



NEUROTRANSFORMATIO

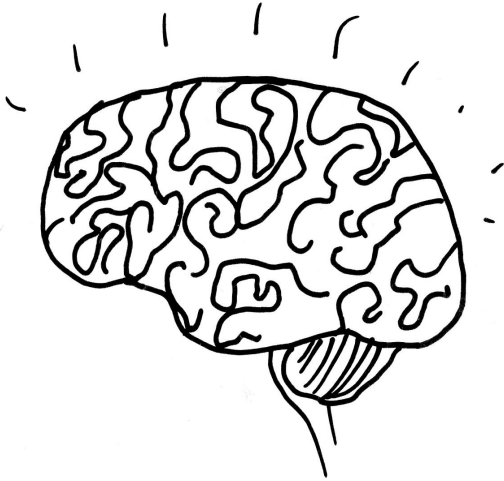
Neurotieteen keinoin hyvinvointiin

Webinaari 12.2.2025

Tanja Sipilä

MUUTOKSEN ANATOMIA 1

Neurotransformaatiovalmennus



6 kuukauden prosessi, jossa:

- Opimme ymmärtämään omaa järjestelmäämme
- Päättämme jopa vuosikymmeniä jatkuneet hermoston hätätilan
- Puramme emotionaalista ja ylisukupolvista traumaa
- Opettelemme olemaan tunteiden kanssa ja rakastamaan itseämme!
- Rakennamme mieli/keho yhteyden ja interoception
- Lisäämme neuroplastisuutta
- Uusimme hermotoamme pois oppimisen ja oppisen kautta
- Opimme asettamaan tavoitteita oikein

Miten neurotransformaatio tapahtuu?



1. Tiedostaminen



2. Ymmärrys -neuroedukaatio



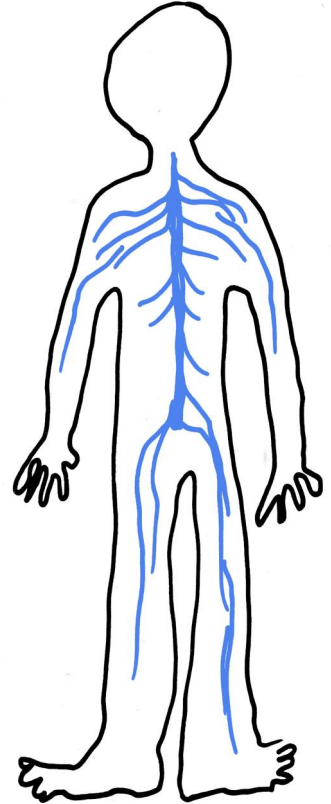
3. Kehollinen työskentely & uskomusten purku



4. Hermoston uudelleenohjelmointi

>>Tämä kaikki ei tapahdu yhdessä yössä, koska hermosto ei uusiudu nopeasti!

Mutta tämä prosessi vie kohti pysyvää muutosta.

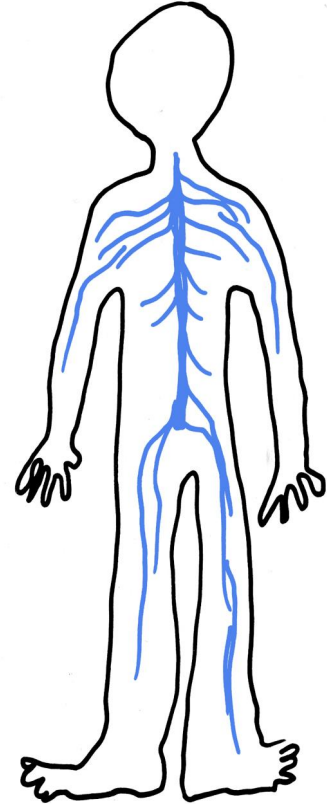


MODUULI 1: Hermoston ABC – Ymmärrys ja säätely

- **Sisältö:** Ymmärrys hermoston toiminnasta ja erityisesti vagushermonroolista kehon ja mielen säätelyssä.
- **Tavoite:** Perustiedon luominen kehon ja mielen yhteydestä sekä hermoston merkityksestä trauman käsittelyssä.

