

ECCOMI QUA CON LA MIA PROPOSTA :

ATTENZIONE SCADE LUNEDI 29 MARZO ALLE ORE 23.59!!



CORSO DI CRESCITA PERSONALE ON LINE

TITOLO DEL CORSO:

CONOSCI TE STESSA E VIVI APPIENO

Ogni autentico rinnovamento inizia da qui, da te

Credo che anche tu, spesso, ti dica e ti chieda:

Come posso fare per sentirmi più soddisfatta di me stessa e della mia vita?

Perché mi sento poco considerata da chi mi circonda?

Mi sembra che gli altri stiano sempre meglio di come stia io

Perché sento sempre il bisogno di sentirmi compresa e considerata?

Penso spesso che gli altri siano più capaci di me

Come posso vivere felice?

Quale è lo Scopo di questo nostro vivere?

Solo doveri e fatica, è davvero solo così?

Per quale motivo siamo qui: solo per mangiare, dormire, lavorare e avere qualche relazione più o meno soddisfacente?

Vorrei tutta un'altra vita!

Sono domande che solitamente tutti ci poniamo, chi prima chi dopo.

E tutti, all'inizio, sicuramente ce le poniamo in modo poco chiaro e per nulla consapevole.

Ma queste domande interiori favoriscono **l'ascolto di quella vocina** che c'è dentro di noi da sempre e che è disponibile ad accompagnarci nella nostra vita.

Ma quando iniziamo ad interrogarci, a comprendere che vorremo tutta un'altra vita o almeno cambiarla in qualche suo aspetto?



Quando un bel giorno osservi e senti che:

- qualcosa non ti soddisfa
- oppure vivi un momento difficile e ti chiedi il senso di quello che ti sta succedendo
- oppure quando 'senti' che le diverse situazioni ti incitano a procedere, ad evolvere per un passo in avanti ancora, anche se ne hai già fatti tanti.

Benvenuta nel Cammino più bello e gioioso, quello del cambiamento, dell'evoluzione, della vita!

Questo è il Senso della vita:

il Cammino di crescita, di evoluzione.

Siamo qui per **imparare ad amare**, per fare esperienze che ci permettano di evolvere sempre di più. Per togliere il velo della **felicità** e viverla appieno, perché essa è dentro di noi.

La felicità è un modo di Essere, non di avere!

La vita è il Cammino.

E la felicità stessa è il Cammino!

Proprio per accompagnare anche te e me (sì, accompagnando te, cresco continuamente anch'io!) nel Cammino di Crescita, sono qui **con il mio Corso on line inedito di crescita personale, dal titolo:**

CONOSCI TE STESSA E VIVI APPIENO

Ogni autentico rinnovamento inizia da qui, da te

Esso è completamente diverso ed originale rispetto a quelli che vengono comunemente proposti, sulla crescita personale o comunque su questo tema.

Di solito si usano metodologie solo legate a farti apprendere alcune tecniche e dove si tende a gridare ed a giudicare, pensando di stimolarti al cambiamento.

Oppure sono corsi che ti insegnano alcune tecniche perché tu possa imparare a piacerti, con alcune pratiche o esercizi.

Ma imparare ad amarti, poter intessere buone e sane relazioni di coppia o amicali, trovare il Senso della tua esistenza su questo piano di realtà, richiede ben altro che simpatiche tecniche!

Quelle metodologie al massimo portano solo ad un cambiamento momentaneo e di facciata.

Desidero dunque informarti subito:

se cerchi quella tipologia di Corso, non è nel mio stile, mi spiace.

Il mio valore aggiunto invece è dato dal fatto che oltre ad essere life coach, mi sono formata prima anche come psicologa e psicoterapeuta, professione che continuo ad esercitare nel mio studio. E così ho potuto ideare ed intrecciare un metodo efficace.

Con il mio metodo, rispettoso dei tuoi tempi e delle tue caratteristiche, intendo stimolare i tuoi **CLICK interiori**, si sono proprio le tue intuizioni (che io chiamo click) che ti permetteranno di evolvere, non le tecniche fine a loro stesse.

