

Bireysel Farkındalık ile Değişim ve Gelişim (ONLINE)



Genel Bilgiler

Kontenjan	30
Ücret	3600,00 TL
Eğitmen	Beral Fişekçi
Eğitim Kategorisi	Hayat,Hayat Dışı

Eğitimin Amacı

İnsan, ancak kendi düşünce, duygu ve bedenini fark etmeyi başardığı zaman iş ve özel hayatında çok daha verimli ve bilinçli bir performans sergiler. İnsanın kendini fark etmesini zorlaştıran; saklama, suçluluk, inkâr, yargılama ve benzeri mekanizmaları öğrenmiş zihin kalıplarıdır. Bu kalıplara ihtiyacı olan ve bir yandan onları kullanarak kendiliğini ortaya koyan insanın, kendini zihinsel duvardan ibaret zannetmeye başlaması bir yandan da kendi özüne yabancılaşmasını doğurur.

Zihinsel kalıplar anne, baba, atalar ve çevre etkileriyle oluşmuş, yaşam içinde çeşitli oranlarda derinleşmiş ve kişinin kendisiyle ilgili esas özelliklerini örtecek kadar kalınlaşmış duvarlar olabilir.

Farkındalık, kişinin gelişimini ve değişimini engelleyen bu zihinsel duvarını açığa çıkaran, kişinin bilinçlenmesini sağlayan, hayat içindeki tüm oluşumları görmeyi, idrak etmeyi, farklı bakış açılarıyla anlamayı sağlayan büyük bir adımdır. Yaşanan her anın bir sonuç olduğu gerçeğiyle sonucu yaratan sebepleri görmeyi sağlayan ve yaşadığımız hayatta herkesin ve her şeyin enerji olduğu bilgisinin yaşamımıza nasıl yansıdığını, nasıl bir işleyişle deneyime dönüştüğünü kavrama becerisini yapılandıran bir güçtür.

Bu programın amacı;

Katılımcıların kendi yaşamlarını sorgulamalarını sağlamak, kendilerini fark etmelerini sağlamak için konu hakkında bilgi vermek ve bazı uygulamalarla pratiğe dönüşmesini sağlamaktır.

Eğitimin Hedef Kitlesi

Kendini fark etmenin yaşamın her alanında daha iyi performans sağlayacak kadar önemli olduğunu düşünen ve bu alanda yeni bilgiler öğrenmek isteyen herkes.

✚ Eğitim İçeriği

Dünya deđiřiyor, bugünlerde ne yařıyoruz?
Değişim gerekli mi? Neden bu kadar zor?

Farkındalığa odaklanmak neden her zamankinden daha önemli?
Farkındalık nedir? Nasıl gelişir?
Ben denen varlık

Kendiliđim ve kendimi var etme boyutlarını

Zihin stratejilerim

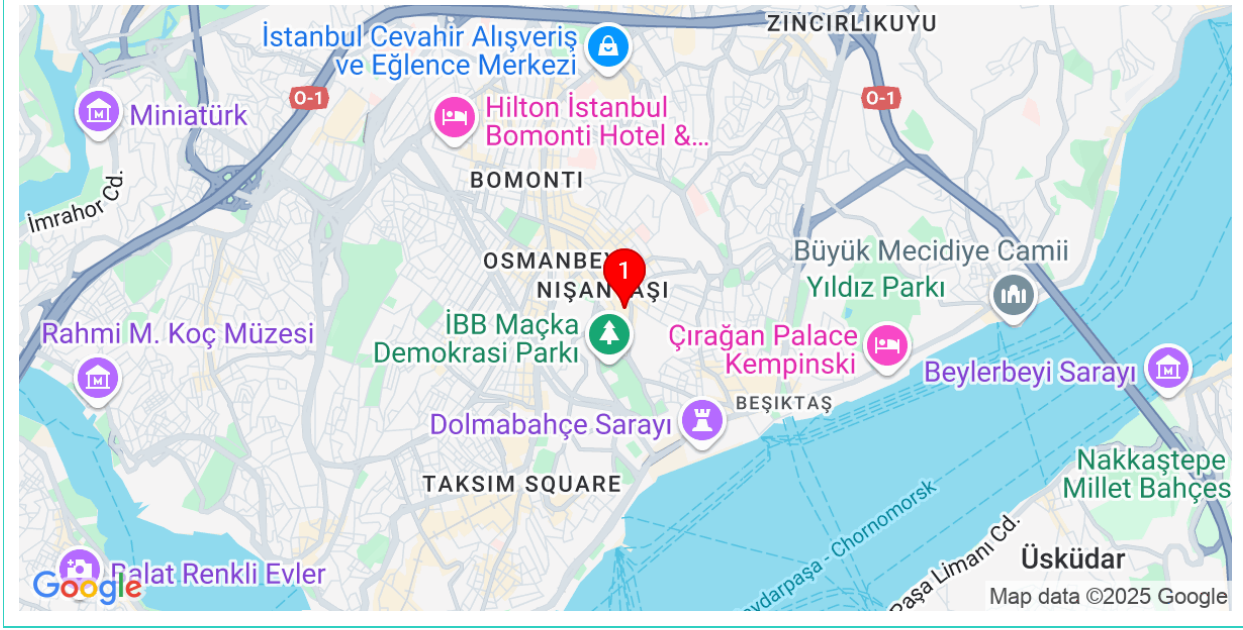
Kiřiliđi oluřturan tiyolojiiler

Aile ilişkili negatif düşünce kalıplarını
Meditasyon

Eğitim Takvimi

Tarih	Mekan
11 Őubat 2025 Salı 09:30<>11 Őubat 2025 Salı 12:30	Kırmızı Salon
12 Őubat 2025 arŐamba 09:30<>12 Őubat 2025 arŐamba 12:30	Belirsiz

📍 SALON : Kırmızı Salon



📍 SALON : Belirsiz

