

# **ПОЛНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПРО ТРЕТИЙ ТИП ЭННЕАГРАММЫ**

## *Файл включает в себя:*

*Ядро типа:*

- Расположение типа на круге*
- Страсть*
- Дескрипторы,сопровождающие тщеславие (тройку)*
- Фиксация*
- Механизм самозащиты*

*Подтипы:*

- Сравнение подтипов между собой*
  - Поведение страсти тщеславия в подтипах*
  - Невротическая потребность*
  - Стратегии типов*
  - Сценарии детства подтипов*
- И др.*

# ГЛАВА 1: РАСПОЛОЖЕНИЕ ТИПА НА КРУГЕ

Говорить о тщеславии как о жизни ради образа самого себя, это все равно что говорить о нарциссизме, и действительно, нарциссизм можно рассматривать как универсальный аспект эго-структуры, расположенной в правом углу энеаграммы. Однако, поскольку термин «нарциссизм» используется по отношению ко многим личностным синдромам, особенно со времени публикации DSM-3, по отношению к нашему энеатипу 7, я решил не включать этот термин в заголовок данной главы.

Тщеславие особенно ярко выражено в «истероидной» области энеаграммы (охватывающей энеатипы 2, 3 и 4), однако, как мы уже видели, в случае гордости оно удовлетворяется комбинацией воображаемой самоинфляции и поддержки избранных личностей, в то время как в энеатипе 3 личность сосредотачивает усилия на том, чтобы объективно «доказать» свою ценность через активную компенсацию самоимиджа перед лицом некоего обобщенного имиджа. Это ведет к энергичному устремлению к достижениям в хорошей форме в соответствии с количественными или общепринятыми стандартами.

Различие между энеатипами 3 и 4 заключается в основном в том, что первый идентифицирует себя с тем представлением о себе, которое он пытается «продать», в то время как для второго характерен приниженный образ себя, и поэтому свойственные ему

тщеславные попытки самоутвердиться никогда не реализуются. В результате энеатип 3 жизнерадостен, в то время как 4 подавлен.

## **ГЛАВА 2: СТРАСТЬ ТЩЕСЛАВИЯ И СОПРОВОЖДАЮЩИЕ ЕЕ ЧЕРТЫ**

Тщеславие - это страстная озабоченность своим имиджем или страсть жить для чужих глаз. Жить для того, чтобы производить впечатление на окружающих, означает, что в центре внимания личности находятся не переживания, а предвкушение переживаний других или фантазии по поводу их переживаний, из чего следует эфемерность усилий, связанных с тщеславием. Трудно придумать более удачное определение тщеславия, нежели «суета сует», нежели то, которое ему дает проповедник Екклезиаст, говоря, что это жизнь ради эфемерного, иллюзорного представления о себе (а не исходя из объективной реальности).

У меня сложилось впечатление, что наиболее характерным эмоциональным состоянием и в то же время состоянием, которое лежит в основе характерного для этого типа стремления представить себя в лучшем свете, даже прибегая к фальсификации, является потребность во внимании; потребность быть замеченным, которая когда-то в прошлом не нашла своего удовлетворения и теперь требует его через культивирование внешнего впечатления. Помимо испытываемого желания быть замеченным, услышанным, оцененным, в характере энеатипа 3 есть также и соответствующее чувство

одинокости, возникающее не только как результат хронического разочарования, связанного с потребностью быть чем-то для других, но и от осознания того, что тот успех, которого личность добивается в удовлетворении своих потребностей, относится к ложному «я» и к манипуляциям. Отсюда возникает вопрос: «А любили ли бы меня ради меня самого, если бы не мои достижения, мои деньги, мое красивое лицо и т.д.?» Этот вопрос постоянно подпитывается и тем, что индивидом в его лихорадочной погоне за успехом движет не только страх неудачи, но и страх раскрыться и быть отвергнутым, показавшись миру без маски.

