



AGNIESZKA ZIEMBIŃSKA

zaprasza na WARSZTATY z cyklu
PSYCHOLOGIA



WARSZTAT O WYBACZANIU

Czy ktoś Cię skrzywdził? Jak się czujesz? Wybaczyłeś? Czy nadal po latach trzymasz tę urazę w sercu i się mścisz? Jak myślisz, dokąd taka postawa może zaprowadzić? Czy kieruje Cie wtedy szczęście, czy nie? Czy taka postawą karzesz tą osobę, czy siebie? Paradoks polega na tym, że pielęgnując urazę i żal, ten stan umysłu zatruwa nas jak trucizna, dotyka naszych uczuć i ciała, niszczy nas. Na tym warsztacie chciałabym podać Ci parę sposobów radzenia sobie z tymi trudnymi dla nas emocjami, tak żeby je przetransformować i z podwyższoną wibracją i miłością iść dalej w świat. Nie dźwigając tej osoby w nas, uwalniając się od niej i wyciągając lekcję z tego doświadczenia. Czego ta osoba nauczyła mnie o sobie, o moim stosunku do samego siebie, o moich przekonaniach na swój temat. Bądź tej osobie za to wdzięczny, potraktuj ją jak swojego uzdrowiciela i idź dalej w życie, bogatszy o to doświadczenie.

*serdecznie zapraszam
Agnieszka Ziemińska*

INFORMACJE I ZAPISY:

Agnieszka Ziemińska – trener, terapeutka Gestalt. Absolwentka psychologii Uniwersytetu Łódzkiego. Prowadzi szkolenia z zakresu komunikacji interpersonalnej, asertywności, pracy zespołowej, kreatywności, relaksacji. Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy psychologa, trenera, psychoterapeutki. Prowadząc szkolenia zwraca dużą uwagę na indywidualne podejście do uczestników, dba o to aby mieli optymalną przestrzeń do nauki i rozwoju. Inspiruje ją terapia behawioralno-poznawcza oraz systemowa, terapia Gestalt, ustawienia wg Berta Hellingera. Z natury jest wiecznym wędrowcem, podróżnikiem, artystką życia. Zwiedziła Indie, Nepal, Bhutan i niemal całą Europę, ale miejscem, do którego zawsze wraca jest Łódź. Więcej informacji o Agnieszce znajdziesz na jej stronie: www.spelnionemarzenia.pl

PSYCHOLOGIA

PSYCHOLOGIA

