

ТИПЫ  
ЛИЧНОСТЕЙ

ЕВГЕНИЯ КАПЕЛЛА

# Кто вы есть?

ОТ манипулятора ДО альтруиста



ВСЕ

Евгения Капелла

**Кто вы есть? От манипулятора  
до альтруиста. Типы личностей**

ИГ "Весь"

2017

УДК 159.9  
ББК 88.6

## **Капелла Е.**

Кто вы есть? От манипулятора до альтруиста. Типы личностей /  
Е. Капелла — ИГ "Весь", 2017

ISBN 978-5-9573-3176-6

Я уверена, что каждый житель планеты Земля хотя бы раз задумывался о том, что ему сделать для привлечения радости и благополучия в свою жизнь. И здесь никакой магии – всего лишь простая наука психология и ее законы, действующие в реальной жизни. Ведь наши модели поведения – это годами сложившиеся программы взаимодействия с внешним миром, и если определить свой тип и «взломать» его, возможно практически все. Благодаря этой книге вы определите свой тип личности и узнаете:• в чем секрет природного человеческого магнетизма;• как одни люди манипулируют другими;• какие подсознательные программы несут человеку счастье, а какие разрушение и как их выявить у себя;• в чем секрет профессионального успеха и есть ли у человека предназначение;• что такое болезнь и почему она приходит.

УДК 159.9  
ББК 88.6

ISBN 978-5-9573-3176-6

© Капелла Е., 2017  
© ИГ "Весь", 2017

# Содержание

Введение	7
Часть I. Диагностика уровня зрелости на основе структуры личности	8
Глава 1. Категория «Дети»	10
Глава 2. Игры «Детей»	14
Конец ознакомительного фрагмента.	23

# Евгения Капелла

## Кто вы есть? От манипулятора до альтруиста

© ОАО «Издательская группа «Весь», 2017

\* \* \*



*Дорогой читатель!*

Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа – свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой – это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпринимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о ближних, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

Искренне Ваш,  
Владелец Издательской группы «Весь»  
Пётр Лисовский



*Моей любимой маме посвящается*

## Введение

Человечество всегда хотело узнать секрет счастья, успеха и процветания. Наверное, каждый житель планеты Земля хотя бы раз задумывался о том, что ему сделать для привлечения радости и благополучия в свою жизнь.

В этой книге будут даны ответы на множество актуальных вопросов:

- В чем секрет природного человеческого магнетизма?
- Как одни люди манипулируют другими?
- Что такое настоящая любовь и как привлечь ее в свою жизнь?
- Какие типы партнеров (мужчин и женщин) бывают и как люди встречают свою вторую половинку?
- Какие подсознательные программы несут человеку счастье, а какие разрушение и как их выявить у себя?
- В чем секрет профессионального успеха и есть ли у человека предназначение?
- Что такое болезнь и почему она приходит?
- Как воспитать счастливого ребенка и в чем состоит долг перед родителями?

Метод обнаружения «кода судьбы» основан на выявлении уровня личностной зрелости человека по нескольким направлениям: профессия, личные отношения, отношения с родителями и детьми, здоровье. Никакой магии и волшебства! Всего лишь простая наука психология и ее законы, действующие в реальной жизни.

В данной книге приведены три основные категории внутреннего развития личности: «Дети», «Подростки», «Взрослые», которые не связаны с биологическим возрастом и относятся к совершеннолетним людям.

Наши модели поведения – это годами сложившиеся программы взаимодействия с внешним миром. Об обратной реакции как способе оценить эффективность своих глубинных установок задумываются далеко не все. Чаще люди сетуют на то, что есть некий ужасный человек, который им все портит.

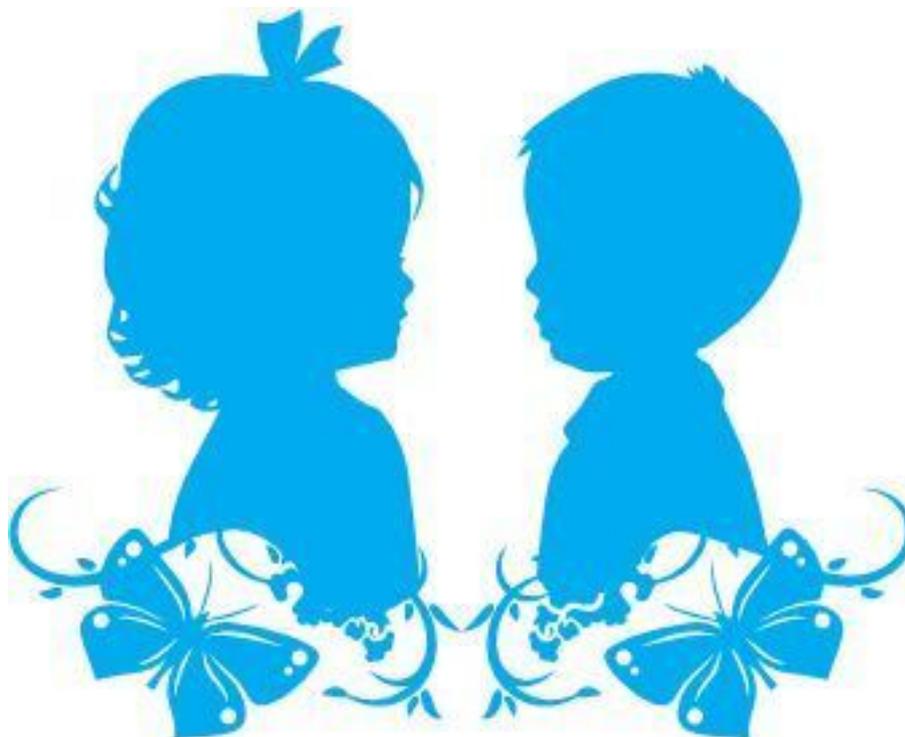
Существует и та категория людей, которая все же анализирует ситуацию, пытается увидеть и пристально рассмотреть все бревна в своих глазах, но как изменить ход вещей, не знает.

