

**Новая ступень развития:
Сдвиги парадигм. Навык
проактивности.
Ответственность.**



Авторы: Габитов Шафкат и Ганеев
Артур

План

- Мнения. Сдвиги парадигм.
- Что такое проблема?
- Как решать проблемы? Проактивность.
- Теория ответственности.

Мнения. Парадигмы.

«Каждый индивидуум наделен чудесной силой — невидимой, неслышимой и неосознаваемой — влиять на других людей самой своей жизнью. Человек постоянно излучает свою сущность — то, каков он есть, а не то, каким он хочет казаться».

Уильям Джордж Джордан

В нашей жизни существует 2 типа карт

```
graph TD; A[В нашей жизни существует 2 типа карт] --> B[Карта того, что есть на самом деле (действительное)]; A --> C[Карта того, что должно быть (ценности)];
```

Карта того, что есть на самом деле
(действительное)

Карта того, что должно быть
(ценности)

Что вы видите на экране?



А что видите на этом рисунке?



Вывод: наши парадигмы являются источником наших установок и поведения

Как работать?



«На тысячу обрывающих листья с дерева зла, есть лишь один, рубящий его под корень».

Торо

- Если я хочу хорошую судьбу, я должен наработать ХАРАКТЕР
- Чтобы наработать характер я должен ввести полезные ПРИВЫЧКИ
- Привычки – это плод НАВЫКОВ

Навык №1. Проактивность

Реактивные люди	Проактивные люди
Зависят от социального мнения	Не зависят от социального мнения
Реакцию на раздражитель выбирает окружающий мир	Реакцию на раздражитель выбирают сами
Являются объектом воздействия	Действуют
Боятся ответственности	Берут на себя инициативу

Навык №1. Проактивность

Реактивная речь	Проактивная речь
Я ничего не могу поделать	Посмотрим, какие есть возможности
Вот такой я есть	Я могу выбрать другой подход
Он так меня раздражает	Я контролирую свои чувства
Они не согласятся на это	Я могу подготовить эффективную презентацию
Мне придется это сделать	Я выберу соответствующую реакцию
Я не могу	Я выбираю
Я вынужден	Я предпочитаю
Если бы только...	Я сделаю

Практическое предложение



1. В течение всего дня прислушивайтесь к своей речи и к речи окружающих. Насколько часто вы употребляете сами или слышите от других такие выражения, как: «если бы только», «я не могу» или «я вынужден»?
2. Представьте себе ситуацию, которая в ближайшее время может возникнуть в вашей жизни и в которой вы, судя по прошлому опыту, будете склонны вести себя реактивно. Как бы вы могли реагировать в этой ситуации проактивно? Уделите несколько минут тому, чтобы в своем воображении нарисовать ясную и четкую картину того, как вы реагируете в проактивной манере. Напомните себе о свободе выбора, которая находится между раздражителем и реакцией. **Пообещайте себе, что будете практиковаться в использовании своей свободы выбора.**

Теория ответственности

Существует два типа поведения людей:

Под чертой



Над чертой

Вопросы, помогающие оставаться над чертой

Причины становятся оправданиями, когда прекращается поиск решений.

Кто хочет – ищет способы, кто не хочет – причины и оправдания.

1. Что мы можем контролировать и что не можем?
2. Где мы находимся сейчас: НАД чертой или ПОД?
3. Если мы действительно БЕРЕМ НА СЕБЯ задачу, что бы мы сделали по-другому?
4. Что мы узнали из последнего опыта и что мы можем улучшить в будущем?

**Решай сам каким тебе
быть!**



**Проактивность
Ответственность
Успех 😊**



**Реактивность
Безответственно
сть 😞**