Сегодня мы собираемся на наш второй вебинар, который посвящен теме « Потребность в любви». И так наша сегодняшняя тема называется «умница, красавица и почему же». Занятие посвящено такой достаточно распространенной ситуации, с которой я встречаюсь на моих многих консультациях. Когда приходит замечательные, очень умные, очень красивые очень образованные женщины, которые умеют ну на самом деле буквально все, которые очень хорошо эрудированные, прекрасно выглядят, побывали во многих различных местах, посетили многие страны, имеют хорошее образование и по какой - то причине у них настойчиво не складывается счастливая личная жизнь.

И из моей практики, когда мы проводим консультации с таким клиентками, выясняется, что очень часто причиной подобной ситуации являться построение отношений в неком таком вот формате, о котором мы сегодня с вами будем говорить, и это приводит к той самой неудаче в личной жизни, которая так заводит моих клиенток. Это естественно. Потому, что женщины, которые имеют такие достоинства, всегда естественно ожидают для себя хорошего достойного партнера, но по какой - то причине это не складывается.

Сегодня мы с вами в первой части поговорим о том формате отношений, которые часто происходят у таких хороших женщин. И дальше мы поговорим во второй части о том, что же с этим можно делать. Но прежде чем мы начнем с вами разбираться, что и как, получается и почему женщины и соответственно их партнеры попадают в подобные отношений, я бы хотела, что бы вы мне дали короткую такую обратную связь.

Кому это интересно, потому что это касается их или их близких людей, а кому данная тема интересно ну просто как некая теория и вы хотели бы что то узнать из жизни, из психологии построения отношений людей вообще. Ну, что же я в основном буду ориентироваться на то, что бы мы проводил этот семинар, таким образом, что бы вы смогли вынести из него конкретные полезные вещи, которые вы сможете уже после этого семинара пытаться применить в жизни. Этот формат отношений, который выстраивает такие замечательные женщины, называется магический треугольник. Может быть, для вас начало прозвучит немножко неожиданно, потому что когда мы говорим об отношениях женщин с мужчиной, вроде как дело касается двоих.

На самом деле в магическом треугольнике может быть любое количество участников больше двух, но, тем не менее, те роли и те сценарии, которые выполняют данные люди, они имеют такое вот положение, что там всегда не больше трех ролей и люди в них очень и очень застревают. Почему это называется магическим треугольником подобная форма взаимоотношений, потому что когда люди попадают в такие отношения, бывает настолько сложно из них выйти, что даже многие - многие люди, уже осознав, и понимая, что отношение подобные ведут деструктивным состояниям. К большим проблемам и неприятностям друг для друга, люди зачастую не могут выйти из подобной ситуации.

Мы говорим о том, что магический треугольник включает в себя три роли. Первая роль – это жертва, вторая роль - это агрессор, третья роль - это спаситель. Сейчас мы с вами более подробно об этом поговорим, и вам будет все становиться яснее и яснее. Итак, когда человек вступает в какие либо отношения, в нашей ситуации это наш социум, наше общество, в котором мы развивались и в котором мы росли. Очень часто предлагают отношения именно такого формата. Очень - очень давно подобные отношений сложились, и они сейчас существуют во многих сферах жизни, замечаем мы это или не замечаем.

Например, многие благие дела начинаются у людей из хорошего позитивного такого импульса, и они стараются нести в мир наилучшие и самые позитивные идеи. В этом случаи они выступают в роле спасителя. Каждый спаситель, каждый человек, который является спасителем, иногда это называется спасателем Имеет внутри себя убеждения в том, что он знает какие- то вещи, какие- то идеи, какие- то направления лучше, чем другие люди. И это может принести другим людям много позитива, много хорошего. Спаситель имеет своей центральной идеей сделать для людей, и очень часто за людей, что то очень такое на его взгляд нужное, полезное и что принесет всем другим людям, какое- то счастья и необыкновенное просветление, какую - то необыкновенную пользу или что то в любом случаи необыкновенное и замечательное.

Иногда так бывает, иногда не бывает, и по - этому спаситель очень часто попадает в другую ситуацию. Спаситель пытается дать людям то, что он считает правильным. Люди иногда бывают, готовы к этому, иногда бывают не готовы к этому. И получается так, что часть людей радостно и позитивно принимают идеи, ожидая, что спаситель действительно принесет этим людям какое- то удовольствия, какую – то радость и выведет людей к светлому будущему. А часть людей не соглашаются со спасителем и выражают конкретное какое - то сопротивление. Бывают очень-очень в такой ярко заявленной форме, такие люди бывают агрессорами. Когда спаситель ищет тех людей, которые он может дать что – то лучшее, естественно он пытается апеллировать к тем людям, которые быстрее принимают его идеи. Ну, я думаю, что вы понимаете, что в первую очередь идеи спасителя примут те, кому чего- то в жизни сильно не хватает. Это люди, которые воспринимают себя немножечко обделенными или чем - то обиженными. И те люди, которым сейчас нужен некто более сильный, который поможет решить им все проблемы. Это естественно жертва. Жертва - это наиболее благодарная аудитории любого спасителя. Соответственно агрессор – это человек, который сам считает, что знает лучше всех как что надо делать. Но агрессор никогда не стремится помочь другим людям. Агрессор всегда считает, что он прошел какой - то опыт, или у него есть какое - то убеждение и он имеет право других людей учить. Соответственно агрессор вступает в конфронтацию со спасителем и при этом, агрессор начинает оказывать какое - то влияние, еще более мощное влияние на жертву. Жертва - человек, который и так страдает достаточно глубоким чувством вины. Жертва человек, который чувствует определенною обделённость в этой жизни. В такой ситуации начинает уступать агрессору и идет за поддержкой к спасителю. И вот все эта троица играет в подобные отношения. Каким образом это все может развиваться в отношения у двух людей. Как вы думаете умная, красивая женщина, которая на самом деле обладает огромным количеством разных достоинств, в какой роли, с какими ожиданиями она всегда вступает в любые отношения? С кем она будет, скорее всего, на самых ранних этапах отношений

Часть 2

Спаситель. Да. Вы совершенно правы, те, кто знает, что это спаситель.

