

DON'T WORRY, BE HAPPY, ИЛИ ФЕНОМЕН ПОПРЫГУНЬИ- СТРЕКОЗЫ

Попрыгунья-стрекоза лето красное пропела, оглянуться не успела... Знаем, знаем, что дальше. Но признаться, регулярно встречаем «стрекоз», которым любая зима нипочем. Осуждаем либо восхищаемся, а то и слегка завидуем: вот бы самой так, легко и не парясь, порхать по жизни и играючи получать все что хочешь. Можно ли этому научиться и стоит ли равняться на «стрекоз»? Что такое настоящая легкость и как сбалансировать ее наполненностью? Попробуем разобраться вместе с психологом Борисом Пахолем.

АВТОР *Виктория Шапаренко*



Борис ПАХОЛЬ,
аспирант кафедры социальной психологии КНУ им. Т. Шевченко, психолог, бизнес-консультант, телеведущий проекта «Половинки-2015» («Новый канал»), эксперт проекта «Касается каждого» («Интер»)



Между
ПАРТНЕРАМИ
РЫНОЧНОГО
ТИПА
НАСТОЯЩЕГО
ДОВЕРИЯ НЕТ:
ОБА ПОНИМАЮТ,
ЧТО ИХ
ОТНОШЕНИЯ
НЕДОЛГОВЕЧНЫ,
ПОЭТОМУ НАДО
ПОЛЬЗОВАТЬСЯ
МОМЕНТОМ



Женщины, будто порхающие по жизни, относящиеся ко всему легко, действительно привлекательны. У меня есть такая знакомая (назовем ее Лена) – красавица, занимающаяся только собой: спа, спорт, шопинг... Причем независимо от жизненных обстоятельств. Так, когда погиб муж, который полностью обеспечивал ее с ребенком, она быстро оправилась, пошла работать, хотя и не привыкла к этому, но заработанное опять же тратила на обновления: «Надо радовать себя хотя бы мелочами». И как-то все опять сложилось: нашла нового мужа, вырастила сына, снова живет в свое удовольствие. Значит, это прекрасно – жить легко, не грузиться какими-то планами и стратегиями?

Психологически здоровый человек по жизни и должен заниматься «только собой». Конечно, мы можем сказать, что заботимся о других, живем ради них, однако нам это по какой-то причине выгодно делать. И речь не о финансовой выгоде: от общения с другими людьми мы получаем психологическое удовлетворение или по крайней мере стремимся к этому. Те же, кто живет ради других в ущерб себе, как правило, психологически неблагополучны. Так что, если девушка занимается собой, своим здоровьем и красотой, выстраивает взаимовыгодные отношения с другими людьми, это нормально.

На мой взгляд, данная история – про ответственную, психологически адекватную девушку с ярко выраженным рыночным психотипом. Такие говорят: «В любой трудной ситуации качай попу!» – и рассматривают себя и свое тело как товар, который, если правильно его продать, обеспечит будущее. Когда девушка не ленился, то покупатель находится – обычно это мужчина того же психотипа. Поскольку Лена пошла на работу и смогла в кризисный период обеспечить свои нужды, считаю, что она психологически достаточно взрослая, без признаков инфантилизма. У нее как раз есть своя стратегия – вкладывать в себя, и она работает.

Другое дело, что в такой ситуации трудно диагностировать, будет ли Лена счастлива в дальнейшем с мужем, очевидно, выбранным прагматично, по кошельку. Ведь между партнерами рыночного типа настоящего доверия нет: оба понимают, что эти отношения недолговечны, так что надо пользоваться моментом.

Начинается бесконечная игра в перетягивание каната: у девушки – попытки выбить побольше материальных ресурсов из мужчины, у мужчины – заставить девушку демпинговать, снизить требования, но при этом он должен обеспечить присутствие красавицы рядом с собой, ведь это дает ощущение некоего социального статуса. Поэтому, чтобы удержаться рядом с таким мужчиной, женщине нужно постоянно поддерживать сексапильность, быть самой дорогой на рынке, постоянно прицениваясь: на что клюют другие, а не подешевела ли она? Как в том советском фильме про Золушку, где сестры спорили, кто сколько знаков внимания получил, причем не важно от кого. Для женщины в данном случае ценны не отношения, а ощущение собственной стоимости, ведь это, как ей кажется, обеспечивает безбедное существование. А значит, появляется невроз страха за завтрашний день – глубинная проблема, которая характерна для всех представителей этого

типа. У Лены он тоже есть, просто она с ним справляется, компенсирует его. Со следующим этапом кризиса она может столкнуться ближе к 35 годам, когда качай не качай попу, а ресурс молодости потихоньку истощается и на рынке надо продавать уже что-то другое – например, профессиональные и интеллектуальные навыки.

