



ТРЕНИНГ "СИЛУЭТ ЧУВСТВ"

Данный мастер-класс помогает лучше почувствовать свои эмоции, с помощью метода арт-терапии "силуэт чувств". Будут предоставлены бланки, с которыми участники тренинга будут работать. После чего в кругу с помощью ведущего каждый представит свою работу. Данный метод поможет лучше ощущать и дифференцировать ваши эмоции и чувства. Это хороший способ познания себя.