

1. MAPA ŻYCIA

SPONSORZY W TWOIM ŻYCIU



Agata Kulińska – Mentorka Rozwojowej Zmiany

MAPA ŻYCIA

Mapa życia to podsumowanie Twojej obecnej sytuacji. Pomoże ci ona zyskać nową perspektywę oraz świadomość tego, skąd przychodzisz i gdzie chcesz w życiu dojść.

Na to, kim jesteś obecnie, składa się wszystko to, czego doświadczyłaś w życiu. Osoby które spotkałaś i decyzje, które podjęłaś. Dlatego tak ważna jest świadomość wszystkich ważnych wydarzeń oraz tego, jaki miały na ciebie wpływ.

Kto i co sprawiło, że jesteś właśnie w takim, a nie innym miejscu? Dlaczego podejmujesz w życiu takie, a nie inne decyzje? Dlaczego ciągle powtarzasz te same schematy? Odpowiedzi na te pytania kryją się w historii twojego życia. I to Ty sama możesz znaleźć na nie odpowiedź. Wystarczy, że szczerze i otwarcie ją przeanalizujesz.

Dlatego też sesja „Mapa życia” jest pierwszym krokiem na ścieżce Rozwojowej Zmiany. I to właśnie od niej zaczynam z klientkami proces Rozwojowej Zmiany.

„Mapa życia” dostarczy ci materiał do dalszej pracy na ścieżce. Jest punktem wyjścia w poszukiwaniu wartości oraz realizacji marzeń i pragnień. Zrozumieniu ról życiowych, poznania mocnych stron, a przede wszystkim odkrycia własnej misji i wizji.

No to zaczynamy!



**Czasem trzeba
obejrzeć się za siebie,
by zrozumieć to,
co niesie przyszłość.**

Yvonne Woon

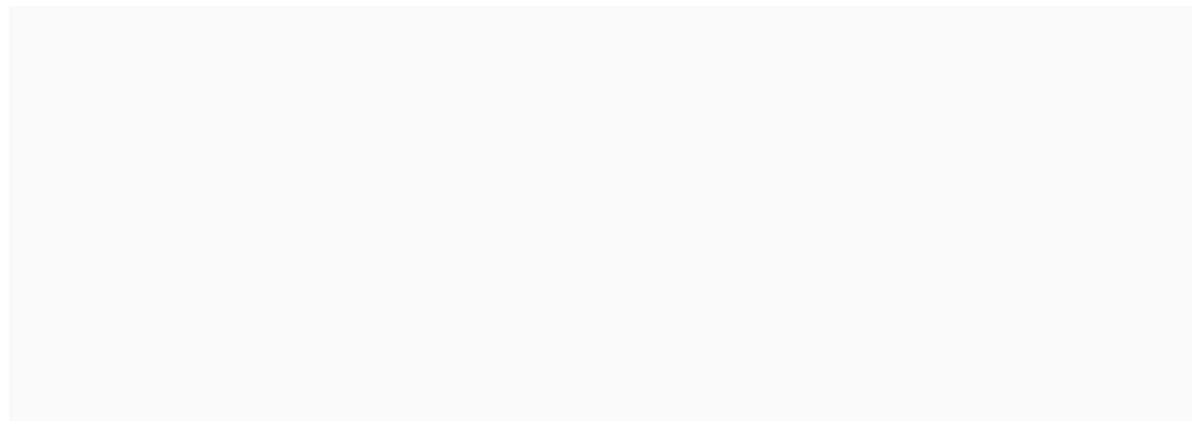
SPONSORZY W TWOIM ŻYCIU

Każda z nas ma w swoim życiu przynajmniej jedną osobę, która w jakiś sposób ją wsparła. Taką osobę w coachingu nazywa się sponsorem. I nie chodzi o wsparcie finansowe, chociaż takie też mogło być, ale raczej wiarę w Ciebie, w to, że jesteś wartościowa, ważna, potrafisz osiągnąć to, czego pragniesz. Czasem to ktoś bliski – rodzice lub dziadkowie, czasem nauczyciel lub nauczycielka w szkole, albo przyjaciel, przyjaciółka.