Тот самый человек, который имеет большой ресурс внутри себя, конечно же, он ищет в другом человеке того, кто поймет его, тот, кто оценит этот ресурс, тот, кто будет готов воспринимать идеи. И в соответствии с ожиданиями спасителя, женщина вступает в такие отношения и ждет, что они вместе с мужчиной построят мощный новый интересный мир. Мы сейчас еще раз вернемся. Мы видим с вами на экране, какие чувства переживает спаситель, потому что он имеет очень большой ресурс, всегда имеет великое сострадание ко всему живому, желание помочь.

Иногда собственное превосходство над жертвой, ну это бывает далеко не сразу осознаваемым, как правило, от большого душевного стремления дать другому человеку все, чем спаситель обладает - большую компетентность, большую силу и ум, большой доступ к ресурсам.

Как мы знаем, умница, красавица не зря всю жизнь жила, она всегда стремится к совершенству. Снисхождения к тому, кто может помочь, спаситель никогда не пытается унизить того человека с которым он находится рядом. Чувство приятного всесилия и всемогущества по отношению к конкретной ситуации. Ну, если бы спаситель и соответственно та девушка, которая вступает в такие отношения, умная и красивая, о которых мы сегодня говорим. Она наверно бы не стремилась развиваться, и наверно бы была во многих ситуациях беспомощна. Соответственно уверена, что может помочь, убежденность, что знает, и самое главное - невозможность отказать. Это вот очень важная точка, в которой начинаются деструктивные шаги ко многим отношениям. Все переживание, очень тонкая душевное организация, большое количество ресурсов, которыми обладает умница и красавица.

Как вы думаете вот такой вот ресурс скорее, какого типа мужчину будет привлекать? Скорее всего, такой замечательной женщине встречается мужчина, который внутри себя имеет тенденцию становиться жертвой. На первых этапах это не очень заметно, потому что, как мы в прошлый раз с вами говорили, в состоянии влюбленности человек имеет очень мощный ресурс. И два человека устремляются на встречу друг другу, образуя взаимный мощный интересный мир и жертвенности и какой - то обдиленности со стороны партнера там не заметно. Просто получается так, что девушка, которая находится в роли спасителя, она радостно и щедро делится с мужчиной, который находиться в роли жертвы и тот это все принимает, получает, наконец, то, чего эму по жизни не хватало. И вроде бы как вот этот союз абсолютно счастлив. Мужчина чувствует, что его, наконец, поняли и оценили. Он какое- то время дарит своей возлюбленной то поклонения, то приятия, в котором нуждается девушка – спаситель. И этот союз до определенного времени совершенно счастливый и радостный. Пока не наступает вот такая вот ситуация. Мужчина, по нашим социальным стандартам, мужчина по нашим нормам воспитания, хочет чувствовать себя правящим и управляющим в данной ситуации. Когда вдруг, однажды, выясняется, что рядом с ним девушка, которая может больше, которая гораздо сильнее его, возникает обида. И тут жертва начинает чувствовать на самом деле жертвой. И когда у мужчины возникает вот такое вот неудовольствие в ситуации, вдруг очень часто получается это мой случай из практики, что мужчина начинает меньше зарабатывать денег, что у мужчины социальный статус выясняется ниже, чем у его партнерши. Выясняется то, что девушка знает гораздо больше и у нее уровень и образование лучше. Через некоторое время и выглядит она лучше, потому что жертва расслабляется. И вот тут возникают всякие проблемы. Мужчину это ранит очень сильно и до глубины души. Как вы думаете, в таком случаи у кого превращается жертва? Жертва превращается в агрессора. Это свойственна ситуация в нашей стране. Это свойственна ситуация не только в нашей стране. На самом деле свойственно в принципе нашей цивилизации на нашей земле, особенно той цивилизации, где сейчас равенство полов приобрело вот такие вот странные формы. Мы сейчас говорим о том, как работает магический треугольник в нашей ситуации. У многих людей получается так, что вход в деструктивные отношения начинается с самых лучших намерений и самых лучших ожиданий. К сожалению, точно также получается, если женщина вступает в отношения в роли жертвы. Это может произойти после, как женщина входила в отношения в роли спасителя не один раз и эти отношения, к сожалению, как мы с вами видим, по понятным причинам, закончились большими проблемами. Женщина разочаровуется, чувствует себя обманутой, и начинает искать поддержки, понимания и должной оценки у тех мужчин, которые, наконец, найдутся и смогут дать то, что она заслуживает на самом деле. И тогда женщина выступает в отношения в роли жертвы, но как мы уже с вами понимаем, что жертва это тоже не самый лучший путь для построения взаимоотношений. Итак, спаситель во взаимоотношениях пытается дать то, что он может дать самого лучшего, а жертва на начальных этапах получает от спасителя с благодарностью то, что спаситель ей дает, потом жертва, чувствует себя обиженной в какой - то момент. Это естественно. Потому что для жертвы, для роли жертвы, а вот все эти роли я хочу вам напомнить, они обязательно встречаются во всех нас. Когда мы начинаем свое путешествия с роли спасителя мы неизбежно по всему этому магическому треугольнику пройдем по всем остальным ролям. Отношения начинаются с роли спасителя. Спаситель с большим удовольствием дает жертве все, что он может дать. А у жертвы есть особенность. Жертва, когда то или потерпела неудачу в чем-то, или жертва не раскрыла в себе каких - то возможностей, жертва боится многие вещи делать сама. За нее это делает спаситель. Поэтому получается так, что жертва, не развивается какую - то часть себя именно в этих отношениях, и она ждет от спасителя, что спаситель будет давать больше и больше жертве. И в какой - то момент спаситель понимает, что в его силы и его ожидания того, что, наконец, они счастливы, и жертва, наконец, станет на одном уровне со спасителем по всем тем позитивным качествам, которые у спасителя имеются, но у жертвы такого намерения абсолютно нет. И поэтому жертва однажды, сообщает спасителю, что спаситель на самом деле не дает, что чего бы хотелось. От этого жертва чувствует себя еще более огорченной еще сильнее жертвы. Спаситель получается, что начинает в собственных глазах и в глазах жертвы уходить на другой род. Огорченный спаситель естественно пойдет в сторону, которая у нас остается в третей стороной треугольника. Спаситель тоже может стать агрессором.