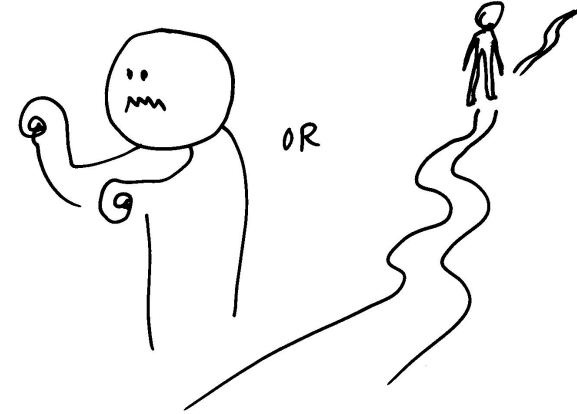
>>> HÄTÄTILA LASKEE

>>> VÄSYMYS ;)



MODUULI 2: Trauma ja kiintymyssuhteet

- **Sisältö:** Trauman vaikutukset hermostoon ja kiintymyssuhteisiin. Erityisesti tarkastellaan, miten trauma muovaa kiintymyssuhteita lapsuudesta aikuisuuteen.
- **Tavoite:** Syventää ymmärrystä siitä, miten trauma ja kiintymyssuhteet vaikuttavat käyttäytymiseen ja ihmissuhteisiin.

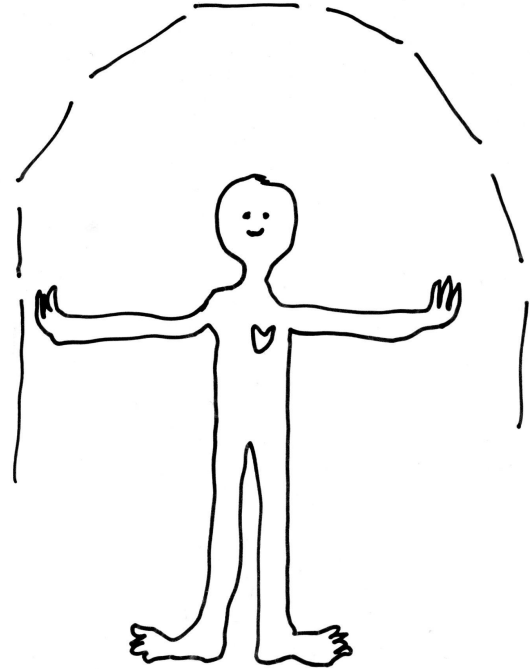


>>> ITSE MYÖTÄTUNTO JA YMMÄRRYS

MODUULI 3: Tietoisuus ja rajat

- **Sisältö:** Tietoisuuden kehittäminen ja rajojen asettaminen osana trauman käsittelyä. Keskittyminen omien rajojen tunnistamiseen ja niiden ylläpitämiseen.
- **Tavoite:** Kehittää taitoja tietoiseen läsnäoloon ja henkilökohtaisten rajojen määrittelyyn sekä ylläpitoon.

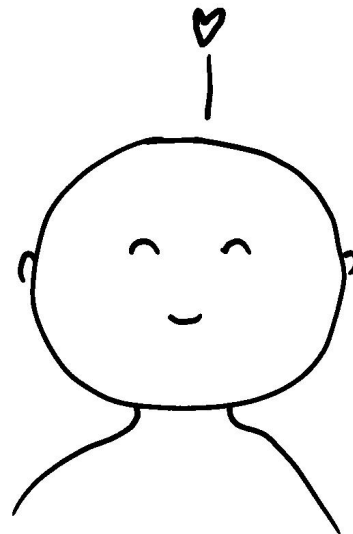
>>> MUUTOS ALKAA SELVÄSTI TUNTUA



MODUULI 4: Sisäinen lapsi, vanhemmuus ja kumppanuus

- **Sisältö:** Trauman ja kiintymyssuhteiden käsittely aikajanan avulla, lapsuuden tapahtumien ja niiden vaikutusten tutkiminen nykyhetkeen.
- **Tavoite:** Selventää trauman ja kiintymyssuhteiden vaikutusta elämänkaareen ja löytää keinoja käsitellä menneisyyden kokemuksia.

