



BAŞLANGIÇ EĞİTİMLERİ

Nefesini Yeniden Kazan™ (NYK)

TBF Başlangıç Seviyesi Eğitimlerinden bir tanesi olan NYK, katılan kişilerin Transformal Nefes®'in üç seviyesini öğrenmelerini ve eğitim süresince dört veya beş güçlü nefes seansı ile bu üç seviyeyi deneyimlemelerini sağlamaktadır.

Başlangıç Seviyesi Eğitimlerine katılmak için herhangi bir ÖN KOŞUL YOKTUR.

Profesyonel Akreditasyon için gerekli DEĞİLDİR.

TBF Eğitimci ve Kıdemli Eğitimci tarafından Sertifikalı Koçlar ve Stajyer Koçlar tarafından gerçekleştirilir.

NYK Transformal Nefes'i minimum taahhülle maksimum sonuç alacak şekilde deneyimlemenin mükemmel bir yoludur.

Birçok kişi NYK'yı daha yoğun çalışmalara (örneğin 6 günlük seminer) katılmadan önce deneyimlemeyi tercih etmektedir. Bu çalışmada kendi nefes alma kalıbımızı tanıyoruz, nefesimizi açmaya başlıyoruz ve bunun sonucu olarak hayatımızın akışında ciddi değişimlerin olduğunu hissediyoruz. Daha sonra ise nefesi bilinçdışımızdaki olumsuzlukları temizlemek için kullanmaya geçiyor ve Transformal Nefes'in hücresel hafızamızı nasıl temizlediğini bilimsel bir şekilde anlamaya başlıyoruz.

Nefesi daha fazla ruhsal farkındalık yaratmak ve kendimizi ruhsal hediyelere açmak için nasıl ve neden kullandığımızı keşfediyoruz. Evde kendi kendimize Transformal Nefes çalışmasına devam edebilmemizi sağlayacak bilgi ve araçlara sahip oluyoruz.

Varoluş Nefesi™ (VAN)

VAN içerik olarak NYK'de işlenen temel konuların üzerine kurulu TBF Başlangıç Seviyesi Eğitimlerinden bir tanesidir. Bu dinamik eğitimin birlikte sunduğu iki çok etkili bütünleme aracı olan Transformal Nefes ve Varoluş Süreci sayesinde katılımcılar kendileri ve dünyaları hakkında daha derin bir içgörü ve anlayış kazanırken, nedensel seviyede kişisel dönüşüm ve derin bir iyileşme yaşama şansını yakalıyor.

- Başlangıç Seviyesi Eğitimlerine katılmak için herhangi bir ÖN KOŞUL YOKTUR.
- İsteyenler Başlangıç Seviyesi Eğitimlerine katılmadan doğrudan Kişisel Seminere veya Level I, II ve III eğitimlerine katılabilir.
- Profesyonel Akreditasyon için gerekli DEĞİLDİR.
- TBF Eğitimci ve Kıdemli Eğitimci tarafından Sertifikalı Koçlar ve Stajyer Koçlar tarafından gerçekleştirilir.

Varoluş Nefesi™ Başlangıç Seviyesi Eğitimi size en az dört tam nefes seansının yanı sıra sizi Michael G. Brown tarafından yazılan ve büyük ilgi gören "Varoluş Süreci" adlı kitapla tanıştıran bir program sunmaktadır.

Program boyunca Varoluş Süreci yolculuğuna dair temel bir anlayış kazanırken kitaptan hayatımızı değiştirebilecek bazı egzersizleri de uygulama fırsatımız olmaktadır. Bu iki dinamik aracın birlikte kullanılması öncelikle daha fazla anda var olma ve hayatımızı varoluş penceresinden yaşama yeteneğini geliştirmek olmak üzere üzerimizde birçok dönüştürücü etki yaratmaktadır.

