

Содержание

Предисловие	9
Выражение признательности	12
Введение	13

ЧАСТЬ I. Понять себя и другого

Глава 1. Что определяет нашу жизнь: судьба или выбор?.....	16
Глава 2. Почему нам бывает трудно принять решение?.....	34
Глава 3. Что такое выученная беспомощность?	45
Глава 4. Что заставляет нас «подняться с дивана»?	54
Глава 5. Как влияют на нас родительские предписания?	67
Глава 6. Как понять скрытые механизмы наших действий?	83
Глава 7. В каком времени мы живем?	95
Глава 8. Как использовать свою интуицию?	106
Глава 9. Как мы фильтруем информацию?	117

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Глава 10. Как слушать «в четыре уха»?	126
Глава 11. Как понимать и предугадывать мысли другого?	134

ЧАСТЬ II. Выйти с честью из трудной ситуации

Глава 12. Как взыскать претензию и улучшить отношения	148
Глава 13. Как выслушать негатив с пользой для себя?	156
Глава 14. Как похвалить, чтобы не обидеть?	165
Глава 15. Как достойно выйти из ситуации допроса?	173
Глава 16. Как уволить без потерь?	190
Глава 17. Как пережить увольнение?	205
Глава 18. Как успешно пройти собеседование?	213
Глава 19. Как распознать «вредные качества» кандидата?	230
Глава 20. Новогоднее послание руководителя: что и как сказать?	246
Глава 21. Трудная ситуация: как применить идеомоторную тренировку?	255
Глава 22. Почему лень полезна?	266

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

ЧАСТЬ III. Определить свою роль

Глава 23. Почему манипулятор всегда проигрывает?	274
Глава 24. Чем опасна роль Спасателя?	287
Глава 25. Эгоисты: кто они и как с ними жить?	303
Глава 26. Почему нарциссы так привлекательны и опасны?	311
Глава 27. Когда женщина платит...	320
Глава 28. Что такое эмоциональная зависимость и как с ней бороться?	329
Глава 29. Как доверять с умом?	344
Глава 30. Доверие и контроль: как совместить?	356
Глава 31. Как завоевать доверие?	377

ЧАСТЬ IV. Найти себя

Глава 32. Как найти себя в деле?	390
Глава 33. Как оценить место своей работы?	399
Глава 34. Переворот на рабочем месте: с чего начать?	407
Глава 35. Как деловому человеку создать крепкий семейный тыл?	416
Глава 36. Когда и как начать новую жизнь?	428

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Глава 37. Радость и удовольствие: в чем отличие?.....	434
Глава 38. Ловушки успеха: как не потерять себя?.....	443
Глава 39. Как найти свой путь к успеху?	461

Выучи намертво, не забывай
И повторяй как заклинанье:
«Не потеряй веру в тумане,
Да и себя не потеряй!»

ВЛАДИМИР ВЫСОЦКИЙ

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Предисловие

Ни в словаре Даля, ни в словаре Ожегова нет слова «успешный». Есть «успеть», в смысле «добиться успеха». Есть «преуспевать», то есть «хорошо жить и хорошо вести свои дела, благоденствовать». А вот слова «успешный» там нет, это новинка и в нашем лексиконе, и в словарях.

Словечко совсем не такое простое, как кажется, с двойным дном — в качестве примеров употребления «Большой толковый словарь русского языка» дает через запятую «успешный сотрудник» и «успешный обманщик». Здесь собака и зарыта — в старом слове «преуспевающий» было что-то солидное, основательное, дающееся многолетним трудом, отсылающее к репутации, к достойной жизни с правилами и приличиями. Это слово не подходило к тому новому успеху, который всех нас заворожил в конце XX века, когда изменился строй и порядок жизни в России.

Полагаю, мы подцепили новое слово в переведенных книжках, авторы которых учили нас добиваться успеха быстрого приготовления, измеряемого единственным статусом и деньгами. Преуспевающим быстро не станешь, а вот успешным можно, особенно если ничего не усложнять и не слишком задумываться, какой ценой успех дается.

Поначалу слово произвело впечатление, стало почти символом обновления, противоядием ложному пафосу советской пропаганды. Мы как будто смогли посмотреть на жизнь иначе, увидеть ее такой, какая она есть, стать рациональнее, прагматичнее, даже циничнее — почему бы нет, если те высокие, бескорыстные идеалы, которые нам навязывали советские проповедники, оказались дутыми.