Часть 3

И получается так, что неоправданное ожидание спасителя, он же у нас спасатель иногда называется, и жертвы, время от времени приводят к тому, что и та и другая сторона впадает в позицию агрессора. Агрессор имеет чувство собственной правоты, благородного возмущения и гнева, желание наказать нарушителя, желание восстановить справедливость. Все остальное вы тоже можете почитать. Агрессор очень чувствует, что он в данной ситуации прав. Наверняка вы наблюдали и в собственном опыте, и в опыте тех партнеров, которые у вас были вот в подобных взаимоотношениях, что, когда начинается попытка выяснить, а кто же на самом деле прав? и как друг другу помочь? Начинает выясняться, что каждая сторона чувствует себя очень обиженно, чувствует что она права в данных отношениях и пытается, наконец, получить то, что ей недоставало. Жертве всегда недостает еще больше и больше заботы со стороны спасителя, а спасителю всегда недостает благодарности от жертвы. Это абсолютный закон. И естественно тогда получается так, что, если жертва попадает в роль агрессора, она начинает рассказывать спасителю, что спаситель на самом деле не столь благородный, не столь силен, не столь хорош. И через некоторое время даже бывает, что выясняется, что бывшая жертва, которая стала агрессором, она начинает обвинять спасителя во всех тех благих деяниях, которых спаситель делал от всей души. Получается так, что на самом деле, когда спаситель пытался помочь, открыть новые миры и возможности своему партнеру. Получается так, что партнер, который был в роли жертвы, и жертва была довольна изначально, партнер оказывается униженным, партнер оказывается обиженным, партнер оказывается неоцененным. И соответственно, жертва пытается наказать своего партнера, жертва пытается заставивши агрессора, пытается заставить своего спасителя делать как то по - другому , именно так как она бы хотела. И в своем опыте, в опыте каких - то других людей наблюдали, как один человек, который действительно старается сделать в партнерских отношениях все, который искренно выкладывает все свои возможности и заботится об отношениях, наталкивается на постоянное недовольство с другой стороны на жесткие обвинения. Со стороны патология этих отношений, но внутри этих отношений почему то, спаситель бывает очень сильно привязан к той стороне, которую постоянно обвиняет и не ценит и вообще видит, что что -то нужно поменять. Такие союзы бывают очень и очень прочные. Сейчас мы с вами попытаемся окончательно разобраться почему. Бывает так, что спаситель тоже попадает в роль агрессора, когда у него истощается терпения, когда в него истощаются ресурсы помочь жертве сделать что то за нее, а жертва не становится более счастливою, чем была раньше. И тогда спаситель начинает сердиться и он тоже превращается в агрессора, он гневается на жертву, он чувствует бессилия, но в этих отношениях тоже ничего не заканчивается каким - то лучшим образом. И очень часто приходят ко мне на прием люди, в отношениях которых один человек как бы сильный и гордый, который может все, а другой человек, как будто полностью зависим. И вот в этих отношениях получается так, что два партнера связаны взаимной потребностью друг к другу. Почему так получается? Что нам с вами сейчас важно запомнить. Что характеризует жертву. Жертва имеет страх что либо делать самой. Это совсем не обязательно, что жертва боится делать ну просто все. У каждого человека, который находится в данной ситуации в роли жертвы, есть какой - то сектор, внутри которого ему страшно что либо делать. Жертва с удовольствием перекладывает это на чьи - то плечи, соответственно на плечи спасителя. Агрессор – это тот человек, главными принципом которого, опять в какой – то части жизни, есть абсолютная уверенность, что он что - то делает правильно и имеет абсолютные права учить другого человека этому. Спасатель или спаситель - это тот человек, который имеет, какой - то ресурс в определенной сфере больше, чем те партнеры, которые его окружают. Спасителю очень хочется этот ресурс просто дать другим людям, одарить других людей этим ресурсом. Соответственно, когда жертва боится сделать что либо сама, ищет спасателя или спасителя, то эти два человека или эти две роли, очень нуждаются друг в друге. Потому что это избавляет жертву от взаимодействия с ее страхами. Это помогает спасителю, поделится тем большим ресурсом, которым он гордится и который долго- долго нарабатывал. По факту, спасителю, реально не нужно, что бы его жертва вышла из этой роли. Жертве тоже не нужно что бы спаситель перестал быть спасителем, потому что тогда ей придется встретиться со своими страхами или начать делать самой. А как мы с вами уже поняли, жертва что- то делать самой очень – очень не хочет. Отношение, когда они немножечко перемещаются, когда жертва, к примеру, взаимодействует с агрессором. Жертва начинает испытывать гнев по отношению к агрессору, это тоже ее избавляет от необходимости что - то делать в той сфере, которой она боится. Жертва полностью увлекается во взаимоотношениях с агрессором в решения этого конфликта и ей по факту не нужно, что бы агрессор каким - то образом менял свое поведение, ну если только иногда на роль спасителя. А агрессор видит в жертве очень хорошую вот такую вот личность, очень хороший потенциал для того, что бы научить, как любит агрессор, научить жертву что либо делать, так как агрессор видит. Когда агрессор учит этому жертву, жертва, конечно, иногда слушается, иногда выполняет то, что требует агрессор. Агрессор чувствует себя на некоторое довольным и счастливым. Но ему на самом деле для того, что бы жертву чему- то в дальнейшем научить или для что бы не потерять такого вот удобного для агрессора человека, зависимого от агрессора. Агрессору реально не нужно, что бы жертва обрела самостоятельность и реально чему - то научилась, что бы существовать отдельно от агрессора. Поэтому этот союз, эти отношения тоже необходимы для двух людей. Следующий уровень - агрессор и спаситель. Когда жертва становится, к примеру, агрессором, она начинает питаться самоутвердиться, конечно же каждому человеку, особенно если в роли жертвы выступает мужчина, всегда хочется минимум сравнятся со спасителем или хочется подняться несколько выше. Агрессор не очень умеет развиваться самостоятельно. Агрессор очень хорошо умеет совершенствовать и оттачивать те навыки, которые он привык оттачивать - это навыки борьбы, навыки умения доказать другому человеку его неправоту и несправедливость. Агрессору всегда нужен партнер для спарринга, а это соответственно спаситель. Спаситель – это достойный партнер, которого тоже никогда невозможно победить, потому что у спасителя ресурсов гораздо больше, чем у агрессора и соответственно эта игра продолжается долго – долго. Жертва становится агрессором, спаситель становится агрессором одновременно. Бывают такие ситуации, когда два партнера на некоторое попадают в одно и то положение вместе. Допустим, когда спаситель отчаивается помочь жертве, жертва в беспомощности плачет, обвиняет спасителя в том, что он загубил всю жизнь. Если это мужчина, он рассказывает женщине, как она испортила весь бизнес, как на нее обращают больше внимания, чем на него. Женщина в этот момент чувствует себя несчастной. Она всю жизнь хотела рядом с собой более сильного мужчину, за которым можно спрятаться. Они в этот момент находятся одновременно и в роле жертвы и одновременно агрессора. Игра в этом магическом треугольнике связана еще с тем, что каждый из партнеров с одной стороны - занимает более менее нестабильную роль, с другой стороны – постоянное движение по ролям в этом треугольнике у этих партнеров существуют. Тоисть спаситель может попасть и в роль агрессора и в роль жертвы, в тоже время оставаться достаточно мощным на этом уровне в ситуациях по всей жизни. Но тем не менее, как только два человека попадает в такой вот ролевой треугольник, они зачастую в этом зависают и эта ситуация длится очень долго. Почти все люди, которые имеют опыт взаимоотношения с партнера другого пола и даже очень часто даже просто партнерские отношения в бизнесе до сих пор находится в подобном треугольнике если они со своим партнером….

