



*Studie- och forskningsplan för Medvetandets lagar  
experiment – erfarenhet – uttryck*  
**STEG 1 FRIHETSLAGEN och ENHETSLAGEN.**

**Att utveckla Den goda viljan och möta sig själv och andra med medkänsla**

Vi använder oss av *Klassiskt Klarspråks-pedagogiken* som utarbetats och praktiskt prövats i över 30 års tid, för att utveckla *Den Goda Viljan* i mig själv och andra

**Grundutbildning:** *Kommunikativt Ledarskap för ömsesidig förståelse*

**För innehåll, kursdatum och avgifter:** Se [www.adito.se](http://www.adito.se) – *Välj Mångfald* Klassiskt Klarspråk

**Antal deltagare:** max 8

**Upplägg:** Vi träffas 3 helger under 3-6 månader

**Anmälan till:** Maylie Andersson mobil: 070 -748 1511 e-post: [maylie.andersson@adito.se](mailto:maylie.andersson@adito.se).

***Du får träna dig i . . .***

personlig psykosyntes t.ex:

- att identifiera vad som händer inom Dig
- att värdera behov, sätta upp och välja mål så att mål, dina värderingar och syftet stämmer överens
- skilja på känslöimpuls, längtan, strävan och intuition
- planera och genomföra det du vill på ett sätt som minimerar risken för negativa effekter
- känna igen stressymptom tidigare

positiv gränssättning t ex:

säga ”nej” så att du säger ”ja” till dig själv och andra  
höra ”nej” så att du hör den andres önskan och behov

interpersonell psykosyntes, tex:

- ge feedback till din partner, barn, kollegor, chefer, kunder, klienter så att de kan lära mer om sig själva och om dig
- ta emot negativ kritik utan att förklara, försvara eller rättfärdiga dig
- försäkra dig om att andra lyssnar när du talar
- skapa överenskommelser som båda är villiga att verka för
- skapa kreativa lösningar på konflikter

**att tillämpa frihets- och enhetslagen<sup>1</sup>**

- för att finna balans mellan *självständighet* och *gemenskap* - i livets alla situationer och omständigheter...

---

<sup>1</sup> Om vi ska kunna utveckla vårt medvetande fordras att vi har frihet att tänka, känna och handla som vi finner för gott inom gränserna för allas lika rätt (Frihetslagen). Samtidigt är vi gruppvarer och som sådana beroende av varandra. Vi kommer till världen helt hjälplösa och är helt beroende av andra människor och när vi är på väg att lämna denna värld och kroppen åldrats behöver vi återigen hjälp ifrån vår omgivning (Enhetslagen).

Om vi utgår ifrån att vi och alla andra har en **god vilja**, kan vi skapa **riktiga mänskliga relationer** med oss själva, vår partner, våra barn, kollegor, kunder, chefer, medarbetare, dem vi kan lära av och dem vi har ansvar att lära, och som del i grupper mellan företag/organisation och samhället, skapa riktiga relationer med naturen, djuren och planeten vi bor på. Klassiskt Klarspråk är ett av många sätt att uttrycka Denna goda vilja – välviljan