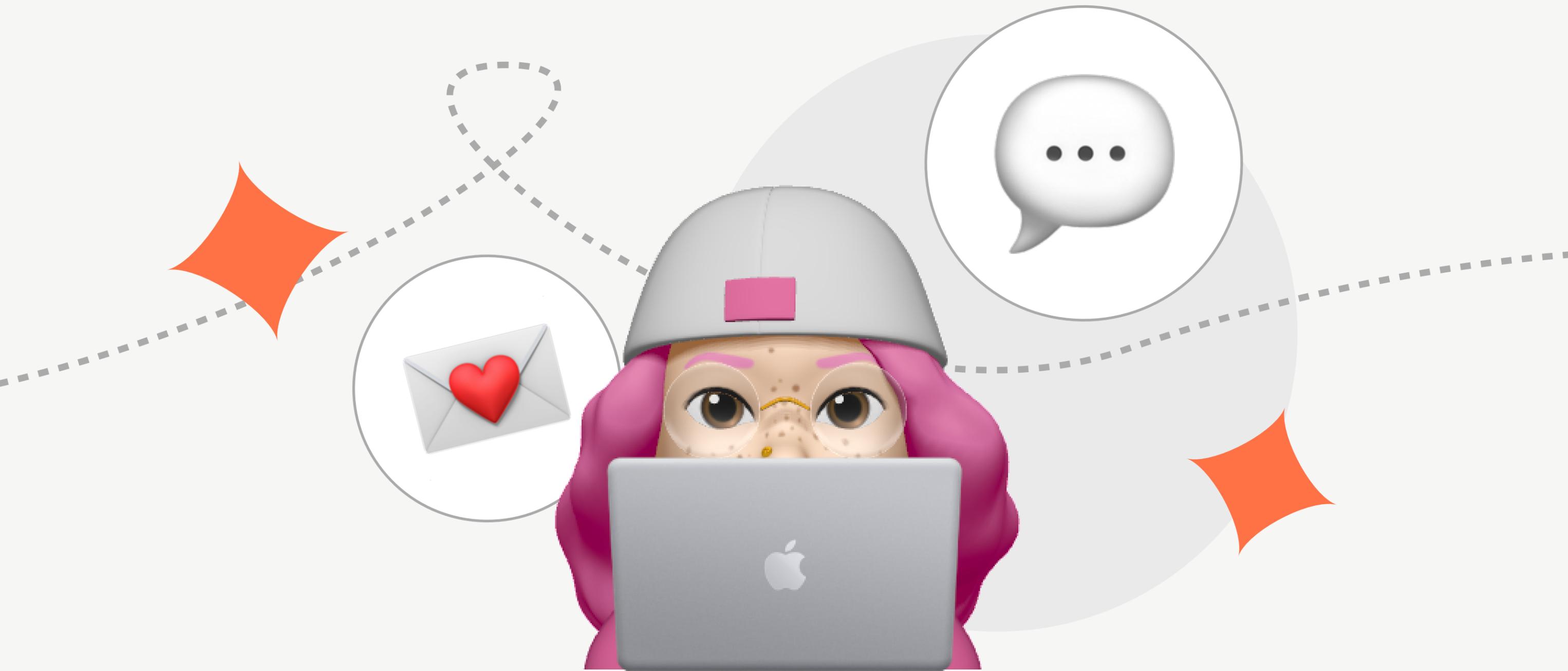


Прямые эфиры с психологами Alter

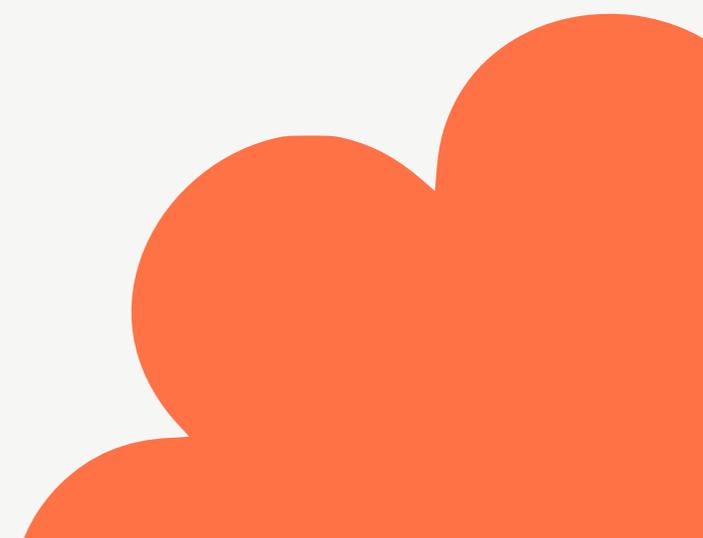


Привет!

Мы регулярно проводим эфиры с психологами Alter. Собрали для вас лучшие из них, разделив их по сферам жизни, чтобы у вас был доступ к полезной информации от наших специалистов.

А чтобы не упустить в будущем интересующие вас темы, подписывайтесь на наши соцсети — там мы проводим все эфиры и оповещаем подписчиков обо всех предстоящих активностях 

[Подписаться](#)





Про жизнь

- Почему в общении возникают трудности и как с ними справиться
- Как выстраивать и отстаивать свои границы и учитывать чужие
- Что делать, если ты взрослый, но до сих пор не знаешь, кем хочешь быть, когда вырастешь

♥ Про отношения

- Как построить близкие отношения и избежать зависимых
- Когда ставить точку в отношениях и как это правильно делать
- Как пережить измену и что делать, если изменили вы
- Почему теория привязанности так популярна и как с ее помощью можно улучшить отношения

Про секс

→ Почему о сексе трудно говорить, а договариваться — ещё труднее

→ Какой секс можно назвать «хорошим» и что делать, если у вас с партнером разный взгляд на это

Оставайтесь с нами, будет интересно 

[Подписаться](#)

