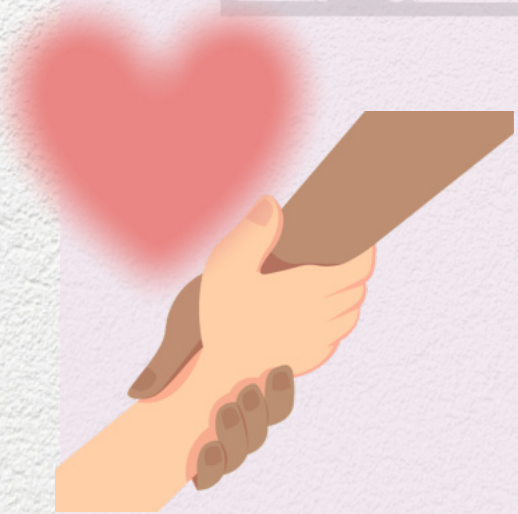
Ruhsal Uyanış®

TANUH ACADEMY DANIŞMANLIK HİZMETLERİ



TELEGRAM

INSTAGRAM

YOUTUBE
YOUTUBE 2

FACEBOOK
FACEBOOK 2

TANUH ACADEMY®

Human Design Nedir?

Bir insan varlığının, dünya sahnesinde oynayacağı rolü, nasıl bir kıyafet ve performans ile hangi yetenek, güçlü ve zayıf yönleriyle sergileyebileceğini gösteren bir plandır.
Bu plan, kişinin doğuştan gelen benlik güçleri ve gunaları yani kişilik ve psikolojik nitelikleridir.

Bireysel ruhun yani; jivanın tekamülü gereği maddi dünyayla olan bağlantısını, zihinsel ve fiziksel sağlığını yansıtan enerji haritasıdır. Gerçekte kim olduğumuzun DNA kodlarımıza yazılmış genetik kodlamalarıdır. Bu sistem, günümüz bilimi ve ezoterik bilgilerinin (biyoloji - psikoloji - manyetik alan - kuantum fiziği - iching - astroloji) birleştirilerek günümüz insanlığına yüksek prensiplerin armağanıdır.

Human Designımızı Neden Öğrenmeliyiz?

Bu sistem, kişinin nitel ve nicel özelliklerini bilmesini sağlayarak kendini kabul etmesinde katalizör etkisi yaratan bilgiler içermektedir. Sistemin armağanı, aynı zamanda başkalarını da anlayıp kabul etmemizin farkındalığını sağlayarak hayattaki direnci azaltmasıdır.

Kişinin kendisiyle olan bağını kuvvetlendirerek öz saygısını arttırırken; hayal kırıklığının, öfkenin, tatminsizliğin azalarak bittiği gözlemlenebilir.

Human Designımı Nasıl Öğrenebilirim?

Kişinin doğum tarihi, saati ve yeri bilgileri ile hesaplanarak uygulama üzerinden haritası çıkartılabilir.
Kapsamlı ve detaylı bir çalışma için **TANUH ACADEMY** bünyesinden destek alabilirsiniz.

Human Design Çalışması Yaptırmak İstiyorum, Ne Yapabilirim?

- Öncelikle doğum tarihi, saati ve yerini bilmeniz gereklidir. Gerekli bilgiler yetkili arkadaşımızla paylaşılır.
- Çıkartılan haritanız üzerinden yaklaşık 30-35 sayfa kadar detaylı analiz hazırlanır ve bu çalışma tarafınıza pdf belgesi olarak gönderilir.
- Human Design sisteminin ve detaylı analiz pdf belgesinin anlaşılmasına yönelik bilgiler ile bu analiz çalışmasının nasıl okunması gerektiği bilgilerinin aktarıldığı bir saatin üzerinde bir seans düzenlenir.
- İkinci bir seans ile haritadaki dip akıntıları, korku, kaygı gibi kodlamalar var ise, bunların üzerinde çalışmalar yapılır. İkinci seans talep edilmesi durumunda planlanır.

