Автор: admin
20.06.2011 19:02 - Обновлено 29.10.2014 09:08

Зачем людям Маски, и как их распознать?

«Носите маски. Носите маски!
Лишь только под маской
Ты можешь остаться собой!»

День ото дня мы обрастаем таким слоем чужих мыслей и эмоций, что под всем этим уже трудно разглядеть нашу суть.
К чему людям маски? Да потому что быть по-настоящему искренним и любящим - это большие душевные энергозатраты. Поэтому многие живут с наименьшим душевным износом, выбирая знакомую с детства родительскую модель поведения. Жаль, что любая из 6 существующих масок означает остановку в развитии, жизнь в неком театре абсурда...

Как происходит выбор масок?
По словам психолога ижевского «Центра Монтессори» Татьяны Тиминской, два человека, поженившись, чаще всего выбирают отношения «хозяин-гость». И вот уже один примеряет на себя корону, а второй жертвенно складывает руки на груди: «С меня взятки гладки, царица - вон там!». Появляющиеся в этой «наименее энергозатратной» семье дети вынуждены брать из гардероба маски под номерами 3, 4, 5, 6. Или вставать на место ушедшего родителя, под его маской.

Маска 1: Покровитель

Как правило, это женщина, всем своим видом изображающая жертву: «Всё-то в доме держится на мне!». Она добровольно взвалила на себя все хлопоты по уборке, готовке, стирке, выгулу домашних животных, проверке дневников у детей и подсчёту выпитых мужем бутылок пива. Это полноправная владычица, точно знающая, сколько должен зарабатывать её супруг, и кем должны стать в будущем дети.
Доминирующее чувство Покровителя - злость. Поэтому, как следствие, такой человек рано стареет. К тому же своим властным поведением он просто выталкивает из дома настоящую любовь.
Чтобы общаться с масками, надо говорить «волшебную фразу», т.е. бить в самую суть неудавшегося актёра. Волшебная фраза для Покровителя: *«Я вообще не буду с тобой разговаривать, пока ты злишься!».*
Как только он слез с воображаемого трона и утихомирился, можно потихоньку уводить

его из «царских палат» подальше к настоящей жизни, поближе к его родной семье.

Маска 2: Зависимый

Слабовольный супруг, видя, что все заботы взвалила на себя его «царственная» половинка, просто ничего не делает. Семья постоянно «пилит» его, ставя в пример «правильную» жену, и муж предпочитает уходить от накапливающегося негатива в гараж, на рыбалку, в сауну или периодически зависать в компьютере, обезоруживая всяческих монстров. Результат - всё тот же, плачевный: алкоголизм, игромания, аутизм и просто синдром сгорания.
Доминирующее чувство Зависимого: вина. Поэтому волшебная фраза, которая сможет пробудить его истинную, сильную душу: *«Я не знаю, почему ты чувствуешь себя виноватым, но я тебя немного боюсь!».*
После этого он вспомнит, что у него есть крылья и ему вполне хватит духу взять на себя ответственность за свои слова и поступки.

Маска 3: «Герой»

Почему в кавычках? Да потому что только на словах. Первый ребёнок, рождающийся у Покровителя и Зависимого, представляет собой этакое знамя, которым гордятся и выставляют напоказ. Он - путёвый, не то что отец! Чувствуя всеобщее восхищение, ребёнок-«герой» открыто заявляет о своих успехах, стремится быть первым во всём. Желая соответствовать навязанной маске, он предаёт собственные идеалы, постоянно рвётся командовать и часто идёт по головам. Ему кажется, что весь мир только тем и озабочен, что пристально наблюдает за успехами «героя». Поэтому он так тяжело переживает собственные неудачи. В результате такого напряжения человек сгорает. К тому же ему постоянно не хватает чего-то настоящего, не навязанного другими.
Доминирующее чувство «героя»: стыд.
Волшебная фраза: *«Я знаю, чего ты стыдишься. Давай обсудим, что с этим можно сделать!»*
Главное - мягко дать ему понять, что мир принимает его таким, какой он есть - со всеми недостатками и шероховатостями, поэтому иногда вполне можно побыть несерьёзным и противоречивым.

Маска 4: Козёл отпущения

Второго ребёнка изначально сравнивают с отличником-старшим. На нём вымещается вся отрицательная энергия семьи. Но для него получить порцию негатива всё же лучше, чем чувствовать, что его игнорируют. Поэтому он пускается во все тяжкие: ранняя проституция, пьянство. Вот почему вторые дети нередко притягивают к себе всё отрицательное. Драки. Милиция. Тюрьма. И вообще сплошные несчастья, поскольку эти дети очень травматичны.
Доминирующее чувство: обида.
Волшебная фраза: *«Я понимаю - тебе обидно! А кому было бы не обидно?»*
Погорюйте вместе с ним, посетуйте на судьбу и покажите ему новый путь к свободе от стереотипов.

Маска 5: Потерянный
Третий ребёнок, рождающийся в стандартной «масочной» семье, невероятно замкнут. Видя владычицу-мать, безвольного отца, предателя-героя и опустившегося козла, он прячется в своём мире, запоем читая книги, тихонько музицируя или заботясь о домашних животных. Он спокойный работяга, стабильно учится на «4» и не оттягивает внимание на себя, поэтому семье кажется, что с ним - никаких проблем! На самом деле среди Потерянных достаточно распространён аутизм.
Доминирующее чувство Потерянного: одиночество.
Волшебная фраза: *«Я понимаю тебя. Я чувствую себя также одиноко с детства. И в мире книг, музыки и природы мне намного комфортнее!»*
Станьте близким другом «потерянного» малыша, попробуйте выработать единый, тайный язык, чтобы он мог на вас положиться в трудную минуту.

Маска 6: «Талисман»

А вот над кем в семье любят поржать и повеселиться - это над четвёртым ребёнком. Он постоянно играет роль шута горохового, потому что доминирующее чувство «талисмана» - страх. «А когда смешно - тогда не так страшно!» - как говорит Миша Ефремов. «Талисман» остро переживает, что не нужен миру, поэтому кривляется и смешит всех до потери рассудка. Точно также, на всеобщей волне веселья, «талисман» может шагнуть из окна, поскольку у этих детей ярко выражена склонность к суициду…
Волшебная фраза для «талисмана»: *«Тебе страшно?»*
Как только он кивнул и немного посерьёзнел - скорее уводите его от хохочущей толпы и постарайтесь глубоко заглянуть в его ранимую душу.

Эпилог

Представьте себе, что вам встретился… инопланетянин. Он очень хочет узнать нашу Землю поближе, поэтому замучил вас расспросами. Но как вы объясните ему, к примеру, что такое дождь? Чем пахнут розы? Или насколько божественна музыка Моцарта? На словах - никак, это надо только почувствовать!

Первый шаг сделан. Теперь вы знаете, какие маски любит надевать ваше окружение. Самое время - сорвать собственную. Меняя своё поведение даже на чуть-чуть, мы притягиваем в свою жизнь наиболее важные перемены. Чувствуйте их!

Второе. Поговорите с близкими. Произнесите волшебную фразу, чтобы помочь им докопаться до самого себя. Пусть и они почувствуют живительную силу добра!

И главное. Начинайте жить искренне, каждый день даря любимым минуты мира и понимания.

Стройте свою жизнь на любви и доверии.

Перестаньте говорить «я считаю» или «я думаю». **Говорите «я чувствую» - только так можно ощутить настоящую, живую энергию любви!**

Автор - Юлия Михалева

Источник