АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ МАСТЕР-КЛАСС

В ПОИСКАХ СЕБЯ

ОКСАНА МИХАЙЛОВА

На мастер классе Вам понадобится:

- Ручка
- Кисточки
- Краски (акварель, гуашь), цветные карандаши, мелки, пастель
- Листы размер А4, А3

УПРАЖНЕНИЕ 1

КРАСНЫЙ

СУЩЕСТВИТЕЛЬНОЕ (КТО?)

ПРИЛАГАТЕЛЬНОЕ (КАКОЙ?)

ГЛАГОЛ (ЧТО ДЕЛАЕТ?)

ОРАНЖЕВЫЙ

СУЩЕСТВИТЕЛЬНОЕ (КТО?)

ПРИЛАГАТЕЛЬНОЕ (КАКОЙ?)

ГЛАГОЛ (ЧТО ДЕЛАЕТ?)

ЖЕЛТЫЙ

СУЩЕСТВИТЕЛЬНОЕ (КТО?)

ПРИЛАГАТЕЛЬНОЕ (КАКОЙ?)

ГЛАГОЛ (ЧТО ДЕЛАЕТ?)

ЗЕЛЕНЫЙ

СУЩЕСТВИТЕЛЬНОЕ (КТО?)

ПРИЛАГАТЕЛЬНОЕ (КАКОЙ?)

ГЛАГОЛ (ЧТО ДЕЛАЕТ?)

ГОЛУБОЙ

СУЩЕСТВИТЕЛЬНОЕ (КТО?)

ПРИЛАГАТЕЛЬНОЕ (КАКОЙ?)

ГЛАГОЛ (ЧТО ДЕЛАЕТ?)

СИНИЙ

СУЩЕСТВИТЕЛЬНОЕ (КТО?)

ПРИЛАГАТЕЛЬНОЕ (КАКОЙ?)

ГЛАГОЛ (ЧТО ДЕЛАЕТ?)

ФИОЛЕТОВЫЙ

СУЩЕСТВИТЕЛЬНОЕ (КТО?)

ПРИЛАГАТЕЛЬНОЕ (КАКОЙ?)

ГЛАГОЛ (ЧТО ДЕЛАЕТ?)

УПРАЖНЕНИЕ 2

КРАСНЫЙ

СИЛЬНАЯ ЧАСТЬ	СЛАБАЯ (БЛОКИРУЮЩАЯ) ЧАСТЬ	ЗАДАЧА
ФИЗИЧЕСКИЕ КОНТАКТЫ	СТРАХ ЗА СВОЮ ЖИЗНЕНУЮ ЭНЕРГИЮ	ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ, МЫСЛИТЬ ПРЕЖДЕ, ЧЕМ ДЕЙСТВОВАТЬ

ОРАНЖЕВЫЙ

СИЛЬНАЯ ЧАСТЬ

УВАЖЕНИЕ И ПРИЗНАНИЕ

СЛАБАЯ (БЛОКИРУЮЩАЯ) ЧАСТЬ

СТРАХ ЗА СВОЮ СЕКСУАЛЬНОСТЬ

ЗАДАЧА

ЛЮБИТЬ И СЛУЖИТЬ ДРУГИМ ЛЮДЯМ

ЖЕЛТЫЙ

СИЛЬНАЯ ЧАСТЬ

СТРЕМЛЕНИЕ К ПОНИМАНИЮ

СЛАБАЯ (БЛОКИРУЮЩАЯ) ЧАСТЬ

СТРАХ ПЕРЕД ДОМИНИРУЮЩЕЙ СИЛОЙ, ПОТЕРЯ СВОБОДЫ, ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ

ЗАДАЧА

НАЛАДИТЬ С БЛИЗКИМИ ЛЮДЬМИ ОТНОШЕНИЯ

ЗЕЛЕНЫЙ

СИЛЬНАЯ ЧАСТЬ

УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ

СЛАБАЯ (БЛОКИРУЮЩАЯ) ЧАСТЬ

СТРАХ ЗА ЛЮБОВЬ, ПОТЕРИ СТАБИЛЬНОСТ И РАВНОВЕСИЯ

ЗАДАЧА

ЛЮБИТЬ И БЫТЬ ЛЮБИМЫМ

ГОЛУБОЙ

СИЛЬНАЯ ЧАСТЬ

ВНУТРЕННИЙ ПОКОЙ

СЛАБАЯ (БЛОКИРУЮЩАЯ) ЧАСТЬ

СТРАХ ПЕРЕД ОБЩЕНИЕМ, ВЗАИМОДЕЙСТВИЕМ

ЗАДАЧА

ОБРЕТЕНИЕ ВНУТРЕННЕГО ПОКОЯ

СИНИЙ

СИЛЬНАЯ ЧАСТЬ	СЛАБАЯ (БЛОКИРУЮЩАЯ) ЧАСТЬ	ЗАДАЧА
ИНТУИЦИЯ, ПСИХИЧЕСКОЕ	СТРАХ ОТВЕТСТВЕННОСТИ	ГАРМОНИЯ

ФИОЛЕТОВЫЙ

СИЛЬНАЯ ЧАСТЬ

ДУХОВНОСТЬ
ИНТУИЦИЯ

СЛАБАЯ (БЛОКИРУЮЩАЯ) ЧАСТЬ

СТРАХ ДОВЕРИТЬСЯ СВОИМ ЧУВСТВАМ

ЗАДАЧА

ОБРЕТЕНИЕ ЗНАНИЙ

Вопросы и контактная информация

Оксана Михайлова

E-mail

os.oxana@yandex.ru

Контактный телефон:

+7(910)781-84-61