Но прошло время, и мы обнаружили, что приняли фальшивую монету за золотую. Слово стало менять коннотацию, все чаще его стали произносить с сарказмом, редакторы журналов начали вымарывать его из текстов. Мы вдруг поняли, что нам не очень нравятся «успешные» люди с их наглостью и беспринципностью. Но самое интересное — оказалось, что многие из очевидно успешных людей сами не очень довольны результатом. Успех на скорую руку не принес обещанного удовлетворения.

Пришло время остановиться и подумать, где же мы ошиблись, слово-то ни в чем не виновато, оно только отражает смысл, который мы в него вкладываем. Очевидно, проблема в том, что мы слишком сузили параметры оценки успеха, а человек устроен сложно, кроме комфорта и важной должности, ему много чего нужно — реализовать таланты, сохранить достоинство, понимать смысл того, что он делает, наконец.

Я думаю, это большая удача, что разобраться с этим решила Марина Мелия, замечательный психолог, тонкий, умный человек, личность изрядного масштаба. К большому успеху ведет череда успехов маленьких,

причем иногда наиболее эффективным оказывается не тот способ, который кажется очевидным на первый взгляд. Чтобы осознать это, нужен умный и знающий собеседник, я уверена, что читатели найдут его в авторе книги «Успех – дело личное».

Елена Евграфова,

главный редактор журнала
«Harvard Business Review – Россия»

Выражение признательности

Работа коуч-консультанта настолько богата впечатлениями, переживаниями, контактами, что она практически не оставляет пространства для занятия какой-либо другой деятельностью. И если бы не помощь и искренняя заинтересованность многих людей, эта книга никогда бы не увидела свет.

Я благодарна всем своим коллегам по «ММ-Классу» за замечания, вопросы, предложения. И, конечно, Марии Сидоровой, которая оказывала мне интеллектуальную и эмоциональную поддержку на всем пути работы над книгой.

Особая признательность моим клиентам, которые на протяжении многих лет открыто делятся со мной своим опытом, проблемами, сомнениями, идеями, достижениями, – они не только герои этой книги, но и ее соавторы.

Марина Мелия

Введение

Сегодня многих из нас волнует вопрос, как добиться успеха и не потерять себя в водовороте современной жизни. В основе книги — мой опыт общения с неординарными и действительно успешными людьми, которым это удалось.

Книга названа «Успех — дело личное» не случайно. Она не о том, как заставить всех плясать под твою дудку, как легко и быстро научить человека нравиться окружающим, как быть победителем всегда и во всем. Она о том, как найти именно свой успех, свой индивидуальный стиль жизни. Как идти к своему «светлому завтра», не забывая о дне сегодняшнем, как держаться своего курса, не поддаваясь давлению общепринятых стандартов.

Эта книга не учит. Она помогает разобраться в себе, понять, что происходит вокруг, почему люди ведут себя так или иначе. Выбрать из всего многообразия возможностей именно то, что в большей степени соответствует нашим желаниям и потребностям, нашей индивидуальности. Ведь жизнь постоянно бросает нам вызовы, и из того, какие решения мы принимаем, какие поступки совершаем — из всего этого складывается наш жизненный путь — путь к успеху.

Этот путь у каждого свой – единственный и не-повторимый. И только на этом пути мы можем быть по-настоящему счастливы.

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)

ЧАСТЬ I

Понять себя и другого

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)

Что определяет нашу жизнь: судьба или выбор?

Сами того не замечая, мы постоянно находимся в состоянии выбора. Чаще всего простого: позвонить – не позвонить, купить – не купить. Иногда сложного: где работать, куда вложить деньги... Подобно тому как дом строится из кирпичей, наша жизнь складывается из множества решений, верных или неверных – время покажет. Мы строим здание, где верхние этажи – новые решения – базируются на многочисленных этажах решений прежних – тех, что, возможно, уже стерлись из памяти. Но тем не менее они обуславливают возможности, которые открываются перед нами сегодня, расширяют их или, наоборот, ограничивают.

