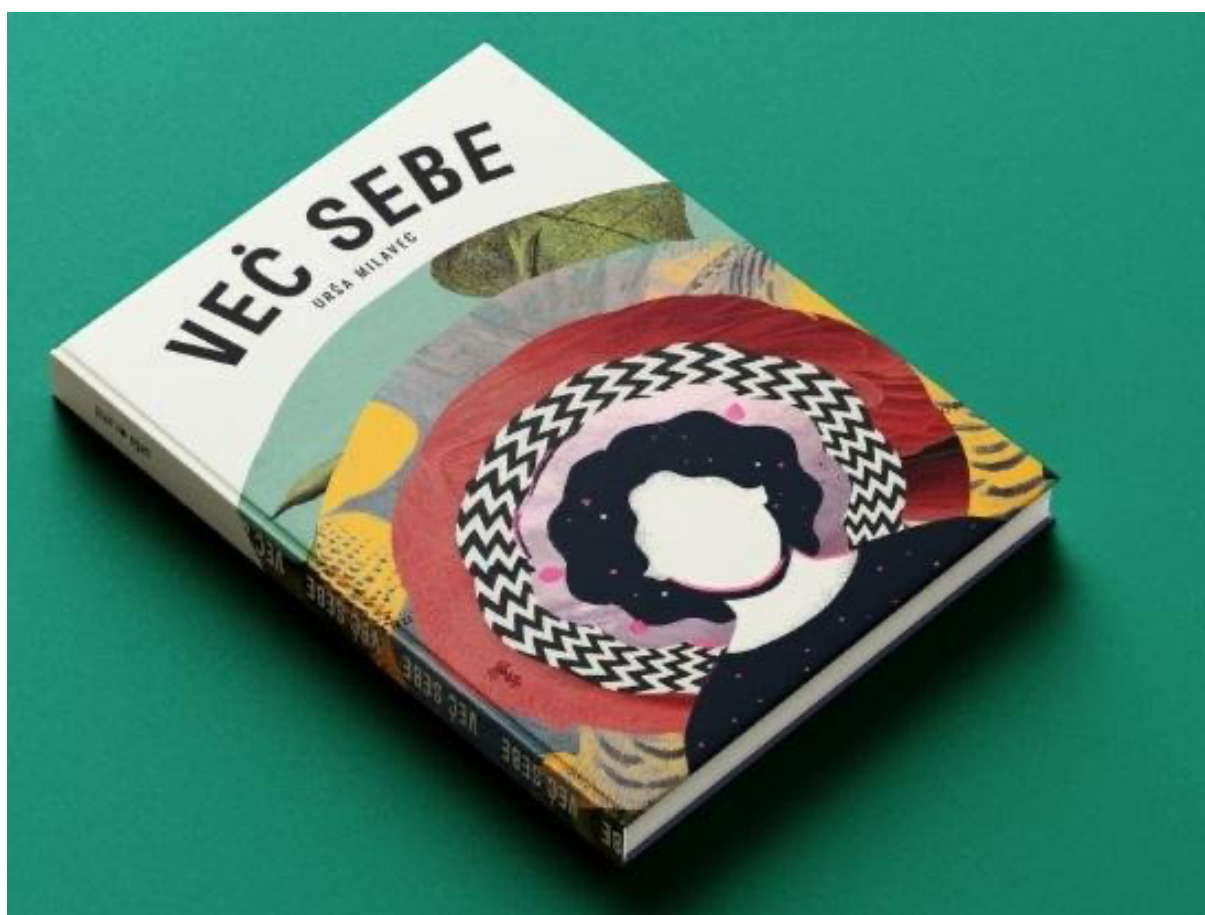


Več sebe: Knjiga, ki vas bo popeljala skozi telesni, duhovni in miselni vidik soočanja z izzivi

27. 11. 2023



Urša Milavec, vodja Master Change Traininga, predstavlja zbirko Več sebe, ki jo sestavljajo knjiga/priročnik, dnevnik in zbirka coaching kartončkov. Zbirka vam pomaga pri iskanju notranjega miru in ravnovesja, doseganju ciljev, izkoristku vašega potenciala in izboljševanju vseh vidikov vaše zasebne in poslovne poti. Gre

za ekskluzivni trojček, ki vsak na svojstven način ponuja izhodišča, temelje in smernice, kje in kako se lotiti svoje poti k ravnovesju in izboljševanju sebe, ne glede na kateri ravni osebne rasti se nahajate v tem trenutku.

O KNJIGI VEČ SEBE

Knjiga vas bo popeljala skozi telesni, duhovni in miselni vidik soočanja z izzivi, k izboljševanju sebe in spoznavanju svoje prave narave in možnosti, kjer se lahko še bolj spoznate in ustvarjate okolje, v katerem boste lažje ohranjali ravnovesje, zadovoljstvo, mir in zdravje.

Nekatera poglavja bodo praktična, druga teoretična. Pogledi so različni: vzeti so iz zenovske tradicije, starodavnih naukov budizma in krščanstva, feng šuja kot tudi sodobnih coaching orodij, poznavanja telesne fiziologije ter modrosti indijskih jogijev, vizionarjev ter mojstrov osebne samorealizacije.

Kot ste verjetno že zaslutili, bo to neobičajna knjiga, polna različnih pogledov v razsežnosti življenja, ki so očem nevidne, povzetih iz starodavnih znanj največjih mojstrov duhovnega razvoja človeštva. Za nadaljnje raziskovanje in poglobljanje bodo na koncu knjige navedeni priporočljivi viri.

O DNEVNIKU VEČ SEBE

Na straneh tega čudovitega dnevnika boste našli navdihujoča orodja, koncepte, vaje, vprašanja in citate, ki vam bodo služili kot navdih in pomoč pri načrtovanju in beleženju svoje poti k ravnovesju in več sebe. Dnevnik je tudi primerno darilo za ljubitelje dnevnikov in vseživljenjskega učenja ter prebiranja navdihujočih misli, citatov in konceptov.



O ZBIRKI 50 COACHING KARTONČKOV VEČ SEBE

Gre za zbirko poglobljenih coaching vprašanj, ki je koristno orodje tako za posameznike, coache in mentorje kot tudi za tiste, ki se profesionalno ukvarjate z vodenjem ljudi in mehкими veščinami. Zbirka coaching kartončkov ponuja temeljna coaching vprašanja, ki vam pomagajo pri iskanju in izboljševanju poti k ravnovesju tako v zasebnem kot poslovnem življenju.



Delo s pomočjo vprašanj izhaja iz premise, da ste sami največji strokovnjak za svoje življenje in imate vse rešitve in vire že v sebi. Coaching kartončki z vprašanji vam samo pomagajo držati fokus, širiti perspektivo ter zgraditi koncept rešitve.

Pomembno pa je, da je cel proces za vas zanimiv in motivirajoč in, da na vprašanja ne le samo odgovorite temveč odgovore proaktivno aplicirate v vaše življenje.

Lahko uporabite kartonček, ki ga naključno potegnete ali pa prelistate vse in izberete tistega, ki vam ponuja najprimernejša vprašanja za področje, ki ga želite izboljšati.