>>> SISÄINEN TURVA



MODUULI 5: Aikajanatyöskentely – Menneisyyden purku ja integrointi

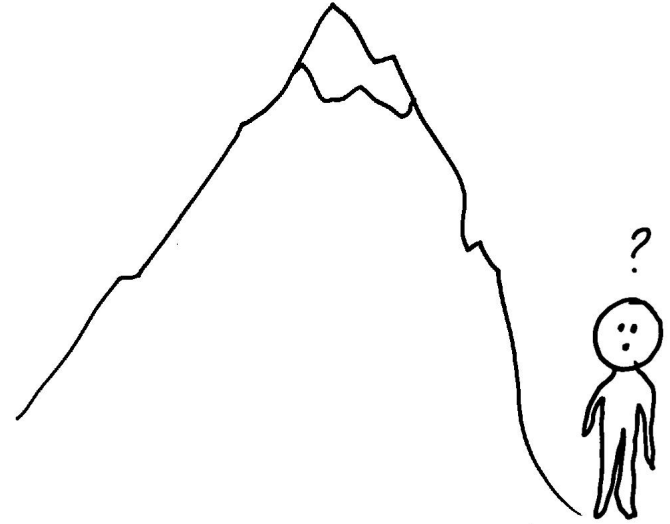
- **Sisältö:** Trauman ja kiintymyssuhteiden käsittely aikajanalla avulla, lapsuuden tapahtumien ja niiden vaikutusten tutkiminen nykyhetkeen.
- **Tavoite:** Selventää trauman ja kiintymyssuhteiden vaikutusta elämäntaakkaan ja löytää keinoja käsitellä menneisyyden kokemuksia.

>>> TRAUMAN PURKAMINEN



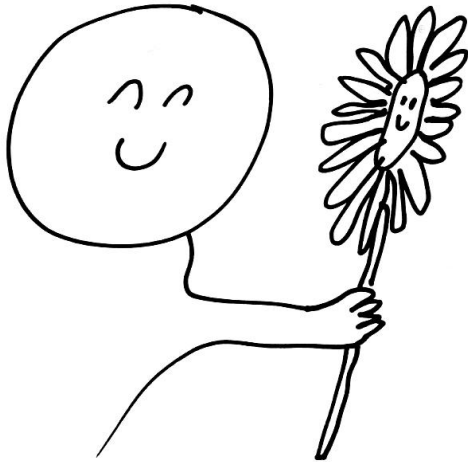
MODUULI 6: Tavoitteet ja neuromanifestointi

- **Sisältö:** Tavoitteiden asettaminen ja manifestointi oikealla tavalla. Keskitytään siihen, miten luoda realistisia ja saavutettavissa olevia tavoitteita sekä käyttää mielen ja oman järjestelmämme voimaa niiden saavuttamisessa.
- **Tavoite:** Opettaa osallistujille, miten asettaa selkeitä tavoitteita ja käyttää manifestointitekniikoita oman elämän ohjaamiseen kohti toivottua suuntaa.



>>> UUSIA HERMORATOJA

Mihin neurotransformaatio perustuu?



- ♦ **Polyvagaalinen teoria (Stephen Porges, 1995)**

- Hermoston tila vaikuttaa turvallisuuden tunteeseen ja vuorovaikutukseen.

- ♦ **Kiintymyssuhdeteoria (John Bowlby & Mary Ainsworth)**

- Miten lapsuuden kokemukset muovaavat ihmissuhteita ja emotionaalista turvaa.

- ♦ **Somaattinen praktiikka (Peter Levine & muut)**

- Kehossa säilyneiden traumojen purkaminen ja hermoston tasapainottaminen.

- ♦ **Neuroedukaatio & muut hermostoa tukevat menetelmät**

- ✓ EMDR, NLP, visualisointi & mielikuvaharjoitukset

- ✓ Mindfulness, MBSR, somaattinen jooga

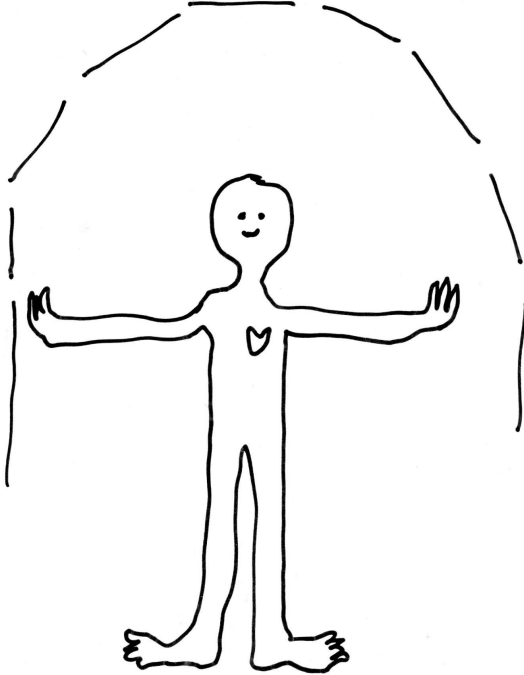
KURSSILLE OSALLISTUMINEN - kuinka paljon aikaa ja sitoutumista?

