Заседание Женского клуба в Каменск-Уральском центре занятости

25.11.2025 в Каменск-Уральском центре занятости в рамках Женского клуба состоялась арт–терапевтическая встреча «Маска». Встреча была призвана помочь женщинам переосмыслить свои жизненные роли и маски и научится правильно их интерпретировать и принимать. Арт-терапия, использованная на встрече, является мощным инструментом самопознания.

В процессе творчества женщины смогли увидеть, как именно маски влияют на их жизнь, какие чувства они подавляют и какие потребности игнорируют.

Встреча получилась живой – никто из участниц не остался равнодушной. Ведь каждая хоть в раз в жизни вынуждена была носить ту или иную маску: психологическую, социальную… Однако постоянное ношение масок может привести к эмоциональному выгоранию, потере связи с собой и трудностям в построении искренних отношений.

Участницы научились направлять негативные переживания в позитивное русло, создавая гармоничные образы, символизирующие внутреннюю силу и уверенность. Этот процесс позволяет почувствовать контроль над собственной жизнью и открывает возможность для самовыражения.

Подобные встречи, организованные Каменск-Уральским центром занятости, играют важную роль в поддержке женского благополучия. Они предоставляют пространство для самопознания, обмена опытом и получения профессиональной помощи. Если вы чувствуете, что носите маску, которая мешает вам жить полной жизнью, не бойтесь обратиться за поддержкой. Возможно, именно арт-терапия станет ключом к вашей внутренней свободе. Особая благодарность Каменскому местному отделению Партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» за помощь в организации мероприятия.  
Следите за нашими новостями, чтобы присоединиться к следующим мероприятиям.

Координатор тренинга – ведущий профконсультант отдела профобучения и профориентации, психолог Спирина Алена Викторовна.

Место проведения: ГКУ «Каменск-Уральский ЦЗ» ул. Кунавина, д.1, каб. 105. Предварительная запись по телефону: 8-967-908-54-60



