



MANUÁL K TRÉNINGU

OBJAV SVOJU SILU V KRÍZE **ONLINE**

Prebudte v sebe silu šelmy, nájdite prameň
svojej skutočnej sily a prosperujte
aj v ťažkých časoch



facebook.com/AndyWinsonOfficial
instagram.com/AndyWinsonOfficial
youtube.com/AndyWinson
AndyWinson.sk

OBJAV SVOJU SILU

Na obsah materiálu sa vzťahuje copyright © Andy Winson 2020. Všetky práva vyhradené. Reprodukcia, prenos, šírenie alebo ukladanie časti alebo celého obsahu v akejkoľvek forme, bez predchádzajúceho písomného súhlasu autora, je zakázané.

Obálka a infografiky © Monika Betincová

Grafika a sadzba © Nikola Tilgnerová

„VŠETKO JE V TEBE“

Milí priatelia.

Gratulujem vám k odvahe sa pustiť do netradičného tréningu, ktorý odhalí vaše odhodlanie dosiahnuť vo vašom živote vaše sny a ciele. Práve všetci prežívame obdobie, ktoré zmení náš svet. Ako presne? To nevieme.

To čo je však isté. Toto obdobie odhaľuje ešte viac naše strachy, presvedčenia, našu vieru, to čo je pre nás skutočne dôležité, našu odvalu a odhodlanie, finálnu inteligenciu ale aj ochotu transformovať náš život na nový level poznania či digitalizácie.

Prekonanie komfortnej zóny sa stane nutnou súčasťou nášho života, keďže budú prichádzať momenty, ktoré budú pre nás nové. OBAVY, ktorými prechádzame, zdoláme vďaka odvážnym SNOM, ktoré nám dodávajú každodennú SILU!

Možno bude už len treba OBJAVIŤ SEN a ten dosiahnuť jedinečným SPÔSOBOM! Alebo ísť do svojho vlastného vnútra a objaviť vlastný ZMYSEL ŽIVOTA a jeho PRAVDU.

Svieže a flexibilné myslenie je základom víťazstva v tomto čase. Avšak až ODVAHA KONAŤ prinesie skutočný VÝSLEDOK.

Medzi najťažšie na tejto ceste bude patriť schopnosť udržať si sústredenie/focusa dotiahnuť veci do konca (vytrvať a nevzdať to). To u vás otestuje už aj dnešný ONLINE tréning „OBJAV SVOJU SILU v kríze“.

Vítam vás na výnimočnom ONLINE tréningu o „hľadani vašej sily“. Tréningu, ktorý bude pre vás znamenať transformáciu starého na nové. Tento deň sa spolu so mnou vydáte na cestu k splneniu vašich snov a túžob. Bude vám dodávať energiu a vôľu dosahovať aj to momentálne nedosiahnuteľné.

Mojím cieľom nie je vás meniť. Mojím cieľom je pomôcť vám nájsť spôsoby a zdroje „**Ako sa stať samým sebou**“. Čím viac viete o sebe, o tom kto ste, čo milujete, čo vás motivuje, čo neznášate, čo vás poháňa dopredu, o to bude pre vás ľahšie dosiahnuť to, po čom túžite. Samotné dosiahnutie cieľa nás dlhodobo neurobí šťastnými. To už vieme asi všetci. To, čo nás robí dlhodobo šťastnými je „**Kým sa staneme**“.

Verím, že ak aplikujete princípy z tohto tréningu do vášho života, prejdete veľkou premenou, ktorá vás povedie k životnému naplneniu. Môžem vás uistiť, že vaše rozhodnutie zúčastniť sa tohto tréningu bolo správne. A mne je veľkou ctou, že vás budem tento deň sprevádzať.

Ďakujem za vašu dôveru a podporu. S úctou k Vašej jedinečnosti.



OBJAV SVOJU SILU

Na to, aby účinok dnešného dňa bol pre vás čo najväčší a okamžitý, dajme si spoločný záväzok. **Vo vlastnom záujme sa zapájať do všetkých cvičení s maximálnou energiou a vášňou.**

Ak však pri ňom budete svoju pozornosť venovať aj iným činnostiam, alebo samotné cvičenia odkladať na neskôr, nezmení sa nič. Vypnite si preto všetky pripomienky, sociálne siete, TV ale aj rádio. Ak je s vami váš partner dohodnite sa, že ten dnešný tréning dáte spolu až do konca.

Majte uši a oči otvorené, aby ste si odniesli čo najviac a tak naučené poznatky mohli uplatniť okamžite aj v živote. Inak sa tento deň stane pre vás dňom informácií, aký ste zažili už aj v minulosti, ale vo vašom živote sa nezmení nič. Ak si želáte zmenu, je potrebné ísť do AKCIE.

UPOZORNENIE:

Rady a cvičenia na tomto tréningu sú pre ľudí s normálnym zdravotným stavom, ktorí nepotrebujú lekársku pomoc a nenahrádzajú riadnu lekársku diagnostiku a starostlivosť poskytovanú lekárom alebo psychiatrom. Autor a vlastník autorských práv tohto programu, Akadémia Andyho Winsona nenesie žiadnu zodpovednosť za nesprávne použitie, zlé pochopenie výkladu a následné nesprávne aplikovanie.

Vždy sa poraďte so svojím lekárom, najmä ak sa rozhodnete o radikálnu zmenu vášho životného štýlu. Nespoliehajte sa len na informácie na tomto tréningu ako na ucelený nástroj pre vlastnú diagnostiku. Keďže každý človek je jedinečný, tak aj tieto zásady sa môžu výsledkami líšiť od človeka k človeku a to výrazným spôsobom.

Pred tým ako začneme, venujte pár minút zamysleniu sa nad nasledujúcimi otázkami:

Prečo ste sa rozhodli zúčastniť dnešného ONLINE tréningu? Aké sú tie hlavné dôvody?

.....
.....
.....
.....
.....

Čo by som si chcel odniesť z tohto tréningu pre seba? Čo by som si tu chcel vyriešiť? V čom by som sa chcel posunúť dopredu?

.....
.....
.....
.....
.....

Čo by som si chcel odniesť pre tých, na ktorých mi najviac záleží?

.....
.....
.....
.....
.....

*„Náš život je dar, ktorý sme dostali.
O tom, že prídeme na tento svet sme
nerozhodli. Rozhodujeme však
o tom, čo s tým životom urobíme.
Bud' ho zničíme, alebo ho zveľadáme.“*

OBJAV SVOJU SILU

ZÁVÄZOK

*„Celý tréning sa budem aktívne zapájať do všetkých cvičení.
Budem sústredený a vytrvalý. Je to čas určený pre mňa a pre vytvorenie môjho šťastnejšieho
a úspešnejšieho života.“*

.....

