



Начни с себя, и изменится всё

От состояния женщины зависит атмосфера
в доме, сила семьи и путь ребёнка





Дом - это не стены, это состояние.
И это состояние создаёт женщина

Женщина - как Wi-Fi в доме

Она раздаёт настроение, задаёт частоту,
определяет “скорость жизни” в семье.

Но есть нюанс:

Wi-Fi без подключения - просто коробка

Чем стабильнее ты «подключён»

**к источнику энергии, тем шире твоё
влияние и радиус воздействия на других.**

В каком ты состоянии каждый день?

- Ты выспалась или нет?
- Ты бываешь наедине с собой или всегда в ролях?
- Ты чувствуешь себя или живёшь в режиме «надо»?

Если этого нет, то всё остальное вторично.

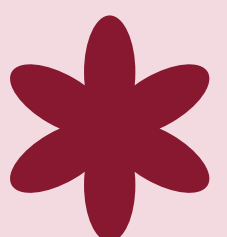




Почему это напрямую связано с детьми?

- Когда у тебя есть претензии к семье - что тебя не выбирают, не слышат, ставят на последнее место или ты всё тащишь сама - по сути это отражение твоего отношения к себе.
- Если тебя «не выбирают» другие, значит ты сама себя ставишь на последнее место.
- Если к тебе нет уважения - ты сама с собой в таком же обращении.
- Если ты злишься, что ребёнок ничего не хочет - часто это про то, что ты сама давно ничего не выбираешь для себя

**И дети зеркало того,
как мама живёт с собой.**



Подключение - это то, что ты делаешь каждый день

Тело — тренировки, сон, еда.

Ты тренируешься — и чувствуешь себя лучше.

Эмоции — смех с подругами, стендап, свидание.

Ты позволяешь себе радость, чтобы жизнь не превращалась в бесконечный список обязанностей.

Интеллект — книги, новый язык, интерес.

Ты даёшь себе развитие, а не только решаешь чужие задачи.

Духовное — медитации, прогулки, тишина, благодарности. Ты находишь время побыть одной, замедлиться и понять свои чувства.

**Если мама «на нуле» -
ребёнок живёт в этом нуле.**



Вдохновлять своим примером

Хочешь,

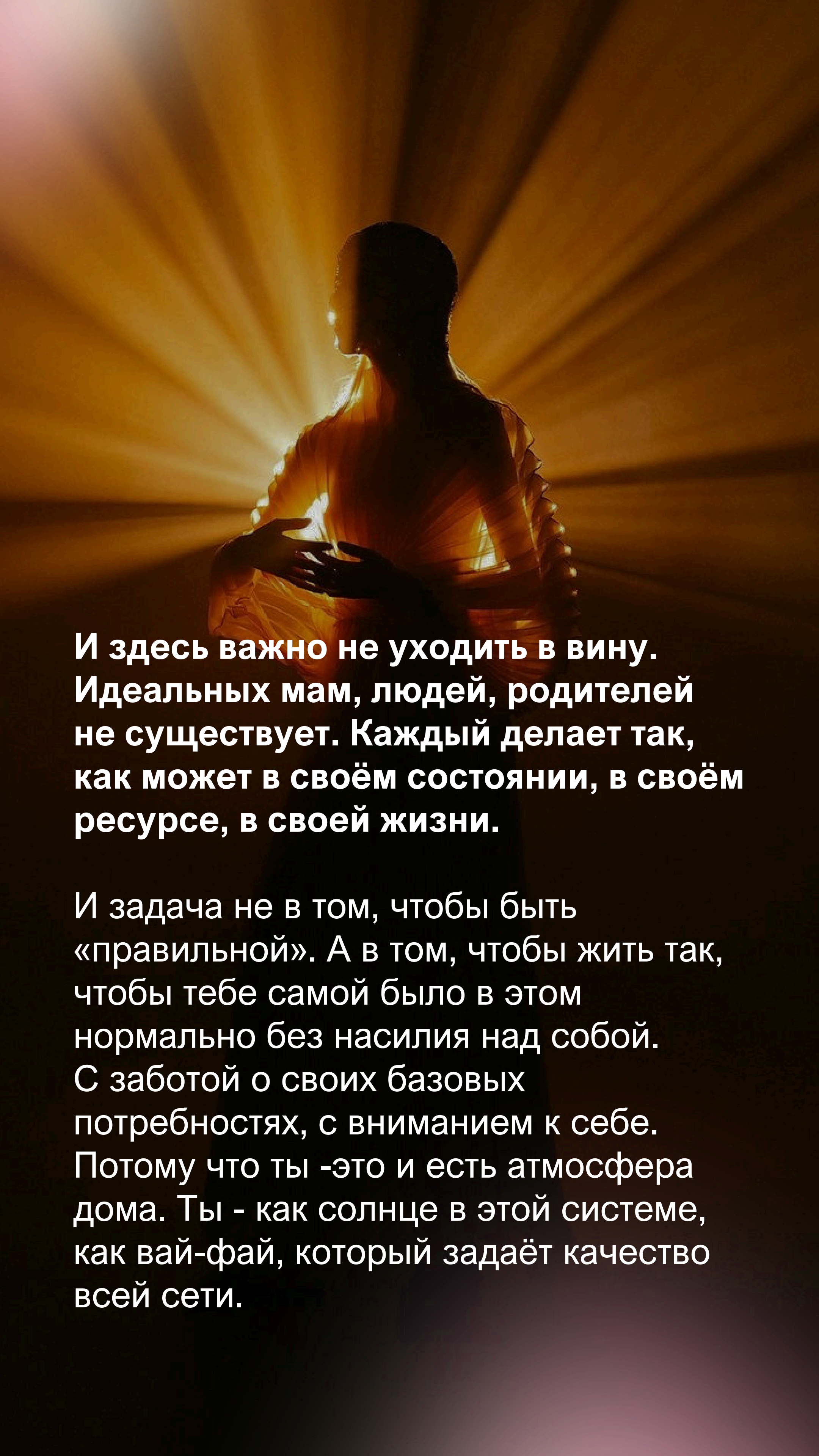
- чтобы ребёнок был здоров - начни с себя
- чтобы развивался - развивайся сама
- чтобы уважал - сначала научись уважать себя
- чтобы жил с интересом - посмотри, есть ли он в твоей жизни

