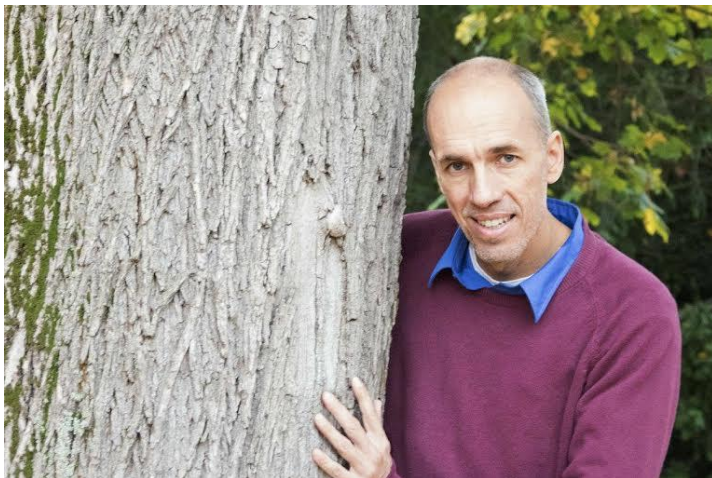


ANTONÍN "TONDA" TOMEK (Brno)

<https://www.facebook.com/antonin.tomek?fref=ts>



Průvodce osobní změnou, konzultant, lektor, poradce, kouč pro jednotlivce i firemní týmy v oblastech osobního rozvoje, vztahů, komunikace, týmové spolupráce, atmosféry, motivace; terapeut pro řešení složitých životních situací a vztahů; zážitkový pedagog, učitel, organizátor akcí, inspirátor, propojovatel, aktivizátor...

více na www.osobnizmena.cz

Programy:

MUŽSKÝ KRUH – setkání v kruhu mužů, možnost zažít autentickou mužskou skupinu, vzájemně sdílet svoje myšlenky, vize i starosti, navzájem se podpořit a posílit svoji mužskou energii. Mužský kruh vychází z tradičních společenství a rituálů a rozvíjí přirozenou mužskou sílu, moudrost, odpovědnost, podporuje vzájemnou inspiraci a učení.

INTUITIVNÍ HRANÍ – společné prožitkové aktivity, vzájemné poznávání prostřednictvím her, tvoření, hraní si a blbnutí, rozvíjení naší přirozenosti, radosti, intuice, vědomá práce s naším vnitřním dítětem. Vychází z intuitivní, waldorfské a prožitkové pedagogiky a terapie.

KOMUNIKACE SRDCEM - pojdme se vzájemně učit komunikovat a vnímat druhé svým srdcem, přistupovat k nim bez očekávání i předsudků, vědomě ze sebe vyzařovat a dávat to nejlepší, sladit vzájemně dech, na chvíli být jedním "Já jsem Ty a Ty jsi Já", dávat bezpodmínečnou lásku, zastavit čas a být naplno v přítomném okamžiku pouze tady a teď svým srdcem - dlouhým pohledem z očí do očí, obejmutím, spojením dlaní. Pojdme zažívat, sdílet a šířit pozitivní energii, vzájemnou důvěru a respekt, pospolitost, radost, naději, mír a lásku.

CESTA VEN POMOCÍ REGRESNÍ TERAPIE - seznámení s jednou z nejhlubších terapeutických metod, která umožňuje najít cestu dovnitř a následně ven z našich problémů a omezení. Regrese je návrat zpět, je to nástroj, pomocí něhož můžeme dohledat a léčit původní příčiny našich potíží. Přináší odpovědi na věčnou otázku: "Proč se mi to děje?" Pomocí této techniky lze nahlédnout za kulisy našeho "pozemského života" a spatřit skryté souvislosti a původní příčiny událostí, které ovlivňují naši současnost.

RODINNÉ KONSTELACE – jedinečný pohled na vzájemné vztahy, které na nás působí a ovlivňují naše životy, nalézání možností změn. Terapeutický proces rodinných systémických konstelací je prožitková a sebepoznávací metoda, která vám odhalí vlivy skrytých sil v rodinných

a dalších systémech a otevře prostor pro znovunalezení síly, prostor pro přijetí a prožití vlastního života naplno. Pomůžou vám odhalit příčiny problémů, prožít emoce, které jsme se naučili tak mistrně skrývat. Jedná se o skupinovou terapeutickou techniku, ze které si každý odnese přesně to, co právě potřebuje.

