

Начална страница

Soul Reflection е пространство, създадено с грижа за теб — когато си готов(а) да се срещнеш с истинското си Аз.

Основен текст:

Ние вярваме, че всеки човек носи в себе си богат вътрешен свят – пълен с мъдрост, сила и потенциал.

Понякога обаче пътят към себе си е осеян с въпроси, страхове или усещане за блокаж.

Затова създадохме *Soul Reflection* – онлайн магазин, който предлага **инструменти за вътрешна работа, себеоткриване и лична трансформация**.

Тук ще откриеш:



Таро и оракулски карти – за онези моменти, в които търсиш яснота, насока и отговори.



Метафорично-асоциативни карти и коучинг сесии – когато искаш да преодолееш вътрешни блокажи и да се свържеш със силата си.



Хюман дизайн и психологическа подкрепа – за по-дълбоко разбиране на себе си и своите уникални дарби.



Дневници, аффирмации и арт-терапевтични практики – за изграждане на навици, изцеление и емоционална устойчивост.

Това не е просто магазин. Това е покана да се обърнеш към себе си.



Разгледай колекциите и избери своя инструмент за следващата стъпка по Пътя навътре.

Страница “За нас”

Здравей,
казвам се **Кристин Кръстева** и съм създател на *Soul Reflection* — проект, който носи сърцето ми и визията ми за един по-осъзнат и автентичен свят.

В момента се обучавам в магистърска програма по психология и преминавам сертификационен курс за коучинг с метафорично-асоциативни карти.

През януари 2024 г. завърших обучението „*Заживей дизайна си*“ по хюман дизайн — знание, което промени дълбоко начина, по който разбирам себе си и хората. Автор съм и на **оракулски и психологически карти**, които носят подкрепа в моментите, когато търсим насока или утеха.

След години личен път на търсене, преодоляване и обучение, разбрах едно:
всеки човек има нужда от пространство, в което да се срещне със себе си — истински.

От тази нужда се роди *Soul Reflection* — не просто онлайн магазин, а внимателно подбрана колекция от **инструменти за самопомощ, изцеление и личностно развитие**:

- Карти, които говорят;
- Дневници, които лекуват;
- Консултации, които отварят нови хоризонти



Нашата мисия

Мисията на *Soul Reflection* е да помага на повече хора:

- да живеят **в съответствие със своята природа и потенциал**;
- да открият своето **място в света** — професионално, социално и личностно;
- да изграждат връзки и реалност, които ги подхранват, а не изчерпват;
- да бъдат полезни на себе си и на другите **без да се губят в процеса**.

Добре дошъл в твоето пространство за личен растеж и вътрешна истина.

С обич и вяра в теб,
Екипът на Soul Reflection

Страница “Консултации”

В *Soul Reflection* вярваме, че не всеки отговор идва отвън.
Понякога той просто чака да бъде зададен точният въпрос.

Затова предлагаме **индивидуални консултации**, които съчетават психологичен подход и практични инструменти за лична промяна.

♦ Какви сесии предлагаме:



Коучинг с метафорично-асоциативни карти (МАК)

Този тип коучинг подпомага саморазбирането чрез образи и символи. Картите работят като огледала на вътрешния свят и могат да ти помогнат да:

- осъзнаеш вътрешни блокажи;
- преосмислиш ограничаващи вярвания;
- стигнеш до решения, които са в хармония с теб самия.



Сесиите се водят от *Кристин Кръстева* – в процес на сертификация по коучинг с МАК и магистратура по психология.

*бутон, водещ до страница “запази час”



Психологично профилиране (разработено от психотерапевта Ники Марков)

Чрез специално разработена система от български психотерапевт ще имаш възможност да:

- определиш своите водещи **ценности**;
- разбереш по-добре личните си **характеристики и вътрешни мотиви**
- определиш личния си профил, което ще ти служи като ориентир за правилно целеполагане, избор на среда и по-автентичен живот.

*бутон, водещ до страница “запази час”



Очаквайте скоро

- Психологически консултации
- Психотерапевтична подкрепа

Работим в посока да създадем сигурно и професионално пространство, в което да получиш **дълбока вътрешна подкрепа от квалифициран специалист.**

За кого са подходящи тези консултации?

За теб, ако:

- си на кръстопът и търсиш яснота;
 - искаш да се опознаеш по-дълбоко и да се свържеш с истинските си нужди;
 - усещаш, че е време за промяна, но не знаеш откъде да започнеш.
-

Да започнем?

Свържи се с нас, за да запазиш час или да обсъдим коя сесия е най-подходяща за теб.

Понякога една среща е достатъчна, за да си припомниш колко далеч можеш да стигнеш.

Страница “Безплатни материали”

Промяната започва с малки стъпки. Понякога с едно PDF файлче.

Тук ще откриеш безплатни ресурси за саморефлексия, вдъхновение и нови перспективи. Защото вярваме, че знанието и подкрепата трябва да бъдат достъпни.

Страница “Запази час”

Избери подходяща за теб консултация и запази час, в който ще се срещнем с твоите въпроси, цели или вътрешни блокажи.

Страница “Блог”

В блога ни ще откриеш текстове, посветени на личностното израстване, психологията и себепознанието – споделени с много любов!

Страница “Контакти”

Свържи се с нас, ако имаш въпрос, идея или просто искаш да кажеш „здравей“.

Ние сме тук! Можеш да ни пишеш по всяко време - ще прочетем с внимание и интерес.

Страница “Магазин”

Разгледай нашите карти, арт-терапевтични инструменти, електронни книги и дневници, създадени да те подкрепят по Пътя. Всеки артикул тук носи идея – за разбиране, вдъхновение или изцеление.

За да направим избора по-интуитивен и полезен, създадохме специални **емоционални филтри**.

Можеш да филтрираш продукти според това, **как се чувстваш в момента** или **през какво преминаваш** – за да откриеш точния инструмент, който да ти донесе яснота, утеха или вдъхновение.

💬 Например, ако изпитваш тревожност, можеш да оставиш  срещу състоянието “ **Преминавам през тревожност или стрес**” ще видиш само онези карти, книжки или ресурси, които са създадени да донесат спокойствие и опора.

Емоционален филтър:

-  Чувствам се изгубен/а
-  Преминавам през тревожност или стрес
-  Изпитвам тъга или депресивни състояния
-  На кръстопът съм / нуждая се от яснота
-  Преживявам раздяла или загуба
-  Искam промяна и ново начало
-  Изплуват стари рани или травми

-  Имам нужда от мотивация и вдъхновение
-  Искam да изградя вътрешна устойчивост
-  Търся себе си / работя по самоопознаване
-  Искam насока за вземане на решение
-  Желая да обичам и приемам себе си