



پیوند

غناي سفر زندگي

سفر توسعه فردي



پیوند سفری به سوی زندگی‌ای وسیع‌تر، روان‌تر و آگاهانه‌تر

زندگی، فراتر از آن چیزی است که در چارچوب‌های محدود و آشنا تجربه کرده‌ایم. گاهی اسیر الگوهای ذهنی، احساسات سرکوب‌شده و تصمیمات تکراری هستیم، بی‌آنکه به وسعتی که درون مان نهفته است، دسترسی پیدا کنیم.

برنامه پیوند، سفری است برای کشف و گسترش این وسعت‌ها؛ برای دیدن، تجربه کردن و عبور از محدودیت‌هایی که شاید سال‌ها ما را درگیر خود کرده‌اند.

■ **وسعت در احساسات:** تجربه طیف وسیع‌تری از احساسات، بدون فرار یا سرکوب

■ **وسعت در نگاه به خود:** رهایی از برجسب‌های قدیمی و دسترسی به جنبه‌های تازه‌ای از هویت شخصی

■ **وسعت در روابط:** برقراری ارتباط‌های عمیق‌تر، صمیمانه‌تر و بدون تقلا

■ **وسعت در روابط:** برقراری ارتباط‌های عمیق‌تر، صمیمانه‌تر و بدون تقلا

■ **وسعت در تجربه زمان و اکنون:** حضور آگاهانه در لحظات زندگی، رهایی از اضطراب آینده و پشیمانی گذشته

آنچه در پیوند رخ می دهد

در پایان این سفر، شما نه تنها خود را بیشتر خواهید شناخت، بلکه کیفیتی تازه، غنی تر و روان تر از زندگی را تجربه خواهید کرد. پیوند فرصتی است برای عبور از تکرارها و ورود به جهانی که در آن زندگی را عمیق تر، آگاهانه تر و با وسعتی بیشتر تجربه کنید.



- شرکت‌کنندگان در حوزه‌های ارتباطی که در حال حاضر در آن، تقلا و کشمکش دارند، پرچارگی و روانی و رضایت تجربه می‌کنند.
- شرکت‌کنندگان برای رسیدگی به روابط مهم زندگی‌شان فرصتهایی خواهند ساخت، در صورتی‌که مدت‌ها بوده به نظرشان می‌رسیده چاره‌ای برای این موضوع ندارند و در نتیجه‌ی این اقدام، جنسی از اعتماد به نفس و قدرت در روابط را تجربه می‌کنند.
- شرکت‌کنندگان تجربه‌ای از دسترسی به معنای زندگی و رسالت شخصی خواهند داشت که پویایی و رضایت را برایشان به وجود می‌آورد.
- شرکت‌کنندگان توانایی می‌یابند تا در شرایط پرچالش انرژی حیاتی خود را بازیابی کنند، شرایطی که تاکنون باعث ایجاد رخوت در ایشان می‌شد.

بخش‌های مختلف برنامه پیوند ۲

پیوند با ارتباطات

۱

جلسه منتورینگ شخصی

۲

جلسه سهیم شدن

۳

پیوند با زندگی

۴

جلسه منتورینگ شخصی

۵

جشن پایانی

۶

بخش‌های مختلف برنامه پیوند

پیوند با ارتباطات: ترمیم، گسترش و تعمیق روابط انسانی

۴

- **احیای روابط گذشته:** فردی که سال‌ها ارتباط خود را با یکی از دوستان یا اعضای خانواده قطع کرده، فرصتی می‌یابد تا این پیوند را بازسازی کند و گفت‌وگویی دوباره را آغاز نماید.
- **ایجاد و تقویت شبکه‌های حمایتی:** فردی که همواره احساس تنهایی داشته است، در این مسیر می‌آموزد که چگونه به گروه‌ها و افرادی بپیوندد که ارزش‌ها و دغدغه‌های مشترکی با او دارند و از همراهی آن‌ها در مسیر زندگی بهره‌مند شود.
- **ساختن روابط جدید بر اساس مسیر و اهداف زندگی:** فردی که در حال راه‌اندازی کسب‌وکار، تغییر مسیر شغلی یا شروع یک پروژه‌ی جدید است، یاد می‌گیرد که چگونه ارتباطاتی مؤثر و مفید برای حمایت از این تغییرات ایجاد کند.
- **حل تعارض‌های قدیمی و ناتمام در روابط:** فردی که سال‌ها از مواجهه با یک مسئله‌ی حل‌نشده در رابطه‌ای مهم طفره رفته است، اکنون شجاعت پیدا می‌کند تا با گفت‌وگویی سازنده، این گره را بگشاید و به سوی ارتباطی سالم‌تر و پویاتر گام بردارد.

