Автор: admin
16.07.2011 13:37 - Обновлено 30.10.2014 04:37

Как стать несчастной? Вредные советы женщинам - дырка от бублика и умная Эльза

Как хочется иногда пожалеть себя, бедняжку! Только вот вроде бы не за что… Не огорчайтесь: поводы для жалости к себе можно найти всегда, и в большом количестве. Вспомним хотя бы Эрика Берна, «Игры, в которые играют люди». Из великого множества психологических игр любая женщина (да и мужчина тоже) может подобрать для себя что-нибудь подходящее. О мужчинах поговорим как-нибудь в другой раз. Сегодня наши вредные советы адресованы представительницам прекрасного пола.

Игра первая. «Дырка от бублика»

Пожалуй, самая популярная игра для замужних дам – «Дырка от бублика» (другое название – «Неидеальный муж»). Подчёркиваю: муж в игре не участвует! Достаточно того, что он есть. Главное в игре – видеть только недостатки спутника жизни и не замечать достоинств, то есть видеть дырку, не замечая бублика.

Например, если муж – доктор наук, профессор, лауреат и почётный академик, можно вслух сожалеть о том, что он совершенно не следит за модой и к тому же у него до сих пор нет чёрного пояса карате. Если муж обходителен и предупредителен до такой степени, что каждое утро подает супруге кофе в постель, – он, безусловно, заслуживает порицания: еще бы, ни разу в жизни не повысил на жену голос, не говоря уж о том, чтобы поднять на нее руку! Если же ваш супруг с лёгкостью завязывает кочергу в узел и гнёт пальцами пятаки, а внешностью и манерами напоминает грибоедовского Скалозуба или гоголевского Собакевича – ну, как не упрекнуть его в незнании доказательства теоремы Ферма, а также поэзии средневековых провансальских трубадуров?

Чувствуете, какой открывается простор для творчества? Хозяйственный мужик, золотые руки, дом его стараниями превратился в полную чашу – зато в художественный салон на выставку или в филармонию на скрипичный концерт его калачом не заманишь. Душа общества, завсегдатай светских тусовок, остроумен, обаятелен, элегантен, хорош собой, способен очаровать кого угодно – но ленив, легкомыслен и абсолютно равнодушен к собственной карьере; а разве можно в наше время ни к чему не стремиться? Серьёзный, положительный, уникальный специалист в своей профессии – а дома гвоздя не вобьёт, отговариваясь тем, что он, видите ли, микрохирург и должен беречь руки. Одним

словом, сколько бубликов, столько и дырок. Выбирайте на вкус.

Игра вторая. «Умная Эльза»

Помните сказку братьев Гримм про Умную Эльзу? Спустилась Эльза однажды в погреб, чтобы угостить пивом своего жениха Ганса, а одна ступенька оказалась гнилой. Оступилась девушка, да как расплачется: «Ах, если бы мы с Гансом были женаты, да родился бы у нас сынок, да подрос бы он, да послали бы мы его в погреб за пивом, а ступенька-то подломилась бы, и наш сынок упал бы и разбился… Ах, горе, горе!..» Послушали эти речи жених да отец с матерью и говорят: «Ах, какая наша Эльза умная! Ведь и впрямь ребёночек-то убился бы! Вот беда!» И стали плакать все вместе…

Разве мы порой не уподобляемся персонажам этой сказки? Ах, как будет ужасно, если нас ограбят и убьют, а дом подожгут! Какая страшная катастрофа произойдёт, если наш ребенок плохо выучит сегодня уроки: он нахватает двоек, не сдаст ЕГЭ, не поступит в институт, попадёт в армию, а там непременно станет жертвой дедовщины или, того хуже, погибнет в «горячей точке»… Какими умными и предусмотрительными кажемся мы себе, рисуя в воображении картины страшного будущего: ну, точь-в-точь гриммовская Эльза!

Игра третья. «Ей-то хорошо!»

Обычно психологи называют эту игру «Она (он) лучше», но это название кажется не совсем точным. Дело в том, что ту (того), кому я завидую, я никогда не считаю лучше себя. Просто ей больше повезло в жизни, хотя она этого везения ничем не заслужила.

…Ей-то хорошо, у неё и родители любящие, и муж – заботливый и состоятельный, и ребёнок – вундеркинд, и квартира просторная, в хорошем районе, и фигура у моей соперницы, как у топ-модели, и одевается она по последней моде. А я, несчастная, выросла в неблагополучной семье, замуж вышла за эгоиста с копеечной зарплатой, ребёнок – весь в отца, лодырь и двоечник, ютимся мы в однокомнатной «хрущобе» на окраине города, и к тому же я никак не могу сбросить два десятка лишних килограммов, и носить мне приходится нечто дешёвое, бесформенное, купленное в «сэконд-хэнде». И так далее, и тому подобное…

Лучше всего составить таблицу – так будет нагляднее. Пополнять её можно бесконечно. Подойдут любые ценности, как материальные, так и духовные, которыми ваша соперница обладает, а вы – нет. В «её» графу можете записать, например, машину-иномарку и абсолютный музыкальный слух, а в «свою» – проездной билет на трамвай и медведя, наступившего вам на ухо ещё в далёком детстве. Составление такой таблицы – дело совсем не сложное, навык вырабатывается очень быстро. Как говаривал известный политик, главное – начать, а там уж процесс пойдёт.

Наилучшим образом для роли счастливой соперницы подходит какая-нибудь успешная одноклассница, ставшая чемпионкой Олимпийских игр, профессором, известной писательницей (художницей, актрисой), депутатом, королевой красоты или женой иностранного миллионера. Если таковой нет – не расстраивайтесь, игре это не помешает. Успешность – понятие относительное. Пусть красота вашей соперницы удостоилась признания не в мировом масштабе, а всего лишь в масштабах вашей конторы. Пусть у нее нет никаких учёных званий, а «профессор» – это просто школьное прозвище отличницы, безотказно выручавшей подруг на уроках подсказками и шпаргалками. Пусть актриса не получила «Оскара», а только снялась в рекламном ролике, посвящённом новому сорту жевательной резинки или стирального порошка. Пусть, наконец, муж соперницы никакой не иностранец и уж тем более не миллионер – дело совсем не в этом. Главное – произнести с чувством: «Ей-то хорошо!», подразумевая при этом: «А вот мне плохо». И самой в это поверить.

Автор - **Марина Вечерская**

Источник