Intendo quindi, **attraverso contenuti** desunti dalle **più recenti neuroscienze** ed **attività-esperienze ideate con creatività utilizzando fogli-di lavoro (proprio come bisturi di un neuro-chirurgo!)**, accompagnare il tuo progresso nella vita quotidiana, per vivere una vita appagante e piena di Senso, nella sua concretezza.

Ed è da qui poi che emergeranno le tue **intuizioni e i tuoi veri e profondi cambiamenti**, sbloccando la tua vita da situazioni non più consone a te.

Infatti chi segue i miei corsi poi fa sogni significativi, vede ciò che fino ad ora nemmeno guardava, percepisce una guida interiore che la fa procedere in sicurezza nel suo cammino.

E da tutte queste semplici esperienze hai poi le intuizioni necessarie per apportare spontanei e facili cambiamenti.

Nessun sforzo, nessuna imposizione, nessuna brusca virata.

Un passo alla volta!

Scoprirai quanta gioia c'è dentro di te, basta liberarla e viverla in semplicità e nella tua quotidianità.

Nella mia esperienza, nel mio studio e nei corsi di crescita personale che ho condotto, ho accompagnato ormai centinaia e centinaia di persone nel loro Cammino di vita e ho gioito con loro, ad ogni passo conquistato!

Sarei felice di poterlo fare anche con te!

Non si finisce mai di procedere, la vita E' IL CAMMINO!

ECCO I CONTENUTI E L'ORGANIZZAZIONE DEL CORSO DI CRESCITA PERSONALE A CURA DI:

dr.ssa Manuela Rugolotto, psicologa-psicoterapeuta, life coach per la crescita personale
sociologa, mediatore familiare, esperta in sessuologia

COSA POTRAI RAGGIUNGERE SEGUENDO QUESTO CORSO DI CRESCITA PERSONALE:

1. potrai riconoscere le tue radici ed essere benevola con loro
2. potrai essere maggiormente consapevole di chi Sei e della tua vita
3. potrai imparare a liberarti da un'idea di te che ti sei costruita
4. potrai aumentare la tua autostima
5. potrai comprendere che sei molto di più di quello che hai creduto di essere finora
6. potrai costruire relazioni più serene, incontrare le persone consone a te (partner o amiche/i)
7. potrai darti obiettivi nuovi ed entusiasmanti

QUALE MATERIALE TROVERAI IN QUESTO CORSO?

5 moduli, ciascuno composto da:

- a. **Video**
- b. **slide** per fissare i contenuti presentati nel video, secondo i tuoi tempi, potendo anche sottolineare i punti per te più importanti
- c. **fogli-di lavoro**: da stampare e utilizzare secondo le indicazioni. Questi ti propongono un lavoro personale e di approfondimento fondamentale per la tua evoluzione.

CONTENUTI:

modulo di introduzione: per spiegare in cosa consiste il corso, modalità di utilizzo.

1° modulo 'CHI SONO':

- La tua nascita e ancor prima
- Le prime impronte
- Qualità e limiti
- Sei molto di più di quello che credi di essere o che ti hanno fatto credere

2° modulo: 'NON ABBIAMO UNA SOLA INFANZIA': QUANTO LA NOSTRA STORIA DI VITA CI PUO' CONDIZIONARE?

Come mai ne ricordiamo solo quella di un tipo?

Per divenire adulti e poter costruire una vita che desideriamo e poter reagire alle difficoltà che normalmente il vivere comporta, è necessario aver accolto e aver fatto pace:

- con la bambina che siamo stati e che abbiamo percepito di essere stati
- con le nostre percezioni rispetto alle nostre esperienze dell'infanzia
- e con i nostri genitori, che hanno fatto il meglio che erano allora in grado di fare. Anche se noi non sempre lo comprendiamo

3° modulo dal titolo: GUARDATI DENTRO PER BRILLARE FUORI

- osserva e riconosci che hai infinite potenzialità
- osserva come e perché puoi aver bloccato e continui a bloccare le tue potenzialità

4° modulo: MA TU CHI SEI DAVVERO?

