

МАРІЯ ФАБРИЧЕВА. ТЕМА: ФІЛОСОФІЯ ОСОБИСТОГО ЩАСТЯ

«Бог дав нам пам'ять, щоб у нас завжди були троянди у грудні» - мені дуже близька цитата Джеймса Метью Баррі, для мене вона відображає метафору щастя.

- Троянда - красива, наповнена квіткою, настільки різноманітна, як і щастя кожного. Для когось це маленький ніжний бутон, для когось - величезний букет з великих червоних квітів, а хтось додасть креативності та розмалює троянду в нереальний відтінок.
- Троянда - це символ любові і пристрасті, ніжності і натхнення, романтики і зізнань.

Однак, чи завжди ми зберігаємо у пам'яті саме бутони, або воліємо залишати в спогадах шипи?

Дійсно, часто буває, що ми замість того, щоб накопичувати позитивні теплі спогади, вважаємо за краще збирати щось гостре і колюче, нарощувати панцир, блокуючи при цьому доступ до щастя.

Часом здається, що внутрішні шипи будуть надійним захистом від помилок, від болю, допоможуть впоратися в складній ситуації, захистять і не допустять нових потрясінь.

На жаль, вони грають з нами злий жарт.

І, наштотуючись на чергову життєву колючку, ми отримуємо укол не тільки із зовнішнього світу, а й усередині себе. І немов щільний паркан із шипів вони перекривають вхід промінчиками щастя, переконуючи нас у тому, що щастя та й нема більше.

Щастя складно підрахувати, зважити, виміряти. Відчуття щастя може бути спокійним і гострим.

Це може бути внутрішнє (тихе) знання і розуміння - «всесвіт прекрасний, я це знаю, і я це бачу»;

Активне щастя несе в собі готовність досягти і отримати бажане, а отримавши - насолодитися успіхом.

Звичайно, життя не складається з 100% везіння і успіху, а щастя - це не завжди викид адреналіну і овації навколо.

І все-таки можна навчитися підтримувати себе і не забувати, про те, що ти - щаслива людина.

Тож,

Запрошую вас дослідити Філософію Вашого Щастя.

під час мого виступу:

1. Я поділюся з вами своєю особистою історією і навчу вас бачити точки щастя на когнітивної карті Життя.
2. Покажу вам на чому базується вибір людини: бути щасливим або бути нещасним (біологічні, психологічні та культуральні основи щастя)
3. Дам ресурсну методику для того, щоб кожен з вас зміг (при бажанні) скласти свою формулу особистого щастя

Я вірю, що після нашої зустрічі ви переконаєтеся, що фраза «**ми всі народжені щоб перемагати**» - це не тільки онлайн мотиватор, а реальний стиль життя

Про спікера

МАРІЯ ФАБРИЧЕВА: дипломований психолог; психотерапевт в області транзактного аналізу; консультант-медіатор;

- Дійсний член і офіційний викладач-тренер Міжрегіонального рівня в Професійній Психотерапевтичній ліги;
- Член Української та Європейської Асоціації транзактного аналізу - УАТА / ЄАТА

тренер: творець і ведуча розвиваючих, діагностичних і терапевтичних програм і модулів;

ініціатор **дослідження** на тему особливостей прояву **культурального сценарію в Україні**

Автор понад 50-ти тематичних статей в ЗМІ;

Постійний експерт-психолог проєктів на українських телеканалах

Генератор ідей і організатор тематичних заходів

- автор ідеї та організатор проєкту "Філософія Улюблені Граблі" ©
- співорганізатор Фестивалю театрів і психологічної імпровізації "Momentum"

Практикує в сфері психотерапії та психологічної медіації (рішення зовнішніх і внутрішніх конфліктів) більше 7 років

<https://fabricheva.com.ua>

<https://www.facebook.com/mariia.fabricheva>

МАРИЯ ФАБРИЧЕВА. ТЕМА: ФИЛОСОФИЯ ЛИЧНОГО СЧАСТЬЯ