

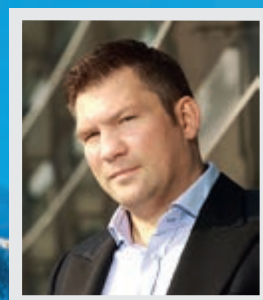
# benefit

www.miesiecznik-benefit.pl

08(32)/2014



PISZEMY JAK MOTYWOWAĆ



**Dariusz  
Michalczewski**

**Sukces nie przychodzi  
z dnia na dzień**

**Jasiek  
Mela**

**W życiu  
można wszystko**

**Mój  
biegun**

Marek Kamiński

**Outsourcing  
funkcji personalnych**

Grzegorz Filipowicz

**Jak pracować  
w wakacje?**

Piotr Czauderna



## NAJBARDZIEJ UZNANE I CENIONE SPOTKANIE BRANŻY CONTACT CENTER

CASE STUDIES

WARSZTATY

SESJE ANGAŻUJĄCE UCZESTNIKÓW  
BLACK SCENARIO, DYSKUSJE, SCENKI



**Ann-Marie Stagg**  
President of the European  
Confederation of Contact  
Centre Organisations (ECCCO)

**Jill Dean**  
CEO and co-founder  
of Brand Biology



**kongrescontactcenter.pl**

ORGANIZATOR



PARTNER



PATRONI MEDIALNI



## Spis treści:

Warto tam być .....	4
W życiu można wszystko .....	6
Świadczenia i benefity w Hiszpanii .....	9
Benefity pozapłacowe .....	14
Temperament i motywacja .....	16
Zmień swoje słownictwo .....	17
Biegun Marka Kamińskiego .....	18
Dziesięć trendów psycho- i socjologicznych .....	20
Czy przesadza się „stare” drzewa? .....	22
Outsourcing funkcji personalnych .....	24
Jak zarządzać personelem w firmie rodzinnej? .....	26
Jak pracować, kiedy inni są na urlopie? .....	28
Świadczenia przekazywane z zakładowego funduszu świadczeń socjalnych na rzecz członków rodziny zmarłego pracownika .....	30
Termin wypłaty dofinansowania wczasów pod gruszą .....	31
Benefity dla pracowników to standard .....	31
Pracownik jest zwolniony z PIT do limitu diety .....	32
Jaki jest wpływ organizacji związkowej na zakup benefitów w firmie? .....	34
Holistyczne podejście do rozwoju .....	35
Sukces nie przychodzi z dnia na dzień .....	36
Sieć współpracy .....	38
Aby język gętki powiedział wszystko, co pomyśli głowa? (1) .....	39
Szlachetny wypoczynek .....	40
Warto zobaczyć w kinie .....	41
Warto przeczytać .....	42
Warto posłuchać .....	42

### Redakcja:

Piotr Czauderna, Beata Kozicka,  
Rafał Mikołaj Krasucki  
al. Piłsudskiego 58, lok. 201, 18-400 Łomża  
tel./faks 86 218 00 74, tel. 508 563 626  
e-mail: redakcja@miesiecznik-benefit.pl  
www.miesiecznik-benefit.pl

ISSN 2084-7491

### Redaktor naczelny:

Jacek Babel

### Redaktor:

Jolanta Chrostowska-Sufa

### Reklama:

Magdalena Grosik  
m.grosik@miesiecznik-benefit.pl  
tel. kom. 516 579 678

### Wydawca:

Benefit IP Spółka z ograniczoną  
odpowiedzialnością sp. k.  
ul. Canaletta 4, 00-099 Warszawa

### Foto na okładce:

pozahoryzonty.pl

Nakład: 10 500 egz.

DTP: Pracownia Poligraficzna GRAFIS  
Zbigniew Jakuc

Druk: Libra-Print Daniel Puławski

# benefit

## PISZEMY JAK MOTYWOWAĆ

[www.miesiecznik-benefit.pl](http://www.miesiecznik-benefit.pl)



*Drodzy Czytelnicy*

Jak pracować, kiedy inni są na urlopie? Przecież to, że wielu z nas odpoczywa, nie oznacza, że w naszych firmach jest mniej pracy. W tym miesiącu podpowiadamy, jak planować czas w zespołach przed urlopem i po powrocie z wakacji.

