

Родные требуют знать всё о ваших деньгах

ОПОРА · полный пример работы с одной ситуацией

Здесь можно разобрать событие, выбрать слова и подготовить действие. Бытовые сцены учебные; они не являются отзывами или историями подписчиков.

Родственник просит помочь с документами. Вы думаете, что речь об одном звонке, а он ждёт, что вы возьмёте на себя весь вопрос. Обоим кажется, что договорённость очевидна. Раздражение появляется позже, когда выясняется разница ожиданий.

Перед согласием уточните задачу, срок и свою часть. «Я могу вместе посмотреть список документов вечером, но подавать заявление тебе нужно самостоятельно». Такой ответ позволяет человеку решать дальше. Необязательно оправдывать каждую границу занятостью: объём помощи можно обсуждать прямо.

При этом не вся помощь добровольна в одном и том же смысле. Забота о ребёнке или зависимом человеке не исчезает от усталости. Если вы не справляетесь, нужно перераспределять заботу и искать поддержку, а не внезапно оставлять человека без необходимого.

[Открыть разбор →](#)

Ситуация 12. Родные требуют знать всё о ваших деньгах

Родственник спросил о доходе. Вы ответили, не придав значения. А теперь слышите: «С твоей зарплатой мог бы и помочь». Хотя у вас свои расходы, о которых никто не спрашивал.

Финансовая открытость нужна тем, с кем у вас общая ответственность. Родство само по себе не создаёт права на полный доступ к вашим цифрам.

С супругом, совладельцем или человеком, перед которым у вас обязательства, скрытность разрушает доверие. Но перед остальными уровень открытости определяете вы. Иногда вопрос о доходе на самом деле означает попытку понять, сколько у вас можно попросить, что вы «должны» купить или имеете ли право отказать.

Перед решением

Есть ли у человека общая с вами финансовая ответственность? Для какого конкретного решения ему нужна эта информация? После ответа появится ясность или новые требования?

Называть цифры, чтобы доказать успех или оправдать отказ. Лгать о доходе вместо

установления границы. Обсуждать чужие финансы в ответ.

Слова для начала

«Точную сумму я обсуждать не хочу.
Скажи, какая помощь нужна. Я посмотрю,
что могу себе позволить, и отвечу.»

Если нужно сказать определённое и это безопасно

«Я понимаю, что тебе нужна помощь. Но
объяснять каждую свою покупку не буду. Давай
обсуждать конкретную просьбу.»

Первый шаг

Если речь о помощи, сначала узнайте конкретную
просьбу. Посчитайте свои обязательные расходы
и только потом отвечайте. С теми, с кем у вас
общий бюджет, обсуждайте общие деньги
открыто.

Когда вернуться к вопросу

Смотрите, уменьшилось ли давление, когда вы
перестали объяснять отказ размером дохода.
Ваше «не могу» или «не хочу» не обязано
подтверждаться выпиской.

Практика. Помощь в обе стороны

Выберите одну свою ситуацию. Можно записывать ответы в отдельном блокноте; для письменной работы на бумаге используйте версию А4. Это вопросы для размышления, не диагностический тест.

Пример заполнения

Обещал отвезти маму на назначенную встречу — сохраняю это дело. Брату помогу проверить документы в четверг, но не буду вести весь процесс. Друга попрошу вечером выслушать меня. С дочерью договорюсь о прогулке и постараюсь не превращать встречу в проверку её решений.

Теперь ваша ситуация

- Кому и что я уже обещал?
- Какую добровольную помощь могу дать без нарушения основных обязательств?
- Где нужно уточнить срок и объём?
- В какой поддержке нуждаюсь сам и кого попрошу?
- С кем хочу общаться без просьб и поручений?

Перед следующей главой

Когда помощь связана с деньгами, особенно важно сначала увидеть свои обязательства и договориться об условиях. Этому посвящена следующая глава.

Продолжение в книге

В «ОПОРЕ» семь связанных глав и 30 ситуаций: близкие, уважение, деньги, ошибки и новое начало. Можно читать последовательно или открыть нужный вопрос. Для знакомства с проектом: @mudrets.gor.

Один разбор. А что дальше?

Если вы узнали себя, продолжите с той темы, которая важна сейчас.

В полной книге — семь связанных глав и 30 ситуаций: уважение, близкие, деньги, потери и новое начало.

Варианты решений, упражнения с примерами, фразы для разговора и план на месяц.

990 рублей · один комплект
PDF для телефона и для печати

Посмотреть полную книгу →

Нажмите на кнопку. На сайте — содержание, страницы книги и текущие условия покупки.

Не нужно решать всё сразу.
Начните с одного сильного шага.