

# Берегись автомобиля

У меня есть права, деньги на авто и сильнейшее желание ездить. Но я не покупаю машину, потому что боюсь сесть за руль

**Кристина Ярская**

Интересно, это психологическая проблема или недостаток мотивации на покупку автомобиля? Это мы и решили выяснить вместе с коучем Еленой Нечаевой.

## Запрос: хочу избавиться от страха сесть за руль

### Профилактика мотивов

Лена начертила круг, разделив его на восемь долек, и спросила, из чего складывается мое отношение к машине. Провели инвентаризацию, так сказать.

- \* Машина уже есть у мужа.
- \* У меня есть средства на покупку автомобиля.
- \* Права получила три года назад и уже забыла, как ездить.
- \* Завидую теткам за рулем.
- \* Страх сесть самой за руль, особенно в городе.
- \* Машина – это часть имиджа.
- \* Своя машина — это независимость, надоело просить всех.
- \* Еще это удобно, особенно когда проливной дождь.

Лена: Что поставим на первое место из этих пунктиков?

Я: Права, я всегда ношу их с собой в кошелечке. Вдруг надо будет кого-то везти. Или использую их как замену документов.

Лена: Когда они могут тебе понадобиться?

Я: Например, муж напился, и мне надо доставить его домой. Или вдруг понадобится моя помощь, если водитель ранен и не может сам вести машину. Или другая какая-нибудь критическая ситуация.

Лена: Получился интересный список минусов. Если у тебя такие экстремальные мотивы, то и внутренний настрой соответствующий: когда ты садишься за руль, то либо муж пьяный, либо водитель раненый. Ты же не хочешь этого, поэтому и не садись за руль. Давай найдем позитив.

Я: Да, как-то выглядит не очень. Но вот есть один положительный мотив. Когда муж в командировке, а мне очень хочется поехать на озеро, то я, пожалуй, сяду за руль. Или нет, наверно, скорее всего, начну искать, кому упасть на хвост или совсем не поеду. Как-то грустно.



### Визитка

Елена Нечаева – профессиональный коуч (ICF).

Тел. +7-902-266-86-41  
Сайт [www.neacoach.ru](http://www.neacoach.ru)