

Сценарии поведения человека. Психологическая запрограммированность

Работу выполнила
Студентка группы АКХ11-19
Леханова Анастасия

- Под сценарием в психологии понимается «широкая» программа или, иначе, линия поведения с определенными правилами, ценностями и целями.
- Сценарий поведения формируется, как правило, в детско-подростковом и юношеском возрасте. Проследить его проявления можно лишь в больших промежутках времени: от нескольких месяцев до десятков лет. Сценарии поведения устойчивы к изменениям, они находятся в бессознательном, поэтому либо совсем не осознаются личностью, либо осознаются ею частично.
- Любой сценарий имеет определенные психологические причины возникновения: особенности воспитания, трансляция родителями и другими значимыми людьми алгоритмов и сценариев своей жизни, менталитет окружающей среды с принятыми в нем ценностями и алгоритмами поведения, другие уникальные условия становления данной личности.

Список сценариев

- Аскет

Для этого сценария характерен отказ от материальных благ, любых удовольствий и богатств. Характерна умеренность во всем: в еде, одежде, в условиях жизни.



- Везунчик

Человек с данным сценарием поведения предпочитает вести себя легкомысленно, надеяться на удачу, не планировать наперед, полагаться на с



- **Гедонист**

Сценарий гедониста или, по-другому, «прожигателя жизни» направлен на получение максимума удовольствий, без оглядки на последствия такого поведения.

Г
Е
Д
О
Н
И
З
М



KtoNaNovenkogo.ru

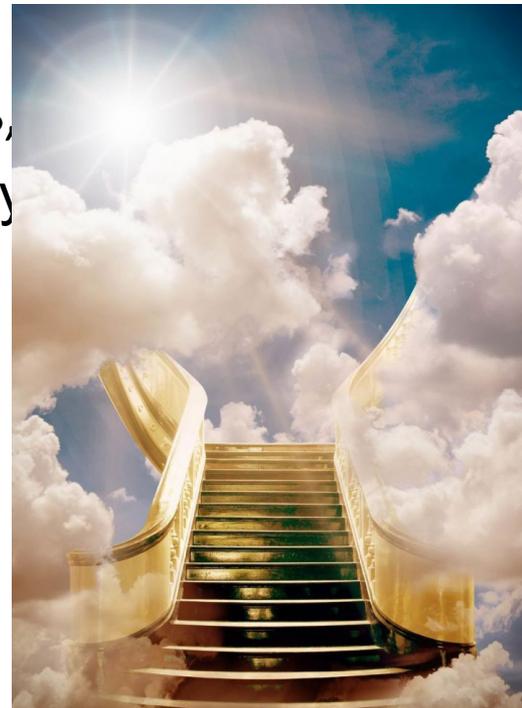
- **Дипломат**

Человек с данным сценарием обычно пытается подружиться со всеми окружающими, помогает найти им общий язык. Минусом такого сценария является то, что человек не выражает собственную позицию и не отстаивает свои собственные интересы. Плюсом этого сценария является положительная роль Дипломата в обществе, которая позволяет мирить и объединять враждующие стороны.



• Духовный сценарий

Для этого сценария характерна чрезмерная духовность без учета закономерностей материальной реальности. Люди с развитым духовным сценарием считают себя «просветленными» либо двигаются к «просветлению». Они готовятся к жизни после смерти, считая, что земная жизнь – всего лишь подготовка к ней. Среди таких людей встречаются те, которые верят в реинкарнацию, в то, что проживают уже не первую жизнь. Нормальным этот сценарий может быть, если человек несет практическую пользу как для себя, так и для окружающих.



- **Жажда власти**

Патологичность данного сценария прямо пропорциональна выраженности стремления к власти.

- **Избегание несчастий**

Люди с данным сценарием всеми силами стараются избежать возможных несчастий и неприятностей. Распространенные роли для этого сценария – фобик, ипохондрик, тревожная личность, зацикленный на здоровом образе жизни.

- **Коммерческий сценарий**

Для этого сценария характерны алчность и жадность, и чем сильнее их проявление, тем более патологическим будет сценарий. Человек с коммерческим сценарием воспринимает реальность исключительно с материальной стороны.

• Компенсатор

Для этого сценария характерна выраженная неудовлетворенность, которую человек компенсирует успехами в других сферах или разными видами наслаждения. Распространенные роли для этого сценария – шопоголик, трудоголик, тревоугодник, сексоголик, зацикленный на спорте или личностном росте человек.