NUMEROLOJİ NEDİR?

Kozmozda her şey sayılardan ibarettir. Örneğin; günler, gezegenler, mevsimler numerolojinin makro kozmozdaki etkileri iken, mikro kozmoz bizim yaşam amacımız ile ilgili bilgi verir.
Adımız, soyadımız, doğum tarihimiz, lakabımız, evlilik tarihimiz, evimizin kapı numarası, eşimizden gelen yeni soyadımız; bize hangi enerjileri getirir, kaderimizi nasıl etkiler?....
Numeroloji, kendimizi tanımak, kendimize giden yolu aydınlatmak, kendi yaşam yolumuza uyumlanmak, misyon ve vizyonumuzu öğrenmek için sayılardan bilgi edinme ilmidir.

NUMEROLOJİK ANALİZ YAPTIRMAK BİZE NE KAZANDIRIR?

Numeroloji ile "Neden buradayım?" sorusuna cevap alabileceğimiz gibi amacımıza, yaratılışımıza uygun nasıl yaşayabileceğimizi, yaratılış içerisinde hangi yetenekler ile bedenlendiğimizi, karmik borçlarımızı, boş çakralarımızı, benzer olayları neden yaşayıp neden hayatımıza çektiğimizi ve potansiyelimizi öğrenebiliriz.
Evren bizlerle sayılar aracılığı ile konuşur.
Sayıların dilini bilmek; günlük, aylık hatta yıllık olarak bulunduğumuz enerjiyi okumaya, hayat amacımızı keşfedip, bu hayata bedenlenirken yanımızda getirdiğimiz veya getirmediğimiz enerjilere, sürekli tekrarlanan olayların nedenlerine, bağımlılıklarımıza, bırakmak isteyip de bırakamadıklarımıza, iç sesimize, sessiz tuttuğumuz tarafımıza, misyon ve vizyonumuza ışık tutar.

Kısacası kendimizi tanıyıp kabullenmeye, dönüştürmeye, potansiyellerimiz dahilinde kendimizin en iyi hali olabilmeye ve bedenlendiğimiz bu realitede yaşamımızı kolaylaştırmaya yardımcı olur.

NUMEROLOJİK ANALİZ NASIL YAPTIRABİLİRİM?

Adınızı, soyadınızı ve doğum tarihinizi internet sitelerinde veya telefondaki uygulamalara girerek bilgi edinebilir veya kapsamlı bir analiz için **TANUH ACADEMY** bünyesinden destek alabilirsiniz.

NUMEROLOJİK ANALİZ YAPTIRMAK İSTİYORUM NE YAPABİLİRİM?

- Doğum belgesinde kayıtlı olan şekilde adınızı, soyadınızı, doğum tarihinizi, kimlik üzerinde herhangi bir farklı yazılım veya belli bir yılda isim değişikliği oldu ise, evlilik tarihi ve eşten gelen soyad bilgilerinizi (kadınlar için) yetkili arkadaşımız ile paylaşıp analiz başvurunuzu yapabilirsiniz.
- Analiz görüşmeleri zoom üzerinden yapılıp analiz esnasında ses kaydı alınır. Seans bitiminde ses kaydı ile birlikte analiziniz pdf belgesi olarak sizinle paylaşılır.

Ruhsal Uyanış®

PSYCH-K® ÇALIŞMASI NEDİR?

PSYCH-K®, yeni inançlar ile bilinçaltı zihnini kişiye en iyi şekilde hizmet eden, en kolay, hızlı ve etkili olarak yeniden yapılandıran bir metottur.

PSYCH-K® metodu ile tam beyin hakimiyeti teorisi ve bilimsel araştırmaların yanı sıra zihnen, bedenen, ruhen sağlıklı ve huzurlu bir yaşam için kişiyi engelleyen inançları, destekleyici inançlara dönüştürebiliriz. Kendinizde kontrol edemediğiniz zihinsel, fiziksel, ruhsal vb düşünceler ve iyi hissettirmeyen fotoğraflar var ise, destek alabilirsiniz. Bunlar sizin kaynaklarınızı tüketir.

