



профессиональными качествами выльется не только в констатацию факта, но подвигнет данных лиц к повышению уровня мастерства, что в свою очередь благотворно скажется на уровне подготовки и качестве содержания региональных СМИ.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СПАСАТЕЛЬ: МЕЖДУ ЖЕРТВОЙ И ПАЛАЧОМ (РОЛЕВОЙ ТРЕУГОЛЬНИК ТРАВМИРОВАННОЙ ЛИЧНОСТИ)

Л. А. ПЕРГАМЕНЩИК (г. Минск)

Работа психолога требует постоянного самоанализа как со стороны профессионализации, так и со стороны тех тенденций, которые носят преимущественно иррациональный характер и которые следует понимать и постоянно отслеживать, чтобы не стать невольной жертвой своей профессии. Среди иррациональных тенденций в работе психолога выделяют *желание подглядывать и желание повелевать, желание предсказывать и желание спасать*. Иррациональные тенденции «не только препятствуют работе, они развивают психолога, углубляют его умения и ответственность и оттачивают его профессионализм [1]. Но не сами по себе: психологу требуется рефлексия практического опыта, обсуждение с коллегами возникающих переживаний, понимание собственных профессиональных границ.

В данном сообщении мы хотели остановиться на одной иррациональной тенденции в деятельности психолога — на желании спасти. Однако в «одиночестве» феномен «спасения» не работает, ему нужна оппозиция. При более тщательном рассмотрении оказалось, что спасение — удел не только профессионального психолога, позицию «спасать» занимают «играющие» роли учителей и родителей, руководителей и сиблингов. Как только человек приступает к реализации роли профессионального спасателя, он формирует роль жертвы, которая в свою очередь не упустит возможность перейти на роль «палача». Таким образом, чтобы понять позицию профессионального спасателя, необходимо ее рассматривать поочередно с жертвой и с палачом. И еще одно важное добавление: все эти роли присущи травмированной личности.

Личность приобретает эти роли, которые до травмы ей были неизвестны, но после травмы могут составлять ее сущность. Эти роли могут уживаться в одном человеке, причем одна роль в данный момент времени может превалировать; с изменением ситуации травмированная личность переходит на другую позицию, приступает к выполнению другой роли. Человек так и ходит по ролям, как герои романа А. Н. Толстого «ходили по мукам». Эти три роли образуют треугольник, фигуру достаточно жесткую, которая не отпускает травмированную личность от себя, позволяя лишь двигаться по сторонам этой фигуры.

Начнем рассматривать роли травмированной личности со свидетельств О. Кернберга, который представил анализ бессознательной диады в структуре ролей «преступник-жертва» (статья «Развитие личности и травма», 1999). Психолог отмечает, что если мы будем рассматривать переполненную ненавистью жертву, то заметим, что ей всегда противостоит переполненный ненавистью преступник. Существует коррелирующее, переполненное ненавистью взаимоотношение (*патологическое взаимоотношение*) между преступником и жертвой, причем переполненный ненавистью преступник стремится разрушить бессильный объект, причинить ему страдание и учинить над ним контроль. Существование такой бессознательной структуры в виде диады представляет одну из главных проблем в лечении этих пациентов, так как она тотчас проявляется в переносе (контрпереносе). Для иллюстрации своей мысли О. Кернберг приводит следующий пример.

Речь идет о мужчине, который оказался единственным выжившим из всей большой семьи во время заключения в концентрационном лагере; освобожден пациент был в 12 лет. На его глазах была убита вся семья. Позднее, уже будучи взрослым человеком, он проявил огромные организаторские способности, посредством которых ему удалось занять одно из ведущих мест в партии, добиться власти и удачно жениться; у него было несколько детей. Он обратился ко мне из-за того, что его дочери были подвержены суицидальным попыткам, сыновья же перестали справляться с работой, жена проявляла по отношению к моему пациенту постоянную агрессию, да он и сам страдал от частых фантазий о самоубийстве вследствие такого несчастливого положения, в котором оказалась семья. Исследование этого пациента и его семьи выявило ужасающую картину: пациент оказался абсолютным диктатором в семье, он изнасиловал свою малолетнюю дочь, чинил всяческие препятствия своим сыновьям, чтобы те не стали от него независимыми, с женой обращался, как с рабыней, да и по отношению ко мне как терапевту он постоянно выдвигал требование о том, что из-за оплаты им огромных гонораров я должен стать его агентом.

