



## Jak się uczyć na własnych błędach?

„Błądzić jest rzeczą ludzką” (Seneca)

Często, w obawie przed popełnieniem błędu, mówimy sobie „nie umiem”, „nie dam rady” i wycofujemy się, nie podejmujemy działania. Boimy się zaryzykować, boimy się konsekwencji i opinii innych. Taka postawa jest niewłaściwa i niekorzystna dla nas, bo ogranicza i uniemożliwia dalszy rozwój.

Warto uświadomić sobie, że podejmowanie decyzji, czy zdobywanie nowej umiejętności, zawsze niesie ze sobą pasmo błędów i porażek. Popełnianie błędów jest więc powszechne i trzeba się z tym pogodzić.



Każdy z nas popełnia błędy. Są one elementem naszego życia i działania. Nie da się bez popełniania błędów nauczyć czytać, pisać, niemożliwym jest opanowanie języka obcego. Poprzez popełnianie błędów uczymy się prowadzić auto, budować udane związki, biznesy itd. Podstawą nauki jest popełnianie błędów i ich korygowanie. Dzięki błędom, które popełniamy, uczymy się najszybciej i zdobywamy doświadczenie, które umożliwia osiągnięcie sukcesów w przyszłości.

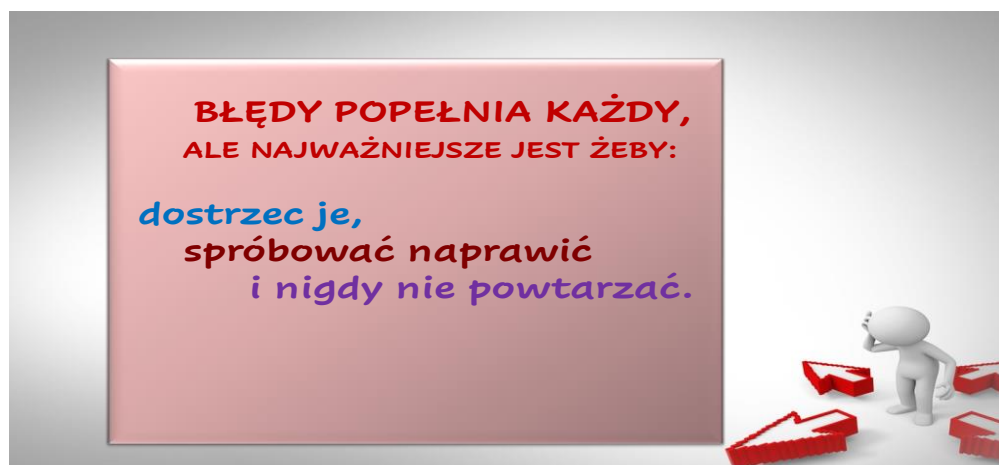
Możesz jednak uczyć się na własnych błędach tylko wtedy, gdy uznasz, że je popełniłeś. Bardzo ważna jest



umiejętność przyznawania się do błędów. Ludzie, którzy uważają siebie za nieomylnych, będą tkwić w przekonaniu o swojej wyjątkowości i raczej nie wyciągną konstruktywnych wniosków z własnych działań. Im wcześniej dostrzeżesz własny błąd, tym szybciej będziesz mógł go naprawić. Możesz też zapytać innych, co było twoim błędem, bo czasami trudno jest człowiekowi ocenić samego siebie.

Jeśli więc dojdiesz do wniosku, że popełniłeś błąd, to nie rozpaczaj i nie traktuj go jak klęski. **Błąd nie oznacza, że jesteśmy słabi, gorsi, tylko, że jeszcze nie potrafimy czegoś zrobić.** Przeanalizuj dokładnie sytuację, znajdź przyczynę błędu i wyciągnij wnioski. Pomyśl, co można było zrobić lepiej, co jeszcze da się naprawić i wprowadź zmiany. Musisz to zrobić, jeśli chcesz unikać popełniania stale tych samych potknięć i porażek.

Nie bój się więc nowych wyzwań. W swoim życiu podejmujemy mnóstwo różnych decyzji. Niektóre mogą być lepsze, inne gorsze. Błędy są wpisane w nasze działania, a każda porażka oraz odpowiednie wyciągnięcie wniosków wzmacnia naszą pewność siebie i zbliża do sukcesu. Dzięki wyciąganiu wniosków z porażek, uczymy się i rozwijamy.



*Halina Sierpińska*  
*psycholog*