

## **Истерика, или Зачем мне надо, чтобы жизнь разваливалась на куски? (Лайф-коучинг)**

– Стиральная машинка сломалась в четвёртый раз за последний месяц! И я уже неделю не могу дождаться мастера! В колл-центре потеряли мою заявку! Моя банковская карта заблокирована, и я осталась без копейки! Проклятый «Американ экспресс» нигде не принимают! А ведь начались распродажи! Выходя из машины, я сорвала ноготь до крови! Вечером поругалась с мужем до слёз. Сходила на «расстановки» и, выполняя «высокооплачиваемую лёгкую работу», заболела так, что утром не смогла встать...

У меня самая настоящая истерика.

– Да что это такое, в конце концов?! За что мне всё это? Или для чего?

Болит спина. Я глубоко обижена на весь мир. Кругом одни уроды. Больная страна.

*– И... Что во всём этом есть такого ценного для тебя? Что такого ценного получаешь ты, когда твоя жизнь разваливается, а ситуации всё сильнее и сильнее затягивается петлёй на шее?*

– Для меня? Я что, совсем чокнулась, что хочу остаться без денег, с кровоточащей ногой, парализованной от боли спиной, плюс бьющейся в истерике при общении с очередными диспетчерами центра ремонта стиральных машин?

*– И всё же? Зачем тебе это?*

– Это что, урок, чтобы я чему-то научилась?

## Истерика, или Зачем мне надо, чтобы жизнь разваливалась на куски

Автор: admin

11.07.2011 16:43 - Обновлено 29.10.2014 09:23

---

– Конечно, вся наша жизнь – урок. И было бы неплохо сделать нужные выводы и в этой ситуации. Но, кроме урока, есть еще что-то очень ценное для тебя в сложившейся ситуации – то, ради чего ты закручиваешь это поле вокруг себя.

– ??

– Что хочешь-то?

– Ну... Понятно чего. Чтобы машинка работала, деньги были. Я была здорова, муж любил...

– Хорошо... А сию секунду что хочешь? Всё это время истерик и возмущений чего именно хотела? Так сильно, что просто мочи нет?

– Да поубивать их всех хотела! Вот что! И мастера, и диспетчеров, и банки, и мужа заодно...

– Поскандалить, что ли, хотела? И чем громче, ярче, тем лучше? И что, были веские основания для всего этого?

– Наверное... Злости во мне много накопилось. Агрессии непочатый край. Я что же, хотела поругаться, просто искала, с кем?

– Возможно. Мир очень отзывчив на наши запросы.

– Ещё хотела, чтобы пожалели, посочувствовали...

– А сейчас сколько в тебе агрессии и злости – и сколько желания, «чтобы посочувствовали»?

– Ну, есть ещё...

– А что бы ты могла сделать, чтобы реализовать своё желание выговорить агрессию и получить сочувствие?

– На форуме сейчас напишу – какие уродские делают стиральные машинки, какие козлы их продают и какие придурки ремонтируют.

– Отлично.

На форуме я написала. Там и посочувствовали, и дали возможность поругаться, наши форумы – они ж дружелюбные. Легче мне стало намного. Через полчаса позвонили из колл-центра, извинились, и мастер пришёл на следующий день.

Когда он пришёл и, посмотрев на три заполненных гарантийных талона, отказался ремонтировать машинку, **я представила себя рекой и всеми силами сосредоточилась на том, что же я хочу** от этого мастера **на самом деле**.

Я не хочу скандалить, обвинять его во всём, что приключилось с моей машинкой. Не хочу давить на жалость и просить сочувствия к страданиям женщины, стирающей руками. Я не хочу строить из себя крутую феминистку и угрожать ему законами о правах потребителей.

Я просто хочу, чтобы машинка работала и стирала бельё.  
О чём я ему и сказала. В смысле, вторую часть.

## Истерика, или Зачем мне надо, чтобы жизнь разваливалась на куски

Автор: admin

11.07.2011 16:43 - Обновлено 29.10.2014 09:23

---

«Я просто хочу, чтобы она работала и стирала бельё», – сказала я тоном реки, которая просто течёт. Течёт, никому ничего не доказывая, не обвиняя и не угрожая. Просто течёт.

Он заменил нужные детали, долго проверял, хорошо ли всё работает. Рассказал мне о своей трудной жизни, о колл-центрах, о диспетчерах и о том, что он хороший мастер. Оставил мне свой сотовый и долго собирался, прежде чем уйти.

Хорошо быть рекой.

И хорошо точно знать, чего она хочет, когда собирается выйти из берегов.

Автор - Ирина Дыбова

[Источник](#)