Но бывает, что эти возможности не только не реализуются, но и остаются незамеченными. И тогда может казаться, что выбора у нас нет. Но на самом деле это не так. Жизнь всегда предоставляет нам свободу выбора и право решать. Вопрос в том, как мы распоряжаемся этим правом. Бывает, что человек остается наедине со своей свободой выбора, не имея четких внутренних ориентиров для принятия решений. Он испытывает страх: а вдруг я ошибусь, попаду под

власть обстоятельств или стану объектом манипуляций, поступая так, как выгодно кому-то, но не мне самому? Поэтому так важно иметь свой внутренний «компас», свои ориентиры: они помогают действовать более уверенно и решения принимать быстро, иногда почти на автомате.

Выбор – дело загадочное. Особенно интересно, как, на основании чего делают выбор люди успешные. На примере бизнесменов, с которыми мне довелось общаться, я выделила несколько типажей и условно назвала их «избранный», «жертва обстоятельств», «клиент гадалок», «супермен» и «вечный ребенок». У каждого из них своя логика принятия решений.

Кто-то в своем выборе полагается только на себя, кто-то – на судьбу, а кто-то ориентируется на мнение людей знающих, обладающих большим опытом, авторитетом или даже сакральными знаниями. Представим себе такую систему координат: вертикальная ось «судьба – выбор» пересекается с горизонтальной осью «я – другие». Их пересечение образует четыре квадрата и, значит, четыре сочетания: я-судьба, другие-судьба, я-выбор, другие-выбор. Они дают понять, какими базовыми принципами руководствуется человек, принимая решения. Соответственно, можно выделить четыре разные картины мира:

- «Я вижу знаки судьбы» – так считают «избранные», которым судьба благоволит, и «жертвы обстоятельств», которых судьба обижает.

- «Другие предвидят мою судьбу» — так полагают «клиенты гадалок».
- «Я все решаю сам» — такой позиции придерживаются «супермены».
- «Другие знают, что мне нужно» — так настроены люди, которых можно отнести к типажу «вечный ребенок».

Итак, рассмотрим эти четыре картины мира на конкретных примерах.

«ИЗБРАННЫЙ»

Известный бизнесмен уже неделю раздумывает, стоит ли ему вкладываться в новую отрасль. Контракт многомиллионный, выгодный, отрасль привлекательная, но смущает будущий партнер — человек успешный, но неоднозначный. Ответ приходит неожиданно: бизнесмен едет по городу и видит билборд с социальной рекламой, на котором написано слово «нет». И тогда он говорит себе: «Это знак — контракт заключать не буду».

Почему он принимает такое решение? Он считает, что нет случайностей и совпадений, а есть судьба, которая посыпает ему знаки и тем самым оберегает от ошибок. Его задача — увидеть и разгадать эти знаки судьбы. Способность «видеть» обостряется в ситуации сложного выбора. В поисках ответа на важный вопрос он вычисляет из окружающей действительности какой-то сигнал, понятный ему одному. Он уверен, что его направляют

свыше и в нужный момент всегда подскажут правильное решение, ведь он – избранный.

Тысячи людей проезжали мимо билборда, но именно наш герой «выцепил» слово «нет» и воспринял его как руководство к действию. Он увидел в этом слове ответ на мучивший его вопрос и, уже не раздумывая, отказался от коммерчески выгодного предложения. Он искренне считал, что этого билборда еще вчера не было, а на следующий день после «судьбоносной» встречи его в срочном порядке демонтировали. Ну, чем не булгаковский сюжет?

СМИ полны рассказами о том, как кого-то когда-то судьба уберегла от несчастья, послав некий знак: один не сел на самолет, разбившийся при посадке, другой – на поезд, который сошел с рельсов и т.д. И все это не случайно. Человек не просто так остался в живых – значит, он еще не выполнил свою миссию, не сделал того, что должен сделать. От таких людей часто слышишь: «жизненный путь», «предназначение», «его величество случай» и т.д. При этом в глубине души они уверены, что судьба заботится именно о них, а к окружающим эти слова не имеют прямого отношения.

Вера в судьбу помогает человеку чувствовать, что он не одинок, что его защищают и направляют – а это уже немало. Ощущение собственного предназначения, некой миссии наполняет его жизнь смыслом. Он точно знает, что не просто так «небо коптит», и это придает ему уверенности. На один из самых сложных вопросов – «Для чего я живу?» – он уже ответил.