Я включил выражение «озабоченность внешним впечатлением» в кластер дескрипторов энеатипа 3 наряду с «тщеславным», что относится не только к страсти производить впечатление, но включает также капитуляцию перед культурными ценностями и подмену внутренней направленности внешней направленностью и внешней оценкой стоимости. Я включил также в кластер типа тщеславие «перфекционизм по отношению к форме», «способность имитировать» и «хамелеонство» (вследствие чего, тщеславие, например в контркультуре, может создать самоимидж полного безразличия к собственной внешности).

В психологический портрет энеатипа III входит не только страсть к модуляции внешнего впечатления. Эту страсть, как правило, активно поддерживает в психике индивида умение достигать целей, которые тщеславие ставит перед собой. Так, красивые женщины с большей

вероятностью будут избирать стратегию великолепия (и соответственно совершать экзистенциальную ошибку смешения своей привлекательности со своей истинной сущностью). Помимо общих характеристик, отражающих стремление тщеславия нравиться и привлекать, таких как утонченность, предупредительность или щедрость, в портрете этого типа ярко выделяются некоторые черты, которые я намерен обсудить ниже: стремление к достижению успеха, искусство общения и забота о своей внешности.

### **Ориентация на достижение успеха**

Энеатип 3 жаждет достижений и успеха, а это может предполагать стремление к приобретению богатства и определенного общественного положения. Поскольку некоторые черты характера могут рассматриваться как средства для достижения этой цели, я проанализирую их под этим общим заголовком.

а) Для индивидов этого типа характерна способность выполнять работу быстро и четко, что позволяет им стать хорошими секретарями и администраторами. Для того чтобы эффективно работать, необходимо обладать четким мышлением, и такие люди часто обладают способностями к математике. Для них также характерна способность работать в быстром темпе, которая, вероятно, развивается как необходимая предпосылка эффективности в работе, а также из желания выделиться из числа окружающих благодаря этой эффективности. С эффективностью связана также рациональность и практичность жизненной ориентации - ориентации, которую часто

можно наблюдать у тех, кто выбрал своей профессией инженерное дело. Если представители этого типа могут проявлять интерес к научной деятельности, то их специфический уклон в данной области можно описать как тяготение к точным наукам - то есть склонность недооценивать те виды мыслительных процессов, которые не являются логически-дедуктивными и основанными на точных фактах. Наряду с этим у таких людей мы обычно видим преклонение перед техникой, они обладают систематичностью и навыками, необходимыми для того, чтобы организовать как свой собственный труд, так и деятельность других людей.

б) С ярко выраженной устремленностью к достижению успеха связана и характерная для этого типа беспощадность, проявляющаяся в его взаимодействиях с окружающими в ситуациях, где приходится выбирать между успехом и учетом интересов других людей. Представители энеатипа 3 - это не всегда люди, стремящиеся угодить окружающим; их часто описывают как хладнокровных и расчетливых, способных использовать не только себя, но и других в качестве ступенек, ведущих к достижению своей цели.

в) С погоней за успехом связаны и такие черты, как способность контролировать себя, так же как и других, и стремление доминировать. Эти черты находят типичное проявление в поведении родителей по отношению к своим детям, которых они пытаются сломить, навязывая им свои советы и настаивая на том, чтобы они

поступали так, как считают нужным родители (даже в тех случаях, в которых ребенку лучше было бы сделать выбор самому).

г) Еще одна черта характера, являющаяся одним из компонентов синдрома этой личности, - это способность конкурировать как средство достижения успеха и победы. Эта черта, в свою очередь, связана с беспощадностью, с культивированием эффективности и с использованием обмана, блефа, самовозвеличивания, клеветы и других особенностей, которые будут обсуждаться ниже, в разделе «манипуляция имиджем».

д) Свойственные этому типу черты характера - беспокойство и напряженность - являются естественным следствием гипертрофированного стремления к достижению успеха и связанной с ним боязни поражения. Для них характерно повышение кровяного давления как реакция на стресс, что делает таких людей принадлежащими к хорошо известному типу А.

