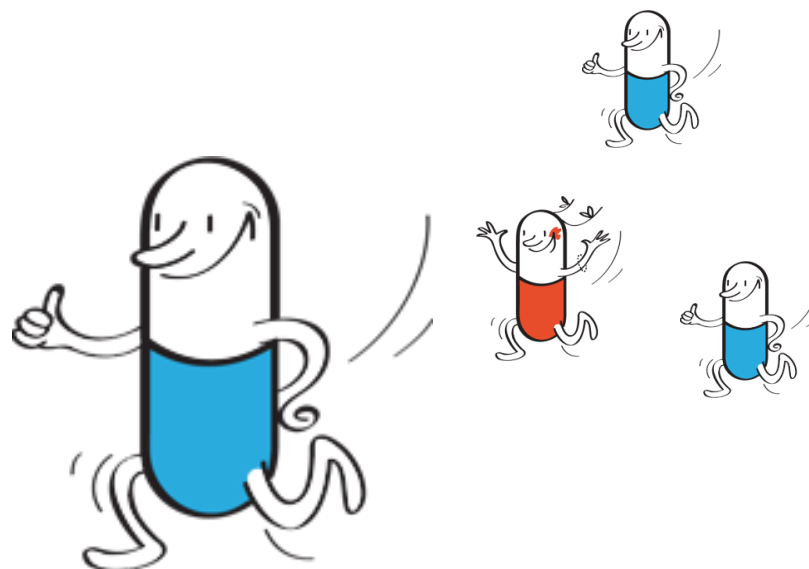


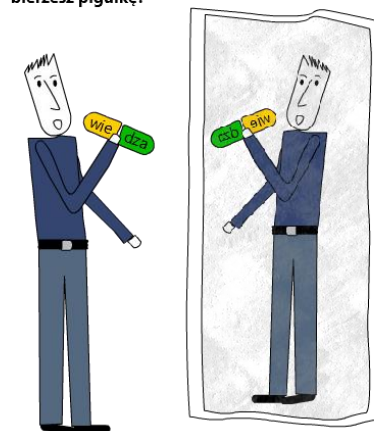
Nieustannie rozwijamy się,
by móc rozwijać innych...

Pigułka wiedzy, wiedza w pigułce...



**#132 Cokolwiek robisz, wywierasz
wpływ...**

Kto kontroluje w jaki sposób
bierzesz pigułkę?





Kręgi wpływu

Kręgi wpływu to sposób pogrupowania naszej rzeczywistości pod kątem sytuacji na które mamy/nie mamy wpływu.

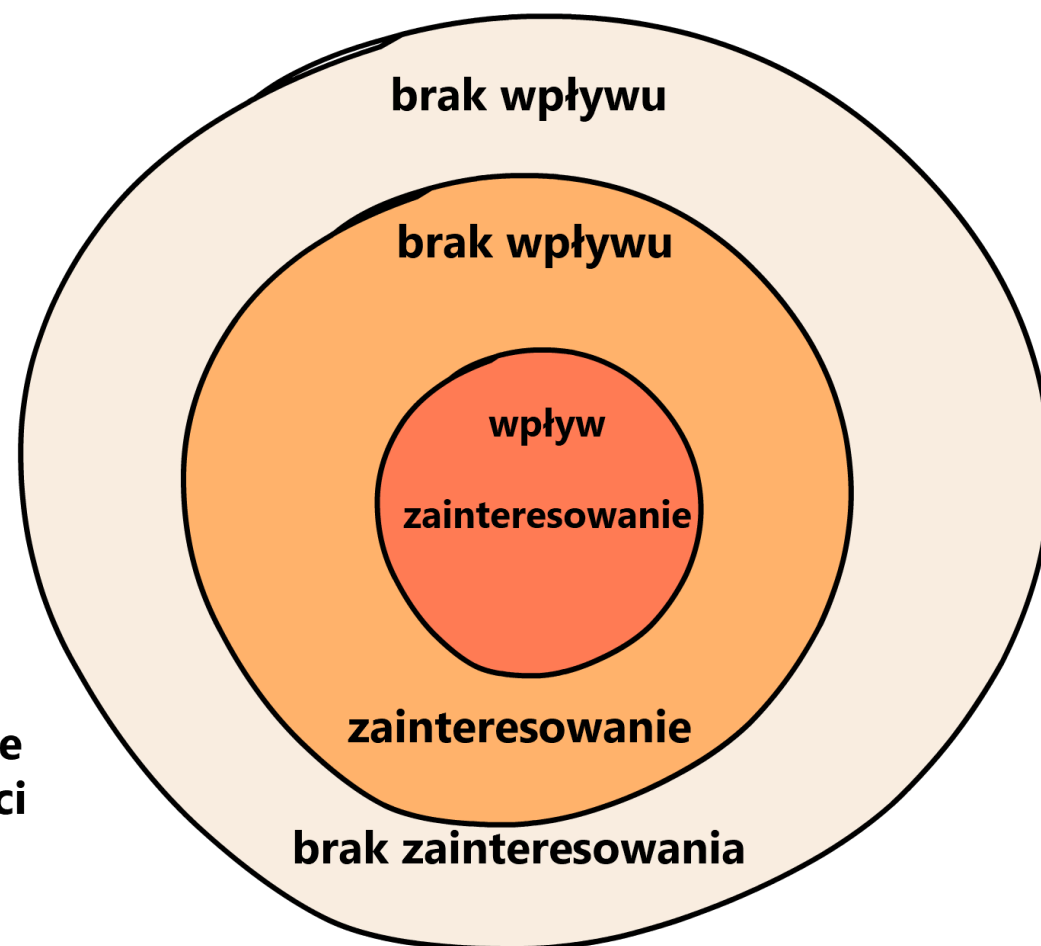
Świadomość własnego wpływu na rzeczywistość jest dla nas ważna ponieważ:

