

Wanda Loskot przedstawia

Magia Wysokiej Samooceny

Sesja 1

## Jak Stac Sie Kowalem Swojego Losu

---

---

---

---

---

---

---

---



"Gdybysmy zrobili wszystko na co nas  
naprawde stac, wprawilibysmy siebie  
w kompletne oslupienie"

- Tomas Edison

---

---

---

---

---

---

---

---

## Nastepne cztery tygodnie...

Mozesz zmienic swoje zycie

Ale tylko jesli sie poddasz procesowi

Sama wiedza nie jest wiele warta

Bedziesz sie niecierpliwic i watpic

Niektore zadania sie beda wydawac  
dziecinne



**Trzymaj sie tego kursu - zaufaj mi!**

---

---

---

---

---

---

---

---

## Umysl jak gora lodowa...

- Podswiadomosc rzadzi naszym zachowaniem
- Zaprogramuj swoja podswiadomosc = zmien swoje zycie.



---

---

---

---

---

---

---

---

## Co to jest SAMOOCENA?

- Wewnetrzny system dzialania, ktory decyduje o wszystkim
- Im wyzsza samoocena tym szczesliwsi jestemy – tym pelniejsze jest nasze zycie
- Wypadkowa naszych uczuc o sobie
- Przede wszystkim: stopien wiary w siebie PLUS stopien szacunku do siebie
- Nikt nie jest 10 w skali 1-10
- To nigdy nie konczacy sie proces

---

---

---

---

---

---

---

---

## Objawy niskiej samooceny

- Poczucie niepewnosci
- Latwe uleganie innym
- Poczucie winy – i wstydu
- Dazenie do perfekcji
- Poczucie zazdrosci
- Brak konsekwencji
- Arogancja
- Naduzywanie alkoholu itp.

---

---

---

---

---

---

---

---

## NAPRAWDE wysoka samoocena...

- Masz pewność siebie
- Masz zaufanie do siebie
- Zaufanie do świata
- Realizujesz swoje cele
- Nie dajesz się innym manipulować
- Cieszą cię sukcesy innych
- Nie zależy ci na oklaskach



---

---

---

---

---

---

---

---

## Mamy także ograniczenia



---

---

---

---

---

---

---

---

Najbardziej lekamy się nie tego, że się nie nadajemy. Najbardziej lekamy się tego, że jesteśmy potężni ponad wszelką miarę. To nasze światło, a nie nasza ciemność, przetrza nas najbardziej. Pytamy sami siebie: kim jestem, abym był promienny, wspaniały, utalentowany i fantastyczny?

A tak właściwie, to kim jesteś, abys taki nie był?

TY jesteś dzieckiem Bożym. Gdy odgrywasz kogoś małego, nie słyszysz temu światu. Nie ma nic oświeconego w kuleniu się, tak aby inni ludzie nie czuli się niebezpiecznie w twoim pobliżu. Przeznaczeniem nas wszystkich jest, abysmy świecili, tak jak to robią dzieci. Narodziliśmy się po to, aby manifestować chwałę Boga, która jest w nas. I nie należy to do wyjątków; jest we wszystkich. Jeśli pozwolimy na to, aby nasze światło świeciło, bezwiednie damy innym ludziom zgodę na to, aby robili to samo. Gdy uwolnimy się od strachu, nasza obecność automatycznie uwalnia innych.

Marianne Williamson - "A Return to Love" (Powrót do Miłości)

---

---

---


---

---

---

---

---



Wiara we własne siły  
nie zawsze idzie z  
szacunkiem do siebie...

---

---

---

---


---

---

---

---

W życiu jak w grze w pokera....



Gracz, który ma więcej  
zasobów, może sobie  
pozwolić na bardziej  
odważne zagrania.

Od siebie zależy ile masz zetonów – i w pokerze i w życiu!

---

---

---

---

---

---

---

---

Są rzeczy poza naszą kontrolą...



---

---

---

---

---

---

---

---

## Wydarzenie + Reakcja = Rezultaty



Nie masz kontroli nad pewnymi wydarzeniami ale...

Masz ZAWSZE kontrole nad tym w jaki sposób REAGUJESZ na wydarzenia...

---

---

---

---

---

---

---

---

## Zaakceptuj odpowiedzialność



← DOŚĆ!