بخش‌های مختلف برنامه پیوند

جلسه منتورینگ شخصی: راهنمایی خصوصی برای حل مسائل و بازسازی پیوندهاست

۲

■ **منتورینگ چی هست؟:** جلسات منتورینگ فرصتیه برای بررسی عمیق و فردی زندگی شما همراه با منتور متخصص و با تجربه. هر شرکت‌کننده در این جلسات، یک حوزه یا چالش مهم شخصی خودش رو به صورت خصوصی و تخصصی با راهنمایی منتور پیش می‌بره.

■ **ازسازی رابطه با خود:** در جلسات منتورینگ، متوجه می‌شید کجاها در زندگی تون گرفتار چرخه‌های تکرار و اضطراب شدید و چطور دوباره با خود اصلیتون ارتباط برقرار کنید. یعنی یاد می‌گیرید احساسات و نیازها تون رو بشناسید و با خودتون صادق و همسو باشید

■ **حل مسائل و ناتمام‌ها:** با راهنمایی منتور و تمرین‌های عملی، پروژه‌ها یا تصمیم‌های نیمه‌تمام و کارهای عقب‌افتاده رو گام به گام کامل می‌کنید. این کار باعث می‌شه حس رضایت و کنترل روی زندگی افزایش پیدا کنه و بار ذهنی و استرس کاهش پیدا کنه

بخش‌های مختلف برنامه پیوند

جلسه سهیم شدن: فرصتی برای یادگیری از تجربیات دیگران و دریافت مربیگری گروهی

۳

■ **یادگیری از تجربه‌های دیگران:** در جلسات سهیم شدن، می‌بینید دیگران با چه چالش‌ها و راهکارهایی مواجه شدند و این تجربه‌ها به شما کمک می‌کند دیدگاه جدیدی نسبت به مسائل خودتون پیدا کنید.

■ **تقویت آگاهی و شناخت نقاط کور زندگی:** شنیدن و به اشتراک گذاشتن تجربه‌ها باعث می‌شود بهتر احساسات، نیازها و واکنش‌های خودتون رو بشناسید و حتی با شنیدن از تجربیات دیگران متوجه نقاط کوری از زندگی خود بشوید که تا حالا به آنها توجه نداشتید و با الهم از دیگران به اون حوزه‌ها رسیدگی کنید

■ **حساس تعلق و حمایت گروهی:** شرکت در این جلسات، حس همدلی و حمایت ایجاد می‌کند و کمک می‌کند با انگیزه و قدرت بیشتری به مسیر رشد و تغییر ادامه بدید

بخش‌های مختلف برنامه پیوند

۵ پیوند با زندگی: کشف معنا، رسالت و غنی‌سازی تجربه‌ها

■ **شناخت مسیر اصیل زندگی:** فردی که همواره میان مسیرهای گوناگون سردرگم بوده است، درمی‌یابد که چه چیزی برای او عمیقاً ارزشمند است و چگونه می‌تواند تصمیم‌های خود را با این ارزش‌ها همسو کند.

■ **یافتن رسالت شخصی و جهت‌دهی آگاهانه به زندگی:** کسی که تاکنون عمدتاً برای اهداف بیرونی همچون جایگاه اجتماعی، تأیید دیگران یا موفقیت مالی تلاش می‌کرده، اکنون به درک روشنی از انگیزه‌های درونی خود دست می‌یابد و مسیری را برمی‌گزیند که با رسالت شخصی او هماهنگ باشد.

■ **غنی‌سازی لحظات زندگی با عناصر معنادار:** فردی که کارهای روزمره را بی‌هدف و تکراری می‌پنداشت، می‌آموزد که چگونه با افزودن عناصر کوچک اما پرمعنا مانند رشد فردی، لذت، خدمت یا ارتباط به فعالیت‌های روزمره، تجربه‌ای ارزشمندتر و عمیق‌تر داشته باشد.

■ **خلق زندگی‌ای هماهنگ با ارزش‌های درونی:** کسی که همواره احساس می‌کرد مسیر زندگی‌اش با خواسته‌های واقعی‌اش تطابق ندارد، اکنون راه‌هایی را کشف می‌کند که به کمک آن‌ها، زندگی خود را با ارزش‌های عمیق و اصیل خود همسو سازد و تجربه‌ای غنی‌تر و رضایت‌بخش‌تر از زیستن داشته باشد.

بخش‌های مختلف برنامه پیوند

۶ جشن پایانی: ایستادن در نقطه‌ای نو، با نگاهی وسیع‌تر

■ **مروری بر سفری که پیموده‌ایم:** اکنون در نقطه‌ای ایستاده‌ایم که نه تنها مسیر طی شده را می‌بینیم، بلکه تغییرات، یادگیری‌ها و وسعتی را که در این سفر تجربه کرده‌ایم، احساس می‌کنیم.