VIDEO: [YouTube](#)'de Michael'ın Transformal Nefes hakkındaki konuşmasını dinleyin. (İngilizce)

[Varoluş Süreci sayfamızı](#) ziyaret edin. (İngilizce)

Mobil cihazdaysanız [mobil Varoluş Süreci](#) sayfamızı ziyaret edin. (İngilizce)

Nefesle Hareket™ (NHA)

NHA bedenin hareketini araştıran, deneyimsel anatomi kullanarak hareketin şifa gücünü harekete geçiren ve bunu Transformal Nefes'in gücüyle birleştiren resmi TBF Başlangıç Seviyesi Eğitimlerinden bir tanesidir.

- Başlangıç Seviyesi Eğitimlerine katılmak için herhangi bir ÖN KOŞUL YOKTUR.
- Profesyonel Akreditasyon için gerekli DEĞİLDİR.
- TBF Eğitimci ve Kıdemli Eğitimci tarafından Sertifikalı Koçlar ve Stajyer Koçlar tarafından gerçekleştirilir.

NYK'de işlenen temel konuların etrafında şekillenen Nefesle Hareket™, günlük yaşamdaki nefes kalitemizi artırmaya, kendimizi yaşamın getirdiği tüm potansiyele ve olasılıklara açabilmemize ve bedenimizi hareket ettirmenin basit ama etkili yollarını öğrenmemize yardımcı olmak için tasarlanmıştır.

Bu çalışma ile kan dolaşımımız ve endorfin hormonu salgımız artıyor, enerjisel blokajlarımız çözülmeye başlıyor ve kendimizi daha sağlıklı hissediyoruz. Bedenin kendi kendini iyileştirme kapasitesini harekete geçiren ek yöntemler öğreniyoruz, bedenimiz ve hareketimiz ile ilgili farkındalığımız artıyor ve an be an daha dolu yaşamaya başlıyoruz.

NHA programı dans ve hareket konusunda uzun yıllardır çalışan ve 1. Derece Nia siyah kuşak sahibi eğitimcimiz Adelle Brewer ile birlikte geliştirilmiştir.

KİŞİSEL SEVİYE Eğitim Programları

Seminer (Level I, II ve III)

Seminer içerik olarak Level I, II ve III eğitimlerinin tamamını içeren 6 günlük bir programdır.

- Seminere katılmak için herhangi bir ÖN KOŞUL YOKTUR.
- Seminer programı bazen 6 günlük programa katılmaya müsait olmayan katılımcılar için 3 hafta sonuna bölünerek veya iki adet üç günlük program halinde de sunulmaktadır.
- Level I, II ve III eğitimleri farklı sırayla alınabilir.
- Seminerler Kıdemli Eğitimci tarafından organize edilir ve genellikle katılımcı sayısının 3'te 1'i veya yarısı oranında koçun desteğiyle gerçekleştirilir.

PROGRAM İÇERİĞİ:

Seminerin amacı nefesi kullanarak nispeten kısa bir zaman dilimi içerisinde güçlü ve kalıcı bir kişisel dönüşüm yaratmaktır. Seminer haftası ile birlikte kendi nefesimizin ustası olma sürecine giriyor ve nefesteki bu ustalığımızın aynı şekilde yaşamımıza ve yaşam enerjimize nasıl yansıdığını anlamaya başlıyoruz. Aynı zamanda evde kendi kendimize nefes seansı yapabilmek için gerekli araçları ve bilgiyi almış oluyoruz.

Seminer boyunca katılımcılar Transformal Nefes'le çalışmanın birçok farklı yolunu öğrenerek seminer sonrasında nefesi günlük hayatlarının önemli bir parçası haline getirmeye hazır hale geliyorlar. Seminer süresince katılımcılar her gün iki veya üç nefes seansı alıyorlar.