Делая выбор, он не тратит время и силы на долгие раздумья. Не мучится вопросом «прав я или не прав?», а, приняв решение, все силы бросает на его реализацию. Даже неприятности для такого человека полны особого смысла — они воспринимаются как испытания, посланные свыше.

Но у такой «элитарной», на первый взгляд, картины мира есть и обратная сторона. Если судьба посыпает свои знаки, значит, можно не заниматься рациональным анализом фактов. И «избранный» порой перестает видеть очевидное, не просчитывает риски, греясь в лучах собственной исключительности. Отрыв от реальности постепенно увеличивается, поэтому и возвращение на грешную землю бывает очень болезненным, а неожиданная — как гром среди ясного неба — неудача способна разрушить до основания привычную картину мира и даже привести к жизненному краху.

«ЖЕРТВА ОБСТОЯТЕЛЬСТВ»

Вера в судьбу и ее благосклонность помогает «избранным» уверенно двигаться к своей цели, не сомневаясь в сделанном выборе. И благодаря этому они добиваются определенных высот. Но далеко не все из веряющих в свою судьбу рвутся на первые позиции — в президенты и генеральные директора. «Жертву обстоятельств», например, вполне устраивает должность заместителя. Такие люди прекрасно существуют за широкой спиной шефа — с минимальной ответственностью, но большими

привилегиями. И при этом позиционируют себя вечными неудачниками, держат «страдающую мину» и не перестают твердить, что им катастрофически не везет — настоящие «дети понедельника». В глубине души они тоже относят себя к людям, «отмеченным судьбой», только их судьба — злодейка: «Встану в очередь в магазине — касса на мне закроется»; «Поеду отдыхать — погода на верняка подведет, и отпуск будет испорчен». В общем, не жизнь, а сплошное несчастье. Про удачу и говорить нечего — она с ними не дружит. Но и с такой картиной мира можно получать свои бонусы — есть ощущение избранности, пусть и со знаком минус.

Мне знаком вице-президент крупной компании, который, как вагончик за паровозом, всюду следует за своим одноклассником, президентом той же компании. Он тоже сидит в прекрасном кабинете, у него есть секретарь, служебная машина и все другие атрибуты успешного человека, но при этом не устает повторять, что ничего хорошего от жизни не ждет, и любит рассказывать о своем невезении. Еще в школе друг всегда вытаскивал на экзаменах счастливый билет, а ему вечно доставался именно тот вопрос, который они не успели выучить. И на госэкзамене в вузе друг отвечал, когда председатель комиссии вышел из аудитории, и потому быстро отхватил свою пятерку, а ему «досталось по полной»: все члены комиссии были на местах и замучили его вопросами. В результате — досадная четверка и синий диплом. Даже когда они вместе участвовали в лотерее, машину выиграл друг. И пока «неудачник» жаловался

всем на сплошное невезение, «счастливчик» решил отдать ему свой выигрыш: он всегда чувствовал вину перед школьным товарищем за то, что более удачлив, а тот не переставал этим пользоваться.

«Жертвы обстоятельств», как бы ни складывалась их жизнь, всегда и во всем винят «третью силу». Они считают, что судьба их постоянно испытывает, а они терпеливо несут свой крест. Сами они как будто не совершают ошибок, не допускают просчетов — просто им в очередной раз не повезло. Они не чувствуют себя хозяевами собственной жизни: «Решаем не мы, а обстоятельства». Наверное, поэтому от них часто можно услышать: «так сложилось», «не было шанса», «не мог поступить по-другому», «у меня не было выбора»... Они как будто отрицают саму возможность выбора, повторяющийся сценарий невезения приучает их сознание выхватывать и высвечивать те факты, которые можно расценить как очередную неудачу.

Тем не менее «жертвы обстоятельств» всегда не-плохо устраивают, ведь они не вызывают у окружающих ни агрессии, ни зависти — кто же будет завидовать «неудачнику»? Более того, успешные люди, играя роль благодетеля или утешителя, часто держат их рядом с собой на приоритетном положении. И не только потому, что хотят как-то компенсировать их невезучесть — они не видят в них конкурентов. Напротив, «неудачники» только оттеняют их успешность.

