



# AGNIESZKA ZIEMBIŃSKA

zaprasza na WARSZTATY  
z cyklu **KOBIECOŚĆ**



## *KOBIETA PORZUCONA - JAK WYJŚĆ Z ROZPACZY?*

Opuścił Cię mąż, przyjaciel, kochanek. Czy obwiniasz się za to? Co się dzieje z Twoim poczuciem wartości? Czy świat, w którym żyłaś zburzył się jak wieża w tarocie? Czy czujesz się tak jakby ktoś wydarł pół Ciebie? Czy schudłaś? Masz problemy ze spaniem? Obwiniasz partnera za to, co się stało? Nie możesz mu tego wybaczyć? Płaczesz dniami i nocami? Jeśli Twoje odpowiedzi są twierdzące, zapraszam Cię na ten warsztat, którego celem jest odreagowanie bólu, żalu, traumy i pomoc w wyjściu z tej trudnej emocjonalnej sytuacji. Dobrze, żebyś wiedziała, że w takich sytuacjach dobrze wracać do korzeni swojego pochodzenia, dobrze spędzać czas z kobietami i w otoczeniu, w którym się wychowałaś, a wszystko po to aby nabrać mocy i znowu dojść do siebie. Na tych warsztatach będę towarzyszyła Ci w procesie stawania na własne nogi, w procesie rekonwalescencji złamanego serca. Zajmiemy się radykalnym wybaczeniem i pisaniem listów według kroków radykalnego wybaczenia. Poszukamy pierwotnej traumy z dzieciństwa, która mogła spowodować, po raz kolejny tak traumatyczne i bolące wydarzenie. Jeśli traumy z dzieciństwa nałożą się z traumą w życiu dorosłym, wtedy trudniej przeżywamy te momenty, jesteśmy na granicy zwariowania, na granicy życia i śmierci. Zgłębsimy się w nasz system pochodzenia metodą ustawień Berta Hellingera. Co takiego niesiemy z naszej rodziny, pochodzenia, co spowodowało rozstanie. W trakcie tego warsztatu będę towarzyszyła ci w wzięciu odpowiedzialności za swoje życie i wyjścia z pozycji ofiary, tak by znowu nabrać siły i wiatru w żagle na dalszą drogę życia, gdyż nie wiemy, jaka niespodzianka kryje się za następnym zakrętem naszego życia.

### INFORMACJE I ZAPISY:

*serdecznie zapraszam  
Agnieszka Ziemińska*

**Agnieszka Ziemińska** – trener, terapeutka Gestalt. Absolwentka psychologii Uniwersytetu Łódzkiego. Prowadzi szkolenia z zakresu komunikacji interpersonalnej, asertywności, pracy zespołowej, kreatywności, relaksacji. Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy psychologa, trenera, psychoterapeutki. Prowadząc szkolenia zwraca dużą uwagę na indywidualne podejście do uczestników, dba o to aby mieli optymalną przestrzeń do nauki i rozwoju. Inspiruje ją terapia behawioralno-poznawcza oraz systemowa, terapia Gestalt, ustawienia wg Berta Hellingera. Z natury jest wiecznym wędrowcem, podróżnikiem, artystką życia. Zwiedziła Indie, Nepal, Bhutan i niemal całą Europę, ale miejscem, do którego zawsze wraca jest Łódź. Więcej informacji o Agnieszce znajdziesz na jej stronie: [www.spelnionemarzenia.pl](http://www.spelnionemarzenia.pl)