Seminerde yapılan çalışmalardan bazıları ise aşağıdaki gibidir:

- Tam diyafram nefesinin farklı şekillerde ve yollarla deneyimlenmesi, eşli nefes, oturarak nefes seansı, üçüncü göz nefesi, boğaz çalışması, su altında nefes, Nanu/mini seans, 8.-12. çakraların açılması, beynin dengelenmesi ve ayna nefesi.
- Tibet'in Gençlik Pınarı 5 Ritüeli
- "The Work" Yargı Çözüm Süreci
- Ruhsal İkili İletişim
- Yeni Enerji Teknolojileri
- İçimizdeki Çocuk Çalışması
- Oyunlar
- Affetme Egzersizi
- Bolluk Bereket Planı
- Sesle Şifa
- Nefes Analizi
- Beden Haritalama
- Seans öncesi ve sonrası Transformal Koçluk

Level I

Bir hafta süren seminerin üç kısmından ilkidir. Genellikle bir hafta sonu süren bu çalışmada yapılanlar FİZİKSEL varlığımıza odaklanır.

Level II

Bir hafta süren seminerin üç kısmından ikincisidir. Genellikle bir hafta sonu süren bu çalışmada yapılanlar ZİHİNSEL VE DUYGUSAL varlığımıza odaklanır.

Level III

Bir hafta süren seminerin üç kısmından sonuncusudur. Genellikle bir hafta sonu süren bu çalışmada yapılanlar RUHSAL varlığımıza odaklanır.

PROFESYONEL SEVİYE Eğitim Programları

(Sertifikasyonun İkinci ve Son Aşaması)

Level IV

Level IV Transformal Nefes KOÇLUK EĞİTİMİDİR.

- ÖN KOŞUL: Kişisel Seviye eğitiminin (6 günlük seminer veya ona eşdeğer Level I, II ve III eğitimleri) tamamlanmış olması.
- Ek olarak, her seviye (Level) bir öncekinin üzerine inşa edildiği için TÜM SEVİYELERİN SIRAYLA alınmış olması gereklidir.
- BÖLÜMLER: Level IV eğitimi A ve B olarak iki bölümde veya 1, 2, 3 olarak üç bölümde sunulmaktadır. İçerik değişmemektedir.
- Öğrenciler gerekli olduğu taktirde A-B programından 1-2-3 programına geçiş yapabilirler. Bu durumda herhangi bir eksik kalmaması için bazı içeriklerin tekrar alınması gerekebilir; ancak, tamamlanan günler için ders kredisi kazanılmış olur.

PROGRAM İÇERİĞİ:

Seminerin yaşamınızı değiştirici derin etkilerini deneyimledikten sonra bu çalışmayı daha derinden öğrenerek başkalarıyla paylaşmak için içinizde bir çağrı hissedebilirsiniz. Level IV katılımcılara Transformal Nefes'i profesyonel olarak yapabilmeleri ve sertifika alabilmeleri için gerekli olan koçluk becerilerinin ve tecrübesinin kazandırılmasına odaklanmış olan 15 günlük bir eğitimidir.

Üç modül olarak gerçekleştirilen eğitimin ilk modülünde katılımcılar Transformal Nefes'i uygulamak için gerekli olan Nefes Analizi, Mucize Bilinci, "The Work" çalışması, psikolojik-ruhsal beden haritalaması ve diğer pratik uygulamalarla, seans içeriği, tonlama, çağrılar, temel entegrasyon alanları, danışanlarla çalışma, Transformal Nefes'in özel unsurları, Transformal Nefes mentörlüğü gibi yaklaşım, teknik ve araçları öğrenirler.

Modül 2'de ise koçluk kavramları, uygulamaları ve amaçlarına ulaşmalarına yardımcı olabilmek için danışanların inançları ve davranışları ile nasıl çalışılması gerektiği konuları işlenmektedir. Modül spesifik olarak Transformal Koçluk becerilerini geliştirme ve uygulama, birden fazla danışanla çalışma, nefes kalıplama, anatomi, Mucize Bilinci geliştirme gibi konuları içermektedir.

Modül 3 danışanlarla daha derin çalışma yöntemleri, çocuklar, yaşlılar, hamileler, doğum yapanlar, astım hastaları, kalp hastaları gibi özel gruplarla çalışma ve ileri seviye Nefes Analizi konularına odaklanmaktadır. Modül, çalışma sistemi oluşturmak, kayıt/geri bildirim formları, çocuklar için özel program hazırlama, toplum yararına çalışmalar, gruplarla çalışma, doğrudan danışanla deneyimin olduğu klinik çalışması, sınav hazırlığı, sınav, ideal yaşamı kurgulama, enerji uyumlanması gibi bölümlerden oluşmaktadır.