На этом примере хорошо видно, как жертва превращается в преступника (палача), хотя не до конца, ведь остается еще и прежняя роль жертвы. Этот пациент страдал от тяжелой депрессии и даже осуществил несколько опасных суицидальных попыток. Так что, как видите, и жертва, и преступник (палач) могут быть вполне представлены в одной и той же персоне, приводя к активации специфической диадной ситуации, то есть, говоря другими словами, интернализированные отношения с объектами всегда проявляются в парных отношениях. Таким образом, постоянная агрессия, когда она действительно имеет психопатологические последствия, будет позже проявляться в двоякой идентификации: и с жертвой, и с палачом. В примере О. Кернберга не хватает еще одной возможной ролевой ниши как для жертвы, так и для палача, а именно ниши профессионального спасателя. В травматической ситуации возникают три трагические роли последовательно или почти в одно и то же время. Эти роли, в которые вынуждены играть люди, следуя трагическим обстоятельствам своей жизни, имеют разное отношение к их жизни и к событию, которое их и актуализировало.

**Роль жертвы.** Понятие «жертва» требует более подробного разъяснения и интерпретации. При всей работанности виктимологии, особенно в юридической психологии [2], понятию «жертва» психологи не придают достаточного значения. К понятию «жертва» мы можем подойти через концепцию «обученной беспомощно-



сти» М. Селигмана. В экспериментах ученого у 20 % животных вырабатывается потребность в поиске вопреки всем неудачам, разочарованиям, отрицательному прогнозу. Перед нами два объекта восприятия: неудача и отказ от поиска. Что переживается более болезненно? Если неудача переживается более болезненно, чем состояние отказа, то поиск можно прекратить. Перед нами первая причина появления обученной беспомощности — **отказ от поиска**.

М. Селигман предположил, что решение проблемы относительно того, кто подвержен чувству беспомощности, а кто — нет, кроется в *стиле объяснения*, то есть в том, как люди объясняют *сами себе* причину своих неприятностей. Наш привычный способ объяснять неприятности, наш стиль объяснения — это нечто большее, чем просто слова, которые мы произносим при неудаче. Это привычка мыслить, приобретенная в детстве и юности. Стиль объяснения коренится непосредственно во взгляде на наше место в мире: **считаем ли мы себя ценным и заслуженным либо бесполезным и безнадежным**.

С точки зрения М. Селигмана, существует три основных параметра стиля объяснения: постоянство, широта, персонализация.

**Постоянство.** Если мы думаем о неприятностях в категориях «всегда» и «никогда», рассматривая их как постоянно действующий фактор, то наш стиль — постоянный, пессимистический. Если мы думаем категориями «киногда», «в последнее время», пользуемся ограничительной терминологией и считаем, что неприятности носят временный характер, наш стиль — оптимистический. Пессимист говорит: *«Вечно у меня так...»* Оптимист: *«Сегодня неудачный день...»* Оптимистический стиль объяснения хороших событий прямо противоположен объяснению плохих событий. Люди, которые верят, что хорошие события коренятся в постоянных причинах, более оптимистичны, чем те, которые объясняют их причинами временными. Первый параметр — постоянство — характеризует, в течение сколь долгого периода человек находится в состоянии капитуляции. Объяснение плохих событий постоянно действующими причинами приводит к длительной беспомощности, временными — обеспечивает запас прочности.

**Широта.** Если постоянство — характеристика временная, широта — пространственная. Люди, которые дают универсальное объяснение своим неудачам, склонны капитулировать по всем направлениям, хотя неудача постигает их в одной конкретной области. Люди, которые придерживаются конкретного объяснения, могут оказаться беспомощными в одной области своей жизни, но твердо стоят на ногах в других. Универсальные объяснения приводят к беспомощности во многих ситуациях, а конкретные — позволяют ограничить зону проявления беспомощности областью неприятности. Универсальное (пессимистичное) объяснение: *«Все эти тестирования при профотборе — полная ерунда, они только отнимают время»*; конкретное (оптимистичное): *«Этот тест мне явно не нужен»*. Пессимизм по параметру широты говорит о склонности человека к катастрофизации жизни. Оптимистичный стиль объяснения для хороших событий прямо противоположен объяснению плохих событий.