W sierpniu zaczynamy nowy cykl na temat employer brandingu. Mamy świadomość ciągle zmieniającego się rynku pracy – coraz częściej pracownicy przed podjęciem decyzji zawodowych chcą wiedzieć, jak pracuje się u przyszłego pracodawcy. A źródłem informacji są obecni i byli pracownicy, partnerzy oraz klienci firmy. Warto powalczyć o dobrą opinię – employer branding to sposób na skuteczne przyciąganie talentów i zatrzymywanie ich w organizacji.

Coraz częściej nasi czytelnicy sugerują, że programy medyczne, sportowe i kafeeteria to już standard w motywowaniu pracowników. Czekacie Państwo na nowe benefity, świeże i nietuzinkowe spojrzenie na motywowanie ludzi, z którymi pracujecie i tworzycie projekty biznesowe. Staramy się sprostać tym oczekiwaniom, dlatego też zachęcam do lektury tekstów na temat motywacji i rozliczania benefitów.

Zapraszam do lektury.

**Jacek Babel**  
redaktor naczelny



**Zaangażuj się  
w tworzenie miesięcznika!**

Komentuj na [www.facebook.com/miesiecznik.benefit](http://www.facebook.com/miesiecznik.benefit)



## Seminarium „Sztuka radzenia sobie ze stresem – ośwoić stress...”

Seminarium z Ewą Foley - cenioną promotorką pozytywnego życia, doradcą rozwojowym i charyzmatycznym liderem seminariów. Autorką popularnych książek-poradników (także w formie audiobooków) zwanych „trylogią życia”: *Zakochaj się w życiu* – podręcznik małych i dużych kroków dla poszukującej duszy, *Powiedz życiu tak* – poradnik dobrostanu oraz *Bądź aniołem swojego życia* – jak oczyszczać i wzmacniać energię życiową.

Poruszane tematy:

- Błędne koło stresu
- Istota relaksu
- Sposoby relaksacji
- Medytacja

**3 – 10 sierpnia 2014** – Nowe Kawkowo pod Olsztynem

Organizator: Inspiration Seminars International

Informacje: [www.foley.com.pl](http://www.foley.com.pl)

## Festiwal Inspiracji

Do tej pory Festiwal Inspiracji dedykowany był głównie zawodowym mówcom i stanowił platformę wymiany najlepszych praktyk. Tegoroczna odsłona wydarzenia otwiera potencjał mówców profesjonalnych na zastosowania biznesowe. Podczas Festiwalu Inspiracji będą podejmowane takie tematy, jak: personal branding, networking oraz sztuka właściwej prezentacji biznesowej. Główną myślą przewodnią wydarzenia jest budowanie unikatowego potencjału firmy poprzez przewagę opartą na doskonaleniu umiejętności miękkich. Gośćmi tegorocznej edycji Festiwalu Inspiracji będą m.in.: Jacek Walkiewicz, Robert Krool, Sebastian Kotow, Dariusz Milczarek, Łukasz Jakóbiak, Marek Skala oraz Anna Szubert. Seminarium adresowane jest do wszystkich tych, którzy są zainteresowani sztuką właściwego zarządzania własnym wizerunkiem w biznesie.

**29 sierpnia 2014** – Warszawa,

**Centrum Konferencyjne ANTRAKT**

Organizator: 360 Smart Business Consulting Sp. z o.o.

Informacje: [www.festiwalinspiracji.pl](http://www.festiwalinspiracji.pl)

## X Kongres Contact Center

Najważniejsze wydarzenie dla branży contact center. Kongres skupi się wokół największych wyzwań stawianych zarówno ze strony klientów zewnętrznych i wewnętrznych, oczekiwań pracowników, ale również technologii i nowych trendów.