Часть 4

Обиды, переживания, прошлые какие – то недоделанные, не до выясненные отношения и ситуации, возвращают и возвращают и еще раз возвращают партнеров воспоминаниями. Так происходит, то этот магический продолжает работать и люди в нынешних отношений с другими партнерами, к сожалению, очень часто провоцируют старые отношения на новые и опять попадают в такие треугольники. Поэтому вот подобный треугольник, он называется магическим и очень – очень проблемным для того, что бы люди могли бы из него выйти и могли бы построить какие – то другие отношения. Я еще раз повторюсь, что, к большому сожалению, подобная ситуация, она в принципе обусловлена и нашей цивилизации и предыдущей историей цивилизации. Жертвенность и агрессивность очень часто упакованы во многих произведениях, во многих каких- то поучительных историях и вещах. И мы с вами впитываем, даже не то, что с молоком матери, молоком наших пра - пра матерей, подобную тенденцию и очень легко попадаем в данные треугольники. Как только у нас возникает что – то связанное с желанием сделать что либо за кого то- это роль спасителя. Как только у нас возникает желание, что бы кто – то сделал за нас - это роль жертвы. Как только мы пытаемся других людей получать, делать именно как мы - мы попадаем в роль агрессора. И если это более- менее стабильные отношения, то мы закладываем с вами, к сожалению, закладываем вот эти вот отношения треугольника. Так, и сейчас мы с вами, вот Таня уже задала вопрос. Сейчас мы вами перейдем к тому, как пытаться с ситуации выйти. То, что я сейчас вам произнесла, я еще раз повторю - это и есть выход. У каждой роли, о которой мы с вами говорили, есть более высокий уровень, который может помочь выстроить комфортные отношения. И который может помочь создать развивающие отношения, где каждый человек будет и благодарен друг другу, но в тоже время он не будет терять своей независимости, и не будет останавливаться и застревать в этих отношениях. Значит, еще раз давайте запомним. Жертва боится что либо делать сама и не хочет что либо делать сама. Опять таки, это же не вообще по жизни, а это именно по этой части отношения. Агрессор хочет, что бы все делали так, как он видит правильным. Спасатель стремиться сделать что либо за кого то. Спасателю можно спасать, но спасатель не должен что либо за другого человека. О чем мы сейчас с вами говорим. Спасатель в любой ситуации должен стать на другую позицию. Для того что бы нам было проще об этом говорить дадим свои наименования. Спасатель должен раскрыть в себе качества учителя. Учитель никогда не делает за другого человека. Учитель обучает другого человека и раскрывает возможности другого человека. Учитель сообщает другому человеку то, что поможет ему стать более самостоятельным и независимым. Учитель не является заложником треугольника, потому что у учителя нет стремление к себе либо кого привязать. И у учителя нет зависимости от тех, кому он дает свое знание, потому что учитель не так зависит от благодарности и не так зависит от желания быть высоко оцененный как спаситель. Если вы, на самом деле, находясь в роли спасителя, позволите себе увидеть, а почему вы даете другому человеку какую – то часть ресурса? Это для себя лично, или делаете для того, что бы другой человек раскрыл в себе какие – то качества, приобрел независимость и вот с помощью этих качеств, начал строить какую – то самостоятельную часть жизни может тоже взаимодействовать. Основное направления учителя в отличия от спасателя – это развития независимости своего партнера. У агрессора тоже есть очень интересное направление. Агрессор может развить в себе состояние тренера. Когда работает роль агрессора, агрессор никаким образом не ориентируется на возможности другого человека и агрессор не ориентируется на то, а нужно ли другому человеку на самом деле то, что дает агрессор. Настойчиво впечатывает в другого человека свои привычки, свои знания и свои умения. И тренер помогает другому человеку, да, он может быть делится какими – то своими навыкам, но он никогда не настаивает на, что бы другой человек делал это так, как делает сам тренер. Тренер готов поделится какими - то конкретными навыками, помочь адаптироваться в ситуации, но тренер никогда не настаивает, что может быть сделано только таким образом как показывает тренер. И наконец - жертва. Жертва может открыть в себе дальнейшие пути развития и возможность выхода из магического треугольника, став учеником. Жертва может увидеть то, что ей страшно в данной ситуации и попытаться