

a női önazonosság útján

Ott, ahol a lelked megpihen



*vissza,*  
**HOZZÁM**



[WWW.VISSZAHOZZAM.HU](http://WWW.VISSZAHOZZAM.HU)

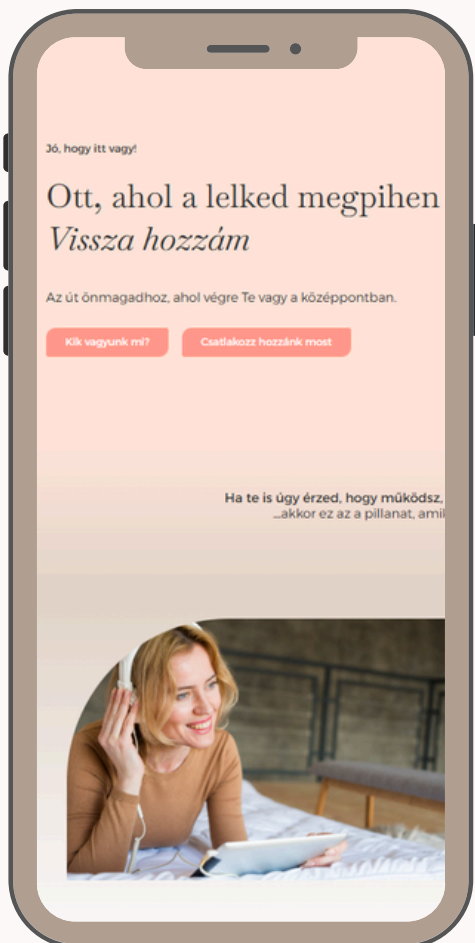
## A kurzus nem maga az önismereti út, hanem annak a nulladik mérföldköve

Egy fontos pont, ahonnan elindulhatsz, hogy lehetőség nyíljon újra kapcsolódni önmagadhoz. Tudást ad, amely nemcsak információ, hanem ráhangolódás is: segít megérteni önmagad, nőként.

Pszichológiai alapokon nyugvó témákat járhatsz körbe a saját tempódban a női nézőpontot szem előtt tartva hiteles, elismert szakemberek segítségével, akik érthetően és nagyfokú érzékenységgel mutatják meg, hogyan működik a női lélek.



**A cél az, hogy tisztábban lásd, mi zajlik benned:** észrevedd, ami eddig talán rejtve volt, figyelj az ismétlődő családi mintáidra és felismerd az életedben vissza-visszatérő lelki mozzanatok. Mindezt a saját tempódban egy biztonságot, lelassulást és megnyugvást adó térben teheted meg.



A kurzus már önmaga lelassításra, fókuszálásra és befelé figyelésre készített.

A Vissza hozzám egy finom emlékeztető: eszedbe juttatja mindazt, amit a lelked már régóta érez, csak te nem hallod meg a mindennapok rohanásában – énidőt teremt számodra, amelyben az értékes megélések segítenek hazatalálni önmagad-hoz.



A kurzus gyakorlati eszközöket is kínál – például mindfulnessalapú technikákat –, amelyek támogatnak abban, hogy az itt megszerzett tudást a mindennapjaid részévé tedd.

Mindez nem helyettesíti a szakemberek által vezetett egyéni vagy csoportos önismereti munkát, de iránytűként szolgál, hogy jobban értsd önmagad és tisztábban lásd, merre érdemes továbblépned **a saját belső utadon.**



**Kattints!**

**megnézem a videót**

