

Мы ждем весну, в этом часть круговорота нашей погоды. В этом смена настроений. Но весну часто ругают за слабость, сниженный тонус, упадок сил. Попить витаминчиков и чаще выходить на прогулку? Давайте поговорим о том, куда уходит наша жизненная энергия. Какие переживания способны отнимать самую ценную психическую энергию? И это уже не круговорот воды. Клубок, который стоит распутать.

Вы встречали людей с потухшими глазами, в них не чувствуется витальности, жизненной энергии. Их силы как бы уходят в песок. Но что же это за песок?

Говорим «да», в то время как хотелось сказать «нет». Иначе говоря, мы под давлением другого человека отказываемся от собственного понимания, своих чувств и желаний. Мы «соглашаемся» будучи в полном или частичном несогласии с другим человеком, но почему? И при желании можем дать себе простой и правильный ответ – потому. Потому что будет орать. Потому что лишит меня того-то. Потому что разлюбит, будет злиться. Так отвечает подросток. Подростки часто попадают в ситуации, когда взрослые, родители и учителя лучше знают и не готовы принимать его желания, мнения всерьез. Подросток таким образом сокращает аудиенцию, ожидая нотации, поучения, наставления, от которых у него сводит скулы. Но так поступает и взрослый. Например, жена в общении с мужем. Сотрудник перед лицом начальника или старшего коллеги.