научится что – то в этой ситуации делать самостоятельно. Чем страшнее жертве, чем больше она ожидает помощи от спасателя, тем больше возможностей, на самом деле, раскрыть какой – то очень мощный и интересный ресурс у этой жертвы есть. И как только жертва делает первые шаги к тому, что бы научиться делать самостоятельно то, что она раньше возлагала на спасателя, жертва превращается в ученика. Ученик желает в отличии от жертвы решать ситуации сам и стремится к самодостаточности. Выходить можно из любой точки треугольника. Я вам сейчас дам некоторые рекомендации, с помощью которых вы можете легче начать выходить из любой точки треугольника на следующий уровень. Хочу предупредить вот о чем. Не смотря на то, что вы сейчас знаете вот этот выход, переход на следующий уровень из магического треугольника к отношениям более свободным, более комфортным, самодостаточным внутри которых развиваетесь вы и развивается ваш партнер вы, можете друг другу дать больше и открытости и понимания и реальной поддержи, не погружая партнера и не погружаясь самому в зависимость. Не сразу вам удастся выйти на следующий уровень. Не расстраивайтесь от того, что шагнув, к примеру, их роли жертвы в роль ученика иногда тем не менее попадать в роль жертвы. Это, к сожалению, процесс очень естественный, потому что, как я еще раз повторюсь, треугольник, магический треугольник - это ситуация с которой мы встречаемся повсеместно. Даже если вы посмотрите нашу рекламу, и увидите в рекламе какие – то призывы, к тому, что позвольте себе этого, вы этого достойны. На самом деле подобная реклама, она погружает нас опять на уровень магического треугольника, вызывая у нас состояние чувства вины, да если мы чего- то не можем позволить, значит, мы не достойны и соответственно состояние жертвы. Таким образом, вот подобная реклама, несмотря на то, что вроде бы как они пытаются поднять наше самосознание на другой уровень, но и соответственно, что бы мы сделали покупку, они, тем не менее, опускают нас на уровень магического треугольника. Тренер и учитель, разница в чем? Еще раз. Тренер помогает человеку в более глобальном масштабе увидеть себя, увидеть какие – то свои возможности и выстраивает жизнь самостоятельно и выстраивает жизнь в соответствии с теми особенностями, которые есть у человека. Тренер же, дает больше каких - то ситуационных навыков, конкретных навыков, но тренер никогда не настаивает на том, что бы другой человек делал именно так же. Ну возьмем самый простой какой-то пример. Если допустим мама, которая обучает свою дочку резать хлеб, мама делает это каким – то определенным ножом и под определенным углом. Мама обучает, мама как тренер может учить этому дочку, как правильно все это делать, но она никогда не настаивать на том, что бы дочка в точности повторяла те навыки, которые есть у мамы. Мама может заметить, что у дочки это делается легко, каким-то другим образом немножечко другим образом и мама, помогая каждый раз дочке точить навык нарезке хлеба, тем не менее, не будет говорить - делай именно так, как делаю я, подходи с той стороны с которой делаю я. Мама будет просто наблюдать за тем, что бы навык был хорошо отработан и девочка это получила. Тренер в отличие от агрессора умеет хорошо замечать развития человека и умеет хвалить за то, что хорошо сделал. На агрессора, на самом деле угодить очень сложно. Даже если жертва, сделала в какой – то момент именно так, как хочет агрессор, на завтра агрессор найдет что плохо и что не так. Тренер умеет замечать позитивное, тренер умеет поддерживать это позитивное и тренер дает человеку следующее и следующее навыки. А учитель больше ориентируется на личность человека в целом. Учитель может очень хорошо заметить в каждой из нас стороны прекрасного, замечает возможности другого человека, и в принципе может поддержать эти возможности. Вот учитель всегда замечает индивидуальность другого человека. И учитель дает развитие этой индивидуальности не стремясь сделать за человека, что либо на самом деле человек может сделать сам, развиваясь и усваивая какие-то навыки. Учитель помогает человеку становится сильнее и обретать больше доверия. Сейчас я вам дам несколько вопросов. Вы записать их на бумаге. Тане тоже спасибо за вопросы. Я думаю, что эти вопросы вам пригодятся не только сейчас, а в любой ситуации только вы чувствуете, что вы попадаете в магический треугольник, а к сожалению и вы и я и мы все будем попадать в этот магический треугольник. Можно задавать следующие вопросы. Все приготовили ручку?

