

Психокосметология – это новое перспективное направление в эстетической медицине и психологии. Психокосметология признана Международной ассоциацией Медицины антистарения наукой третьего тысячелетия.

В чем же преимущество данной методики? Дело в том, что предлагаемый медициной и косметологией арсенал средств и методов омоложения направлен в основном на устранение внешних признаков старения и не затрагивает причины его вызывающие. Все мы замечали, что одни люди выглядят старше своих лет, а другим удается дольше **охранить молодость**

. Причиной тому служит не только генетическая предрасположенность (ее вполне можно смягчить). Портят внешность стрессовые переживания, неотрагированные эмоции, негативное восприятие окружающего мира. Отрицательным фактором зачастую становятся установки и ложные представления, например, о том, что с возрастом наше лицо и тело должны стать дряблыми и морщинистыми.

Известно и такое понятие как **психологический возраст**, то есть возраст, на который мы себя ощущаем. В тоже время мы способны изменить свои ощущения и тем самым повлиять на наше физиологическое состояние.

Специалисты-психокосметологи придерживаются целостного подхода к клиенту, обязательно вникая в суть проблемы и изучая причины эстетических дефектов. Все косметические процедуры в нашем центре (озонотерапия, шоколадное и водорослевое обертывания) сопровождаются грамотной психологической поддержкой, что способствует улучшению не только состояния лица и тела, но и общего самочувствия клиента. Психолог помогает клиенту открыть в себе мощный ресурс, дает толчок к осознанию негативных убеждений, которые мешают быть здоровым и привлекательным. В психокосметологии, наряду с традиционными косметическими процедурами, применяются эриксоновская терапия, позитивная психотерапия, групповая психотерапия, тренинги.

Психокосметический эффект проявляется в позитивных изменениях лица и тела человека, заметном сокращении мимических морщин и психосоматических нарушений, похудении и коррекции фигуры.

Важной частью работы психолога-консультанта является умение научить клиента не стать жертвой зависимости от косметических процедур и радикальных способов борьбы с признаками внешнего старения.

Психокосметологии посвящен специальный интернет-ресурс - www.psihokosmetologia.ru.