Masz wpływ na **WSZYSTKO** co się dzieje w twoim życiu!

---

---

---

---

---

---

---

---

## Wszystko zależy od CIEBIE

- To TY zaufales tej osobie
- To TY zaakceptowales trudnego klienta
- To TY nie sluchales swojej intuicji
- To TY sie kiepsko odzywiales
- To TY nie odmowiles w pore
- To TY kupiles cos co ci sie nie podoba
- To TY nie zadbales o to
- To TY postanowiles, ze sam sobie dasz rade

---

---

---

---

---

---

---

---

Od ciebie zależy twoje życie



---

---

---

---

---

---

---

---

Pamiętaj – nie jesteś słoniem!



---

---

---

---

---

---

---

---

Jak w skoku wzwyż...

- Podążaj za planami
- Buduj na małych zwycięstwach
- Konsekwentnie podnos poprzeczkę
- Wychodź coraz dalej poza sferę swoją komfortu



---

---

---

---

---

---

---

---

## Jak w jeżdżeniu na nartach...



Wychodz poza sferę komfortu - ale zacznij od łagodnego stoku.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Wreszcie się nauczyłam pływać!



---

---

---

---

---

---

---

---

## Co było pierwsze - jajko czy kura?



- Sukces w życiu jest uzależniony od naszych celów
- Nasze cele uzależnione są od tego jak jest nasza samoocena...



---

---

---

---

---

---

---

---

Stworz swoja tablice sukcesu



---

---

---

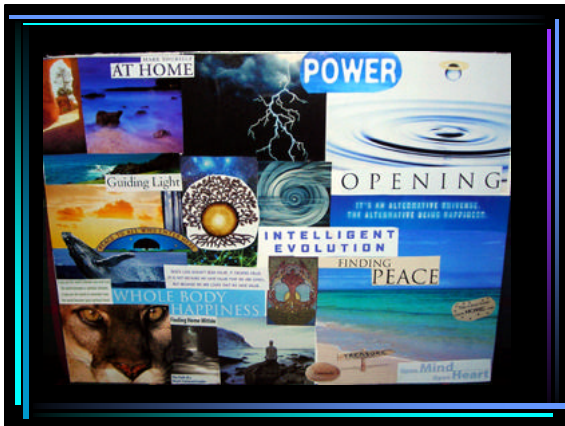
---

---

---

---

---



---

---

---

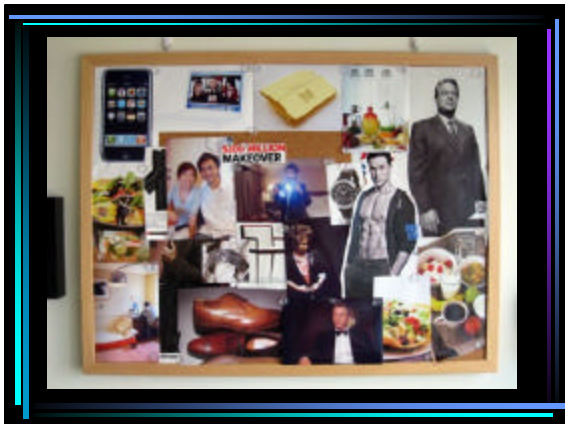
---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---





---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

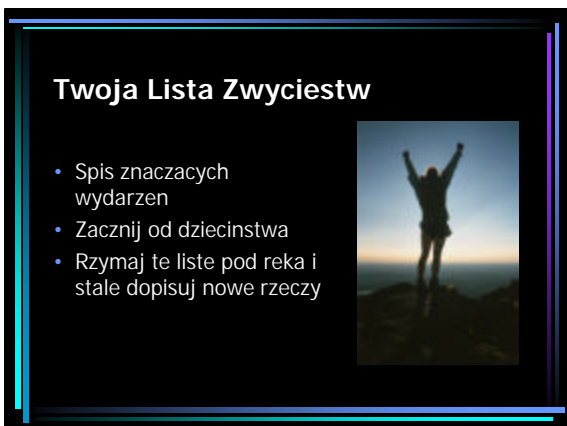
---

---

---

---

---



---

---

---

---


---

---

---

---

**Pamiętaj – świat  
jest WSPANIAŁY!**  
Do zobaczenia za tydzień!



---

---

---

---

---

---

---

---