

A vibrant, surreal illustration. In the center, a woman with long, flowing purple hair and a purple dress holds a large, multi-colored rainbow flag. She is surrounded by a lush garden of various flowers, including yellow roses and purple blossoms. Numerous butterflies of different colors are scattered throughout the scene. In the background, there is a forest with several deer and a large, glowing rainbow arching across the sky. The overall atmosphere is dreamlike and colorful.

**«Я спокоен – значит
здоров!!!»**

**Педагог-психолого МБДОУ №65
Сивова Анна Сергевна**

«Слово материально или все болезни от нервов»

- Больной – избалованный
- Болезненность – избалованность
- **Балуюсь – болею**

- Здоровье, здоровье – здравствуйте
- **Здорово – здоров**

Упражнение 1. «Поделись!»
Участники разбиваются на пары и обмениваются воспоминаниями о том, как из-за стресса заболели, но вылечились.

Психосоматика – наука о связи души и тела

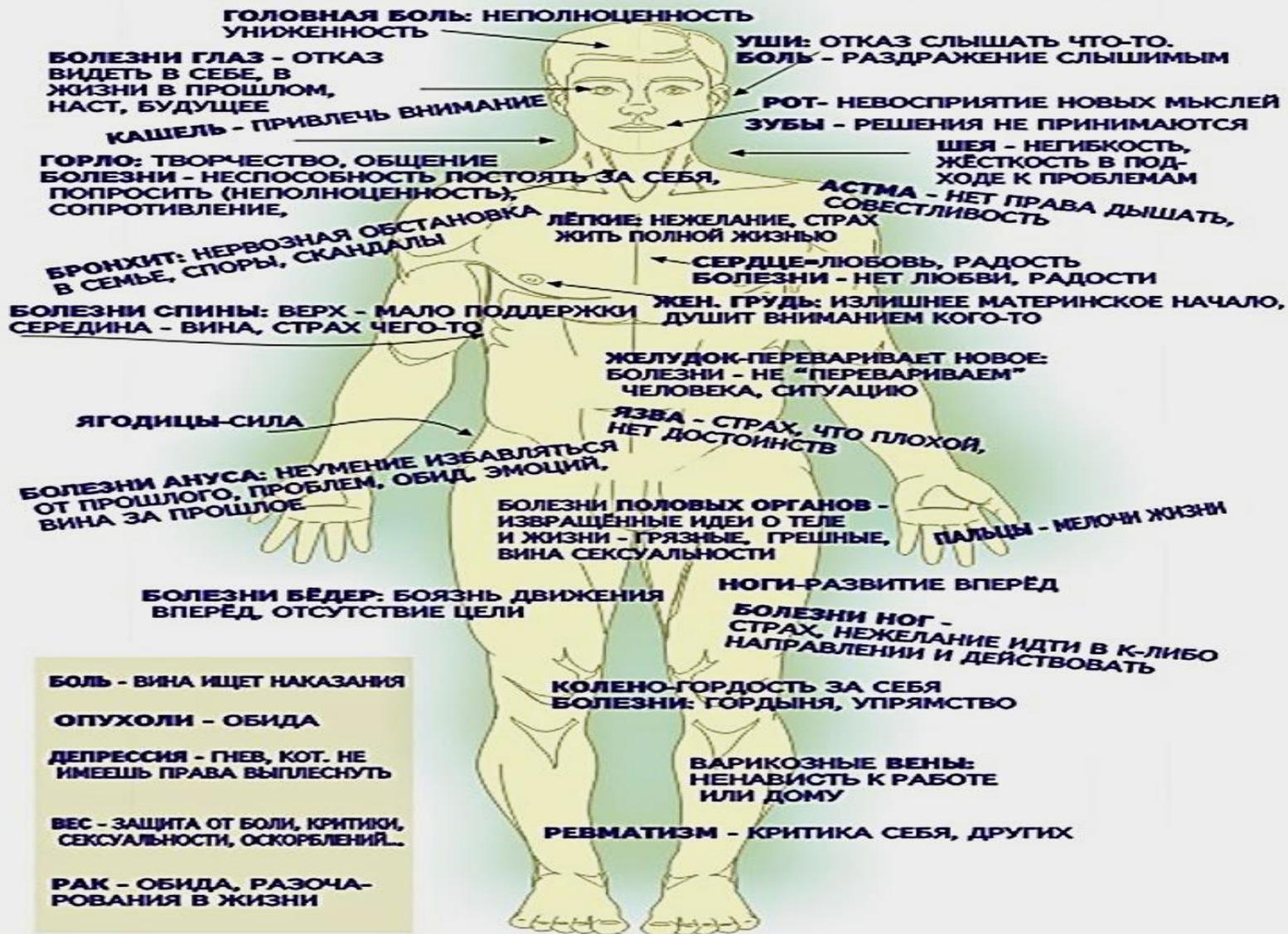
- И. Хайронт
- Ф. Александер
- **Л. Хей**
- З.Фрейд
- М.М. Кабанов

