

7 навичок високоефективних сімей. Як створити гармонійну родину у цьому бентежному світі

КУПИТИ

«7 навичок високоефективних сімей» — це нещодавно переглянуте й оновлене видання бестселера New York Times Стівена Р. Кові, яке містить цінні уроки створення й підтримки міцної сім'ї в теперішньому бурхливому світі. Автор створив практичний і філософський посібник із розв'язання проблем — великих і малих, буденних і незвичайних, — з якими стикаються всі сім'ї та родинні спільноти.

Пропонуючи яскраві розповіді про звичайних людей, а також корисні поради щодо зміни повсякденної поведінки, Стівен Р. Кові показує, як і навіщо проводити сімейні зустрічі, у чому важливість дотримання обіцянок, як збалансувати особисті та сімейні потреби і як перейти від залежності до взаємозалежності.

Зміст

ВСТУПНЕ СЛОВО

від доктора Стівена Р. Кові

ПЕРЕДМОВА

від Сандри Меррілл Кові

ВСТУП

Як створити гармонійну сімейну культуру

НАВИЧКА 1. БУДЬТЕ ПРОАКТИВНИМИ

Впливайте на свою родину середини

НАВИЧКА 2. ПОЧИНАЙТЕ, УЯВЛЯЮЧИ КІНЦЕВУ МЕТУ

Сформууйте спільну ціль та сімейну місію

НАВИЧКА 3. НАСАМПЕРЕД НАЙВАЖЛИВІШЕ

Знайдіть час для сім'ї

НАВИЧКА 4. ДУМАЙТЕ ЗА ПРИНЦИПОМ ВЗАЄМОВИГІДНОЇ ПЕРЕМОГИ

Вкладайтеся у свої сімейні стосунки

НАВИЧКА 5. СПОЧАТКУ ЗРОЗУМІЙТЕ САМІ, А ПОТІМ ШУКАЙТЕ РОЗУМІННЯ

Дійти до суті людського спілкування

НАВИЧКА 6. СТВОРЮЙТЕ СИНЕРГІЮ

Об'єднуйте сильні риси кожного

НАВИЧКА 7. ГОСТРІТЬ ПИЛКУ

Оновіть тіло, розум, серце та душу

ДАЙТЕ СЕМИ НАВИЧКАМ ПРОБЛЕМУ ДЛЯ РОЗВ'ЯЗАННЯ

КАТАЛОГ ПРОБЛЕМ І МОЖЛИВОСТЕЙ

ПРИМІТКИ Й ПОСИЛАННЯ

ПОДЯКИ

ПРО АВТОРІВ

ПРО FRANKLINCOVEY

ВСТУП

Як створити гармонійну сімейну культуру

Щоразу, коли я пишу черговий розділ книги на тему сімейних стосунків або виступаю перед аудиторією, я ніби ступаю по святій землі. Я відчуваю глибоку повагу не тільки до своєї родини, а й до усіх сімей. Тільки в сім'ї люди відчують найщасливіші моменти життя, навчаються розуміти цінність справжніх дружніх взаємин, і саме в оточенні родини люди проживають глибокі горе та печаль. Сім'я — це місце, де все стає на свої місця, де завжди радісно, де ти відчуваєшся впевнено й знаходиш розраду в горі. В сім'ї люди готові пожертвувати собою заради іншого, навіть ціною власного життя. Принагідний тому приклад — любов матері до новонародженої дитини. Проте я усвідомлюю, що для деякого з вас сім'я — це радше поле битви, а не священне місце спокою. Любляча та згуртована родина — то копітка праця, і не всім це вдається.

Моя книга написана з відчуттям глибокої поваги до вас як до окремих особистостей та з усвідомленням важливої ролі, яку ви відіграєте у своїй сім'ї. Я не знаю, крізь які випробування пройшли ви та ваша родина в минулому, і тим паче не стверджую, що розумію суть подій у вашій сім'ї. Звісно, ви знаєте свою сім'ю значно краще, ніж я. У цій книзі я прагну лише окреслити принципи гармонійного життя, а потім повністю довірити вам вибір, як саме найкращим чином застосувати ці принципи до ваших сімейних потреб і цілей.

КОЖНА СІМ'Я ЧАСТО ЗБИВАЄТЬСЯ З КУРСУ

Всі сім'ї, навіть найкращі, можуть іноді зійти із визначеного шляху. Це нормальна практика. Важливо те, що вони мають відчуття мети та призначення й усвідомлюють, якою дорогою потрібно прямувати.

Всі сім'ї, навіть найкращі, можуть іноді зійти із визначеного шляху.

Це нормальна практика.

Сімейне життя можна порівняти з авіарейсом. Пілоти знають свій пункт призначення, вони мають план польоту та компас, який допомагає їм у навігації. Проте під час подорожі можуть відбуватися відхилення від курсу: затримки на терміналі, ускладнений рух на злітно-посадковій смузі,

шторми та пориви вітру. Враховуючи ці незначні перешкоди, пілоти вносять корективи до плану польоту й безпечно прибувають до місця призначення.

Щось подібне відбувається і в сімейному житті. Родина може стикатися з негативними проявами турбулентності, несприятливими погодними умовами, помилками пілотів та іншими життєвими не-гараздами. Ми з моєю дружиною Сандрою теж переживали схожі випробування. Наш син Шон пригадує досвід такого періоду:

Загалом можу сказати: коли ми ще були дітьми, у нашій сім'ї траплялося не менше сварок, ніж в будь-якій іншій. Проте я переконаний, що саме вміння просити пробачення і повертатися на обраний шлях зміцнило наші сімейні стосунки.

Наприклад, коли ми готувалися до сімейної відпустки, тато все планував заздалегідь.

Ми повинні були прокинутись о п'ятій ранку, з'їсти сніданок і виїхати з дому о восьмій годині. Однак тато не врахував, що о такій ранній годині всі спатимуть як убиті й ніхто не захоче навіть піднятися з ліжка. Звісно, тато розізлився на нас. Як наслідок, ми виїхали з дому зі значною затримкою. Ніхто навіть не наважувався заговорити з татом, бо він був надзвичайно розгніваним.

Але найбільше мені запам'яталося те, що тато в таких випадках завжди просив у нас пробачення за свою нестриманість. І нам було соромно це все слухати, адже ми прекрасно усвідомлювали, що самі спровокували його на таку поведінку.

Озираючись на минуле, я розумію, що наша сім'я змогла впоратися з усіма негараздами завдяки тому, що мама й тато завжди намагалися почати все спочатку. Мої батьки не опускали рук, навіть коли складалося враження, що їхнє сімейне планування спільних цілей, родинних нарад та розділення домашніх обов'язків ніколи не спрацюють.

Як бачите, моя сім'я — це не виняток із правил.

Я теж — не виняток. Були моменти, коли наша сім'я переживала негаразди, нам складно давалося лишатися самими собою і досягти взірця родини, якого ми прагнули.

Рекомендована література



Для стосунків потрібні двоє



Особисті кордони.
Керівництво зі
спокійного життя

Перейти до категорії
Сімейні відносини

ridmi
ТВІЙ УЛЮБЛЕНИЙ КНИЖКОВИЙ

КУПИТИ