Однако у жизни есть такой замечательный инструмент для быстрого личностного роста, как кризис!

Дело в том, что человек в состоянии стресса готов на все, лишь бы избавиться от боли и почувствовать себя успешным. Именно в этот период он может сломать непродуктивные модели поведения и изменить мировоззрение.

Эта книга поможет читателям изучить не только себя, но и свое окружение, понять, какие мотивы движут людьми, разоблачить их психологические игры, а также узнать истинные причины жизненного кризиса.

## Часть I. Диагностика уровня зрелости на основе структуры личности



Люди, пересекшие рубеж юности, могут находиться на разных уровнях личностной зрелости. В этой книге будут рассмотрены три ступени развития взрослого человека: «Дети», «Подростки», «Взрослые», которые не связаны с биологическим возрастом.

Одна и та же личность может фрагментарно (частично) относиться к двум или даже трем группам. Это абсолютно нормально! Почему такое возможно? Дело в том, что внутренний мир человека – это постоянно меняющаяся, подверженная различным внешним воздействиям и глубинным озарениям субъективная реальность, которая руководит его поступками.

Описание категорий личностной зрелости основано на одинаковых параметрах, заданных для каждой из них. Данная характеристика поможет схематично отнести конкретного человека к одному, двум или даже трем уровням.

Таблица № 1. Категории типов личностей по уровню личностной зрелости

№	Наименование	Особенности
1	Категория «Дети»	Эгоистичны, в отношениях ориентированы на то, чтобы брать, перекладывая ответственность на других
	Особая группа «Псевдовзрослые» (таланты, носители славы, злые гении)	«Дети», которые умеют притворяться зрелыми личностями

№	Наименование	Особенности
2	<b>Категория «Подростки»</b>	Умеют выстраивать гармоничные отношения, знают законы взаимного энергообмена, готовы брать и отдавать. Самостоятельные, целеустремленные и ответственные
2.1	<b>Подтип «Условно подростки»</b>	Имеют сознание «Подростков», однако, не обладая навыками экологических моделей поведения, выбирают игры «Детей» как способ общения
3	<b>Категория «Взрослые»</b>	Люди с хорошо развитыми моральными и нравственными принципами, которые часто руководствуются высшим долгом, а не личными целями и стремлениями. Всегда готовы отдавать больше, чем брать
3.1	<b>Подтип «Условно взрослые»</b>	Умеют отдавать, но, в отличие от «Взрослых», не могут принимать в ответ, что нередко приводит к тому, что данная категория людей становится донорами для энергетических «вампиров»

## Глава 1. Категория «Дети»

«Дети» отождествляют себя с внешним миром. Людям, принадлежащим к данной категории, все время чего-то не хватает. В их проблемах кто-то виноват. Сами они уверены в том, что либо ничего не могут изменить и не располагают необходимыми возможностями, либо им подвластна вся вселенная и все должно подчиняться их воле.

«Дети» боятся и не понимают одиночества, от которого бегут. С ними все время должен быть кто-то рядом. Решения в основном принимают либо исходя из советов окружающих (если подсказка оказывается неудачной, то обвиняют во всем советчика), либо авторитарно, не приемля никаких возражений.

Внутренний мир таких людей – полная неразбериха (хаос). Человек не понимает, что для него благо, а что вред. Реакция на кризисную ситуацию, как правило, следующая: *«Это несправедливо!»*, *«Почему я? В этом виноваты другие!»*, *«Где же этот Бог?»*

### Задачи данного уровня:

- обнаружить и осознать свои разрушающие программы (страхи, внутренние ограничения, комплексы);

- уйти от паразитической формы общения;

- понять, что жизнь – это не страдание или наслаждение, а развитие.

**Кто я?** *«Тот, кто в центре внимания!»*, *«Всем почему-то есть дело до меня, моей внешности, неуверенности в себе, мыслей, чувств!»*, *«Что вы все время на меня смотрите?»*, *«Меня все обсуждают!»*

**Роль:** брат.

**Ожидания от другого:** *«Он(а) должен(а) поступать так, как я хочу!»*

**Понятие об ответственности:** не желают нести ответственность сами, перекладывают ее на других людей, на внешнюю среду.

**Установки:** *«У меня проблемы потому, что кто-то в этом виноват!»*

**Модель общения:** подавление-подчинение.

**Наблюдаются две главные роли:** активный собеседник, который пытается навязать свою точку зрения, и пассивный, кто принимает чужое видение. Роли могут меняться. Используются различные способы давления: от лести до агрессии.

**Отношения к эмоциям:** *«Я есть мои эмоции!»* Проблемы с самоконтролем либо подавление эмоций на благо социальным и нравственным нормам.

**Отношение к критике:** *«Я всегда прав(а)!»* Критику переносят крайне враждебно и болезненно или делают вид, что принимают (хотят выглядеть хорошими), но на деле отрицают замечания.

**Установки в отношениях:** *«Я хочу получить!»*, *«Мне должны!»*, *«Они такие плохие потому, что не понимают меня (не ценят)!»*

**Сила воли:** отсутствует. Здесь наблюдается парадокс, когда женщины и мужчины могут работать в поте лица, но при этом им трудно проявить усилие и соблюдать, к примеру, диету, отказаться от вредных привычек (курение, употребление спиртного), регулярно посещать спортивные занятия и т. д.

**Отношение к собственному телу:** заикленность на теле. Здесь можно выделить две основные группы:

1. **«Обожающие»** – сконцентрированы на своем теле. Сюда же входят и те, кто любит свою внешность, но при этом все время пытается в ней что-то изменить. К данной категории относятся люди, злоупотребляющие пластическими операциями, диетами (возможно анорексия/булимия), макияжем и иными мерами;

2. **«Ненавидящие»** – отрицательно относятся к своему телу. Пренебрегают собой и не ухаживают за внешностью или считают себя уродливыми (не нравится лишний вес или, наоборот, худоба, лицо, бедра, живот и т. д.).

