Ask, Don't Assume

ఒక label వేయడానికి ఒక్క క్షణం చాలు, ఒక ప్రశ్న అడగడానికీ అంతే చాలు.

ఎలా చేయాలి

1. ఈ వారం ఎవరి మీదైనా ఒక label వేయాలనిపిస్తే (lazy, careless, attitude), ముందు ఈ card నింపు.
2. ఆ 3 reasons నీ label ని వదులు చేయడానికే — నిజం మాత్రం questions తోనే తెలుస్తుంది. వాళ్ళ స్థానంలో ఊహించుకోవడం సరిపోదు, అడగాలి.
3. ఆ మనిషితో విడిగా, ఎవరూ లేని చోట మాట్లాడు. అడగడం అంటే standard వదిలేయడం కాదు.

EXAMPLE · శ్రీనివాస్ గారు · రేఖ	
నేను చూసింది · facts మాత్రమే	రేఖ two weeks గా రోజూ 20–30 minutes late.
దానికి నేను ఇచ్చుకున్న కారణం (label)	"ఈ అమ్మాయికి పని మీద శ్రద్ధ లేదు, careless."
ఆ కారణం కాకుండా · ఇంకో 3 reasons	ఇంట్లో ఏదైనా సమస్య · bus timings మారాయా · ఆరోగ్యం బాలేదా
నేను అడిగే 2 open questions	"ఈ మధ్య ఉదయాలు ఎలా గడుస్తున్నాయి?" · "ఏం మారితే సమయానికి రాగలవు?"
అడిగాక తెలిసింది	నాన్నగారు hospital లో · two weeks shift మార్పు · counter ముందు రోజే ready.

నా CARD · 1	
నేను చూసింది · facts మాత్రమే	
దానికి నేను ఇచ్చుకున్న కారణం (label)	
ఆ కారణం కాకుండా · ఇంకో 3 reasons	
నేను అడిగే 2 open questions	
అడిగాక తెలిసింది	

QUESTION BANK Open questions · అవును / కాదు తో ముగియనివి

"ఈ మధ్య ____ ఎలా గడుస్తోంది?" · "దీని గురించి నాకు ఇంకా ఏం తెలియాలి?" · "నీ వైపు నుంచి ఇది ఎలా కనిపిస్తోంది?" · "ఏం మారితే ఇది నీకు సులభం అవుతుంది?" · "నేను ఏమైనా help చేయగలనా?"

వద్దు: "ఎందుకు ఎప్పుడూ late?" — ఇది ప్రశ్న రూపంలో ఉన్న ఆరోపణ.

నా CARD · 2	
నేను చూసింది · facts మాత్రమే	
దానికి నేను ఇచ్చుకున్న కారణం (label)	
ఆ కారణం కాకుండా · ఇంకో 3 reasons	
నేను అడిగే 2 open questions	
అడిగాక తెలిసింది	

FEEDBACK PARTNER · వారం చివర్లో

మాట్లాడిన తర్వాత, ఆ మనిషినే అడుగు — "నేను మీ పరిస్థితిని సరిగ్గా అర్థం చేసుకున్నానా, ఇంకా ఏదైనా నాకు తెలియాల్సింది ఉందా?"

Team లేదా? ఈ వారం ఎవరి మీదైనా నీకు చిరాకు వస్తే — college లోనో, ఇంట్లోనో, friends తోనో — ఇదే card నింపి, ముందు ఆ మనిషినే నేరుగా అడుగు. తర్వాత నిన్ను బాగా ఎరిగిన ఒక friend ని అడుగు: "నేను మనుషుల గురించి, అడగకుండానే నిర్ణయానికి వచ్చేస్తానా?"

Eyal, T., Steffel, M., & Epley, N. (2018). Perspective mistaking: Accurately understanding the mind of another requires getting perspective, not taking perspective. *JPSP*, 114(4), 547–571 — 25 experiments, mostly lab tasks with US participants. · Ross, L. (1977). The intuitive psychologist and his shortcomings. *Advances in Experimental Social Psychology*, 10, 173–220 — the "fundamental attribution error". · Norenzayan, A., & Nisbett, R. E. (2000). Culture and causal cognition. *Current Directions in Psychological Science*, 9(4), 132–135 — reviewing Miller (1984), India–US comparison; the gap shrinks when the situation isn't visible. The card and questions are Mental Gym's own. Srinivas garu's showroom is a composite example.