■ **ادراکی تازه از خویشتن و زندگی:** هر آنچه در این مسیر کشف کرده‌ایم، گنجینه‌ای است که با خود به زندگی‌مان می‌بریم؛ آگاهی‌هایی که در مواجهه با چالش‌ها، انتخاب‌ها و روابط آینده، راهگشا خواهند بود.

■ **پایان یک دوره، آغاز امکانی تازه:** این جشن پایانی، نه نقطه‌ی پایان، بلکه آغازی دوباره است؛ فرصتی برای زیستن آگاهانه‌تر، تجربه‌ی زندگی‌ای روان‌تر و برداشتن گام‌هایی عملی در جهت آنچه برایمان مهم است.

■ **لحظه‌ای برای قدردانی و به اشتراک گذاشتن:** با هم جمع می‌شویم تا این مسیر را گرامی بداریم، از تجربه‌های یکدیگر بیاموزیم و با حس قدردانی از خود و دیگران، این مرحله را به پایان برسانیم و مسیر پیش رو را با بینشی تازه ادامه دهیم.

نظر شرکت کنندگان

از شرکت کنندگان توانسته اند از ظرفیت های متنوع شخصی خود در موقعیت های مختلف زندگی استفاده کنند.


 ۷۳%

از افراد فرصت های تازه ای برای اقدام و بهره وری در ارتباطات و معنای زندگی خود ایجاد کرده اند.


 ۶۸%

از شرکت کنندگان احساس سبکی و روانی بیشتری را در زندگی تجربه کرده اند.


 ۶۳%

از افراد توانسته اند ارتباطات خود را صمیمی تر و عمیق تر کنند.


 ۶۰%

از شرکت کنندگان انرژی، اشتیاق و شور بیشتری را در زندگی خود احساس کرده اند.


 ۵۲%

۹۸٪ شرکت در دوره را به دیگران پیشنهاد می‌کنند.

زندگی در دستان من

ارتباط تازه با معنای زندگی و کشف رسالت فردی و سمت و سو دادن به زندگی پیدا کردم.

گستره‌ی راه‌حل‌ها

چیزی که در طول دوره و بعد از آن می‌بینید دنیای وسیع و گوناگون از راه‌حل‌ها است

تغییر نگرش

نگاه نو به عاملیت خودم در حوزه روابطم با خودم، دیگران و جهان پیدا کردم.

انتخاب آگاهانه بودن خود

توی این دوره فهمیدم چطور روابطم روو جوری بسازم که همیشه می‌خواستم باشه.

زیستن مفاهیم، فراتر از کلمات

جملات قشنگ و کلیشه‌ای که در طول زندگی به ما می‌گویند که نمی‌دانیم که چطور آن را زندی کنیم، در این دوره فهمیدم چطور آن‌ها را زندگی کنم.

آرامش درونی

با ذهنی آشفته وارد شدم و با قلبی آرام دوره را به پایان رساندم.

از چه طریقی به کیفیت و اثربخشی خدمات متعهد هستیم؟

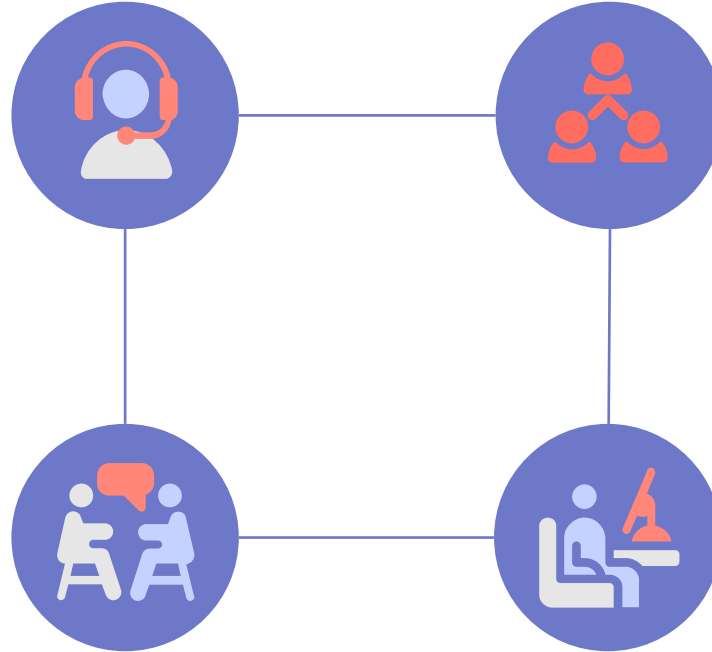
سرپرستی و میزبانی

از لحظه‌ی شروع همکاری تا پایان، افراد با میزبان و سرپرستی مرتبط هستید که آموزش‌های حرفه‌ای دیده‌اند و حمایت می‌کنند تا افراد بهترین بهره را ببرند.