Bu kaynaklara ihtiyacınız olduğunda bağışıklık sisteminiz çöktüğü için artık iş işten geçmiş olur. PSYCH-K®, kendine yardım ve ruhsal olarak kendini idrak etmek için bir araçtır. PSYCH-K®, arzu ettiğiniz hayatı ortaklaşa yaratma gücüdür.

Sevgi, saygı, takdir, ilişki, iş performansı, spor performansı, özgüven, korku, kaygı, kişisel güç, kendine güven, maneviyat, yas / kayıp, bolluk, bereket, para, stres, travma, doğa ile birlik, hastalıklar; aklınıza ne gelirse hepsini PSYCH-K® yöntemi ile dengelemek mümkündür. PSYCH-K® değiştirmek istediğiniz eski düşünce ve davranış alışkanlıklarını sürdüren bilinçaltı inançlarını tanımlamak ve değiştirmek için basit ve kolay bir yöntemdir.

TANUH ACADEMY

PSYCH-K®, beyin korteksindeki iki yarım küreyle dengeli bir iletişim oluşturmak için tasarlanmış bir süreçtir.

Bu "tam beyin" duruşu, hayattaki hedeflerini destekleyen yeni öz evrimleşme inançları ile bilinçaltı zihnin yeniden programlanması için idealdir.
PSYCH-K®, inançlarınız ve hayatınızda istediğiniz deneyimler arasında bir dizilim sağlayarak kendi kendini geliştirme sürecinde size yardımcı olur.

PSYCH-K® SEANSI ALMAK İSTEYENLER

PSYCH-K® ile eski alışkanlıklarınızı sizi mutlu edecek yeni inançlara dönüştürmek isteyenler, seans için **TANUH ACADEMY** bünyesinden destek alabilirsiniz.



AİLE TERAPİSİ / DANIŞMANLIĞI

Aile Danışmanlığı / Terapisi Nedir, Ne İşe Yarar?

Toplumun en küçük yapı taşı olan aileyi önemli hâle getiren aile kavramı değil, bireylerdir.

Dolayısıyla bir aile kurumunun önemi ve kazanımı, aile bireylerinin ilişkilerine ve iletişim biçimine bağlıdır. Burada devreye giren kavram ise, aile danışmanlığıdır.

Aile danışmanlığı, aileyi oluşturan bireylerin, sorunlarına ve yaşam süreçlerine geniş bir açıyla yaklaşır.

Aile Danışmanlığı / Terapisi Konuları Nelerdir?

Aile danışmanlığı bu bağlamda aile bireylerinin iyi olma hâlini ve ilişkilerindeki sorunların temel kaynaklarını konu edinir.

Aile danışmanlığı sadece sorun merkezli ilerlemez.

Danışmanlığın kapsadığı evlilik ve çift terapisi alanı, çiftlerin kendi ailelerini oluştururken değişim ve gelişim açısından nasıl bir iletişim yolunu tercih edebileceklerine yönelik destek vermeyi de içerir.

Yani; aile danışmanlığı psiko-sosyal açıdan bireylerin sorun, sıkıntı, travma ya da becerileri hakkında fikir edinebilecekleri bir alan yaratır.

Bireyin kendi içsel süreçleri de aile ilişkilerinden ve aile bireylerinden etkilenebilir.

Dolayısıyla anksiyete, travma sonrası stres bozukluğu ve özgüven kaybı gibi sorunların kökeni, çocukluğa ve oradan da aileye uzanabilir.

