

«Границы ТОЛЬКО В ТВОЕЙ ГОЛОВЕ»

Твой личный путь к себе — в формате рабочей тетради.



От мысли — к действию. От действия — к результату.



Что это и для кого это?

25 тем-шагов, от основ (фокус, эмоции) к сложным задачам (цели, роли, устойчивость). Это твой личный коучинг на бумаге.

- ✈ Для тех, кто устал от теории и хочет действовать
- ✈ Для тех, кто ведёт дневники, но хочет структуры и глубины
- ✈ Для компаний, которые хотят инвестировать в осознанность и устойчивость своих сотрудников



Это не книга. Это — диалог.

Почему это работает?

Три столпа эффективности:

- ✦ **СИСТЕМА:** Не набор упражнений, а продуманный маршрут. От простого к сложному.
- ✦ **ДИАЛОГ:** Ты не читаешь, а разговариваешь с собой. Я, как автор, задаю тебе правильные вопросы, а ты находишь свои, единственно верные, ответы.
- ✦ **АРТЕФАКТ:** Ручная работа, замшевая обложка, латунная табличка. Ценный объект, мотивирующий работать, хранить и возвращаться к нему.

Это обещание, которое ты даёшь себе.

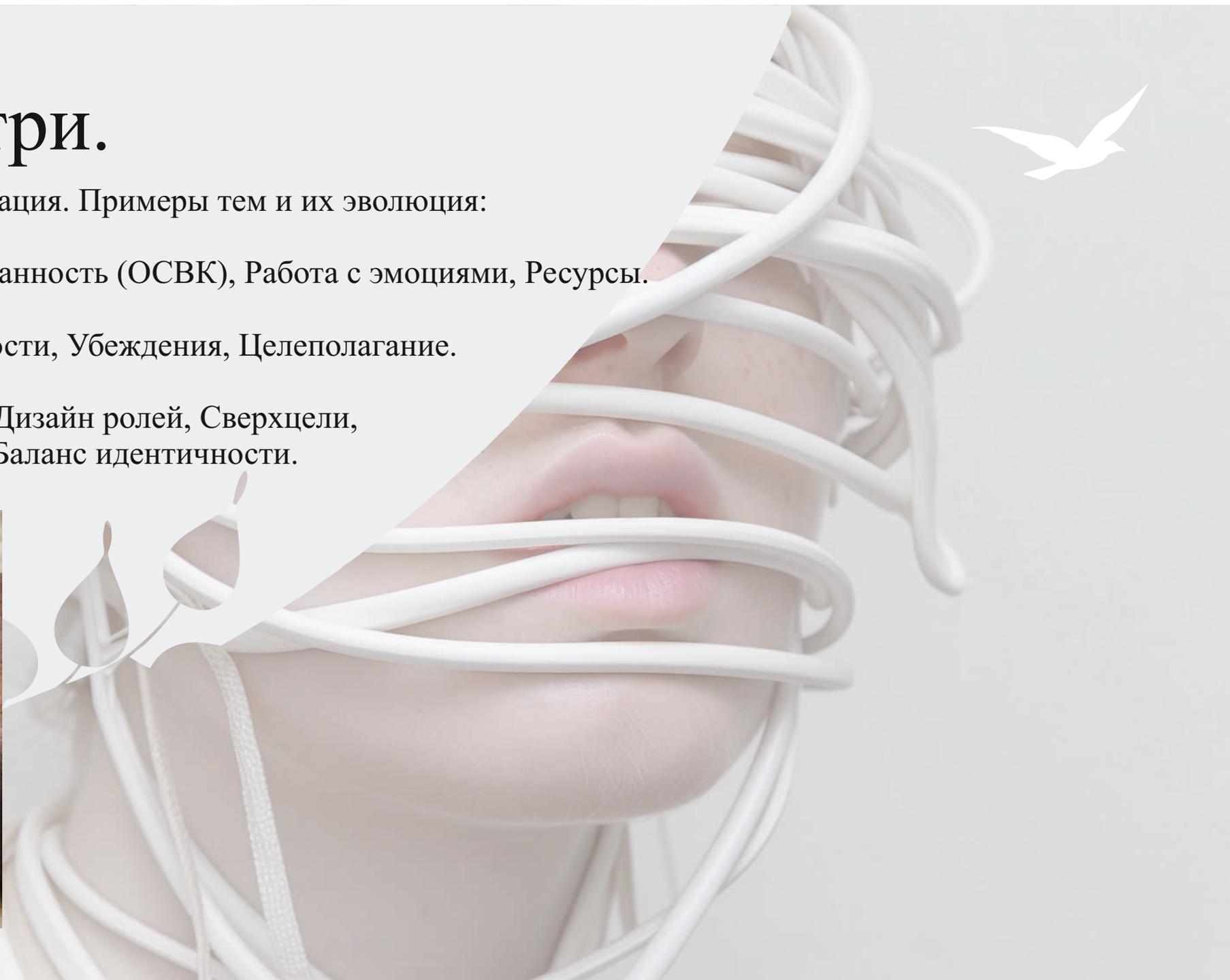


Глубина там, где другие останавливаются.

Взгляд изнутри.

