

אודות - מאמנת אישית ועסקית

הסיפור שלי, הוא על "רגע".

לאחר תקופה מאוד מאתגרת בחיי, במהלך תהליך טיפולי שעברתי, היה רגע אחד, מאוד משמעותי, ששינה את חיי ב-180 מעלות ומיד אחריו, דברים החלו להשתנות. ברגע הזה, הצלחתי בפעם הראשונה, לסלוח לעצמי, להרגיש חמלה לאדם שהייתי ולשחרר את כל מה שחוויתי.

בבגרותי, ניסיתי למצוא כלים, שיסייעו לאחרים להגיע גם אל "הרגע" הזה. את הכלי הזה מצאתי בשיטת ה-NLP, בה אני כל כך מאמינה.

נעים מאוד, שמי רונה ואני עוזרת לאנשים לשנות דפוסים פנימיים, אשר מונעים מהם לחיות את החיים שהם היו רוצים. איך אני עושה זאת? אני מאסטר NLP, מאמנת אישית עסקית, מתמחה בשינוי דפוסים תודעתיים הקשורים לכסף וליכולת להרוויח יותר כסף. הרבה יותר. בנוסף, אני עוזרת לאנשים בהתמודדות עם קשיים הנובעים מטראומה, אבל ואובדן. אני עובדת בקליניקה הביתית שלי בישוב תובל וגם און ליין.

הגעתי לעסוק בתחום זה ממקום מאוד אישי. גדלתי במשפחה שקרסה כלכלית ומעולם לא ממש התאוששה. מילדה ולאחר מכן בחורה עצובה, מופנמת ומבולבלת, הפכתי לאדם שמח, זורם וחברתי, שעסוק כל הזמן בגדילה, התפתחות, למידה והגשמה.

כבר מילדות אמרו לי שמתאים לי להיות פסיכולוגית ואכן, כשבגרתי, למדתי פסיכולוגיה ועבדתי עם נוער בסיכון. יצאתי לשנים של חיפוש עצמי, בהן עסקתי בתחומים שונים והגעתי אף לעולם ההייטק. עם לידת בני השני והמעבר לגליל, הרגשתי את הצורך העז לחזור לייעודי ולמצוא את הדרך שלי, לעזור לאנשים לשחרר את כאביהם ולחיות את החיים שהם שואפים לחיות. למדתי אימון אישי ועבדתי מספר שנים עם פגועי נפש, בתחום של יזמות. עם יציאתי לעצמאות, הבנתי שאני צריכה כלים, שיצליחו לעזור לאחרים ברבדים עמוקים ויותר מהר. כך הגעתי ל-NLP, שמאפשר לי ליצור שינוי מדהים ומהיר עבור הלקוחות שלי.

כיום, עם הניסיון שצברתי במשך השנים, באפשרותי לעזור לכם לשנות את החלקים שהייתם רוצים שיהיו אחרת בחייכם, להוביל אתכם מתקיעות וייאוש אל עבר תחושות של יכולת, הערכה עצמית ואל תכנית פעולה יעילה עבור היעדים שלכם. בתהליך שנעבור יחד, במספר פגישות קצר, נעשה עבודת עומק, שתאפשר שינויים משמעותיים בתחושות הפנימיות, שמפעילות דפוסים ישנים. כבר מתחילת התהליך, תתחילו לזהות שינויים קטנים, שיגדלו כל הזמן ויהפכו לשינויים גדולים, אותם אתם רוצים להכניס לחייכם. בסוף התהליך תוכלו להגשים את שאיפותיכם, להרגיש מאוזנים, רגועים ושמחים.

כשאני מצליחה לפענח עם לקוחות שלי, את אותן אמונות עמוקות ובסיסיות שעוצרות אותם, כשאני רואה את האסימונים שנופלים ואת הפנים המשתנות אל מול עיניי, לנוכח ההבנה ותחושת השחרור, כשאני שומעת בפגישה שאחרי, על דברים חדשים ומפתיעים שקרו "פתאום" בחייהם, אז אני חשה אושר אמיתי, תחושת התרוממות רוח והצלחה.

אני מאמינה, שלכל אחד מאתנו מגיע ואפשר שיהיו חיים טובים ואיכותיים, כי לא הגענו לעולם כדי לסבול, אלא כדי ללמוד ולהתפתח. אם אתם רוצים למצוא את הדרך להגשים את עצמכם, להגיע לאיזון נפשי, חמלה עצמית, אהבה והערכה לדרך שלכם, צרו קשר, אני כאן בשבילכם.