EĞİTİM SONRASI

Level IV eğitimini tamamlayan bir Koç TBF programlarında görev alarak koçluk stajını yapmaya ve sertifikasyon için gerekli diğer koşulları yerine getirmek için çalışmaya başlayabilir. Bu aşamada isterse Transformal Nefes atölye çalışmaları yapmak için gerekli olan Level V eğitimini de alabilir.

Level V

Level V TBF'in EĞİTMENLİK EĞİTİMİDİR.

- ÖN KOŞUL: Level IV eğitiminin tamamlanmış olması. (Zamanlama koşulları nedeniyle bazı istisnalar yapılabilir).
- Level V eğitimi 7 günlük bir eğitimidir.

PROGRAM İÇERİĞİ:

Level V eğitimi katılımcıların hayatını değiştirecek potansiyele sahip çok deneyimsel bir eğitim olarak tasarlanmıştır. Transformatif Nefes eğitmeni olup olmayacağınızdan bağımsız olarak bu program, sizin kendi hakikatınızı ifade etmek, özgüveninizi geliştirmek ve gerçekten kim olduğunuzu daha önce hiç olmadığı kadar keyifli ve kendinizden emin bir şekilde paylaşmak için müthiş bir fırsattır. Bu eğitimde Transformatif Nefes bilinci ve tekniği hakkında ileri derecede bir anlayış kazanmanın yanı sıra aşağıdaki konularda deneyim kazanma fırsatımız olmaktadır:

- Etkili sunum becerileri
- Misyonundan yola çıkarak öğretme
- Grup dinamikleri ve liderlik
- Eğitim içeriğini organize etme ve program yapısı oluşturma
- Farklı öğrenme stillerini destekleme
- Kalpten liderlik yapabilme becerisini geliştirme
- Hedefleri netleştirme ve niyetin gücünü deneyimleme
- Kendini kalpten sahici bir şekilde ifade etme
- Bol bol nefes, bağlantı ve eğlence!

EĞİTİM SONRASI

Level V mezunu olarak Transformatif Nefes'in gücünü daha derinden ve bütünsel olarak idrak edeceksiniz. Bir sonraki adımınız kendi Seminer ve hafta sonu eğitimlerinizi yapabilmek için iki adet Seminerde Yardımcı Eğitmenlik yapmak olabilir.

TBF Eğitim Yolu



A ⇒ Başlangıç Eğitimleri/ Özel Eğitimler

Nefesini Yeniden Kazan™ (RYB)
Varoluş Nefesi™ (VAN)
Nefesle Hareket™ (NHA)
Diğerleri...

A YOLU solda yer alan bazı programlar aracılığıyla daha kademeli bir başlangıç deneyimi sunmaktadır.

Süre: Genellikle bir hafta sonu.

B ⇒ Kişisel Seviye Eğitimler

Seminer
veya
Level I,II, III

B YOLU daha hızlı, yoğun ve geniş kapsamlı bir eğitim deneyimi sunmaktadır. Profesyonel seviyelere geçiş için ön koşuldur.

Süre: Toplam 1 hafta.

Profesyonel Seviye Eğitimler (Koçluk)

Level IV
Bölüm A ve B
veya
Bölüm 1,2 ve 3

Level IV eğitimi alabilmek için Kişisel Seviye eğitimleri ön koşuldur. Bu seviye Sertifikalı Koç olmak için ilk adımdır.

Süre: Toplam 2 hafta.

Profesyonel Seviye Eğitimler (Eğitmenlik)

Level V

Level V eğitimi alabilmek için Level IV eğitimi ön koşuldur. Bu seviye Sertifikalı Eğitmen olmak için ilk adımdır.

Süre: Toplam 1 hafta.