Aile danışmanı, psikoterapi alanına bağlı kalarak terapi yöntemi uygular ve tedavi yolu sunabilir. Genel olarak bir aile danışmanı aşağıdaki konularla ilgili danışana yol gösterir:

- **Ebeveynlik Sorunları**
- **Ergenlik ve Gençlik Psikolojisi**
- **Aile İçi İletişimsizlik**
- **Aile Bireyinin Kaybı - Yas Süreci**
- **Kardeşler Arası Geçimsizlik ve Sorunlar**
- **Çocuk Gelişimi ve Eğitimi**
- **Çift - Evlilik ilişkileri**
- **Boşanma, Ayrılık Süreci**
- **Travma**

Aile İçindeki Değişimler, Gelişmeler ve Önemli Yaşam Geçişleri

Yukarıdaki sorunlara ve durumlara ek olarak ailenin yaşam dinamiklerinden kaynaklı her tür soruna göz atabilir.

TANUH® ACADEMY

Ruhsal Uyanış®

AİLE TERAPİSİ / DANIŞMANLIĞI

Aile Terapisi / Danışmanlığı Seansları Nasıl Planlanır?

Seanslara tüm aile üyeleri katılabileceği gibi danışmanın kararıyla ayrı ayrı görüşmeler de yapılabilir.

Aile Danışmanlık Hizmetinin Faydaları Nelerdir?

Genel olarak uzman bir psiko-sosyal destek, yaşadığınız zorlayıcı süreci atlatmanızı sağlar. Aile danışmanlık hizmeti ise, bireylerin birbirleriyle olan etkileşim ve iletişim sürecinde yaşanan problemlere yönelik yardımı içerir.

Bir sorun varsa ya da güçlü bir değişim gerçekleşecekse neden ruh hâlinizi bu süreçten bağımsız göresiniz ki? Her insanın tek başına çözemeyeceği sorunları olabilir ve işin içinde aile olduğu zaman durum daha da derinleşebilir. Terapi görerek durumu aşabilmek, kendi ruh sağlığınızın da olumlu yönde ilerlemesine katkı sunacaktır.

"Üzerini örttüğümüz her şeyin altında kalırız." Alice Miller

Aile içindeki tüm durumlar, tüm aile bireylerini etkilemese bile bir kişiyi etkileyecektir. Dolayısıyla tüm danışmanlık hizmetleri, o kişinin ruh hâlini iyi yönde geliştirmek için vardır. İnsanların oluşturduğu bir kurum olarak aile de onarılmaya ihtiyaç duyar ve danışmanlık hizmeti aile bireylerinin iyi olma ihtiyacına yanıt verir.

AİLE DANIŞMANLIĞI / TERAPİSİ SEANSI ALMAK İSTİYORUM NE YAPABİLİRİM?

Aile danışmanlığı / terapisi seans randevuları için **TANUH ACADEMY** bünyesinden destek alabilirsiniz.

TANUH® ACADEMY

YAŞAM KOÇLUĞU NEDİR?

Her insan, kendi içerisinde tam ve bütündür ve ihtiyaç duyduğu her türlü yanıtlara, çözümlere de sahiptir. Ancak dönemsel olarak o çözümlerin ortaya çıkacağı ortamları oluşturamıyor olabilir. Dolayısıyla bizim koçlukta yaptığımız şey, bu ortamların oluşmasına destek olmaktır.
Diğer bir anlatımla; koçluk, insanların içinde var olan gücü, var olan potansiyeli ortaya çıkartmak için sürdürülen, koçun ve danışanın birlikte yol aldığı bir yolculuktur.

Koçlar, bu yolculuk sırasında danışana güçlü, açık uçlu doğurtma soruları sorar ve gerektiğinde sondajlama soruları da kullanarak kişinin henüz göremediği potansiyelini ortaya çıkarır.

Aslında kişiyi hareket etmekten alıkoyan, dönüştürmek istediği ancak farkında olmadığı konuları fark etmesini sağlar. Koçluk keşfettiren, bir değişim yöntemidir. Koçluk kim olduğunuzun, ne istediğinizin ve buna nasıl ulaşacağınızın keşfidir.
Koçlar, terapist, psikolog, psikiyatr değildir. Bu alanlar çok ciddi uzmanlık gerektiren disiplinlerdir. Koçlar arkadaş değildir; koç ve danışan arasında profesyonel bir ilişki kurulur.

