

Ferment „Familiaris”



Zapraszamy na cykliczne spotkania treningowe wszystkich młodych - szczęśliwych i spełnionych, pogubionych i zatroskanych, poszukujących i otwartych na nowe... spotkania będą miały formę treningu, którego nazwa jest Ferment.

Trening odbywać się będą z reguły w 4. środę miesiąca i według programu:

"Zrób Ferment - praktyczny kurs odkrywania chrześcijańskiego potencjału dla mało zainteresowanych / Mach Revolution - ein praktischer kurs, um christliches Potential für wenig interessierte zu erkunden (M. Wilkosz, P. Zając, Hanower 2021)".

Trening prowadzi trener: Piotr Loos.

Zachęcamy do spotkań lokalnych offline i wspólnego włączanie się online.

Kompletny trening obejmuje trzy bloki tematyczne:

Pokochaj siebie...,

...a pokochasz innych,

...i wyrastając poznasz Boga.

Zalecamy udział we wszystkich spotkaniach, jednak nie są one obowiązkowe.





Można wybrać tematy według swoich potrzeb i zainteresowań. Nic na siłę, nic dla kogoś, nic po coś...Wszystko natomiast dla siebie, ...wszystko po prostu, ... wszystko w wolności.

Trening ma być użyteczny i służyć ma rozwojowi osobistemu, poszukiwaniu siebie, kształceniu umiejętności wyrażania swoich emocji, budowania relacji, radzeniu sobie z trudnościami, ale przede wszystkim ma to być forma dobrze spędzonego czasu. Czasu mamy tak mało ceniśmy go i wykorzystujemy każdą minutę na robienie czego sensownego.

Zapraszamy Was do udziału w spotkaniach treningowych.

Zostańcie kreatorami swojej przyszłości w poczucia świadomego przeżywania swojej młodości na 100%. Zawsze jest dobry czas by zacząć ...

Terminy treningów w 2022:

-  28.09.2022 – Jakie wszechświaty drzemią we mnie cicho?
-  26.10.2022 – Poznawanie i uświadomienie sobie zasobów osobistych.
-  30.11.2022 – Konieczne, możliwe, obojętne – nazywanie i porządkowanie potrzeb.
-  28.12.2022 – Wychodząc z władzy cierni – sztuka obchodzenia się ze zranieniami.

Program Treningowy:

Część I Pokochaj siebie

Jakie wszechświaty drzemią we mnie cicho?

Poznawanie i uświadomienie sobie zasobów osobistych.

Konieczne, możliwe, obojętne - nazywanie i porządkowanie potrzeb.

Wychodząc z władzy cierni - sztuka obchodzenia się ze zranieniami.

Pomniejszenie oczu strachom - od nazywania do kontroli lęku.

Język giętki i myśląca głowa 0 praca z emocjami w wrażaniu siebie.

Umysł ponad nastrojem - poznawanie i kontrola nastroju.

Jak powiedzieć dość ! - granice stawiane w relacjach.

Część II ... A Pokochasz innych

... żeby mnie polubili - proste reguły bycia wśród ludzi.

Kiedy lew nie pożre zającą? - jak przeciwstawić się łamaniu granic.

Zapomnieć przed grobową deskę - praca nad przebaczeniem w rozwoju osobistym.

Wyjść na swoje, by drug i nie stracił - małe warsztaty w poszukiwaniu porozumienia.

Jak do badać się z Parentsami? - kilka praktycznych ścieżek komunikacyjnych.

JAK Cię widzą, tak niech nie piszą! - stereotypowe myśleli , ujawnianie, przepracowywanie

Część III ... i Wzrastając poznasz Boga

Niewyczerpana sakiewka wartości - odkrywanie pluralizmu, nazywanie i doświadczanie / realizowanie wartości.

Życie jest jak dzieło sztuki - trening twórczego myślenia i działania.

I jak tam ma się Kuba? - A w porównaniu z czym? - prawdziwa asertywność i karykatury.

Euforia poniedziałkowego świtu - ćwiczenia w motywowaniu samego siebie.

Chcieć znaczy móc!/techniki osiągnięcia celów.

Ujarmienie sytuacji 0 ćwiczenia w niepoddawaniu się złym warunkom.

Usiądź, zanim upadniesz - o carisis management.



FERMENT
"DRYFTU MŁODYCH"
PRAKTYCZNY KURS ODKRYWANIA
CHRZEŚCIJAŃSKIEGO POTENCJAŁU
DLA MAŁO ZAINTERESOWANYCH

OFFLINE

ONLINE

CZAS: 20.00 – 21.30

ZOOM MEETING-ID:

760 591 1314

KENNCODE: 783540

TERMINY: 4. ŚRODA MIESIĄCA

TRENER: PIOTR LOOSE