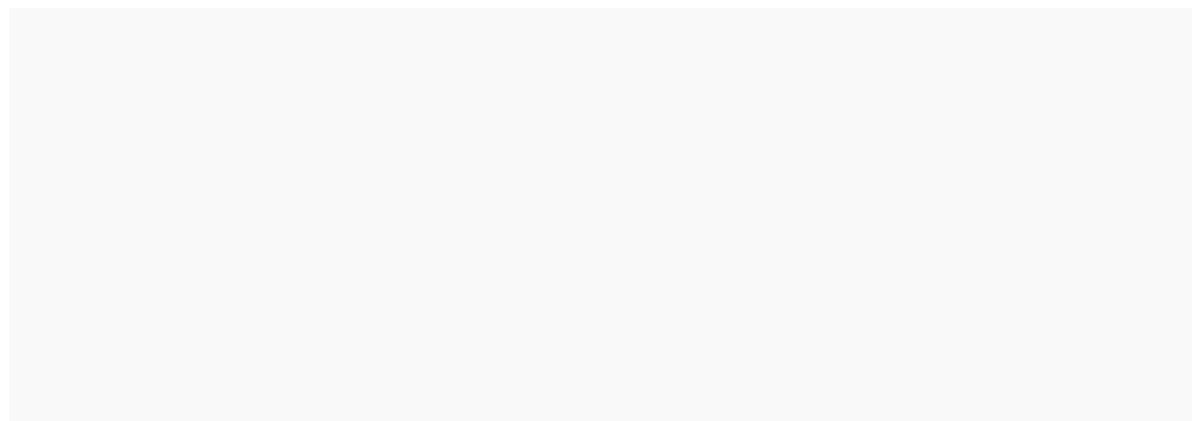
Niezależnie od tego, kim jest taka osoba, warto sobie jej istnienie uświadomić. I docenić. Uznać jej zasługi i wkład w to, kim jesteś teraz.

A zatem – kto zasponsorował cię w Twoim życiu?

Poszukaj w swojej przeszłości osób, które wsparły cię w jakikolwiek sposób. Kto to był? Jeśli takich osób było więcej, wymień wszystkie.

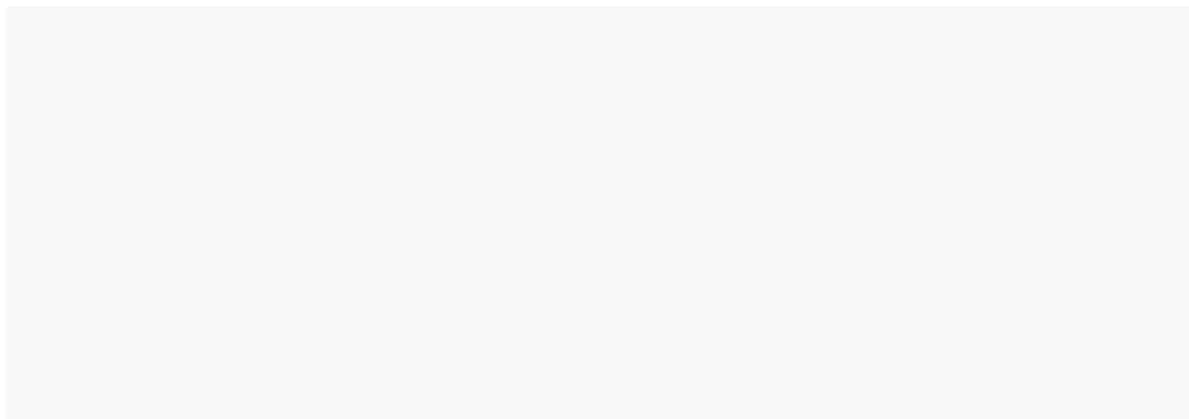


W jaki sposób ta osoba, osoby wpłynęły na twoje życie?