- Corpo, mente/cervello ed anima sono imprescindibilmente correlati
- Il nostro 'sentire', le nostre emozioni, influenzano le nostre decisioni, i nostri pensieri, la nostra biochimica del corpo, le risposte del sistema immunitario, persino lo sviluppo del nostro cervello quando siamo piccoli e la neuroplasticità del sistema finché siamo vivi
- Forse possiamo immaginare **l'anima come il punto di incontro tra mente (le connessioni neuronali: pensieri, aspetti emotivi, credenze e convinzioni), cervello e corpo!?**

(Dr.ssa Erica Poli psichiatra e psicoterapeuta)

5° modulo: E ora chi hai DECISO DI ESSERE o chi hai SCOPERTO DI ESSERE?

- Quando tu avrai deciso chi Essere e avrai riconosciuto chi Sei, ogni cosa arriverà di conseguenza
- cambi tu e cambia tutto ciò che ti circonda! Non è magia, è trasformazione, è co-creazione, grazie al tuo modo nuovo di porti e di relazionarti, con te, con gli altri, con l'ambiente/contesto di vita.

IL MIO METODO 'Dalle radici ai frutti':

non si può vivere la propria felicità, che scaturisce sempre e solo da dentro di noi, e non possiamo cambiare la propria situazione e ciò che ci circonda, se non conosciamo ed accettiamo prima di tutto noi stessi, dal profondo, dalle radici: accogliendoci per come siamo ed amandoci così, con tutte le nostre attuali caratteristiche.

Nessuna lotta, nessuna critica rispetto a noi e agli altri, nessuna condanna, nessun desiderio di cambiare gli altri.

Solo la disponibilità ad aprirci per far fluire la 'linfa di gioia' che tutti siamo e che tutti abbiamo dentro di noi, ma spetta a noi farla emergere, gustare, nutrire, espandere!

COME USUFRUIRE DI QUESTO CORSO, IN MODO CHE SIA EFFICACE:

- E' fondamentale seguire il corso partendo dal 1° modulo COMPLETO DI VIDEO, SLIDE E FOGLI-LAVORO e poi via di seguito
- Ti suggerisco di seguire ogni modulo prendendoti il tempo necessario per te, senza essere disturbata
- Ti suggerisco di non aver fretta di passare da un modulo all'altro: lascia piuttosto un tempo tra un modulo e l'altro, in modo che quello già seguito si possa decantare adeguatamente e soprattutto stimolarti dal profondo per i tuoi insight (intuizioni) che io chiamo click. Vedrai che farai sogni che avranno un significato o un messaggio

per te, osserverai ciò che fino ad ora non avevi mai visto, percepirai messaggi e sperimenterai intuizioni e tutto questo ti farà fare un 'passo' in avanti nel tuo Cammino di crescita.

- Non necessariamente però essi arriveranno subito, arriveranno quando sarai pronta ad accoglierli, a comprenderli
E senza fatica e senza renderti conto, apporterai dei cambiamenti nel tuo modo di Essere e di fare e quindi anche nel tuo ambiente di vita. Cambiando tu, cambia anche tutto ciò che ti circonda, in bene.



RISORSA IN PIU'

Alla fine, completato il percorso, se lo desideri potrai condividere con me, con una mail a percorsi@manuelarugolotto.it, le tue riflessioni.

MODALITA' PER ACCEDERE AL CORSO E SUA EROGAZIONE:

- dopo la quota versata (tramite paypal, carta di credito anche prepagata o bonifico), riceverai il link nella tua mail che ti condurrà al Corso.
- Subito, appena acquistato, ti arriverà il modulo introduttivo e il 1° modulo da poter utilizzare immediatamente o quando tu lo riterrai opportuno.
- Gli altri moduli ti arriveranno **uno alla settimana** in modo che tu li possa seguire senza fretta, con tranquillità e lasciarli sedimentare uno alla volta.

**TI RICORDO CHE SCADE LUNEDI' 29 MARZO ALLE 23.59.
NON PERDERE L'OPPORTUNITA'**

COSTO DELL'INVESTIMENTO PER LA TUA CRESCITA PERSONALE:

Prima di comunicarti l'investimento necessario, desidero **evidenziarti il valore e la garanzia** del Corso e del percorso

- Il percorso, se fatto in sede vis a vis, necessiterebbe di almeno **10/12 sedute** quindi con un investimento **di ~~1.000/1.200~~ euro circa.**