Gościem specjalnym wydarzenia jest Ann Marie Stagg, jedna z najbardziej uznanych przedstawicieli branży CC w Wielkiej Brytanii, wielokrotnie wyróżniana i nagradzana. Anna Marie Stagg pełni funkcję Executive Director w Call Centre Management Association oraz President of the European Confederation of Contact Centre Organisations (ECCCO).

**22 – 23 września 2014** – Warszawa

Organizator: Nowoczesna Firma S.A.

Informacje: [www.kongrescontactcenter.pl](http://www.kongrescontactcenter.pl)

## Wielki Sukces Niewielkim Kosztem

Spotkanie z profesorem Robertem Cialdiniem, światowej sławy naukowcem oraz najlepiej rozpoznawanym psychologiem społecznym w dziedzinie wywierania wpływu

i perswazji. Konferencja „Wielki sukces niewielkim kosztem” stanowi podsumowanie wieloletniego dorobku badawczego profesora Cialdiniego. Jest okazją na uzyskanie konkretnych odpowiedzi na pytania, jak wybrać odpowiedni moment, aby zastosowanie tych podstawowych zasad przyniosło największe korzyści.

**3 października 2014** – Warszawa

Organizator: 360 Smart Business Consulting Sp. z o.o.

Informacje: [www.robert-cialdini.pl](http://www.robert-cialdini.pl)

## Konferencja „Po pierwsze sprzedaż, Po drugie sprzedaż, Po trzecie SPRZEDAŻ”

Największe wydarzenie poświęcone najnowszemu trendom w sprzedaży. Brian Tracy i inni najlepsi specjaliści w dziedzinie pozyskiwania i utrzymania klientów poruszą tematy dotyczące najnowszych strategii sprzedaży, które są odpowiedzią na wciąż zmieniające się warunki na rynku. Konferencja „Po pierwsze sprzedaż, Po drugie sprzedaż, Po trzecie SPRZEDAŻ” to wyjątkowe wydarzenie dla osób, które szukają sprawdzonych technik sprzedaży. Brian Tracy korzystając ze swojego doświadczenia we współpracy z międzynarodowymi firmami powie, jak to zrobić, aby w czasie globalizacji zadbać o Klienta, by był z nami jak najdłużej. Na przykładzie jednej z firm pokażemy, jak diametralnie zwiększyć sprzedaż dzięki doskonale przygotowanym zespołom handlowym. Poszczególne moduły konferencji prowadzi oprócz Briana Tracy’ego także Aleksandra Ankiewicz, dr Anna Czarczyńska. Konferencję poprowadzi jeden z najbardziej znanych i cenionych dziennikarzy – Robert Kozak.

**7 października 2014** – Warszawa – Hotel Gromada Airport

Organizator: Brian Tracy International Sp. z o.o.

Informacje: <http://btigroup.pl/sprzedaz/>

## Przełom do doskonałości

Kevin Hogan określany w USA jako „guru psychologii biznesu” poprowadzi w Warszawie seminarium na temat – wywierania wpływu, perswazji, technik wpływu i marketingu. Hogan to amerykański ekspert wywierania wpływu oraz języka ciała. Obecnie wyklada na prestiżowych uczelniach w Stanach Zjednoczonych, między innymi w University of St. Thomas Management Center. Prowadzi treningi dla profesjonalistów sprzedaży, zarządzania i komunikacji w wielu krajach na świecie, w których uczestniczą szefowie i managerowie największych firm, takich jak IBM, 3M, Microsoft, Boeing czy Starbucks.

**10 października 2014** – Warszawa, Stadion Narodowy

Organizator: Akademia Umysłu

Informacje: [www.kevinhogan.pl](http://www.kevinhogan.pl)

## V Ogólnopolski Kongres Prawa Pracy

Kongres skierowany do: pracowników działów personalnych, specjalistów HR, menadżerów, dyrektorów działów kadr i plac oraz właścicieli firm. Poruszone zostaną tematy:

- Czas pracy po ostatnich zmianach - najlepsze praktyki.
- Dyskryminacja i mobbing w świetle najnowszych orzecznictwa Sądu Najwyższego.

