

## Radość. Kierunek. Wizja większa od Ciebie.

Wyłączamy autopilota na rzecz świadomej kreacji.

### Strefa finansowa:

Lewa strona (jak jest):

1. *Nie stać mnie na to.*
2. *Pieniądze są trudne.*
3. *Zobaczmy, czy w tym miesiącu się uda.*
4. *Nie mam głowy do inwestowania.*
5. *Teraz nie jest dobry moment.*

Prawa strona (odzyskuję ster):

1. *Decyduję, na co przeznaczam moje pieniądze. Dziś nie mam tego w budżecie.*
2. *Uczę się zarządzania finansami krok po kroku.*
3. *Tworzę plan na ten miesiąc. Szukam rozwiązań poza znanymi mi drogami.*
4. *Nikt mnie tego nie nauczył, więc sama poszerzam swoją wiedzę o inwestowaniu.*
5. *Wybieram moment i działam w nim świadomie.*

To co mówię dziś, moje ograniczające przekonanie, mój negatywny język:

.....

.....

.....

.....

.....

Mój nowy język:

.....

.....

.....

.....

.....

### Strefa odpowiedzialności:

Lewa strona (jak jest):

1. *Muszę to ogarnąć.*
2. *Nie mogę się pomylić.*
3. *To za dużo jak na mnie.*
4. *Zobaczmy, czy dam radę.*
5. *Nie mam wpływu.*

Prawa strona (odzyskuję ster):

1. *Wybieram, co jest dziś moim priorytetem.*
2. *Tylko dzięki błędom dokonuję przełomów. Uczę się przez działanie.*
3. *Rozbijam to na małe etapy. Zadania, które mogę udźwignąć.*
4. *Sprawdzam, jak mogę to zrobić.*
5. *Biorę odpowiedzialność za mój następny ruch.*

To co mówię dziś, moje ograniczające przekonanie, mój negatywny język:

.....

.....

.....

.....

.....

Mój nowy język:

.....

.....

.....

.....

.....

## Strefa skali życia (ambicja, wpływ, poziom):

Lewa strona (jak jest):

1. *To nie dla mnie.*
2. *To za duże.*
3. *Kto ja jestem, żeby...*
4. *Inni mają łatwiej.*
5. *Wystarczy, że jest stabilnie.*

Prawa strona (odzyskuję ster):

1. *Uczę się poziomu, którego jeszcze nie znam.*
2. *Rozwijam się do tej skali.*
3. *Decyduję, że moje talenty mają znaczenie.*
4. *Tworzę własne warunki.*
5. *Wybieram wzrost zamiast stagnacji.*

To co mówię dziś, moje ograniczające przekonanie, mój negatywny język:

.....

.....

.....

.....

.....

Mój nowy język:

.....

.....

.....

.....

.....

## Strefa relacji:

Lewa strona (jak jest):

1. *Taka już jestem.*
2. *On / oni się nie zmieniają.*
3. *Nie mam czasu na relacje.*
4. *Zawsze to ja muszę pierwsza.*
5. *Nie chcę robić problemu.*

Prawa strona (odzyskuję ster):

1. *Uczę się komunikować jasno.*
2. *Stawiam granice.*
3. *Tworzę przestrzeń na relacje, które są dla mnie ważne.*
4. *Wybieram dojrzałą rozmowę.*
5. *Dbam o jakość moich relacji.*

To co mówię dziś, moje ograniczające przekonanie, mój negatywny język:

.....

.....

.....

.....

.....

Mój nowy język:

.....

.....

.....

.....

.....

## Strefa zdrowia i ciała:

Lewa strona (jak jest):

1. *Nie mam czasu na siebie.*
2. *Teraz nie jest moment.*
3. *I tak nie wytrwam.*
4. *Jestem zmęczona, więc odpuszczam. Nie dam rady.*
5. *Tak już mam.*

Prawa strona (odzyskuję ster):

1. *Rezerwuję czas na moje ciało.*
2. *Wprowadzam jeden mały nawyk.*
3. *Buduję konsekwencję przez małe decyzje.*
4. *Dbam o regenerację świadomie. Robię tyle ile mogę, ale zawsze coś robię.*
5. *Traktuję moje zdrowie jako fundament.*

To co mówię dziś, moje ograniczające przekonanie, mój negatywny język:

.....

.....

.....

.....

.....

Mój nowy język:

.....

.....

.....

.....

.....

## Strefa własnego wizerunku / tożsamości:

Lewa strona (jak jest):

1. *Nie jestem gotowa.*
2. *Jeszcze za mało wiem.*
3. *Co ludzie powiedzą.*
4. *Nie czuję się wystarczająco dobra/ładna/młoda/dojrzała.*
5. *Najpierw muszę być perfekcyjna.*

Prawa strona (odzyskuję ster):

1. *Działam i uczę się po drodze, popełniając błędy i to jest OK.*
2. *Poszerzam kompetencje, jestem ciekawa.*
3. *Dopóki nie robie nikomu krzywdy, zabieram przestrzeń potrzebną do rozwoju i komunikacji tego, co dla mnie ważne.*
4. *Jestem jedyna w swoim rodzaju i to jest wartościowe. Moja historia może być inspiracją dla innych.*
5. *Rozwijam się i dojrzewam z każdym dniem.*

To co mówię dziś, moje ograniczające przekonanie, mój negatywny język:

.....

.....

.....

.....

.....

Mój nowy język:

.....

.....

.....

.....

.....