• Конформист

Конформисты часто пристраиваются около более сильной личности: лидера, защитника, помощника. Люди с таким сценарием обычно играют второстепенную роль на работе, в семье, отношениях, обществе. Особенностью данного сценария является полная или частичная подстройка в поведении, ценностях, целях под другого значимого человека или группы людей, которая происходит без какого-либо давления со стороны окружающих, в результате чего Конформист рискует потерять собственное Я.

- **Лидер**

В норме Лидеру свойственно такое качество как справедливость, а при патологическом развитии сценария Лидер становится тираном.



- **Мазохист**

Психологический сценарий, который проявляется в желании стать жертвой ради счастья других людей.

- **Мудрец**

В норме человек с данным сценарием действительно техническими и духовными знаниями, которые приносят практическую пользу. При патологическом развитии сценария человек переоценивает свои возможности, раздает окружающим советы, при этом сам не стремится сделать что-либо полезное для себя или общества. В этом случае сценарий характеризуется общей ленью к работе и другим делам.

• Наблюдатель

Наблюдатель в большинстве ситуаций сохраняет нейтралитет, часто его называют «ни рыба ни мясо». Для этого сценария характерна нейтральная позиция к большинству событий в жизни, кроме тех, которые касаются значимых сфер, людей. В некоторых случаях такой человек может считать себя чужим и лишним в мире, в котором он живет.

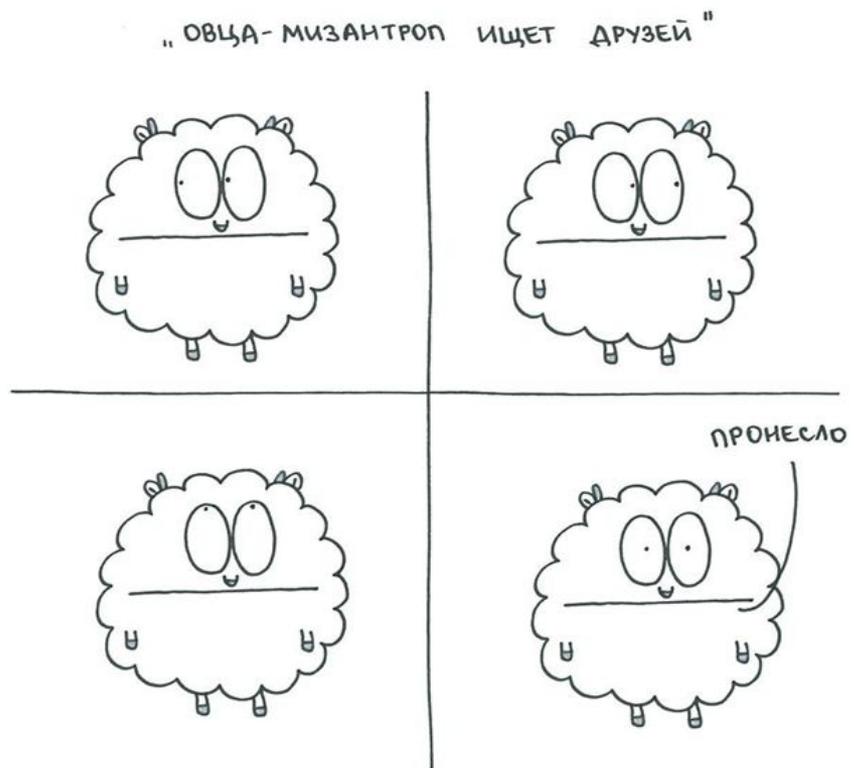
• Неудачник

Этот сценарий характеризуется низким уровнем притязаний и самооценки, а также частыми депрессивными состояниями. Распространенные роли для этого сценария – «козел отпущения», шут, аутсайдер.



• Мизантроп

Данный сценарий характеризуется нелюдимостью, презрением и ненавистью к другим людям, а иногда и к самому себе. Часто он сопровождается пессимизмом, подозрительностью, нелюдимостью.



• Нарцисс

Отличается от предыдущего сценария – «я – самый хороший, и я докажу вам это» – тем, что Нарциссу не нужно доказывать кому-либо, что он самый лучший. Поэтому он практически не приносит пользы самому себе и окружающим. Минусы такого сценария заключается в отсутствии критики к своим неадекватно завышенным возможностям, самооценке, уровню притязаний. Это может привести ко многим негативным последствиям: отсутствие настоящих друзей, хорошей работы, семьи и т.д.

