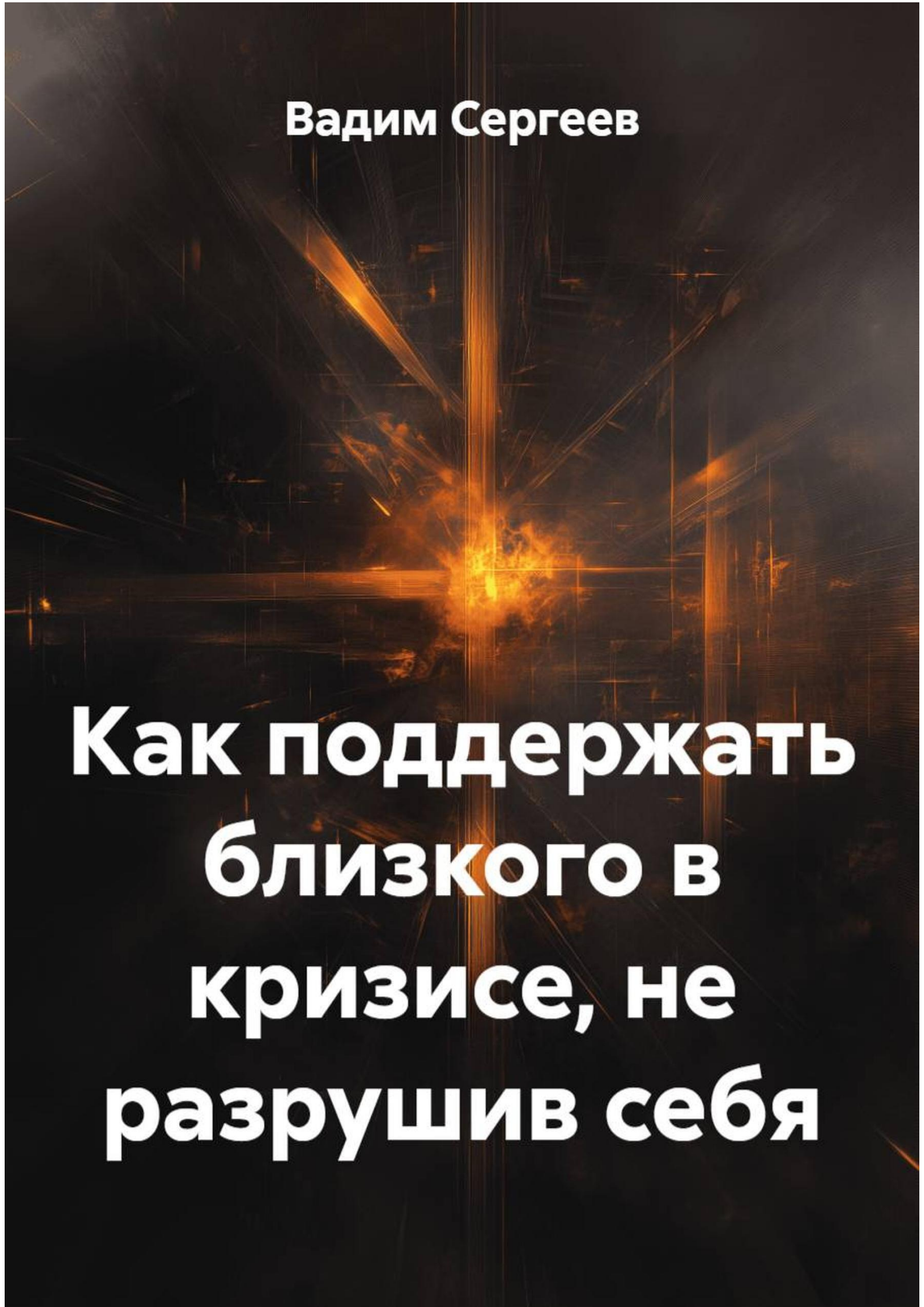




Вадим Сергеев

**Как поддержать
близкого в
кризисе, не
разрушив себя**

Вадим Сергеев

**Как поддержать близкого в
кризисе, не разрушив себя**

«Автор»

2026

Сергеев В. Ю.

Как поддержать близкого в кризисе, не разрушив себя /
В. Ю. Сергеев — «Автор», 2026

Кризисные ситуации могут происходить не только в нашей жизни, но и у наших близких. Многие теряются в этот момент, потому что не до конца понимают, как правильно реагировать и что делать. Это эссе позволит вам увидеть, что нужно делать, и от чего необходимо уходить. Оно носит сугубо практический характер. Поэтому, если вы оказались в подобной ситуации, помните, что выход есть. Главное здесь — это ваши грамотные действия и стойкость духа.

Содержание

Эссе	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Вадим Сергеев

Как поддержать близкого в кризисе, не разрушив себя

Эссе

Жизнь человека — это череда событий, часть из которых обязательно будут носить кризисный характер. Наш мир находится в постоянной динамике. И обрести полный иммунитет к этому невозможно. Даже баснословные капиталы и властные полномочия не способны уберечь от ряда негативных событий. Более того, они являются фактором создания дополнительных рисков. Поэтому не стоит ждать чуда, что всё всегда будет хорошо. Ни у вас, ни у ваших близких. Что-то всё равно случится. И с этим придётся ответственно, разумно и решительно работать.

Но в этом эссе мы поговорим о том, что делать, если ваш близкий человек оказался в сложной или даже катастрофической ситуации. Увы, но последний вариант тоже иногда случается. Особенно это возможно во время тяжёлых социальных, экономических или внешнеполитических событий. А они периодически происходят. И мы повлиять на это неспособны.

С этого осознания и начинается помощь самому себе или нашему близкому человеку в случае тяжёлых жизненных обстоятельств. Если я принимаю эту простую истину, то избавляю себя от возмущений, нестерпимой горечи и отчаяния. Это не значит, что нужно радоваться утратам. Но и убиваться до скончания веков тоже не стоит.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.