

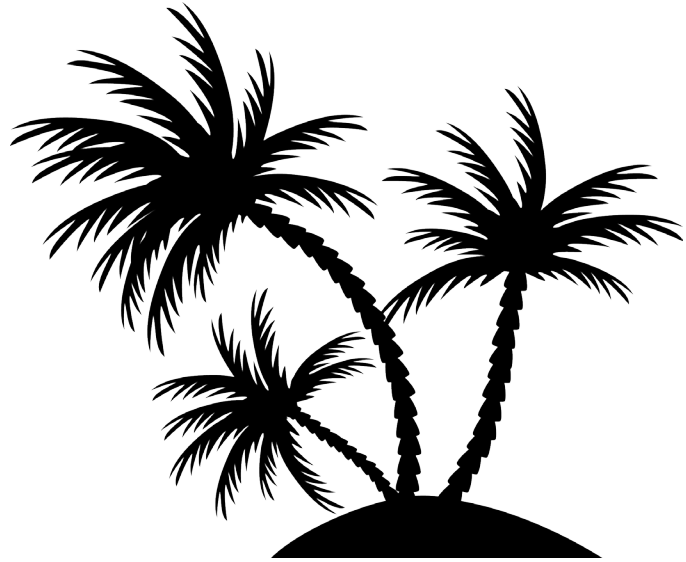
KAMILA KRUK



# WYSPY KOMFORTU

KRÓTKA OPowieść O LUDZKICH POSTAWACH

**KAMILA KRUK**



# **WYSPY KOMFORTU**

**KRÓTKA OPowieŚĆ O LUDZKICH POSTAWACH**

**2014**

[Kup książkę](#)

Już jako dziecko uwielbiałam historie i bajki, ale dopiero prowadzenie szkoleń i sesji coachingowych uświadomiło mi ich niesamowitą moc. Stosuję je podczas swojej pracy i z zachwytem (połączonym z fascynacją) obserwuję, jaki jest ich wpływ na ludzi.

**T**O WŁAŚNIE PORÓWNIANIA STREFY KOMFORTU DO WYSPY używałam bardzo często w mojej pracy. Wielokrotnie słyszałam, że to metafora, która najlepiej trafia do uczestnika szkolenia – jest tym, czego on w danej chwili potrzebuje – oraz że więcej osób powinno ją poznać.

Gdybym miała powiedzieć, jak doszło do powstania tej opowieści, pewnie musiałabym połączyć wiele kropek. Książka *Kto zabrał mój ser?*, którą uwielbiam i która jest dla mnie świadectwem, że takie metaforyczne historie czasem lepiej do nas trafiają, niż podręczniki i poradniki. Książki T. Pratchetta, polecane przez Justynę, które zagościły u mnie na dłużej. Praca z metaforami podczas szkoleń z coachingu z Krystyną. Warsztaty z Asią i historia o zającu, którą przeczytała jako wstęp do szkolenia. Rozmowa z Olgą o tym, co jest „moje”. Nieustanny

doping Marcina, jak mantrę powtarzającego: „Napisz książkę”. Spotkania z ludźmi, szkolenia, sesje coachingowe, a przede wszystkim metafora wyspy.

Dlatego zapraszam Cię do świata wyobraźni i metafor. Liczę, że w tej na pozór zwykłej i prostej opowieści, odnajdziesz inspirację do przemyśleń, a następnie do działania, które przybliży Cię do osiągnięcia coraz to większych rzeczy. Kto wie, może nawet wśród opisanych bohaterów odnajdziesz... siebie.

Radości z czytania życzy

*Kamila*

ps. Podobieństwo do osób i zdarzeń nie jest przypadkowe – było zamierzoną intencją autorki.

# Wstęp

**T**A HISTORIA DZIEJE SIĘ GDZIEŚ NA ŚWIECIE. TUŻ PRZY Tobie, a zarazem po drugiej stronie globu. Można ją zaobserwować wszędzie, gdyż wokół nas żyją Pełni Potencjału Ludzie.

Pomyśl, że właśnie teraz na świecie istnieje Archipelag Wysp Komfortu. Panem każdej z nich jest Pełen Potencjału Człowiek. Jak to z wyspami bywa, każdą otacza woda, która przy brzegu jest płytka, a im dalej, tym staje się coraz głębsza. Można też zaobserwować pływające w wodzie stworzenia. Każdy Pełen Potencjału Człowiek lubi swoją wyspę, jest do niej przywiązany i wie, że nie może jej zmienić na żadną inną. Ponadto wpływa na nią swoimi działaniami.

Na samym początku swego życia każdy Pełen Potencjału Człowiek dostał taką samą wyspę. Jednak z czasem zaczęły się one inaczej rozwijać – wraz z wchodzeniem w dorosłość Pełen Potencjału Człowiek staje się bardziej świadomy, ale, niestety, często też traci poczucie pełni swojego potencjału.

*Ta książka zabierze Cię w baśniową krainę Wysp Komfortu. Jej pięciu bohaterów: Obawnik, Ostrożniak, Przebój, Gdybaś, Zapobiegacz - to pięć różnych postaw życiowych. Jeśli zadajesz sobie czasem pytanie kim jesteś i dlaczego jesteś w swoim życiu tam gdzie jesteś, to masz świetną okazję do zadumania nad sobą. Trudno się od tej inspirującej lektury oderwać.*

– Tadeusz Niwiński, autor *Ja, Ty i My*

**Ta historia w sposób metaforyczny obrazuje nastawienie i zachowania ludzi w kontekście tego, do czego przyzwyczajamy się w życiu oraz tego, co jest dla nas nowe.**

Pokazuje też różne sposoby myślenia dotyczące trzymania się swojej strefy komfortu i wychodzenia z niej, a także tego, jak traktujemy nasze obawy: czy stają się one dla nas przeszkodą, blokadą czy może informacją.

W tej historii każdy odnajdzie elementy swojego sposobu myślenia, a także swoich zachowań.

To, czy wyciągniesz z tego wnioski i podejmiesz działania, zależy tylko od Ciebie!

## **KAMILA KRUK**

**Trenerka rozwoju osobistego i coach.**

Projekt menadżerka i kobieta przedsiębiorcza. Autorka programów szkoleniowych i inicjatorka wielu projektów, dzięki którym pomaga ludziom rozwijać się, przełamywać swoje ograniczenia, świadomie budować swoje życie i cieszyć się nim. Kamila pomaga im żyć odważniej, z energią, pasją i radością.

Od 2005 roku jej artykuły ukazują się w czasopismach i portalach internetowych związanych z tematyką rozwoju osobistego i zawodowego, motywacji i coachingu. Jest również założycielką i redaktorką naczelną ogólnopolskiego portalu Świat Coachingu.



**Cena: 29 zł**

**ISBN: 978-83-940203-0-9**



9 788394 020309

**PATRONAT**



*Zmiany w Życiu*

Kup książkę