

# В СФУ пройдёт встреча «Картирование жизни: современный инструмент управления собой»

**Дата события:** 21 марта 2019 г., 18:00

**Место проведения:** [пр. Свободный, 79, корпус № 2](#), ауд. 22-04 (БА)

[Университетская психолого-педагогическая клиника СФУ](#) совместно с центром моделирования здорового образа жизни «Веста» проводят серию из 4 встреч программы саморазвития «Карта моей жизни: потребности, сильные стороны и их инвестирование в своё дело». Первая встреча «Картирование жизни: современный инструмент управления собой сейчас и в будущем» пройдёт 21 марта 2019 года. Приглашаются все желающие.



Проведёт первую встречу Ксения Калиновская — кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и консультирования Института педагогики, психологии и социологии СФУ.

Построение ресурсной карты — один из новейших инструментов, позволяющих человеку быстро и полно проработать глобальные жизненные вопросы: какой я, с кем хочу и могу взаимодействовать, куда иду, где и как мне реализовать свой потенциал, какое будущее для себя выстраивать.

На практикуме вы познакомитесь с понятием «ресурс личности», построите карту своей жизни «как сейчас» и «как будет через ... лет», определите зоны роста и ключевые точки выбора дальнейшего пути.

Вход свободный, необходима [предварительная регистрация](#).

## Справка

В течение 4 встреч программы саморазвития «Карта моей жизни: потребности, сильные стороны и их инвестирование в своё дело» (с марта по ноябрь, с 18:00 в будние дни) в интерактивном режиме вы узнаете от спикеров:

- что такое картирование жизни и как использовать этот инструмент для управления собой сейчас и в будущем;
- как понять свои потребности и идеи жизни, сбалансировать гармонию внутри себя и в своём окружении;
- как наладить контакт с собой и контакт с другими, выстроить кольцо поддержки;
- как же выбрать то самое дело по душе.

Спикеры программы — практикующие психологи:

- Екатерина Потапова — бизнес-тренер, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и консультирования ИППС СФУ, директор Университетской психолого-педагогической клиники ИППС СФУ, главный внештатный инспектор-психолог в системе образования Красноярского края;
- Татьяна Скутина — арт-гештальт-терапевт, сертифицированный по международным

стандартам, региональный тренер и супервизор Московского института гештальта и психодрамы, член Арт-терапевтической ассоциации России, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и консультирования ИППС СФУ;

- Екатерина Логинова — психолог, фасилитатор, автор курса «Дизайн вашей жизни».
- Ксения Калиновская — кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и консультирования Института педагогики, психологии и социологии СФУ.

**Контакты:**

+7 (391) 206-23-15, +7 953 592-70-89

*[Университетская психолого-педагогическая клиника СФУ](#), 26 февраля 2019 г.*

© Сибирский федеральный университет. Редакция сайта: +7 (391) 246-98-60, [info@sfu-kras.ru](mailto:info@sfu-kras.ru).

Адрес страницы: <http://news.sfu-kras.ru/node/21396>