«Жертвы обстоятельств» — зачастую персонажи колоритные и обаятельные, что прекрасно использует



[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

кинематограф («Ирония судьбы, или С легким паром!», «Служебный роман»). Но амплуа жертвы и вечная готовность к «страданию» серьезно ограничивают их возможности и гасят стремление что-либо изменить в своей жизни собственными силами — ведь они изначально настроены на то, что у них опять что-то не получится.

«КЛИЕНТ ГАДАЛОК»

Такой человек тоже верит в судьбу, но, в отличие от «избранного», не способен самостоятельно толковать ее знаки. Ему обязательно нужен посредник — гадалка, астролог, хиромант, ясновидящий — или предметы, которые донесут нужную информацию, — руны, кости, монета («орел» или «решка») и т.д.

Мне встречались такие люди среди известных бизнесменов, чиновников, политиков. Первая позиция сложна и ответственна, цена любого решения «на вершине» слишком высока. Поэтому неудивительно, что в момент трудного выбора — а делать его приходится в ситуации полной неопределенности без всяких гарантий на успех — некоторые пытаются найти хотя бы символическую поддержку вовне. Один ходит к известной гадалке, второй работает с персональной ясновидящей, третий привозит медиума из Таиланда, а четвертый приглашает астролога на совет директоров: если есть сомнения в принятии стратегического решения, слово астролога становится решающим. Так, владелец компании каждое утро начинает с того, что просматривает

ведический гороскоп, составленный специально для него, и, исходя из этого, планирует свой день: назначает или отменяет встречи, совершает или откладывает крупные покупки. К примеру, не едет в автосалон, несмотря на то что ему позвонили и сообщили, что наконец-то пришел долгожданный цвет и можно брать машину. Он не раздумывая от нее отказывается.

«Клиенты гадалок» знают: все в их жизни предопределено. Надо только перед каждым шагом получить указание «свыше» через посредника. В итоге даже самые важные их решения зависят от того, «как карты лягут». Таким людям неведомы мучительные сомнения,ственные большинству: вкладываться в проект или нет, жениться или повременить и т.д. Карты, звезды, книги перемен помогут сделать правильный выбор. Сегодня по лунному календарю «день крокодила»? Для переговоров это плохой день – значит, все встречи надо отменить.

В результате человек снимает с себя ответственность: если выбор оказался ошибочным, значит, тот, кто «шаманил», гадал или составлял гороскоп, не очень хороший специалист – стоит поискать другого. Но сама картина мира при этом обычно не меняется. «Клиент гадалок» верит в судьбу, но не является ее хозяином. Его каждодневные решения напрямую зависят от людей, которые ему что-то предсказывают. Бессознательно он реализует программу, заданную предсказателями. И получается, что «пророчество» как бы сбывается.

Когда мы делаем выбор не сами, то отказываемся следовать своим потребностям и мотивам. К примеру,

человек хочет перейти на новое место работы и выбирает между двумя компаниями, в которых успешно прошел собеседование. Но вместо того, чтобы соотнести все «за» и «против», взвесив свои желания и возможности, предлагаемые условия и перспективы, он отправляется к ворожею. Для чего? Чтобы не принимать решение самому, выслушать готовый рецепт — куда идти — и, не колеблясь, ему следовать.

Конечно, принимать решения самостоятельно — это всегда риск. Но и полагаться на других — риск не меньший: попав в зависимость от посредников, сле-дяя чужому выбору, можно стать объектом манипуляций и делать то, что идет вразрез с собственными же-ланиями и стремлениями, а значит, лишить себя насто-ящей жизни, полной радостей и разочарований, взлетов и падений.

«СУПЕРМЕН»

Есть люди — и среди первых лиц компаний их много, — для которых картина мира выглядит совсем не так, как для «избранных», «жертв обстоятельств» и «клиен-тов гадалок». Они верят исключительно в себя, в свой собственный выбор, считают, что все зависит от них — от их аналитических способностей, от их активности и предприимчивости. «Супермен» знает, что никто ни-чего ему на блюдечке с голубой каемочкой не поднесет, а потому берет на себя всю ответственность — и за при-нятие решений, и за их последствия.

