



- psycholog, terapeuta, absolwentka Akademii Teologii Katolickiej w Warszawie.

Od ponad 20 lat pracuje z pacjentami indywidualnymi i „parami”.

Autorka licznych artykułów i audycji poświęconych odmienności psychiki i postrzegania świata przez mężczyzn i kobiety. Zwolenniczka pojednania i możliwości uzyskania porozumienia w związkach osobistych i zawodowych. W praktyce psychologicznej ciągle poszukuje nowych metod, unika rutyny i przywiązania do schematów. Zajęcia w większych grupach prowadzi w oparciu o programy autorskie.

Wydała m.in. publikację „Osiągnąć sukces w kontaktach z płcią przeciwną”, serię broszur pod wspólnym tytułem „Co ja źle robię?”. W Wydawnictwie Wilga jest autorką tekstów w miesięczniku „Między nami kobietami”.

Jest częstym gościem pro-

gramów telewizyjnych i radiowych. W ramach autorskiego programu „Sukces w kontaktach z płcią przeciwną” wydała 3 płyty: *Początek znajomości*, *Pierwsza randka*, *Porozmawiajmy*. Między innymi brała udział w charakterze eksperta w programach: Ewy Drzyzgi „Rozmowy w toku”, „Kawa czy herbata” „Dzień dobry TVN”, w filmowym reportażu TVP info, współpracowała z Radiem Lublin oraz Radiem Rytm, gdzie prowadziła cyklicznie audycję „Godzina z Czarodziejską Różdżką”.

Jest autorką terapii relaksacyjnych ukierunkowanych na przeciwdziałanie stresowi i podniesienie poczucia wartości.

Ukończyła szkolenia organizowane przez Towarzystwo Hipnozy Terapeutycznej i Badań nad Hipnozą oraz szkolenia NLP. W jej dorobku znajduje się program nastawiony na podniesienie samooceny i samoakceptacji oparty o autosugestię. Jest również autorką innowacyjnej metody pokonania napięcia związanego z egzaminami.

Od lat aktywnie działa w akcjach edukacyjnych na rzecz porozumienia płci, np. „Festiwal dwie połówki”. Współpracuje z „Dziennikiem Wschodnim” pisząc do rubryki poświęconej relacjom międzyludzkim.



Spotkanie z psychologiem i terapeutą Anną Marciniak Czy bieda i bogactwo s zaprogramowane



Zapraszamy

Bieda może być bardzo silną motywacją do rozwoju umysłowego. Osoby zmotywowane mogą osiągać niewyobrażalnie więcej niż osoby, które nigdy nie były zmuszone do myślenia, ale żyły w luksusie i dostatku. Co o tym decyduje, że bogate dziecko w dorosłym życiu nie osiąga nic, a biedne przelamuje bariery ubóstwa. Czy jest coś w materiale genetycznym? **Co decyduje, kto będzie biedny, a kto bogaty?** Czy dzieci bogatych ludzi pomnożą majątek? Jak to się dzieje, że dorośli ludzie, którzy nie mają nic nagle stają się zamożni.

Bieda - bloki

Do budynku z mieszkaniami socjalnymi dość łatwo jest trafić (nieszczęśliwy wypadek, choroba, utrata pracy, niespłacony kredyt), ale trudno się wydostać. Z obserwacji wynika, że po około 2 latach większość rodzin adaptuje się do życia w tym miejscu.

Codziennosc w osiedlu, gdzie większość dorosłych nie ma stałej pracy, gdzie występuje przestępczość, uzależnienia, apatia, agresja – degradowuje stopniowo osoby próbujące konstruktywnych rozwiązań. Zarówno dorośli, jak i dzieci czują się naznaczeni miejscem zamieszkania na osiedlu, budynku o złej sławie. Nie potrafiąc sobie poradzić z upokorzeniem, unikają konfrontacji z rzeczywistością; trzymając się razem, wzmacniają wzajemnie wrogi nastawienie do służb i świata na zewnątrz. Nakręca się w ten sposób spirala wzajemnej nieufności i niechęci, pogłębiająca izolację i niewiarę w możliwość zmiany.