- Тело подаёт нам сигналы о нашем **неправильном** поведении - если мы не прислушаемся сразу, начинаем болеть

Упражнение 2. «4 силуэта» Участники рисуют 4 человеческие фигуры и и любым цветом указывают свои эмоции на теле. Радость, страх, гнев, спокойствие

Где наши чувства и болезни?

Влияние эмоций на здоровье человека



Психосоматическая семёрка. Франц Александер

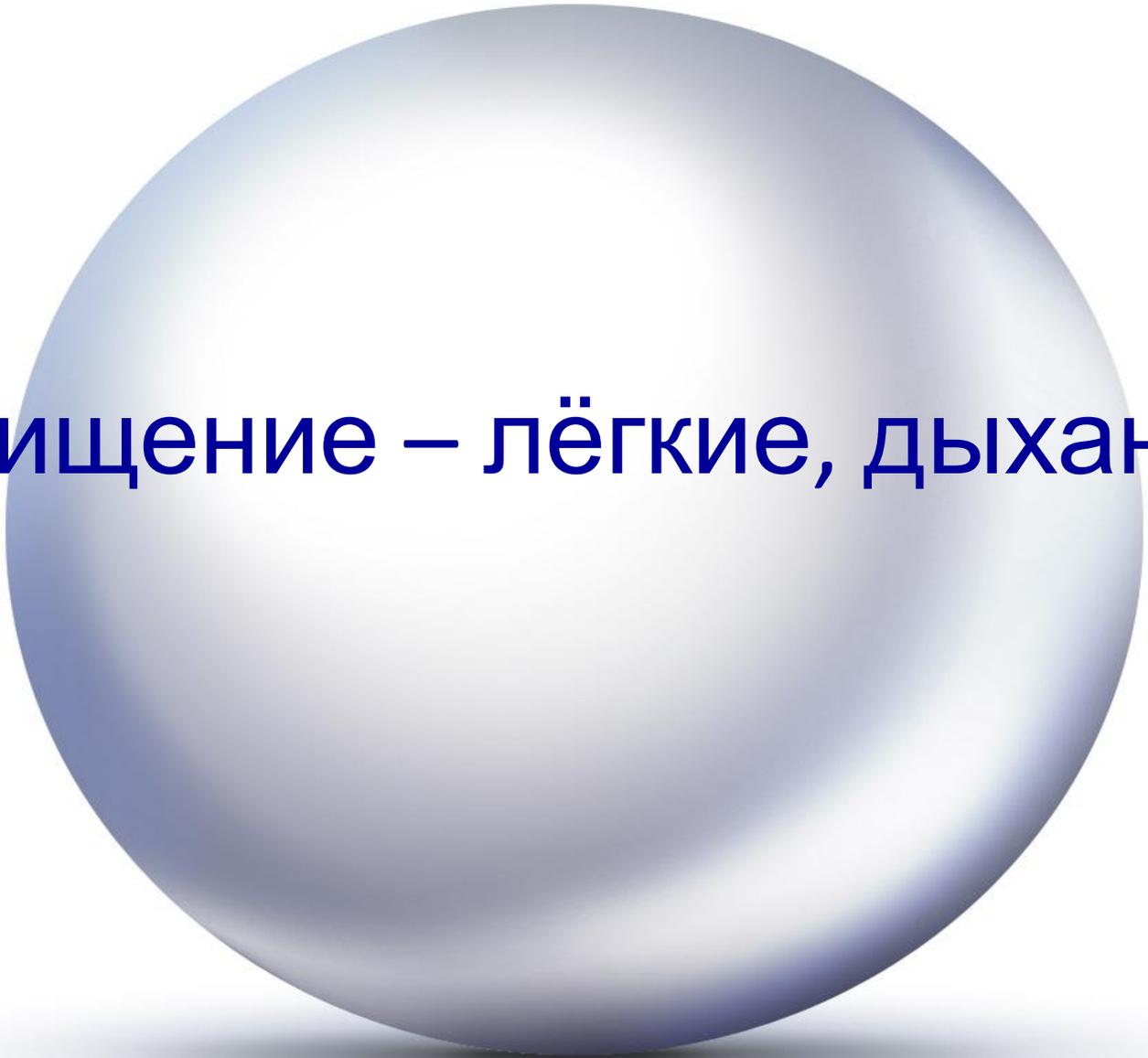
- Язва желудка и двенадцатиперстной кишки
- Язвенный колит
- Нейродермит
- Бронхиальная астма
- Артериальная гипертензия
- Гиперфункция щитовидной железы
- Ревматоидный артрит

