



Codziennik „Si!”

Witam Cię w swoim świecie. Świecie, gdzie każdego dnia uczę się mówić życiu „Si!”.

Kilka wskazówek na „Dzień dobry!”

Z wykształcenia jestem religioznawcą. Studiowałam też pedagogikę resocjalizacyjną, a moim pierwszym zdobytym indeksem jest ten z pieczętą Instytutu Filologii Orientalnej Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Przez wiele lat pracowałam w środowisku medialnym oraz pomocy socjalnej. Byłam prezesem jednostki NGO, brałam udział w wolontariatach, konferencjach naukowych, wydarzeniach artystycznych.

Zachodzące w życiu zmiany sprowokowały mnie do rozpoczęcia prowadzenia własnego biznesu, bo tylko on daje mi niezależność od decyzji przełożonych, samodzielność w projektowaniu i zarządzaniu swoimi koncepcjami, możliwość poznawania partnerów o podobnym do mojego modelu działania.

Marka „Joanna Si!” to owoc wieloletnich przemyśleń i planów, które tworzyłam będąc jeszcze na etapie pracy „dla kogoś”. Opłaciło się, bo dzisiaj jestem samodzielną przedsiębiorcą urzeczywistniającą swoje marzenia i wizje.

Drogi Czytelniku,

skoro przycisk „Kupuję” zachęcił Cię do spojrzenia tutaj, pozwól, że w punktach przedstawię Ci plan jaki mam dla Ciebie.

1. Każdego dnia powiedz sobie „Si!”. Daj sobie szansę na wspaniałe 24 godziny.
2. Jeśli środowisko w jakim przebywasz na codzień skutecznie psuje Twoje samopoczucie, odpowiedz sobie na pytania: „Dlaczego to, co mówią lub robią moi bliscy/ koledzy z pracy wprawia mnie w zły nastrój?”; „Jak radzę sobie z emocjami jakie we mnie wzbudzają kontakty z tymi osobami?”; „Jak reaguję na ich komentarze, zachowania?”; „Czy chcę zmienić coś w swoim/ ich zachowaniu, aby żyło mi/ nam się lepiej?”; „Kiedy mam zamiar wprowadzić tą zmianę?”.
3. Życie to nieustanna zmiana i spotkania z nieznanym. Nie trzymaj się starych, złych nawyków za wszelką cenę. Nie trzymaj się ich nawet jeśli są dobre, a muszą odejść, bo nadszedł ich czas. Bądź świadom tego, że niektóre wydarzenia w życiu mają swój termin ważności.
4. Dziękuj Bogu, ludziom za dobre chwile, jakie przeżywasz. Jeśli uważasz, że nie spotyka Cię nic dobrego, wykonaj zadanie - spójrz w lustro. Kogo tam widzisz? Powtarzaj to zadanie dopóki nie rozpoznasz w odbiciu najważniejszej dla siebie osoby, wartej kochania.
5. Mów o miłości, swoich uczuciach. Płacz kiedy czujesz taką potrzebę.
6. Nazwij swoją sytuację, relację - określ, czy daje Ci ona wzrost czy powoduje, że czujesz zniechęcenie, smutek, beznadziejność. Szukaj rozwiązań i wytrwale dąż do rozwijania siebie, swoich umiejętności.
7. Odwiedzaj moją stronę joannasi.pl i polecaj ją swoim znajomym, którzy wydają Ci się, mogą polubić publikowane na niej treści.



Fascynuje mnie lotnictwo. Moja druga marka to „Joanna migiem”. Już wiecie dlaczego? www.joannamigiem.pl

Moim celem jest, aby osoby przeżywające kryzys, spadek nastroju, potrzebujące wsparcia podczas różnorodnych terapii znalazły w publikowanych na stronie joannasi.pl artykuły, które wzmocnią je na drodze odbudowywania lub budowania siebie na nowo.

Do rozmów zapraszam psychologów, coachów, pedagogów, duchownych, motywatorów, także osoby które pokonały trudności. Wszystko po to, żeby CI, którzy dopiero rozpoczęli drogę zmiany, mogli utwierdzić się w przekonaniu, że tak, da się wyjść z tej wszechogarniającej beznadziei.

Jak będzie z Tobą? Podejmujesz wyzwanie „Si”?

Aby nie przeoczyć żadnego ciekawego tekstu, zapisz się do mojego newslettera. Wysyłam go raz w miesiącu. Znajdziesz go na samym dole strony „Misja: Si!”

Powiedz sobie „Si!”. Zaczynaj to robić od dzisiaj!