**Персонализация или поиск виновных.** Персонализация — последняя характерная особенность стиля объяснения. Можно сказать, что это ответ на «проклятый русский вопрос»: «Кто виноват?». Когда происходят неприятности, мы можем обвинять в них себя, обращаясь внутрь, либо других людей и обстоятельства, обращаясь вовне. Те, кто обвиняют в неудачах себя, приходя в итоге к низкой самооценке. Те, кто обвиняют внешние обстоятельства, не теряют самоуважения в неблагоприятных условиях. В целом они больше нравятся себе, чем те, кто лишь себя считает виновником своих неудач. Вопрос: понравится ли нам сотрудник, который склонен в своих неудачах обвинять обстоятельства, начальников, коллег — кого угодно, но не себя? Персонализация характеризует то, *что мы чувствуем* относительно себя, в то время как широта и постоянство характеризуют то, *что мы делаем*: сколько времени ощущаем свою беспомощность и в каком количестве ситуаций.

От факторов широты и постоянства зависит, обладаем ли мы **надеждой**. Искусство надежды состоит в том, чтобы суметь обнаружить временные и конкретные причины неудачи. Постоянные причины экстраполируют чувство беспомощности в будущее, а универсальные — раздвигают ее границы в пространстве.

Вторая причина появления обученной беспомощности лежит в области способов решения задач в ситуациях неопределенности. Человек может считать, что данная задача вообще не решается или что она не по силам только ему. В последнем случае развивается обученная беспомощность.

**Роль спасателя.** Не каждый психолог в состоянии выдержать «шапку Мономаха», которая предполагает верить в доброе начало человека, укрощать собственные нужды и обиды, понять и прочувствовать трагедию клиента.

«Спасатель» — это человек, который всем приходит на помощь (даже когда его об этом не просят). Он больше всего на свете любит помогать другим. На первый взгляд, что тут плохого? Но нет ничего деструктивнее «спасательства». В семейной жизни именно «спасатели» воспитывают беспомощных, безответственных потребителей. «Спасатель» реализует свою иррациональную потребность управлять, контролировать и чувствовать **свою значимость**. Решение чужих проблем дает возможность реализации невротических потребностей в любви, власти, контроле и доминировании одновременно. Вместе с тем быть «спасателем» очень почетно. Человек, играя эту роль, подчеркивает свою значимость. Другая выгода — вечная признательность и зависимость «жертвы» от «спасателя». Это один из признаков, по которому можно отличить профессионального «спасателя». Профессиональному «спасателю» необходимо, чтобы «жертва» оставалась «жертвой» как можно дольше и была в зависимости от «спасателя».

Девиз профессионального «спасателя»: «Спасай всех, даже если спасаемый человек — против». Ему нет никакого дела до самого спасенного, ему важно, чтобы он чувствовал, какой он хороший и благородный. Характерная черточка «спасателей»: они приносят себя в жертву, когда их об этом не просят, а затем требуют благодарности. В эту игру особенно часто играют родители со своими детьми: «Ты без меня пропадешь, — говорит такой родитель. — Ты ведь даже не умеешь сам приготовить себе еду». Одна наша клиентка гордилась, что ее старший брат и отец не знали, где в доме соль. Она после смерти матери взяла на себя роль «спасателя», не проработав травму потери.



На самом деле из этого следует только одно: родители не заинтересованы в самостоятельности своего ребенка, если не научили его самого справляться со всем. Другая родительская «игра»: «Я тебе отдала всю свою молодость, здоровье... Я тебя родила, пожертвовала своей карьерой... А ты, неблагодарный, не делаешь того-то и того-то».

**Роль палача (преследователя).** Роль палача, как правило, достаточно легко идентифицировать. Это террористическое и враждебно агрессивное поведение, роль насильника в семье и в обществе. Иногда «спасатель» может превратиться в «преследователя» («палача»). Особенно когда он пытается сделать другому «хорошо» насильно. Это тоже чрезвычайно частый сюжет в семье: заставляя насильно что-либо сделать, родители объясняют, что делают это для того, чтобы помочь, спасти, ну, например, от нежелательных друзей, от неверного жизненного выбора. Иногда для ребенка это выглядит (да так оно есть и на самом деле) как насилие, хотя и говорится: «Ты мне еще спасибо скажешь».

