



Emocionalna i Energetska Transformacija

Emocionalna i Energetska Transformacija je integrativna psihodinamska holistička metoda, međunarodno akreditovana priznanjem EQA (European quality award) od strane EMCC-a Global (European mentoring and coaching council Global).

Ova jedinstveni program u sebi objedinjuje sve ono što je potrebno da bi čovek bio zaista zdrav, razvio svoje potencijale i iskoristio mogućnosti, a to znači povezivanje psihološkog, mentalnog, duhovnog i energetskeg aspekta.

Devet generacija polaznika ovog izuzetnog programa danas svedoči o transformaciji koju su doživeli na energetskeg i emotivnom nivou – jedina dva aspekta od kojih zavisi da li će za vas ovaj život biti radost, lepota, smisao i privilegija, ili ćete ga provesti u čekanju nekog boljeg sutra, ogorčeni na nepravdu koja vam se nezasluženo događa, nedovoljno svesni svojih vrednosti, sa nekoliko arhiviranih trenutaka uživanja.

Nakon završenog Naprednog nivoa, mnogi od njih su se otisnuli u profesionalne vode psihodinamskog koučinga i postali sertifikovani EET terapeuti.



1. stepen

LIČNI RAZVOJ (PERSONAL DEVELOPMENT)

1. MODUL – Emocije i energija

- Šta je Emocionalna i Energetska Transformacija
- Emocionalna inteligencija, uverenja i mind set
- Emocije i emocionalni otisak
- Emocionalni ožiljci i isceljivanje (rane traume)
- Teorija povezanosti i načini povezivanja sa drugima
- Energija, energetski centri i njihova aktivacija
- *Mindfulness* – disanje, meditacija, vizualizacija, chi gong

2. MODUL – Ko sam ja

- Moje potrebe
- Moja ličnost (HSP, ego, super ego, id, ROD, unutrašnje dete, itd)
- Prekid identifikacije s Unutrašnjim detetom
- Autentično ispoljavanje
- Moje odbrane
- Inicijacija u Prvi stepen Reiki metode
- *Mindfulness*



3. MODUL – Odnosi

- Životne uloge i odnosi
- Partnerski odnosi
- Kako istinski voleti
- Zavisnosti i kompenzacije
- Ti si ok ja sam ok i izbori
- Lične granice i sposobnost da se kaže NE
- Stres, frustracija, odgovori i razvoj samoregulacije
- Trigeri, reaktivnost, potisnuti sadržaji i automatsko ponašanje
- Samopouzdanje i samosvest
- Razvoj ljubavi prema sebi

4. MODUL – Gde sam I kuda idem (svet oko mene)

- Gde sam i kako sam sada? (uvid u sopstvenu životnu situaciju)
- Gde želim da stignem? (potrebe, namere, ciljevi, smisao, misija)
- Volja
- Resursi (snage, prednosti, ograničenja)
- Energetsko usmeravanje, intuicija i flow
- Realizacija ciljeva (smart, swat, itd)
- Uspeh i strategije uspeha
- *Mindfulness*



5. **MODUL – Komunikacija /verbalna, neverbalna, energetska,**

- Zašto me niko ne razume?
- Samoempatija, empatija i ciljani dijalog
- Tehnike svesnog povezivanja, aktivno slušanje, prisutnost i pažnja
- Asertivnost
- Konflikt - nije suprotnost ljubavi
- Bliskost
- Promena i otpori
- *Mindfulness*

6. **MODUL – Umeće življenja**

- Procenjivanje, upoređivanje, osuđivanje i opraštanje (4 pravila, itd)
- Prepuštanje vs. kontrola
- PERMA model sreće i blagostanja
- Samorefleksija
- Oslobođenje i iskorak (osećaja krivice, perfekcionizma, moranja, žrtvovanja...)
- Ja kao Stvaralac – lične snage, moći, resursi i misija
- *Mindfulness*



Šest modula raspoređeni su u 8 meseci na sledeći način:

- Jednom nedeljno, određenim radnim danom, online uživo u trajanju od 3 sata (od 18.30 do 21.30), tri nedelje uzastopce
- Pauza nedelju dana
- Početak novog modula
- Nakon trećeg modula radionica uživo, vikend – (subota i nedelja od 10.00 do 17.00)
- Pauza nedelju dana
- Početak novog modula
- Nakon šestog modula radionica uživo, vikend – (subota i nedelja od 10.00 do 17.00)

PREDNOSTI EET-a

Ono što EET razlikuje od mnogih drugih psihoterapijskih, koučing i energetskih pristupa jeste INTEGRACIJA i to na različitim nivoima.