Tvoj podpis

„3 NAJNEBEZPEČNEJŠIE SLOVÁ SÚ“



CVIČENIE O SÚČASNOSTI.

DEFINUJ, ČO PRE TEBA ZNAMENÁ.

1. Korona je...

2. Kríza je...

3. Pandémia je...

4. Život je...

5. Úspech je...

6. Šťastie je...

7. Láska je...

8. Radosť je...

OBJAV SVOJU SILU

9. Dôvody a príčiny, pre ktoré nie som úspešný/á...

10. Dôvody a príčiny, pre ktoré nie som šťastný/á ...

11. Moje najväčšie strachy a obavy sú...

12. To najhoršie na mojom živote je...

13. To najkrajšie na mojom živote je...

14. V ktorej oblasti môjho života sa cítim maximálne nespokojný/á alebo nešťastný/á...

15. V ktorej oblasti môjho života sa cítim maximálne spokojný/á alebo šťastný/á...

15. Kto si?...

16. Si ako čo?...

PRAVDA O VAŠICH HODNOTÁCH A PRESVEDČENIACH

Ohodnotte číslom od 1 až 10 nasledovné vyjadrenia. Kde 1 je 100% **nesúhlas** s daným tvrdením a 10 je 100% **súhlas**.

SÚČASNOŠŤ

BUDÚCNOŠŤ

- | | | |
|----------|---|-------|
| 1. | Korona mi zničila život. | |
| 2. | Bojím sa budúcnosti. | |
| 3. | Neviem, čo v živote chcem. | |
| 4. | Úspech a duchovno nejdú dokopy. | |
| 5. | Nedokážem byť v živote šťastný/á.. | |
| 6. | Bojím sa samoty. | |
| 7. | Bojím sa byť v živote šťastný/á.. | |
| 8. | Život je ťažký. | |
| 9. | Nikto ma nemá rád. | |
| 10. | V dnešnej dobe je normálne byť stále unavený/á a vyčerpaný/á. | |
| 11. | Ak sa mi bude dariť, ľudia ma budú nenávidieť. | |
| 12. | Ak budem mať ciele, a potom ich nedosiahnem, budem sklamaný/á. | |
| 13. | Je mi súdené sa stále trápiť. | |
| 14. | Teraz nie je vhodný čas, aby som začal pracovať na mojich cieľoch. | |
| 15. | Uspieť nejde bez známostí. | |
| 16. | Nemám čas pracovať na mojom sebarozvoji. | |
| 17. | Môje deti sú dôležitejšie ako môj manžel/manželka. | |
| 18. | Nie som dostatočne šikovný a inteligentný, aby som mohol byť úspešný. | |
| 19. | Som príliš mladý na to, aby som začal pracovať na svojich cieľoch. | |
| 20. | Som príliš starý na to, aby som začal pracovať na svojich cieľoch. | |
| 21. | Nie som v ničom výnimočný. | |
| 22. | Nemám sa rád. | |
| 23. | Peniaze kazia charakter. | |
| 24. | Nikdy nebudem mať dostatok peňazí. | |
| 25. | Neviem si vytvoriť pasívne príjmy. | |
| 26. | Neverím, že sa môžem mať lepšie. | |
| 27. | Nedokážem vo svojom živote urobiť zmenu. | |
| 28. | Nedokážem odpustiť tým, čo mi ublížili.. | |
| 29. | Môj partner mi ničí život. | |
| 30. | Všetci muži/ ženy sú rovnakí. | |

OBJAV SVOJU SILU

ČO JE TO ÚSPECH?

BYŤ ŠŤASTNÝ?

Úspech je Úspech je dôsledok

- Keď sa cítiš šťastný úspech začne
- Šťastie sú postoje a, ktoré prisudzujeme všetkému čo sa deje okolo nás.
- Šťastie ovplyvňuje naša „svieža“
- Kedy sa človek cíti naozaj šťastný? Keď to je v harmónii.

Šťastie je otázkou - nastavenia toho ako vnímaš to čo sa deje okolo teba.

Cieľom dnešného dňa je aby si sa primárne cítil

/DÔSLEDOK, STRATÉGIE, prichádzať, významy, myseľ, ROZHODNUTIA, šťastný/

Ako si predstavujete Váš úspech vy?

.....
.....
.....

*„Nedám sa odradiť,
pretože každý chybný
pokús, ktorý vylúčim,
je krokom vpred.“*

Thomas Edison

CVIČENIE

Vaše tri najväčšie úspechy vo vašom živote sú:

1.
.....
.....

2.
.....
.....

3.
.....
.....

OCEŇTE SVOJ ÚSPECH

Úspech plodí.....

Úspech je, takisto ako ajje Keď si Vaša myseľ zvykne na..... nebude mu pri najbližšej príležitosti
/úspech, zvyk, zlyhanie, zvyk, úspech, odporovať/

OSLAVUJTE SVOJ ÚSPECH

Každý, aj ten **najmenší úspech**

..... Radujte sa z rastu. Tým si vytvárate **pozitívny návyk** a vytvárate motivujúce emócie. Oslava úspechu, vytvára **motiváciu** k ďalšiemu rastu a napredovaniu.

/oslavujte, odmeňujte sa/

*„Raduj sa nad každým
svojím úspechom, nezáleží
na tom, aký je malý.“*

Andy Winson

OBJAV SVOJU SILU

ZÁKON PREMENY

Ak chcete, aby sa vo vašom životevaše výsledky, musíte niečo **zmeniť**.

Musíte zmeniť neefektívne návyky a vytvoriť nové

Aký máte deň?

Dnes sa nejakو cítite. Napíšte ako.

.....

.....

.....

.....

