

Как узнать и обезвредить
негативных людей в своей жизни
или что такое
токсичная дружба
(отношения)?

Держись подальше от людей,
которые
глумятся над твоими серьезными
устремлениями.

Маленькие люди всегда делают это,
в то время как великие люди всегда
дают тебе почувствовать,
что и ты тоже можешь стать

ВЕЛИКИМ

Кто такие токсичные люди?



Как они на влияют на вашу



Как убрать токсичных персонажей из своей жизни?



Шаг 1. Определите свои



Шаг 2. Находим



Шаг 3. Пусть они



Шаг 4. Не чувствуйте себя



Помните, негативное
влияние отрицательных людей
нельзя недооценивать.
Оно в состоянии перечеркнуть все
ваши жизненные планы и лишит
сил даже самого сильного
человека.

Проверим???



1. Подумайте, есть ли что-то в человеке, что вы категорически не можете принимать, что противоречит вашими главными ценностями?

2. Подумайте и скажите, вы поддерживаете общение с человеком, только потому, что боитесь остаться один на один с какими-то внутренними проблемами?

3. Подумайте и скажите, не продолжаете ли вы отношения лишь потому, что боитесь быть в одиночестве?

4. Подумайте, не поддерживаете ли вы эту связь лишь потому, что не хотите обидеть человека?

5. У вас пропали положительные чувства к человеку, которые были раньше?

6. Человек часто вас в чем-то обвиняет, и постоянно пытается заставить испытывать чувство вины?

7. Подумайте, стыдно ли вам где-либо появляться с этим человеком в обществе?

8. Подумайте, не строятся ли ваши отношения на манипуляциях и контроле?

9. Вам кажется, что этот человек вас не уважает?

10. Общение инициирует в основном партнер, а вы только откликаетесь на это общение, но не выступаете инициатором?

11. Вынуждает ли этот человек вас делать что-то, чего вы не хотите?

12. Подумайте, ваши цели в жизни
противоречат друг другу?

13. Отдалились ли вы друг от друга в последнее время?

14. Вы не готовы меняться и стараться ради
этого человека?

15. Вы чувствуете безразличие к этому человеку, к его жизни, делам, проблемам, радостям?

16. Этот человек ставит вас в неловкие
положения? Особенно прилюдно?

17. Вы не хотите тратить время на человека?

18.Этот человек отнимает у вас силы и
нервы?

19. После общения с человеком вы чувствуете эмоциональное истощение, усталость?

20. Если вы прекратите общение с этим человеком, вам станет легче жить?

Подведём итоги



<https://rutube.ru/video/2d8050be413548db963eba4531db6ef9/>