

Moje zaproszenie do współpracy 1:1

Pakiet 4 spotkań: Powrót do bazy 4x60 minut | 777 zł

Dla kobiet, które:

- chcą wejść głębiej w rozumienie siebie
- chcą uczyć się odróżniać, co jest „moje”, a co „nie moje”
- chcą pracować z przekonaniami, emocjami i ciałem
- potrzebują kilku spotkań, by się osadzić, uporządkować
- poczuć grunt pod nogami, namierzyć własny ster.

W pakiecie:

- regularne spotkania online (Teams lub Messenger)
- stopniowe rozpoznawanie schematów i mechanizmów
- nauka bycia z emocjami i ich rozumienia
- elementy pracy z ciałem i uważnością somatyczną
- wsparcie w odzyskiwaniu kontaktu ze sobą

Pakiet może zamknąć mały, konkretny proces, ale nie jest obietnicą „zamknięcia wszystkiego”.

Jest powrotem do bazy i punktem wyjścia do dalszych decyzji o kontynuacji współpracy lub samodzielnej pracy.

Warunki:

- pakiet realizowany jest w ciągu maksymalnie 8 tygodni
- przerwa między spotkaniami nie dłużej niż 2 tygodnie