



osobowość relacje

wydarzenia. Poczucie, że coś umiem, że reprezentuję wartości potrzebne światu, sprawiają, że świat też w to uwierzy. Tak z kolei działa prawo odwzorowania – czyli taka prawidłowość, że świat zewnętrzny jest lustrzanym odbiciem świata wewnętrznego. Chcesz zmienić obraz w lustrze, wokół siebie – zacznij od poprawy obrazu w swoim wnętrzu.

ANIA WSKRZESIŁA MIŁOŚĆ

Czy żona alkoholika powinna skupić się na mężu, pomóc mu? A może go porzucić?

- Nie. Nade wszystko zadbać o siebie i stać się silniejszą. Zrozumieć, że to on ma problem i to nie jej wina. Ania przyszła do mnie na coaching biznesowy - Agnieszka opowiada o kolejnej swojej pacjentce. - Jej mąż był alkoholikiem, a ona obwiniała o to siebie. Uciekała w pracę, miała nadzieję, że będzie przynajmniej dobrym marketingowcem, skoro jest tak fatalną partnerką. Zaczęłyśmy coaching od niej samej - najpierw musiała nauczyć się szanować siebie i poznać własną wartość. Na pierwszych sesjach nic nie mówiła. Cicha, szara myszka. Szukałyśmy tego, co się w niej dzieje, co ona myśli o sobie. Nie myślała najlepiej. Szukała winy w sobie, patrzyła na męża jak na symbol swojej klęski życiowej. Ale wygrała. Zmieniła relację z mężem - przestał pić, wrócili do dawnej miłości. Potrafiła sama zainicjować weekend we dwoje - wyrazić jasno swoje potrzeby i oczekiwania. Jej przemiana trwała trzy miesiące. Od tamtej pory ich relacja jest bardzo fajna i bliska, ale ona nigdy już nie weźmie odpowiedzialności za jego decyzje. Wie, że to, co może zrobić, to zmieniać siebie i swój wizerunek, walczyć o swoją miłość. Bo Ania nie przestała kochać swojego męża - gdyby go nie kochała, inny byłby cel coachingu - żeby się rozstali w zgodzie.

TRZEBA WGRAĆ NOWY PROGRAM NA DYSK...

Co blokuje nam budowę dobrych relacji? Brak fundamentu - wewnętrznego przekonania, że potrafię te relacje nawiązać, że mam coś do zaoferowania światu.

- Z człowiekiem jest trochę tak jak z komputerem - mówi Agnieszka Przybysz - jaki program wgramy, taki będzie działał. Najpierw trzeba uświadomić sobie, na jakim programie nadaje moja świadomość i podświadomość. Może kłóć się ze sobą? Co jest programem dominującym - może wzorce destrukcyjne? Według jakiego wzorca sam się postrzegasz - co myślisz o sobie,

co słyszałeś na swój temat? Jaka lista uwag ze strony rodziny czy szefów go zbudowała? Jeśli ktoś działa na zaszyfrowanych programach negatywnych: że jest beznadziejny, że się do niczego nie nadaje - to jakiego partnera ma przyciągnąć? Tylko potwierdzającego te opinie, takiego, który będzie mówił: „Seks do niczego i rosołu nie umiesz ugotować!”. Wzorce wyniesione z dzieciństwa, poprzednich relacji - ten system mocno działa, chociaż nie zdajemy sobie z tego sprawy. Te wzorce rządzą naszym istnieniem - mówi Agnieszka.

- Podobnie jest z podświadomością - mamy wgrany program zbudowany z tego, co nam wpajano. 21 dni potrzeba na zmianę chemiczną w organizmie i ja potrzebuję 21 dni, żeby wprowadzić do podświadomości osoby, z którą pracuję, nową informację, żeby człowiek uwierzył, że nie jest beznadziejny, i wybaczył sobie, że w ogóle tak myślał. Aby wgrał nowy program, np.: „Zasługuję na to żeby mnie ludzie kochali”. Bardzo ważne jest, by zmienić swoje wnętrze, posprzątać tam. Zamienić listę negatywnych na listę pozytywnych komunikatów. Dlatego kluczem do zmiany jest samodoskonalenie! Rozmowa dobiega końca. Agnieszka Przybysz dodaje:

- Serce mi się raduje, kiedy moi pacjenci dzwonią i mówią: będę mieć dziecko, uwolniłam się, jadę na wakacje... Dla takich chwil warto żyć.



Wyszukiwarka:

www.CoachingInstitute.biz
www.PrzyciagnijMilosc.pl