• Неприятие реальности

Человек с данным сценарием предпочитает жить в «другой» реальности, так как окружающая реальность кажется ему слишком ужасной. Из-за этого он может находить себя в различных патологических зависимостях: алкоголизме, наркомании, игромании.

•Оппозиционер

Данный сценарий может проявляться в активной и пассивной позиции. В первом случае для него характерна выраженная агрессия. А во втором – избегающее поведение, шизоидные черты личности. Главная особенность этого сценария в том, что Оппозиционер всегда идет против основного движения в обществе, в котором он находится. Нередко он противоречит даже самому себе и обладает двойными стандартами.

•Посредственность

Человек с таким сценарием считает себя обычным, заурядным, ничем не отличающимся от других людей. Часто он думает, что в случае его исчезновения его будет легко заменить. Для этого сценария характерны депрессивные состояния.

• Пофигист

Для данного сценария характерно нарочитое обесценивание общепринятых норм этики и морали, циничное отношение к окружающим. Такие люди проявляют незаурядную лень во всех сферах жизни. Пофигист, в отличие от Наблюдателя, безразличен не только по отношению к окружающим, но и по отношению к самому себе.



• Праведник

Этот сценарий характеризуется гипертрофированной моральностью, которая часто сопровождается двойными стандартами. Как правило, человек с данным сценарием не может найти близких по духу людей, все окружающие кажутся ему недостаточно хорошими. Из-за этого он часто испытывает презрение, отвращение к людям, в том числе и к близким.

• Провокатор

Человек с данным сценарием намеренно, открыто или скрытно манипулирует людьми, заставляя их совершать запрещенные, недостойные, аморальные и любые другие отрицательные поступки. Провокатор делает это либо ради собственной выгоды, либо ради морального удовлетворения.

• Пуританин

Данный сценарий похож на сценарий Аскета и также сопровождается отказом от материальных благ и удовольствий. Однако для Пуританина вдобавок к этому характерны патриархальные, консервативные взгляды, выраженная религиозность.

• Серый кардинал

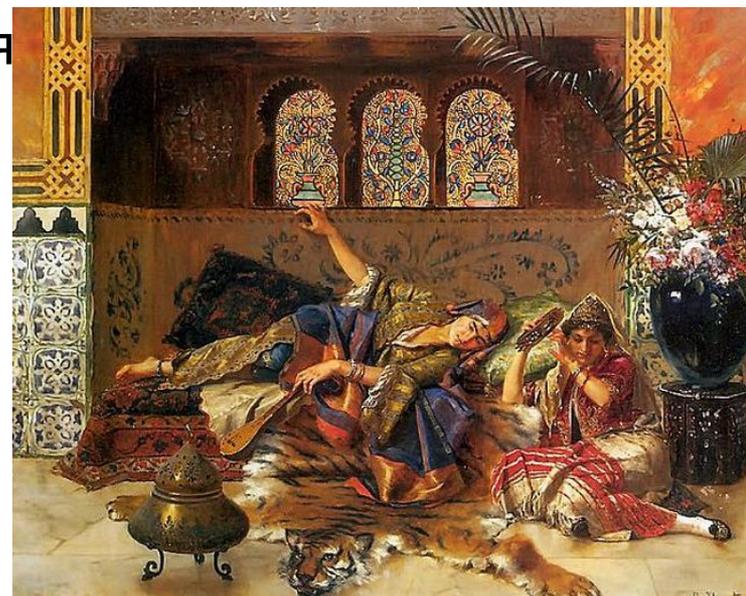
Данный сценарий характеризуется желанием влиять на происходящие вокруг Серого кардинала события, манипулировать окружающими его людьми и заставлять их делать то, что выгодно Серому кардиналу. При этом человек с этим сценарием сам всегда стремится оставаться «в тени», перекладывая ответственность на другого, часто – «козла отпущения».

• Социопат

Человек с данным сценарием испытывает трудности в социальной адаптации, из-за чего часто вступает в конфликты с окружающими. Ему трудно усваивать принятые в обществе правила и следовать им, он пытается адаптироваться в обществе за счет труда других людей. Социопаты, как правило, склонны к паразитическому существованию.

- **Сибарит**

Люди с данным сценарием любят роскошь, богатство и все сопутствующие атрибуты. Они ведут или хотят вести праздный образ жизни.



