

## Drogi Rodzicu/Opiekunie!

Prezentujemy **moduły tematyczne** warsztatów rozwojowych dla dzieci i młodzieży - **LifePlan Academy**:

### **Power4Start - Jak uwierzyć w siebie.**

**/Moduł oparty na Kroku 1 Metody Biegun „Odkryj swój biegun”/**  
Integracja grupy/zaprawa - przygotowujemy się do zdobywania naszego Bieguna. Biegun to cel, punkt dojścia, marzenie. Coś, do czego dążymy. Poznajemy zasady, elementy i praktyki jakie mogą być przydatne w drodze na Biegun, poznajemy swoje mocne strony, które będą nas wspierać w drodze na Biegun.



Odkryj swój Biegun cz. 2 - tworzymy swoją mapę marzeń.

### **Trening Supermocy. 6 mocy do spełniania marzeń.**

**/Moduł oparty na Kroku 2 i 3 Metody Biegun „Mapa drogi” oraz „Droga jest ważna, nie cel”/**

Mając już swój cel, przygotowujemy mapę drogi - opracowujemy strategię w oparciu o swoje moce/mocne strony, by dotrzeć do obranego celu. Mapa drogi cz.2 - projekt drogi do mojego prywatnego Bieguna. Cel jest przed uczestnikami, jednak wartością jest Droga, jaką przechodzą - poznają i wypracowują wdzięczność, uważność, bycie "tu i teraz".



### **‘Odnoszenie’ porażek i ‘ponoszenie’ sukcesów. Zbuduj swoją moc.**

**/Moduł oparty na Kroku 4 Metody Biegun „Sukces i porażka”/**

Czasem wygrywasz, a czasem...się uczysz - „odczarowujemy” porażkę i uczymy się przewidywać i adresować wyzwania, jakie mogą pojawić się w drodze na Biegun. Wypracowujemy podejście, gdzie sukces i porażka nie są ani dobre, ani złe, a jedynie ważnymi lekcjami i doświadczeniami pojawiającymi się w drodze do naszego celu,

### **Rozwiń skrzydła - chwytaj każdy dzień!**

**/Moduł oparty na Kroku 3 Metody Biegun „Droga jest ważna, nie cel”/**

Pracujemy nad tym, co wspiera nas w drodze do celu - poznajemy emocje, rytuały, nawyki oraz własny sposób myślenia (i ich role) w drodze na Biegun.

### **Być kim chcę. Zaprojektuj samego siebie.**

**/Moduł oparty na Kroku 5 Metody Biegun „Poznaj samego siebie”/**

Kim byłeś/łaś w punkcie wyjścia, a kim w punkcie dojścia? Jak zmienia Cię Droga? Czego nauczyłeś/łaś się o sobie? Jaką teraz będziesz tworzyć rzeczywistość? Podsumowanie naszej podróży oraz wspólne świętowanie. Uczestnicy dzielą się swoimi doświadczeniami, opowiadają co „zabierają ze sobą”. To spotkanie ma charakter wspólnego świętowania - **Galaktyka** - zabawy przygotowane przez uczestników i przez trenera.



**WYPRAWA** - zaprojektowana i zorganizowana **samodzielnie** przez uczestników pod okiem trenera (kilkugodzinna wycieczka w tygodniu lub w weekend, jeżeli jest na to przestrzeń i odpowiednie zgody rodziców/opiekunów). Cel - nauka i wypracowanie sprawczości.

## **Kontakt:**

**Monika Kowalczyk**

Koordynator

Email: xxx@xxx

Telefon: xxx xxx xxx

www.kaminskifoundation.life

