



Еще с детства нас приучают к чистоте и порядку в доме. И кто-то убирает с удовольствием и легкостью, а для кого-то это страшные муки. Возможно это всего лишь лень-матушка, а может и психологическая проблема.

Когда человек постоянно старается все держать в чистоте, и малейшее отклонение от «нормы» доставляет ему сильный стресс, то здесь нужно уже задуматься, все ли с вами в порядке. Сверхмерная аккуратность, возможно, стоит за микрофобией – боязнью микробов. Данная стадия невроза вызывает постоянную борьбу с бактериями, иногда не только с болезнетворными. Это может привести к различным неблагоприятным последствиям.

Ненадолго вспомним всем известного дядюшку Фрейда. Он утверждал, что аномальное стремление к чистоте – признак неудовлетворенности. Но неудовлетворенность не обязательно подразумевается в сексуальном плане. Осознав это, нужно незамедлительно переключиться с уборки на проблемы в жизни как внутри себя, так и снаружи.

Но если сильно не впадать в крайности, но уборка может нести даже некий психотерапевтический эффект. Если есть желание начать новую жизнь, то начните с уборки квартиры, или хотя бы с уборки рабочего стола. Этот прием на подсознательном уровне дает толчок к новым переменам.

Отличный вариант избавиться от негативных эмоций, перевести их на наведение порядка. Скажем так, с пользой для дела. А результат чистоты пополнит заряд положительных эмоций.

Еще один прием навести порядок не только в квартире, но и в голове. Перекладывая вещи с места на место, выравнивая статуэток на полке или картины на стене, также подсознание работает вместе с вами, упорядочивая мысли и эмоции. Таким образом, порядок наводится и в материальном, и ментальном плане.