

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's 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

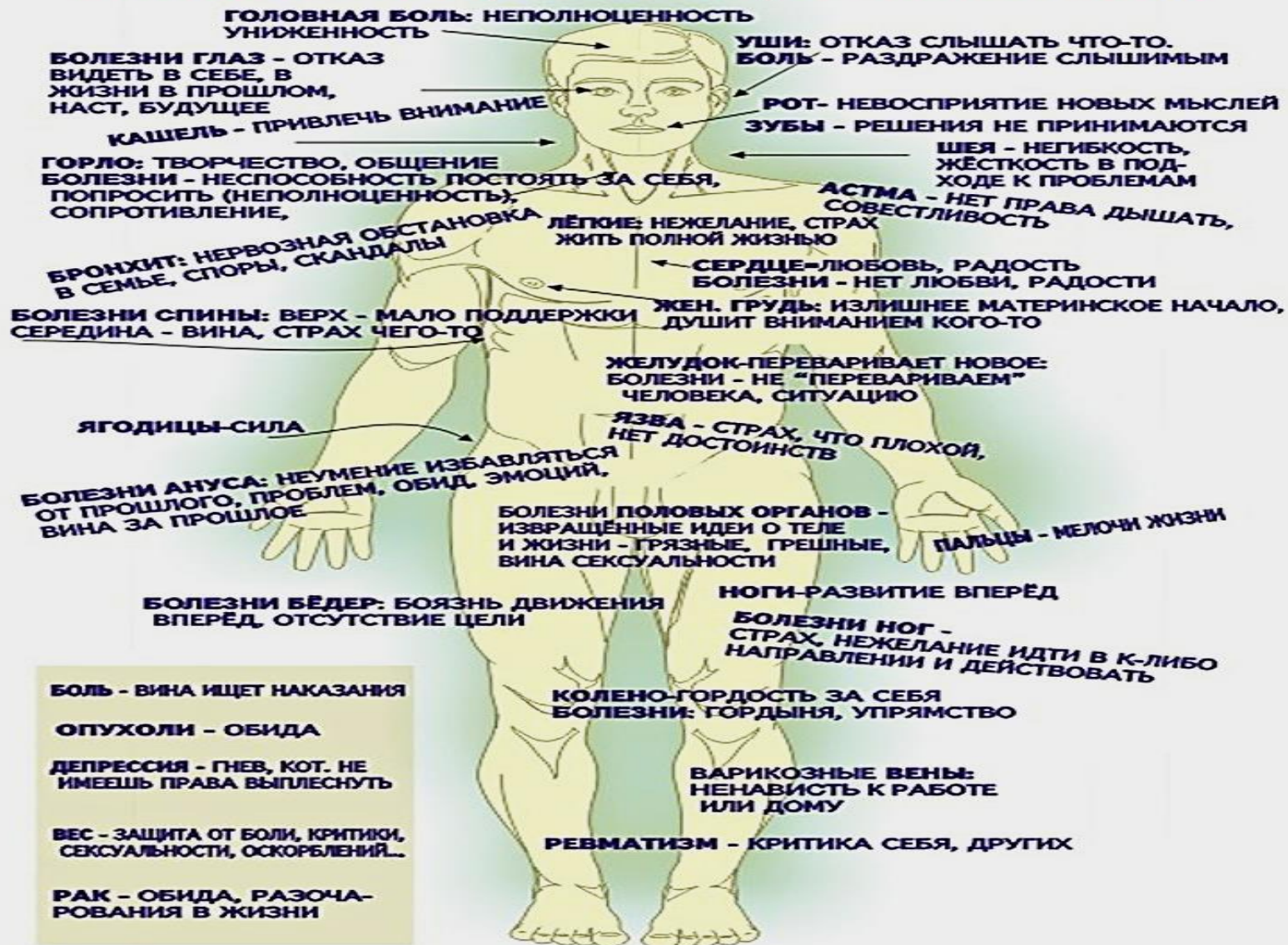
- И. Хайронт
- Ф. Александер
- **Л. Хей**
- З.Фрейд
- М.М. Кабанов