**Отношение к возрасту:** отторгают свой биологический возраст. Здесь можно выделить две основные группы:

1. **«Зацикленные на молодости»** – не принимают свой возраст. Женщины пытаются искусственно походить на девочек (одежда, макияж, манера поведения), а мужчины на парней. Люди, входящие в данную категорию, нередко прибегают к кардинальным мерам по удержанию молодости (чрезмерное использование услуг пластической хирургии, иные методы);

2. **«Не знающие свой возраст»** – не осознают себя в каком-то возрасте. Обычно женщины из данной категории либо вовсе не следят за собой, либо выбирают стиль одежды, делающий их старше. Мужчины тоже «не идут в ногу со временем» (молодые старички).

**Отношение к смерти:** полярное. Либо имеется страх умереть, либо есть желание принять смерть как избавление от мук и страданий (в том числе готовность совершить самоубийство). В случае, когда есть сильный страх смерти, могут возникнуть различные идеи по поиску эликсира (способа) для вечной жизни.

**Главные ценности.** В категории «Дети» можно выделить две группы: «жаждущие» – те, кто хочет всего и сразу; «отрицающие» – те, кто боится иметь какие-либо блага.

#### 1. «Жажущие» хотят:

- материальных благ (безудержная корысть и жадность).

**Установки:** *«Я чувствую себя ничтожеством без шубы (дорогих украшений, машины и т. д.)!»*, *«Тот, у кого нет определенных материальных благ и вещей, – никто!»*, *«Если ты мне купишь то, о чем я мечтаю, я буду любить тебя еще сильнее!»*;

- славы ради славы (многие готовы на любые нелепости и глупости).

**Установка:** *«Вкус жизни – это слава и популярность!»*;

- власти в качестве способа управления, контроля и устрашения других людей.

**Установки:** *«Я вам всем покажу!»*, *«Вы у меня еще поплачете!»*

#### 2. «Отрицающие» боятся:

- материальных благ.

**Установки:** *«Деньги – источник зла»*, *«Все беды от денег!»*, *«Большие деньги не могут быть честными!»*;

- внимания со стороны окружающих.

**Установки:** *«Пусть другие совершают подвиги, а мне и в уголке неплохо!»*, *«Главное, чтобы меня не трогали!»*;

- власти как источника стресса.

**Установки:** *«У меня не получится»*, *«Я не лидер от природы»*, *«Мне много не надо!»*

### Подтип категории «Дети» – «Условно дети»

#### Особенности

Подавление эмоций на благо социальным и нравственным нормам. Имеют высокий уровень самосознания, но плохо владеют методами выражения чувств. Их либо заносит, и они не могут остановиться, либо они подавляют свои эмоции, боясь, что те выйдут из-под контроля, а чувства не найдут взаимности.

**Модель общения:** *«Я хочу отдать, но для того, чтобы взять!»*

У данной категории людей есть потребность отдавать, но из-за незнания экологических моделей взаимного общения они делают это с целью взять, что больше походит на приманку. Так они обманывают свою совесть, которая у них хорошо развита.

## Особая группа категории «Дети» – «Псевдовзрослые»

### *Особенности*

По своим качественным характеристикам – это все те же «Дети», однако у них есть некоторые особенности. Здесь можно выделить три категории: «Таланты», «Носители славы» и «Злые гении».

### *1. «Таланты»*

Это яркие, страстные, безудержные натуры, охваченные желаниями и ведомые непомерными амбициями. Они переполнены эмоциями, которые бурлят в них, словно взрывоопасное вещество. Им то весело, то грустно; хочется то обнять весь мир, то сбежать подальше. Такие перепады могут привести к серьезным проблемам со здоровьем, к разного рода химическим зависимостям, игромании, нарушениям психики, депрессиям, повышенной утомляемости и т. п. Те, кто не в силах преодолеть борьбу с собственным противоречивым характером, желаниями и зависимостями, нередко умирают в молодом возрасте – сгорают, как свеча.

Однако той категории «Талантов», что выбирает путь личностного роста, удается подняться на более высокие уровни и реализовать свои способности, уже будучи «Подростком» или «Взрослым», получив счастье и удовлетворение, а не разрушение.

В противном случае их ранимые и чувствительные души страдают в клетках вирусных моделей поведения. Вместо заслуженной награды за свои труды они получают от мира удар за ударом. Любовь нередко бывает печальной историей, здоровье подводит, друзья предают! Они мучаются и не могут понять, в чем их боль!

*Ярким примером такого «Таланта» является великий русский поэт и прозаик Михаил Юрьевич Лермонтов. Сколько гениальности, чуткости и пронизательности в его произведениях! Казалось бы, судьба такого умного и понимающего человека должна сложиться счастливо, однако... Друзья и соратники Лермонтова описывали его как человека вспыльчивого, любящего зло подшутить над другими, за что он в конце концов и поплатился. Убийцей Лермонтова стал его хороший знакомый Николай Мартынов, не снесший очередного оскорбления в свой адрес и смертельно ранивший поэта на дуэли.*

*Может, страшная участь, боль и жизненная драма – цена таланта? Нет! Цена страданий – это эгоистические установки, страхи и личностная незрелость, которые пытаются затмить свет яркой души! Гениальность – огромная ответственность, ноша, которая под силу лишь зрелому человеку!*

### *2. «Носители славы»*

Это тоже яркие личности в лучах славы. Но, в отличие от «Талантов», не блистающие выдающимися способностями! За что же им такая популярность? За умение имитировать «Взрослое» (зрелое) поведение и «сажать на крючок» при помощи манипуляций таких же «Детей», как они сами! Это шоу-деятели, скандаловыдумщики, пиаропродвигатели, умеющие выжать все до последней капли славы из любого происшествия своей жизни.

