**Материалы к выполнению Домашнего задания 6**

1. Музыка для дыхания – скачать здесь

[**http://old.psymarket.ru/files/Muz\_dyhanie.rar**](http://old.psymarket.ru/files/Muz_dyhanie.rar)

1. Видеопрактикумы без теории:

Эффективное прощение себя для мужчин <https://www.youtube.com/watch?v=_TwkZZTPCnc>

Эффективное прощение себя для женщин

<https://www.youtube.com/watch?v=D9IAi1J2I7k>

1. Образы РФП себя здесь:

Для женщин: <https://cloud.mail.ru/public/3mwQ/3iFSCfaUk>

Для мужчин: <https://cloud.mail.ru/public/2nCK/5kDtMMqhx>