## **Мастера в общении**

Еще одна группа черт характера, выделяющаяся среди дескрипторов энеатипа 3, объединяет такие характеристики, как «интересный», «полный энтузиазма», «искрящийся кипучей энергией», «блестящий», «разговорчивый», «приятный», «нуждающийся в одобрении» и «остроумный». Все эти характеристики можно назвать «доведенным до блеска умением вести себя в обществе» или «умением подать себя в том свете, в котором выгодно». При этом мотивацией, оправдывающей появление этих черт, может считаться

обеспокоенность своим общественным положением. «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты».

## **Подверженность чужому влиянию**

С группой черт характера, имеющих отношение к ориентации на внешний вид и к умению выживать, тесно связана еще одна черта, имеющая отношение к тем ценностям, в соответствии с которыми формируется идеальное «Я». Эти ценности не являются ни внутренне присущими личности, ни врожденными, но приобретаются извне представителями данного типа, который больше, чем какой-либо другой, способен поддаваться влиянию и выработал у себя способность постоянно проводить скрытые «маркетинговые исследования» в своем окружении в поисках точки отсчета для своих мыслей, чувств и действий.

Способность идентифицировать себя с превалирующими ценностями олицетворяет как его склонность поддаваться чужому влиянию, так и сходство с хамелеоном, характерное для энеатипа 3, т.е. его готовность изменять свои мнения и внешность в соответствии с модой. С этой способностью поддаваться влияниям связана, в свою очередь, одновременно и прогрессивная, и консервативная диспозиция энеатипа 3 - диспозиция, которую нельзя считать безоговорочно консервативной, как у энеатипа 9, но которая представляет собой комбинацию конформизма со стремлением к прогрессу и совершенству (что приводит к ориентации на моду и авангард) без впадения в радикализм. На практике и модным, и не



ставящим под сомнение традиционные ценности оказывается научно-технический прогресс, отсюда и корни технократической ориентации, столь характерные для психологии энеатипа 3.

### **Прагматизм, активная настороженность**

Типичным для энеатипа 3 (в отличие от его соседей по энеаграмме с более четко выраженным эмоциональным характером) является такая черта, как прагматизм, проступающая в свойственной этому типу рациональности и систематической ориентации на вещи и нашедшая свое отражение в том, что этот тип описывается как «расчетливый». Выражается эта черта не только в интеллектуальном плане, ибо контроль над собой, наличие которого она подразумевает, может проявиться и в организованности, остроте восприятия, практичности, функциональности и рационализации. Именно исходя из склонности к эффективности мы можем понять те рациональные черты, которыми объясняется типичный для энеатипа 3 инженерный или предпринимательский менталитет и которые проявляются также в ориентации на технику.

На более высоком уровне абстрагирования, нежели тонкая реактивность и эффективность как познания, так и поведения, стоят еще более общие черты, связанные со стремлением к успеху, которые я назвал гипервигильностью (сверхбдительностью) и активностью.

Индивид, представляющий энеатип 3, не только гипервигилент, но и неспособен отделиться от чего-то целиком, забыв о себе, ему необходимо все держать под контролем, он еще в детстве выработал у себя

привычку полагаться только на самого себя, под влиянием ощущения, что окружающие не проявляют по отношению к нему должной заботы. По этой причине мы не можем отделять гиперактивность, которая делает представителя энеатипа 3 личностью, «движимой эго», от стресса или глубокого недоверия к жизни - недоверия по поводу того, что все может идти нормально и без ее контроля над ситуацией. То же можно отнести и к гипервигильности, это проявление рожденных беспокойством сомнений по поводу нормального хода вещей и нежеланием поверить в «саморегулирующий механизм» психоментального организма. Лежащее в основе психики энеатипа 3 отсутствие доверия являет прямой контраст к характерному для этого типа поверхностному оптимизму (который позволяет считать, что все идет не просто нормально, но замечательно) и составляет один из факторов, порождающих склонность энеатипа 3 к беспокойству.

