



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

Суть отношений – в свободе  
выбора

↓ ВНИ ↓

3

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ

О ПРОЕКТЕ | НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ | REVIEW | ОБО МНЕ | КОНСУЛЬТАЦИЯ | КОНТАКТЫ



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

- Добро пожаловать! -

Этот проект о жизни, психологии и психотерапии.

О том, что интересно и о трудностях, с которыми сталкиваешься. О том, что «сбоит» и требует ремонта. О том, что не понимаешь, но чувствуешь и о том, что понимаешь, но не можешь изменить.

А еще, это возможность взглянуть на привычное под иным углом – системно и не линейно. Определенно, это совсем другая логика, но она работает и творит чудеса.

ВНИ

3

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ

О ПРОЕКТЕ | НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ | REVIEW | ОБО МНЕ | КОНСУЛЬТАЦИЯ | КОНТАКТЫ



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

О ПРОЕКТЕ  
НАПРАВЛЕНИЯ  
РАБОТЫ  
REVIEW  
ОБО МНЕ  
КОНСУЛЬТАЦИЯ  
КОНТАКТЫ



ДЕТИ



СУПРУГИ

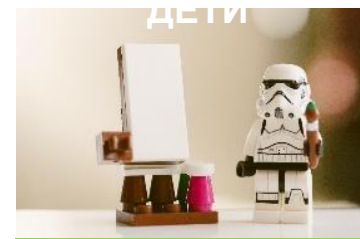


РОДИТЕЛИ И  
ДЕТИ

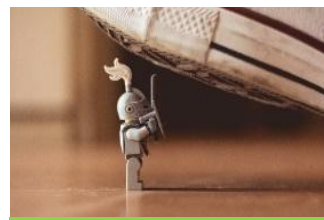


ПОДРОСТКИ

ЗАПИСАТЬСЯ  
НА  
КОНСУЛЬТАЦИ  
Ю



ПРОФИОРИЕНТАЦ  
ИЯ



ТРЕВОГА



ИСТОРИЯ



СПОРТ

О ПРОЕКТЕ | НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ | REVIEW | ОБО МНЕ | КОНСУЛЬТАЦИЯ | КОНТАКТЫ



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

ГЛАВНАЯ --> О  
ПРОЕКТЕ

- О ПРОЕКТЕ -

Фотография  
(или  
несколько) в  
тексте будут

Это проект о психологии, глазами системного психолога. Здесь можно найти ответы на наиболее волнующие вопросы и задать себе новые.

Взглянуть на ключевые темы психологии и запросы в практике психологического консультирования.

Мы привыкли жить и понимать происходящее в линейной логике. Но она не работает тогда, когда действительно нужны изменения. Можно «все понимать» - но это не означает «начать делать иначе».

Системный подход – особый, он не похож на классические теории психологии. Он не ищет причинно-следственных связей, не стремится описать и объяснить «почему» что-то происходит с Вами.

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ  
РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

ГЛАВНАЯ --> НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ  
->ДЕТИ

## - ДЕТИ (0-11 лет) -

**Игровая терапия** является для детей тем же, чем для взрослых – консультирование.

**Игра** – это язык ребенка. С помощью игрушек и специальных правил дети «разговаривают» с терапевтом. Ребенок «рассказывает» свою историю, делится переживаниями и преодолевает трудности.

Играя, дети учатся конструктивно выражать свои мысли и чувства, управлять своим поведением, принимать решения и брать на себя ответственность.

**Игровая терапия помогает справляться с эмоциональными и поведенческими трудностями у детей**

**Она нужна, если ребенок:**

✓ агрессивный / конфликтный, часто дерется

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ



О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ  
РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

ГЛАВНАЯ --> НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ -> РОДИТЕЛИ И  
ДЕТИ

## - ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИЕ ОТНОШЕНИЯ

Фотография  
(или  
несколько) в  
тексте будут

Отношения детей и родителей изменяются в течение жизни. Дети взрослеют и постепенно отделяются от родителей, но сохраняют при этом эмоциональную связь.

«Взросление» прежде всего процесс эмоциональный. Он требует перестройки границ семьи, чувств и отношений, поведения и правил между детьми и родителями.

Трудности («Дисфункция») появляются тогда, когда семья перешла на следующую стадию своего развития (скажем, ребенок повзрослел), а отношения в семье не перестроились.

**Трудности в детско-родительских отношениях часто  
связаны:**

- с рождением ребенка и появлением новых ролей в семье

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ



ГЛАВНАЯ --> НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ -> СУПРУГИ

## - СУПРУЖЕСКИЕ ОТНОШЕНИЯ

Фотография  
(или  
несколько) в  
тексте будут

Супружеские отношения – основа любой семьи.