Часть 5.

Хорошо, прекрасно, спасибо. Итак как жертва может перейти на уровень ученика. Вспоминаем, жертва не делает сама, ученик - хочется делать сам. Хочется делать сам сначала, если мы попадаем в роль жертвы хорошо задать себе вопрос. Что мне нужно для решения этой ситуации? В чем мне нужна помощь? А что я могу сделать сам? Конкретный человек может мне помочь. Какими качествами обладает этот человек, и они помогают решению ситуации? И пятый вопрос – каким из этих качеств я буду у него учится, что бы решать задачи самой? Каким из этих качеств я буду учиться, что бы решать задачи самой? При выходе из роли агрессора в тренера. Мы обращаем внимание на то, что агрессор изменяет людей в соответствии с его критериями, а тренер помогает открывать новые навыки человеку. Если вы чувствуете, что вы попадаете в роль агрессора, хорошо задать себе следующие вопросы:

1. Что именно меня раздражает?
2. Что я хочу, что бы в этой ситуации исчезло?
3. Что я хочу взамен исчезнувшего?
4. Что я могу предложить другим людям, что бы у них появилась эта возможность?

И переход с уровня спасителя на уровень учителя. Итак, мы с вами вспоминаем, что спаситель делает за человека, а учитель помогает человеку раскрывать что – то в себе. Вопрос по предыдущему пункту. Что бы я могла предложить другим людям, что бы у них появилась эта возможность. Эта возможность сделать то, что сейчас люди не могут сделать в этой ситуации. На примере мамы, которая учит дочку резать хлеб. Агрессор отругает девочку за то, что делает не так, как просит мама. Мама можете задать все предыдущие вопросы и задать себе вопрос – что я могу сделать для того, что бы появилась возможность резать хлеб? И спаситель учитель:

1.Что в этой ситуации я даю людям?

2.Помогает ли это им быть более самостоятельными?

3. Как я могу помочь им исправить использовать это в их жизни?