Dnešok je dôsledok

Zajtrašok je dôsledok

/zmenili, efektívne zvyky, vašej minulosti, vašej súčasnosti/

ZDROJE

Minulosť

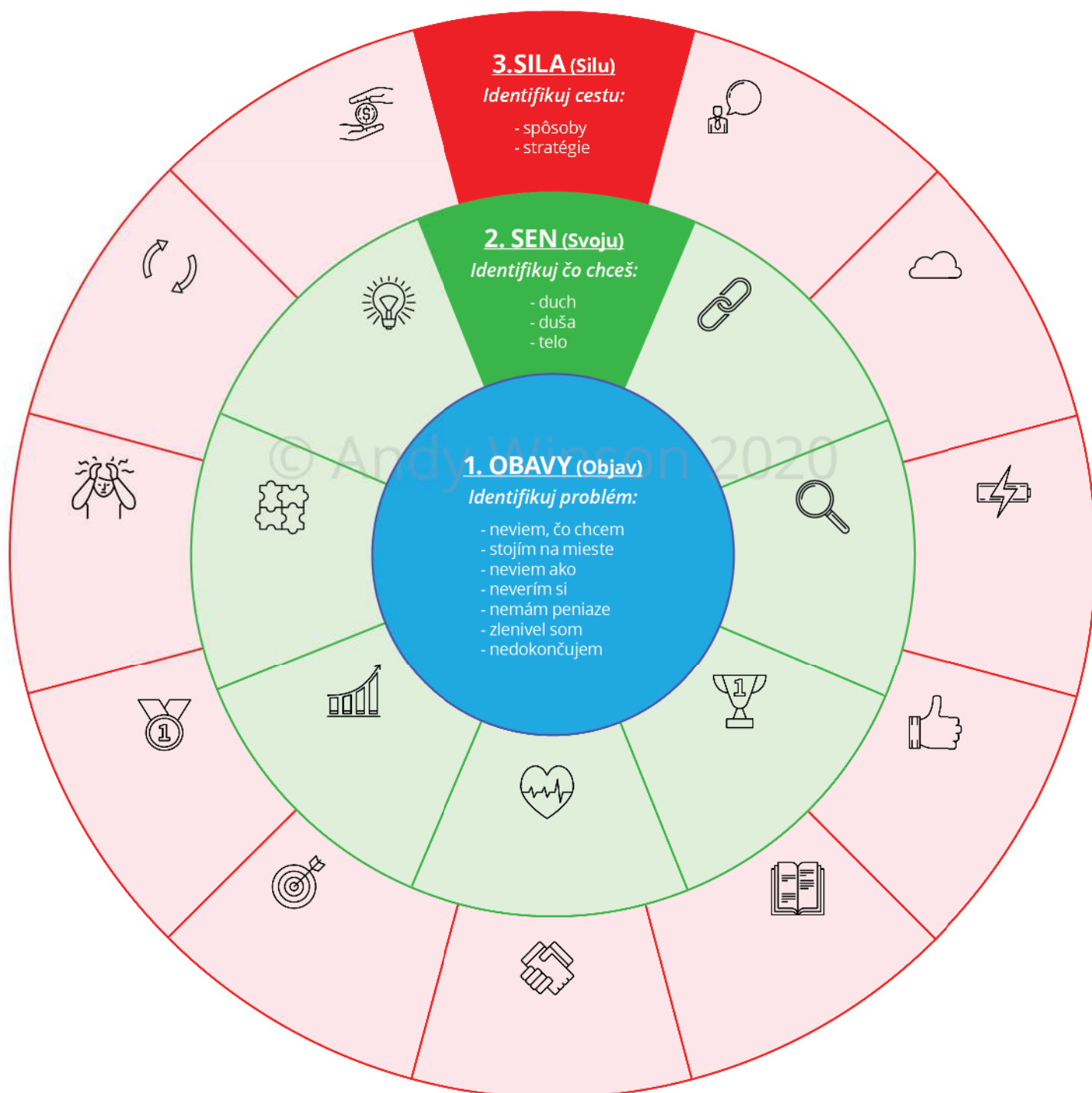
Súčasnosť

Budúcnosť (cieľ)

..... sa z chýb a snažte sa stále veci

/Poučte, zlepšovať/

3 KRUHY ÚSPECHU™



© Andy Winson 2020

OBJAV SVOJU SILU

SILA BOLESTI A SILA RADOSTI

Naše rozhodnutia sú ovplyvnené dvoma základnými činiteľmi. Sú to vyhľadávanie a vyhýbanie sa.....

/radosti, bolesti/

BOLEŠŤ PONÚKA 3 VOĽBY:

1. ignorovať a obviňovať

- udalosti
- iných
- seba

2. Zmeniť okolnosti vášho života. Čo chceš zmeniť?

3. Zmeniť vaše nastavenie

- Fyziológia
- Zameranie/fokus
- význam

1. OBAVY

KOVID-1+9

DAR K OSLOBODENIU A ÚSPECHU

Ľudia sa sťažujú, že sa im nedarí, že je ťažká doba. Problém nie je v tom, že by to nedokázali.

Problém je, že nie sú ochotný vystúpiť zo svojho.....

Namiesto toho povedia neviem, nedá sa, nemôžem... - to sa volá **VÝHOVORKA** - nemáte niečo lepšieho?

KOVID 19? K čomu je to

Tragédia alebo DAR?

