

Опоздания как способ выражения скрытой агрессии.

Автор: familyomsk

20.07.2020 08:50 - Обновлено 20.07.2020 09:01

Опаздывать, не приходить вообще, приходить на два часа позже «по уважительной причине» или под конец всего мероприятия – это один из способов предъявления своей агрессии. На вас рассчитывают. Люди ждут, злятся, переживают, тратят своё время, находятся в подвешенном состоянии, у всех нервы на пределе. Тем, к кому вы опаздываете, хочется вас убить. Опоздавший невинно хлопает глазами, очень обижается, когда его справедливо обвиняют в опоздании. Вот она, скрытая агрессия – человек делает гадость, какой-то агрессивный выпад, но ответственности за это не берёт. Часто искренне не понимает, что происходит – ведь он старается, собирается, делает всё возможное, но пространство так организуется, что никак не удаётся прийти, доехать, прийти вовремя.

Что человек испытывает на самом деле, когда опаздывает?

1. Это может быть страх (я не хочу приходить, потому что боюсь);
2. Тревога (не нравится мне всё это...);
3. Злость (я не хочу приходить, потому что обижен);
4. Презрение (ничего, подождут...);
5. Зависть (опять они будут умные сидеть);
6. Потеря смысла (просто потеря времени, совершенно бессмысленная формальная встреча).

Поисследуйте природу своих опозданий и наблюдайте за собой

Опоздания как способ выражения скрытой агрессии.

Автор: familyomsk

20.07.2020 08:50 - Обновлено 20.07.2020 09:01

1. Где происходит “щелчок”, и вы выпадаете из времени?

2. Какой момент сборов для вас самый сложный?

3. Что там, куда вы собираетесь?

4. Что там вас пугает, отталкивает, вызывает тревогу?

5. Чему вы “оказываете сопротивление”? Что пытаетесь оттянуть?

Если вам удастся выявить механизм опозданий и мотивы, им движущие, то возможно, у вас получится «победить» свои опоздания.