- Болезнь – всегда конфликт, противоречие!!! Если человек сознательно не видит, тогда проблема решается подсознательно и бессознательно через заболевание

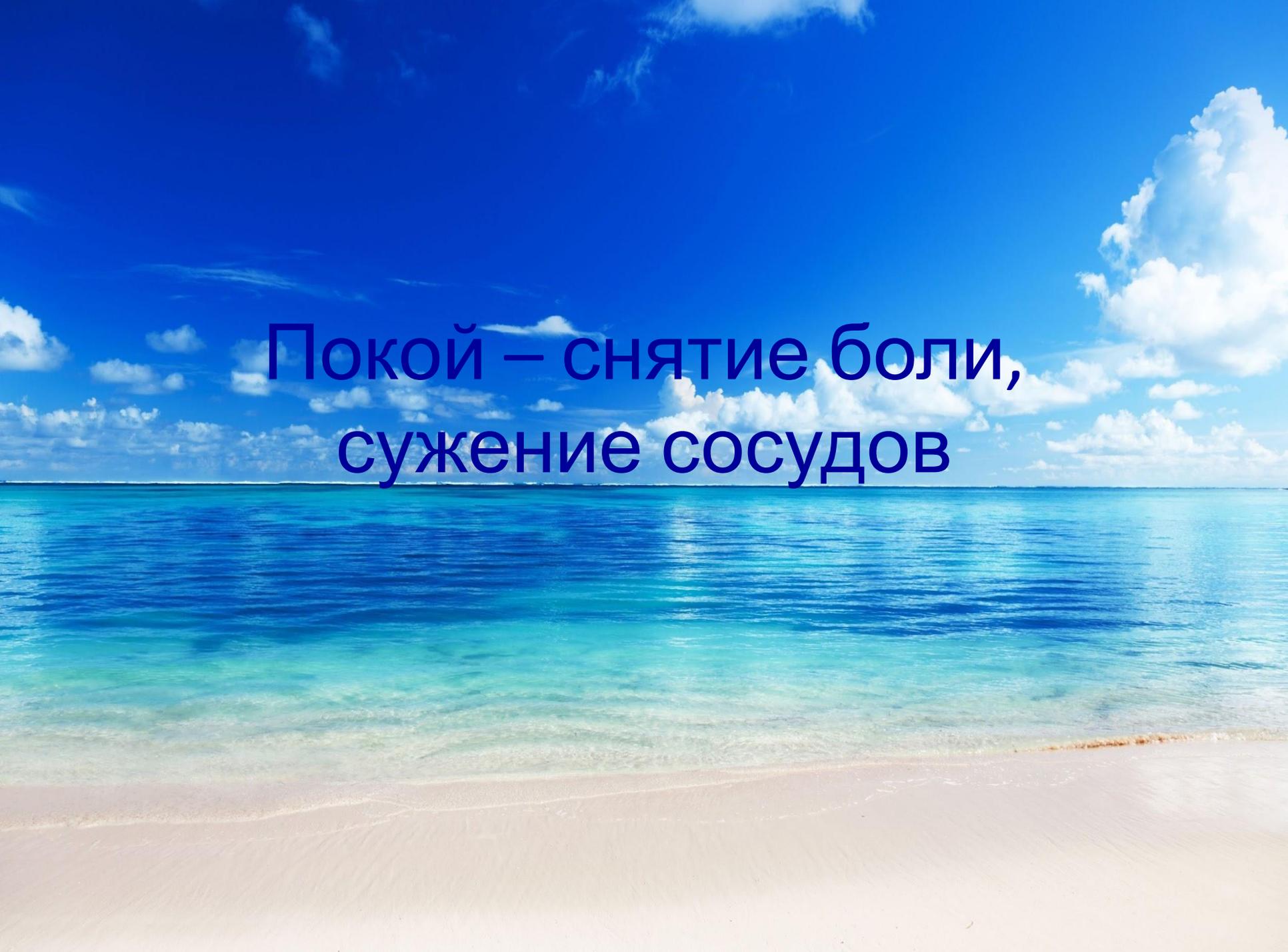
Упражнение 3. Форма из пластилина.



