

SŁÓW KILKA O SKUTECZNYM DIALOGU

Dzień dobry. Witam wszystkich bardzo serdecznie ☺

W dzisiejszym artykule chciałabym poruszyć temat skutecznego dialogu (wymiany myśli, dążeniem do zrozumienia tego, co ktoś myśli i czym żyje) i przedstawić parę prostych, chociaż bardzo często nie oczywistych zasad, które są filarami skutecznej rozmowy.

Rozpocznę od przytoczenia słów profesora Mariana Świeżyńskiego, z którymi w zupełności się zgadzam:

„....często rozmawiając ze sobą, wzajemnie się nie słyszymy, nie rozumiejąc sensu docierających do nas słów, albo ukrywamy własny pogląd. Sens dialogu polega na odkrywaniu prawdy. W dialogu najcenniejsze jest to, co najbardziej subiektywne. Jego istotą jest wolny udział i tolerancja innego, obcego, a także konieczność uważnego słuchania nie tyle słów, co ich sensu”.

Dlatego, aby nasz dialog był skuteczny i autentyczny, musimy pamiętać o poszanowaniu prawa rozmówców do podmiotowości (przeciwieństwo przedmiotowości ☺) i prawa do własnych poglądów. Nigdy też nie należy bagatelizować wypowiedzianych słów. To pierwszy warunek, aby lepiej poznać i zrozumieć uczestnika/uczestników dialogu.

Z obserwacji wiem, że wasze relacje często opierają się na zwykłej rozmowie, która na ogół raczej jest zdawkowa, powierzchowna, wręcz formalna.

Wejście w stan dialogu jest znacznie trudniejsze. **Trzeba bowiem umieć i chcieć wysłuchać rozmówcę: cierpliwie, bez przerywania mu ☺ i oczywiście bez wulgarnych zwrotów!**

Następnie należy wyjść ze swojego zamknięcia i przyjąć postawę otwartą, ofiarować jakby część własnego ja, aby w konsekwencji tych działań obaj partnerzy dialogu zaczęli bogacić się wzajemnie, a więc poszerzać swoją osobowość o nowy wymiar spontanicznego wyrażania siebie, jako osoby, a nie tylko przekazywać konwencjonalne komunikaty.

Dlaczego dialog w życiu człowieka jest ważny?

Bo najprościej ujmując to najlepszy sposób do osiągnięcia zamierzonych celów, zbliżenia i poprawienia relacji z innymi, prosty sposób na zrozumienie drugiego człowieka i budowanie wzajemnej więzi uczuciowej - oczywiście pod warunkiem, że intencje rozmówców będą szczerze i autentyczne.

Dlatego też za księdzem Tarnowskim przedstawię Wam trzy rodzaje dialogu: **rzeczowy, personalny i egzystencjalny** (wiem - brzmi bardzo poważnie ☺, ale według mnie to podstawy, przez które warto przebrnąć ☺).

Dialogiem rzeczowym posługujemy się, gdy chodzi nam o poznanie rzeczywistości. Wartością, ku której zmierzamy jest wówczas prawda.

Jeżeli zaś otwieramy swoje wnętrze przed partnerem, ujawniamy nasze najgłębsze przeświadczenia, intymne uczucia, wprowadzając niejako w „tajniki naszego ja”, to mamy do czynienia z **dialogiem personalnym**. Jego warunkiem i wartością, na której się opiera, jest wolność.

Wreszcie trzecia forma: **dialog egzystencjalny** wyraża się nie tylko słowami, lecz całą osobą, oddaniem swego „ja” do dyspozycji partnera. Wartością właściwą dla tej formy dialogu jest miłość ☺.

Oczywiście niezależnie od tego, czy prowadzimy zwykłą rozmowę, czy dialog, pomijając kulturę języka (bo to oczywista oczywistość ☺) należy zawsze pamiętać, aby **być szczerym, wiernym samemu sobie i konsekwentnym - nie rzucać słów na wiatr i nie kłamać!**

Człowiek, jako istota społeczna potrzebuje nawiązywać relacje z innymi ludźmi: zaburzone sprawiają, że życie staje się puste, bolesne i pełne nieporozumień.

Życzę udanych, szczerych i owocnych dialogów oby było ich coraz więcej.



Rozmowa z przyjacielem

Czasem to jedyna terapia jakiej potrzebuje człowiek

Pozdrawiam
Alina Tyda