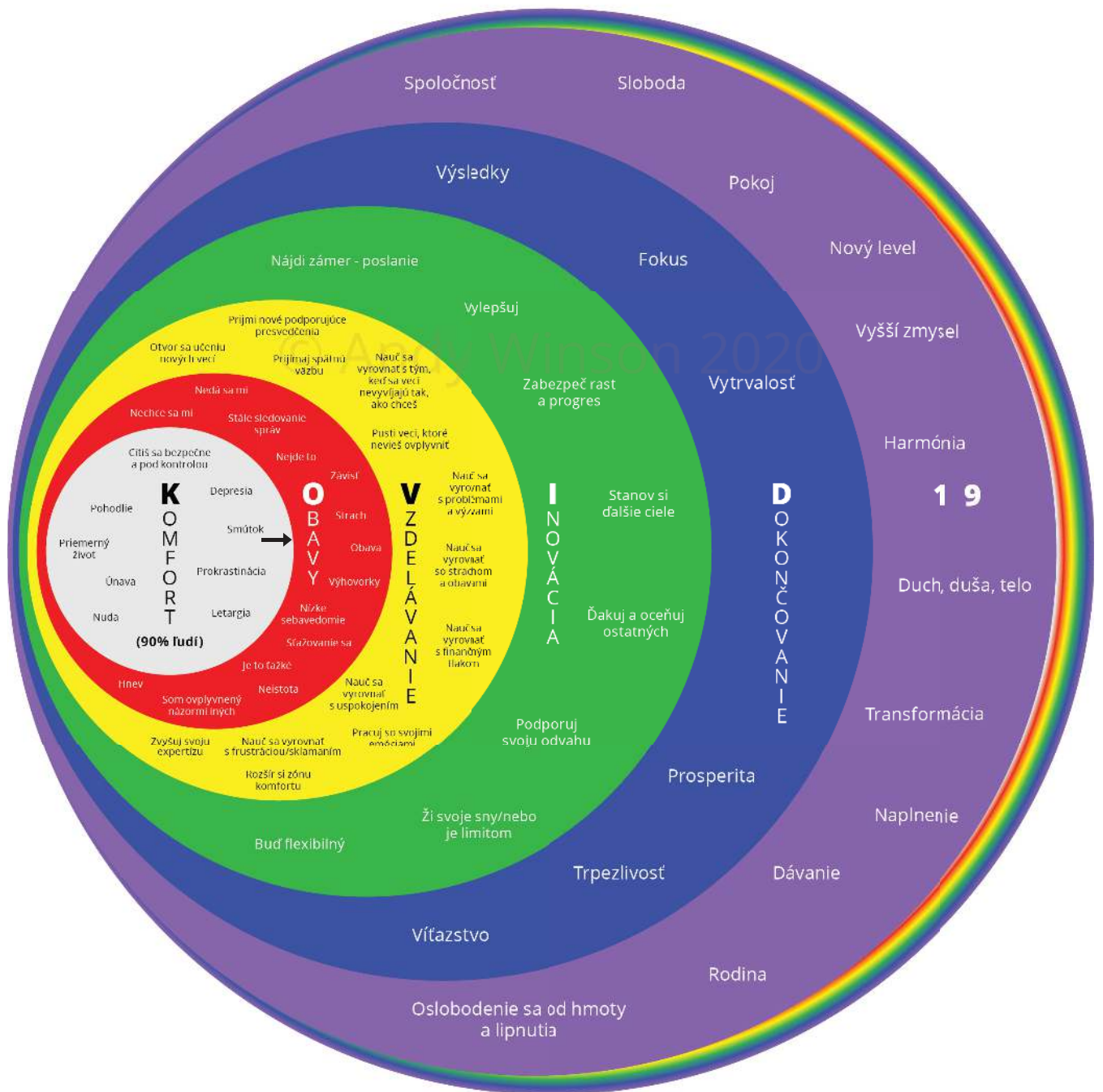
/komfortu, príležitosti/

„DAR naberie na skutočnej hodnote jedine keď pochopíme jeho význam a prenesieme ho do života.“

Andy Winson

OBJAV SVOJU SILU

KOVID 1+9™ (Dar k oslobodeniu a úspechu)



© Andy Wnson 2020



POZNÁMKY

SILA STRACHU

Čo nám bráni ísť vpred?

Strach je to, čo obyčajne bráni ľuďom konať. Definícia strachu je bolesti. Úlohou vašej mysle je prežiť. Jej povinnosťou je dať vám ochranu a varovať vás prednebezpečenstvom.

A teraz si uvedomte, že sa nie je čoho báť. Cez zlyhania sa človek posúva, napreduje. Hanba nie je zlyhať, hanba je zostať sedieť. Zlyhanie je prirodzená súčasť života.

Musíte sami v seba.

Strach má silu iba vtedy, keď s ním bojujete. Musíte ho

Strach je v nás naprogramovaný. Nič ho samé od seba nezoberie preč. Základom je naučiť sa, ako používať strach namiesto toho, aby nás obmedzoval.

Skutočný bojovník môže skrotiť démona strachu. Tajomstvo úspechu je, naučiť sa konať aj napriek strachu.

Úspešní ľudia majú strach, ale neumožnia mu ich

Konať napriek strachu →

/očakávanie, veriť, akceptovať, zastaviť, odvaha/

*„Smútok je
strata času.“*

*„Mal som tisíce
problémov, z ktorých sa
väčšina ani nestala.“*

Mark Twain

AKO PRACOVAŤ SO STRACHOM?

1. Čo je môj najväčší strach?

.....
.....
.....
.....

2. Aké výhody, prípadne čo pozitívne mi priniesol tento strach v minulosti?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3. Ak zotrívam v tomto strachu, čo zlé, bolestivé mi to ešte spôsobí v živote?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

4. Prečo sa mám oslobodiť od tohto strachu teraz?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3 KRUHY ÚSPECHU™



© Andy Winson 2020

OBJAV SVOJU SILU

Čo ste robili? / BUDETE robiť pravidelne niekoľkokrát týždenne/každý deň?

DUCH:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

DUŠA:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TELO:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



CVIČENIE:

Čo som zažil?

Čo som si uvedomil?

Čo mi to dalo?

Ako to využijem v živote?

NAPLNENÉ ĽUDSKÉ POTREBY

Prvým krokom k rastu je skutočne pochopiť silu vo vás a to, kto skutočne ste.

7 ľudských potrieb sú najsilnejším a univerzálnym nástrojom, ktorých napĺňanie je skrytým hnacím motorom nášho správania. Ich pochopením dokážeme urobiť akúkoľvek zmenu v našom živote.

Prečo? Pretože veríme, že týchto 7 ľudských potrieb je kľúčom k ľudskému správaniu, či už je správanie pozitívne alebo negatívne.

4 ZÁKLADNÉ ĽUDSKÉ POTREBY UNIVERZÁLNE PRE VŠETKÝCH.

1./**bezpečie** – Každý chce mať istotu vo svojich základných potrebách (jedlo, bývanie, ...). Všetci sa chcú cítiť pohodlne – mať radosť a vyhnúť sa bolesti.

Kľúčové slová pre istotu sú: pohodlie, istota, bezpečie, stabilita, predvídateľnosť a ochrana...

2./**zmena** – Zmeny a výzvy precvičujú náš emocionálny a fyzický rozsah. Naše telá, naša myseľ, naše emocionálne zdravie si vyžadujú neistotu/zmeny, cvičenia, napätie, pestrosť a prekvapenie.

Kľúčové slová pre rozmanitosť sú: neistota, mnohotvárnosť, nestabilita, zmena, zábava, napätie, námaha/ovplyvnenie a prekvapenie...

3./**jedinečnosť** – Každý človek sa potrebuje cítiť špeciálne, dôležito, potrebne a chcene.

Kľúčové slová pre význam sú: dôležitosť, uznanie, hrdosť, úspech, výkonnosť, dokonalosť, hodnotenie, disciplína a súťaž...

4./**láska** – Každý z nás potrebuje cítiť prepojenie s inými ľudskými bytosťami a každý sa usiluje a dúfa, že bude mať lásku.

Kľúčové slová pre prepojenie sú: láska, jednotnosť, vášeň, teplo, mäkkosť a romantika ...

/Istota, Rozmanitosť, Význam, Prepojenie/

3 DUCHOVNÉ POTREBY , KTORÉ POTREBUJEME KU ŠŤASTIU A NAPLNENIU

1. **Rast/** – Všetko buď rastie alebo umiera. Musíme sa neustále rozvíjať citovo, intelektuálne a duchovne. Ľudia nie sú duchovne spokojní, pokiaľ sa ich kapacity nerozširujú.