Я знаю успешного предпринимателя, который с самого детства выбирал только то, что он считал нужным, то, что ему нравится, то, что ему интересно. И никакие силы — родители, учителя — не могли заставить его свернуть с этого пути. Когда ему нравились какие-то предметы — математика, физика, — он становился лучшим, побеждая на всех олимпиадах. А по истории, которая ему была неинтересна, он мог получать тройки-двойки и, в общем-то, даже не обращать на это внимания. И это была уже проблема учителей — поставить ему нужные оценки, чтобы перевести в другой класс.

Он всегда уверен в своем выборе и может не следовать чужим советам. Девиз «супермена» — «моя жизнь в моих руках». В начале 90-х, не имея никакой поддержки, он начал заниматься бизнесом и добился успеха. Для него главное — делать то, что он сам решил и сам выбрал, и уверенно идти к своей цели. Все остальные не принимаются в расчет: «Как я решу, так и будет». И когда ему говорят, что это не укладывается в представления других людей о том, как надо, что это может кому-то не понравиться, он отвечает: «Это их проблемы!»

Он подобен былинному герою, которого не сошьешь с пути хитрыми «указателями»: «Направо пойдешь — коня потеряешь, налево пойдешь — голову...» «Супермен» четко знает, «куда путь держит», и твердо верит, что дойдет. «Семь посохов истер», «семь пар башмаков стоптал» — это как раз про таких людей. Проблема

выбора их мобилизует, активизирует жизненные силы, они решительно принимают вызов и способны добиться очень много — стать действительно успешными и максимально реализовать свой потенциал.

Плюсы, «дивиденды», которые получает «супермен», понятны. А есть ли минусы? Безусловно! Человек, уверенный в своих решениях, должен быть не просто целеустремленным, но и достаточно жестким. Ведь выбор чего-то одного — это всегда отказ от чего-то другого. Значит, многое придется «отсекать»: дела, людей, возможности. Если впереди маячит что-то новое и заманчивое, «супермен» смело меняет курс: уходит в другой бизнес, увольняет лишних сотрудников, разводится с женой и т.д. И делает это очень легко. Но иногда вместе с водой можно выплеснуть и ребенка — обесценить ценное, и тогда в «отказниках» окажутся некогда дорогие и преданные люди. Как результат — разочарование, сожаление, ощущение пустоты и одиночества.

У человека, который верит только в себя, нет «защиты», «прикрытия», как у «избранного». Он живет «без скафандра», открыт миру и часто остается с ним один на один. Ему не на кого переложить ответственность, если выбор оказался неверным и цель не достигнута, ему некого винить — ведь он сделал то, что считал нужным сам. Принимая решения, он следует своим истинным желаниям, исходит из своей системы ценностей, а значит, проживает не чужую, а свою жизнь.

Правда, «супермен» часто забывает, что успех зависит не только от него — это производное двух

компонентов: целенаправленных, свое – временных, точных действий и просто счастливых обстоятельств. Своими стараниями человек способен ослабить влияние случая и повысить шансы на успех: «Удача – награда за смелость». Но понятно, что результат не может быть гарантирован. Бывает, что мы прикладываем максимум усилий, делаем все, что можем, и кажется, нам не в чем себя упрекнуть, но все равно что-то не получается. Кто-то относится к этому более или менее спокойно, но только не «супермены». У сильного человека более «жесткая конструкция», а жесткое сломать всегда легче. Поэтому, как ни странно, психика успешных, уверенных в себе «суперменов» оказывается более хрупкой, чем может казаться. Когда они не приходят к поставленной цели, несмотря на то что действовали все свои ресурсы, то переживают это тяжелее, чем кто бы то ни было. Для них это чревато разочарованиями и даже потерей смысла жизни.

«ВЕЧНЫЙ РЕБЕНОК»

Жизнь «вечного ребенка» определяется решениями и волей других – и это главное в его картине мира. Так, заместитель генерального директора крупной корпорации в свое время пошел в вуз, в котором учились родители: мама с папой были уверены, что для сына это лучший вариант. Он женился на девушке, которая очень нравилась бабушке. На работу устроился «по решению семейного совета» – в компанию, куда его порекомендовали

друзья отца. Даже отдыхать он едет туда, куда советует его «генеральный». Дома все решения (на что и сколько потратить, в какую школу идти детям и т.д.) принимает жена – чему он нескованно рад. А марку машины он всегда выбирает по подсказке друга.

