

Блок 4. Личность. Стиль жизни. Бизнес

1 Модуль. Жизнь как главный проект. Стиль жизни - жизненные роли

Содержание модуля:

1-й день - Человек как часть Вселенной на Земле. Миссия и Видение. Жизненный путь. Мечты и реалии. Линия времени. События и люди. Уроки жизни и жизненный опыт. Практическая работа с линией времени в парах. Составляющие полноценной жизни или жизни на полную мощность. Критерии для улучшения своей жизни. Принципы и подходы, чтобы жизнь испортить. Роли, в которых мы живем, и качества, которые проявляем. Что такое проект. Кратко условия и составляющие проектного управления. Понятие системы и системный подход. Система и рамки системы. Может ли роль изменить систему, проект? Влияние рационального и эмоционального на систему. Жизненные ценности и принципы. Желаемые события и люди. Понятие стиля. Изменение личностной истории. Практическая работа в парах. Д/з - составить список из 8-10 сфер жизни, куда максимально расходуется время и хочется расходовать в дальнейшем.

2-й день - Жизненное колесо баланса с 3мя уровнями дифференциации. Практическая работа с целями, желаемыми событиями, людьми. Работа с НЛУ. Определение существующих и необходимых ресурсов. Трансформационная техника работы с визуализацией будущего через образы, метафоры и интеграцию с собой.

Индивидуальный ритм и стиль. Жизненные сценарии. Тактика и стратегия созидания своей жизни как главного проекта в своем стиле и ритме движения. Работа в парах.

Задачи модуля:

- ✓ Осознать свой ритм и сценарии жизни
- ✓ Определить свои жизненные принципы и ценности, свою систему полноценной жизни
- ✓ Определить свой стиль жизни
- ✓ Сформировать видение своей жизни, жизненного пути
- ✓ Разработать желаемую стратегию созидания своей жизни