Kľúčové slová pre rast sú: rast, napredovanie, učenie, inovácia, progres, expertíza, zlepšovanie...

2.**/súlrad** – Byť v harmónii so svojím životom a prostredím, v ktorom žijeme. Dosahovať pokoj a súlad všetkých úrovní bytia.

Kľúčové slová pre harmóniu sú: harmónia, súlad, vyrovnanosť, pokoj, zladenie, win win...

3.**/obohatenie** – Všetci si želáme, prinášať niečo nad rámec našich vlastných možností/potrieb a dať to aj ostatným. Tak ako ľudia nemôžu byť bez toho, aby sa ostatní podieľali na ich zdravom vývoji (žiadne dieťa nevyrástlo samo), tak nemôžu byť duchovne naplnení, pokiaľ tiež neprispievajú druhým.

Všetko vo vesmíre prispieva nad rámec samého seba, inak je vylúčené/zanikne.

Kľúčové slová pre prínos sú: dávanie, obohatenie, prínos, darovanie, obeta...

/Napredovanie, Harmónia, Prínos/

Každý uprednostňuje svoje potreby iným spôsobom. Ktorá zo 7 potrieb je číslo jeden pre vás? Ktorá potreba je číslo dva? Napíš potreby v poradí dôležitosti pre vás, prvá je najdôležitejšia.

- | | |
|---------|---------|
| 1. | 5. |
| 2. | 6. |
| 3. | 7. |
| 4. | |

CVIČENIE

Ako naplniť/získať vašich 7 potrieb?

Potreba číslo jedna:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Tu sú tri spôsoby, ktorými si v súčasnej dobe naplňam túto potrebu:

1.
2.
3.

OBJAV SVOJU SILU

Potreba číslo dva:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Tu sú tri spôsoby, ktorými si v súčasnej dobe naplňam túto potrebu:

1.

2.

3.

Potreba číslo tri:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Tu sú tri spôsoby, ktorými si v súčasnej dobe naplňam túto potrebu:

1.

2.

3.

Potreba číslo štyri:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Tu sú tri spôsoby, ktorými si v súčasnej dobe naplňam túto potrebu:

1.

2.

3.

Potreba číslo päť:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Tu sú tri spôsoby, ktorými si v súčasnej dobe naplňam túto potrebu:

1.

2.

3.

Potreba číslo šesť:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Tu sú tri spôsoby, ktorými si v súčasnej dobe naplňam túto potrebu:

1.

2.

3.

Potreba číslo sedem:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Tu sú tri spôsoby, ktorými si v súčasnej dobe naplňam túto potrebu:

1.
2.
3.

Každý z nás silne uprednostňuje dve potreby. Tieto dve potreby sú silou, ktorá určuje smer vášho života. Ak dokážete **pochopiť potreby**, ktoré vás ženú – potom pochopíte, čo presne v súčasnej dobe cítite, a čo musíte urobiť na uspokojenie týchto potrieb.

Malo by byť jasné, akú dôležitosť zohráva týchto 7 potrieb vo vašom živote. Teraz je čas, aby ste si zreorganizovali, ako vnímate vaše potreby, takže môžete zažiť denne emócie, ktoré sú pre vás najdôležitejšie.

TU JE NIEKOĽKO TIPOV, AKO SPRAVOVAŤ VAŠE POTREBY PRE VÄČŠIE ŠŤASTIE A NAPLNENIE:

1. Zamerajte sa na dávanie/naplňanie potrieb, nie na ich získanie. Čo je spoľahlivejšie a pod vašou kontrolou: pocit lásky cez lásku, dávať ju niekomu, alebo pocit lásky cez očakávanie, že budeme prijímať lásku? **Dávanie vám dáva kontrolu nad vašimi potrebami.**

2. Zjednodušte svoje požiadavky na uspokojenie vašich potrieb. Namiesto toho, aby ste sa zameriavali na „jackpot“ veľké, limitované spôsoby, ako naplniť vaše potreby – zamerajte sa na mnoho malých spôsobov, aby vyhoveli vašim potrebám na dennej báze.

Napríklad, oceňte malé veci, a majte radosť zo žitia podľa vlastných hodnôt. Jedná sa o viac konzistentné a spoľahlivé spôsoby, ako vyhovieť vašim potrebám.

3. Zamerajte sa na veci, ktoré sú vo vašej sfére vplyvu, nie v okruhu vášho záujmu.

Tolko ľudí chce robiť všetko správne, len sa nechávajú rozčúliť niečím, čo nie je pod ich kontrolou. Zamerajte sa na to, čo môžete urobiť dnes, a čo dokážete ovplyvniť.

OBJAV SVOJU SILU

CVIČENIE

Teraz si zapíšete poradie, v ktorom bude 7 ľudských potrieb pre vás dôležitých v budúcnosti (číslo 1 je najdôležitejšie):

Potreba číslo jedna:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Potreba číslo dva:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Potreba číslo tri:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Potreba číslo štyri:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Potreba číslo päť:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Potreba číslo šesť:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Potreba číslo sedem:

(Istota, rozmanitosť/zmena, význam/jedinečnosť, prepojenie/láska, rast, harmónia, prínos)

Teraz zapíšete tri spôsoby, ktorými budete uspokojovať vašich 7 ľudských potrieb v budúcnosti:

Potreba číslo jedna:

V budúcnosti ju budem uspokojovať nasledovne:

1.

2.

3.

Potreba číslo dva:

V budúcnosti ju budem uspokojovať nasledovne:

1.

2.

3.

Potreba číslo tři:

V budoucnosti ju budem uspokojovat nasledovne:

1.
2.
3.

Potreba číslo štýri:

V budoucnosti ju budem uspokojovat nasledovne:

1.
2.
3.

Potreba číslo päť:

V budoucnosti ju budem uspokojovat nasledovne:

1.
2.
3.

Potreba číslo šest:

V budoucnosti ju budem uspokojovat nasledovne:

1.
2.
3.

Potreba číslo sedem:

V budoucnosti ju budem uspokojovat nasledovne:

1.
2.
3.

OBJAV SVOJU SILU

CVIČENIE

1. Ako váš životný štýl, vaše premýšľanie, vaše aktivity zapadajú do vašich dvoch najdôležitejších ľudských potrieb? Premýšľajte o niektorých ďalších silných spôsoboch, ktorými by bolo možné naplniť tieto potreby.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Ako napĺňa prokrastinácia a lenivosť vaše potreby?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. SILA

Sila každého z nás sa skrýva v našich snoch. Sny sa však neplnia snívaním ale konaním. Hnacia sila neprichádza sama od seba. Je reakciou na naše podnety a impulzy, ktoré vysielame.