Это великовозрастное дитя с удовольствием использует чужой опыт и чужие советы. Его стратегию принятия решений можно описать так: моя жизнь определяется выбором других – «они» лучше знают, «что и как», поэтому как мне скажут, так я и сделаю.

В наш век инфантильность – явление довольно распространенное, и тенденция к инфантилизации становится все более заметной. Инфантильный человек может выглядеть вполне серьезным и респектабельным, занимать хорошую должность, рассуждать о судьбах мира. Но при этом он не способен самостоятельно принимать решения, касающиеся его бизнеса или личной жизни. Он всячески пытается это с себя спихнуть, ему непременно нужен кто-то, кто возьмет решение на себя и на кого можно возложить ответственность и вину за последствия. Однако он рьяно может критиковать других за то, что они делают, даже когда это напрямую его не касается. Такая «неадекватная ответственность», характерная для людей инфантильных, объединяет «жертву обстоятельств» и «вечного ребенка».

«Вечный ребенок» чувствует себя крайне неуютно, когда надо принять решение самостоятельно, он всегда и везде ищет себе «родителей» и «опекунов», находит

и слушается их. Причем в роли Родителя может выступить начальник, друг, муж, жена и даже повзрослевший ребенок – вспомним чеховскую Душечку. Вот привычные слова из лексикона такого «ребенка»: «вы лучше знаете», «что-нибудь на ваш вкус», «на твое усмотрение», «как скажешь, так и будет», «посоветуйте, пожалуйста»... Не зная, что ему нужно, человек по-настоящему не знает и того, чего же он, собственно говоря, хочет. Его желания – это «калька» с чужих желаний. И делает он, скорее всего, то, чего от него хотят другие.

Плюсы такой позиции очевидны: человек снимает с себя ответственность за свою жизнь, за все ее перипетии, не «заморачивается» по поводу и без повода, не размышляет подолгу над тем, что хорошо, а что плохо, что правильно, а что нет. У него всегда найдется некий «гуро», который знает ответ. Ему не за что себя корить, ведь у него нет собственных ошибок, ему не знакомы минуты слабости, горечь неудач. Он скорее будет считать, что «гуро» обманул его ожидания, и надо было полагаться на советы другого «знатока», и тогда все могло бы сложиться иначе...

Но есть в этой «солнечной картинке» и темное пятно, откровенный минус: его желания, если они еще сохранились, уже фактически не учитываются – ведь он сам лишил себя права голоса. И со временем, когда копится недовольство, он понимает, что проживает не свою жизнь, а ту, что выбрали для него другие, что у него не раз была возможность принять важное, поворотное решение, но он сам от него отказался.

СУДЬБА ИЛИ ВЫБОР?

Так что же все-таки определяет нашу жизнь: судьба, другие люди или наш собственный выбор? Одни из нас видят мир, в котором главенствует судьба, высшие силы – именно они ведут человека по жизни, направляя и защищая. Другие уверены, что все зависит только от самого человека, если он верит в себя, в свои возможности, в свою способность принимать правильные решения. У каждой теории найдутся сторонники и противники. И те и другие приведут массу доводов «за» и «против», сотню «живых» примеров. Но дело даже не в том, чтобы найти единственно правильный ответ – его, возможно, и не существует, а в том, чтобы попытаться примерить этот вопрос к себе.

Все описанные типажи – «избранный», «жертва обстоятельств», «клиент гадалок», «супермен», «вечный ребенок» – это пять ярких, но, конечно, крайних вариантов. В любом из нас можно найти черты описанных персонажей. Каждый из нас делал сложный выбор самостоятельно, но когда-то искал «знаки судьбы», перекладывал ответственность на другого или кивал на обстоятельства. Получается, что вопрос – в «концентрации» тех или иных качеств. Жизнь каждого из нас сложна и многообразна и никогда не укладывается в одну, пусть даже хорошо продуманную, схему. Понять, какая из описанных картин мира является для нас ведущей, в обычной жизни достаточно сложно, зато она четко и ясно проявляется в кризисные переломные