Системный подход смотрит на супругов как на отдельную подсистему, выделяет ее важность и стремится ее укрепить.

Их прочность определяет, каким образом семья будет справляться со стрессом и проходить сложные периоды своего развития.

Таких «кризисных» периодов существует несколько:

- ✓ создание семьи, отношения в паре
- ✓ рождение ребенка/рождение второго и последующих детей
- ✓ выход ребенка в сад / школу
- ✓ подростковый возраст
- ✓ дети выросли и покидают «родительский дом» - супруги

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ  
РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ



ГЛАВНАЯ --> НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ -> ПОДРОСТКИ

## - ПОДРОСТКИ -

Фотография  
(или  
несколько) в и.  
тексте будут

Подростковый возраст – особенно сложный период. Подростку нужно узнать, кто он, куда и зачем идет в способен и что хочет? Кем станет и какую профессию выбрать?

Быть сыном / дочкой своих родителей уже недостаточно. Нужно двигаться дальше, отходить от семьи, рисковать, испытывать себя и искать свою идентичность.

*«Если ребенка спрашивать, что ему нравится, а что не нравится, считаться с его выборами и давать ему их делать, то такой ребенок, повзрослев, будет точно знать, чего он хочет»*

Если семья – надежный тыл, то подростку будет куда возвращаться, чтобы набраться сил, восстановиться и идти дальше.

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ  
РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ





О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ  
РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

ГЛАВНАЯ --> НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ -> СЕМЕЙНАЯ  
ИСТОРИЯ

## - СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ - МЕТОД ГЕНОГРАММЫ

Фотография  
(или  
несколько) в  
тексте будут

Все то, что мы выбираем в жизни – записано и во многом  
предопределено в истории нашей семьи.

Наши отношения с близкими, выбор супругов, образ жизни,  
предпочтения и приоритеты, чувства, принципы и идеи, даже выбор  
профессии уходят корнями в историю семьи.

Из поколения в поколение транслируются **эмоциональные  
процессы**, тревоги и способы с ними справляться, стереотипы  
поведения в разных жизненных ситуациях.

**Семейная история – это правила, часто негласные, принятые в  
семье способы реагировать на происходящее вокруг.**

□ Это время и эпоха, которые закладывали идеи о том, как надо

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ



ГЛАВНАЯ --> НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ -> ТРЕВОГА

## - ТРЕВОГА -

ТРЕВОЖНЫЕ И ДЕПРЕССИВНЫЕ СОСТОЯНИЯ  
ПСИХОСОМАТИКА

- Фобии, страхи
- Панические атаки
- Навязчивые тревожные мысли (действия)
- Депрессия
- Низкая самооценка
- Стресс и ПТСР (посттравматическое стрессовое расстройство)
- Ночные кошмары
- Состояние горя, утраты
- Психосоматические заболевания
- Разные зависимости (курение, переелание и прочее)

Фотография  
(или  
несколько) в  
тексте будут

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ



## ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ | ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

ГЛАВНАЯ --> НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ -->  
ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

### - ПРОФОРИЕНТАЦИЯ -

Фотография  
(или  
несколько) в  
тексте будут

Кому и зачем она необходима?

- **Школьникам и подросткам**, которые планируют определиться со своей сферой интересов, узнать свои предрасположенности и выбрать будущую профессию и направление обучения.
- Тем, кто **планирует изменить свой профессиональный выбор** в силу разных обстоятельств (переквалифицироваться; прервать обучение и выбрать другое направление; адаптировать свои навыки и знания в другой отрасли и т.д.)
- Тем, кто стремится **оптимизировать свою профессиональную жизнь**: понять свое профессиональное призвание, свою роль и мотивы в профессии; воплотить свои карьерные планы; соотнести свои ожидания с реальностью и найти «зону комфорта», баланс в своих делах; выстроить свой индивидуальный путь развития

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ



ГЛАВНАЯ --> НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ -> СПОРТ

## - ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА -

Фотография  
(или  
несколько) в  
тексте будут

**Профессиональный спорт** требует от спортсмена не только блестящей физической подготовки, но и навыка совладать с собственной тревогой и своим **эмоциональным состоянием**.

Показывать блестящие результаты на тренировках – не тоже самое, что показывать их на соревнованиях.

**Спорт** – это конкуренция, борьба, преодоление, выносливость как физическая, так и эмоциональная. Спорт проверяет на прочность **личность спортсмена**.

