

PM Polska - maj 2023

Drog_ Kreatorze/ Kreatorko Możliwości!

Czy pamiętasz mapę spiralnego uczenia się z treningu Expand the Box? Jeśli nie byłeś/aś na ETB, to być może intuicyjnie wiesz o czym piszemy.

Cykl zaczyna się od Nieświadomej Niekompetencji - stanu, w którym nawet nie wiesz, że nie wiesz.

Następnie, dzięki sile usłyszenia jasnej informacji zwrotnej dającej nowe możliwości przechodzisz w etap Świadomej Niekompetencji. Tu pojawia się dyskomfort. Ból zmiany. Nie możesz już zostać w starym. Jesteś w strachu próbowania nowego.

Uczysz się, podejmujesz trud, wkładasz właściwy wysiłek by wytrenować nową umiejętność, czy to większą obecność, kochanie siebie i innych, bycie blisko, świadome czucie, nawigowanie nowej przestrzeni w swoim życiu, bycie spaceholderem dla siebie i innych, czy... (wstaw tu cokolwiek, co właśnie trenujesz lub odkryłeś, że nie wiesz).

Powoli wchodzisz w Świadomą Kompetencję.

Tutaj jest czas na celebrację, radość, z nowej umiejętności. Radość, że z łatwością komunikujesz uczucia, że nie uciekasz już przed bliskością lub, że potrafisz swobodnie nawigować swój strach...

Powoli Twoja kompetencja staje się Nieświadoma. Już nie wiesz, że wiesz i że potrafisz. Pływasz w swojej nowej umiejętności jak ryba w wodzie.

I tutaj cykl zaczyna się od nowa, odkrywasz kolejne pole do nauki i treningu. I znów pojawia się ból.

Czucie bólu nie jest tym co nam się przydarza. Czucie bólu też jest umiejętnością. Też jest w tym cyklu.

Gdy pierwszy raz przychodzi nam poczuć ból bronimy się jak tylko możemy. Z czasem staje się to coraz łatwiejsze. Już wiesz, że ostatecznie ten ból, to tylko strach, smutek, radość lub gniew. Już wiesz, że czucie ich w ciele Cię nie zabije, już wiesz, że nie musisz przed nimi tak uciekać. Wprawiasz się w bycie w tym nieustającym cyklu. Smutek, że czegoś nie potrafisz. Gniew, by zacząć trening. Strach, poruszania się po nowym terytorium i radość, gdy zaczyna wychodzić.

I jeszcze większą radość może sprawić uczenie się razem z innymi, w drużynie.

Gorzowska Drużyna Możliwości ([Possibility Team](#)) odkrywa właśnie jak dobrze jest czuć i dzielić się uczuciami. Jeśli chciałbyś założyć własną Drużynę Możliwości i potrzebujesz wsparcia napisz na etb.lab.pl@gmail.com.

W najbliższy czwartek zapraszamy na wspólne odkrywanie [STRACHU - klucza do połączenia i intymności z Wojtkiem Zawadzkim i Ewą Szczepaniak](#)

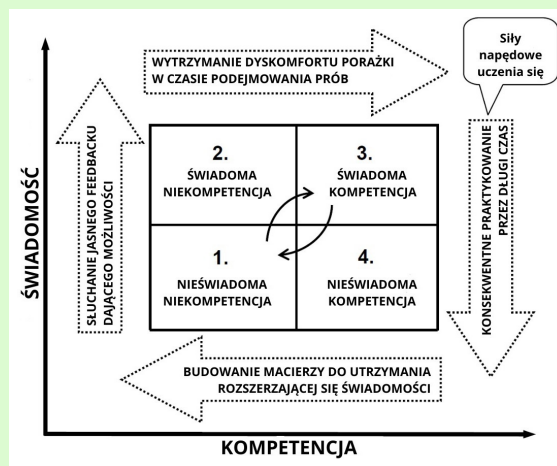
Jeśli potrzebujesz treningów z gniewu napisz do: [Gabrieli Klary Kowalskiej](#) lub [Natalii Romy Grzyb](#)

Już niedługo możesz też przypomnieć sobie umiejętności z ETB lub poznać je jeśli jeszcze nie byłeś:

- [Expand The Box 22-25 czerwca z Maćkiem Antkowiakiem](#)
- [Expand The Box 16-20 sierpnia z Clintonem Callahanem i Anne-Chloé Destremau](#)

A następnie postawić kolejne ewolucyjne kroki w stronę Autentycznej Dorosłości na Laboratoriach Możliwości (linki w obrazach poniżej).

W nieustającym cyklu uczenia się,
Drużyna Newsletteru PM Polska



STRACH

KLUCZ DO POŁĄCZENIA I INTYMNOŚCI

Wprowadzenie do pracy ze strachem

Czwartek, 01.06.2023, 18:00 - 20:00, online

Zapisy: szczepaniak.ewa@gmail.com

Prowadzący: Ewa Szczepaniak, Wojciech Zawadzki

EXPAND THE BOX

Regeneratywna edycja w kameralnej grupie blisko przyrody

22-25 CZERWCA 2023 | OSADA.EARTH

MACIEK ANTKOWIAK - POSSIBILITY TRAININGS AND COACHING

powered by Possibility Management

EXPAND THE BOX

Legendarny transformujący trening otwierający na pełnię nowych możliwości.
Legendary transformational training that opens you to an abundance of new possibilities.

16 - 20 August 2023
Warsaw area | Poland
PL+EN

Clinton Callahan & Anne-Chloé Destremau

POSSIBILITY LAB

23 - 27.08.2023
WARSAW AREA | POLAND
PL+EN

Trenerzy / Trainers: Clinton Callahan & Anne-Chloé Destremau

POSSIBILITY MANAGEMENT

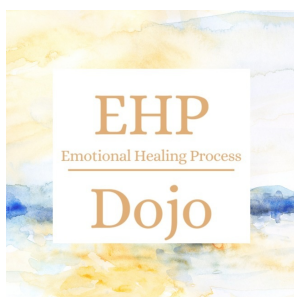


Dołącz do grup na Telegramie:



[PM Polska - wydarzenia, warsztaty, treningi.](#)

Celem tej grupy jest informowanie siebie nawzajem o wydarzeniach (warsztatach, treningach, Possibility Teamach i innych) w kontekście Possibility Management w Polsce.



[EHP Polska](#)

Celem tej grupy jest wzajemne trzymanie sobie przestrzeni na Procesy Uzdrawiania Emocjonalnego, dzięki czemu możemy uczyć się nawzajem jak to robić.

PS. Ten krótki biuletyn wysyłamy raz w miesiącu. Nie udostępniamy Twoich danych osobowych i możesz zrezygnować z subskrypcji w dowolnym momencie, klikając poniższy link.

Possibility Management

1724 Broadway, 80302, Boulder

This email was sent to {{contact.EMAIL}}
You've received this email because you've subscribed to our newsletter.

[Unsubscribe](#)