Identifikuj cestu: spôsoby a stratégie, ktoré použiješ

TVORCOVIA NÁLADY

Telo je zrkadlom vašej duše. Rovnako dávame najavo určitý:

1.
2.
3.

/Pocit, Myšlienku, Emóciu/

V živote platí: „Ak chceš dosiahnuť úspech, ak chceš niekým byť, tak sa pohybuj v okolí tých ľudí, ktorí už takí sú.“

Modelovanie je nevyhnutnou súčasťou úspechu.

Význam fyziológie a jej moc je veľmi podceňovaná – Nevieme o nej.

Všimli ste si niekedy, ako chodí smutný a sklamaný človek? Všimli ste si niekedy, ako chodí šťastný a veselý človek?

Keď ste nadšení, plní sily, energie, dokážete zvládať čokoľvek, čo potrebujete.

Aký typ človeka vás na prvý pohľad zaujme?

Ste taký aj vy?

OBJAV SVOJU SILU

Vnútorne postoje (Čo si v mysli predstavujem, hovorím.)

NÁLADA

SPRÁVANIE

FYZIOLÓGIA

Naše správanie je výsledkom ,v ktorej sa práve nachádzame. Vždy sa snažíme urobiť to najlepšie, čo je v našich silách, ale niekedy sme jednoducho nevykonní. Nálada môže byť a podnetná alebo taktiež a obmedzujúca.

Málokto ju vie

Základom je prevziať zodpovednosť za svoju náladu a za svoje správanie .

Energia je

Energia musí zostať v pohybe.

OVLÁDANIE STAVU

Ovládanie stavu znamená, dať sebe alebo inej osobe možnosť vybrať si stav mysle alebo nálady.

Takisto to znamená, dať sebe alebo inej osobe možnosť, vybrať si svoje v danej situácii.

/nálady, užitočná, neužitočná, ovládnuť, POHYB, správanie/

MYSLENIE/SLOVÁ/KOMUNIKÁCIA

ŽIVOT VO VIERE VO VYŠŠIU MOC

OBJAV SVOJU SILU

ENERGIA

ODVAHA

NAKOPÁVAČ TEĽA A MYSLE

- Ak máte **stres**, nemáte vnútornú pohodu.
- Ak nemáte **vnútornú pohodu**, nemáte energiu.
- Ak nemáte **energii**, nemáte výkon.
- Ak nemáte **výkon**, nemáte vitalitu.
- Ak nemáte **vitalitu**, máte stres.

Silná imunita → vitalita a energia



WINSONENERGY

Natural Power Drink

JE TO AKO BUMERANG, KTORÝ SA VÁM VŠAK UŽ
NEMUSÍ VRÁTIŤ, POKIAĽ S NÍM SPRÁVNE ZATOČÍTE.

Winson Energy prináša
riešenie na zvládanie tlaku
a stresu súčasnej doby.



Len **10 ml denne** vám dodá
dennú dávku energie,
vitamínov a dobrej nálady,
a to prirodzenou
a **zdravou formou!**

OBJEDNAJTE SI **DNES 2 NÁPOJE**
A TRETÍ DOSTANETE **ZDARMA!**

www.WinsonEnergy.sk



OBJAV SVOJU SILU

UČENIE SA

AKCIA/FLEXIBILITA



Aj váš kalendár ostal prázdny?

Vyškrkli ste z neho všetky aktivity na najbližšie mesiace?

*Dovolenka, rodinná oslava či pracovná cesta.
Akékoľvek plány ostali v tejto chvíli neisté.*

**To, čo si však už dnes môžete s istotou naplánovať
je SPOKOJNÝ ŽIVOT.**

**Vďaka Diáru úspechu R.A.D. budú vaše dni plné
aktivít. Špeciálnych aktivít, ktoré ak budete
dodržiavať, váš život naberie nový smer.**

Diár úspechu R.A.D.®

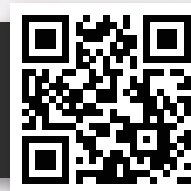
- » **NIE JE** jeden z diárov slúžiaci na zapisovanie stretnutí.
- » **NIE JE** zázračný plánovací kalendár.
- » **NIE JE** príručka úspešného života.

**JE TO unikátny 9-krokový systém
vytvorený špeciálne pre tých, ktorí túžia:**

- » **plánovať svoj život, nie čas;**
- » byť pripravený a vyzbrojený vnútornou silou a užitočnými nástrojmi, keď sa dvere otvoria;
- » **zažívať spokojnosť a radosť;**
- » získať laserové sústredenie na skutočne dôležité veci;
- » **byť každý deň o krok bližšie k svojim snom a nevybočiť z dráhy.**



Objednajte si svoj Diár úspechu R.A.D.®
na www.DiarUspechu.sk



OBJAV SVOJU SILU

FOCUS

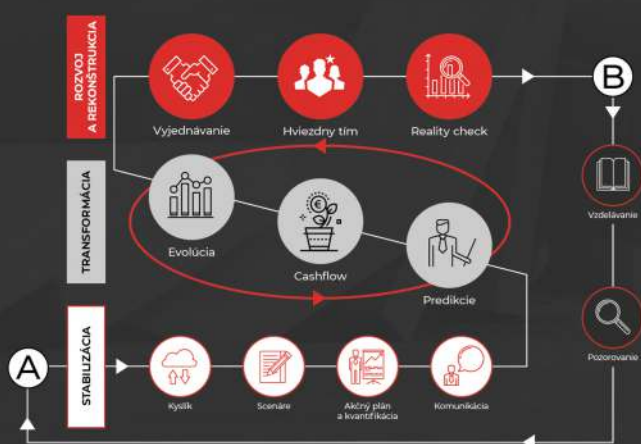
VYTRVALOSŤ A DOKONČOVANIE



AKO USTÁŤ KRÍZU
A VYJSŤ Z NEJ AKO **NOVÝ LÍDER NA TRHU**

Pre všetkých podnikateľov, ktorí sa ocitli v ťažkej situácii
MÁTE ŠANCU, ŽE TO VŠETKO USTOJÍTE!

Spoznajte strategický 12-KROKOVÝ SYSTÉM,



ako **stabilizovať, transformovať a nasmerovať k rastu** svoje podnikanie počas novej doby, využitím princípov krízového manažmentu.

Vytvorte si jasný **akčný plán len za víkend** a začnite tak čo najskôr opäť naplňovať svoje **podnikateľské ciele**.



