

KOBIETA W ŚWIECIE HARMONII

WYKŁAD 1 - PIĄTEK 15 marca, WIECZÓR - 30-45 min

TYTUŁ: ENERGIA KOBIECOŚCI – MITY CZY RZECZYWISTOŚĆ

Będzie to krótkie ale fascynujące spotkanie z Energią Kobiecości, z naszą Mocą.

Zastanawiałaś się kiedyś, czym właściwie jest KOBIECOŚĆ? Co wyróżnia Żeńską Energię? Dlaczego mamy Moc a nie siłę i co ona nam daje, z czym harmonizuje? Podczas interaktywnego wykładu porozmawiamy o wartościach i mocy, o ciekawych mitach z boginiami w roli głównej oraz ich wpływie na nasze współczesne życie, o naturalnych potrzebach kobiet a oczekiwaniach i rolach społecznych. Spojrzymy czule na Naturę Kobiecości. Umocnimy się w tym, co w Nas naturalne i wartościowe.

WARSZTAT 1 - SOBOTA 16 marca, PO ŚNIADANIU - 90 minut

TEMAT: MISJA I WARTOŚCI W MOJEJ RELACJI

- ➔ Misja i wartości w związku – czym są i po co? Każdy związek ma swoją Misję, która wywiera wpływ na codzienne relacje i zachowania. Jednak Misja nie zawsze jest uświadomiona, dlatego odkryjemy jej Moc.
- ➔ Jaką mój związek ma Misję? Czym się kierujemy jako para (rodzina)? Co nas buduje? - zastanowimy się, co daje uświadomiona Misja związku i zapiszemy ją w prostych słowach. Przyjrzymy się, jak przekłada się to na jakość relacji i codzienne zachowania Partnerów a nade wszystko, jak możemy zwiększyć harmonię i satysfakcję
- ➔ Jakie wyznajemy Wartości i co one oznaczają na co dzień? - wydobędziemy na światło dzienne najważniejsze wartości związku i przypomnimy sobie, jak je w prosty sposób realizować aby zwiększać poziom szczęścia. Jak realizować te najcenniejsze, jak mówić o wartościach bez patosu.
- ➔ Wpływ Wartości w związku na realizowanie potrzeb Partnerów – spojrzymy na fundamentalną różnicę pomiędzy ważnymi potrzebami Partnerów a scenariuszami ich zaspakajania. Dostrzeżemy proste sposoby, jak zmniejszać ilość napięć a zwiększać chwile błogości i wzajemnego zrozumienia.
- ➔ Podsumujemy warsztat, aby zabrać ze sobą zarówno więcej poczucia własnej wartości i mocy jak i proste, skuteczne sposoby, które codzienne wyzwania zamieniają w cenne chwile.

WARSZTAT 2 - SOBOTA 16 marca, WIECZOREM - 90 minut

TEMAT: POWRÓT DO PRZESZŁOŚCI – MÓJ WPŁYW NA EWOLUCJĘ ZWIĄZKU.

- ➔ Powrót do przeszłości – zastanowimy się, co mnie urzekło w Partnerze na początku znajomości, co pokochałam, jakie stany, myśli i przekonania chcę pielęgnować, gdyż wzajemnie nas uskrzydlają.
- ➔ Spojrzymy, w jaki sposób i w jakim kierunku ewoluują nasze relacje. Jak dzisiaj przywracać dawne emocje, jak wspierać aktualne wartości – mój wpływ na ewolucję związku. Co mogę zrobić w prosty, lekki sposób – czyli siła drobnych działań, myśli i postaw.
- ➔ Moc procesu wdzięczności – pochylimy się nad tym, czemu chcemy wyrazić wdzięczność, czego chcemy więcej w naszym związku, co szczególnie chcemy pielęgnować i wyrazimy wdzięczność w naturalny i wzmacniający relację sposób.
- ➔ Podsumujemy warsztat, aby zabrać ze sobą zarówno więcej poczucia własnej wartości i mocy jak i proste, skuteczne sposoby, które codzienne wyzwania zamieniają w cenne chwile.