Palgainfo Agentuuri seminar

Kuidas mõtete vaigistamisega saavutada rahu ja selgus?

Avastame mõtlemise illusoorsuse ja õpime naasma vaikusesse

Heidi Grenman

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Kas vaikus on oluline?

Teekond

Inimese kvaliteedist sõltub kõik

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

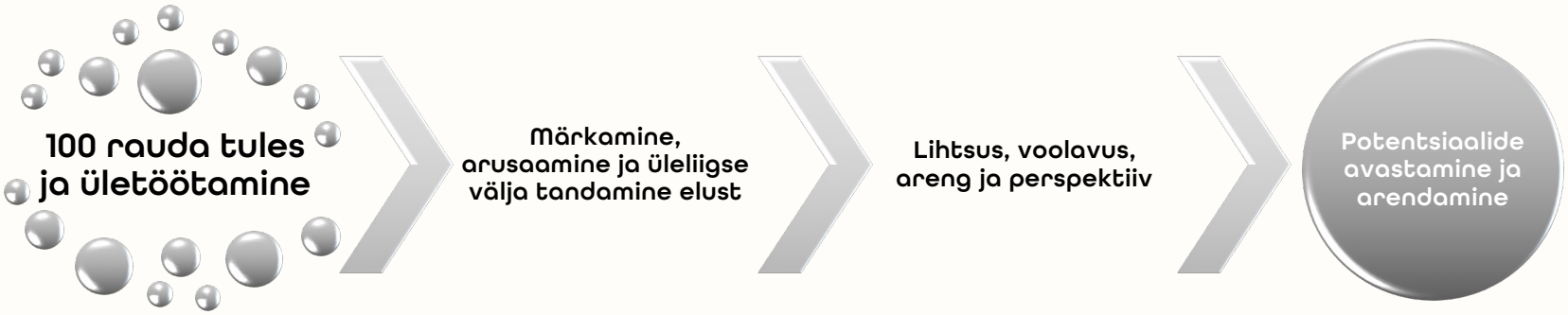
Teekond

- **Practical Consciousness Sihtasutuse** tegevjuht ja meetodi õpetaja
- **SEI Tallinna** finantsjuht, *Head of Operations & Collaboration,* juhtkonna liige
- **Rödl & Partner OÜ**, Saksa kontserni Eesti haru juht
- Elupõline ettevõtja

- **Akadeemiline haridus:** Strateegiline juhtimine, MBA *cum laude* Tartu Ülikool / *Universite de Fribourg* Sveits, Õigusteaduse BA Tallinna Ülikool
- **Sisemine haridus:** Practical Consciousness praktik al 2013, siddha jooga praktik al 2015

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Teekond suuremasse vaikusesse



PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Töö inimestega
Töö organisatsioonidega

- Inspiratsioon on uus motivatsioon
- Lihtsus ja selgus protsessides
- Arusaamise loomine
- Muutus ja areng – takistuste eemaldamine
- Teadliku ja inspireeriva koostöö loomine
- Keskendumine olulisele
- **Inimeste toetamine on organisatsiooni toetamine**

Uurime mõtlemist

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Kas sa oled märganud ... mõtteid peas?

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Kas mõtted segavad?

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Oled kohanud ülemõtlemist?

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Ei tule und, pea on pulki täis?

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Ta ei võta toru... mis juhtus?

PRACTICAL
CONSCIOUSNESS

Mõtted ketravad ja sa ei saa asu?

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Mida sa avastasid?

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Mineviku ja tuleviku mõtted?

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Mõtlemine baseerub mälul

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Meenuta SORDIT

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Mida sa avastasid?

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Mõtted – distants - märkaja

Mõtlemise kvaliteet ja kooskõla tegelikkusega

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Kuidas sulle tundub kas sinu mõtted kajastavad tegelikkust?

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Tehnika

Illusiooni paljastamine

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Mida sa avastasid?

Mõtlemise vaigistamine

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Tehnika

Mõtlemise vaigistamine

mõju

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Tagasiside

Mõtlemise puhtus, selgus, kooskõla tegelikkusega - selle mõju sulle endale ja teistele?

Tänud!

Tee end ise paremaks!
„Ainult sina ise saad end paremaks teha!“

PRACTICAL CONSCIOUSNESS

Kontakt



Heidi Grenman
Practical Consciousness SA tegevjuht ja õpetaja

heidi.grenman@practicalconsciousness.org
https://www.linkedin.com/in/heidi-grenman/
www.practicalconsciousness.com
Tel. +372 56464689


A method,
a movement,
a way of life,
PRACTICAL
CONSCIOUSNESS