

PROGRAM ROZWOJU I TRANSFORMACJI MENTALNEJ

FENIKS

Od przeszłości do świadomie tworzonej przyszłości



Indywidualny proces rozwojowy ukierunkowany na zmianę utrwalonych schematów, budowanie korzystnych nawyków, wzmacnianie poczucia własnej wartości oraz zaprojektowanie kierunku, w którym chcesz dalej iść.

DWA TORY WSPÓŁPRACY

1. Pełny Program FENIKS - 5 sesji 1:1
2. Pojedyncze sesje rozwojowe 1:1

5 900 zł

Program FENIKS - 5 sesji 1:1

7 950 zł

5 sesji 1:1 + ok. 2 mies. mentoringu

1 150 zł

1 sesja indywidualna 1:1

Wybierz formę dopasowaną do swojego celu

Są dwa tory współpracy: pełny proces FENIKS albo pojedyncze sesje skoncentrowane na wybranym obszarze. Program FENIKS zawiera wszystkie 5 opisanych sesji indywidualnych 1:1. Wersję pełną możesz wybrać samodzielnie lub z mentoringiem osobistym trwającym około 2 miesiące (łącznie 9 tygodni). Mentoring rozpoczyna się od pierwszego dnia współpracy: obejmuje 5 tygodni wsparcia w trakcie procesu oraz kolejne 4 tygodnie po jego zakończeniu. Przez cały ten czas pozostaję w stałym kontakcie z uczestnikiem. Każda forma spotkań ma charakter indywidualny 1:1.

01

PROGRAM FENIKS

5 900 zł

- wszystkie 5 sesji indywidualnych 1:1
- około 1,5 godziny każda
- 7 dni odstępu między sesjami
- online lub stacjonarnie
- pełny 5-etapowy proces rozwojowy
- materiały szkoleniowe
- konsultacja w razie wynikających pytań

NAJLEPSZY WYBÓR | 5 SESJI 1:1

02

FENIKS + MENTORING

7 950 zł

- pełny Program FENIKS - wszystkie 5 sesji
- 5 sesji indywidualnych 1:1
- mentoring od pierwszego dnia programu
- 5 tygodni wsparcia podczas procesu
- 4 tygodnie wsparcia po zakończeniu procesu
- stały kontakt z uczestnikiem
- dalsza edukacja i wsparcie we wdrażaniu wiedzy

5 SESJI 1:1 + 9 TYG. MENTORINGU

03

SESJA POJEDYNCZA

1 150 zł

- jedna indywidualna sesja 1:1
- wybierasz konkretny obszar pracy
- około 1,5 godziny
- online lub stacjonarnie
- możliwość kontynuowania kolejnych sesji
- zalecany odstęp: 7 dni

SESJA INDYWIDUALNA 1:1

CZAS SESJI

ok. 1,5 godziny

ODSTĘP

7 dni

FORMA

online / gabinet

Pięć sesji - pięć etapów zmiany



RESET RZECZYWISTOŚCI

(REGRESJA)

Powrót do wcześniejszych doświadczeń związanych z aktualną trudnością. Przyglądamy się sytuacjom, które mogły utrwalić określone reakcje i przekonania. Celem jest nadanie im nowego znaczenia, zwiększenie dystansu do przeszłości i świadome wybranie innego sposobu działania dziś.

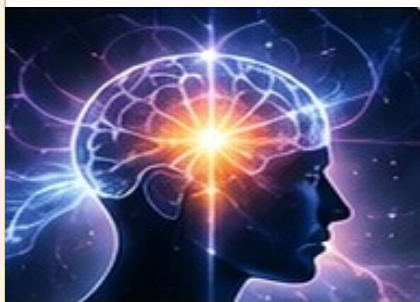
1 150 zł / sesja 1:1



PROJEKTOWANIE NOWEJ RZECZYWISTOŚCI

Budujemy gotowość do korzystnych nawyków i zachowań. Praca koncentruje się na wzmacnianiu motywacji, świadomych wyborów i sposobu działania, który jest spójny z tym, czego naprawdę chcesz dla siebie.

1 150 zł / sesja 1:1



ŚWIADOME KIEROWNICTWO

PODWYŻSZENIE WŁASNEJ WARTOŚCI

Autohipnoza oraz edukacja dotycząca świadomej komunikacji z własną podświadomością. Wzmacniamy wewnętrzny dialog, poczucie sprawczości i własnej wartości oraz uczymy się samodzielnie podtrzymywać korzystne stany.

1 150 zł / sesja 1:1

Utrwalenie i świadome projektowanie przyszłości



SPEŁNIENIE

Wzmocnienie wartości i zasobów wypracowanych w poprzednich etapach. Integrujemy zmianę, wmacniamy poczucie dumy z własnej drogi i uczymy się zauważać realne efekty w codziennym życiu.

1 150 zł / sesja 1:1



PROJEKTOWANIE PRZYSZŁOŚCI

Tworzymy wizję szczęśliwego i satysfakcjonującego życia na kolejne lata. Porządkujemy kierunek, priorytety i obraz przyszłej wersji siebie, aby decyzje podejmowane dziś prowadziły w stronę życia, którego naprawdę chcesz.

1 150 zł / sesja 1:1

Jak odbywają się spotkania?

CZAS TRWANIA

około 1,5 godziny

ODSTĘP MIĘDZY SESJAMI

7 dni

ONLINE

indywidualne spotkanie 1:1

STACJONARNIE

indywidualnie 1:1 w gabinecie

Zacznij od właściwej drogi

Jeśli chcesz przejść pełny proces - Program FENIKS obejmuje wszystkie 5 sesji indywidualnych 1:1. Jeśli chcesz skupić się na jednym konkretnym obszarze - wybierz pojedynczą sesję 1:1. Wariant z mentoringiem zawiera pełny program oraz około 2 miesiące wsparcia (łącznie 9 tygodni). Mentoring rozpoczyna się od pierwszego dnia współpracy, trwa przez 5 tygodni procesu i jest kontynuowany przez kolejne 4 tygodnie po jego zakończeniu. Przez cały ten czas pozostaję w stałym kontakcie z uczestnikami, wspierając go w dalszej edukacji i stosowaniu zdobytej wiedzy w codziennym życiu.



PROGRAM FENIKS - 5 SESJI 1:1

5 900 zł

FENIKS - 5 SESJI 1:1 + 9 TYG. MENTORINGU

7 950 zł

POJEDYNCZA SESJA 1:1

1 150 zł

Kontakt i rezerwacja

E-MAIL

ali@mindsoulhealer.pl

TELEFON

+48 793 397 392

GABINET

ul. Sikorskiego 127b

05-420 Józefów

WAŻNE

Program ma charakter rozwojowy i edukacyjny. Nie zastępuje psychoterapii ani pomocy medycznej.