

Светлана Сергеева
*Секреты быстрого выхода
из ссор*

Для тех, кому надоело ссориться



Светлана Сергеева
Секреты быстрого
выхода из ссор. Для тех,
кому надоело ссориться

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22815896

ISBN 9785448372179

Аннотация

Книга научит выходить из ссор и конфликтов. Поможет сохранить в семье взаимопонимание, уважение, доверие, спокойствие и любовь. Огромный опыт семейных ссор проанализирован и переработан в пошаговую инструкцию, а также предложен выход из любой сложной ситуации.

Вы будете понимать, почему иногда близкие говорят не то, что думают, видеть столкновение с разных уровней и добиваться того, чтобы вас услышали. Узнаете о высокоэффективных психологических техниках и научитесь контролировать ситуацию.

Содержание

Благодарности	5
Пишу для тех, кому надоело ссориться	6
Глава 1. Истина и семья	7
Конец ознакомительного фрагмента.	9

**Секреты быстрого
выхода из ссор
Для тех, кому
надоело ссориться
Светлана Сергеева**

© Светлана Сергеева, 2017

ISBN 978-5-4483-7217-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Благодарности

Прежде всего хочу поблагодарить своих родителей за возможность жить и совершенствоваться.

Благодарю своих учителей:

Полину Сухову – психолога-гипнотерапевта, специалиста в области синтез-технологий, автора курсов, тренингов и книг;

Валерия Синельникова – психотерапевта, врача-гомеопата, автора книг по улучшению жизни;

Ольгу Сорокину – идейного союзника и талантливое человека, за то что вдохновила на написание этой книги.

И самая большая благодарность моему мужу Олегу Сергееву за его вклад в моё развитие.

И всех остальных, здесь не упомянутых, но повлиявших на меня.

Пишу для тех, кому надоело ссориться

Я приветствую тебя, дорогой друг! И первое, что хочется сделать, это поблагодарить тебя и Небо за то, что ты читаешь эту книгу. Пишу для того, чтобы поделиться с тобой тем опытом и знаниями, что накоплены за всю мою жизнь. На это ушло много лет, прилично средств, а главное – сил. У тебя есть возможность, прочитав книгу, получить знания и сократить свои затраты. При этом сохранить своё время и силы и потратить их на более интересные вещи. Поверь, если обстоятельства сложились так, что внимание остановилось на этой информации, значит, она точно нужна и именно тебе.

Во Вселенной всё гармонично: если есть вопрос – придёт и ответ. А ещё нет случайностей: всё, что происходит, – это не просто так, а для чего-то, даже мимолётная мысль обязательно важна! Здесь нет мелочей, всё имеет смысл. И задача нашей жизни в том, чтобы научиться читать эту информацию. Об этом и многом другом в моей книге.

Глава 1. Истина и семья

Притча от Андрея Якушева

Ученик удручённо сказал Мастеру:

– Я вижу, что моя жена совершает ошибки. Я ей говорю об этом, но она считает, что я придираюсь к ней.

– А что за ошибки она совершает? – спросил Мастер.

– Самые разные: и в воспитании детей, и в быту делает то, что наносит вред семейному бюджету, поступает нерационально.

– За детей не беспокойся, они разберутся за кем следовать, а в быту, если её действия несущественно подорвут бюджет, пусть вредит.

– Мастер, но это же неправильно! Я же должен отстаивать Истину!

– Истина не пострадает от того, что ты перестанешь защищать её.

Хочу поведать историю одной моей знакомой. Это яркий пример, как решаются поставленные перед нами задачи. Она прожила в браке восемь интересных лет, и почти каждый день заканчивался ссорой или обидой на мужа. Он тоже всегда защищал «Истину». Надо ли рассказывать, как тяжело приходилось. Были и бури отрицательных эмоций, и опустошение в душе после очередной порции обидных слов, и жут-

кие мысли в сторону мужа.

И что же здесь может быть достойно внимания – многие люди так живут, может сразу прийти в голову. Но здесь интересно то, что наша знакомая перебрала множество вариантов для того, чтобы изменить ситуацию, и даже пробовала расстаться, но как только она оставалась наедине с собой, внутри начинало происходить что-то странное: можно назвать «грусть-тоска», или «кошки скребут», или «душа не на месте» и так далее и в таком духе. Получается, как с тем чемоданом без ручки: и выбросить жалко, и нести неудобно. Злость на то, что тебя не понимают, была постоянно, но как только она затихала, снова тянуло к мужу.

Так вот, наша знакомая начала искать ответы на вопросы: почему ссоры повторяются, как сделать так, чтобы тебя понимали, почему ушла любовь, а на её место пришли раздражение и злость. В интернете, у психологов и в книгах есть масса всего на эту тему, потратив о-о-очень много времени, сил и средств, она определила путь, по которому следует идти.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.