*Цветомедитация.
следующие слайды вы
можете использовать для
изменения своего
эмоционального состояния*



Очищение – лёгкие, дыхание

A vibrant tropical beach scene. The foreground shows a sandy beach with gentle ripples. The water is crystal clear, transitioning from light turquoise near the shore to a deeper blue further out. The sky is a brilliant blue, dotted with fluffy white clouds. The overall atmosphere is peaceful and serene.

**Покой – снятие боли,
сужение сосудов**

Радость –
пищеварение,
интеллект

УЛЫБАЙСЯ
ТАК!

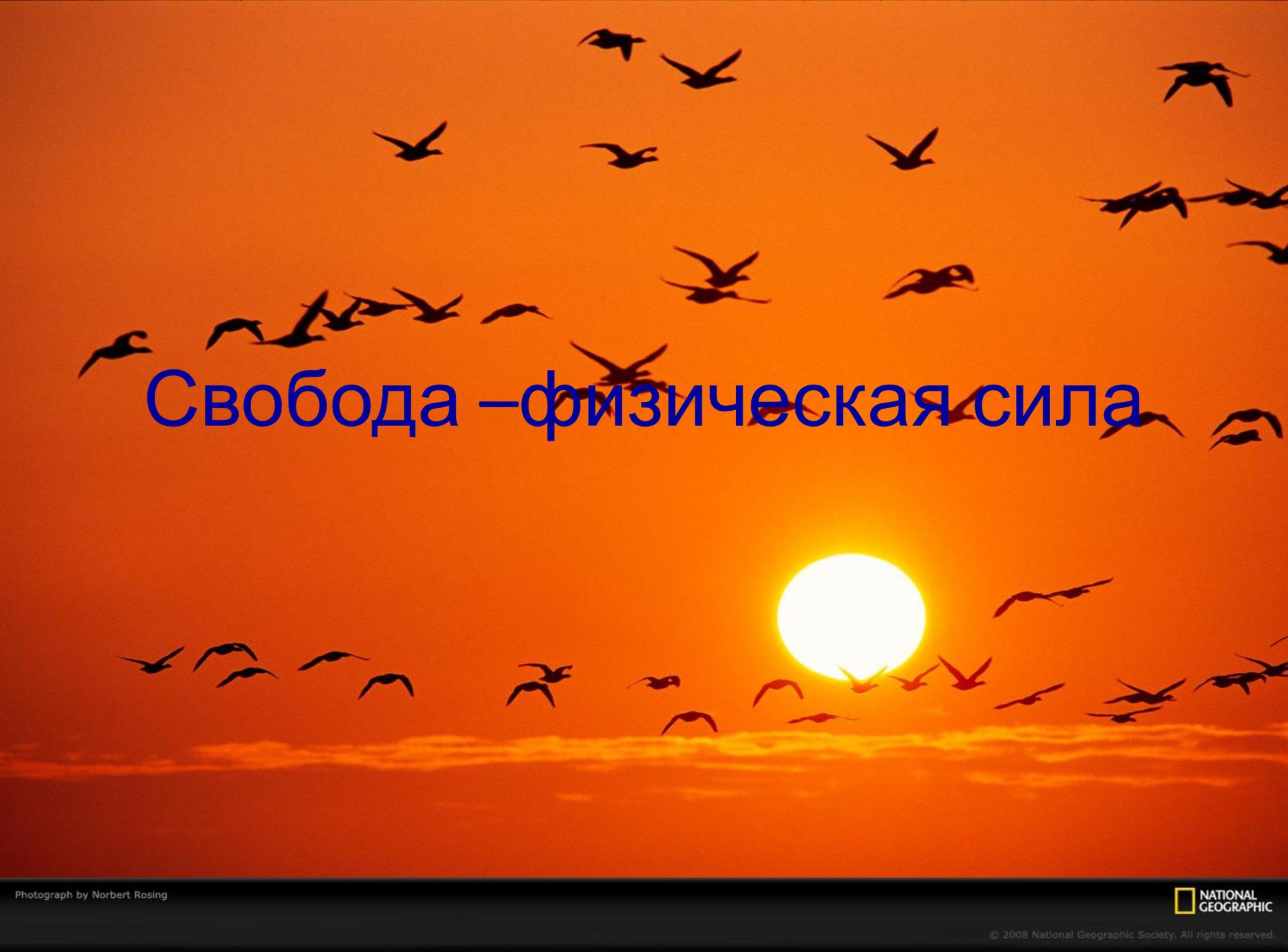


A photograph of a dense, lush green forest. A narrow path leads from the foreground towards a dark, arched opening in the trees, which appears to be the entrance to a tunnel. The foliage is thick and vibrant green, with sunlight filtering through the canopy. The text "Равновесие – грудь" is overlaid in blue on the middle of the image.

