



ЛЕТ
ФОНД
ТИМЧЕНКО

МАСТЕР-ШКОЛА

Практики временного помещения детей в учреждения: подходы, сложности и возможности



28-29 сентября 2021 | Новосибирск



Мандала как способ саморегуляции

Мастер- класс для родителей



Мандала

- В переводе с санскрита - КРУГ или ЦЕНТР.
- **Мандала** издревле имеет духовный смысл символического отражения мира и психической гармонии.



Мандала



Бубны
сибирских
шаманов



Мандала



Юрты
кочевников

Мандала



Стоунхендж

Манда́ла

Планета земля



Радужка глаза



Особенности метода «Мандала»

- Универсальность
- Развитие творческих способностей
- Безоценочность
- Безопасность
- Свобода самовыражения
- Простота в применении
- Связь с бессознательным

Особенности метода «Мандала»

Мандала помогает:

1. Исследовать самочувствие и взаимоотношения;
2. Нормализовать эмоциональное и физическое состояние;
3. Активизировать ресурсное состояние, улучшить взаимоотношения.

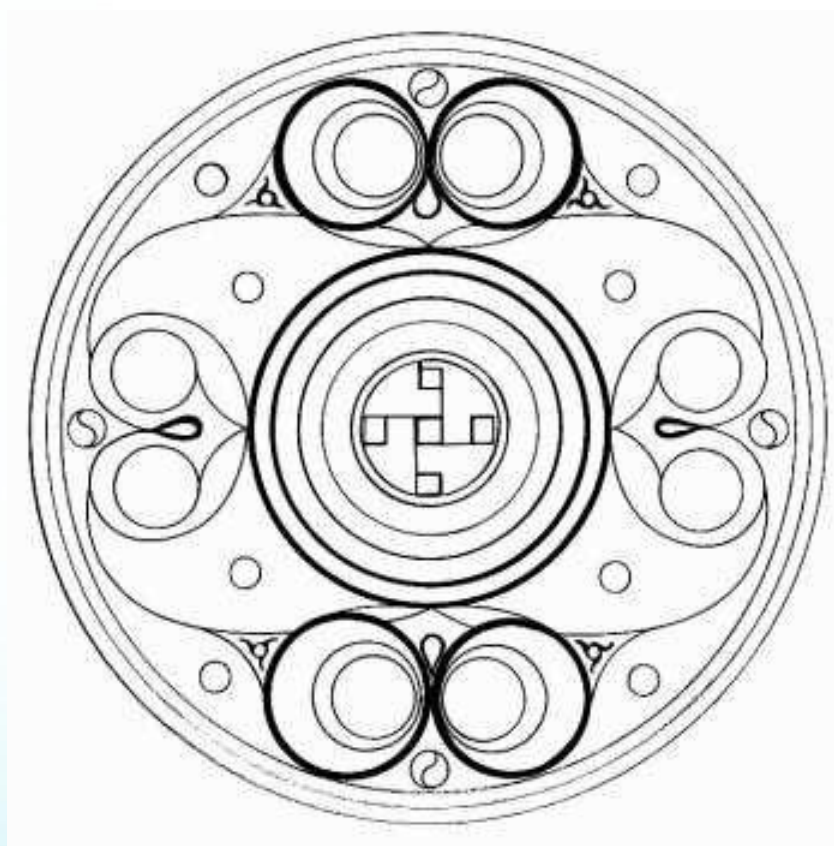
Индия



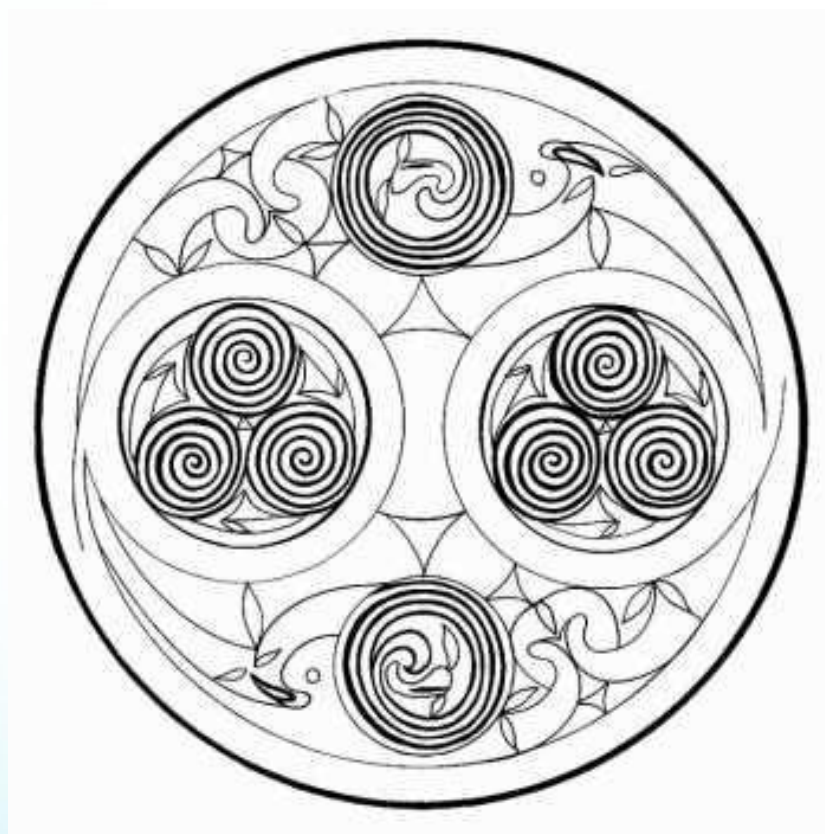
Полинезия



Скандинавия. Защита воинов

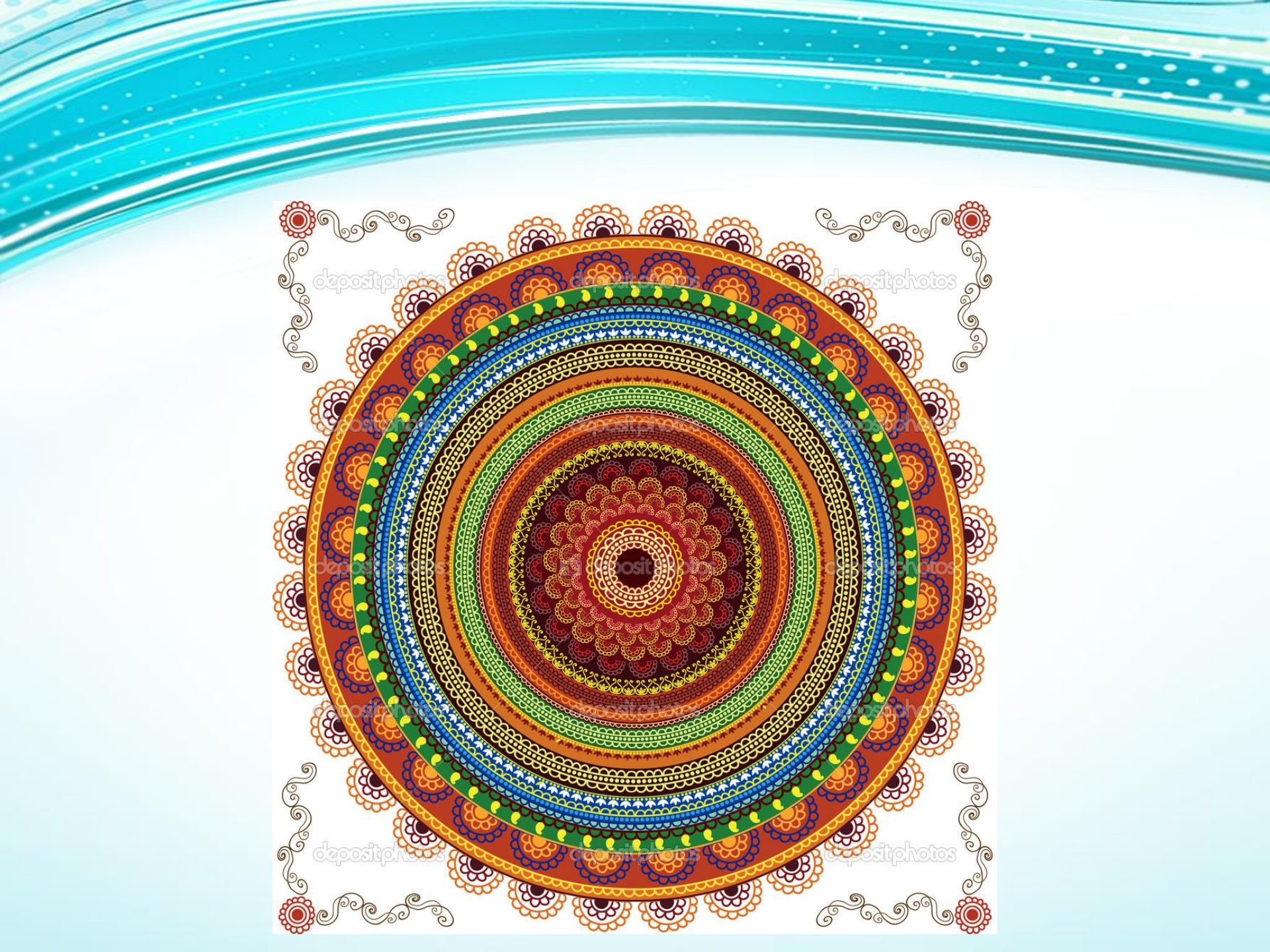


Спираль плавной энергии кельтов



Тибет











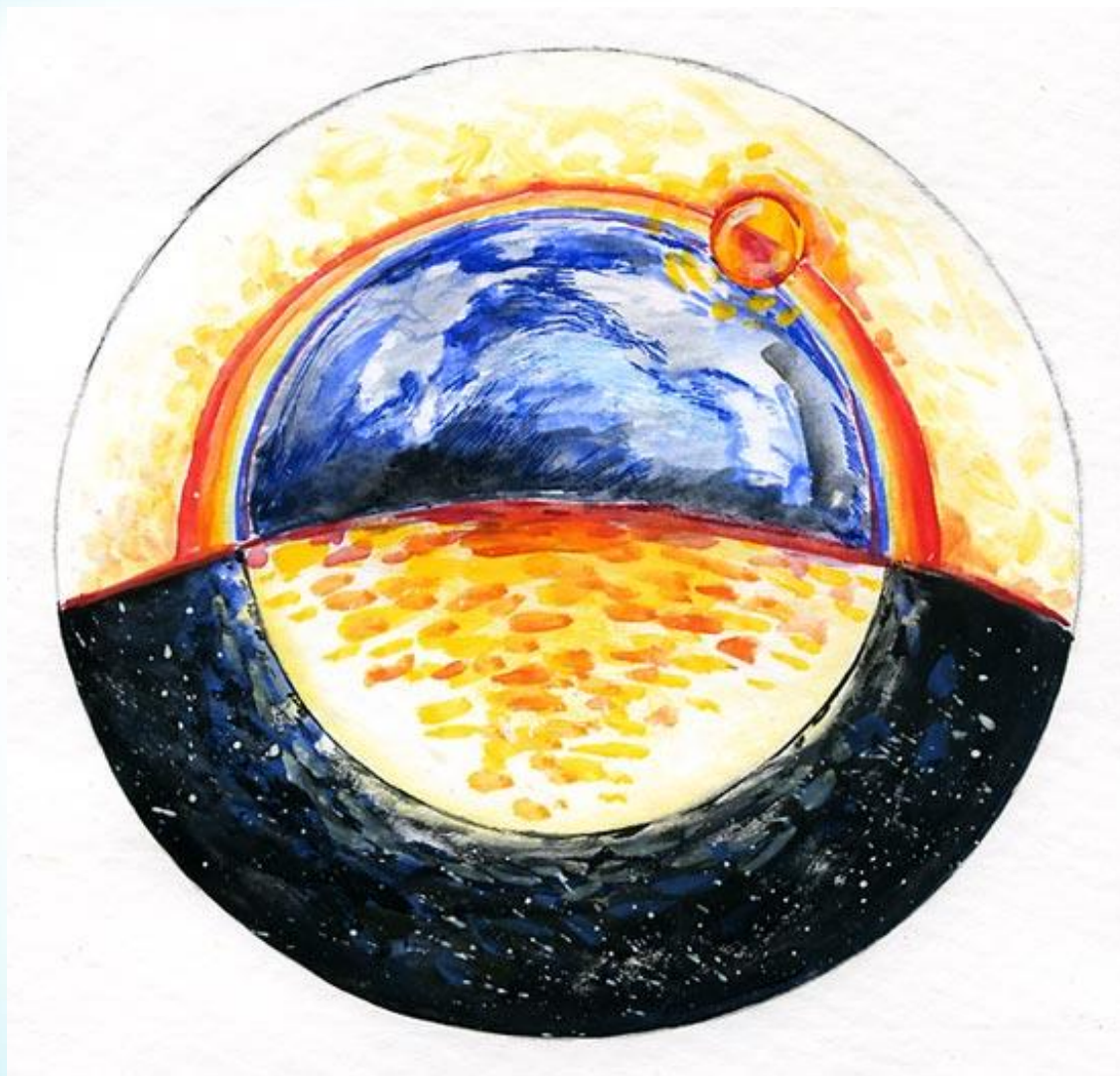


Copyright Kate Bedell


























Значение цвета в мандале

Цвет	Значение
	Энергия преобразования, действия и очищения, возбуждения.
	Повышенная чувствительность, потребность в заботе.
	Вера в свои силы, волю и амбиции. Общительность.
	Развитие, освобождение, поиск нового, независимость.
	Стабильность, самоуважение, твёрдость, постоянство ценностей.
	Сострадание, чувство материнства и беззаветной любви.
	Покой и мир в душе, удовлетворение, расслабленность.
	Духовное обновление, бегство от реальности.
	Ностальгия, стремление к духовности, любознательность.
	Отсутствие или подавление эмоций, равнодушие, инерция.
	Духовность, чистота и свет.
	Потребность в эмоциональной безопасности.
	Пустота, интуиция, возрождение, отрицание.

Значение формы в мандале



гармония, целостность, благополучие



движение, энергия



защита, порядок, забота, покой

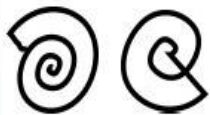


женская энергия, покой, плавность,
нежность



фундамент, опора, основательность,
системность

Значение формы в мандале



закрытие, укрытие тайны



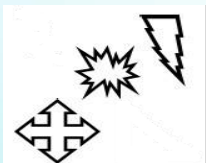
состояние перехода и изменения,
замешательство и неопределенность



лидерство, активность, целеустремленность



креативность, непредсказуемость



защитная и нападающая агрессия,
активность

Желаю успехов!!!