*Одними из представителей данной категории являются участники всевозможных реалити-шоу.*

### *3. «Злые гении»*

В данную категорию входят харизматичные, умные и гениальные люди со злым умыслом относительно мира и людей! Они жаждут власти, материальных благ, славы и готовы получить это любыми, пусть даже и кровавыми способами. Жестокость, граничащая с наслаждением от чужих страданий, – их излюбленный метод достижения целей. Они хитры, дальновидны,

обладают способностями великого манипулятора, часто действуют исподтишка, злопамятны, бескомпромиссны и до крайности обидчивы. Когда таким людям удастся прийти к власти, это оборачивается для мира тяжелыми временами, войнами и террором.

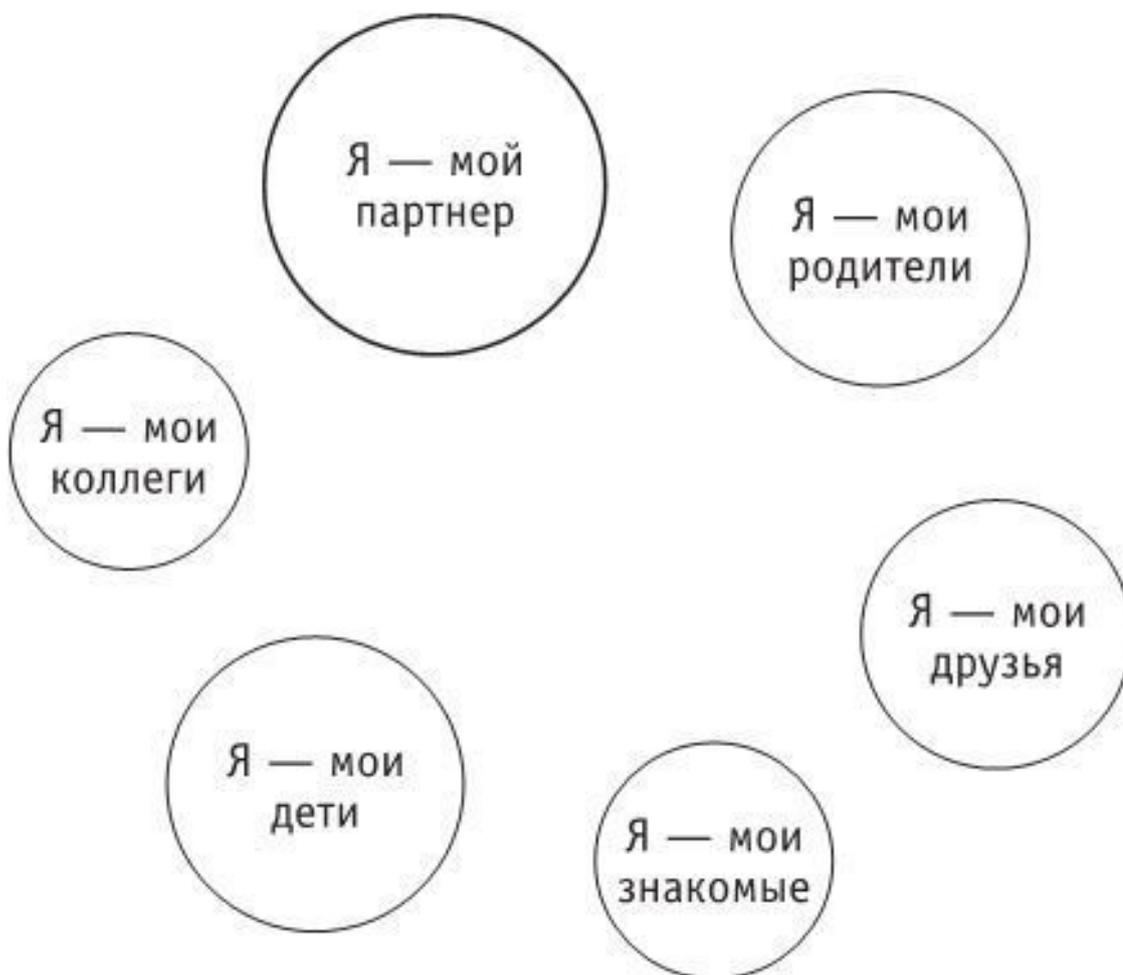


Рис. 1. Восприятие «Детьми» окружающего мира – «Рабовладельческий строй»

**Установки:** «Я – это они!», «Мне принадлежат другие!», «Другие люди – источник моего счастья, благополучия, успеха, достатка! Другие люди – это причина моих неудач, несчастий, страданий!», «Я знаю, как и кому нужно жить!»

У людей из категории «Дети» происходит подмена собственной жизни жизнью других людей. Им есть дело до всех и каждого. Они не выделяют себя как нечто самостоятельное, а соотносят с другими.

## Глава 2. Игры «Детей»

Люди из категории «Дети» выстраивают свои отношения с миром по определенным схемам – играм. Игра – это программа поведения человека, в которой всегда существует корыстный мотив, направленный на получение определенных материальных и социальных благ, удовлетворение глубинных установок и (или) получение желаемого статуса (роли).

В играх часто имеется диссонанс между истинными целями и внешним преподнесением определенных действий, желание выдать одно за другое. Нередко люди на самом деле не осознают свои настоящие мотивы, вытесняя их в подсознание. Зачастую обнаружение глубинных установок вызывает у человека чувство стыда и отрицание очевидного.

### Игра «Великий Я»

**Установка:** *«Да я! Да я вас всех!»*

В центре данной игры – раздутое чувство собственной значимости. Человек, не блестящий умом или какими-либо талантами, жаждет внимания и признания. Он готов стоять насмерть за то, чтобы ему выражали особое почтение.

Люди данной категории мечтают быть начальниками, но в силу отсутствия у них возможности продвижения по социальной лестнице присваивают себе значимые статусы.

Истинным мотивом такого поведения является желание заглушить обиду на мир и человечество, прикрыть заниженную самооценку и завуалировать страх от ощущения себя «маленьким человеком».

**Рекомендации:** вами руководит страх!

Что за обиды вас гложут? Зачем вы тратите свою жизнь на перепалки и вражду? Чего вы боитесь?

