

Vaardighede en Metaskills

Proses Werk Vaardighede

Proseswerk vaardighede kan kognitief geleer en geoefen word deur almal. Naas, met respek vir vorige vaardighede in spesifieke areas van aansoek deur ander skole en wetenskap, al die basiese proses werk vaardighede is bewustheid vaardighede. Hierdie basiese vaardigheid sluit bewustheid van:

1. Hoorbare en sigbare seine wat opgetel kan word deur 'n kamera.
2. Droomlike seine en gevoelens wat aanvanklik geen sin maak nie,
3. Subtiele, flikkerende bestendig "flirt"-agtige, en nie-herhaalbare, seine wat vereis fokus, versterking en verbeelding.



Bykomend hierdie kognitiewe vaardighede, is daar ***metaskills*** (meta-vaardighede) of gevoel vaardighede – dit is, die manier waarop ons die vaardighede gebruik. Sien onder.

Doelwitte

Die primêre of eerste proseswerk doel is om die Tao te volg in terme van die sigbare en subtiele seine van mense en gebeure. Dit beteken respek vir individue, groepe, en die omgewing; te verken die werklikheid en ook die droom en wese vlakke van gebeure, wat dikwels verrassende oplossings en besluite bring na selfs glo hardnekkige situasies.

Metaskills : Gevoelen Vaardighede

Amy het Metaskills geskep en gedefinieer in haar 1995 boek

“METASKILLS, THE SPIRITUAL ART OF THERAPY“

Sy sê, op bladsy 15, *“Deep spiritual attitudes and beliefs manifest in therapy and in every daily life.... Through their feelings and attitudes, therapists express their fundamental beliefs about life. These attitudes permeate and shape all of the therapists apparent techniques. Conceptually, I raise these essential underlying feelings of the therapist to “skills” that must and can be studied and cultivated. I call these feeling attitudes “metaskills”.”*



Dus, *Metaskills* is die gevoelende kwaliteite, of houdings, wat lewe na die aangeleerde vaardighede bring en hul nuttig maak. Byvoorbeeld, 'n belangrike "metaskill" in al dieper, voortgesette werk is die "volgende" van gebeure. Die Taoïste sou gesê het om die sin van die Tao te volg – dit is, om gebeure te volg. Saans is hiedie gebeure waarneembaar, en saans kan hulle net gesien word deur intuïsie.

Die mistieke kant van proses werk volg gebeure (soos die Tao) waar van nie baie kan gesê word nie, terwyl die konkrete en realistiese deel van proseswerk behandel waarneembaar seine en ontvou hierdie seine tot dat hulle hulself verduidelik .

Metaskill Bespreking in Japan

Metaskill Bespreking en Teorie in die Japanese Journal of Clinical Psychology deur Kiyoshi Hamano, vertaal in Engels deur Kazuko Sato.

[Aflaai artikel](#) (40K Word lêer)



721 Terugvoer: Teks en Prente te lig Proses Georiënteerde Terugvoer, Toesighouding, en die Leer Proses

deur Amy Mindell
November 2005

Almal van ons is, of sal een dag wees, in die posisie van die gee van terugvoering aan anders, of ons onderwysers is, ouers, bases, of net vriende wat advies gee aan mekaar. Oor die jare het ek ontwikkel tot 'n onderwyser en toesighouer van ander terapeute en terapeute-in-opleiding en het gevind dat, vir my, die taak van die gee van terugvoer dra soveel opwinding en leer soos wat dit skrikwekkend en uitdagend is. Daar is altyd meer te leer oor hoe om te onderig en terugvoering te gee in nuttige maniere.

Toesig kan 'n wonderlike leerproses wees vir almal wat betrokke is. Op dieselfde tyd, ek is deeglik bewus dat dit maak nie saak hoe goeie-hartig die toesighouer mag wees, of hoe oop en in staat die ontvanger van die toesig is, die atmosfeer rondom 'n terugvoer situasie is die mees dikwels gevul met verskeie agtergrond geeste, sommige wat spring uit van voor wonderlike of moeilik opvoedkundige ervarings, vroeër ouers situasies, misbruik kwessies, ens. Op dieselfde tyd, die aard van die betrokke student of ontvanger en die betrokke toesighouer of onderwyser, die kortstondige bui, die "prestasie" wat word gekyk na, die oomblik in tyd, en die gevoelens van almal wat betrokke is, speel 'n belangrike rol in wat voorkom. Die ontvanger kan voel ontspaan en opgewonde oor die terugvoer, of dalk senuweeagtig oor wat kan gesê word. Op dieselfde tyd, kan die toesighouer voel ten volle betrokke en belangstellende, of senuweeagtig oor wat om te sê, hoe om dit te sê, of hoe om bewus te wees van die rang verskille tussen hom of haar en die ontvanger.

[Aflaai Word lêer](#) (4 MB Word lêer)

Bewustheid van Dubbel Seine

Ons vermoed dat Bart Simpson moet 'n proseswerk kurses geneem het iewers as gevolg van sy gevorderde kennis van dubbele seine! Sien die foto van sy onderwyser (Ken jou vyand!). Sy of haar primêre proses om 'n goeie onderwyser, maar die sekondêre proses het 'n baie ander inligting, die meeste van wat hy of sy nie aan identifiseer. Sterkte Bart. (sien The Bart Book, Harper Collins, New York, 2004, ca. bladsy 14.)

