Mening
i Livet
Två dagar som kan
förändra din framtid
UL 3

Vad skulle hända om du verkligen förstod vad som ger ditt liv mening?

Mening i Livet (MiL) är en kraftfull och upplevelse-baserad workshop för dig som är i en fas av omvärdering, nystart eller fördjupning i livet. Under två halvdagar – och ett individuellt coachsamtal efteråt – får du guidning, insikter och verktyg som hjälper dig att hitta det som verkligen spelar roll i ditt liv.

Resultat

Målet är att du ska lämna utbildningen med:

- Motivation och en starkare känsla av meningsfullhet
- Insikter som utgår från dina förutsättningar, utmaningar och mål
- En tydlig plan för hur du vill leva ditt liv

Men framför allt – du får verktyg som hjälper dig att leva mer i linje med det som verkligen betyder något för dig.

Investering

Tid: Två dagar i grupp och ett individuellt coachsamtal

Pris: 4.825 kr + moms

Boka tidigt-rabatt:

50% vid anmälan innan 1/8

Processledare

Ulrik Lork är en internationellt certifierad coach och konsult med mer än 30 års erfarenhet av personlig och professionell utveckling.

Varför välja Mening i Livet?

MiL är för dig som:

- ➢ Är ”mitt i livet”
- ➢ Vill få ökad självinsikt och tydligare förståelse för vad som driver dig
- ➢ Hitta motivation och använda dina styrkor
- ➢ Ta kontroll över din framtid och dina val

Genom workshopens struktur kommer du att:

- ✓ Förtydliga din egen Gyllne Triangel
- ✓ Upptäcka det som ger ditt liv mening
- ✓ Skapa en konkret handlingsplan för din framtid

MiL bygger på modern forskning och beprövad erfarenhet:

- ❖ Positiv psykologi
- ❖ Existentiell psykologi
- ❖ ACT – Acceptance and Commitment Therapy

Du får en trygg, engagerande och praktisk process där du steg för steg leds mot större klarhet och riktning.

Tider & plats:

21/8 kl. 13-17 & 22/8 kl. 9-13 i centrala Göteborg

Anmälan & info:

ulrik@ul3.se

0708-619181

”Jag fick verktyg som hjälper mig att leva i linje med det som verkligen betyder något för mig”

UL³