### Игра «Я не простой! Я чей-то!»

**Установки:** *«Я родственник одной важной особы!», «Вы знаете, кто мой папа?», «Да вы хоть понимаете, кто мой муж?», «Мы с ним в армии вместе служили!»*

Людям, играющим в данную игру, важно быть под «великой тенью». Они считают себя неполноценными, если за ними никто «не стоит» и не делает им протекцию. Чувство собственной значимости напрямую связано с принадлежностью к сильному, знаменитому, чье имя вызывает уважение. В своем абсурдном проявлении данная игра может иметь форму распутывания сплетен и разного рода фантазий на тему: *«Я знаю одну важную личность, с которой мы вместе...»*

В основе такой игры лежит комплекс неполноценности, ощущения собственной незначительности, желание получить внимание и некий «бонус» за счет причастности к важному человеку, именем которого прикрываются, словно щитом.

**Рекомендации:** вам нужен щит!

Спросите себя, что вы значите сами по себе? Чего не хватает вам, чтобы быть уважаемым человеком просто так, без причастности к влиятельной персоне? Что надо улучшить в себе?

### Игра «Я! Я! И снова Я!»

**Установки:** *«А помните, что я?», «А вот у меня был случай!», «Я тоже так умею!»*

Это сладостная игра ненасытного эго! Человек говорит только о себе. Он плохо слушает собеседника, не улавливает сути обращения к нему, вместо совета и поддержки переводит разговор на себя. Такие «яколки» по сто раз на дню рассказывают одну и ту же историю, вспоминают случаи из жизни, восхваляют себя, сравнивают с другими и приходят к мнению, что они «звезды» во всем и никто с ними не сравнится!

Огромное раздражение и негодование у «яколок» вызывает отсутствие должного внимания к своей персоне. Если в их присутствии восхищаются кем-то другим, это приводит их в ярость: *«Это они специально так делают, чтобы меня разозлить! Я же все равно лучше, и все это понимают!»*

Люди, выбирающие данный способ общения, как правило, крайне редко замечают за собой такую особенность. Для них эгоцентричное поведение является способом защиты, ухода от чувства беспомощности, от обид прошлого. Также эта игра берется на вооружение людьми, которые не получили должного внимания в детстве и сами научились его брать (переводить все на себя).

**Рекомендации:** в мире есть не только «Я»!

Учитесь больше слушать и меньше говорить! Собеседник – это тот, кто понимает потребности другого человека, поддерживает тему разговора, а не «впихивает» к месту и не к месту свое «Я»!

### **Игра «Орел или решка»**

**Установка:** *«Когда не знаешь, чего хочешь, спроси у случая!»*

Люди выбирают данную игру, если сами себя не понимают. Они терзаются сомнениями, их одолевают тревоги. В этот момент им нужно осмыслить желания и отпустить ситуацию на время, чтобы все встало на свои места. Однако человеку не хочется нести ответственность. Он предпочитает скинуть ее на судьбу, которая даст ответ при помощи подкинутой монеты.

В основе сомнений лежит незнание своих истинных желаний и целей, подчинение стороннему мнению. Нередко на самом деле ни один из вариантов человеку не нужен.

**Рекомендации:** если не понравится результат, монетку можно перебросить! Не обманывайте сами себя. Изучайте свои истинные желания! Если вы не можете принять решение, значит, еще не время, и вам нужно «созреть». Помните, утро вечера мудренее.

### **Игра «Я добренький!»**

**Установки:** *«Все должны думать, что я хороший!», «Меня должны считать добрым!»*

Люди выбирают данную игру в случае, когда испытывают страх, боятся принять важное решение, требующее смелости, уходят от ответственности! Они избегают конфликтных или напряженных ситуаций, где нужно проявить волю, быть строгим или категоричным, отстаивать свои интересы и принципы. Внутри их переполняют эмоции злости, ярости, обиды, негодования, которые не находят выхода. Вместо того чтобы бороться за свои интересы, самоуважение, указать человеку на границы, которые не следует нарушать, люди притворяются хорошенькими и добренькими, маскируя собственную слабохарактерность. Ведь трусом быть нелицеприятно, а вот вжиться в роль благодетеля – это престижно!

Одной из форм такой модели поведения является игра «Безотказные», в которой главному герою трудно кому-либо сказать «нет», и он берет на себя чужие заботы. Со стороны кажется, что человека обманывают, обкрадывают, а он, «несчастливая вешалка для чужих проблем», страдает. Однако «Безотказный» получает в данной манипуляции статус хорошенького, что дает ему право считать других своими должниками и попрекать их оказанной услугой в случае, если они действуют не по его плану.

В основе данной игры лежит глубинная убежденность человека в том, что он не достоин любви и уважения, поэтому должен все это заслужить. Такая модель поведения чревата плохими последствиями для здоровья, так как все время приходится подавлять негативные эмоции, которые вызывают стыд.

**Рекомендации:** ваша маска вас душит! Скажите: *«Я себя уважаю! Я не плохой и не хороший, а такой, какой есть! Мои чувства и эмоции абсолютно нормальны. Мне нужно учиться грамотно и зрело выражать их, а не прятать!»*

### **Игра «Веселая компания»**

**Установка:** *«Мы такое сейчас делаем!»*

Участниками данной игры являются люди, которые желают стать великими и прославиться на весь мир. Внешне такие проекты могут быть весьма интересными, благородными и социально значимыми. Однако истинная причина этого действия состоит в том, чтобы заполнить пустоту в собственной душе, скрыться от очевидных проблем, неудавшихся отношений, разочарования, отсутствия способностей. Люди одновременно жаждут успеха и боятся его, ведь он потребует от них ответственности, работы над собой, перемен и решительности, а им хочется просто бегать от себя самих!

**Рекомендации:** бешеной собаке семь верст не крюк!

Остановитесь! У вас много комплексов и страхов, они не позволяют вам расти. Не бойтесь увидеть действительность!

