Автор: admin
18.05.2011 20:37 - Обновлено 30.10.2014 08:32

Кому и какую информацию можно доверять?

Может быть, вы задумывались, о чем стоит или не стоит рассказывать родителям, супругу, детям, друзьям, коллегам по работе, если они лезут к вам в душу с настойчивыми расспросами?

Попробуем разобраться в этом вопросе. Нарисуйте 5 вложенных друг в друга кругов. В центральном круге напишите букву «Я» – это вы. Расположите всех более или менее близких вам людей в этих кругах по степени близости. То есть, во внутренних – самые близкие, во внешних – наиболее дальние. Как вы их разместите? Подумайте. А потом уже читайте дальше.

Если в первом круге вы разместили, помимо себя, еще кого-то: жену (мужа), ребенка, родителя или любого другого близкого человека – это ошибка. Не нужно сливаться воедино, ведь вы никогда не станете одним человеком. Скажу больше – этого нельзя делать, таким образом вы наносите вред своей душе! Вы – это вы, и в первом круге место только для вашего **внутреннего** мира, так как лично вы несете ответственность за свое счастье!

Вам никто и никогда не даст гарантий не использовать внутреннюю информацию против вас. Всегда есть варианты, что человек может сделать это неосознанно. Поэтому **лично ваша ответственность**
состоит в том, чтобы не говорить то, что может быть неверно истолковано.

Во втором круге находится любимый человек. Всегда стоит:

честно отвечать на его вопросы,
говорить о своих чувствах в настоящий момент,
рассказывать о своих представлениях о жизни,
давать обратную связь действиям партнера, не осуждая его, а высказывая свои чувства, которые рождаются из его поступков. Например: «Когда ты делаешь так-то, я чувствую то-то…»

Важно разделять внутренние и внутрисемейные отношения. Сохраняя внутреннюю целостность, вы имеете право не рассказывать обо всем, если не спрашивают, либо сказать, что пока вам больно об этом говорить или даже вспоминать. Искренность и выворачивание себя наизнанку – не одно и то же.

Любимый человек располагается во втором круге, именно поэтому он имеет доступ не ко всей вашей информации.

В данном случае, поможет аналогия с крупной фирмой, в которой всегда есть внутренние секреты, от которых зависит целостность компании, и о них желательно знать только руководителю. В партнерских отношениях с другой фирмой обе стороны максимально открыты в пределах совместного дела, а сотрудничество возможно тогда, когда оно полезно как одной, так и другой стороне.

Если в душе есть болезненные раны и глубокие проблемы, не стоит ими делиться, также как не стоит делиться ангиной или гриппом. Лучше их лечить, и для этого есть специалисты. Если спрашивают, искренне скажите, что мне пока больно об этом говорить, чтобы близкий человек знал про эту область и не задевал ее. Пока ситуация не прожита до конца, она есть часть вас! Поэтому особенно больно, когда вас против вас же и поворачивают. Сначала надо избавиться от боли, полностью отделив ее от себя, а потом уже можно рассказать о случившемся просто как о части вашей жизни и о тех выводах, которые вы из этой ситуации сделали.

Надеюсь, вам поможет понимание того, что, как бы люди не сходились и расходились, всегда остаетесь вы и ваш внутренний мир. А отношения лучше строить на здоровой основе.

Отношения с представителями третьего круга (родителями и детьми) открыты и доброжелательны, но на ваших интимных отношениях и финансовых вопросах – табу! Даже если будут расспрашивать…

Еще меньше положено знать представителям четвертого круга – близким друзьям и друзьям семьи, хотя и с ними отношения открытые и доброжелательные. У вас есть общие интересы? Их и развивайте. Обсуждать же с любимой подругой недостатки

вашего мужа не стоит, так как это может привести к непредсказуемым последствиям. Например, вы разберетесь и помиритесь, а подруга останется при своем предвзятом мнении.

В пятом круге располагаются люди, связанные с вами **общими делами**, именно в этих рамках и должно идти ваше общение.

За пределами этого круга располагаются все остальные, по отношению к которым у вас нет никаких обязательств.

Так что вы видите, что открытость должна быть в меру ограниченной, а посвященность кого бы то ни было в ваши внутренние тайны и секреты логично было бы уменьшать по мере отдаления от вас.

Автор - **Евгения Воскресенская**

Источник