

Structural Dynamics

Naturlagar

Vi är en del av naturen, även om vi ibland glömmer det

Här är en av de naturlagar som påverkar oss dagligen

- Energi förflyttar sig alltid minsta motståndets väg

Minsta motståndets väg beskriver den fysiska och metaforiska väg som ger det minsta motståndet för en förflyttning av något längs ett antal alternativa vägar.

Insikten om att du faktiskt också följer minsta motståndets väg, kanske kan få dig att se att du ofta befinner dig i situationer som styrs av naturlagar och att du följer dessa, varken du vill eller inte eller är medveten om dem eller inte.

Krävs det energi för att tänka? Ja, och precis som vid fysisk förflyttning följer vi minsta motståndets väg. Vilket oftast leder till att vi låter hjärnan sköta sig självt i sina invanda mönster, vilket kräver minst energi.

Vad bestämmer då minsta motståndets väg? Jo, **strukturer!**

Strukturer bestämmer beteenden

Vad menar vi med struktur?

Struktur (lat.structura, bygga upp, ordna), sammanhang mellan delar i en helhet, deras ordning och förhållande till varandra.

Vi ser struktur som en regelstyrd ordning och funktion mellan beståndsdelar eller element i en samverkande helhet.

- Strukturer bestämmer våra beteenden, vilka skapar våra mönster.

Det finns två strukturer som skapar de mönster som vi lever i

Pendlande mönster

I denna struktur kan vi uppnå framsteg, men dessa är endast tillfälliga och återgår till där vi var när vi började, hur mycket vi än försöker att ta oss därifrån.
- Hur många nyårslöften har du lyckats infria?

Framgångsmönster

I denna struktur kan vi uppnå framsteg som vi använder som utgångspunkt för att nå ytterligare framsteg och som står i proportion till insatsen.
- Har du satsat på idrott när du var ung och lyckades bli bättre?

Så, hur kan man skapa den struktur som leder framåt?

Jo, genom att analysera de mönster som nuvarande struktur ger upphov till. Med denna insikt kan man sedan se och förändra strukturen så att minsta motståndets väg leder dig dit du vill.

Hur skulle du kunna förändra vattnets beteende i bilderna ovan?

Hur tror du att du skulle kunna ändra de strukturerna du lever i, privat och i arbetet?



*Vilken väg går vattnet i bilden?
Vilken väg tar du, när du ska ta dig från en punkt till en annan, i bilen, på cykel eller till fots?*



Bäckens underliggande struktur bestämmer vattnets beteende!

Vad är den här strukturen byggd för att göra?



Vad är den här strukturen byggd för att göra?

