

WIESZ, W CO WIERZYSZ? WIERZYSZ, W CO MYŚLISZ?

SPOTKANIE Z PRZEKONANIAM
I TRANSFORMACJA TYCH, KTÓRE NAM NIE SŁUŻĄ


24–25 stycznia 2018 w Poznaniu



Bez względu na to,
ile będę pracować,
i tak nic to
nie zmieni.




Jestem
niekobieca.



Mężczyznom/
kobietom nie
można ufać.



Nie potrafię
stworzyć związku.



Żeby w życiu
coś osiągnąć,
trzeba się
narobić.

Przekonania

▶ **Przekonania** to **wyobrażenia, idee**, jakie mamy **o sobie**, o innych oraz **o życiu**: *Na miłość trzeba sobie zasłużyć. Uroda szczęścia nie daje. Inni są bardziej interesujący da otoczenia niż ja. Nie potrafię stworzyć związku. Pieniądze są brudne. Wszystkim ludziom należy się godne traktowanie. Żadna praca nie hańbi. Nie można być zależnym finansowo od męża.*

▶ Niektóre przekonania powstały wskutek naszych **osobistych doświadczeń**, inne odziedziczyliśmy po ważnych dla nas osobach. Przekazali nam je **rodzina, nauczyciele, partnerzy** – czy tego chcieli, czy też nie. Wiele jest **osobistych**, inne są tak rozpowszechnione, że można je określić jako **zbiorowe**. Czasami nie zdajemy sobie nawet sprawy z tego, że je mamy. Kiedy indziej – jako oswojone dobrze nam znane, są naszymi wiernymi towarzyszami.

▶ Niektóre **przekonania** stanowią niezastąpioną bazę, **wspierają** nas lub wręcz **uskrzydłają**. Istnieje jednak wiele **ograniczających przekonań**, które w jakimś momencie życia zaspokajały ważne potrzeby i były istotne dla naszego rozwoju, bezpieczeństwa, zdrowia oraz naszych relacji z innymi. Ale **dziś już nam nie służą** i blokują nas.

▶ **Zmieniliśmy się**, jesteśmy na innym etapie rozwoju osobistego, a one zawierają osady o nas lub/ i o innych, który warto **zaktualizować**. Mamy jednak szczęście – nawet jeśli to nie zawsze jest bajecznie proste, to przekonania można zmienić! A to z kolei pomaga zmienić związane z nimi zachowania, dzięki czemu każdy może stać się **świadomym reżyserem** własnego **życia**.

Na warsztatach chcemy

- ▶ :: z **życzliwością** zbliżyć się do przekonań (i siebie),
- ▶ :: **nazwać je** – głównie te, które nam nie służą,
- ▶ :: zdać sobie sprawę z **wpływu**, jaki mają te przekonania na nasze życie,
- ▶ :: usłyszeć potrzeby, które są spełnione i te, które pozostają niespełnione z powodu zachowań wynikających z owych przekonań,
- ▶ :: **podziękować** za to, na co mimo wszystko pozwoliły do tej pory (bo na coś na pewno pozwoliły),
- ▶ :: dokonać **transformacji, poszukać zamienników**,
- ▶ :: wyznaczyć **nowe strategie** działania,
- ▶ :: poszukać **wsparcia** w procesie zmiany.

Po warsztatach

- ▶ :: może zdarzyć się **cud**,
- ▶ :: może **zaczniemy robić rzeczy**, które zawsze chcieliśmy robić,
- ▶ :: może **przestaniemy robić** coś, co od dawna chcieliśmy przestać robić i nie udało nam się do tej pory,
- ▶ :: może droga ku **wewnętrznej wolności** nabierze nowego kształtu,
- ▶ :: a może **nic się nie zmieni**.



Logistyka

▶ :: **Miejsce:** ul. Słowackiego 44-46 m.7, **Poznań**

▶ :: **Czas:** **24–25 stycznia 2018**; środa, g. 10–18, czwartek, g. 9–16

▶ :: **Koszt:** Proszę wybrać taką cenę z przedziału, jaką mogą Państwo zapłacić za wartość dwudniowego warsztatu, uwzględniając zarówno swoje możliwości, jak i potrzeby prowadzących.

▶ **Firmy:** 460–1000zł; **Szkoły, przedszkola:** 360–1000zł; **Osoby indywidualne:** 310–1000zł; **Osoby <24 i >60 lat:** 200–1000zł.

▶ :: **Bezzwrotna zaliczka:** Proszę o wpłatę zaliczki w wysokości 30-100 zł (według uznania), w przeciągu 2 tygodni od zapisania się, na konto: 37 1050 1520 1000 0090 8016 8900 (NVC ZONE, ING Bank Śląski) z dopiskiem "Przekonania".

▶ :: **Informacje merytoryczne:** agnieszka@du-t.com, tel. 503 498 330

▶ :: **Zapisy oraz informacje logistyczne:** office@du-t.com

▶ www.workshops.dialogue-unlimited.com



KTO PROWADZI? AGNIESZKA PIETLIKA

Przekładam idee Porozumienia bez Przemocy na życie codzienne od 2002 roku – z większym lub mniejszym sukcesem, co łagodnie daje mi okazję do ćwiczenia pokory. Poznawałam i zgłębiałam idee Rosenberga w wielu miejscach na świecie i z wieloma osobami, m.in. na warsztatach u niego bezpośrednio. Moją specjalnością jest dzielenie się Porozumieniem z bardzo różnymi ludźmi: od żołnierzy, przez kucharzy do nauczycieli przedszkolnych. Jestem certyfikowaną trenerką Porozumienia. Prywatnie na nieustannych warsztatach z trzema mężczyznami mojego życia – dwoma chłopcami i ich cudownym Tatą.

Dialogue Unlimited przy współpracy z Fundacją Świadomego Rozwoju wydaje książki o tematyce Porozumienia bez Przemocy. Polecam serię „Porozumiewajmy się”:

Komunikacja konstruktywna w biznesie, Gabriele Lindemann, Vera Hein

Dorastanie w zaufaniu, Justine Mol

Żyrafa i szakal w nas, Justine Mol

Sen żyrafy, Frank i Gaudi Gaschler

Edukacja wzbogacająca życie, Marshall Rosenberg

System Wewnętrznej Rodziny, Richard C. Schwartz

Niezwykle świadome życie, Miki Kashtan

Zamówienia: office@du-t.com