שירותים - מאמנת אישית ועסקית

1. שינוי תודעת כסף - תהליך NLP

מטרת העבודה על תודעת כסף, היא להגיע למצב, בו תוכלו לזמן לחייכם, שפע כלכלי וכל מה שתרצו ולשפר את היכולת הזו, כל הזמן.

במהלך פגישות בנות כשעה וחצי, בקליניקה או און ליין, לא ננסה לשנות הרגלים, כדי להשיג מטרות, אלא נזהה את האמונות שיצרו את הדפוסים הלא מקדמים, נבין אותם באופן רחב ומועיל ובאופן טבעי, דרך נקודות מבט חדשות ואסימונים שייפלו, הם כבר ישתנו בעצמם.

התהליך יפתח בפניכם את הדרך להצלחה אישית וכלכלית, התקדמות לעבר המטרות הנכונות עבורכם, שינוי פנימי מעמיק בחסמים האישיים, הגברת הערך והאמונה העצמית והיכולת לפעול טוב יותר ולזמן טוב לחייכם.

2. ליווי אישי עסקי בשילוב NLP

הליווי מיועד לאנשים, שמבינים שהם אלה שעוצרים את ההתקדמות שלהם, בחיים או בעסק, בגלל דפוסים התנהגות, כמו: דחינות, פרפקציוניזם, חוסר אמונה עצמית ועוד ומבקשים לשנות דפוסים אלה, כדי להצליח.

במפגש קבוע, בתדירות שמתאימה לכם, בקליניקה או און ליין, נעבוד על פיתוח העסק: יעוץ, אימון ותכנון עסקי, לצד התפתחות אישית, מתוך הבנה, כי אישיותכם ואירועי חייכם, משפיעים על התנהלותכם האישית והעסקית וכי אתם והעסק - אחד הם. יחד נזהה את הסיבות לדריכה במקום, נמצא פתרונות והתוצאה - תנועה קדימה.

3. טיפול בטרומה באמצעות NLP

אם חוויתם טראומה בחייכם, שעדיין מפעילה אתכם, למשל בחוסר אנרגיה, הימנעות, דחינות ועוד תופעות קשות ולא נעימות, הטיפול ב-NLP, לא יעסוק בעיבוד חוויות הטרומה, אלא יתייחס לאופן בו החוויה מקודדת במוח. בתהליך קצר ומדויק, ניתן לשנות את הקידוד, להתייחס אחרת לטרומה ולשנות את תופעות הנלוות אליה. לאחר תהליך של בין פגישה אחת ולרוב עד 4 פגישות, בקליניקה או און ליין, התופעות וההתנהגויות שמתקיימות בעקבות הטרומה - יתפוגגו ותוכלו לחזור לחיות חיים איכותיים, שגרתיים ומקדמים.

4. ריפוי מאבל ואובדן באמצעות NLP

כבר עברה שנה לפחות, מאז שחוויתם אובדן של אדם קרוב, או כל דבר אחר, שנחוה עבורכם כמשמעותי ואתם עדיין מרגישים קשיי תפקוד, קשיי שינה, הימנעות, הסתגרות וכאב גדול.

בתהליך של בין פגישה לשתיים, בקליניקה או און ליין, נייצר פרידה בריאה, ב"טקס ריפוי" ממושך האובדן, באופן מכבד, שיאפשר לכם להכיל את הפרידה ולקבלה בהשלמה. בעקבות התהליך, תוכלו להפסיק לחיות את האובדן, לראות את הטוב שקיבלתם ממה שהיה ולחזור לתפקוד יעיל ורצוי.

5. שינוי תודעת כסף - קורס דיגיטלי למתחילים

קורס בסיס ללמידה עצמית, לאנשים שמרגישים שבתחום הכלכלי, משהו לא עובד להם, כפי שהיו רוצים ומעוניינים לשנות זאת. הקורס יפגיש אתכם עם מה שנמצא בתת מודע ומשפיע על ההישגים והשפע שלכם וייתן לכם כלים לשנות זאת.

הקורס מורכב מסרטון הדרכה, על הרבדים המשפיעים על דפוסים החשיבה שלנו בנושאי כסף, מאיפה הם מגיעים וכיצד מזהים אותם, בכדי ליצור שינוי משמעותי וקבוע. בנוסף, תקבלו שלושה שיעורים ותרגילים לעבודה עצמית, שיעזרו לכם לעבוד על רבדים אלו, לחזק ולדייק את החוזקות שלכם ולזהות ולהתחיל לשנות, את נקודות החולשה.