

Хитрец перехитрил себя

Игры, то есть нечестное поведение, нечестно думание - обязательный атрибут **алкоголизма**,
пищевой зависимости
и,
любовной зависимости
- любой
аддикции

Самоактуализированный человек - это человек, который находится в комфортных, искренних отношениях с реальностью. Самоактуализированный человек избегает самообмана, у него есть мужество видеть вещи такими, какими они ему представляются. Антитеза самоактуализированным людям - невротики и **аддикты**

, люди, запертые в тюрьме из слов и убеждений, люди, окружающие себя психологическими защитами, люди, врущие себе и другим на каждом шагу

Социальные взаимодействия **аддиктов** и невротиков (и взаимодействия с самими собой) проникнуты неискренностью, масочностью. Они декларируют одни цели, преследуя другие. Говорят, что хотят "поддержать компанию", имея в виду "хочу употребить". Такой способ поведения, когда декларируются одни цели, а преследуются другие, Э. Берн назвал играми.

Мы не имеем в виду хорошие, честные игры, когда определены и понятные правила, и они соблюдаются участниками игры, например, игра в футбол или шахматы. Мы будем говорить об играх нечестных, почти или вовсе не осознаваемых.

Невротик, **аддикт** изображает из себя не того, кто он есть, изображает в угоду общественному мнению, требованиям социума. Поскольку позиции восприятия плохо разделены, Я-концепция смутная, зависимый мало различает роль и личность, он отождествляет себя с ролью. Играет роль, которую от него требуют, и сам этого не понимает. Но сколько можно изображать из себя активного человека, лидера, победителя, сколько можно играть хозяина, главу семьи, когда все уже надоело, когда маска уже давит?

Аддикт не знает, как можно выйти из **игры**, усвоенные им правила кажутся непреложными, незыблемыми, он «обязан» быть тем,

чего от него ждут, и он находит выход, прячась на какое-то время в опьянение. Потому он и **зав**

ИСИМЫЙ

, что зависит от социально одобренных мнений

Так например, один пациент, с детства усвоивший правило, что все силы надо отдавать работе, именно так и действовал. Он убивался на службе, работая на крупном заводе, потом на небольшой фирме. Но начальство не было заинтересовано в эффективности работы предприятия, задача состояла скорее в добывании денег из бюджета и их присваивании. Человек видел бессмысленность своих героических усилий, страдал, переживания снимал водкой.

Постепенно удалось прояснить, что глубоко в душе для него давно уже гораздо значимее проблемы его собственной семьи, и проблем этих накопилось немало. Он обнаружил, что испытывал неприятнейшую двойственность, разрываясь между работой и семьей, не имея сил достаточно уделять внимание близким. И что он может позволить себе свои силы потратить на то, что именно ему по-настоящему важно, что **игра в «энтузиаста»** по сути навязана ему родительскими установками, школой, всей советской воспитательной системой, это

не его игра

. «Как гора с плеч» — вот что сказал он после этого. В результате он благополучно смог бросить пить, прибегнув к «подшивке» как вспомогательному методу

Характерен и другой вариант: **алкоголик (игрок, созависимый, обжора** и так далее) пытается сыграть роль, на которую у него нет ресурса, и он пьет, чтобы сыграть ее убедительно для себя. Классика этого жанра - «для храбрости». Напился — и свойский парень, грудь колесом, форменный герой.

Вступить в игру можно также и ради выгоды, которую **зависимый** получит от своей роли. Даже роль **алк**

оголика

может показаться сладкой, если окружающие с криками "Он ведь больной человек" носятся с

аддиктом

, как дурень с писаной торбой. А тот принимает ухаживания, поглаживания, а потом напивается (или ""вставляется, если это наркоман)

А какую только роль не сыграет **алкоголик**, чтобы оправдать выпивку! Больного, несчастного, несправедливо обруганного, страдающего, компанейского человека...

Игры алкоголиков описаны в книге Берна ; хотя то, как он описывает распределение ролей в этой игре, представляется слишком схематичным, все же стоит прочесть, это очень важные представления.

Отношения зависимости — созависимости насквозь проникнуты масочным поведением. Одну из излюбленных игр зависимых и созависимых описывает треугольник Карпмана.

Источник:

Фрагмент из книги ["НЕ ПАДАЙТЕ В ПРОПАСТЬ, ИЛИ СВОБОДА ЛУЧШЕ НЕСВОБОДЫ"](#)