

**Ваш персональный психолог. Коуч. Консультант в СПб**

У меня не депрессия.  
А легкая задумчивость  
на фоне хронической  
усталости.

Санкт-Петербург, Россия

В процессе жизни любой человек сталкивается с переживанием кризиса. Минимум это возрастные кризисы, кризисы межличностных отношений или семейные драмы. Среди событий, которые могут привести к кризису, исследователи выделяют такие, как смерть близкого человека, тяжелое заболевание, отделение от родителей, семьи, друзей, изменение внешности, смена социальной обстановки, создание семьи, резкие изменения социального статуса, потеря работы и т. д.

Кризис – это, прежде, всего нарушение внутреннего равновесия (психического, душевного, эмоционального) или гомеостаза человека, возникшее в результате средовых воздействий.

Любой кризис является поворотным пунктом в развитии личности.

В зависимости от того, по какому пути (конструктивному или деструктивному) станет дальше развиваться индивид, сложится и вся его дальнейшая жизнь.

Часто, в такие моменты человек нуждается в психологической помощи, так как самостоятельно их преодолеть не хватает собственных сил.

В своей работе с клиентами я использую целостный подход, когда учитываются все составляющие: эмоциональная, ментальная, физическая и духовная, применяя различные методы:

- психоанализ,
- телесно- ориентированную и эмоционально- образную терапию
- гештальт, арт- терапию, а также НЛП.

В результате происходит глубокая проработка и трансформация причин, запускающих подавленное состояние, уходит стресс, повышается общий жизненный тонус и мотивация к положительным изменениям в жизни, а нахождение энергоресурса обеспечивает возможность действовать. Жизнь налаживается!

---

Цена: **1 500 руб.**

Тип объявления:  
Услуги, предлагаю

Торг: неуместен

**Дьяченко Лариса Аркадьевна**

**8-911-295-7423**

**м. Горьковская**