منتورهای حرفه‌ای

منتورهای مدرسه سیمرغ بیش از ۱۰۰۰ ساعت آموزش‌های حرفه‌ای و تخصصی از جمله آموزش کوچینگ و منتورشیپ و تسهیلگری دیده‌اند.

این منتورها در کنار تک تک شرکت‌کنندگان در گفتگوهای فردی کمک می‌کنند موضوع خاص هر فرد بررسی و حل شود.



پشتیبانی همه جانبه

ما در مدرسه سیمرغ خود را در همه‌ی مراحل پاسخگوی کیفیت خدمات ارائه‌شده و نتایج مورد انتظار می‌دانیم.

ساختارهای آموزشی نوین

تمرین‌های توجه به جزئیات و ویژگی‌های آموزشی اثربخش برای بزرگسال در کنار استفاده از به‌روزترین منابع آموزشی، به همراه +۳ ساعت فایل آموزشی آفلاین، رضایت بالای آموزش‌دیدگان را ایجاد کرده است.

- با حضور کامل **بیاييد**: اين دوره فقط زمانی اثرگذار است که با توجه و تعهد در آن شرکت کنید.
- **کنجکاو باشيد**: اجازه بدهيد تجربه‌ها شما را شگفت‌زده کنند، نه ذهنیت‌های قبلی‌تان.
- با خود و **ديگران صادق باشيد**: فضای اینجا برای رشد شما است، نه برای پنهان کردن خود.
- به **ديگران گوش بدهيد و احترام بگذاريد**: همه اینجا برای یادگیری و رشد کنار هم هستند. به جای قضاوت، با کنجکاوی و پذیرش به تجربیات خود و ديگران نگاه کنید.
- **تمرین‌ها را انجام بدهيد**: تحول از دل تجربه و اقدام می‌آید، نه فقط از شنیدن.
- **وقت‌گذاری برای تأمل و نوشتن تمرین‌ها**: تغییر و رشد با آگاهی اتفاق می‌افتد، و نوشتن راهی عالی برای عمیق‌تر دیدن است.
- در جلسات آنلاین و گروه‌های **گفت‌وگو مشارکت کنید**: از مشاهده‌ی تجربه‌های ديگران یاد بگیرید و تجربه‌های خود را به اشتراک بگذاريد. هر مشارکت شما، چه یک سوال، چه یک تجربه، چراغی برای مسیر ديگران است.

عنوان نشست

تاریخ

روز

ساعت

نشست اول

۹ تیر

سه شنبه

۱۷ الی ۱۹

نشست دوم

۱۶ تیر

سه شنبه

۱۷ الی ۱۹

جلسه منتورینگ شخصی

متناسب با زمانبندی شخصی

نشست سهیم شدن

۲۳ تیر

سه شنبه

۱۷ الی ۱۹

نشست سوم

۳۰ تیر

سه شنبه

۱۷ الی ۱۹

جلسه منتورینگ شخصی

متناسب با زمانبندی شخصی

نشست چهارم

۶ مرداد

سه شنبه

۱۷ الی ۱۹

جشن پایانی

۱۳ مرداد

سه شنبه

۱۷ الی ۱۹

پیوند با
ارتباطات

پیوند با
زندگی

تقویم اجرایی

پیوند

غناي سفر زندگي

سفر توسعه فردي

مربیان دوره



علی ترقی جاه

مدرس دوره‌های تربیت تسهیلگر
طراح تجربه مخاطب باغ کتاب تهران
نویسنده و محقق



عاطفه حسینی

مربی توسعه و تحول فردی
کوچ و تسهیلگر

ساختار ثبت نام دوره پیوند

۷,۹۰۰,۰۰۰

مبلغ دوره پیوند ~~۹,۹۰۰,۰۰۰~~ تومان است.

برای پیش ثبت نام می توانید با پیش پرداخت ۹۰۰,۰۰۰ تومان از طریق لینک صفحه بعد اقدام نمایید.

گروهی، زوجین یا خانواده‌ها می توانند با ثبت نام هم‌زمان از هدیه ویژه ثبت نام بهره‌مند شوند.

اقدام برای حضور در دوره

برای ثبت نام و استفاده از فرصت حمایت یا
در صورتی که سوال یا دغدغه ای دارید با ما تماس بگیرید:

۰۹۰۱۶۹۵۹۰۹۴