4. Учитель может пронаблюдать некий период времени отношений с этим человеком. И заметить, изменились ли просьбы человека ко мне за время нашего с ним общения. Изменились ли просьбы человека за время нашего с ним общения. Если вы находитесь действительно в роли учителя, то просьбы могут быть или реже или в этих просьбах человек начинает обращаться к вам не с таким мотивом, что сделай, а с вопросом - как он мог бы это сделать сам? Ну, если вы не успели записать какие – то вопросы, то можете прислать мне на сайт запрос и мы всем участникам эти вопросы еще раз вышлем. Итак подводим краткие итоги. Для того что бы выйти из этого магического треугольника нам необходимо очень внимательно следить за тем, что бы в него не попадать. Каждый раз, когда мы в ситуациях попадаем в одну из ролей, как можно быстрей из нее выходить. И тогда все наши чудесные возможности всех присутствующих здесь. Все наши достоинства как очень умных и красивых девушек, которые могут составить счастье любому мужчине на самом деле будут востребованы, на самом деле буду высоко оцененными и мужчинами и пространством. Вы получите большую поддержку и то счастья, которого вы достойны. Выходит, человек этот на следующий треугольник. Мы, к сожалению, не можем в отношениях пока выйти к такой форме отношения, где у нас каждый будет независим. Мы выходим в следующую часть треугольника, но этот треугольник, треугольник следующего уровня отличается от предыдущего тем, что партнеры не развивают и не углубляют зависимость друг от друга, а развивают собственные качества, развивают собственную самодостаточность. Несомненно, способствует сближению и духовному, сближению эмоциональному и большим достижениям в жизни других людей. Так, у нас пошли вопросы. Спаситель может стать учителем, если сам знает чему учить. Да, конечно, если учитель знает чему учить, он, несомненно, учитель, а не спаситель. Вам этого легко научиться, если вы будете, находясь в роли спасителя. Обращать внимания на то, что вы обучаете чему - либо человек, не для удовлетворения собственного самолюбия. Или не для того, что бы человек сказал спасибо тебе большое, а именно из – за того, что вы видите в другом человеке сильные качества и ресурсы к его развитию, и готовы эти ресурсы поддержать. Это не просто, но это выход из такого магического треугольника. Если ты выходишь из треугольника, а партнер не хочет - ему не надо. Если ты выходишь из треугольника, то ты в партнере начинаешь открывать состояния и качества другого уровня. И нет такого человека, которому этого было бы не надо. Другой вопрос – насколько этот человек готов по скорости? Насколько этот человек готов в данный момент из этого треугольника выходить. Здесь могут быть конечно нестыковки. Вы уже готовы выйти, а партнер еще немножечко медленный. Если вы на самом деле выходите с магического треугольника на следующий уровень и вам этот человек дорог и необходим. Вы, опираясь на сильные качества партнера и открыв свою интуицию, несомненно, сможете обратиться именно к тем сильным сторонам партнера, которые помогут ему услышать и почувствовать вас и подтянуть слабые стороны. Есть у вас еще какие – то вопросы? Спасибо! Спасателю, учителю нужно искать жертву ученика, а два спасителя не воспримут друг друга. Два спасителя не воспримут друг друга, но собственно говоря, мы видим много конфликтов среди учителей различных вер, среди лидеров различных политических направлений. Каждый из них имеет внутренним намереньем спасти все человечество и сделать что - то лучшее. Причинить то самое добро. К сожалению, два спасителя очень редко находят общий язык и на самом деле, зачем нужны два спасителя, обязательно кому они будут вещать. Два учителя – это два человека, которые могут помочь друг другу, которые могут найти какую – то общую нишу и общую территорию. Два спасителя. Часто бывает так, что красивые умные партнеров не имею. Да, это еще одна проблема. Иногда мы столь сильно застреваем в спасателе, который очень хочет всех осчастливить и облагородить, что трудно бывает спустится в мир обыкновенных людей, где вот этого спасателя не сразу же распознают. А если распознают, то далеко не каждый человек готов идеи великого спасателя принять. Потом попробуйте себе представить. Спасатель приходит к обыкновенным людям, насколько тяжело просто людям жить бок обок со спасателем и чувствовать себя чем - то более низким. Хорошо, когда мы приходим к человеку, с которым нам нужно посоветоваться и такой человек у нашей жизни есть. Но брать его в партнеры, брать его в семью наверно бывает достаточно тяжело. Если партнеры вышли на другие уровни, учитель научил ученика, дальше что? Ученик, хороший ученик, он обязательно произойдет своего учителя. По крайней мере, в это сфере. И еще один признак, что все хорошо, ученик, превзошедший учителя, всегда сохраняет благодарность своему учителю. Без специальной подготовки невозможно увидеть ресурсных сторон. Нужно стоять на более высоком уровне, чем партнер, ученик, жертва. И я совершенно уверенна, что все присутствующие сегодня здесь очень часто стоят на этом более высоком уровне. Вы не всегда можете сделать, но, тем не менее, определенные навыки есть. И вот те вопросы, которые у вас есть сейчас, они помогут увидеть, как вы подниматься уровень, насколько больше там комфорта, насколько больше спокойствия и энергии и возможности взаимодействовать с другим человеком. Ну, что ж спасибо вам всем. Я надеюсь, что ваши советы сегодняшние друг другу и мои вам предложения помогут вам в жизни и если нужны кому – то эти вопросы, с помощью которых вы можете выходить за рамки магического треугольника. Сообщайте нам, если вы не успели записать или вы хотите получить в печатном виде, мы их вам вышлем. Спасибо! Если кто – то хочет дать нам обратную связь, мы будем вам очень благодарны ну и в благодарность сделаем что – то такое, что вам будет тоже приятно. Спасибо вам большое. Была очень рада встречи с вами. До следующих встреч. Запись аудио получит первые десять зарегистрировавшихся, тут они не все присутствуют, ну часть кто хочет, тоже получит. Спасибо на этом заканчиваем.