Вообще, каждый психотип как система социально одобряемых неврозов таит в себе потенциальные духовные кризисы, прохождение которых и есть путь психологического развития человека в аспекте межличностных отношений. Проходя их гармонично, человек становится более искренним, свободным, счастливым, а застревая в каком-то – наоборот, обрекает себя и близких на постоянное напряжение и страдания, растущие с каждым годом. Такое случается, если в нужный момент человек не принял решения – не начал работать над собой, вкладывать во что-то, кроме внешней привлекательности.

Лена пока что гармонично прошла кризисы, у нее есть внутренний стержень. И поэтому ее нельзя назвать настоящей попрыгуньей-стрекозой (рыночным инфантом), которая совершенно не задумывается о будущем, легко и беззаботно тратит деньги – понятно, не свои. Такой попрыгунье рано или поздно «зима» со всеми вытекающими последствиями таки грозит.

«Попрыгунья-стрекоза» – дар божий или этому можно научиться? Ведь не у всех так выходит, даже если и хочется быть легче. В чем секрет?

Не у всех так выходит, потому что не было приложено достаточно усилий. «У меня не вышло» – это снятие с себя ответственности: «Я не упал – меня уронили». Если человек старается, не получается не может, если нет – плохо старался.

Сильно стараться для того, чтобы стать легче? Похоже, в самой формулировке есть некий парадокс.

Жить легче – это не значит, что ты просто гуляешь-отдыхаешь, за тебя платят, и все отлично. Легкость – это критерий качественных взаимоотношений с другими людьми и с самим собой. Речь идет о навыке, умении гармонично коммуницировать с окружающими. И если человек это умеет, то он этому когда-то учился, это не дается от природы.

Любое саморазвитие – это работа новых поведенческих форм, и тут всегда приходится напрягаться. Кому-то легче учиться из-за природных данных, кому-то – сложнее. Но научиться может каждый. Очень важно окружение, эмоционально значимые люди – как родители, так и те, кто нас в детстве восхищал, кто нам нравился, с кого

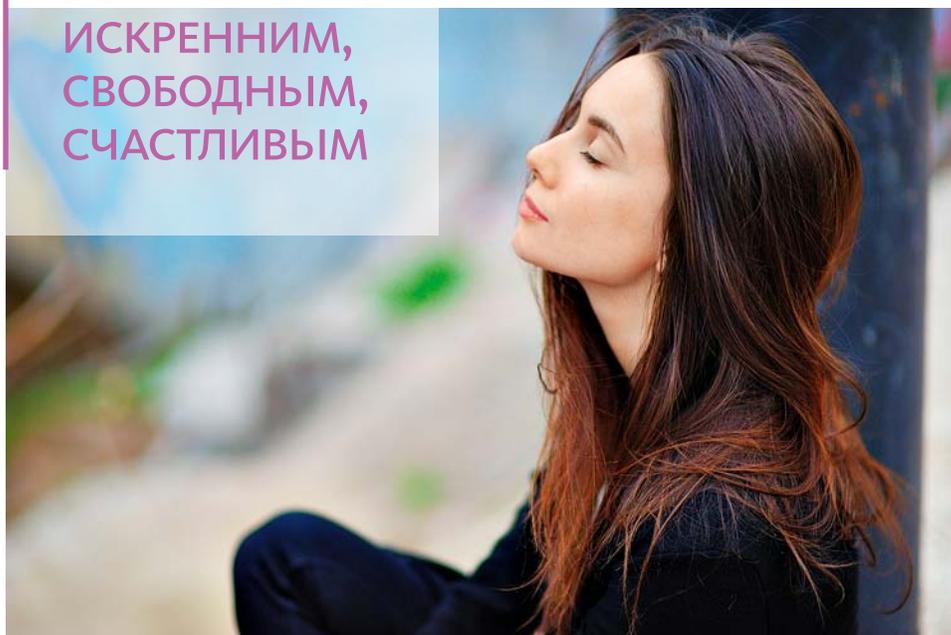
мы копировали формы поведения. Это, на мой взгляд, играет решающую роль в том, раскроет человек потенциал, данный природой, или нет.

Правда ли, что таким женщинам мужчины отдают предпочтение чаще? Не есть ли это желанием подыграть им, предложить образ, отвлекающий от жизненных тревог? Может, это запрос времени? Как известно, в послевоенные или кризисные периоды даже мода меняется – предлагает женственные наряды и шпильки...

Как правило, выбор партнера осуществляется в согласии с психотипическим сходством – на каждую девушку найдется свой ценитель. Если говорить именно о рыночном типе, то мужчинам нравятся «ухаженные» – тогда они чувствуют, что приобретают качественный товар, и получают временную удовлетворенность: «приобретением» можно похвастаться перед другими мужчинами, повысить свой статус в группе, где распространен рыночный тип отношений. Для других же культур или обществ могут быть ценными иные вещи: материнские качества, сексуальность, интеллект и т.д.