Чем моложе спортсмен, тем меньше у него **психологических инструментов** для помощи себе и тем больше факторов, которые влияют на его эмоциональное состояние. **Семья и тренер** – могут быть реальными ресурсами и поддержкой для юниора, а могут усиливать его тревогу и тяготить лишней ответственностью.

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ  
РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

ГЛАВНАЯ -> REVIEW

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

Статья 1 с  
фотографией  
Текст статьи  
открывается у  
меня на  
странице

Статья 2 с  
фотографией  
Текст статьи  
открывается у  
меня на  
странице

Статья 3 с  
фотографией  
Текст статьи  
открывается у  
меня на  
странице

Статья 4 с  
фотографией  
Текст статьи  
открывается у  
меня на  
странице

Статья 5 с  
фотографией  
Текст статьи  
открывается у  
меня на  
странице

Статья 6 с  
фотографией  
Текст статьи  
открывается у  
меня на  
странице

ЗАГИС  
КОНСУ

О ПРОЕКТЕ | НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ | REVIEW | ОБО МНЕ | КОНСУЛЬТАЦИЯ | КОНТАКТЫ



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

ГЛАВНАЯ -> REVIEW->СТАТЬЯ 1

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

Статья 1 с  
фотографией  
Текст статьи  
открывается у  
меня на  
странице

ЗАПИС  
КОНСУ

О ПРОЕКТЕ | НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ | REVIEW | ОБО МНЕ | КОНСУЛЬТАЦИЯ | КОНТАКТЫ



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

ГЛАВНАЯ ->ОБО МНЕ



- Добрый день! -

Моя профессия - семейный и детский психотерапевт.

И каждое из этих двух направлений занимает отдельное важное место в моей профессиональной жизни.

Итак, образование:

- ✓ окончен психологический факультет МГУ им. М. В. Ломоносова
- ✓ завершена аспирантура и защищена кандидатская диссертация в МГУ

ЗАПИСАТЬСЯ  
НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ

Путь к психотерапии:

- преподавание на кафедре дошкольной психологии и педагогики в МПГУ
- работа в государственном центре, где 95%

О ПРОЕКТЕ | НАПРАВЛЕНИЯ



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

ГЛАВНАЯ ->  
КОНСУЛЬТАЦИЯ

Записаться на  
консультацию

Ваша имя \_\_\_\_\_

Ваш телефон \_\_\_\_\_

Ваше сообщение

ЗАПИСАТЬСЯ

ЦЕНЫ

ON-LINE  
ОПЛАТА

О ПРОЕКТЕ | НАПРАВЛЕНИЯ

## - Условия работы -

- После того, как Вы записались на консультацию, мы согласовываем удобное время и договариваемся о встрече  
*\* в выходные дни консультации не проходят*
- Встречи проходят не чаще одного раза в неделю очно или в формате скайп
- Окончание терапии и ее результаты предварительно обсуждаются на первой встрече. Завершить терапию клиент может в любой момент
- В случае опоздания клиента встреча может быть сокращена по времени. Оптимально приходить на встречу за 5-10 минут до ее начала.

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ





ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ | ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

ГЛАВНАЯ -> КОНСУЛЬТАЦИЯ -> ЦЕНЫ

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ

РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

Услуга	Продолжительность	Цена
Семейная / Супружеская консультация	1 час 10 минут	5000
Индивидуальная консультация	1 час	5000
Детская игровая терапия	45 минут *по результатам предварительной встречи (семейной, детско-родительской)	4000
Анализ семейной истории	1,5 часа	6000
Профориентация	Тестирование + индивидуальность	10 000

ЗАПИСАТЬСЯ  
КОНСУЛЬТАЦИИ

КОНТАКТЫ



ДЕТИ | РОДИТЕЛИ И ДЕТИ | СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ | СУПРУГИ | ПОДРОСТКИ | ТРЕВОГА | СПОРТ |  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

ГЛАВНАЯ -> КОНТАКТЫ

О ПРОЕКТЕ

НАПРАВЛЕНИЯ  
РАБОТЫ

REVIEW

ОБО МНЕ

КОНСУЛЬТАЦИЯ

КОНТАКТЫ

**ЗАПИСЬ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ**

**+ 7 985 031 04 10**  
**(телефон, вотсап,  
вайбер)**

**ПОЧТА @ - написать на почту**

Москва, Зубовский б-р, 29, подъезд  
1

Карта GOOGLE

ЗАПИСАТЬСЯ НА  
КОНСУЛЬТАЦИЮ

О ПРОЕКТЕ | НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ | REVIEW | ОБО МНЕ | КОНСУЛЬТАЦИЯ | КОНТАКТЫ