## **ПОВЕРХНОСТНОСТЬ**

Черта характера, которую сторонний наблюдатель может назвать поверхностностью, чаще всего проявляется в осознании индивидом ощущения того, что ему недоступно познать всю глубину своих чувств, оно проявляется как проблема идентификации - в том смысле, что он не знает, кем он является (если исключить роли и наиболее осязаемые характеристики), и не знает своих истинных желаний (кроме желания угодить другим и достичь эффективности). Хотя личность может осознанно и не стремиться постичь глубину чувств, наличие неудовлетворенности, очевидно, проявляется в самой

интенсивности, с которой индивид пытается добиться успеха, и в усилиях, предпринимаемых для того, чтобы быть приятным окружающим и быть принятым ими. В той же мере, в какой жажда бытия заменяется внешними поисками, в той же мере личность не оставляет себе возможности даже осознать это, таким образом повторяя ставшую хронической ошибку.

## **ГЛАВА 3: МЕХАНИЗМ САМОЗАЩИТЫ И ФИКСАЦИЯ ТРОЕК**

### **Фиксация: (само)обман**

Исходя из своего преподавательского опыта, я пришел к тому, чтобы рассматривать тщеславие скорее как страсть, близкую к гордости, в то время как в обмане я вижу когнитивную сущность или фиксацию характера энеатипа 3.

Само слово «обман» - не самое лучшее для обозначения того особого вида обмана, который сопровождает тип тщеславие, отличный, например, от лживости энеатипа 2 и мошенничества 7, это не недостаток правдивости в отношении фактов (представитель энеатипа 3 может быть правдивым, правильно излагающим факты репортером), у тщеславия же наблюдается недостаток правдивости в отношении чувств и претензий.

В случае двух обобщенных черт характера, имеющих отношение к сексуальной привлекательности, - стремления блистать в обществе и стремления к успеху, мы сталкиваемся с использованием разных обличий, к которым личность прибегает, чтобы удовлетворить свою

жажду бытия и в то же время завуалировать свой экзистенциальный вакуум. Если страсть выставлять себя напоказ можно представить как перерастание проявившейся в раннем возрасте потребности во внимании и признании, то ее можно также расценивать и как результат того, что личность в своем восприятии спутала бытие и образ бытия; это подобно ситуации, когда личность смешивает признание со стороны внешнего мира с внутренними ценностями. Поскольку обман - это то, что мы можем назвать фиксацией, т.е. когнитивным дефектом энеатипа 3, я сгруппировал отдельно те дескрипторы, которые имеют отношение непосредственно к нему, такие как: «отождествляющий себя с маской», «верящий в собственную ложь», «притворяющийся», «фальшивый», «лживый». Мы должны включить сюда также весьма характерную для этого типа фальшивую эмоциональность. Обман, однако, находится вне эмоциональных переживаний, так как он включает в себя рациональное мышление и другие проявления практичности.

Слова «обман» и «притворство» можно использовать как указатели, определяющие центральную черту такой структуры личности как в случае самообмана (веры в тот идеализированный образ, который личность представляет миру), так и в отношении притворства перед окружающими (проявляющегося в блефе или лицемерном добродушии). В то же время именно идентификация личности с той ролью, которую она играет, и той маской, которую она надела - потеря ощущения того, что она всего лишь играет роль или надела

маску, - и приводит к тому, что окружающие начинают воспринимать это как ее истинную сущность.

Энеатип 3 не только озабочен впечатлением, которое он сам производит, он также выработал мастерское умение преподносить - преподносить окружающих, события и идеи. Особый дар продавать и рекламировать, характерный для этих личностей, по-видимому, является результатом обобщения способности, развившейся первоначально из стремления «продавать» и продвигать самого себя. Таким образом, они не только озабочены такими вещами, как одежда и косметика, а также демонстрация хороших манер, они - настоящие эксперты по комплектованию товаров и информации и превосходят всех остальных в рекламном бизнесе. Склонность выдвигать других, явно или скрыто, возможно, родственна другой - дополняющей ее - склонности: способности преподносить события или людей в дурном свете, манипулировать их имиджем неблагоприятным для них образом, что они делают не только путем злословия, но также используя свою социальную искусственность, с помощью которой они могут производить приятное впечатление, очерняя при этом оппонента или соперника.

