

5 шагов к настоящему Доверию

Встреча-дискуссия

Психолог - Килин Андрей Геннадьевич

тел. +7-902-397-89-77

www.shag-1.ru

ОТНОШЕНИЯ



**Из
отношений
состоит
человеческая
жизнь**

НАЧАЛО



Сегодня именно начало обычно становится самым приятным моментом во всей любовной истории, в то время как люди мечтают о том, что развитие их союза и прохождение через все жизненные этапы будет незабываемым.

Основание отношений

ВЕРА *ДОВЕР*
ИЕ

Основание - Вера

Вера - это признание чего либо истинным без предварительной проверки, в силу внутреннего убеждения которое не нуждается в доказательствах.

Вера – рождает догму.

Вера – выступает как необходимое условие начала коммуникации вообще.

Основание - ДОВЕРИЕ

Доверие - убежденность в том, что другой человек в своих действиях всегда, даже если это не обсуждалось заранее, будет учитывать и мои интересы.

Доверие - это знание о мотивах и ценностях, целях и потребностях другого.
Доверие - основа партнерских отношений.

Встретились. Что дальше?

Отношения могут подарить счастливую жизнь или способны привести к душевным травмам.

Это происходит потому, что ни мальчиков, ни девочек в детстве не учат правилам и приемам построения здоровых и развивающих друг друга отношений.



Отношения как совместная деятельность

Что такое деятельность?

- **Деятельность** – специфически человеческая, регулируемая сознанием активность, порождаемая потребностями и направленная на познание и преобразование внешнего мира и самого человека.
- Деятельность также можно определить как **внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность** человека, регулируемая осознаваемой целью.

Что такое деятельность?

- ◆ «Деятельность – такая активность, которая связана с существенным преобразованием предметной и социальной действительности, окружающей человека».

В.В.Давыдов.

«Теория развивающего обучения»

Сама жизнь и есть - наше общее Дело!

5 ШАГОВ К НАСТОЯЩЕМУ ДОВЕРИЮ



ШАГ 1

КТО?

ЧТО?

ЗАЧЕМ?

НЕМНОГО ОБО МНЕ

НАЧНИ С СЕБЯ!

Что такое для меня
партнерские отношения?

Чего я хочу от отношений?
Зачем это мне нужно?

Каким я хочу видеть партнера?

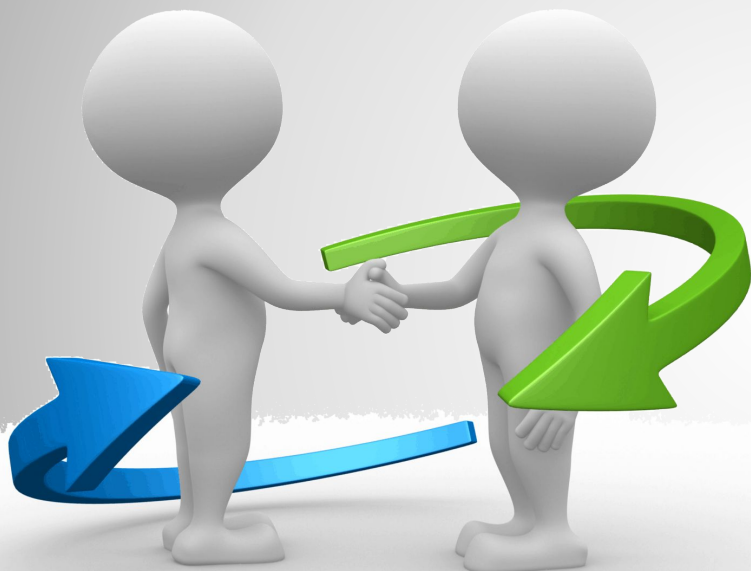
Что я готова (готов) дарить
другому, а что - нет?

Что я готов (готова) принять в
другом, а что категорически
нет?

Чего я действительно хочу в этой жизни?

ШАГ 2

Согласование Целей



- Хочу свадьбу
 - Хочу детей
 - Хочу сделать всех людей счастливыми
 - Хочу ипотеку
 - Хочу помогать бездомным
 - Хочу в Турцию
 - Хочу узнать как устроен Мир
 - Хочу чтобы мы всё обсуждали
 - Хочу бизнесом заниматься
- и т.д.

Тебе это тоже надо?

Шаг 3 **Глубины наших Глубин**

Мировоззрение

Система взглядов на объективный мир и место человека в нем, на отношения человека к окружающей его действительности и самому себе.

А также - обусловленные этими взглядами основные жизненные позиции людей, их убеждения, идеалы, принципы познания и деятельности, ценностные ориентации.