zwiększa poczucie kontroli

gdy masz poczucie kontroli, czujesz się bardziej bezpiecznie

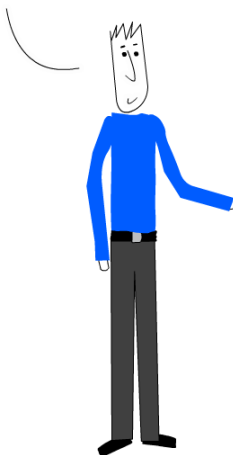
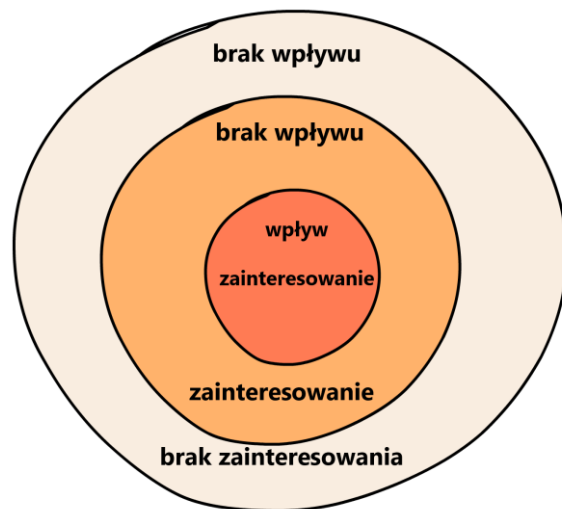
zwiększa poczucie odpowiedzialności

ludzie, którzy mają większe poczucie wpływu na rzeczywistość, czują się bardziej szczęśliwi, od tych którzy czują się bezradni



Nie na każdą sytuację
masz wpływ.

Ale masz wpływ na to jak
TY się zachowasz w danej
sytuacji.



**Nie masz wpływu na
pogodę. Ale masz wpływ na
to jak się ubierzesz**



**Nie zawsze masz wpływ na to
z jakim nastrojem przychodzą inni .
Ale zawsze masz wpływ, czy dasz się
"zarazić" temu nastrojowi.**



**Nie zawsze masz wpływ na cudzą motywację.
Ale zawsze masz wpływ na to, jak sam jesteś
zmotywowany/a. I możesz "zarażać" własną
motywacją.**



3 najważniejsze pytania, by mieć poczucie wpływu i czerpać z tego siłę:



Chcesz powiedzieć, że
pigutka Ci się
podobata?

Masz pytanie?

Napisz:
kontakt@dobrytrener.pl

A może chcesz
powiedzieć, że
pigutka Ci się bardzo
podobata?



**Łap
pigutkę....**