Они обманывают себя и свое окружение, полагая, что единственная реальность, которая имеет значение, — это та, которую они могут убедительно изобразить, в соответствии с тем, что, по их мнению, мир требует от них. При этом они склонны отрицать или забывать существование своей внутренней реальности, а также внешней

реальности, которая действует независимо от того, что они могут «сконструировать».

Следовательно, они привыкают управлять своими отношениями с другими людьми и взаимодействием с миром посредством постоянного самостроительства. Их опыт, мысли и поведение вращаются вокруг фундаментальной веры в то, что они могут влиять на людей и события своими действиями и простой волей.

### **Механизм самозащиты**

Центральное место в психологическом облике энеатипа 3 занимает его идентификация себя с идеальным представлением о себе, созданным как реакция на то, что от него ожидается окружающими, вследствие чего мы можем предположить, что в раннем возрасте здесь имела место идентификация с желаниями, критериями оценки и моделями поведения родителей.

В отличие от интроекции, при которой индивид ощущает себя как личность другого человека, идентификация определяется как процесс, в ходе которого индивид усваивает черты другого человека и таким образом в некоторой степени трансформируется, следуя внешней модели. Каким бы справедливым ни было утверждение о том, что восприятие родительских черт является универсальной характеристикой человеческого развития, очевидно также, что склонность к имитации, ориентированная на внешние модели, более всего характерна для ценностей энеатипа 3. В отличие от ситуации с интроекцией, при которой индивид, по-видимому, отчаянно цепляется

за имевшую место в детстве идентификацию, тщеславие у взрослых представителей энеатипа 3 весьма типично проявляется не столько в идентификации себя с важными представлениями прошлого, сколько в идентификации с современными и сконструированными образами того, что считается желательным в обществе. Таким образом, при разработке личного самоимиджа индивид энеатипа 3, очевидно, проводит скрытое маркетинговое исследование для того, чтобы выяснить, что от него ожидает обобщенный другой. И именно этот «компьютерный» образ того, что ценится и чего хотят другие, индивид пытается воспринять и стремится подражать ему с характерным упорством.

Существенным для психологии энеатипа 3 (как и для седьмого) является также механизм логического обоснования. Но для этого типа наиболее характерным - помимо механизма идентификации - является механизм отрицания: механизм, посредством которого утверждается, что что-то не соответствует действительности (в предчувствии того, что кто-то поймет, что это как раз ей соответствует).

## **ГЛАВА 4: РАЗЛИЧИЕ МЕЖДУ ПОДТИПАМИ ТРОЕК, РАЗЛИЧИЯ ОТ ДРУГИХ ТИПОВ**

Для социальных троек очень важно, чтобы их видели многие глаза. Они процветают благодаря признанию со стороны групп, подобно актерам, которые жаждут постоянных аплодисментов как формы нарциссической пищи. Социальные ЕЗ желают признания со стороны

мира в целом не столько за свою внешность, сколько за то, что они делают, и за свое социальное положение. Они стремятся источать очарование и движимы стремлением к успеху и достижениям, с гордостью демонстрируя свои качества и достоинства. Детское желание быть замеченным перерастает в страстное стремление к престижу, разжигая их пыл и отодвигая на второй план искреннее участие в жизни как для себя, так и для других. В отношениях более скромный и сдержанный, стремящийся к самосохранению ЕЗ, похоже, довольствуется меньшим кругом общения, в то время как сексуальный ЕЗ сосредотачивается на укреплении интимных связей. Но социальный ЕЗ любит передвигаться, путешествовать, баловаться всем понемногу (из-за этой прожорливости его могут спутать с Е7) и познавать весь огромный мир.