- NOIN KAKSI LIVE-webinaaria kuukaudessa + mahdollisia muita LIVE-kokoontumia
- Kaikki saa tallenteena
- Voi seurata aikataulua tai omaan tahtiin!
- Erilaisia lukujärjestyksiä saatavilla tai oma suunnitelma, min. aika noin 10 min päivässä, mutta voi käyttää niin paljon kuin haluaa!

MITEN ONNISTUN!

- SITOU DU JA TULE PAIKALLE! ÄLÄ RI KO LUPAUKSIA ENÄÄ ITSELLESII!
- Hyväksyminen ja luovuttaminen!
- OPI SIETÄMÄÄN EPÄMUKAVUUTTA - se on tie muutokseen!
- Titraus - toistot ja hidastus sekä pienet askeleet!
- Jos mikään ei muutu, mikään ei muutu!
- Itsemyötätunnon, - hyväksynnän ja rakkaudenrakentaminen
- Älä suorita!





Neurotransformaation tavoite

- 🔥 Kehon optimaalinen tila
- 🚀 Täysimääräinen potentiaali
- 💡 Soveltuu kaikille elämän osa-alueille
- 🌱 Juurisyyhin keskittyminen



💡 Neurotransformaatio ei ole vain selviytymistä.

Se on matka iloon, nautintoon ja siihen, että voit elää täydessä potentiaalissasi!

UUSI MUUTOKSEN ANATOMIA 2 - Neuromanifestaatiovalmennus

Neurotransformaation seuraava vaihe – unelmien konkretisointi ja hermoston vahvistaminen.

Hinta: sisältyy 14.2 alkavan Muutoksen anatomia 1 kurssin hintaan

Miksi tämä valmennus?

Ensimmäinen kurssi keskittyi hermoston ja alitajunnan ohjelmointiin – nyt siirrytään seuraavalle tasolle.

- ✓ Miten vahva ja tasapainoinen hermosto tukee manifestointia?
- ✓ Miten tavoitteet eivät jää pelkäksi ajatukseksi, vaan toteutuvat?
- ✓ Miten voit varmistaa, että sisäiset ristiriidat ja pelot eivät estä etenemistäsi?

Kenelle tämä sopii?

- ✓ Jos olet käynyt Muutoksen anatomia Vol. 1 -valmennuksen ja haluat viedä transformaation käytäntöön kannatellusti.
- ✓ Haluat toteuttaa tavoitteesi ilman, että alitajuiset esteet tai hermoston epätasapaino sabotoivat sinua.
- ✓ Haluat vahvistaa hermostoasi niin, että pystyt navigoimaan isompiin muutoksiin ilman ylikuormitusta



Tämä on kutsu elämäsi muutokseen!

Muutoksen anatomia – Neurotransformaatiovalmennus

*6 kuukauden valmennus, joka muuttaa
hermostosi, tunnetyöskentelysi ja koko elämäsi.*

<https://www.tanjasipila.com/neurotransformaatio>

MUUTOKSEN ANATOMIA 1 & 2 – SAAT 12 KK VALMENNUKSEN 6 KK HINNALLA!

49 €/kk x 6 tai kertamaksu 294 €

- ✓ Muutoksen Anatomia 1 – 6 kk Neurotransformaatiovalmennus (hinta 294 €)
 - ✓ Muutoksen Anatomia 2 – 6 kk Manifestaatioprosessi (arvo 294 €) kaupan päälle!
 - ✓ Yksi syventävä kurssi veloitusetta (arvo jopa 99 €): [Katso kurssit](#)
-  Saat kaksi 6 kk valmennusta yhden hinnalla – yhteensä 12 kk valmennusta + kurssin!

Ilmoittautujan kesken arvotaan 10 kpl henkilökohtaisia 90 min valmennuksia (arvo 160 €).

Kaikki saavat 25 % alennuskoodin henkilökohtaisiin valmennuksiin, joita on saatavilla rajoitettusti 3 kk välein.

TYYYTYVÄISYYSTAKUU: 2 kuukauden rahat takaisin -takuu – voit perua ja saat rahasi takaisin!.

Enää rajoitettusti paikkoja jäljellä!

Lisäksi lahja webinaariin osallistujille: [BODY RESET 2025](#) – 3 viikon kehon ja mielen tasapainotuskurssi (arvo 19 €)

A tropical beach scene with turquoise water, white sand, and lush greenery. The water is crystal clear, showing the sandy bottom. A small stone pier extends into the water. The sky is a deep blue with some light clouds.

Lisätietoja

Tanja Sipilä

<https://www.tanjasipila.com/neurotransformaatio>

tanja@tanjasipila.com