Отношения «палача» («преследователя») и «жертвы» неоднозначны. Все эти роли или персонажи необходимы друг другу, поэтому в жизни часто бывает так, что у «жертвы» есть любимый «палач», которому позволяется над ней издеваться, а у «палача» — любимая «жертва», которую он никогда не замучает «до смерти». Если, например, «жертва» хочет уйти от «палача», то «палач» (или «преследователь») мгновенно превращается в «спасателя» и говорит: «Ты уж не обижайся, все, что я делал, я делал для тебя».

«Жертва» также легко становится «палачом» («преследователем»). Всем известны ситуации, когда ребенок в семье (инвалид, например) быстро избаловавшись (ведь все вокруг играют роль «спасателей», не давая ему самостоятельно ничего делать), спустя некоторое время начинает всех терроризировать. Ему, естественно, взрослые все прощают, так как он — «жертва», не отдавая себе отчета, что тем самым они чрезвычайно затрудняют возможности такого ребенка адаптироваться и начать в дальнейшем самостоятельную жизнь.

Рассмотрим, что происходит, когда «палач» («преследователь») встречается со своей «жертвой». Взаимодействие на уровне этих ролей продолжается даже после того, как эта связь распалась. Физическое освобождение от влияния «палача» не означает, что обладатель роли жертвы перестает действовать в соответствии с принятой ролью. Правда, у него есть возможность перейти на роль «палача». Эта некая потребность в самопомощи через проигрывание роли «палача». Что же происходит? У «жертвы» под влиянием травматической связи происходит инвалидизация сознания и поведения. Травмированная личность «жертвы» не представляет себе самостоятельную жизнь, свободную от внешнего тотального контроля. В тотальном контроле есть также бонусы для слабой личности. Свобода все же удел сильных личностей. Переход в роль «палача» избавляет от необходимости принимать решения за себя, поскольку есть возможность установления на другом уровне внешнего тотального контроля.

Есть другой вариант травматического выхода из ситуации «жертва» — «палач». «Жертва» ищет и находит «спасателя». От него она ждет того же, что получала от «палача»: регламентации своего поведения, мышления, чувств. Бывшей «жертве» трудно перейти на самостоятельную стратегию выработки решений по поводу собственного поведения, отношения с другими, отношения с миром, в конечном счете. Таким образом, переход «жертвы» от «палача» к «спасателю» не всегда означает принципиального изменения ситуации, не всегда это ход по преодолению психической травмы. Внешнее изменение ситуации автоматически не приводит к подлинному освобождению, которое предполагает личностный рост.

#### Литература:

1. Бермант-Полякова, О. В. Посттравма : диагностика и терапия / О. В. Бермант-Полякова. --- СПб., 2006. — 206 с.
2. Христенко, В. Е. Психология жертвы / В. Е. Христенко. — Харьков, 2001. — 256 с.

## ДЕЛОВАЯ ИГРА КАК МЕТОД АКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ МЕНЕДЖЕРОВ ПРИНЯТИЮ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ

Н. Н. Пыжова (г. Минск)

Субъект, управляющий деятельностью других людей, включен в сложные динамические системы, которые изменяются под воздействием ряда факторов внутренней и внешней среды. Принятие решений в таких условиях сопряжено с неопределенностью и является непростым психологическим процессом. Как отмечает Т. В. Корнилова, «принимая решения, люди демонстрируют искажения вероятностных оценок событий, зависимость выборов от контекста («эффект рамки»), упрощения проблемы, подмену частотного оценивания событий уверенностью в их наступлении или случайном их характере и ряд других особенностей регуляции принятия решений» [2]. По словам Д. Дернаера, руководитель стоит, образно говоря, перед матовым стеклом. Он должен выносить решения, касающиеся системы, актуальные признаки которой видит лишь частично, схематически, расплывчато, а иногда и совсем не видит [1].

Вместе с тем выборочные обследования показывают, что 70—80 % рабочего времени руководителя расходуется на подготовку, принятие и выполнение собственных, а также поступивших «сверху» решений [4]. Именно потому что принятие решений можно считать ядром управленческой деятельности, столь необходимо, чтобы осуществленный менеджером выбор учитывал всю сложность системы, в которой функционирует организация. В связи с этим важнейшим профессиональным требованием к руководителю является его способность к принятию решений в условиях неопределенности.

Существует множество методов обучения принятию решений, разработаны тренинговые программы, в которых поэтапно человека учат формулировать проблему, ставить цель, вырабатывать альтернативные варианты и критерии их оценивания и т. д. Некоторые авторы делают акцент на целеполагании, другие —