

Психологічна підтримка

Сертифікат учасника

Олена Васильєва

За участь у вебінарі на тему: «Відчуття внутрішньої безпеки»

28 вересня 2026 року, 15:00-17:00

Зміст:

Внутрішня безпека та психологічна стійкість: тілесне усвідомлення, підтримувальні стосунки, зміцнення особистих ресурсів.

Техніки стабілізації та саморегуляції: «Безпечне місце», «Сейф тривоги», «Внутрішні помічники», вправи з уявою.

Тренерка

Барбара Прайтлер

Загальний обсяг: 1 модуль (2 години)

28.09.2026