- 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

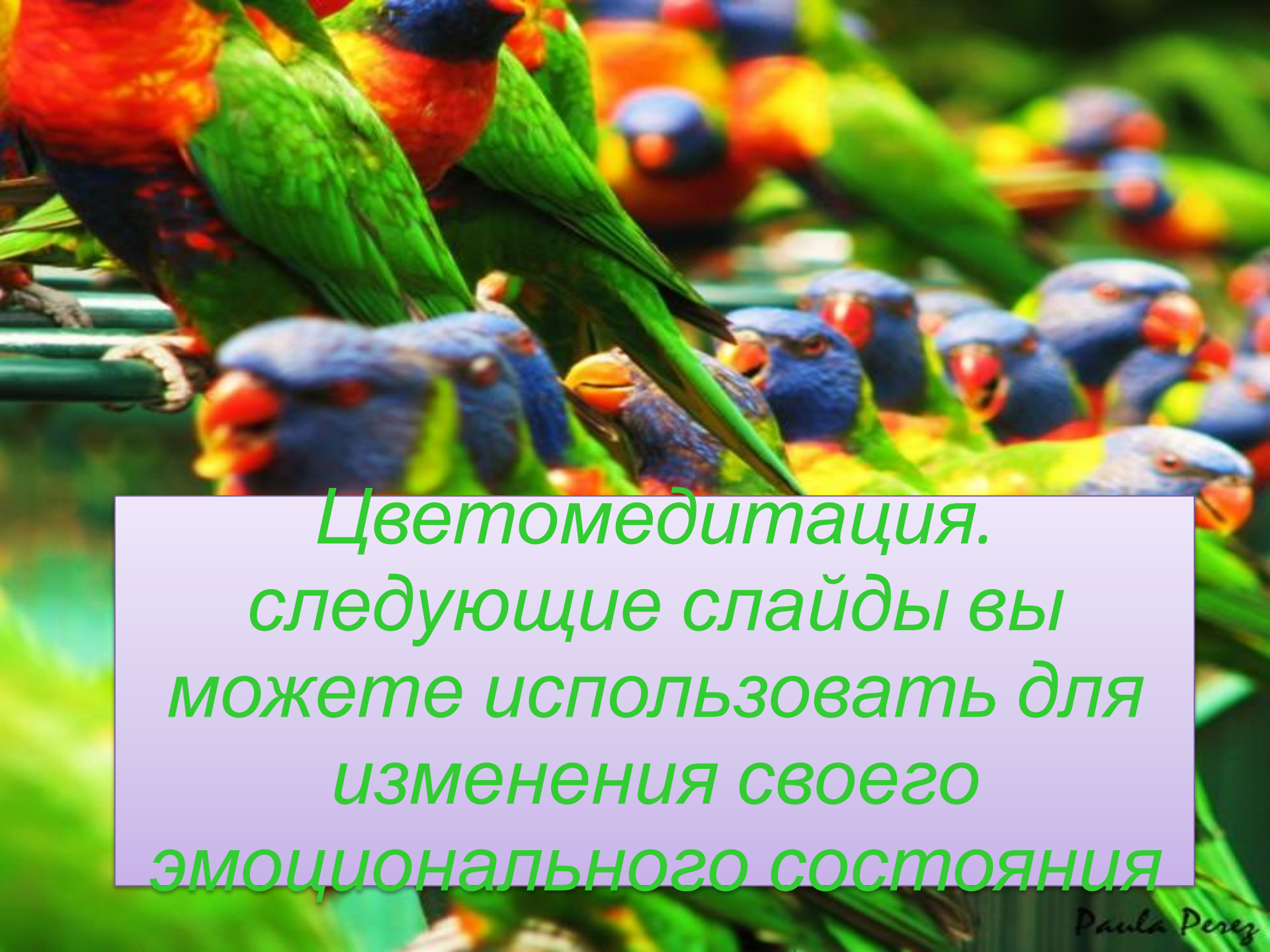


# Психосоматическая семёрка. Франц Александер

- 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 waves lapping at the shore. The water transitions from a shallow, clear turquoise near the beach to a deeper, darker blue further out. The sky is a brilliant blue, filled with scattered white, fluffy 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 or clearing leads from the foreground towards a small, circular structure or clearing in the distance. The trees are tall and thin, with thick foliage. The overall scene is vibrant and natural.

