

Ваши недостатки могут превратиться в достоинства!

Каждый человек уникален. Каждый из нас имеет свой характер, темперамент, ценности, моральные качества и, к сожалению, определенные недостатки и пороки. Это - драконы, которые часто мучают нас, мешают жить и строить отношения с окружающими. Драконы сильны и опасны. Их нельзя убить, они бессмертны, как вечная борьба добра и зла, света и тьмы.

Не имея полов и различий, все семь драконов: *Дракон высокомерия, Дракон самоуничижения, Дракон жадности, Дракон саморазрушения, Дракон нетерпеливости, Дракон мученичества, Дракон упрямства*, обладают способностью воздействовать как на мужчин, так и на женщин. Соответствующим образом, не имея определенного возраста, они могут оказывать на нас влияние в каждый момент нашей жизни. Тем не менее с течением времени они претерпевают определенные изменения и в разные периоды жизни воздействуют на нас по-разному. Вы можете увидеть их за работой уже в самом раннем возрасте. Позднее драконы приобретают гормоны юношеской дерзости и



начинают вламываться в вашу жизнь с яростной настойчивостью подростка. В более зрелом возрасте один из драконов или целая их компания берется за дело всерьез и мучает вас до тех пор, пока вы не очнетесь и не предпримите соответствующих мер. Очнуться в данном

случае означает по-настоящему вспомнить, кем вы являетесь по своей сути. Как только это происходит, драконы немедленно начинают отступать.

Бороться с драконами не значит воевать с самим собой. Драконы - это не мы. Освободившись от влияния дракона, мы становимся сильнее и обретаем новый опыт. Дракон начинает служить нам, а наши недостатки могут превратиться в достоинства.

Узнайте, какой из драконов Ваш, тогда справиться с ним будет легче. Предлагаю использовать для этого семь групп утверждений известного психолога Дж. Стивенса. Прочитайте их внимательно. Шкала, которая наберет больше всего ответов «да», даст Вам возможность узнать имя Вашего первого дракона, на втором месте будет тот, шкала которого наберет второй результат. Это именно те драконы, с которыми **Вам предстоит бороться**.

Первый дракон

1. С людьми, которых я не знаю, я становлюсь более замкнутым и держусь несколько отстраненно.
2. Некоторые говорят, что меня трудно узнать поближе.
3. Легче тысячу раз умереть, чем попасть на людях в неловкое положение.
4. Мне нравится чувствовать себя особенным.
5. Окружающим, очевидно, должно казаться, что я держу под контролем каждый свой шаг.
6. Мне приходится много работать, чтобы преодолеть застенчивость.
7. Я ненавижу быть подвергнутым чьим-либо оценкам и сравнениям.
8. Я чувствую, что если люди получше меня узнают, то будут считать меня хорошим.
9. Мне трудно признать свою неправоту.
10. Мне трудно принести извинения.
11. Я очень критически отношусь к себе самому и частенько втайне подвергаю критике других.
12. Меня беспокоит то, как я выгляжу.
13. Я стараюсь поймать свое отражение в стеклах витрин и зеркалах, чтобы проверить, все ли у меня в порядке.
14. Победа имеет для меня очень большое значение.

Второй дракон

1. Я часто сомневаюсь в своих способностях и чувствую себя неловко.
2. Если я считаю, что сделал что-нибудь не так, я обязательно приношу свои глубокие извинения.
3. Если что-то идет не так, как нужно, я обычно чувствую, что в этом есть и доля моей вины.
4. Мне часто говорят, чтобы я выпрямился и не сутулился.
5. Я очень несправедлив к себе.
6. Есть много вещей, которые хотел бы сделать, но я сомневаюсь в своих силах и боюсь подвергнуть себя риску.
7. Люди говорят, что мне не хватает уверенности в себе.
8. Зачастую я чувствую, что новая одежда слишком для меня хороша.
9. Обычно я считаю, что многие вещи другие люди могли бы сделать лучше, чем я.
10. Часто я разговариваю, прикрыв рот рукой.
11. Иногда меня просят говорить громче, потому, что собеседники меня плохо слышат.
12. Иногда я ловлю себя на том, что дыхание у меня учащенное и поверхностное.
13. Когда я чувствую себя неловко, я смотрю себе под ноги.

Третий дракон

1. Часто я ловлю себя на мысли, что где-то в другом месте трава зеленее, а окружающее лучше, чем здесь.
2. Зачастую я чувствую, что мне никогда не найти того, что я ищу.
3. Когда что-то идет не так, мне хочется пробежаться по магазинам, чтобы поднять себе настроение.
4. Когда что-то идет не так, мне хочется есть и кажется, что я никогда не наемся.
5. Когда мне чего-то очень хочется, я часто сдерживаю себя.

6. Я пытаюсь держать себя под контролем, но это так трудно.
7. Часто я складываю оружие и иду на поводу своих желаний, отчего позднее испытываю чувство вины и глубокое раскаяние.
8. Я люблю вещи. Иногда, даже если мне это не нужно, я могу купить ту или иную вещь.
9. Часто я мечтаю иметь целиком все из того, что хочу иметь хоть частично.
10. Я беспокоюсь, что останусь ни с чем.
11. Иногда я не могу выбрать между вещами, которые мне хотелось бы иметь.
12. Тогда я не покупаю ничего и впоследствии чувствую себя действительно плохо.
13. У меня есть дурные привычки.
14. Я часто бросаюсь в рискованные операции.
15. Я знаю, что цена продаваемой мной вещи явно завышена, но необходимость ее снижения вызывает у меня откровенное неприятие.