+ BONUSY ZDARMA



Objednajte si **ŠPECIÁLNY ONLINE PROGRAM AJ SO SKVELÝMI BONUSMI** a vyjdite z krízy ako nový líder na trhu.



OBJAV SVOJU SILU

SCHOPNOSŤ VYROVNAŤ SA

- Frustráciou/Sklamáním
- Strachom/Obavami
- S tým keď sa veci nevyvíjajú tak ako chcete
- S finančným tlakom
- S uspokojením

„Vždy dajte viac, ako očakávate, že dostanete!“

OCHOTA ZMENIŤ SA

FINANČNÁ INTELIGENCIA

- Viac ako kedykoľvek doteraz
- Príjem/výdaj – získaj prehľad (www.JUGLOGIC.com)
- Nakupujte jedine s otázkou:

- Potrebujem alebo chcem?
- Kam ma to posunie?
- Tá investícia mi zoberie alebo prinesie?
-

- Kam investovať?

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

3 KRUIHY ÚSPECHU™



© Andy Winson 2020

BUDÚCNOSŤ? ... TRANSFORMÁCIA

- Offline
- Online
- Digitalizácia
- Kontaktný biznis
-

OBJAV SVOJU SILU

DEKLARÁCIA BUDÚCNOSTI

Toto bol len 1 deň ONLINE tréningu!
Viete si predstaviť, čo všetko *by ste dokázali*
za 3 dni živého tréningu?

OBJAV SVOJU SILU **NAŽIVO**

29.8. – 31.8.2020

Sobota – Pondelok | **Senec, Hotel Senec**



Vyzbrojíte sa ďalšími technikami, ktoré vám nedovolia, vrátiť sa naspäť do starých kolají.



Spoznáte a obklopíte sa podporujúcou komunitou rovnako naladených ľudí, ktorí budú v tom s vami.



Prehĺbte ešte viac vzťah so samým sebou.



Čaká vás ešte viac silných transformačných cvičení.

Život prináša neustále výzvy. Akékoľvek ťažké momenty nastanú, vy sa ich už **nezláknete**, pretože **budete silnejší** a v rukách **budete mať nástroje**, ktoré vám ich pomôžu **zvládnuť**.



Teraz je však čas nadobro vykročiť z komfortnej zóny a spoznať silu akcie v praxi!

www.ObjavSvojuSilu.sk





KLUB ANDYHO WINSONA

URÝCHĽOVAČ VÁŠHO ÚSPECHU

BEZ JO-JO EFEKTU! Teda iba ak to sami nedovoľíte.

Učte sa od tých najlepších. Obklopte sa podporujúcou komunitou ľudí, ktorí sa rovnako zapálení pre svoj úspech a intenzívne na sebe pracujú aj v týchto časoch. Správne informácie a svieža myseľ sú dnes to, čo vám dá obrovský náskok, umožní zvládnuť čokoľvek a predovšetkým urýchlí vašu cestu k úspechu.

Na základe toho, kde cítite, že sa vo svojom rozvoji momentálne nachádzate si **vyberte členstvo, ktoré vám najviac vyhovuje a postupne vystúpajte po schodoch na vrchol vlastného úspechu.**



ZAČIATOK NOVÉHO



OBSAHUJE

1x ročné členstvo v online klube

Vstupenka GOLD na tréning
Najlepší Rok Môjho Života



OBSAHUJE

1x ročné členstvo v online klube

3x 30-dňový podporný program
„Od rozhodnutia k výsledkom“

6x online skupinový Mastermind
s odpoveďami na otázky s Andym

1x VIP vstup na:
10X Energy
Objav Svoju Silu
Majster Komunikácie
Tajomstvo Mysle Bohatých
Najlepší Rok Môjho Života
Life Leadership

Online verzia
Majster Predaja Premium

„Ak chcete zmeniť vaše výsledky,
v prvom rade potrebujete zmeniť
informácie, ktorými krmíte vašu myseľ.“

Andy Winson



PRE PÁR/DVOJICU

OBSAHUJE

2x ročné členstvo v online klube

3x 30-dňový podporný program
„Od rozhodnutia k výsledkom“

6x online skupinový Mastermind
s odpoveďami na otázky s Andym

2x VIP vstup na:

10X Energy

Objav Svoju Silu

Majster Komunikácie

Tajomstvo Mysle Bohatých

Najlepší Rok Môjho Života

Life Leadership

Online verzia

Majster Predaja Premium



OBSAHUJE

Experti Akadémie Andyho Winsona
k dispozícii pre Váš raketový úspech

7 expertov na rôzne oblasti:

- Marketingové stratégie – funnely,
Facebook reklamy
- Google Ads a Affiliate marketing
• Copywriting
- Budovanie brandu, Instagram,
stratégie na sociálnych sieťach
- Grafika a Corporate Identity
• Brand storytelling
- Videoprodukcia a YouTube

6x konzultácia za rok + 6x Mastermind

V rámci balíka možnosť prikúpiť
experta s 20% zľavou

To najlepšie z Funnel Hacking Live -
online kurz, špičkové stratégie
najlepších online marketérov sveta

+ Celý obsah VIP členstva

Poradenstvo vo výbere softwarov

A mnoho ďalšieho...



Maximálne pre 10 účastníkov

OBSAHUJE

2x ročné členstvo v online klube

3x 30-dňový podporný program
„Od rozhodnutia k výsledkom“

6x online skupinový Mastermind
s odpoveďami na otázky s Andym

2x VIP vstup na:

10X Energy

Objav Svoju Silu

Majster Komunikácie

Tajomstvo Mysle Bohatých

Najlepší Rok Môjho Života

Deal-Maker Intensive s Vincentom

Wongom

Life Leadership

1x vstup na 3-dňový tréning
Super Leader

Passion In The Profit s Johnom Lee

2x vstup na 3-dňový tréning
Majster Predaja

10x celodenných
Mastermind stretnutí

6x osobný koučing za rok

8 dní zážitková dovolenka Mexico
s Andym

50% zľava na NLP Premier Practitioner

Online verzia

Majster Predaja Premium

Poradenstvo od expertov AAW

CVIČENIE O SÚČASTNOSTI

Definujte, čo pre vás znamená?

1. Korona je...
2. Kríza je...
3. Pandémia je...
4. Život je...
5. Úspech je...
6. Šťastie je...
7. Láska je...
8. Radosť je...
9. Dôvody a príčiny, pre ktoré nie som úspešný/á...
10. Dôvody a príčiny, pre ktoré nie som šťastný/á...