- Zakaz konkurencji w stosunkach pracy - jak skutecznie zobowiązać pracownika do powstrzymania się od działalności konkurencyjnej?
- Współpraca ze związkami zawodowymi a obowiązek ochrony danych osobowych pracownika.
- Uprawnienia pracownicze związane z rozdzielstwem po ostatnich zmianach - najczęściej zgłaszane wątpliwości interpretacyjne.
- Zasady wynagradzania pracowników - praca nadliczbowa, okresy niewykonywania pracy za którą przysługuje wynagrodzenie za pracę, wybrane systemy wynagradzania - zalety i wady.
- Rozwiązywanie umów o pracę - trudne przypadki.
- Zarządzanie czasem pracy, a koszty organizacji.

Podczas Kongresu swoje prelekcje wygłoszą eksperci – wybitni specjaliści, prawnicy, przedstawiciele Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej, osoby posiadające duże doświadczenie zawodowe, autorzy licznych publikacji z zakresu prawa pracy.

**14 – 15 października 2014** – Warszawa

(Hotel Marriott)

Organizator: POLEXPERT

Informacje: [www.polexpert.com.pl](http://www.polexpert.com.pl)

## Seminarium „BUSINESS & YOU”

Szkolenie poprowadzi David Neenan- ekscytujący i dynamiczny trener, znany na świecie mówca, wykładowca i konsultant.

Tematyka szkolenia m. in.:

- Czy biznes, który teraz prowadzisz jest naprawdę dobry dla Ciebie?
- Jak może być lepiej?

Szkolenie skierowane jest do menadżerów i kierowników, właścicieli i prezesów firm, trenerów, coachów, nauczycieli, wychowawców, dyrektorów zarządzających zasobami ludzkimi (HR), szefów działów szkoleniowych, PR i reklamy, biznesmenów, terapeutów, pedagogów i każdego, kto chce iść do przodu w biznesie i w życiu.

**17 – 19 października 2014** - Warszawa

Organizator: Inspiration Seminars International

Informacje: [www.foley.com.pl](http://www.foley.com.pl)

## XX Jubileuszowy Kongres Kadry & Expo

Kongres Kadry & Expo to wydarzenie, na którym spotkają się przedstawiciele działów personalnych i rozwoju największych polskich firm. Kongres Kadry towarzyszy menadżerom i specjalistom personalnym od 2005 roku. Ciekawe studia przypadków, uznani eksperci, światowej sławy prelegenci i mówcy motywacyjni przyciągają na kongres liczne grono uczestników. Wśród gości znajdują się niekwestionowane autorytety polskiego biznesu, praktycy zarządzania ludźmi ze świata, przedstawiciele nauki z Polski i zagranicy a także mistrzowie sportu. Dwudziesta edycja kongresu będzie okazją do wielu podsumowań dotyczących kondycji polskiego HR-u i jego wpływu na sukcesy biznesowe firm.

Jak zwykle jesienią kongresowi towarzyszyć będzie wystawa dostawców produktów i usług dla branży HR – Expo Kadry.

**5 – 7 listopada 2014** – Warszawa

Organizator: Nowoczesna Firma SA

Informacje: [www.kongreskadry.pl](http://www.kongreskadry.pl)



Organizator **pracuj.pl**

JESTEŚ PRAKTYKIEM **HR**?

NIE MOŻE CIĘ TAM ZABRAKNAĆ!

Konferencja **Wyzwania HR**

**17 września 2014 r.**  
Wrocław, Hotel Mercure

Odwiedź **[www.wyzwaniaHR.pl](http://www.wyzwaniaHR.pl)**

- zobacz szczegółowy program konferencji,
- poznaj prelegentów,
- dowiedz się, gdzie odbędzie się kolejna konferencja Wyzwania HR.

