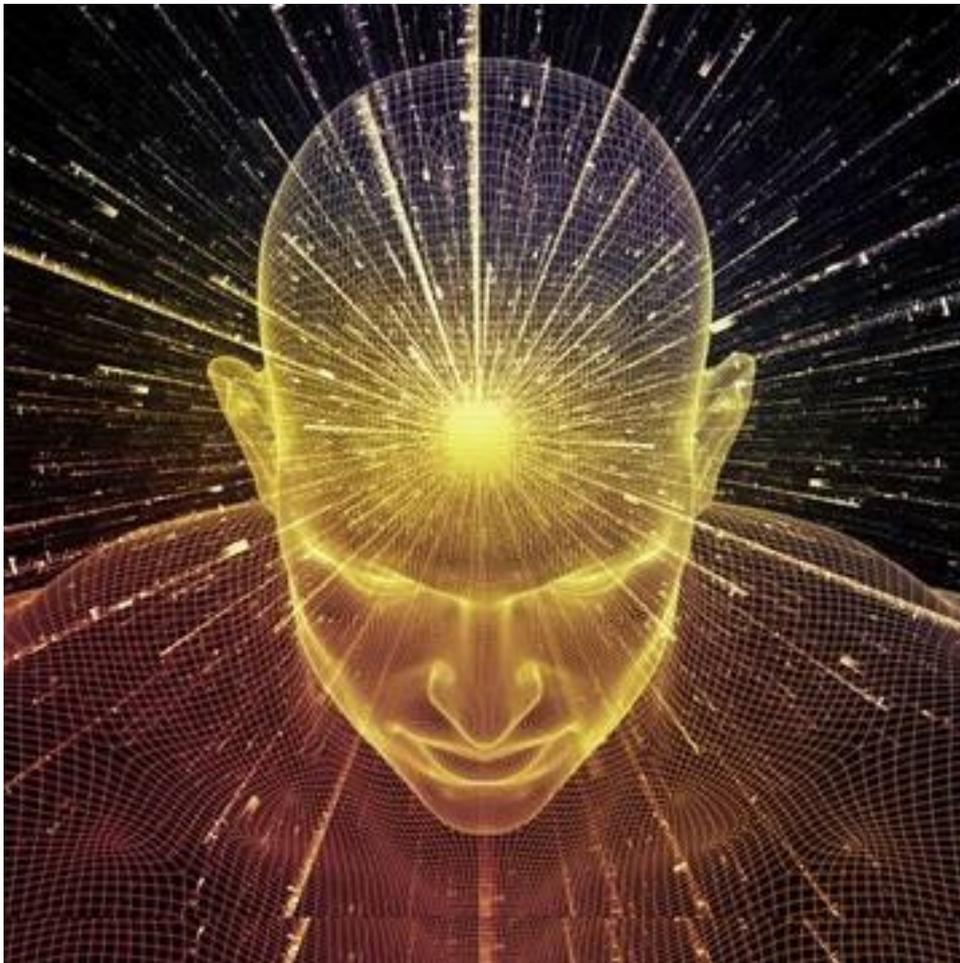


## Выездной трансформационный тренинг "ИНСАЙТ"

Санкт-Петербург 3-8 октября 2023.



"Если ситуация не предполагает благоприятных возможностей для самореализации, человек должен принять внутреннее решение не зависеть от ситуации и реализовывать свою судьбу своими руками по своему желанию.

Есть люди, которые сделали сами себя и сделали свою судьбу сами.

Как бы то ни было, всегда есть люди, которые вам помогают в реализации, люди–ориентиры в вашей реализации, принимающие вас люди, пусть даже без понимания."

В.В. Козлов. Гомель, 2014г.

«И если вам кто-то говорит:

«Вы недостаточно хороши», то я вам скажу:  
«Вы абсолютно совершенны»,  
и мы вместе найдем это место –  
место полного совершенства внутри вас и вокруг вас».  
В.В. Козлов «Интегративная психология»

Этот тренинг для тех, кто хочет изменить свою жизнь и качество ее проживания,  
двигаться по своему уникальному пути самореализации.



Старейший (сформированный в начале 90-х!) и **базовый тренинг по интегративным психотехнологиям**, работающим с измененными состояниями сознания.

В частности, **детально изучаются все основные дыхательные психотехники**: ребефинг, вайвейшн, свободное дыхание, холотропное дыхание, ДМД.

Все техники основаны на связном дыхании, однако **дают различные состояния** и позволяют проработать **различные пласты психики**

, а также высвободить энергию тела, освободится от мышечных и суставных зажимов. Также используются телесно-ориентированная терапия, танатотерапия, элементы арт-терапии, техники танцевально-двигательной терапии, направленные визуализации и т.д.

Такой широкий спектр практических методов **открывает различные пути** к ресурсам своего тела и своей психики, осознания своих паттернов проживания жизни и смерти, дает участником возможность лучше почувствовать и сформировать свой собственный путь трансформации жизни.



