

BOLDOGSÁGTERV

A program az alábbi kérdésekre keresi a választ

A végzet, a sors, a szabad akarat műve, vagy pusztán a vak szerencsének köszönhető, hogy valaki boldog lesz, vagy sem? Van-e esély arra, hogy csak úgy véletlenszerűen megtalálja a párját, a munkáját, amit szeret, vagy amiből meg tud élni? Minden ember boldog akar lenni, de hol lehet a boldogságot megtalálni? Létezik-e valódi boldogság, vagy az ember élete szomorúság, kétségbeesés és öröm véletlenszerű váltakozása? Tudjuk-e mi az igazi boldogság? Lehetünk-e boldogok a belső küzdelmek és a külső akadályok ellenére? Mennyi pénz szükséges a boldogsághoz?

Életterületek, ahol jól jön egy kis segítség...

- családon belüli problémák, mint pl. szülő-gyermek kapcsolat, a család és a karrier összegegyeztetése
- gyermekvállaláshoz kapcsolódó bizonytalanság, a családalapítás, gyermeknevelés problémái
- párkapcsolati problémák, mint pl. társas magány, válás, második házasság, szerelmi bánat, szexualitás
- munkahelyi problémák
- anyagi problémák
- időgazdálkodás
- konfliktuskezelés az élet különböző területein
- betegséggel történő együttélés
- életmódváltás, stb.

Benjamin Franklin boldogságterve 13 erényből áll össze

mértékletesség, csönd, rend, határozottság, takarékoság, szorgalom, őszinteség, igazság, mérséklet, tisztaság, nyugalom, makulátlanság, alázat

A boldogság öt fő ellensége

harag, bosszú, önvád, irigység, anyagiasság

Módszer

Személyre szabott BOLDOGSÁGTERV grafoterápia segítségével. Az önmegismerés folyamata betű és rajzelemzés kapcsán. Nem a grafológus térképezi fel a személyiséget, hanem az egyén. A cél, hogy a módszer segítségével tudatossá váljanak a szorongások, amit pozitív programozás segítségével „bátorsággá” alakíthat át az ember.