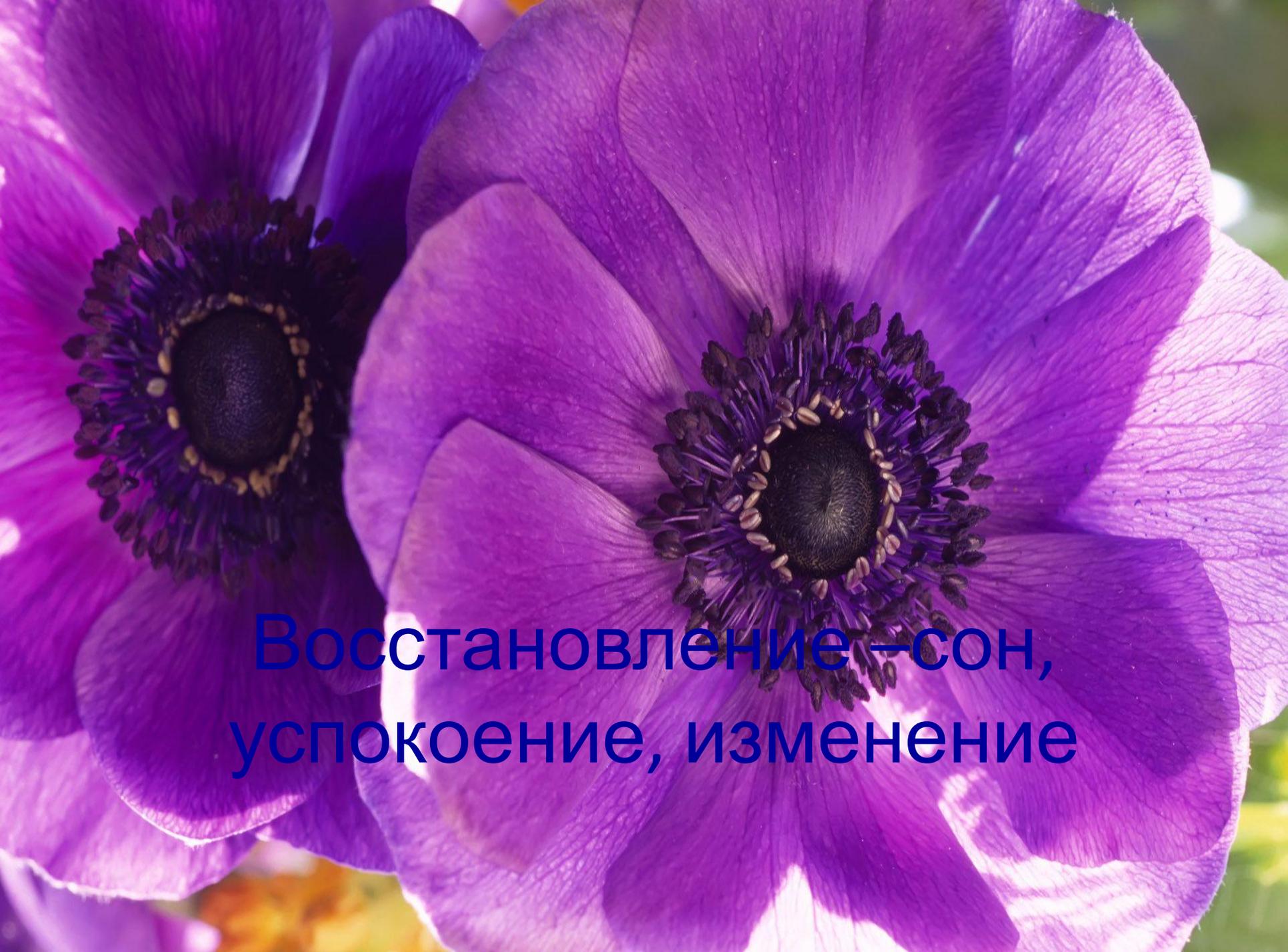
Равновесие – грудь



Энергия – почки, печень,
кровь

A large flock of birds is silhouetted against a bright orange sunset sky. The sun is a large, glowing yellow circle in the lower right quadrant. The birds are scattered throughout the frame, some in flight, some resting on the horizon. The overall mood is one of freedom and natural beauty.

Свобода – физическая сила

A close-up photograph of two large purple flowers, likely poppies, with dark, almost black, centers. The petals are a vibrant purple with visible veins. The background is a soft, out-of-focus green and yellow, suggesting a natural outdoor setting.

**Восстановление – сон,
успокоение, изменение**

**Спасибо за
внимание!!!**