Dzieci z biedy

W biedniejszych i przez to często patologicznych środowiskach stosuje się inne niż w warstwach uprzywilejowanych modele wychowania. To one w dużym stopniu odpowiadają za gorsze wyniki w nauce i testach na inteligencję.

Charakter i stosunek do świata dzieci z takich rodzin powstaje w wyniku złych doświadczeń wyniesionych z domu: odrzucenia, zanie dbania, braku reguł, braku stabilizacji. Dziecko przejmując wzorce zachowania z domu rodzinnego. Kontakt z rówieśnikami z innych środowisk uświadamia mu, że inni żyją inaczej, lepiej. Po takiej konfrontacji czuje się gorsze i nie rozumie, dlaczego jego życie wygląda tak słabo. Budzi to poczucie krzywdy i niesprawiedliwości. Dystans do rówieśników wydaje się nie do pokonania. Narastają problemy emocjonalne, pojawia się bezradność, brak wiary w siebie, a później bunt i agresja. Konsekwencją jest pozostanie wśród „swoich”, gdzie zasady przetrwania są jasne.

Bogactwo nie jest przypadkiem

Czekanie, bezczynność nie są przyjaciółmi życiowego sukcesu czy rozwoju. Pozostawianie najważniejszych decyzji przypadkowi prowadzi w ślepią uliczkę. Niektórzy ludzie są jak liście na wietrze lecą z podmuchem, wirują przez chwile i spadają w dół. Można odnieść wrażenie, że nie mają wpływu na własne życie, wszystkie zmiany są pozostawione działaniu przypadkowych okoliczności. Badania dowodzą, że bogaci ludzie nie godzą się na to, by nurt życia rzucał ich byle gdzie. Polegają na sobie, planują, zarządzają swoim czasem. Nie wątpią we własne siły, pomysły i talenty. Ufają sobie i motywują się sami, są pewni swego i brną do przodu bez względu na przeciwności losu i to, co mówią o nich inni. Bogaci nie wątpią w siebie, bo to pierwsza oznaka porażki.

Bogaci rodzice to łatwiejszy start w dorosłe życie

Dzieci z dobrych domów uczą się języków, chodzą na lekcje fortepianu, grają w tenisa, nie protestują, nie skarżą się, bo odmowa nie wchodzi w grę. Muszą zaspokoić ambicje rodziców.

Rodzice pozornie zapewniają im wszystko. Dobre nianie, dobre szkoły, zajęcia pozalekcyjne, rozwój ruchowy, nawet odpowiednie grono przyjaciół. Ale kiedy pytam taką rodzinę: „A co robicie razem?”, słyszę, że robienie czegoś razem to wyjazd na narty, na którym dziecko idzie do szkółki, albo wypad na łódkę, żeby nauczyć się żeglować. Bogaci rodzice angażują się we wszystkie dziedziny życia swoich pociech. Podejmują spójne wysiłki, by dostarczyć im nieprzerwany strumień stymulujących informacji, wrażeń i doświadczeń. Wożą je z jednych zajęć na drugie, tworząc często reżim nie do pozazdroszczenia.

Bogactwo i bieda

Są ludzie, którzy marząc o fortunie czekają na lepsze czasy. Wierzą w lut szczęścia, przeznaczenie, przeczcucia. Czasem to oczekiwanie trwa wiele lat, bo zmiana nie przychodzi. W tym samym czasie inni ludzie działają, ryzykują, bo twierdzą, że czekanie oznacza bezczynność. Wszystko zaczyna się w naszej głowie, dlatego zmiana naszego myślenia i nastawienia wobec zarabiania jest pierwszym krokiem do zmiany życia. Zapraszam na spotkanie.



Spotkanie z psychologiem i terapeutą **Anną Marciniak** Czy bieda i bogactwo są zaprogramowane



Spotkanie z projekcją filmów odbędzie się
w środę 13 grudnia 2017 r. o godz. 18.30
w sali widowiskowej Domu Kultury LSM
w Lublinie, ul. K. Wallenroda 4a, tel. 81 743 48 29
www.domkulturyism.pl
Wstęp wolny