Четвертый дракон

1. Мне нравится руководить, но часто я ловлю себя на том, что ситуация выходит у меня из-под контроля.
2. Я часто впадаю в самое настоящее отчаяние.
3. Иногда я думаю, что жизнь слишком трудна и мучительна.
4. Зачастую я подвергаю свою жизнь серьезной опасности, при этом я всегда объясняю окружающим, что все в порядке и беспокоиться не о чем.
5. Иногда мне кажется, что я всем мешаю и без меня окружающие вздохнули бы с облегчением.
6. Я часто думаю, что жизнь моя не протянется слишком долго.
7. Большую часть времени у меня все идет не так как надо.
8. У меня за плечами длинный список прерванных отношений с друзьями.
9. Меня беспокоит, что я мог кого-то серьезно обидеть.
10. Мне нравится доказывать, что я могу преодолеть опасность.
11. У меня бывают серьезные срывы, оканчивающиеся истерикой или взрывами гнева.

Пятый дракон

1. Я часто чувствую, что для окончания работы мне катастрофически не хватает времени.
2. Иногда второпях я роняю или разбиваю окружающие вещи.
3. Меня беспокоит, что жизнь течет быстрее, чем я успеваю что-то сделать.
4. Частенько мне приходится поторапливать друзей,двигающихся или действующих слишком медленно.
5. Знакомые говорят, что я просто невыносим, и, мне кажется, они правы.
6. Я часто прерываю собеседника или заканчиваю за него его мысль.
7. Я ненавижу ждать и иногда теряю всякое терпение, когда что-нибудь тянется слишком долго.
8. В своем стремлении всюду успеть и все сделать я часто опаздываю на назначенную встречу.
9. Я зачастую выхожу из дому слишком поздно и второпях забываю или теряю вещи.
10. Мне трудно замедлить ритм жизни даже на каникулах.
11. Я часто ловлю себя на том, что спешу, даже когда для этого нет никакого повода.

12. Планов на день у меня очень много, а времени на их реализацию, как правило, не хватает.

13. Большую часть времени я чувствую **себя** уставшим и физически, и психически.

Шестой дракон

1. Обстоятельства часто застают меня врасплох.

2. Окружающие говорят, что я люблю поплакаться в жилетку, но они просто не понимают, как сложно все вокруг.

3. Зачастую обстоятельства складываются так, что у меня не остается никакого выбора.

4. Если бы не некоторые из окружающих меня людей, жизнь у меня складывалась бы гораздо лучше.

5. Меня часто раздражают заявления окружающих, будто я волен поступать так, как мне хочется. Они просто не знают, в какой ситуации я нахожусь.

6. В жизни вы просто не можете делать то, что хотите. Вокруг слишком много вещей, которые этому мешают.

7. Окружающие зачастую воспринимают мое отношение к ним как нечто само собой разумеющееся. Они даже не понимают, как много я для них делаю.

8. Когда окружающие вносят полезные предложения, я обычно хорошо знаю, что помешает их осуществлению.

9. Мне кажется, никогда не найти человека, кто по-настоящему бы мне помог.

10. Никто не имеет права причинять мне те неприятности, из-за которых я уже и так столько натерпелся в жизни.

11. Я чувствую, что так много делаю для окружающих, а они платят мне тем, что заставляют делать еще больше.

12. Большинство людей просто проявляют неблагодарность, желая получить больше того, что уже имеют.

13. Обычно мне трудно отказать чьей-то просьбе.

14. Зачастую мне требуется человек, который бы меня развеселил или хотя бы поднял настроение.

15. У меня все складывается гораздо хуже, чем у остальных

Седьмой дракон

1. Когда я сомневаюсь, я обычно говорю «нет».

2. Я ненавижу, когда кто-то лезет со своими советами о том, что мне делать и как мне жить.

3. Если я что-то решил, ничто меня не остановит.

4. Резкие перемены меня пугают.

5. Иногда я поступаю вопреки тому, что мне советуют, просто чтобы показать, кто здесь начальник.

6. Когда *захочу*, я могу быть очень упрямым.

7. Никто не способен изменить мое мнение. Единственный, кто может это сделать, — это я сам.

8. Окружающие говорят, что я прочно стою на ногах.

9. Никто не может заставить меня сделать то, чего я не хочу. Никто — уж это я вам говорю!

10. Иногда я чувствую, что проявляю излишнее упрямство и торможу успех даже в своих собственных делах.

11. Я способен настоять на своем, несмотря ни на какие возражения.
12. Если я решил, что никуда не пойду, никто не сдвинет меня с места,
13. Мне трудно пойти на уступку, даже когда я знаю, что не прав.
14. Никто не остановит меня от осуществления задуманного.

И вот тут дракон себе, обычно говорит: это не Я! Я хороший! Это они меня пугали и не тем кормили! Я просто поверил! Меня подло обманули! И обижается...

Каждый укрощает своего дракона и выбирает сам, где поставить запятую:
ЛЮБИТЬ НЕЛЬЗЯ НЕНАВИДЕТЬ.

А вы где поставите запятую?