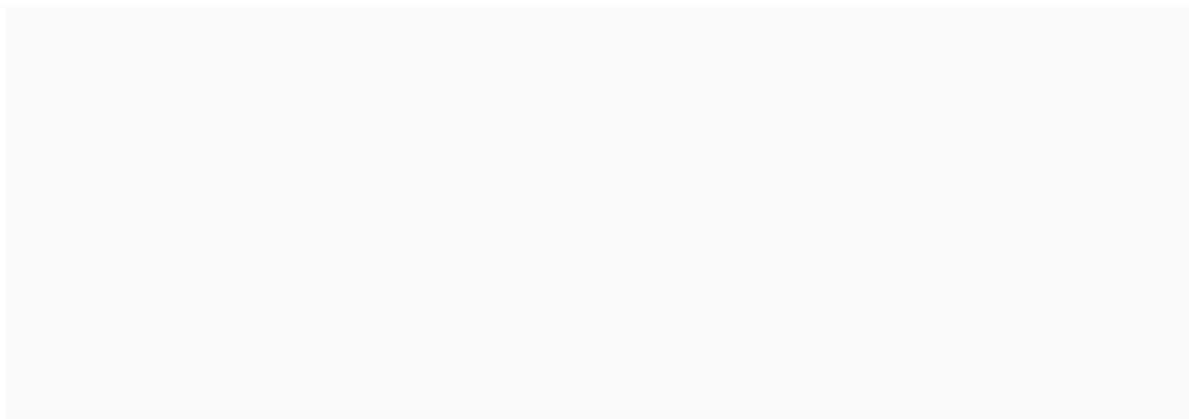


SPONSORZY W TWOIM ŻYCIU

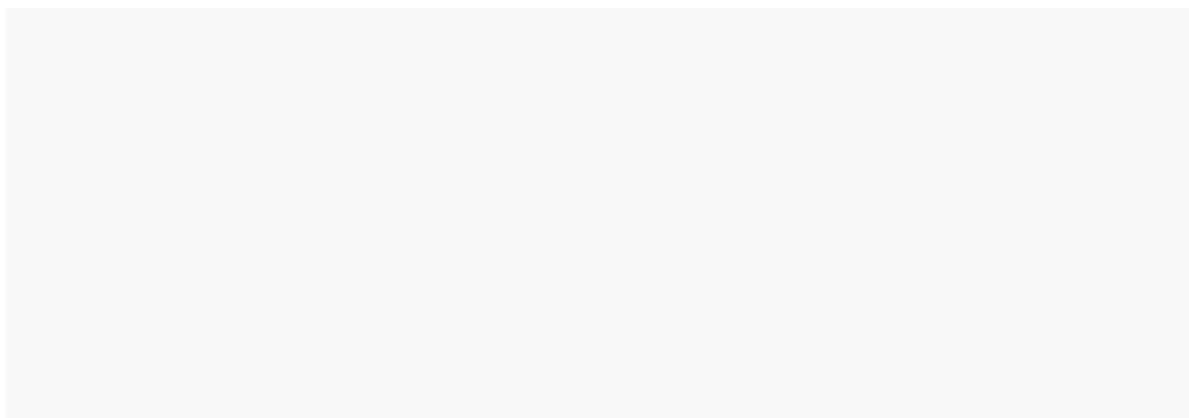
Co ważnego było dla ciebie w tej relacji? Być może to coś, co dostrzegasz lub rozumiesz dopiero teraz. To jest ok.



Czego się od nich nauczyłaś?

