

زنان قوی هرگز از انجام این کارها احساس شرمندگی نمی‌کنند

زنان قوی، هرگز از اولویت دادن به خودشان احساس شرمندگی نمی‌کنند.

به گزارش سایت خبری پرسون، زنان قوی از خود اعتماد به نفس نشان می‌دهند. آن‌ها خودشان برای خود تصمیم می‌گیرند و پای تصمیم خود هم می‌مانند. به علاوه، آن‌ها با تاب آوری روانی بالایشان شناخته می‌شوند.

اما یک چیز بخصوص در این زنان هست: اینکه آن‌ها هرگز از اولویت دادن به خودشان احساس شرمندگی نمی‌کنند.

در ادامه از کارهایی خواهیم گفت که زنان قوی هرگز از انجام آن‌ها احساس شرمندگی نمی‌کنند.

۱- نه گفتن

یک ویژگی که زنان قوی را از بقیه متمایز می‌کند توانایی آن‌ها در نه گفتن و ماندن پای آن است.

آن‌ها از نه گفتن احساس شرمندگی نمی‌کنند، چون با نپذیرفتن چیزهایی که تمایلی به آن‌ها ندارند، با خودشان صادق می‌مانند؛ چه پروژه‌ای کاری باشد، چه یک دعوت و چه یک مسئولیت که با ارزش‌های آن‌ها همخوانی نداشته باشد.

۲- دنبال کردن بلند پروازی‌های خود

چه راه انداختن کسب و کار خود باشد و چه طی کردن پله‌های ترقی در شغل خود، زنان قوی هرگز از رفتن به دنبال بلند پروازی هایشان احساس شرمندگی نمی‌کنند.

آن‌ها هرگز اجازه نمی‌دهند جامعه، خانواده یا شریک زندگی شان به آن‌ها دیکته کند که چه کاری را می‌توانند انجام دهند و چه کاری را نه.

۳- اولویت دادن به خود

زنان اغلب نیازهای دیگران را در اولویت قرار می‌دهند و حتی زمانی که اولویت را به نیاز خود می‌دهند هم به خاطر آن احساس گناه می‌کنند.

اما این تقصیر آن‌ها نیست. بسیاری از زن‌ها با طرز فکر بزرگ شده اند که باید «مراقب و دلسوز» خانواده باشند. به آن‌ها یاد داده نشده که لیوان خود را قبل از لیوان دیگران پر کنند.

اما زنان قوی برای غلبه بر این احساس گناه تلاش می‌کنند.

آن‌ها از خود مراقبت می‌کنند، هر زمان که نیاز داشته باشند به خود استراحت می‌دهند و برای نیازهای خود ارزش و احترام قائل هستند. این بدان معنی نیست که آن‌ها اهمیتی به دیگران نمی‌دهند، بلکه آن‌ها از غافل شدن از خود به خاطر دیگران پرهیز می‌کنند.

۴- رک و صادق بودن

زنان قوی، قاطع، جسور و به طرز بی رحمانه‌ای صادق اند.

آن‌ها از صحبت درباره‌ی موضوع اصلی طفره نمی‌روند، هنگام صحبت من و من نمی‌کنند یا از گفتن منظور واقعی خود پرهیز نمی‌کنند.

آن‌ها سر اصل مطلب می‌روند و بابت آن هم احساس شرمندگی نمی‌کنند. اگر کسی قدرت رویارویی با حقیقت را نداشته باشد، این فقط مشکل او است.

۵- تمام کردن روابط سمی

منظور صرفاً روابط عاطفی نیست. زنان قوی دوستان بد، اعضای سمی خانواده و شریک زندگی بدرفتار یا کنترل گر خود را کنار می‌گذارند؛ و این کار را هم با افتخار انجام می‌دهند. آن‌ها اجازه نمی‌دهند احساس شرمندگی و گناه، روی احساسات شان تأثیر بگذارد، چون همانطور که قبلاً گفته شد این زنان

خود را در اولویت قرار می‌دهند. به عبارت دیگر، زنان قوی برای خود احترام قائل هستند.

آنها سنگدل نیستند؛ حد و مرزهایی را در روابط خود تعیین می‌کنند و به دیگران فرصت می‌دهند.

تنها زمانی که کسی که به آنها بی‌احترامی کند او را ترک می‌کنند و دیگر هرگز پشت سرشان را هم نگاه نمی‌کنند.