

Ирина Лад



КАК НАУЧИТЬСЯ ОТКАЗЫВАТЬ

Важное умение говорить «Нет»

Ирина Лад
Как научиться отказывать.
Важное умение говорить «Нет»

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22971857
ISBN 9785448378034*

Аннотация

О том, почему люди боятся сказать «нет», и почему ими манипулируют. Что нужно сделать для того, чтобы вам «не сели на шею».

Содержание

Чего нам не хватает в жизни?	5
Способности «Любить» и «Знать»	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Как научиться отказывать

Важное умение

говорить «Нет»

Ирина Лад

© Ирина Лад, 2017

ISBN 978-5-4483-7803-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Чего нам не хватает в жизни?

Когда-то мудрец сказал: «Самое лучшее лекарство для человека – это любовь и забота».

Его переспросили: «А если не поможет? Что тогда делать?»

Мудрец ответил: «Увеличьте дозу!».

В душе каждого из нас, независимо от паспортного возраста, живет маленький ребенок, которым мы были когда-то. Если в детстве этого ребенка любили родители, дедушки и бабушки, и весь окружающий мир радовался самому его существованию, то в зрелом возрасте такой человек доверяет миру и чувствует себя защищенным.



Представьте, что маленький человечек, который пришел в этот мир и ждет от него тепла и любви, получает в своей семье равнодушие и целый перечень требований, только выполнив которые он получит дозированную частичку внимания.



Как Вы думаете, кто из этих детей в будущем будет более уверен в себе, не будет зависеть от чужого мнения и не будет ждать одобрения по любому поводу?

Наверное, вы уже поняли из приведенной мною вначале притчи, что любой человек нуждается в любви и понимании?

Что же делать, если мы не дополучили этой любви в детстве? Как быть? Что нужно изменить в себе, чтобы не чувствовать себя человеком второго сорта?

Об этом мы поговорим в следующей главе.

Способности «Любить» и «Знать»

Каждый человек, без исключения, обладает двумя основными способностями – способностью к познанию и способностью к любви. Обе эти способности относятся к существу каждого человека. В зависимости от своих физических данных, своего окружения и времени, в котором он живет, эти две способности у человека дифференцируются, и это приводит к неповторимым комбинациям основных черт личности.

Способность к познанию определяет рациональную, интеллектуальную часть человека. Она координируется левым полушарием головного мозга и определяет способность человека заниматься научными методами познания мира: математикой, медициной, химией, физикой, электроникой и другими сферами.

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.