[www.wyzwaniaHR.pl](http://www.wyzwaniaHR.pl)



# W życiu można wszystko

O poszukiwaniu wewnętrznej motywacji z Jaśkiem Melą rozmawiał Jacek Babel

*Powiedziałeś kiedyś, że należy pokazywać ludzi takimi, jakimi są w rzeczywistości. Zarówno zdrowych, jak i chorych, bez rąk i bez nóg.*

Czasem tak bywa, że nie zawsze dopisuje nam zdrowie. Ludzie mają obsesję na punkcie zdrowia. Przy różnych okazjach, np. na imieniny, życzy się solenizantom właśnie dużo zdrowia. Podobne życzenia składa się kobiecie, która jest w ciąży: aby dziecko urodziło się zdrowe. Nieważne, czy będzie białe, czarne, miało jasne włosy, skośne oczy, krzywy nos. Najważniejsze, aby było zdrowe. Ma być zdrowo, zdrowo, zdrowo.

Świat, cywilizacja, szkoła, kultura zaszczipiają nam kult młodości, piękna, bogactwa, sukcesu. Nie mówi się o porażkach, a jeżeli mówi się o nich, to często w zafalszowany sposób. Dla kogoś porażką jest to, że nie przeszedł castingu i nie dostał się do kolejnego programu o praniu, gotowaniu, tańczeniu itd. To go naprawdę boli. Tacy ludzie w krytycznym momencie nie radzą sobie z porażką, np. gdy dowiadują się, że mają raka, lub kiedy spotyka ich tragiczny wypadek. Są zdruzgotani, niezdolni do działania. A przecież nie uciekną od siebie.

Dlatego uważam, że trzeba pokazywać życie takim, jakim ono jest naprawdę. Nie oznacza to, że uważam, iż niepełnosprawność to coś fajnego, a choroby to coś dobrego. Gdybym mógł decydować, być takim Panem Bogiem, to być może sprawiłbym, żeby nikt nie był chory, niepełnosprawny. Ale życie jest inne. Wypadek nie musi oznaczać końca świata. Niepełnosprawność nie musi nas wykluczać społecznie. W mediach propaguje się obraz człowieka o eleganckiej, nienagannej aparycji, ubranego w markowe stroje, z iPhone'em w ręku, otoczonego mnóstwem gadżetów. Oczywiście jest to, że musi mieć dwie ręce, dwie nogi, zdrowe stopy, aby móc włożyć szpilki. Popkultura i otaczający nas świat nie są zupełnie przygotowane na przyjęcie człowieka innego, odróżniającego się od ogółu.

*Myślisz, że motywacje ludzi są zależne od tego, czy jest się zdrowym czy chorym?*

Myślę, że jedno z drugim nie ma nic wspólnego. Motywacja to motywacja. Jeżeli ktoś nie akceptuje siebie, ma niskie poczucie własnej wartości, to może być względnie idealny, a i tak siebie nie zaakceptuje. Poznaję bardzo wiele młodych dziewczyn, którym wydaje się, że są okropne, bo mają zadarty nos i mówią, że są brzydkie. Jeżeli człowiek nie widzi wartości w sobie samym, to każda rzecz będzie mu przeszkadzać. Śmiało znajdzie jakiś argument, jakieś uzasadnienie dla swojej teorii. Jeżeli czujesz się wartościowym człowiekiem, to nawet gdybyś miał zdeformowaną twarz, był bez ręki czy nogi, to nie jest to dla ciebie najważniejsze. Zauważyłem, że jeżeli ja akceptuję siebie, to w dziwny, podświadomy sposób zmuszam innych do akceptowania mnie. Po wypadku próbowałem ukryć swoją niepełnosprawność. Nieprzypadkowo chodziłem w długich spodniach i szerokich bluzach. Te-

Jaśiek Mela, mając 13 lat, uległ ciężkiemu wypadkowi. W 2004 r. jako najmłodszy i jedyny niepełnosprawny razem z Markiem Kamińskim zdobył oba bieguny polarne. Założył Fundacji Poza Horyzonty.

raz nie mam problemu z wyjściem na ulicę w T-shircie. Jeżeli ktoś się będzie na mnie gapił, to niech się gapi, proszę bardzo. Teraz wiem, że nie ma w tym nic złego. Wcześniej wydawało mi się, że jak ktoś na mnie patrzy, to myśli, że jestem brzydki, głupi. Podsumowując, uważam, że motywacja nie ma nic wspólnego ze stanem zdrowia. Znam wielu ludzi, którzy są niepełnosprawni i zarazem zupełnie pełnosprawni.