- Il percorso è stato ideato da me grazie alla mia **esperienza pluri-ventennale** di Corsi per la crescita personale e gli incontri individuali, di coppia e di famiglia condotti nel mio studio, con il valore aggiunto dato dall'esperienza, ma anche **dalla mia formazione che intreccia la psicologia-psicoterapia-life coach**, che è garanzia di un bagaglio serio e riconosciuto, essendo regolarmente iscritta all'Albo degli psicologi-psicoterapeuti del Veneto, n° 6563. E operando ogni giorno nel mio studio da più di vent'anni.
Dunque nessuna improvvisazione o formata solo con percorsi brevi che oggi vanno purtroppo tanto di moda.
- Nell'on line, ma non solo, ho avuto modo di sentire moltissimi interventi e molte proposte di vario tipo per quanto riguarda la crescita personale, ma talvolta senza una formazione ed esperienza alle spalle del formatore che ne garantisca la serietà, il contenuto, il metodo.
Spesso sento utilizzare toni alti, gridando ed utilizzando uno stile comunicativo e motivazionale con il quale non concordo: ecco, non è nel mio stile.
Il mio stile è di **'accompagnare verso il volo'**, il mio metodo è **'dalle radici ai frutti'**.

Non si è utili solo proponendo l'incitamento o l'illusione di un pensiero cosiddetto positivo, o lavorare solo in superficie, non serve.
E' necessario partire dal nucleo di ogni persona.
- Questo corso sarà a tua disposizione per **ben 6 mesi** e quindi **lo potrai rivedere anche più volte**.
Il suo valore quindi aumenta, perché ti garantisco che ogni volta vi troverai stimoli ed approfondimenti nuovi e diversi, che prima non avevi colto, per un tuo 'passo' in più

- Questo corso è **facilmente accessibile perché lo potrai seguire comodamente a casa tua sul tuo computer semplicemente con una buona connessione, con i tuoi tempi ed i tuoi spazi, senza la necessità di venire in studio da me.**

10

In questo periodo, tante persone mi hanno contattata per poter essere seguite da me in un percorso, ma la distanza non lo permetteva

- **L'investimento per poter fruire del corso** per la tua crescita personale e per festeggiare assieme a me questo **mio primo lancio**, dopo un corso on line gratuito di crescita personale che ha riscosso molto successo, e tutti gli strumenti che ho condiviso con tutte coloro che sono iscritte alla mia newsletter, **si basa sulla possibilità di una delle due seguenti scelte:**

SCELTA 1:

Corso OPZIONE ZAFFIRO: tutto il materiale elencato sopra ovvero i 5 moduli : video, slide e fogli di lavoro in pdf scaricabili
a 199 euro

SCELTA 2:

Corso OPZIONE SMERALDO (solo per un massimo di 5 iscrizioni): tutto il materiale elencato sopra dei 5 moduli + **una consulenza on line** della durata di 45 minuti personalmente con me a completamento del corso (e non oltre il 30 giugno 2021, da fissare previo appuntamento concordato) per un confronto sul percorso e sulle riflessioni che ha suscitato alla corsista
a 347 euro

MODALITA' DI PAGAMENTO:

paypal o carta di credito (anche ricaricabile) o bonifico bancario

**Iscriviti ora
Cliccando qui
Non perdere l'opportunità
Scade lunedì 29 marzo alle ore 23.59**

PER RECAPITARTI LA PARCELLA

Mi serviranno tutti i tuoi dati per farti recapitare on line la regolare parcella: nome e cognome, indirizzo di residenza (via, n. civico, cap, città o paese e provincia), codice fiscale.

COME TI ARRIVERA' IL CORSO?

Nella tua mail con un link. E ogni modulo successivo erogato, ti arriverà la mail con relativo link.

(quindi è necessario conservare le mail per poter rivedere i moduli, cliccando sul link)

POSSIBILITÀ DI RECESSO:

hai la possibilità di recedere dall'acquisto entro 15 giorni dall'acquisto stesso e ricevere quanto corrisposto.

Questo perché desidero accompagnare le persone nel loro Cammino che si sentano pronte e motivate, che ritengano il corso un'opportunità per la loro crescita personale.

In effetti si possono accompagnare solo le persone autenticamente pronte per un 'passo in più'.

BUON CAMMINO

**Iscriviti ora
Cliccando qui
Non perdere l'opportunità
Scade lunedì 29 marzo alle ore 23.59**