

Создание мандалы - это погружение в мир собственного бессознательного. Здесь важен не результат, а процесс.

Считается, что плохое настроение, внутренние конфликты, усталость — все можно исправить с помощью священного круга.



МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОГО  
РАЗВИТИЯ, ОПЕКИ И  
ПОПЕЧИТЕЛЬСТВА ИРКУТСКОЙ  
ОБЛАСТИ

Областное государственное бюджетное  
учреждение социального обслуживания  
«Тулюшкинский психоневрологический  
интернат»

Адрес учреждения: 665321 Иркутская  
область, Куйтунский район, п/  
ст. Тулюшка, ул. Детдомовская,  
E-mail: [tulushka@list.ru](mailto:tulushka@list.ru)



Составила: психолог Зуенок Н.В

**Мандалотерапия**-это безопасный и естественный способ изменения эмоционального состояния,снятие напряжения,выражение чувств.Это возможность прикоснуться к глубинным слоям подсознания.

С санскрита слово «**мандала**» переводится как «окружность».Этот символ всегда имеет форму круга, который олицетворяет собой Вселенную.

**Мандалотерапия включает в себя:**

Раскрашивание мандал-раскрасок,создание собственных(рисование),создание из природного материала(цветы).



Работа с мандалами приносит радость, развивает внимательность,способствует развитию эмоционально-чувственного мира,развивает воображение,фантазию, способствует снятию внутреннего напряжения.



Мандалы своими руками.  
«Мандалы-обереги»

