***Выход в реальность***

Мы все живем в созданном нами представляемом мире. Мы вспоминаем прошлое и думаем о будущем. И это – норма нашего бытия.

Если только мы, при этом, не отрываемся от реальности настоящего. Тогда мы

- теряем связь со своим реальным телом

- любим придуманных партнеров

- начинаем бояться придуманных страхов.

На программе мы сделаем упражнение «Выход в реальность» - и сравним свое отношение к проблемным ситуациям до и после работы с реальностью.

1-2 встречи по 1,5 часа