

Szkolenia mogą otworzyć oczy...

Sięgając do definicji słowa myślenie wnioskujemy, że jest to całokształt procesów i oddziaływań zachodzących w toku wzajemnych relacji między dwojgiem osobami, pomagających im rozwinąć własne atomienstwo. Tak więc uważam, że myślenie jako proces - nie może być rozdzielone umiejętnością.

Całowiek - jako osobowość - może posiadać pewne cechy, które mogą mu pomóc we własnym myśleniu. Do tych cech z pewnością należy zaliczyć: cierpliwość, dystans do samego siebie, umiejętności empatii i chęć kontaktowania (rozumienia) własnej osoby. Myślenie to proces ciągły, który wymaga stałego kontaktowania się, zadawania sobie pytań oraz ewaluowania przyjętych doświadczeń oraz ewaluowanie przyjętych sytuacji. Nie unikajcie się tu błądów, jeżeli należy pamiętać, że to właśnie one pomagają nam się rozwijać. Poprzez unikanie błędów, możemy uniknąć powtórzenia (wzmocnienia) się niechcianych reakcji.

Reasumując uważam, że proces myślenia należy wyćwiczyć przez całe życie - poprzez zadawanie sobie pytań. Można wspomóc się różnymi szkoleniami i literaturą fachową. Będzie to pomocne, gdyż "otwory" nam oczy na sytuacje, które mogą mieć większe, a których jeszcze nie doświadczyliśmy.

Elżbieta Rose