Из-за своего несколько напыщенного поведения социальные люди ЕЗ могут напоминать Е2, особенно социальный подтип, когда они более общительны. Но дело не в том, что они обожают всех или что все обожают их, как склонны думать Е2 о себе. Более того, социальные Е2 излучают чувство безопасности, которое позволяет им великолепно себя показать, и у них нет контакта с нуждами, тогда как социальные ЕЗ легко вступают в контакт с неудачей или неуверенностью, если не получают такого взгляда и подтверждения от других. Социальные Е2 думают, что они особенные сами по себе, в то время как социальные ЕЗ нуждаются в признании со стороны других, чтобы чувствовать себя важными.



Если социальный подтип ЕЗ предлагает этот великолепный и ослепительный образ, то консервативный подтип представляется более доступным и полезным, поэтому они не кажутся тщеславными. Это тот подтип, который меньше всего похож на ЕЗ, потому что у них благие намерения: они прилагают много усилий, чтобы делать дела хорошо и быть хорошими людьми.

Сексуальные ЕЗ также не вкладывают столько энергии в толпу, как социальные ЕЗ. Им не хватает дара болтливости, и иногда им трудно выразить то, что они чувствуют. Если известно, что социальные ЕЗ обладают сообразительностью и ответом на все вопросы, то многие сексуальные ЕЗ остаются в тупике и изо всех сил пытаются самоутвердиться; у них нет чувства собственной ценности. Однако телесность (чувственные движения, прикосновения, зрительный контакт) компенсирует недостаток беглости речи. Они используют свой имидж и сексуальность в своих интересах и маскируют то, что им в себе не нравится, чтобы угодить другим. Это подтип, наиболее соприкасающийся со страхом.

И, наконец, самосохранение ЕЗ – это «анти-тщеславие». Их страсть — это контраст; у них есть скрытое тщеславие. Хотя их имидж имеет для них значение, они изо всех сил стараются казаться иными. Они сдержанны, их тщеславие скрыто под маской скромности; это изображение, которое они продают. Они избегают стереотипного тщеславия, связанного с хорошей одеждой или чрезмерной заботой о внешности, опасаясь, что это может сделать их поверхностными или

легкомысленными. Они чужаются явного тщеславия, рассматривая его как территорию эгоцентричных и глупых людей. В группах они часто позиционируют себя как помощники или решатели проблем.

В то время как ЕЗ, стремящиеся к самосохранению, ищут признания в своих действиях (которые они понимают как доказательство любви), а социальные ЕЗ находят идентичность в своих профессиональных задачах, сексуальные ЕЗ сосредотачиваются на своем обаянии или привлекательности; они используют свою физическую красоту, сексуальную привлекательность и близость, чтобы добиться успеха, хотя на самом деле им нужна эмоциональная связь, которую они внешне не показывают.

На рабочем месте консерватору ЕЗ может быть труднее делегировать свою работу, и если они это делают, то не полностью отказываются от контроля, а скорее «гонятся», подобно Е1, за работниками, проверяя, соблюдают ли они сроки, соблюдают ли они установленные сроки и т. д. Кажется, что социальному ЕЗ, который часто ближе всего к начальнику, скучно контролировать бесперебойность процесса, и он не контролирует своих подчиненных, как это сделал бы консервативный ЕЗ. Вместо этого, когда конец близок, они пересматривают чужую работу и дискредитируют ее... чтобы наконец, перед клиентом, заявить о себе всю заслугу и забыть, что вообще была команда. Социальная ЕЗ инициирует проект и продает конечные результаты, а методическую работу выполняет консервационная ЕЗ. Сексуальный ЕЗ показывает больше незащищенности, боли и

страданий; они выражают эмоции больше, чем два других подтипа. И они самые сладкие. Несмотря на то, что они самые эмоциональные, им трудно справиться со своим гневом. Если социальные ЕЗ могут быть агрессивными, то сексуальные ЕЗ — нет. На самом деле они подавляют агрессию и могут многое вынести. Но любовь иератизирована, и поэтому они стали жесткими; чем более невротичен человек, тем жестче он становится.