OBJAV SVOJU SILU

11. Moje najväčšie strachy a obavy sú...

12. To najhoršie na mojom živote je...

13. To najkrajšie na mojom živote je...

14. V ktorej oblasti môjho života sa cítim maximálne nespokojný/á alebo nešťastný/á...

15. V ktorej oblasti môjho života sa cítim maximálne spokojný/á alebo šťastný/á...

16. Kto si?...

17. Si ako čo?...

18. Chodte na začiatok manuálu a znova si vyplňte:

„Pravdu o vašich hodnotách a presvedčeniach“

ČO MÁM SPRAVIŤ TERAZ?

- 1. Zamerajte sa na vaše ciele vo všetkých pre vás dôležitých oblastiach.** Pracujte na nich postupne krok za krokom. Predstavte si ich pomocou vizualizácie, vylepte si ich na viditeľné miesto, opakujte si pozitívne afirmácie, pamätajte pri tom na oddych.
- 2. Investujte do vášho osobného rozvoja.** Čítajte, vzdelávajte sa, modelujte úspešných ľudí, opakujte si to čo ste sa tu naučili.
- 3. Vyvíjajte nové aktivity na podporu vašich cieľov.**
- 4. Chcieť nestačí. Totálne sa zasväťte myšlienke radostného života.** Urobte všetko pre to, aby ste to dosiahli, aj keď budete musieť urobiť niečo pri čom sa cítite nepríjemne a bude to aj bolieť. Zväčšujte svoju zónu komfortu.
- 5. Vytvárajte nové zvyky krok za krokom.**
- 6. Vytrvajte.**

CVIČENIE ZAMERANÉ NA KONANIE:

Uvedte 3 akcie, ktoré podniknete pretože Vás k tomu podnietil tento tréning.

- 1.
- 2.
- 3.

„Každý z nás žije svoj život najlepšie ako vie. Nič, okrem nás, nám nebráni v tom, aby sme jeho kvalitu stále zlepšovali“.

Andy Winson

OBJAV SVOJU SILU

GRATULUJEM VÁM.

DOKÁZALI STE UROBIŤ PRVÝ DÔLEŽITÝ KROK.

NAŠLI STE SPÔSOB AKO OVLÁDNUŤ SÁM SEBA.

Ak vám tréning pomohol a myslíte si, že je dôležitý aj pre iných ľudí, staňte sa naším fanúšikom a napíšte nám vaše pocity a zážitky na:

www.facebook.com/AndyWinsonOfficial

alebo na:

www.instagram.com/andywinsonofficial

Ďakujem.

S úctou k Vašej jedinečnosti



*„Dnes ste trénovali,
zápas začína od
zajtra každý deň.“*

Andy Winson

www.AndyWinson.sk, www.NajlepsiTajomstvoMojhoZivota.sk, www.MajsterKomunikacie.sk,
www.MajsterPodii.sk, www.KlubAndyhoWinsona.sk, www.MakacVsBohac.sk,
www.SuperLeader.sk, www.TajomstvoMysleBohatych.sk, www.ObjavSvojuSilu.sk,
www.MysliKonajZbohatni.sk, www.10xENERGY.sk, www.MajsterPredaja.sk,
www.DiarUspechu.sk,



POZNÁMKY

OBJAV SVOJU SILU

POZNÁMKY



POZNÁMKY

Tréningy Akadémie Andyho Winsona

13.6.2020
7.11.2020
Alexandra Hotel, Púchov
Sobota

1 deň

Majster Komunikácie ONLINE
Majster Komunikácie LIVE
Získaj rešpekt od prvých sekúnd
www.MajsterKomunikacie.sk

29.8. – 31.8.2020
Hotel Senec, Senec
Sobota – Pondelok

3 dni

Objav Svoju Silu
Dni plné transformácie, vďaka ktorým odblokuješ svoj vnútorný potenciál
www.ObjavSvojuSilu.sk

16.10 – 18.10.2020
Bratislava
Piatok – Nedeľa

3 dni

Tajomstvo Mysle Bohatých
Finančný manuál pre život v hojnosti
www.TajomstvoMysleBohatych.sk

16.1.2021
Sobota

1 deň

Najlepší Rok Môjho Života
Zamiluj sa do každej minúty svojho života! Nakopávač roka!
www.NajlepsiRokMojhoZivota.sk

30.1 – 31.1.2021
Sobota – Nedeľa

2 dni

10X Energy
Získaj viac energie, vytúženú postavu a zbav sa svojich zlozvykov
www.10xEnergy.sk

2021

1 deň

Mysli, Konaj, Zbohatni, naživo
Ako ovládnuť peniaze a získať finančný úspech
www.Nazivo.MysliKonajZbohatni.sk

Profesionálne tréningy Akadémie Andyho Winsona

14.6. – 15.6.2020
Hotel Elizabeth, Trenčín
Nedeľa – Pondelok

3 dni

Majster Pódíí
Strhni publikum k potlesku v stojí
www.MajsterPodii.sk

09/2020 – 01/2021
Trenčín
Utorok – Štvrtok

15 dní

NLP Premier Practitioner
Jednoduché techniky - výnimočné výsledky!
www.NewCodeNLP.sk

29.9. – 1.10.2020
Utorok – Štvrtok

3 dni

Super Leader
Urob z nemožného možné
www.SuperLeader.sk

8.11. – 10.11.2020
Alexandra Hotel, Púchov
Nedeľa – Utorok

3 dni

Majster Predaja
Ovplyvňuj prirodzeným spôsobom a staň sa najlepším v predaji
www.MajsterPredaja.sk

02/2021 – 06/2021
Trenčín
Štvrtok – Sobota

15 dní

NLP Master Practitioner
Majstrovské ovládnutie mysle a života. Pre pokročilých!
www.NewCodeNLP.sk

Tréningy pre členov VIP klubu, ONLINE BIZNIS klubu a DIAMOND klubu AAW

2021

1 deň

Life Leadership
Ako ovládnuť seba a stať sa lídrom svojho života
www.LifeLeadership.sk

Externé tréningy v spolupráci s Akadémiou Andyho Winsona

2021

2 dni

John Lee - Passion to Profits
Osvoj si tajomstvá profitovania v online svete! John Lee a jeho zaručené tipy na zarábky
www.AndyWinson.sk

2021

2 dni

Vincent Wong - Deal Maker Intensive
Ako uzatvárať najvýhodnejšie obchody v realitách
www.AndyWinson.sk

Tréningy sa uskutočnia v plánovanom termíne, avšak len v prípade, že to vládne opatrenia v danom čase umožnia.

Pre viac informácií sa obráťte na príslušných členov tímu AAW alebo nás kontaktuje na tel. čísle **+421 908 777 808**