

*Haluatko vihdoinkin onnistua tavoitteidesi toteuttamisessa?
Pelkäätkö, että unelmasi jäävät vain unelmiksi?
Etsitkö unelmaasi, jonka toteuttamisen eteen kannattaa ponnistella?
Haluatko löytää aidon yhteyden itseesi, ja elää merkityksellistä elämää?*



Kuva: Tarja Repo

Tiesitkö, että suurin osa unelmista ei toteudu siksi, että...

- Et saa kosketusta itseesi, etkä tiedä, mitä oikeasti haluat.
- Sinulta puuttuu selkeä suunnitelma, etkä löydä sinulle aidosti oikeita välitavoitteita.
- Et ole löytänyt sinulle sopivia työskentelymenetelmiä.
- Negatiivinen sisäinen puhe ja ikävät tunnetilat heikentävät motivaatiotasi.
- Et tee itsellesi merkityksellisiä asioita tai toteutat jonkun toisen unelmia.
- Haluat jotakin, joka ei ole sopusoinnussa ydinminäsi kanssa.
- Oma sitoutuminen puuttuu
- Yhteisön tuki puuttuu

Toteutuvien Tavoitteiden Tehopäivä - koskettaa kokonaisvaltaisesti!

- Teet konkreettisen aarrekartan, joka kertoo ydinminäsi todellisista toiveista.
- Löydät toimivan, käytännöllisen ja motivoivan, aidosta itsestäsi esiin nousevan *Tavoitteiden Toteuttamisen Tien* syvävalmennusmenetelmien avulla.
- Saat käyttöösi *Toteutuvien Toiveiden Työkalupakin*.
- Otat tavoitteidesi tueksi *Tietoisten Tunteiden* mahtavan voiman.
- Syvennät sydäntietoista yhteyttä itseesi ja muihin ihmisiin.
- Aloitat sisäisen ja sitoutuneen muutosmatkan kohti toteutuneita unelmia.

Miksi tämä kurssi on erilainen kuin muut tavoitetyöskentelyn menetelmät?

Suurin osa tavoitetyöskentelyn menetelmistä keskittyy yksittäisiin tekniikoihin ja helppoihin pikaratkaisuihin. Kurssin jälkeen fiilis on mahtava, mutta mitä tapahtuu, kun arki koittaa? Sitoutuminen saattaa unohtua ja mieltä vaivaavat kaikenlaiset epäilykset. Omat tavoitteet ja unelmat jäävät helposti muiden asioiden varjoon. Tästä seuraa epäonnistumisen tunteita, negatiivisuuden kierrettä ja tyytymättömyyttä itsen ja omaan elämään.

***Meidän lähestymistapamme on: Sinä itse olet paras menetelmäsi!
Me autamme sinua vahvistamaan yhteyttä todelliseen itseesi, tunnistamaan tavoitteesi, toiveesi, tunteesi ja sinulle sopivat työskentelytavat. Kun työskentelet omasta merkityksestäsi käsin, et voi kulkea harhaan, etkä myöskään menetä motivaatiotasi. Siksi tietoisuus jokaisen omasta ydinminästä on Toteutuvien Tavoitteiden Tehopäivän kantava voima.***

Jokaisella on oma henkilökohtainen tapa olla yhteydessä itsen. Kutsumme sitä **sydäntietoisuudeksi**. Autamme sinua löytämään sinulle ainutlaatuisen tavan, joilla olet syvässä yhteydessä aitoon itseesi, johon voit aina palata ja jonka avulla toteutat sydämesi toiveet. Siirtymällä sydäntietoisuuden luovaan tilaan annat unelmillesi luvan tulla näkyviksi.

Sydäntietoisuudesta käsin luot **aarrekartan** omille tavoitteillesi. Sen avulla opit suunnistamaan sisäisessä sielunmaisemassasi sekä tavoitteidesi tunnistamisessa ja toteuttamisessa. Kartasta käsin voit arvioida yhteyttäsi toisiin ihmisiin, tunnistaa itsellesi merkityksellisiä asioita ja sitä, tuotko merkitystä muille ja itsellesi sillä mitä teet.

Tämän jälkeen otamme käyttöön **ratkaisukeskeiset syvävalmennusmenetelmät**. Aloitamme matkanteon lopusta alkuun, sillä se tuo esiin parhaan mahdollisen lopputuloksen. Ohjatun valmennuksen avulla luot itsellesi **Tavoitteiden Toteuttamisen Tien** ja selkeytät sen erilaiset välietapit. Tarvitset lisäksi järkeviä ja käytännöllisiä työkaluja. Kurssin sisältämästä **Toteutuvien Tavoitteiden Työkalupakista** löydät kokeilemalla, järjellä, tunteella ja intuitiolla sinulle sopivat työskentelymenetelmät ja niiden yhdistelmät.

Tietoisissa tunteissa piilee unelmien todeksi tekemisen alkuvoima! Pääset ottamaan tämän kallisarvoisen lahjan käyttösi parantavien värien avulla – **taideterapialla**. Maalaaminen puhdistaa tunteita ja tuo alitajunnan kuonaa tiedostettavaksi. – Ja sinun ei tarvitse ns. ”osata maalata”! Maalausprosessi päättyy tavoitteidesi toteutumista tukevien voimaannuttavien sisäisten tunteiden löytämiseen.

Lopuksi palamme **yhdessä jakamisen voimaan**, kannustukseen ja tukeen, jota voimme antaa toinen toisillemme kurssilla ja kurssin jälkeen.

***Haluatko elää todeksi unelmasi, toiveesi ja tavoitteesi?
Haluatko kasvaa ja kehittyä ihmisenä omien tavoitteidesi myötä?
Haluatko sanoa Itsellesi – KYLLÄ?***

Toteutuvien Tavoitteiden Tehopäivä - Sydämellisesti Sinulle!

Aika:	la. 25.11 klo. 10 - 19
Paikka:	Tunnekeskus Lumpeenkukka, Tammelan puistokatu 26 - 28
Kouluttajat:	Elina Akola, FM, HSP – Coach, Aikuispedagogi Tarja Repo, taideterapeutti, työnohjaaja, luontaishoitaja,
Ilmoittautuminen:	17.11 mennessä, elina.akola@gmail.com
Hinta:	130 €, max. 12 osallistujaa
Yhteydenotot:	elina.akola@gmail.com
Verkkosivut:	www.erityisherikka.fi www.lumpeenkukka.fi