Успешно проходя этапы своего развития, «стрекоза» превращается в личность с интересным бэкграундом, с навыками сложного общения и становится незаменимой для своего мужчины. Ее невыгодно терять: он много в нее вложил, она знает все – начиная от его «черной» бухгалтерии и заканчивая привычками и слабостями. Она умеет искусно манипулировать, и даже если мотивы со временем поменяются, навыки останутся. Например, она научилась сглаживать конфликтные

Проходя
духовные
кризисы
гармонично,
человек
становится
более
искренним,
свободным,
счастливым



ОБРАЗОВАНИЕ И САМОРАЗВИТИЕ ПОЗВОЛЯЮТ ЧЕЛОВЕКУ СОХРАНЯТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ЦЕЛОСТНОСТЬ НА КАЖДОМ ЭТАПЕ ЖИЗНИ

ситуации между партнерами – для того, чтобы мужчина от нее не ушел, но потом может применить этот полезный навык, работая помощником руководителя. Или же на ней записана значимая часть имущества, или она вовлечена в «схемы»... Коней на переправе не меняют.

Можно ли поставить знак равенства между легкостью и инфантильностью или это разные психологические категории?

Легкость – это позитивное качество психологически благополучного человека, навык установления и поддержания позитивных контактов с другими людьми. А инфантильность – признак негармоничной личности, психика которой зафиксировалась в определенном возрастном периоде, причем разница между биологическим и психологическим возрастом со временем становится все более заметной. И те, кто считает инфантильные проявления чем-то возвышенным, оказывают себе медвежью услугу, осознание которой наступает достаточно поздно и зачастую заканчивается плохо: алко- или наркозависимостью, игроманией, зависимостью от шопинга и косметических процедур и т.д. Так что это совсем не идентичные понятия.

Интересно, что в словах «легкость» и «легкомысленность» корень один, но смысловое наполнение совершенно разное. А еще есть «легкое поведение» с вполне определенным негативным посылом. Получается, в нашей культуре отношение к легкости очень неоднозначное?

Выходит, что так, хотя это уже психосемантика, и тут все сложно. Конечно, мы можем искусственно наполнить эти категории иным смыслом, но вообще язык отражает ментальность, а значит, и поведение.

Какие ловушки у такой жизненной позиции? «Она идет по жизни смеясь...» И все как будто хорошо, но почему же она «плачет ночами»? Похоже, Макаревич пел именно об этом.

Это другой типаж, психотип сильной женщины – сердечной и сексуальной, которая ждет свое счастье. Это женщина-праздник, добрая, открытая, легкая,

общительная, которая вносит в жизнь мужчины заботу, как мамочка, всегда готова пригреть и утешить. Да, для счастья все есть, но оно не приходит, потому что таких девочек, как Ассоль, наверное, в «деревне» много, и нужно чем-то выделяться. А она по сути ничего не делает, просто сильно верит и ждет, но, увы, мужчина-инфант быстро переключается на других женщин, не менее ярких и празднично-беззаботных. Это инфантильная позиция обоих партнеров. Что бы произошло с Ассоль, если бы Грей так и не приехал? Как раз «сильная женщина плачет у окна».

Значит, это тоже легкий образ, их немало: «стрекоза», Ассоль...

Да, причем каждый психотип диктует свое наполнение категории «легкость», и отношение к представителям других типажей отличается. Девушка из песни Макаревича, скорее всего, будет завидовать «стрекозе», у которой все складывается легко. А у девушки рыночного типа будет конкуренция: «Я стою дороже, чем эти дешевки!»

Но все это псевдoleгкость, потому что девушка из песни Макаревича (она же Ассоль) только внешне легкая для всех, делает вид, что это так, и тратит кучу энергии для поддержания такого образа, а сама плачет ночами. «Стрекоза» тоже ведет беззаботную жизнь только на первый взгляд. Если же копнуть глубоко, окажется, что проблем и неврозов у нее не меньше, поэтому завидовать не надо.

Кстати, Остап Бендер – тоже псевдолегкий тип, только в мужской интерпретации. Это воспевание романтики обмана, кидка, без формального нарушения уголовного кодекса. Все мы помним о том, чем это закончилось.

Можно ли избежать всех этих подводных камней, гармонично совместить легкость и наполненность? Что для этого нужно?

Образование и саморазвитие – тот стержень, который обеспечивает человеку возможность сохранять психологическую целостность на каждом этапе жизни. Образование помогает узнать, в какие ситуации попадали другие, учиться на чужих ошибках, предугадывать кризисы, саморазвитие – отрабатывать необходимые навыки, чтобы пройти их гармонично. Одно без другого, кстати, не работает: если человек занимается только образованием – получает такой себе ботан, заучка, только саморазвитием – самородок, гуру из Бобруйска. Так что все просто, и в рамках любого психотипа можно развиваться, становясь все более свободным, успешным, целостным.

**ЛЕГКОСТЬ – ЭТО
КРИТЕРИЙ
КАЧЕСТВЕННЫХ
ВЗАИМООТНОШЕНИЙ
С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ
И С САМИМ СОБОЙ**