**Kiedy poszedłeś na bieguny, wielu młodych ludzi mówiło, że im pomogłeś. Będąc osobą niepełnosprawną, pokazałeś, że można więcej, jeśli się tylko chce. Ludzie całkowicie zdrowi mają czasem wiele problemów, twierdzą że nie są szczęśliwi i szczęśliwi być nie mogą. A co z tymi ludźmi, którzy mają problem, bo nagle spotkało ich nieszczęście, stają się niepełnosprawni i nie mają się do czego odwołać? Ty jesteś rozpoznawalny. A oni?**

Oni zawsze mogą zmienić swoje życie. Wszystko zależy od tego, jak siebie traktujesz, jak sam siebie nazywasz, na co uważasz, że cię stać. Nie potrafisz znaleźć określenia dla siebie. Inni mówią: sportowiec, zdobywca tego czy tamtego, podróżnik. A ja się czuję albo nikim, albo każdym tak po trochu. W życiu zajmuję się trochę pracą biurową, trochę podróżuję, trochę zdobywam, trochę wcielam się w rolę spikera motywującego. Jeżeli ktoś sobie mówi, że sport to nie dla mnie, pytam: dlaczego? Pamiętam, jak kiedyś rozmawiałem z dziewczyną, która bardzo chciała pomalować swój pokój i nie mogła tego zrobić, ponieważ rodzice jej nie pozwolili. Według nich nie potrafiła malować. Sytuacja ta pokazuje błędne koło: nie pomaluję pokoju, bo nie potrafisz malować, bo nigdy nie malowałam. Tak jest z wieloma rzeczami. Żeby być sportowcem, wystarczy uprawiać sport, żeby być zdobywcą, wystarczy wziąć się w garść, pójść coś zdobyć.

Na początku bardzo długo traktowałem siebie jako kogoś, komu nie jest już nic pisane. A teraz bieguny to jakaś tam drobinka. Oczywiście bieguny były świetne, spektakularne. Ale to był projekt, do którego zostałem zaproszony. Osobiście jestem bardziej dumny z rzeczy, na które sam sobie zapracowałem. Mam tu na myśli konkretne fizyczne dokonania. Wyjazd do Gruzji ze swoją dziewczyną: sami znaleźliśmy sobie bilety, podróżowaliśmy

stopem. Sami na to zapracowaliśmy od początku do końca, mając do dyspozycji określoną kwotę na wyjazd.

Taki typ podróżowania albo uprawianie sportu nie wymagają tak naprawdę dużej sumy pieniędzy. Wystarczy zacząć. Ludzie często widzą tylko efekt. Wow! Też bym coś takiego zrobił! Czasem kogoś poznaję i ten ktoś mnie pyta, czy mógłbym dać mu parę rad à propos biegunów, bo on by chciał się wybrać na jakąś wyprawę, najlepiej na Everest. Więc pytam: co w tym kierunku robisz? I co słyszysz? „No, właśnie planuję, oglądałem program z Martyną Wojciechowską, byłem na dwóch spotkaniach, ktoś opowiadał o górach, i chciałbym wyruszyć za pół roku”. Wówczas tłumaczę, że do wszystkiego trzeba się przygotowywać stopniowo. Każdy sukces to ciężka droga, którą trzeba przejść etapami. Zacząć od weekendowych wyjazdów w góry, spania w namiocie, regularnych treningów.