Как построена твоя трансформация. Примеры тем и их эволюция:

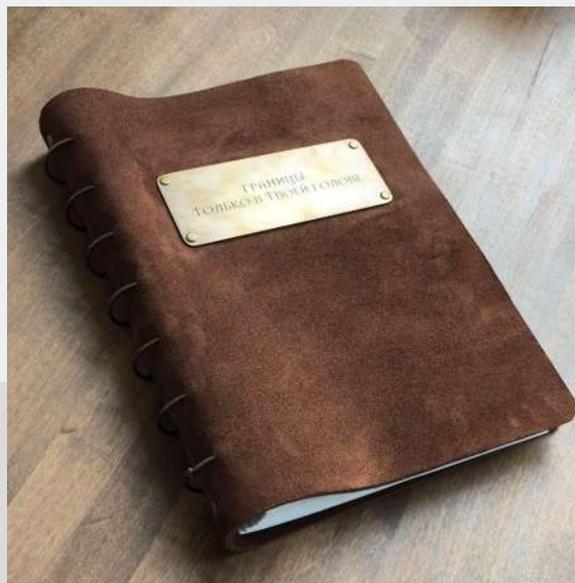
- ✦ **Базовый уровень:** Осознанность (ОСВК), Работа с эмоциями, Ресурсы.
- ✦ **Средний уровень:** Ценности, Убеждения, Целеполагание.
- ✦ **Продвинутый уровень:** Дизайн ролей, Сверхцели, Баланс идентичности.



Ценность для бизнеса.

Инвестиция в твой самый важный актив — команду.
Проблемы, которые решает тетрадь:

- ✦ **Выгорание и стресс** → через техники работы с эмоциями и ресурсами.
- ✦ **Низкая личная эффективность** → через прокачку целеполагания и планирования.
- ✦ **Отсутствие лояльности** → через демонстрацию реальной заботы о развитии сотрудника.



Корпоративное применение.

Результаты.

Что ты получишь?

- **Результат 1:** Ясность в целях и ценностях
- **Результат 2:** Навык управления вниманием и эмоциями
- **Результат 3:** Инструменты для преодоления трудностей
- **Результат 4:** Личная система развития на годы вперёд



Инструмент на всю жизнь.

Ответ на главный вопрос.

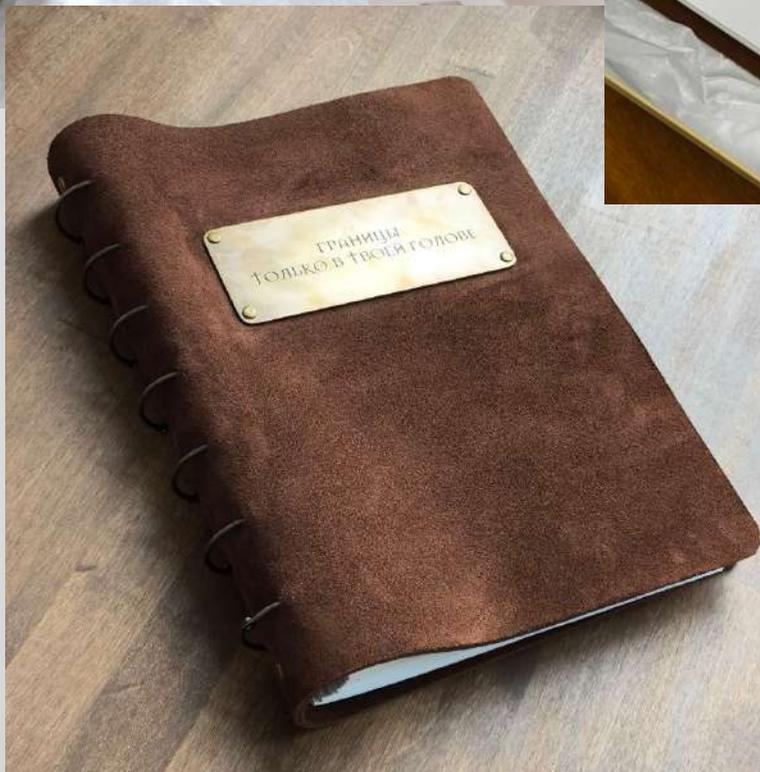
Почему 10 000 рублей — это инвестиция, а не расход?

Сравнение с альтернативами:

- ✦ Коучинг (10 сессий): от 75 000+ руб.
- ✦ Тренинги (неделя): от 25 000+ руб.
- ✦ Моя книга-тетрадь: 10 000 руб.

Что ты покупаешь на самом деле:

- ✦ Не бумагу, а структурированный опыт и знания.
- ✦ Работу в своём темпе и инструмент на всю жизнь, к которому можно возвращаться.
- ✦ Экономия 65 000+ рублей при сопоставимой глубине проработки.
- ✦ Каждый экземпляр собирается вручную.



Трансформация уже СЕГОДНЯ.



- ✦ **Вариант 1:** Заказать персональный экземпляр
- ✦ **Вариант 2:** Запросить коммерческое предложение для компании
- ✦ **Вариант 3:** Получить консультацию автора

Контакты

E-mail: info@lavkaremeslennika.ru

Телефон: 8 905 289 00 87

Адрес: 190020, г. Санкт-Петербург,
наб. Обводного канала, д.148 к.2
литера А, помещ. 22-н, офис 337