### **Игра «Хватка бульдога»**

**Установка:** *«Вцеплюсь так, что никуда от меня не деться!»* Эта игра может принимать различные формы. Человек затевает ее, когда хочет почувствовать свое превосходство, влияние и насладиться этим, ни в чем себе не отказывая. К примеру, руководитель или лицо, принимающее важные решения, «берет за горло» тех, кто зависит от него. «Бульдогу» приносит огромное наслаждение чувствовать страх, благоговение, трепет и волнение своих жертв, ощущать пульсацию на шее, в которую он вцепился острыми зубами.

Главная цель – «вытряхнуть из окружающих всю душу», «выжать соки» и «выпить запас крови». «Внимания! Хочу внимания!» – своими капризами и противоречивыми действиями заявляет «Бульдог».

Нередко в рабочих или приятельских коллективах находится «Зубастик», который не отстанет, как бы его ни стращивали. Он будет доказывать свое мнение, от которого устали собеседники, навязывая то, что ни для кого не имеет значения. Бывает, что «хватку бульдога» берут на вооружение влюбленные, которые не дают «легко вздохнуть» предмету своей страсти, постоянно преследуя его.

В основе данной игры лежит страх одиночества. Человек всеми средствами пытается привязать к себе других и получить внимание, заполнив им внутреннюю пустоту.

**Рекомендации:** вы боитесь одиночества больше всего на свете!

Вы уверены, что другие смогут решить за вас проблемы? Вам страшно! Быть отверженным, непонятым и покинутым – для вас самая ужасная пытка. Именно это и мешает вам жить! На самом деле вы вгрызаетесь в свое собственное горло!

### **Игра «Вечная печаль без права на улыбку»**

**Установка:** *«Моя жизнь – сплошное разочарование! Горе и тоска!»*

Данную игру любят те, кого в народе зовут «нытиками». Они почти всегда угрюмы, выражение лица транслирует тоску, грусть и томный налет депрессии. Их никто не понимает. В их судьбе нет праздника. Бывает, что такую модель поведения выбирают люди, в чьей жизни действительно много трудностей. Однако они словно выставляют свое горе напоказ, пытаясь переложить тяжелую ношу на чужие плечи.

Основой данной игры является страх почувствовать радость. Вдруг хорошие эмоции повлекут за собой кару? Боязнь испытать сладкий вкус счастья, а потом потерять его. Человек не умеет позитивно смотреть на мир.

**Рекомендации:** печаль – это не стимул для жизни! Ищите любой повод для радости! Поверьте, если вы приложите усилия, то моментов для улыбок найдется немало!

### **Игра «Вы все глупцы!»**

**Установки:** *«Это не так!», «Они все дураки!»*

Люди, вступающие в эту игру, всегда и во всем видят только недостатки, изъяны и дурной смысл. Они постоянно ищут, к чему придраться. Их не устраивают порядок вещей в мире, существующая власть, законы, окружение и т. д.

Те, кто периодически прибегает к данной модели поведения, страдают от комплекса собственной никчемности. На самом деле они недовольны собой, своими результатами, жизнью и «местом с краю». Однако им лень меняться. Поэтому они замещают мысли о личной несостоятельности, разыскивая недостатки в других людях.

**Рекомендации:** вы человек-пылесос! Зачем тратите единственную жизнь на то, чтобы собирать чужую грязь? Неужели неверие в собственные силы и лень превыше права на счастье?

### **Игра «Смотри, как я умею!»**

**Установка:** *«А у вас так не получится!»*

Люди выбирают эту игру от неуверенности в себе, когда их не принимают в обществе, часто критикуют и не воспринимают всерьез. Выходка для них – способ эмоциональной разрядки, желание «показать язык» всему миру. Они совершают некое действие, которое неуместно, «не из той оперы», но этот проступок делает шоу забияки еще более дерзким! Сами они объясняют это тем, что таким способом самовыражаются и добавляют некоей остроты в серые будни. Однако истинной причиной является то, что они не могут найти иных способов высказать все, что накопилось в их душе.

**Рекомендации:** мир нужно веселить! Спросите себя, что вы хотите сказать данным поведением? Может, вам грустно и одиноко? Не бойтесь выражать свои истинные эмоции, не прячьтесь за эксцентричным поведением!

### **Игра «Демонстрация капитала»**

**Установка:** *«Удивлю мир небывалой роскошью!»*

Приверженцы данной игры используют материальные блага как способ показать себя. В отличие от тех, кто спокойно наслаждается роскошной жизнью и ни в чем себе не отказывает, они готовы удивлять и даже приводить в недоумение окружающих демонстрацией своих богатств. Материальные блага выступают как средство влияния на массы.

В основе этой схемы лежит желание получить внимание и подтверждение своего высокого статуса, что является следствием неуверенности в себе.

**Рекомендации:** у вас неплохо идут дела!

## Игра «Болезнь как заслуга»

**Установки:** *«Болезнь – это моя особенность!», «Я заслуживаю любви, внимания, уважения окружающих потому, что болею!»*

Эту игру выбирают те, кто видит смысл существования в физическом недомогании. Диалог с данным человеком всегда сводится к тому, как много и сильно он страдает. В жизни он, как правило, играет роль «жертвы», от которой в этом мире ничего не зависит. Человек снимает с себя ответственность за происходящее и хочет, чтобы этот груз за него несли другие.

Нередко в данной игре болезнь является средством шантажа: *«Я так болею, а ты!»* В брачном союзе один из супругов может давить на второго, прикрываясь недугом, или даже выдумать страшный диагноз, чтобы, используя чувство вины партнера, получить желаемое.

К этой схеме прибегают люди, которые чувствуют внутреннюю слабость и неуверенность в себе. Болезнь для них становится неким щитом, которым они прикрываются от ответственности, а также средством получить внимание и поддержку от окружающих.

**Рекомендации:** вечная ода болезни! Любят и уважают не за болезнь и страдания! Скажите себе: *«Болезнь – это не смысл жизни, а уход от нее!»* Живите в конце концов!