Jedan od nivoa znači da na JEDNOM mestu, u okviru JEDNOG JEDINSTVENOG PROGRAMA, – dobijate mogućnost da razvijete vaše pune lične potencijale, deblokirate zarobljenu energiju, iscelite rane prošlosti i utemeljite zdrave, osveščene i vizionarske staze budućnosti, jer OVA tehnika objedinjuje **psihološki, koučing, energetski i duhovni pristup.**

Istovremeno, dobijate mogućnost da, razvijajući sebe, postanete **sertifikovani terapeut Emocionalne i Energetske Transformacije i Reiki praktičar**, pomognete mnogima u privatnom i poslovnom okruženju, i počnete profesionalno bavljenje najdivnijim poslom na svetu.



I, na kraju, **prednost ovom programu i samoj EET metodi dajem ja, njen autor:
Ivana Kuzmanović.**

Evo i zašto:

- Više od četrdeset godina posvećenog pasioniranog rada na istraživanju fenomena ljudske Duše
- Veliki broj edukacija iz psihoterapije, koučinga, rada sa energijama, i druge
- Ogromno životno iskustvo i postignuća na različitim životnim poljima
- Nadarenost za rad sa ljudima
- Visoka kreativna empatija
- Međunarodna Akreditacija Senior Kouč i Mentor Evropskog saveta za mentoring i koučing EMCC
- Autora najprodavanijih knjiga u regionu u oblasti popularne psihologije (9 knjiga)
- Osnivač Centra za razvoj zdravlja, znanja i blagostanja Srbija
- Osnivač CMAS udruženja – Coaching and mentoring asosiation of Serbia
- Reiki majstor
- Učitelj meditacije
- Devet generacija sertifikovanih EET trenera koji uživaju plodove lične transformacije, stotine zadovoljnih klijenta tokom petnaestogodišnje privatne terapeutske prakse i desetine hiljada čitalaca i slušalaca kojima su moje knjige i moja predavanja promenile perspektivu i udahnule vetar u krila.
- Meni najvažnije – majka jednog srećnog i zanimljivog tinejdžera koji me je naučio svemu onome što mi je nedostajalo – strpljenju, prihvatanju neprihvatljivog i potpunoj, bezuslovnoj ljubavi u svim njenim manifestacijama.

Zahvalna sam Bogu na svemu, i baš zbog toga, stavljam ovo što imam vama na raspolaganje.



Preporuka stručnjaka:

“Životnim putem Ivana Kuzmanović ide puna rešenosti da za izazove, pitanja i prepreke pronađe pravi, gotovo matematički precizan način prevazilaženja, vođena idejom da tamo gde postoji problem postoji i rešenje.

Ovim stavom, istinoljubivošću, velikim razumevanjem, iskustvom i znanjem ona živi svoju misiju: da kroz knjige, seminare, radionice i individualne susrete otvori nove vidike, otkloni zablude i pomogne razvoj ljubavi prema sebi i bližnjima.

Veliki je broj onih koji, uz Ivaninu pomoć, uspeju da sve poslože i otvore sebi put za radost i napredak. Ivana tako dobija nova iskustva i novi polet da nam piše divne i razumljive knjige, i pronalazi nove, kreativne odgovore na pitanja ljudske duše.

Na svoju radost i sreću svih nas koji sa velikim zadovoljstvom i poštovanjem pratimo njen rad.“

Prim. dr Andjelka Kolarević
psihijatar i psihoterapeut

** EET seminar daje vam mogućnost da sami proverite, osetite i doživite vašeg predavača i mentora, divne duše sa kojima biste bili u grupi, organizaciju i način rada, tokom trajanja prvog modula i da odustanete ako to nije ono što vam je potrebno. Povrat novca u celosti.*