Бонус

Итак что же делать умницам и красавицам для того, что бы у них появились хорошие отношения, для того что бы им своим совершенством не пугать мужчин. А ровно наоборот, привлекать достойных интересных мужчин, которые смогут их оценить и составить им счастья. Советов здесь всего два. Первый – это открыться в отношениях и очень часто так бывает, что многие женщины, которые причитаются к умницам и красавицам совершенно уверены в том, что к отношению открыты. Они говорят о том, что они всячески ищут партнера, что они знакомятся с разными мужчинами с целью вступить в какие- то очень важные и нужные им отношения. Им это и девушкам и мужчинам. Они ищут партнера через интернет, занимаются целенаправленно. И при всем притом, говорят умницы красавицы, все равно ничего не получается. На самом деле здесь есть очень серьезная логическая ошибка. Искать партнера, и на самом деле быть открытым к отношениям – это две разные вещи. Когда девушка знакомится с мужчиной, и тут же начинает прикидывать, каким образом мог бы или не мог бы он стать ее мужем совершенно то, что быть на самом деле открытые к отношениям. То, что я советую вам, то что я предлагаю вам начать открывать в себе. Это просто возможность разрешить в себе взаимодействовать с разными мужчинами и при этом отпустить ожидания, что данный человек будет вашим мужем. Каждый раз, когда вы знакомитесь с каким – то мужчиной, позвольте себе просто иметь с ним отношения. Не загадывайте, не планируйте, не прикидывайте, будет этот человек вашим мужем, не прикидывайте, насколько он похож на тот образ мужчины, насколько он похож на тот образ вашего ожидаемого партнера или насколько он этим вашим ожиданиям удовлетворяет. Потому что как только вы начинаете сравнивать того мужчину с которым вы познакомились с теми ожиданиями, с которыми у вас есть внутри, у вас неизбежно появляются разочарования. К сожалению, это такой закон. Никогда не бывает так, что бы тот партнер, который нам встретился и на начальных этапах абсолютно удовлетворил наши ожидания, оставался таким по всей жизни. Это один из законов. Сейчас объясню почему. Если вы встретили какого – то человека и он вас с первого взгляда вам очень – очень сильно понравился. И вам кажется, что вот, наконец, тот и вы очень сильно совпадаете с ним и по интересам, очень приближен к вашим ожиданиям. То, скорее всего через некоторое время переживете с этим человеком жесточайшие разочарования. Не потому что человек не хорош. А по той причине, что умница и красавица есть такая характерна черта. На то умницы, что бы точно и четко знать чего они хотят от мужчины. И когда умница красавица встречает мужчину, и он вдруг этим ожиданиям отвечает, это, как правило, говорит о том, что это только поверхностной уровень, который данный мужчина вам дает. Почему так происходит? Любая женщина, когда встречает мужчину и хочет за него замуж она ожидает, конечно, совершенно интуитивно, что этот мужчина будет сильнее ее намного, успешней, более социально адаптирован. Так, что она сможет на некоторое нужное ей время для рождения, для воспитания детей, для построения семьи быть за этим мужчиной и расслабиться и позволить себе не такую социальную активность, которою обладает. А соответственно умницы и красавицы выбираю себе мужчину, который был бы сильнее ее. Но внутри у каждой умницы красавицы есть противоположное состояние. Опять - таки она и на то умница красавица. Умница красавица очень самодостаточная, очень сильная девушка, которая врятли когда - либо позволит, что над ней был более успешный мужчина. Тем более очень успешный мужчина имеет, как правило, достаточно властный характер. Он будет требовать от умницы и красавицы большего послушания, чем умница – красавица по своей жизни привыкла делать. Вот здесь получается противоречие. С одной стороны умница – красавица желает сильного, успешного мужчину, с другой стороны – она бы с таким мужчиной не очень бы хотела строить отношения, потому что ей тяжело, потому что умница – красавица девушка самодостаточная. И если все - таки умнице – красавице встречается тот красавец, который понравился, наконец то, скорее всего это тот мужчина, который умеет нравиться с первого взгляда, мужчина, который обладает большими возможностями показать женщине, что он такой, какой ей нужен. Это только уровень поведение и когда отношения развиваются дальше, выясняется что или мужчина действительно такой сильный, каким где – то внутри себя хочет видеть умница и красавица и эти отношения становятся проблемными или мужчина оказался таким сильным и успешным, от этого умница – красавица тоже получается не очень здорово в таких отношениях. По этому еще раз возвращаемся к пункту первому. Открытость отношений подразумевает, что вы взаимодействуете с мужчинами, вы их изучаете, вы нарабатываете и открываете опыт. Под взаимодействием понимать разнообразные степени контакты, начиная от каких – то телефонных переговоров и заканчивая уже более близкими, дружескими или любовными отношениями. Это уже определять вам, на что вы готовы. Но, при всем при этом, умницы красавицы изучая и понимая себя и понимая мужчину в таких отношениях, рано или поздно откроет для себя такую важную и очень интересную вещь. Что реально хорошие отношения всегда строятся, никогда не бывает таких отношений, которые сложились бы изначально, и дальше все было бы хорошо. Ну, у умницы красавицы по крайней мере точно, потому что умница красавица развивается сама, и отношения, которые может быть устраивали вчера с мужчиной, завтра будут уже не устраивать. Поэтому, общаясь с мужчиной умница – красавица всегда должна отношения строить, развивая себя в этих отношения и развивая другого человека. Открытость взаимопостроений отношений, которым умница – красавица должна пройти опыт построения отношений, открытость взаимодействия. Вот это тот самый путь, который однажды поможет умнице – красавице найти мужчину, которому она даст вдохновение на то, чтобы стать еще сильнее, успешнее и дать свое любимой девушке то, что она ожидает. А при всем притом умница – красавица всегда должна помнить, что, если она хочет быть за мужчину за мужем, ей всегда нужно поддерживать его мужское самолюбие, нужно показывать его успехи и перестать с мужчиной бороться, что очень часто делают умницы – красавицы. Поэтому такой вот мой совет, если есть еще или какие – то вопросы или какие – то пожелания по провидению следующего вебинара жду информацию от вас.