**Powiedziałeś kiedyś, że odnalezienie motywacji jest trudne, a czasem bolesne. Podawałeś przykład swojego taty, który dopingował cię do tego, żebyś walczył o samego siebie. Masz doświadczenie w walce. Jaka jest twoja droga do tego, żeby móc jeszcze bardziej się mobilizować?**

Nie ma żadnej złotej recepty, a jeżeli nawet jest jakiś utarty scenariusz, to jest to scenariusz bardzo trudny. Z mojego doświadczenia wynika, że trudne rzeczy, bolesne doświadczenia stają się płaszczyzną do odnajdywania w sobie siły. Z ciężkich doświadczeń, z upadania rodzi się coś wielkiego. My, jako ludzie, mamy skłonność do wybierania najprostszych dróg. A czasami trzeba dotknąć dna, doświadczyć mocnych i trudnych emocji, żeby się odbić – zmienić się. Z natury jestem osobą bardzo leniwą. Jeżeli nie mam silnego bodźca do działania, mogę siedzieć i nic nie robić. Najmocniejsze doświadczenia, które mnie zmieniły, to właśnie wypadek, chwilowe poczucie braku sensu życia i podjęcie decyzji: tak być dalej nie może, trzeba żyć.

**Chodzi o to, żeby doświadczyć cierpienia?**

Chodzi o to, żeby doświadczyć konieczności buntu. Poczucia, że ja muszę coś zmienić. Mój dziadek, który był nałogowym palaczem, wiedział dobrze, że powinien rzucić palenie, bo go to zabije. Wszyscy wokół mu to powtarzali – rodzina,

lekarze. Dopiero po zawale definitywnie rzucił papierosa. Papierosa mnie zabija, więc rezygnuję z nich.

Każdy człowiek jest skłonny do podejmowania największych i najtrudniejszych decyzji, ale na co dzień nie chce mu się ich podejmować, bo zmiany są trudne. Możesz zapomnieć uprasować sobie koszulę, ale nie zapomnisz zjeść, oddychać. Jest to ci potrzebne do życia. Jeżeli stwierdzisz, że coś jest ci potrzebne, to jesteś w stanie osiągnąć bardzo wiele. Mnie mobilizowały te rzeczy, które dawały poczucie, że muszę absolutnie coś zmienić. Mobilizacja ze strony taty bardzo mnie męczyła i raniła, ale zarazem uświadamiała mi, że życie w takim stanie, w jakim byłem po wypadku, jest do bani i trzeba je zmienić. A jedyną osobą, która może je zmienić, jestem ja sam. Sam muszę na to zapracować.

W swojej pracy, podczas spotkań motywacyjnych, staram się uświadamiać ludziom, że to oni sami muszą dokonać zmiany, zrobić pierwszy krok i zacząć pracę nad swoim życiem. Często użalamy się nad sobą i szukamy motywacji zewnętrznych, a najważniejsza jest motywacja wewnętrzna. Jeżeli jestem przekonany, że chcę coś osiągnąć, to nic mnie od tego nie odwiedzie. I choć ludzie będą próbowali udowodnić, że to bez sensu, to ja i tak będę szedł pod prąd. Pamiętam, jak przygotowaliśmy się do wyprawy z Markiem Kamińskim. Mnóstwo ludzi mówiło wprost: nie da się, to jest niemożliwe, bez sensu. Porywanie się z motyką na słońce. I co? Udało się.

**Niewiara jest jednym z uczuć, jakich doświadcza każdy z nas, kiedy wie, że coś jest bardzo trudne. Co w takich chwilach?**

Łatwo powiedzieć. Sens w tym, że trzeba się nauczyć innego sposobu myślenia. Dla mnie przede wszystkim jest to zmiana myślenia pod tytułem: czy ja dam sobie radę? Czy coś jest możliwe? Bardzo często wówczas odpowiadamy sobie, że nie. I mamy pozamiatane. Gdy coś jest niemożliwe, to po co się w ogóle starać. A pytanie powinno brzmieć: „Jak chcesz to zrobić?”, a nie: „Czy chcesz to zrobić?”. Zakładam, że wszystko jest możliwe. Świat jest tak skonstruowany, że wszystko należy wykonywać za pomocą dwóch rąk, ale jeżeli nie masz jednej ręki, to możesz cały czas mówić: tego się nie da. Jedną ręką nie da się pisać na klawiaturze, nie da się prowadzić auta, ubrać się. Gdybym