Шаг 3 **Глубины наших Глубин**

Путешествие по мировоззрению друг
друга.

Нет запретных тем!!!

Чем большее количество мировоззренческих позиций и принципов, ценностей и убеждений вы согласуете – тем более возможным станет развитие этих отношений в совместный

жизненный проект.
Мировоззрение – основа личности.

Мировоззрение – регулятор деятельности.

ШАГ 4

Долой Метафизику!

Понимание необходимости изменений как жизненного процесса.

Выработка подвижных правил взаимодействия и корректировки совместного движения - традиций, привычек, границ и т.д. и т.п.

Метафизика

Метафизика – это учение о сверхчувственных вечных, неделимых, неизменных началах бытия/
Метафизика стремится к однозначной, статичной и умозрительной картине мира.

Жизнь – Движение!

ШАГ 5 ВЫХОД ЕСТЬ ВСЕГДА!

Кому я должен – я всем
прощаю 😊

- Мы вместе, чтобы помогать друг другу развиваться, осуществлять мечты и быть счастливым Человеком.

- Свободный вход и свободный выход.

- Бережно и нежно.



**Отношения – для человека, а не
человек для отношений!**

Но это еще не все!

Отношения – это
Развитие.

А что мы развиваем?

Чувства и Разум.
Мышление.

Деятельность как
единство чувственного
и логического.



**Любовь – необходимое условие
совместного движения**

Чувственность Любовь

Чувства – источник жизни и смысла, разумности как таковой, логики.

Чувства – источник желания совместного движения

Желание бороться за сохранение отношений должно быть обоюдным. Вместе против трудностей, а не против друг друга.



Чувство Любви – необходимое условие для сохранения желания быть вместе.

Что такое Любовь?

Любовь - это одно из высших, доступных на данный момент человеку чувств.

Уважение - одна из составляющих этого чувства, как и доверие, и ответственность. Но они должны быть "одни на всех".

Любовь надо понимать в смысле обоюдного желания совместного движения к смерти.

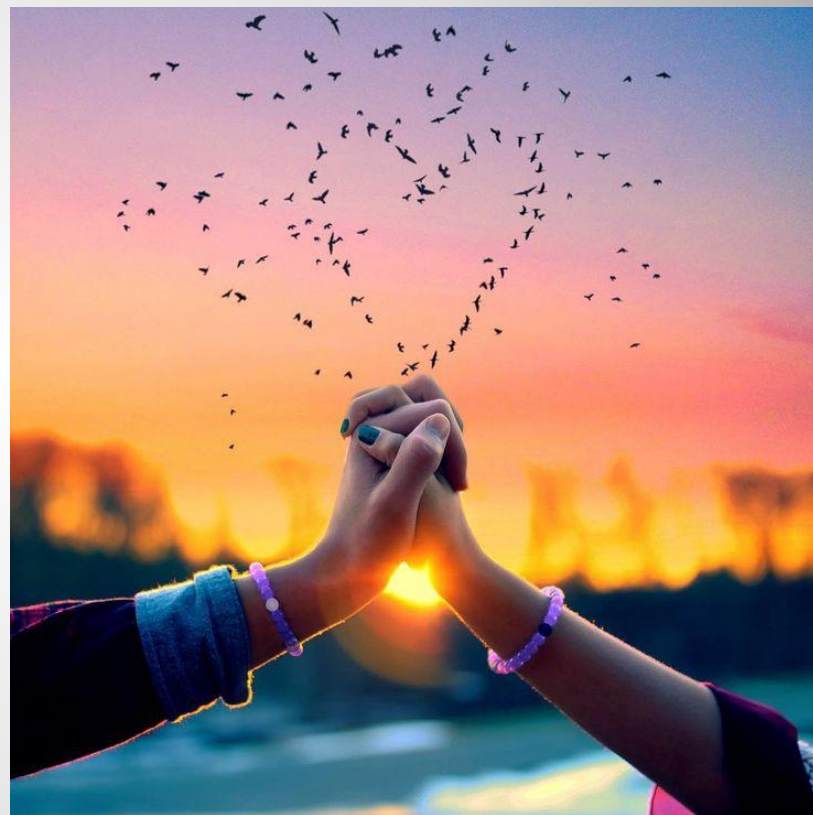
Любовь и становится возможной только тогда когда каждый готов умереть, чтобы любимый остался жить.

Любить чтобы страдать – это патология, а не развитие чувств.

Выводы:

ДОВЕРИЕ

- Доверие – основано на знании.
- Доверие – условие развития отношений.
- Доверие – можно создавать и развивать, возможно разрушить.
- Любовь – условие для сохранения и развития отношений
- Жизнь – как совместный проект, главные отношения.



Каждый человек - достоин быть счастливым!