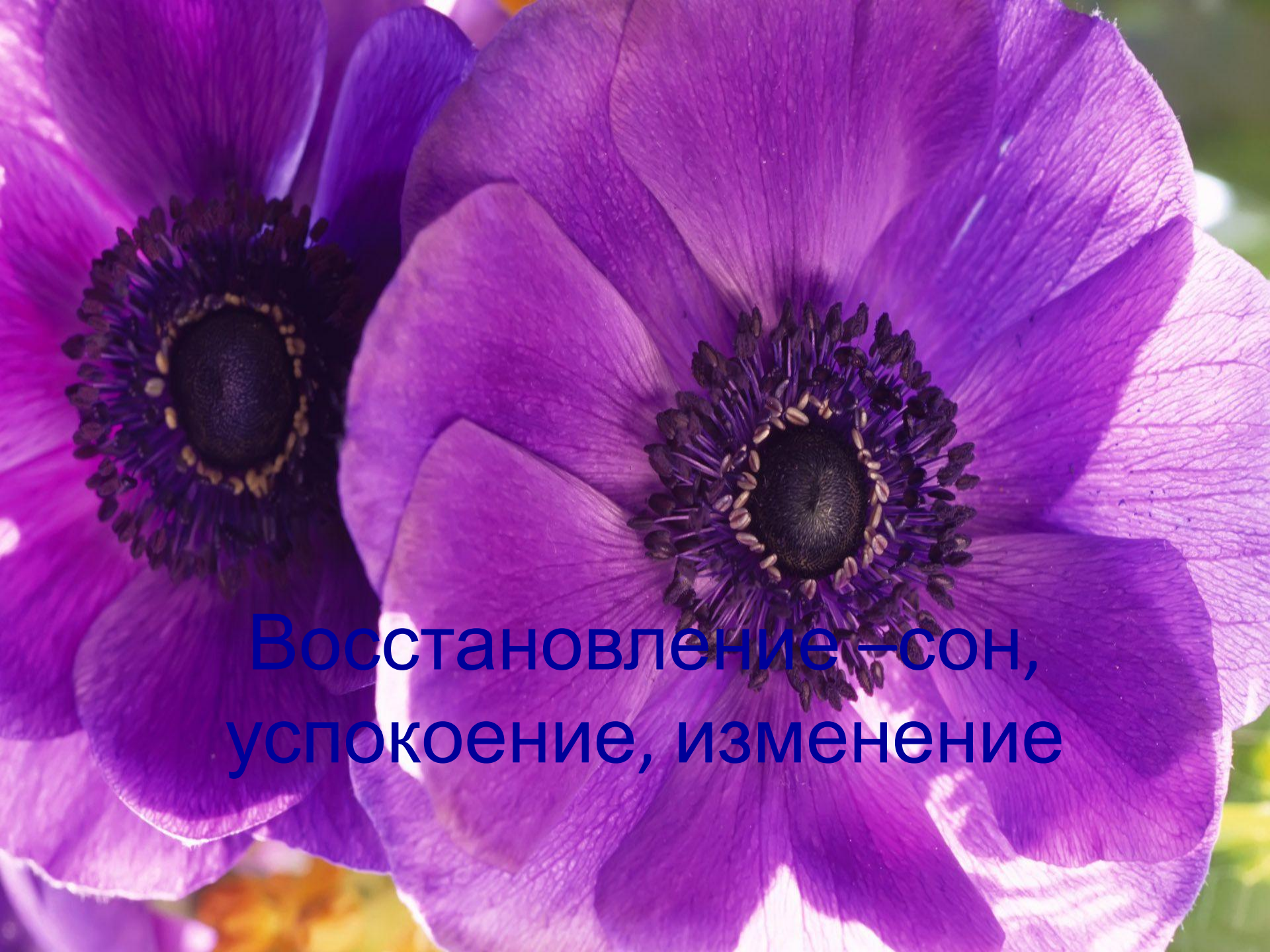
Равновесие – грудь



Энергия – почки, печень,  
кровь



# 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!!!**