## Игра «Дочки-матери»

**Установки:** *«Я главная (мама) и всем руковожу, а ты меня слушайся и будь хорошим(ей) (сыном, дочкой), тогда я буду тебе помогать! А если ослушаешься, я тебя отругаю!»*

Маленькие девочки вырастают, и их игры нередко переносятся во взрослую жизнь. И вот уже одна женщина играет роль «мамочки» взрослых мужчин и женщин, которые не являются ее биологическими детьми, а могут быть друзьями, коллегами, соседями или родственниками. С чем связана такая привязанность к детской забаве? Роль «мамочки» достается женщине с гиперответственностью, которая с детства убеждена, что ей надо быть главной, что она отвечает не только за себя, но и за других. Часто такая модель общения переходит к девочке от мамы, которая сама любит всеми руководить. Также это может быть проигрыванием проблемной ситуации в том случае, если ребенок недополучил родительского внимания. Будучи уже взрослой, женщина сама транслирует ту заботу, которую ей хотелось бы получить в детстве.

«Мамочки» выделяются тем, что любят все контролировать, давать советы, даже если никто не просил! Женщины «дочки» и мужчины «сыночки» отличаются повышенной инфантильностью. Не знают, как жить и какое решение принять. Им постоянно требуется совет со стороны.

Что взрослые люди получают в такой игре? Женщина в роли «мамочки» чувствует собственную значимость (скрытая форма гордыни). «Дочки» и «сыночки» участвуют в этом ради корысти, материальной выгоды и возможности переложить свою ответственность на чужие плечи.

**Рекомендации:** игра затягивает!

«Мамочки», не оказывайте медвежью услугу «дочкам» и «сыночкам», которым нужно учиться самим принимать решения и нести ответственность! Развивайте не эго и чувство ложной значимости (гордыню), а себя как личность. Вам не хватает отдушины, того дела, что приносило бы радость! А «дочкам» и «сыночкам» пора взрослеть!

## Игра «Синдром поучителя»

**Установки:** *«Я умнее, чем вы!», «Я знаю лучше!», «Я никогда ни в чем не ошибаюсь!»*

Эта увлекательная игра нравится образованным, начитанным интеллектуалам, которые при любом удобном случае хотят подчеркнуть ценность своего ума и бесценность великодушной натуры.

Такая модель поведения характерна для тех, кто желает подавлять других, контролировать, подчинять, навязывать условия, общаться, как царь с простым народом, аргументируя свое влияние (манипуляции) глубокими знаниями, природной мудростью и благородным воспитанием.

Эта заразная игра любит педагогов, психологов, врачей, духовных наставников, руководителей и людей, имеющих власть в своих руках. Побывать в роли умника жаждут и те, кто при отсутствии развитого интеллекта имеет огромное желание показать себя. Конечно, далеко не все подвержены этому недугу!

Одной из форм такой модели общения является игра «Зануда», в которой человек любит говорить долго, трудно и непонятно для окружающих, объясняя все тщательно и в деталях. Он требует внимания и возмущается, если его не слушают. В основе игры лежат комплекс неполноценности, страх потерять собственную значимость и социальный статус, убежденность в том, что уважение можно навязать.

**Рекомендации:** не ошибаются лишь мертвые и глупцы, потому что у мертвецов нет жизни для ошибок, а у глупцов вся жизнь – сплошная ошибка, которая выдается за непогрешимую истину!

Человек, даже самый непорочный, мудрый и благой, может в чем-то заблуждаться, что вполне естественно, ведь на земле никто не рождается носителем абсолютной правды!

### **Игра «Пустая оппозиция»**

**Установки:** *«О чем речь? Неважно! Я все равно против!»*

Эта игра, главный участник которой всегда и во всем изначально занимает место оппозиции. Неважно, по какому вопросу! Главное – быть на противоположной стороне!

Такие люди есть почти в каждом коллективе. Они любят спорить с начальством и «топать ногой». Открыто и весьма эмоционально заявляют о том, что они против. Им важна сама борьба. В этот миг они похожи на маленьких детей, что требуют внимания и говорят: *«Услышьте меня! Хватит мною все время командовать!»*

Эту модель, как правило, выбирают люди, на которых в детстве «давили» родители. Теперь они выросли, но до сих пор во всем видят попытки манипулировать и командовать ими! У истоков такой игры стоят страх, чувство угрозы и тревоги, сопротивление чужому давлению.

**Рекомендации:** вы предводитель бессмысленных войн! Не кажется ли вам, что авторитарный, подавляющий стиль общения, который вы не приемлете как способ взаимодействия с вами, пропагандируете сами лично? Направьте ту мощь и силу вашего характера, что всегда «против», во благо себе и разберитесь с проблемой, что мешает вам спокойно и мирно жить.

### **Игра «Самоубийца»**

**Установка:** *«До чего вы меня довели! Смерти моей хотите?»*

Люди, прибегающие к суициду как к методу решения проблем, делятся на тех, кто в смерти видит выход, и на тех, кто любит припугнуть.

Последняя категория устраивает из самоубийства целое шоу, тщательно планируя сценарий. Умирать они вовсе не собираются (это не является их истинной целью), им просто нужно получить то, в чем им отказали. Такие шантажисты «капают на нервы» своим жертвам, запугивают, уговаривают, плачут, умоляют, а если это не имеет эффекта, решают добить чувством вины: *«Видишь, до чего довела твоя бессердечность! Если бы ты был более уступчив, то мне*

*не пришлось бы умирать!»* Настоящими мотивами данного действия являются желания напугать, что-то доказать, отомстить, получить рычаги управления над другим человеком.

Самоубийца в этой игре всегда хочет, чтобы его нашли и спасли. Страшным последствием данного спектакля является смерть, которая действительно может стать настоящей!

**Рекомендации:** вы больны! Смерть – это не предмет для игр! Это конец. Если вы так не считаете, обратитесь за помощью к специалистам. Вы несчастны!

