

TUDJA MEG, MI AZ ÖN SZERETETNYELVE!

A Kommunikációs és PR Szakosztály évzáró szakmai estje (2016. december 1).

Közeledik a Karácsony és Újév. Itt van az alkalom, hogy megvizsgáljuk családi, baráti és munkatársi kapcsolatainkat, mert ez az egyik legfontosabb feltétele az őszintébb, boldogabb, sikeresebb jövő építésének.

Vendégünk Téli Márta volt, az Angliában és Ausztráliában tanult holisztikus kineziológus. Téli Márta elismert coach, aki szerves egységben látja az elmét, a testet és az érzéseket. - *„Amikor egy gondolat, érzés vagy esemény nem az egészségünket, boldogságunkat vagy jólétünket fejezi ki, a változáshoz vezető erőforrást önmagunkban találhatjuk csak meg, sohasem kívül. A holisztikus coaching abban segít, hogy ráébredjünk ennek az erőforrásnak a létére, és segítsen annak használatában a boldogabb élet megteremtéséhez és megéléséhez”*- tartja.

Téli Márta vezetésével magunk is tehattünk egy érdekes kísérletet a magunk szeretetnyelvének felfedezésére. A tesztlapok kitöltését követő kiértékelés során rálátást kaptunk arra, hogy honnan hoztuk a saját szeretetnyelvünket, valamint hogy szüleink, testvéreink és munkatársaink hogyan szeretnek viszont minket.

Mindenki igyekszik szeretni a másikat, csak nem tudja, hogyan tegye. Téli Márta meggyőződése szerint a legfontosabb kérdés: tisztában vagyunk-e annyira önmagunkkal, hogy helyesen tudjunk szeretni másokat és - önmagunkat.

A vitától sem mentes beszélgetés főként azzal a kérdéssel foglalkozott, hogy az önmagunkkal való béke és az önbecsülés semmiképpen sem jelenthet egoizmust, ellenkezőleg! Ez, a mi társadalmunkban is egyre inkább eluralkodó életszemlélet magunkat is megfoszt az igazi értékek megismerésétől és megélésétől. Több kolléga is felhívta a figyelmet ennek ártalmosságára a gyermeknevelésben és az iskolai oktatásban. Mások a generációk közötti kommunikáció nehézségeiről szóltak, hangsúlyozva: ezekért nem lehet csupán a fiatalabb korosztályt okolni, az idősebbeknek is az eddiginél nagyobb erőfeszítéseket kell tenniük a gyorsan változó világ megértésére!

- És ez mindnyájunkra egyaránt vonatkozik, jutottunk el a végső következtetéshez. Nem alakíthatjuk ki tehát a magunk szeretetnyelvét egyszer s mindankorra! Nemcsak magunkat, hanem egymást és a világot is szüntelenül figyelünk és tanulmányoznunk kell ahhoz, hogy alkalmazkodhassunk hozzá, hogy megtaláljuk egymással a hangot!

Mindez persze, a szakmánknak is elengedhetetlen része. De erről majd - Újév után!

Peterdi Nagy László