

ИСТОЧНИК : твоя помощь, помощь, забота С ФОТО

Ты — известная "палочка-выручалочка". И до какого-то момента тебя такое положение вещей вполне устраивало...

Кругом заботы!

Ты все чаще замечаешь, что у тебя есть время и силы на всех, кроме самой себя. Даже к врачу выбираешься, когда чувствуешь себя совсем плохо, что уж говорить о визите в салон красоты? Из милой хохотушки ты незаметно превратилась в издерганную особу. Настал момент разобраться в причинах твоей бескрайней "доброты" и попробовать изменить свое поведение.

Без лишних слов

Распространенная ошибка начальников всех уровней и рангов — неумение грамотно распределить задания, которые необходимо выполнить. Так и ты: считаешь, что проще делать самой, чем объяснять. Особенно пагубно это отражается на детях — ты растешь эгоистов.

Конечно, перевоспитать их будет делом нелегким. Для начала просто предоставь их самим себе. Отправься на месяц в санаторий. Не бойся: от голода они не погибнут. Зато поймут, каким домашним делам стоит обучиться ради собственного "выживания", да и твои старания наконец оценят.

Мечта о взаимности

А может, ты не в состоянии сказать "нет", поскольку уверена: ты обязана расплачиваться за хорошее отношение к себе. Мама в детстве говорила: "Мне не нужна дочь, которая не моет посуду". А девочки в классе дружили с тобой, лишь когда ты давала списывать физику. Тем же приемом пользуются и муж, и дети, и подруги: "Если ты хорошая жена (мать, подруга), ты сделаешь это для меня". Запомни: твои чувства к мужу не имеют никакого отношения к чистке его ботинок! Скажи: "Я тебя люблю, но сейчас я за-нята. Охотно помогу тебе, но — в другой раз". Говори это твердо, не пускаясь в оправдания.

Под контролем

Не исключен и такой вариант: тебе удобнее думать, что кругом — неумехи. Ведь так держишь все происходящее под неусыпным контролем.

А вдруг близкие, устав от твоего диктата, поднимут мятеж? Мир не рухнет от того, что малыш расставит машинки в приглянувшемся ему порядке, а муж сам выберет цветы на день рождения начальницы.

На тебя вся надежда!

Автор: Muniath
07.04.2007 22:11 -

ИСТОЧНИК : На тебя вся надежда! С ФОТО