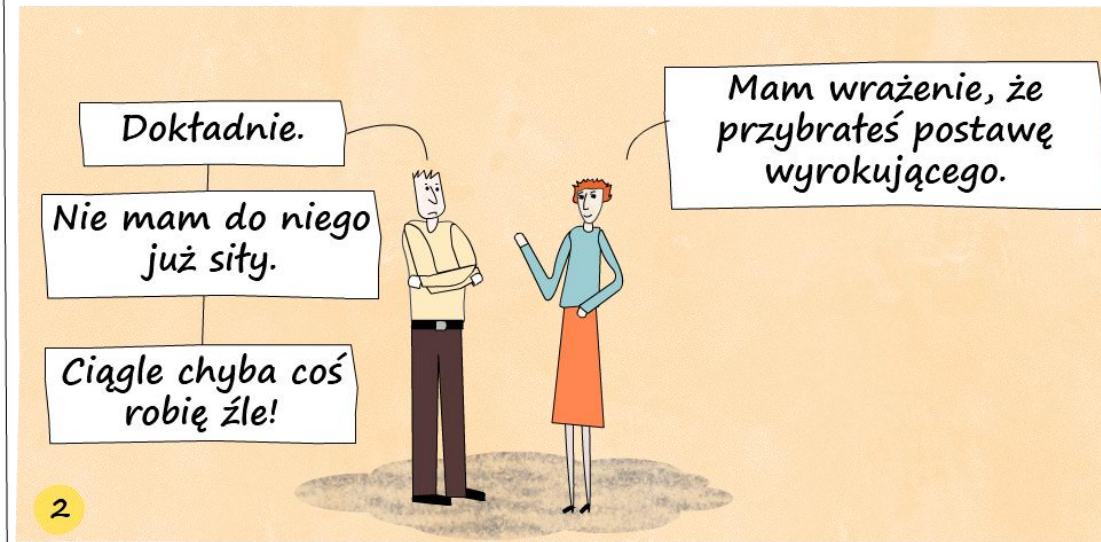


PIGUŁKA WIEDZY

#139 Postawa Wyrokującego
vs. Uczącego się...



WIEDZA W PIGUŁCE



Postawa wyrokującego

Czyja to wina?

Co ze mną jest
nie tak?



Co z nim jest
nie tak?



Dlaczego sobie
nie radzę?

Dlaczego oni są tacy
beznadziejni?



Postawa uczącego się

Co się stało?

Co można zmienić?

Czego ja chcę?



Co on myśli?

Czego potrzebuje?

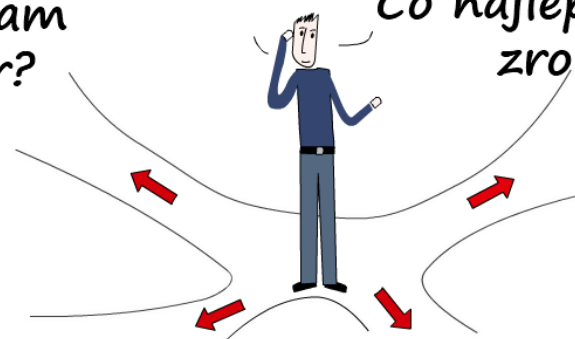
Czego się mogę nauczyć?

Za co ja jestem
odpowiedzialny?



Jaki mam
wybór?

Co najlepiej teraz
zrobić?





*Tu następuje powstrzymanie się od oceny, że właśnie pojawiło się na scenie zbuntowane dziecko, inny ze stanów Ego, opisany przez analizę transakcyjną.

Możesz zmienić...

Postawa wyrokującego

Dlaczego on nie rozumie?

Jak mogę inaczej powiedzieć...?

Czy ja go rozumiem?

Dlaczego on nie słucha moich argumentów?

W jaki sposób ja go słucham?

Co się takiego dzieje, że moje argumenty są tak ważne dla mnie?

Co takiego się dzieje, że jego argumenty są dla niego tak ważne?

Dlaczego ona ukrywa problemy?

Jak ta sytuacja wygląda z jej strony?

Jakie ona ma odczucia?

Co się dzieje?

Czego oboje potrzebujemy w tej sytuacji?

Jakie ja mam odczucia?



Chcesz powiedzieć, że
pigutka Ci się
podobała?

Masz pytanie?

Napisz:
kontakt@dobrytrener.pl

A może chcesz
powiedzieć, że
pigutka Ci się bardzo
podobała?



Łap pigułkę...