Ruhsal Uyanış®

NEDEN YAŞAM KOÇLUĞU SEANSI ALMALIYIZ?

Koçluk seanslarında kişinin bazen yüzleşmekten kaçındığı, bakmaktan korktuğu, baksa da göremediği içine bakabilmesi için, güçlü sorularla ayna tutulur.

Dolayısıyla yaşam koçluğu seansları, kişiye farkındalık kazandırır.

Koçluk bir keşif yolculuğudur.

Farklı bakış açıları olabileceğini göstererek gerekirse danışanın bakış açısını değiştirmesini sağlar. Danışanın üzerinde çalışmak istediği belirli bir konu üzerinde seans yapılabildiği gibi, eğer danışan için konu belirsizse; koçlar, keşif sorularıyla seansı danışana fayda sağlayacak şekilde yönlendirerek üzerinde çalışılması gereken konuyu tespit eder.

YAŞAM KOÇLUĞU SEANSI ALMAK İÇİN NE YAPMALIYIM?

Kendinizi keşif yolculuğunuzda yalnız olmak zorunda değilsiniz. Bu yolculuğunuzda size eşlik etmemizi isterseniz **TANUH ACADEMY** bünyesinden destek alabillirsiniz.

TANUH® ACADEMY

DÖNÜŞÜMSEL DANIŞMANLIK

Ruhsal Uyanış®

Zihnimiz, çocukluğumuzdan bu yana duyduğumuz, izlediğimiz, öğretilen ve inandırıldığımız, doğru ve yanlış olarak kabul ettiğimiz her şeyi saklar. Mesela çocukluğumuzda bize "hak etmediğimiz" inancı kodlanmışsa, bizler bunu şu anki hayat döngümüzde içinden almamız gereken dersi alana kadar yaşar dururuz. Kalıplaşmış öğretilerin, toplum ve inanç sistemlerinin oluşturduğu blokaj haline gelen duygu, bedende saklanır ve seanslarla yüzeye çıkar.

İlişkilerdeki İletişim, dört unsurun yardımıyla gerçekleşir:

- Yargılarımızdan bağımsız olaylara GÖZLEM yapmak;
- Doğrudan yüreğimizdeki DUYGUları fark etmek;
- Değer ve özlemlerimizi ifade ederek İHTİYAÇlarımızı dile getirmek;
- Net ve olumlu eylem dilinde ifade ettiğimiz RİCAlarda bulunmak

Meditatif seanslarımızla yaptığımız koçluk tam bir yol arkadaşlığıdır. Gidilecek yolda siz sürücülük yaparken yanınızda oturan co-pilotunuzdur. Yol ve yolculuk herkesin kendisine özgü ve muhteşemdir. Siz de yaşadığınız döngülerinizi çözümlemek, inançlarınızdan özgürleşmek, olasılıklarınız ile iletişime geçerek ne istediğinizi öğrenmek istiyorsanız, bu içsel yolculuğa hazırsınız demektir.

Dönüşümsel danışmanlık hizmetimiz için **TANUH ACADEMY** bünyesinden destek alabillirsiniz.

TANUH® ACADEMY

Ruhsal Uyanış®

NEFES KOÇLUĞU VE DANIŞMANLIĞI

NEFES KOÇLUĞU NEDİR?

Nefes koçu, doğru nefes, diyafram ve farkındalık üçlüsünü birleştirerek kişilerin bütünsel olarak nefes geçişlerini, doğduğu ilk ana döndürmesine yardımcı olmaktadır.

Bu da bütünsel nefes alışına geçen kişilerin, kolay nefes tekniklerini kullanarak yaşamlarındaki çok çeşitli konularda kaliteyi arttırmalarına yardımcı olacaktır.

NEFES KOÇLUĞU SEANSLARI NE İŞE YARAMAKTADIR?

