

Przełamywanie Barrier

Najczęściej wymienianą przyczyną niepowodzeń lub trudności, jakie spotykają nas w życiu są wszelkiego rodzaju uwarunkowania zewnętrzne lub brak pieniędzy. Jednak przyczyna wszelkich naszych osiągnięć lub niepowodzeń leży w nas samych. To my, a konkretnie nasze blokady, są główną przeszkodą w osiągnięciu celów, jakie stawiamy sobie w życiu. Bardzo często zdarza się, że nie uświadamiamy sobie tych blokad i generujemy przemyślane teorie o różnych przyczynach zewnętrznych a ostatecznie padamy ofiarą tych teorii. Jest możliwe, abyśmy uświadomili sobie, jakie blokady tkwią w nas i rozpoczęli proces ich pokonywania. Program spotkań jest nastawiony na zainicjowanie procesu gruntownej zmiany świadomości, a nie tylko na doraźną pomoc.

Cykl spotkań „Przełamywanie barrier” jest skierowany do szerokiego grona uczestników. Program spotkań jest oparty na założeniu, że niezależnie od poziomu wykształcenia lub zamożności każdy człowiek napotyka na różne przeszkody zarówno w życiu prywatnym jak i zawodowym. Spotkania mają na celu pokazanie uczestnikom dość oczywistej prawdy, że jest możliwe, aby spojrzeć na swoje problemy i wyzwania z innej strony i w niektórych przypadkach zacząć zmieniać swoje postępowanie. Przełamywanie barrier to cztery spotkania w tygodniowych odstępach. Po każdym spotkaniu uczestnicy otrzymują do wykonania zadanie domowe, które przygotowuje do następnego spotkania i pozwala zdobyć konkretne doświadczenia. Przez ostatnie 12 lat z programem zapoznało się ponad tysiąc uczestników, którzy skupiali się w niedużych, najwyżej 16 osobowych grupach.

Program przygotowujący do pokonywania własnych barrier

opiera się na czterech elementach, które są przedmiotem czterech spotkań:

1. Zasady Skutecznego Działania.

Skuteczność, niemal we wszystkich obszarach naszego życia, nie jest dziełem przypadku. Skuteczność wiąże się z wyborami, jakich dokonujemy w codziennym życiu oraz braniem odpowiedzialności za te wybory.

2. Umiejętność rozmawiania.

Umiejętność komunikowania się z ludźmi zasadza się na umiejętności słuchania i zrozumienia drugiego człowieka. Celem tego punktu programu jest uświadomienie sobie naszego egocentryzmu i pokazanie lub wręcz nauczenie zasad postępowania z innymi.

3. Problem, czyli szansa.

Najważniejszy element programu, który pokazuje, że każdy problem jest jednocześnie szansą („Dobra Nowina”). Takie podejście do problemów odróżnia nieszczęśnika od człowieka skutecznego. Narzekanie, szukanie winnych i usprawiedliwianie swojej niemożności jest dla nas naturalne natomiast musimy się uczyć innego spojrzenia na to, co nas spotyka w życiu.

4. Konkretnie przykłady z życia.

Trzy poprzednie punkty programu pozostaną teorią bez praktycznego potwierdzenia ich skuteczności przykładami z życia konkretnych osób. Dlatego nieodłącznym elementem programu są właśnie przypadki, o których w otwartej rozmowie słyszymy od osób, które na co dzień starają się stosować zaproponowane podejście w swoim życiu i są otwarte na niesienie pomocy innym.

Uwagi organizacyjne

- Grupa, która uczestniczy w jednym cyklu spotkań nie powinna przekraczać 16 osób.
- Czas trwania jednego spotkania wynosi 90 do 120 minut.
- Miejsce spotkania powinno umożliwić uczestnikom zasiadanie w kręgu, tak, aby uczestnicy widzieli się nawzajem. Najkorzystniejszym rozwiązaniem jest, aby uczestnicy siedzieli przy stołach.
- Sala, w której prowadzone są zajęcia powinna być wyposażona w flipchart.
- Wszystkie materiały, które uczestnicy wykorzystują w czasie zajęć są dostarczane przez organizatorów.
- Na zakończenie każdy uczestnik otrzymuje dodatkowo opis zagadnień omawianych w czasie spotkań w formie elektronicznej.

Opinie uczestników

- *W zajęciach uczestniczyłam drugi raz i z niecierpliwością czekam na wrześniowe spotkania. Tematy poruszane na spotkaniach dały mi bardzo dużo do myślenia. Widzę jak moje życie przybiera inny, lepszy kształt. Moi bliscy też zauważają zmianę :) Mam więcej ochoty do życia, problemy nie są już aż tak przerażające. Odważyłam się założyć własną firmę. Jestem pewna, że to wynik zmiany myślenia po spotkaniach z Tobą. Mam grono znajomych, którzy po tym, co im opowiadam wręcz domagają się, bym ich zabrała na kolejną edycję. Nie byłam tylko pewna czy mogę. Uważam, że każdy powinien Cię posłuchać, ponieważ to, co przekazujesz oraz sposób, w jaki to robisz, wielu ludziom może zmienić życie. Oczywiście na lepsze :) Życzę samych pogodnych chwil. Do zobaczenia we wrześniu.(...)*
- *Bardzo dziękuję za materiały i za możliwość wzięcia udziału w spotkaniach. To był dla mnie i czas, i sposób na "nowe spojrzenie". Na efekty pewnie jeszcze będę; musiała poczekać, ale sprawił Pan, że otworzyłam się na inny sposób myślenia o sobie w świecie. Będę wdzięczna, jeśli dołączy Pan mój adres e-mail do swojej listy.*
- *Byłam jedną z uczestniczek 4 spotkań w Libiążu. Było to dla mnie nadzwyczajne spotkanie. Będę Pana bardzo dobrze wspominać ponieważ "dał" mi Pan coś, czego nawet nie wiedziałam, że mi brakuje. Były to małe słowa, ale jakże istotne! Życie jest jak układanka, jak puzzle - układamy je i czasem nawet nie wiemy, że brakuje nam bardzo małego elementu, który poprawi wygląd naszego życia.....myślenia, naszego spostrzegania. Te niesamowite SŁOWA, które dały spokój postaram się celebrować. Życzę Panu wszystkiego tego, co jeszcze nie przyszło.*

Jaworzno 2015

Jerzy Kołodziej
przelamywaniebarier@gmail.com