

«Четыре вида психологических установок на общение»

1 Я о´кей (у меня все хорошо, я благополучен) – ты о´кей (у тебя все хорошо). Эта установка позволяет конструктивно сотрудничать, ценить себя и других. Человек способен решить проблемы.

2 Я о´кей (у меня все хорошо) – ты не о´кей (у тебя все плохо). Человек с такой установкой перекладывает ответственность за свои трудности на других. Его девиз: «Никто не безупречен!», «У самих рыльце в пушку», «На себя посмотри!».

3 Я не о´кей (у меня все плохо) – ты о´кей (у тебя все хорошо). Человек испытывает бессилие по сравнению с другими, избегает тесных контактов с окружающими. Нуждается в симбиотической связи с сильными. Появляются мысли – «Почему это случилось со мной?», «За что?», «Я это заслужил».

4 Я не о´кей (у меня все плохо) – ты не о´кей (у тебя все плохо). Эта установка близка к патологической. Вызывает чувство безнадежности, потерю интереса к жизни. Человек легко раздражается, подвержен депрессиям и непредсказуем.