

PSYCHOLOGIA W OPOWIEŚCIACH (7)

Co to znaczy DZIELIĆ SIĘ?

Dawanie i branie często kojarzy nam się z rzeczami materialnymi.

Możemy komuś dać (lub dostać od kogoś!) :

- ✓ kwiaty
- ✓ pieniądze
- ✓ ubranie
- ✓ jedzenie

Możemy jednak też dać innym (lub dostać od innych):

- ❖ czas na rozmowę
- ❖ swoją uwagę
- ❖ wspólny spacer
- ❖ uśmiech i dobre słowo
- ❖ wyczulenie i pamiętanie o ich potrzebach

UWAGA! Ważna jest równowaga między Dawcą i Biorcą.

Cóż z tego, że my chcemy dać, jeśli nie będzie kogoś, kto by to od nas przyjął?

Cóż z tego, że ktoś chce nam coś dać, a my nie chcemy daru przyjąć?

Na czym polega umiejętność brania tego, co dostajemy od innych?

- przyjmij to, co ktoś ci daje, nie broń się, nie odrzucaj, nie mów, że to niepotrzebne
- podziękuj – spójrz w oczy, uśmiechnij się
- powiedz o swoich uczuciach - „ miło, że **pomyślałaś** o mnie”

Postępując w ten sposób **przyjmujemy** dar i jednocześnie **dajemy** drugiej osobie swoją wdzięczność.

Nigdy nie jesteśmy wyłącznie Dawcą i wyłącznie Biorcą. Najczęściej jest tak, że biorąc również dajemy. Często nie zdajemy sobie sprawy, jak ważne jest to dla drugiej osoby.

Na tym polega RADOŚĆ DZIELENIA SIĘ.