Hücresel oksijen alımı sağlanması ile çok daha sağlıklı, genç ve zinde bir yaşam sürdürmek, diyafram ve burnun ortak olarak kullanımını aktifleştirmek; yaratıcılığın, üretkenlik bolluk ve bereketin hatta saklı kalan potansiyelin ortaya çıkması sağlanmaktatır.

Yaşamı kolaylaştırmakta olan nefes tekniklerinin kullanımı ile kişilere; uyuma - uyanma, zindelik, konsantrasyon sağlama, odaklanma, zihni susturma, hafıza geliştirme, stres kontrolü, heyecan kontrolü, konuşmacılar için çeşitli teknikler, kondisyon kazanımı, horlama, tik bozuklukları, tırnak yeme, bacak sallama gibi çeşitli bağımlılıkların yanı sıra astım, alerji, KOAH, tansiyon, migren, geniz eti problemleri, sürekli olan burun tıkanıklığı, panik atak, anksiyete, kekeleme gibi çok çeşitli rahatsızlıklara karşı destek olunmaktadır.

NEFES KOÇLUĞU SEANSI ALMAK İSTİYORUM NE YAPABİLİRİM?

Siz de Nefes Koçluğu danışmanlık seansı alarak hem hayat içerisinde hem bedenen tazelenin. Danışmanlık almak için **TANUH ACADEMY** bünyesinden destek alabilirsiniz.

TANUH® ACADEMY



EFT (DUYGUSAL ÖZGÜRLEŞME) SEANSI

EFT tekniği (Emotional Freedom Techniques / Duygusal Özgürleşme Tekniği); vücudun etrafında bulunan enerji meridyenlerinin uç noktalarına dokunmayı içeren, fiziksel gerilimi azaltmak ve daha derin bir zihin-beden bağlantısını teşvik etmek için yapılan bir çalışmadır.

EFT; hem psikolojik sorunları hem de fiziksel ağrıyı yönetmek için kullanılabilir. EFT ile tedavi edilebilen en yaygın problemler şöyledir:

- Kronik ağrı,
- Endişe ve depresyon,
- Travma sonrası stres bozukluğu,
- Topluluk önünde konuşma korkusu ve diğer sosyal endişeler / korkular,
- Kısa süreli veya kronik stres,
- Kas gerginliği ve eklem ağrısı,
- Yorgunluk ve enerji seviyelerini arttırma,
- Gerginlik, baş ağrıları,
- Yiyecek istekleri ve duygusal beslenme,
- Düşük benlik saygısına bağlı duygusal sorunlar,
- Atletik performans, odaklanma ve koordinasyon ile ilgili zorluklar,
- Uyku problemi.

TANUH® ACADEMY

EFT tekniği, olumsuz duygularla ilgili oldukça hızlı değişim sağlayabilen, oldukça etkili bir yöntemdir. (Örneğin; stres, öfke, korku, endişe, üzüntü, suçluluk, güvensizlik, nefret, kıskançlık, özgüven, terk edilme, bazı kaygılar gibi konularda kullanılabilir.)

EFT tekniği nedir, ne değildir diye merak edenlere özetle diyebiliriz ki; Duygusal Özgürleşme Tekniği olarak da bilinen EFT Tekniği; öfke, üzüntü, endişe, kaygı gibi olumsuz hisleri, fobileri, bağımlılıkları, geçmişten kalan tüm izleri ve geleceğe ait endişeleri arındırmak için parmak uçlarıyla vücuttaki bazı meridyen noktalarına hafif vuruşlarla yapılan muhteşem bir tekniktir.

Bu tekniği uygulayarak öğrenmek, kendi başınıza olduğunuz zamanlarda da kolaylıkla uygulamak için **TANUH ACADEMY** bünyesinden destek alabilirsiniz.

Ruhsal Uyanış®

BİZE ULAŞMAK İÇİN

TANUH ACADEMY

TELEGRAM

INSTAGRAM

YOUTUBE
YOUTUBE 2

FACEBOOK
FACEBOOK 2

TANUH ACADEMY®