

Ara jo

amb Toni Ferragut

Acompanyament personal amb visió sistèmica



Acompanyament personalitzat presencial

Espai Mare, Maria de la Salut

+info: www.antoniferragut.cat/arajo



Ara jo amb Toni Ferragut

Acompanyament personal amb visió sistèmica

Funcionament

- Trobades de 75-90 minuts, al ritme que te vagi millor.
- En cada sessió treballarem amb conversa, comprensió, constel·lacions, astrologia, resignificació, rituals... usarem en cada moment l'eina que convengui més.
- Hi haurà una entrevista inicial per a definir els objectius concrets. El programa estàndard dissenyat s'adaptarà a aquests objectius i a les teves necessitats.
- Entre sessions estaré disponible per a dubtes, moments complicats, presa de decisions importants...
- Rebràs documentació extensa sobre constel·lacions familiars.
- El programa acaba quan tu ho decideixes. Quan acabem farem una darrera sessió de cloenda (sense cost addicional).

Inversió

- Aportació inicial de 120€. Pots fer-la abans de començar o el primer dia. Inclou la primera i la darrera sessions, així com tot el material que puguem necessitar.
- Després, 90€ per sessió. El pagament serà en efectiu.
- Si és necessari, podrem adaptar els preus a tu.

Tota aquesta informació la trobes a la web del programa, www.antoniferragut.cat/arajo



Ara jo

amb Toni Ferragut

Continguts estàndard del programa:

1. Les bases

- Objectius: per què fer Ara jo?
- Retorn: què et pot estar passant? què pots necessitar?
- Els Ordres de l'Amor.
- L'arbre genealògic. A qui segueixes?
- Qui et sosté?

2. La família d'origen

- Revisió de la relació amb els pares i els germans.
- Les mirades dins la família d'origen.
- Prendre els pares, prendre la força.

3. Els inicis

- La repetició contínua.
- El guió natal.
- Inici i boicot.
- Les relacions de parella.
- Les feines.



Ara jo

amb Toni Ferragut

Continguts estàndard del programa:

4. La nina

- Les necessitats de la infància.
- Les ferides de la infància.
- Cuidar la nina. Nodrir-la. Mirar-la.
- Anhels infantils versus anhels adults. Anhels imposats.

5. La vida adulta

- Què ocupa la teva vida?
- La gestió del temps.
- Parelles i fills.
- Salut: un cos saludable per a una vida saludable.
- Feina: quina és la teva feina? quina no és? cal un canvi?
- El propòsit de vida: vas bé per aquí?

6. El futur

- Perspectives de futur.
- Allò que t'enforteix versus allò que t'afebleix.
- La gestió del dolor.
- La vellesa, la solitud, la mort.
- El següent pas.