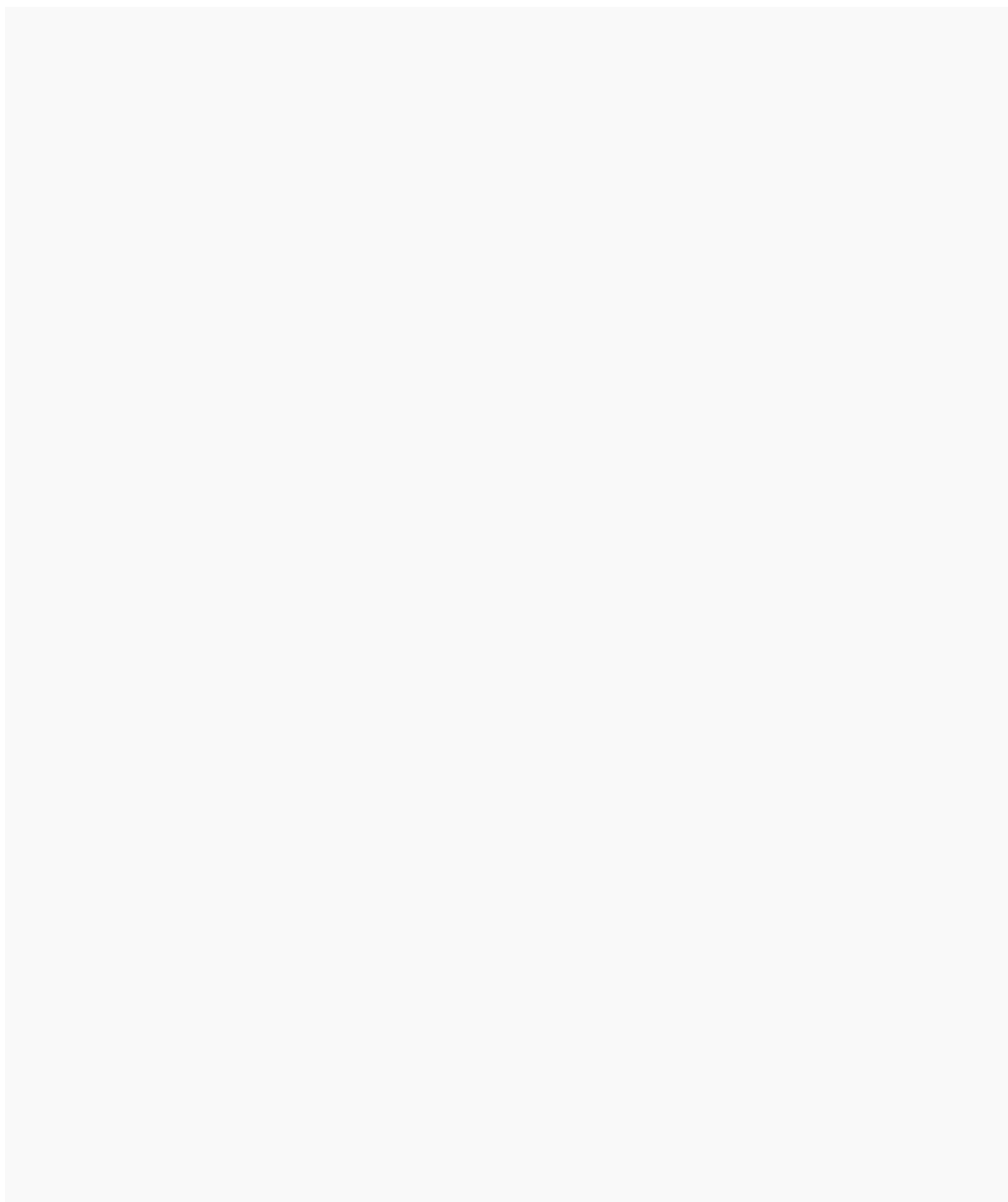


W jaki sposób pojawienie SIĘ tych osób w Twoim życiu wpłynęło na to kim jesteś teraz?



SPONSORZY W TWOIM ŻYCIU

Napisz list z podziękowaniem do tych osób.



SESJE ROZWOJOWEJ ZMIANY

Mapa życia

Sesję Rozwojowej Zmiany „Mapa życia” szczególnie polecam ci jeśli:

- dotychczas nigdy nie analizowałaś swojego życia i znaczenia wydarzeń i osób, które spotkałaś na swojej ścieżce życia,
- chcesz wyciągnąć wnioski ze swoich osobistych doświadczeń,
- chciałabyś wiedzieć kto i co miało na Ciebie największy wpływ i dlaczego,
- chcesz odnaleźć w swojej historii najważniejsze dla Ciebie elementy i wartości,
- pragniesz zrozumieć swoje dotychczasowe decyzje i wybory,
- chcesz zrobić podsumowanie swoich osiągnięć.

Dzięki sesji Rozwojowej Zmiany „Mapa życia”:

- zyskasz wiedzę na temat twojej osobistej historii oraz tego, jakie znaczenie miała dla Twojego osobistego rozwoju,
- rozwiniesz umiejętność dostrzegania kluczowych wydarzeń, spotkań, momentów w swoim życiu,
- zidentyfikujesz najważniejsze wartości i potrzeby, którymi kierujesz się w swoim życiu,
- z większą uważnością będziesz przyjmować i analizować to, co cię spotyka w życiu.



~~150 zł~~ 95 zł*

[KUPUJĘ SESJĘ W MOJEJ CENIE!](#)

* z kodem **map@prz** kod obowiązuje w dniach od 18 do 24 lutego 2022 r.

Żyj życiem, jakiego pragniesz!

Cześć, mam na imię Agata :))



Jestem Mentorką Rozwojowej Zmiany!

Pomagam kobietom odkrywać i realizować to, co dla nich ważne.

Inspiruję do zmiany i rozwoju, tak abyś mogła spełniać swoje marzenia i pragnienia.

Dane kontaktowe

Agata Kulińska - Mentorka Rozwojowej Zmiany

www.agatakulinska.pl

kontakt@agatakulinska.pl

Facebook: [@agata.kulinska.mentorka.rozwojowej.zmiany](https://www.facebook.com/agata.kulinska.mentorka.rozwojowej.zmiany)