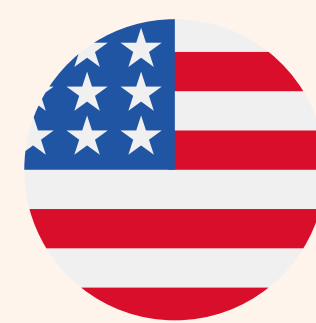
7 занятий



69 бел.руб



1999 рос.руб



26 дол.США