

# Треугольник С. Карпмана



# Механизм трансляции ролей

- ❑ Если у спасателя не получается образумить опекаемого, он становится жертвой;
- ❑ начиная воспринимать жертву как источник своих неприятностей он сам становится жертвой;
- ❑ раздражение нарастает, гнев не находит выхода, и спасатель превращается в преследователя «Ты в этом виноват»;
- ❑ жертва тоже может стать Преследователем, когда видит в Спасателе виновника всех своих несчастий. «Ты слишком мало делаешь для меня» или «Из-за того, что ты так много делаешь, я не могу себя проявить»

**ПРЕСЛЕДОВАТЕЛЬ-промежуточное состояние  
СПАСАТЕЛЯ и ЖЕРТВЫ**

# Жертва

- ❑ Ассоциация - персонаж «Ослик ИА»
- ❑ Основная потребность в спасении, защите
- ❑ Основная цель: избежать ответственности в формулировках
  - «все равно безнадежно»;
  - состояние «бедный я бедный»;
  - «меня никто не понимает»;
  - «все лучшее было в прошлом и если бы ТОЛЬКО...»

# Роль жертвы

- ❑ Жертва подавляет свою агрессию, но она проявляется в виде вспышек ярости или аутоагрессии;
- ❑ Для поддержки патологических отношений жертве необходимы внешние ресурсы в виде помощи от спасателя.

# Награды личности в роли жертвы

- сочувствие окружающих;
- сладостное чувство жалости к самой себе;
- обвинение других вместо попыток изменить свое положение;
- власть и контроль над другими при помощи вызывания у них чувства вины;
- проекция на других причин своих несчастий, осознание себя почти святой;
- возможность сохранить статус «кво», в котором жить хотя и больно, но привычно.

# Самопораженческие последствия ролевого поведения жертвы

- ❑ Одиночество (распространяют вокруг себя чувство вины и неизбежно переходят в роль обвинителя и преследователя)
- ❑ отталкивают от себя близких и притягивают к себе обидчиков;
- ❑ создают те ситуации, которых боятся (отвержения, утраты любви, социальной изоляции);
- ❑ жертвы рождают жертв.

# Направления профилактики и помощи « жертве »

- ❑ формирование ответственности за свою настоящую и будущую жизнь.
- ❑ научиться говорить о том, что тебе нужно, не перекладывая на других чувство вины.
- ❑ перестать обвинять других в своих несчастьях.

# Преследователь

- ❑ Ассоциация «гневный праведник»
- ❑ Цель: обвинять, критиковать

# СПАСАТЕЛЬ

- ❑ Форма невротического «альтруизма»
- ❑ Настоящая цель: стоять «над», контролировать, манипулировать, управлять по типу «Родитель-ребенок»
- ❑ Результат спасательства: «инвалидизирует» жертву т.к. **он** хороший, добрый, великодушный, сильный, честный
- ❑ Лишают жертву веры в свои силы, грубо попирает ее психологические границы, навязывают свою систему ценностей и таким образом делают их зависимыми ««Ты погибнешь без меня, поэтому мне придётся ограждать тебя от неприятностей»»

1. Воспитывает беспомощных, безответственных потребителей (ленивых, тунеядцев)

Вопрос: Зачем это они делают? (вызывает у них агрессию);

Человек без пристрастия к спательству придет на помощь, но «научит ловить рыбу»

Спасатель, придет на помощь когда его об этом не просят и будет давать готовую рубку, не затрудняя ловлей рыбы.

# **Благодарю за внимание**

**Пакулина Светлана Алексеевна**

**Эксперт-преподаватель. Кандидат психологических наук, доцент, психолог ЧОЦСЗ «Семья»**

**E-mail [Rakulinasa@mail.ru](mailto:Rakulinasa@mail.ru)**