

Модель отношений

Модель отношений в семье, где один из членов страдает от зависимости, хорошо описан психологами в виде некоего Треугольника отношений, который называется Треугольником Карпмана. Это такой треугольник отношений, попав в который однажды, можно не выбраться из него никогда.

Согласно этой модели существует три роли: спаситель - преследователь - жертва. Люди пребывают длительное время в этих ролях, потому что несмотря на то, что они мучительны, их можно назвать и привлекательными, потому что они удовлетворяют некоторые потребности.

Итак, роли в Треугольнике Карпмана:

- **Спаситель** ищет, кого бы спасти, он готов отдать свои силы ради спасения другого человека, а когда силы заканчиваются, он превращается в Преследователя.
- **Преследователь** нападает на того, кого он спасал будучи спасителем, обвиняет его во всех своих бедах, и становится Жертвой.
- **Жертва** жалеет сама себя и ищет жалости у окружающих. Получив порцию жалости и сочувствия она снова берется за спасение кого-либо, и становится Спасителем. И так далее.

Что же дают человеку эти роли?

Основное занятие **преследователя** - нападение, скандал. Скандал дает сильные эмоции, насыщает жизнь событиями и позволяет сбросить накопившееся за день напряжение. Кроме того, он чувствует свою важность, доказав, что во всем виноваты все остальные, а он такой хороший. Это дает осознание собственного превосходства.

Жертва получает свое в виде самоунижения и самобичевания. Поскольку ее обида, как правило, поддерживается моралью общества - всегда находятся люди, жалеющие ее, сострадающие, и даже желающие ей помочь.

Спаситель, наверное, получает самое тонкое и извращенное удовольствие – он возвышается над кем-либо при помощи ощущения своей важности и нужности, решающей роли в жизни другого человека. Его жизнь наполнена смыслом - он живет ради кого-то.

В семьях, в которых такие отношения - участники постоянно меняются ролями. Их жизнь наполнена событиями, без проживания этих ролей - они бы просто заскучали. Если из такой семьи убрать фигуру главного спасителя (того, кто чаще всех находится в этой роли), то вполне возможно, остальные члены семьи начнут задумываться о своей жизни, и как-то ее менять. Главный спаситель - это тот, который "тащит на себе всю семью", это главный созависимый, который пытается взять под контроль все семейные процессы.

В качестве примера я использую рассказ одной девушки интернет-форума:

Ситуация такова: семья - муж, жена, двое детей 18 и 19 лет. Причем у детей уже есть семьи и даже по ребенку. Считайте сколько народу - короче три семьи живут в трехкомнатной квартире. Ну ладно жилищный вопрос - отдельная тема. Далее двое из этих "новоиспеченных родителей" не работают - а вот так, семьи завели, детей родили... а дальше всё - нам гулять хочется! Отношения в доме просто пипец: крики, ор, ругань - это норма... и вот при таком раскладе имеем следующее:

Жена тянет всю эту "семейку Адамсов", работает как вол с утра до ночи. У мужа проблемы на работе, уволили, устроился на новую - денег недостаточно, не хватает прокормить всю эту ораву. Но зато достаточно, чтобы напиться с горя! Излюбленный метод многих мужчин снимать стресс и решать жизненные проблемы (ну это тоже другая тема).

А потом еще хлеще - полнейший разлад в семье, под одной крышей ужиться уже в принципе не могут, у жены проблемы со здоровьем и продолжать так пахать она уже не в силах... ситуация патовая, и муж решил ей помочь... повесился, а жена (теперь уже вдова) сама все это д...о расхлебывала, больная на работу вернулась, снова впряглась в свой хомут и тянет, тянет...

Из рассказа видно, что Главный спаситель - эта женщина. Вдова, мать. В рассказе прослеживается то, что она периодически становится преследователем "крики, ор, ругань - это норма..." - скорее всего, в основном из-за ее обвинений окружающих в том, что они виноваты в том, что ее жизнь не удалась. Ну и в те моменты, когда она становится жертвой, когда другие участник семьи ее обвиняют в чем-то. Муж-алкоголик... а с чего ему не быть алкоголиком с такой женой? Спасая его - она

решит все его проблемы. Ему можно расслабиться и пить, периодически, будучи преследователем, обвиняя ее, в то время как она жертва в том, что жизнь не удалась у него, а в другие времена быть самому жертвой неудачной жизни.

Теперь рассмотрим, что бы случилось, если бы она, главный спаситель, наконец, остановилась, и перестала "тянуть на себе" всю семью. Если бы она это сделала ранее, то мужу бы возможно пришлось подумать о том, что он слишком много пьет, и что нужно больше крутиться, чтобы хотя бы обеспечить себя. Ее дети стали бы задумываться о том, что только гулять нельзя, что надо кормить и одевать себя и своих детей, и тоже постепенно бы встали на ноги...

Но только в этом случае - жизнь потеряла бы для нее смысл. Она потеряла бы ощущение своего превосходства над другими, появилось бы ощущение ненужности, никчемности... Поэтому, она никогда не остановится.

Поскольку люди, которые попадают в такие "треугольники", как правило выросли в [дисфункциональных семьях](#), и создают подобные семьи. У них нарушен эмоциональный фон. Простые человеческие чувства, балансирующие вокруг состояния душевного покоя им не доступны. Они ищут пиковых, критических эмоций, без них они ощущают духовную пустоту, бессмысленность жизни, отношения лишены «красок», они думают, что такие отношения и есть [любовь](#). И если нет повода получить крайние эмоции - они придумывают его, или провоцируют окружающих.

См.также: [Памятка для близких наркозависимых](#), [Контролировать наркомана](#), [Жесткая любовь](#),
,
[Рабы любви](#)