- **Соблазнитель**

Данный сценарий характеризуется стремлением завоевать как можно больше партнеров, влюбить их в себя, стать объектом страсти, вожделения, любви. Человек с таким сценарием обычно не способен на крепкие, продолжительные отношения с одним партнером, ему трудно создать и сохранить семью.

• Спаситель

Сценарий, похожий на мазохистический, при котором, однако, у человека хватает собственных сил и энергии на помощь другим людям, обществу не в ущерб себе.

• Сценарий накопления

Этот сценарий распространяется как на материальные ценности (деньги), так и на нематериальные (знания). Патологичность накопления зависит от степени жадности к накоплениям и возможностей самого человека.

• Творческий сценарий

Данный сценарий предполагает стремление создавать что-то новое своим собственным трудом. При патологичном развитии сценария творческая деятельность осуществляется в убыток основным сферам жизни человека: семье, материальному благополучию, здоровью.

• Учитель

Для данного сценария поведения характерно стремление учить и поучать других людей, постоянно советовать им, как лучше поступить.

- **Философ**

Для человека с данным сценарием характерно находиться в постоянном поиске смысла жизни. Распространенные роли для этого сценария – обсессивные личности, шизотипические личности, мыслители и, естественно, философы.

- **Экстремал**

Для данного сценария характерна постоянная проверка жизни на прочность и борьба со страхами, в том числе со страхом смерти. Распространенные роли для этого сценария – не только представители экстремальных видов спорта, но и представители опасных профессий, сопряженных с риском для жизни.

- **Я – особенный**

Распространенные роли для этого сценария – мистик, эзотерик, маг, ученый с высокими ожиданиями от себя.

- **Я – самый плохой**

Это депрессивный сценарий, для которого характерно избегание неудач и низкий уровень жизненных притязаний. Нередко сопровождается алкоголизмом.

• Хитрец

При этом сценарии человек постоянно стремится «обойти систему». Как правило, такой человек полностью или частично асоциален, нарушает правила общежития, иногда нарушает закон. Его недостаток в том, что такой человек привыкает использовать изъяны и несовершенства системы, а также слабости других людей в собственных корыстных целях. Из-за этого у него часто возникают проблемы с близкими, друзьями и окружающим обществом, которые рано или поздно выводят Хитреца на чистую воду. Для самого человека и его личного пространства минус этого сценария заключен в том, что навык хитреца распространяется и на его владельца.

То есть, человек легко обманывает и самого себя во многих ситуациях, сам не осознавая этого факта. Это может проявляться в виде частых оправданий своему поведению и двойных стандартов. Преимущество этого сценария в том, что Хитрец может накапливать материальные ценности. Самые распространенные роли для этого сценария – это мошенник, коррупционер, политик, недобросовестный бизнесмен.



- **Энергетический вампир**

Человек с данным сценарием испытывает удовлетворение от досады, раздражения и печали окружающих людей. Часто он сам осознанно или

неосознанно становится виновником таких состояний.



- **Я – самый хороший, и я докажу вам это.**

Это разновидность нарциссического сценария. Человек с таким сценарием старается изо всех сил стать успешным в обществе и продемонстрировать свои результаты другим, чтобы повысить собственную значимость. Но поскольку совершенствование для него становится замкнутым патологическим кругом, он не может остановиться, пока его не остановят внешние (ограничение по карьерному росту, культурные и социальные ограничения) или внутренние обстоятельства (астения, профессиональное выгорание, ограничение физических и психических возможностей). Если человек понимает границы своих возможностей, то сценарий может удерживаться в норме, но как только человек начинает стремиться преодолеть их, сценарий становится патологическим. Распространенные роли для этого сценария – идол, звезда.

- Сценарий поведения нельзя резко изменить или отказаться от него, даже если человек осознал принцип его работы. Процесс изменения может происходить только постепенно, через осознанную проработку причин и выгод его существования в поведении личности. Если не подвергать сценарий специальному анализу, не практиковать самоанализ, сценарий остается неизменным на протяжении всей жизни.
- Попытка резкого, насильного избавления от ведущего сценария может привести к возникновению контрсценария – полной противоположности изначального сценария. Однако это, как правило, не решает проблемы и не приносит человеку желаемого результата.
- Сценарии поведения в некоторой степени могут соотноситься с известными в психологии типами личности, однако прямой связи между ними нет.
- Каждый сценарий может принимать патологическую форму, но не каждый может принимать «здоровую», нормальную форму.