

PRZED WEBINAREM: Po czym poznać, że potrzebujesz zacząć stawiać granice?

Cześć ,

wiesz już, że warto, abyś dbała o swoje granice (to zawsze jest aktualne). **A jak poznać, że pilnie potrzebujesz wprowadzić zmiany w swoim życiu?** Jakie są **objawy tego, że granic praktycznie nie stawiasz** lub Twoje granice są bardzo słabe i inni je **przekraczają lub ignorują?**

Moim zdaniem, aby odpowiedzieć na to pytanie, najlepiej odwołać się do...życia:). Tak po prostu, a konkretnie **do tzw. życiowych przykładów.**

Oto jeden z nich - historia Joli, która w swoim życiu zauważyła potrzebę zmian. Jak to się stało? Zapraszam do przeczytania i do refleksji na temat granic - Joli, ale i TWOICH. **Być może znajdziesz z bohaterką tej historii pewne cechy wspólne** albo znasz kobiety podobne do Joli.

[Przed czym uciekła Jola? - historia o \(nie\)stawianiu granic. Czy to również o Tobie?](#)

A jeśli od historii o ludziach wolisz od razu **konkret i kawę na ławę ;)**, to zajrzyj tutaj:

[Po czym poznać, że potrzebujesz zacząć stawiać granice?](#)

Przeżywającej rozterki Joli mogłaby pomóc solidna dawka wiedzy na temat stawiania granic, np. **ze szkolenia lub webinaru.**

Ty jesteś już o krok do przodu, bo już się zapisałaś :)

Spotykamy się 11 maja o 20:30 **na BEZPŁATNYM WEBINARZE:**

["GRANICE PSYCHOLOGICZNE - JAK NAUCZYĆ SIĘ JE STAWIAĆ BEZ OBAW I POCZUCIA WINY?"](#)

Link do webinaru dostaniesz ode mnie kilka dni przed szkoleniem.

Jeśli chciałabyś skorzystać także z poprzednich maili **"PRZED WEBINAREM"**, które wysyłałam do zapisanych, to znajdziesz je tutaj:

[PRZED WEBINAREM 3: Czemu warto dbać o granice?](#)

[PRZED WEBINAREM 2: Proste ćwiczenie](#)

PRZED WEBINAREM I: [Czy znasz cele asertywności?]

Obserwuj ASERTYWNĄ na Facebooku, **aby być na bieżąco ze wszystkimi treściami:**

OBSERWUJ ASERTYWNĄ NA FACEBOOKU

Ściskam

Emilia

Asertywna.com.pl

Emilia Sałacka-Mańska



Otrzymałaś ten email, ponieważ wyraziłaś zgodę na zapis na listę mailingową przy okazji zapisu na webinar lub kurs.

[Anulowanie subskrypcji](#)

