

14 POSTOJOV PRÍSTUPU K SEBE AKO ZVLÁDAŤ ŤAŽKÉ SITUÁCIE

**KAŽDÝ AJ TY SI TVORCOM SVOJEJ REALITY, ČI UŽ
VEDOME, ALEBO NEVEDOME...**

TVOJA CESTA OSUDOM, ŽIVOTNÝMI OKOLNOSŤAMI JE TAK KVALITNÁ, AKO KVALITNE
„VYŽARUJEŠ“ DO OKOLIA A AKÉ KVALITNÉ VZŤAHY TVORÍŠ

**HRANICE A LIMITY TOHO, ČO DOKÁŽEŠ, ALEBO NEDOKÁŽEŠ
SI STAVIAŠ A URČUJEŠ VÝHRADNE LEN TY SÁM**

AK PREŽÍVAŠ NEPRÍJEMNÝ POCIT, JE TO ZNAK TOHO, ŽE NIEČO PRÁVE
NEVNÍMAŠ SPRÁVNE, NIEČO NIE SPRÁVNE VYHODNOCUJEŠ

VŠÍMAJ SI A ZISTIŠ, ŽE NÁZOR VÄČŠINY JE TAKMER VŽDY NESPRÁVNY

KAŽDÝ MÁ PRÁVO (MOŽNOSŤ) V ABSOLÚTNEJ MIERE SA ZACHOVAŤ TAK, AKO UZNÁ
ZA VHODNÉ. AJ KEĎ NÁM TO NESEDÍ, NÁŠ HNEV ZA TO JE NEOPODSTATNENÝ

NIČ NIE JE DOBRÉ ALEBO ZLÉ. VŠETKO JE TAK AKO PRÁVE MÁ BYŤ

TO V ČOM SA V ŽIVOTE NACHÁDZAME JE VŽDY DÔSLEDOK,
NÁSLEDOK PRÍČIN, KTORÉ SME V MINULOSTI VYTVORILI

**AK DOSTANEM NEPRÍJEMNÚ ODOZVU OKOLIA, DÁVAM
SI OTÁZKU: „ČO SOM VNÍMAL A VYHODNOCOVAL
NESPRÁVNE, VOČI ČOMU SOM BOL NEVŠÍMAVÝ?“**

AK MI NIEČO VADÍ NA DRUHOM, JE TO LEN TO, ČO SÁM NEMÁM
ZVLÁDNUTÉ, SPRACOVANÉ A VYSPORIADANÉ

**AK MÁM NEDÔVERU OKOLIA, ZNAMENÁ TO, ŽE
PÔSOBÍM A PREJAVUJEM SA NEDÔVERYHODNE**

AK NEDOSTÁVAM ÚCTU OD OKOLIA, ZNAMENÁ TO, ŽE SA PREJAVUJEM
A PÔSOBÍM NIE ÚCTYHODNE

**AK NIE SOM VÍTANÝ A OKOLÍM PRIJÍMANÝ, ZNAMENÁ
TO, ŽE SA PREJAVUJEM A PÔSOBÍM NEPRIJATEĽNE**

AK SA NECÍTIM TAK AKO CHCEM, JE ROZUMNÉ RADŠEJ HĽADAŤ PRÍČINY
V SEBE A NIE VONKU