***Приложение 3* Группа в Контакте «Заслонки в канале материнства»**

Ссылка <https://vk.com/event49849811>

**Отзывы участниц**

|  |  |
| --- | --- |
| [https://pp.vk.me/c403926/v403926649/5de8/AiZcf4-6k5E.jpg](https://vk.com/altalweb) | [Алена Бородкина](https://vk.com/altalweb)  На занятиях была несколько раз. На первом занятии удалось нащупать преграду в виде идеализаций. На следующих занятиях очень понравились медитации "Круг жизни", "Дорога к ребенку". Удивительное открытие, как мы все взаимосвязаны, было совершено во время тренинга по составлению генограммы. Оксана всегда придумывает что-то новенькое, интересные темы для тренингов. Это был мой первый опыт групповых тренингов, мне понравилось отношение девочек и психолога. Можно сказать, что занятия дают толчок к решению проблемы. Но решение никто не разжевывает, а ты должна до всего дойти сама. Красной нитью всех занятий идет мысль "Ты женщина! Не забывай об этом!". Раскрой свою женскую энергию, и ребенок притянется к тебе. |
| [https://pp.vk.me/c307105/v307105376/8387/AOT844jvxgw.jpg](https://vk.com/id64446376) | [Екатерина Ряховских](https://vk.com/id64446376)  Страх, состояние тревоги, бессонница, плаксивость. Вот в каком жутком состоянии, я обратилась к Оксане. Я нашла свой уголок для души. Я стала «лучше» сама для себя. Изменился и окружающий мир, люди. Я заново научилась радоваться, расслабляться (здесь большую роль сыграли медитации), по-другому смотреть на происходящее вокруг. Я научилась «отключать» голову тревожных или неприятных ситуациях. А самое главное, что меня впечатлило это результат, который заметен не только мне, но и окружающим меня людям. |

|  |  |
| --- | --- |
| [https://pp.vk.me/c409523/v409523685/cdc/SScq_nOar9M.jpg](https://vk.com/event49849811) | Виктория  "Очень интересный тренинг, помогающий найти ответ на важный вопрос именно внутри себя. Мне очень понравились медитации, которые позволяют оценить и прочувствовать отклик на ту или иную проблему. Могу сказать уверенно, что ожидания и результат тренинга меня не разочаровали, а напротив придали уверенность в том, что я на верном пути". |
| [https://pp.vk.me/c301506/v301506762/53f5/ef-XVAunD5w.jpg](https://vk.com/id16241762) | [Лилия Юрченко](https://vk.com/id16241762)  Я на тренинге была один раз, т.к. сейчас я работаю далеко от Омска, мне очень понравилось, Оксана чуткий, отзывчивый психотерапевт, тонко чувствующий. Обстановка на занятии теплая, поддерживающая. Я очень хочу прийти к Оксане ещё, как только вернусь в Омск. Мне нравится. |
|  | Динара Саньярова  Тема материнства в моей жизни особая. К сожалению, в прошлом году пришлось пережить потерю малыша на 5 месяце беременности. Справиться с горем тогда мне помогли посещения психоаналитика. Затем примерно год лечилась в репродуктивном центре. Посещения врачей, процедуры, анализы помогали не только лечением женских болезней, но и психологическим эффектом. Я ведь обратилась к медицине, делала все, чтобы в семье появился ребенок, это меня успокаивало. Но наступил момент, когда мне это все надоело, все эти бесконечные похождения без результата. Захотелось снова походить к "мозгоправу", но в какой-нибудь легкой форме, без сеансов тет-а-тет. Хотелось выговориться, чтобы тебя выслушали, дали дельный совет. Именно тогда я и попала в группу психологической поддержки к Оксане. Занятия были ненавязчими, интересными, прямо в точку. Только здесь я могла высказаться без боязни осуждения, потому что вокруг сидели люди с похожими проблемами. Считаю, что эта группа просто идеальна для тех, кто выбился из сил, пытаясь зачать ребеночка. Не знаю, в чем причина моего успеха, может, посещения группы психологической поддержки, может, смена работы, может, оставленные племянником трусики (есть такая примета), однако в сентябре я увидела долгожданные полосочки:) Чего и желаю всем планирующим! |