

В любых при максимуме сложностей
Подход к проблеме всё-таки один:
Желанье - это множество возможностей.
А нежеланье – множество причин.
Э. Асадов

Истинные и вынужденные желания

«Я не знаю что делать? Я запутался!» - всё чаще на слуху эта фраза в повседневной жизни. Ведь когда мы озвучиваем свои пожелания, то не всегда осознаём, как оно должно работать чтобы оно осуществилось. Или это влияние социума? Как следствие, соответствовать общепринятому стандарту в обществе.

Ведь основная потребность в жизни человека, это быть счастливым. Важно понимать и принимать себя таким каким есть на самом деле.

С самого рождения и в последующих этапах взросления на нас оказывает большое влияние родители и общепринятые установки. Родители в процессе воспитания зачастую пытаются через детей реализовать свои «несбыточные желания».

К примеру, девочка мечтает стать юристом. Вместо художественной литературы с удовольствием изучает уголовное право. Родители игнорируя пожелания и стремление своей дочери, по окончании школы отправляют учиться в педагогический институт. Также как и с мальчиком. После школы поступает в колледж на бюджетное место, на желаемую специальность. Но, вынужден забрать документы и пойти работать. Так как его мама потребовала, чтобы он зарабатывал деньги для материальной поддержки.

Истинные желания со временем теряются, забываются. Идёт принятие «неудобной» ситуации. Можно оправдать этот выбор «взглядом со стороны», незрелостью в силу возраста, отсутствием жизненного опыта и т.д. Однако, выбор есть всегда. Для начала, стоит разобраться кто или что повлияло на исполнение желания, и почему. Вам понадобится лист бумаги, ручка и немного свободного времени. Запишите самые значимые для вас события, начиная с домашнего животного и заканчивая созданием своей семьи: кто/что повлиял на выбор? была ли альтернатива выбора? что вам это принесло? был ли внутренний протест у вас?

Вынужденные желания, не несут морального удовлетворения после её реализации. Они могут опустошить и разрушить в дальнейшем жизнь.

Истинные, наоборот, наполняют и вдохновляют. Что даёт нам расти и двигаться дальше.

Примеры:

Ложное желание – покупка жилья в ипотеку.

Истинное желание – путешествие по Европе.

Родные склоняют к покупке жилья по ипотечному кредиту, несмотря на большую переплату. Вы же на данный момент откладываете средства на путешествие. Проанализировав ситуацию и взвесив за и против, приходите к выводу, что с ипотекой можно повременить. Лучше это время уделить внимание себе и съездить отдохнуть.

И наконец, если на пути реализации задуманного возникают препятствия, которое явно вас тормозит и заставляет сомневаться, не отказывайтесь сразу. Учитесь спокойно реагировать и различать такие моменты. Нужно уметь давать для реализации своей мечте и не спешить. Лучше сделать один шаг назад, чтобы сделать два шага вперёд.

Психолог ДРЦ «Виктория»
Филиппова Кристина Владимировна