KELL A VÁLTOZÁS?

*Az őrültség nem más, mint ugyanazt tenni újra és újra, és várni, hogy az eredmény más legyen.*

Albert Einstein

*Ha mindig ugyanazt teszed, amit mindig is tettél, akkor mindig ugyanazt az eredményt kapod, amit mindig is kaptál.*

Henry Ford

Beszélgessünk arról, hogy a két fenti, nagyon hasonló idézetre ki milyen személyes példát tud hozni a saját életéből.

Keressünk konkrét példákat, amikor jó, hogy nincs változás (mert megbízhatóan mindig ugyanazt kapjuk) és amikor nem jó (mert nincs fejlődés).

Gondoljuk át, mekkora változtatás kellene ahhoz, hogy a konkrét példákban érezhetően más eredményt kapjunk. Elég lenne csak kicsit, apró lépésekben változtatni? Vagy valami nagy szabású, drasztikus változásra van szükség?

Gondoljuk át, mi vagy ki segítene és mi vagy ki akadályozna abban, hogy változtassunk. Kitől kérhetnénk segítséget, támogatást? Mennyi ideig kellene kitartanunk, hogy látható eredményt érjünk el? Kell-e hozzá beszereznünk valamilyen eszközt, felszerelést? Kell-e hozzá anyagi befektetés? Ha pl. anyagi okok miatt nem engedhetjük meg magunknak, tudunk-e valami más utat kitalálni?