

Васькова Е.В.

Клинический психолог, психоаналитик, групповой терапевт

Про группы и социальные роли, понимание себя и поддержку

Замечали ли Вы, что приходя в любой коллектив, будь то работа или новая семейная система при выборе партнера, дружественная тусовка или общение бизнес- партнеров, Вы все время оказываетесь в одной и той же социальной роли. Это может быть роль везунчика, клоуна- шутника, эксперта- гуру, неудачника, тупицы, жертвы, тирана, изгоя и даже козла отпущения.

А может быть Вы замечали, что взаимодействие с людьми в разных социальных группах начинается всегда с разных ролей, но в результате скатывается к одной и той же модели поведения, к одной и той же роли? И эта роль- цена или плата за возможность принадлежать/быть/ входить в состав именно этой социальной группы. И это Ваш способ жить среди людей.

Я разделяю мнение доктора философии и клинического психолога Д. Гринберга: «Человеческое существо — есть животное общественное. Человек не может избежать своего членства в группе, даже когда его отношение к группе выражено таким образом, что создается впечатление отсутствия отношения к какой-либо группе». Человек приходит в социум для того, чтобы что-то реализовать. И это что- то очень важно для него. Мой опыт и как участника, и как ведущего терапевтических групп лишь подтверждает эту мысль.

Человек, как правило, приходит в любую группу (будь то социум или психодинамическая группа) за возможностью понять что-то про себя, за искренностью, за близостью, за поддержкой, за навыком справляться с тревогой. Но иногда терпит неудачу и задается вопросом: «А что со мной не так, почему я не могу получить то, что хочу?»

Ответ на этот вопрос можно получить в психодинамической группе.

Приглашаю вас исследовать и осознать свои способы коммуникации, которые не позволяют получить желаемого, свои социальные роли и маски; научиться просить и принимать помощь; научиться быть близким и искренне интересоваться другими людьми; получать удовольствие от общения и поддержки.