С детьми не работает «я сказала - ты сделал». Они считывают не слова и инструкции, а состояние.

И в итоге они повторяют не то, чему ты их учишь, а то, какой ты каждый день.

Поэтому инвестиция женщины в своё состояние - это не про эгоизм и не то, что можно отложить на “потом”.

Это база для всех: для детей, для отношений, для атмосферы в доме.



И здесь важно не уходить в вину. Идеальных мам, людей, родителей не существует. Каждый делает так, как может в своём состоянии, в своём ресурсе, в своей жизни.

И задача не в том, чтобы быть «правильной». А в том, чтобы жить так, чтобы тебе самой было в этом нормально без насилия над собой. С заботой о своих базовых потребностях, с вниманием к себе. Потому что ты -это и есть атмосфера дома. Ты - как солнце в этой системе, как вай-фай, который задаёт качество всей сети.



МАДИНА СЫПАТАЕВА

- Предприниматель, юрист, создатель образовательных проектов
- Я больше 20 лет работаю в корпоративном праве и бизнесе, сопровождаю крупные сделки и инвестиционные проекты и сама много лет остаюсь предпринимателем.
- Я создала Atlas — Академию антихрупких подростков и 6 лет развивала её.
- Сегодня я — сооснователь Nota School, первой демократической школы в Астане.
- Параллельно я остаюсь практикующим корпоративным юристом и управляющим партнёром Linkage & Mind
- Мама 15-летней дочери



Чем я могу быть полезна?

- 01 / ЕСЛИ ТЫ ПОДРОСТОК

Профессия, поступление, проекты, предпринимательство, развитие. Не будем искать один «правильный» ответ — посмотрим, что можно попробовать уже сейчас.

- 02 / ЕСЛИ ВЫ РОДИТЕЛЬ

Учёба, мотивация, самостоятельность, границы, выбор будущего. Разберём конкретную ситуацию и посмотрим, что в ней можно изменить.

- 03 / ЕСЛИ ВЫ В ТОЧКЕ «А ЧТО ДАЛЬШЕ?»

Новая работа, проект, учёба, свой бизнес или другой образ жизни. Расширим поле вариантов и найдём следующий ход, который хочется проверить жизнью.

- 04 / ЕСЛИ ВОПРОС ПРО БИЗНЕС

Сделки, инвесторы, финансирование, контракты, партнёрства, корпоративная структура и инвестиционные проекты.



+7 7080715859

(нажмите на кнопку WhatsApp)