

Skrypt podcastu

Ewa: Wiesz od kogo zależy szczęście w rodzinie?

Iza: No?

Ewa: Od szczęśliwych matek. Widziałam ostatnio badania, które jednoznacznie potwierdzały, że szczęśliwa kobieta w związku to szczęśliwa rodzina. Nieszczęśliwa i sfrustrowana – to więcej nieszczęśliwych osób.

Iza: Poczucie szczęścia ojca ma mniejsze znaczenie?

Ewa: Na poziom szczęśliwości rodziny – zdecydowanie tak.

Iza: Poza tym rodzina to miejsce, gdzie każdy z nas otrzymuje najważniejsze i najtrwalsze informacje o świecie, relacjach z innymi i sobie samym/samej. To nasza własna rodzina nauczyła nas, czego się od nas oczekuje i czego my możemy spodziewać się po innych. Teraz my, w naszych rodzinach przekazujemy tę wiedzę dalej.

Ewa: No właśnie. I zobacz, ile wśród nas jest siłaczek, które wszystko udźwigną, posłusznych opiekunek, albo kobiet niewierzących w to, że można osiągnąć bez harówki, albo takich, które same sobie tworzą szklany sufit.

Iza: I nie zarabiają. Albo raczej są zarobione od rana do wieczora, tylko pieniędzy z tego nie ma.

Ewa: Ani radości i satysfakcji, a zamiast poczucia wspólnoty i przepływu jest raczej smak samotności i bycia na końcu łańcucha. I jeszcze często słyszą: no ale co ty właściwie robiłaś przez cały dzień?

Iza: No i klops. Bo nasze córki i synowie uczą się takiego wzorca przez osmozę. Ja też tak miałam. Kiedy moja córka była mała, zajmowałam się nią w domu. Najmilszy moment był wtedy, kiedy zasypiała. Mogłam przestać być tylko mamą. Dostawałam napędu, nastawiałam pranie, wszystko robiłam z myślą, że za chwilę poczytam gazetę. I kiedy byłam już na kanapie, córka się budziła, wołała "Mama!". Taki schemat powtarzał się nie tylko wtedy, gdy dziecko spało, ale w bardzo wielu innych sytuacjach swoje potrzeby stawiam na samym końcu, kiedy wszystko inne jest już zapięte na ostatni guzik. Zobaczyłam to dopiero wtedy, jak zauważyłam, że w różnych relacjach moja córka stawia siebie na samym końcu. Bardzo mnie to złościło, ale zrozumiałam, skąd ona to ma.

Ewa: O tak, znam to. I wiem też, że jeśli przestajemy być wsparciem tylko dla innych, ale nauczymy się stawiać za sobą, swoimi marzeniami i swoją pracą, korzystają na tym wszyscy. Zaczynamy zbierać także materialne owoce naszej pracy. Odzyskujemy poczucie wpływu. I zyskujemy więcej spokoju oraz pewności, że jeśli cokolwiek się wydarzy, jesteśmy wystarczająco silne, aby sobie poradzić. To fajne uczucie.

Iza: Tak, tak samo fajne jest poczucie, że to, co robimy, nasza rodzina widzi, szanuje i jest z tego dumna. A na pewno traktuje poważnie. I że nasz wkład ma znaczenie.

Ewa: Przyjemne jest też odkrycie, że jeśli zmieniamy coś, co nazywam schematem chomika (pędzę – zdobywam – może potem trochę odpocznę albo zrobię coś fajnego) i zaczynamy funkcjonować odwrotnie, czyli najpierw jestem, potem myślę, co jest potrzebne, a na końcu działam, to mam więcej energii i efektów. Czyli mniej haruję, a więcej z tego jest.

Iza: Tak, i bardzo fajne jest zobaczenie, że także w kwestii finansów ode mnie także sporo zależy. Że mogę być kompetentnym doradcą i strażnikiem finansów, mimo, że nie chcę brać za to odpowiedzialności.

Ewa: Mam tutaj fajną historię. Kiedyś nie lubiłam się zajmować pieniędzmi i uważałam, że to nie dla mnie. Ale od czasu gdy to zmieniałam i też spotkałam na swojej drodze inspirujących ludzi, a chodzi mi tu o Sławka Muturi, który zainspirował mnie pomysłem inwestowania w nieruchomości, bardzo to lubię. Mój mąż przynosi do domu więcej pieniędzy niż ja, ale to ja podsuwam pomysły, co zrobić i jak zainwestować. Zyskałam i poczucie wpływu, i dużo

satysfakcji, że te pieniądze mogą jeszcze na nas pracować, no i szacunek męża, który powtarza, że beze mnie pewnie byśmy je wydali albo gdzieś gniłyby na koncie.

Iza: No to mamy jeszcze aspekt wewnętrznego krytyka. Jak powiedziała kiedyś jedna z naszych klientek po wspólnej pracy: nareszcie przestałam się czuć, jakby ktoś całymi dniami patrzył mi na ręce. I oceniał, czy wystarczająco dużo zrobiłam, aby zasłużyć. Teraz robię, co robię i daję sobie do tego prawo. A jeśli słyszę krytykę, potrafię usłyszeć to, co jest jej intencją, nie biorę jej już tak bardzo do siebie. Lepiej sobie z nią radzę i dzięki temu w sumie w domu jest spokojniej.

Ewa: Bardzo to lubię w pracy nad sobą, gdy nagle okazuje się, że wszystkim wokół robi się jaśniej i lżej.

Iza: i bogaciej, bo nagle wszystko staje się prostsze: i wycenianie, i rozmawianie o pieniądzach, i odmawianie, i stawanie za sobą, a to zawsze przynosi dobre efekty.

Ewa: A kluczem do do tego wszystkiego jest przestawienie własnego autopilota w tryb spełnienia, doceniania i pieniędzy.

Iza: Jeśli jesteś zainteresowana tym, czym taki autopilot jest i jak go przestroić, zapraszamy Cię do pobrania bezpłatnego materiału, do którego link znajdziesz w notatkach pod tym podcastem