### **Игра «Не бейте меня!»**

**Установки:** *«У меня не получится!», «Как же все плохо!», «Я боюсь!»*

Главного героя этой игры можно безошибочно определить по взгляду, полному отчаяния, неверия, страха и безмолвной мольбы: *«Вы только не бейте меня!»* Едва речь заходит о чем-то серьезном, о важном деле, о решении какой-то проблемы, выполнении трудовой или общественной задачи, у кого-то обязательно появляется именно такое выражение лица. Эту модель выбирают люди, не желающие нести ответственность и признавать тот факт, что они сами отвечают за себя и причина их неудач не в том, что кто-то с ними груб и жесток, а в их боязни взглянуть в лицо страхам. Они все время пытаются доказать, что у них ничего не выйдет и они не справятся.

Это всего лишь форма избегания неудачи, способ увильнуть от решительных действий, притвориться слабым и ни на что негодным.

**Рекомендации:** уверенность в себе – не манна небесная, а результат большой работы! Не будьте лентяем! Скажите себе: *«Я буду пахать, буду „кидать“ себя во все трудные ситуации, буду решать проблемы, пока не почувствую, что могу все!»*

### **Игра «Пиаротворительность»**

**Установка:** *«О моей добродетели должен знать весь мир!»*

Не всегда благотворительность совершается с целью «на благо», есть и другие интересы! Умные «Дети» выбирают данный метод как способ пиара, чтобы поднять свой морально-нравственный статус. Ведь человека в обществе любят больше, если он творит добро. Помощь сиротам, больным людям, животным – все это старательно освещается во всевозможных средствах массовой информации, социальных сетях и рассказывается знакомым: *«Посмотрите, какой я хороший!»*

Не стоит путать игру в «Пиаротворительность» с истинным желанием помогать. Те, кто делает добро ради добра, совершают его тайно! Публичные выступления на данный счет настоящие меценаты делают лишь с единственной целью – привлечь внимание к проблеме, попросить о помощи, найти единомышленников!

**Рекомендации:** вы и без рекламы – хороший человек! Позвольте себе испытать настоящее счастье от того, что помогли кому-то просто так, без всякой внутренней выгоды. Сохраните ваше деяние в тайне и почувствуйте, как от этого становится тепло на душе!

### **Игра «Люди-животные»**

**Установка:** *«Все мужчины (женщины) одинаковые (похожи на какое-то животное)!»*

Данную игру выбирают люди из категории «Дети», которые испытывают страх перед отношениями с противоположным полом. Часто такие установки берут свои корни из детства, переходят по наследству от родителей или появляются после горечи и разочарования в романтических отношениях.

Человек, обвиняя представителей противоположного пола во всех грехах, будто просит разубедить его в этом: *«Докажи мне, что это не так!»* Однако проблема не в партнере, а в самой личности, которая просто не знает, как выстраивать гармоничные отношения, имеет множество глубоких психологических ран и неуверенность в себе.

**Рекомендации:** мужчины и женщины прекрасны!

Остановитесь в своих разрушительных заявлениях! В вас говорит боль, а она плохой советчик. Вам нужно проработать свои травмы, которые мешают создать счастливую жизнь.

### **Игра «Хитрый, как лиса, и смелый, как заяц»**

**Установки:** *«Честная игра, разговор глаза в глаза – недальновидно! Подставить ножку и действовать исподтишка – настоящая стратегия!»*

Такую игру ведут люди, которые в детстве были изгоями (теми, над кем потешались). Обида, раздутая еще с тех времен, не дает им жить. Их способ общения – манипуляции. Они обладают умом, в котором все время возникают коварные планы по устранению конкурентов и тех, кто не воспринимает их всерьез. Трусость для таких людей – главный аргумент при выборе способов воздействия. Они до паники боятся прямых откровенных разговоров, избегая смотреть в глаза, пытаются увильнуть, «выскользнуть» и все «замять». Их верный и надежный способ общения – за глаза одно, в глаза другое. Они любят «сталкивать» людей и «подкладывать свинью» ближнему.

В основе такой игры лежит чувство собственной ущербности. Человек либо убегает от серьезной беседы, где ему не хватает аргументов (боится не выдержать напор, оказаться на месте проигравшего), либо мстит окружению за старые обиды (чаще всего из детства).

**Рекомендации:** вы считаете, что роль трусливого зайца – это то, о чем вы мечтали? Уважение в обществе – результат ваших действий, как, впрочем, и его отсутствие! Учитесь быть искренним! Учитесь доброте!

### **Игра «Удав»**

**Установка:** *«Деньги и власть стоят чуждой крови и сломанных хребтов!»*

Люди, выбирающие эту игру, бывают крайне опасны. Нередко у них отсутствуют моральные (бывает, что и правовые) ограничения при достижении цели. Они жаждут влиять на массы и распоряжаться большими материальными средствами. Ради наживы и власти готовы идти в лобовую атаку, «кидать» друзей и партнеров, угрожать, действовать исподтишка. Не гнушаются ничем! Убеждены, что их ценности стоят всех жертв.

Главной движущей силой такого поведения является чувство собственной незначительности, внутренней пустоты, душевной скупости, уверенности в том, что человек имеет значимость, лишь когда у него в руках все рычаги управления. Такие люди нуждаются в любви, но сами любить не умеют, потому что сконцентрированы лишь на том, чтобы брать.

**Рекомендации:** реанимируйте свою совесть! Вы страдаете от комплекса собственной незначительности. Ваша неумемная жажда корысти и влияния – всего лишь результат внутренней пустоты! Вы счастливы?

### **Игра: «Волшебная палочка»**

**Установка:** *«Будь у меня волшебная палочка, вот я б зажил!»*

Где-то на свете есть некий предмет, человек или явление, которое является лекарством от всех бед! Вот бы мне волшебную палочку, у меня бы все было!

Люди, любящие такую игру, часто отправляются на поиски святынь. В своем паломничестве они преследуют корыстные цели – найти Бога или магический предмет (мощи святых, масло, икона) и с помощью него зажить! Такие паломники часто увешаны всем и сразу. На них много религиозной атрибутики как доказательства того, что они причастны к силе. Также для них эти вещи являются способом шантажа Бога: *«Я же сюда ходил, то и то сделал, а ты мне почему не помог? Где же этот Бог?»*

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.