Как и сексуальный ЕЗ, консервационный ЕЗ также использует сексуальное соблазнение для получения привязанности и контакта; они знают, как сексуально соблазнить, чтобы завоевать человека в той местности, которая заранее интересует другого человека. Их проблема в том, что у них нет времени на сексуальную или даже эмоциональную жизнь, когда они уже находятся в стабильных отношениях. Это как бы пустая трата времени, поскольку не дает ощутимых и конкретных результатов.

И сексуальный, и социальный ЕЗ могут быть завоевателями и соблазнителями, но по-разному и с разными целями. Сексуальный ЕЗ безответственен или невинен, а социальный ЕЗ — совершенно противоположный: они знают, где находятся и какими силами обладают, они очень конкурентоспособны и, вероятно, более извращены.

Зависимость от других постоянна у всех из них. Социальные ЕЗ являются наиболее манипулятивными, потому что они кажутся очень автономными: они используют других, даже не осознавая этого,

превращая свою собственную зависимость во что-то значимое в жизни других. Зависимость от сохранения ЕЗ столь же невидима, поскольку заставляет других чувствовать себя зависимыми от них во всем, что означает выживание. Они могут быть жесткими, холодными и недоступными как люди, и боятся, что их пустота будет видна. Они жаждут признания, но так стыдятся этой черты, поэтому ее трудно увидеть невооруженным взглядом. Они желают любви, но сознательно не чувствуют ее.

Холодность присутствует во всех трех подтипах. В консервации ЕЗ это маска неприятия: «Я не отвергаю тебя напрямую, но становлюсь холодным». Социальная ЕЗ тоже холодна, но при этом удерживает людей вокруг себя; это скорее защита для сохранения своей социальной роли. А холодность сексуальных ЕЗ больше связана с их манерами. Они вкладывают все в ухаживания, но им не удается войти в сами отношения на более глубоком уровне обязательств. Существует защита из-за страха соединиться с чем-то, чего они не знают. Сексуальный ЕЗ настолько живет в образе, что если они войдут в эту пустоту – что немного сломало бы эту холодность – они могут заблудиться. Эту внутреннюю пустоту, которую ощущает сексуальный ЕЗ, социальному ЕЗ может быть труднее воспринять: они делают так много вещей и имеют так много идей...

одводя итог: самосохранение ЕЗ хотят, чтобы их любили за то, что они делают; социальные ЕЗ, за то, чего они достигают; и сексуальные ЕЗ за их физическое присутствие, очарование и близость.

## **ГЛАВА 5: СТРАСТЬ ТЩЕСЛАВИЯ В ПОДТИПЕ САМОСОХРАНЕНИЯ**

ЕЗ часто ассоциируется с человеком, который постоянно смотрит в зеркало, ведь тщеславен тот, кому постоянно нужно подтверждать свой внешний вид. Однако опыт показывает, что на самом деле тщеславный человек мало осознает свои физические особенности. Итак, то, что они видят в зеркале, — это просто изображение, на которое другим может быть приятно смотреть. Перед зеркалом ЕЗ не видят себя, а скорее воображают себя воплощенными в другом человеке, который смотрит на свое отражение. Таким образом, мы можем заключить, что ЕЗ живут внутри себя несколькими персонажами, выбранными в соответствии с необходимостью превратиться в объект желания каждого из них.

Теория инстинктов показывает нам, что страсть тщеславия, вторгаясь в инстинкт самосохранения, порождает акцент на внимании к выживанию и на контроле, обеспечивающем первичные потребности. Таким образом, оно принимает форму доказательства себе и другим способности решать конкретные жизненные проблемы в качестве компетентного человека с навязчивой мотивацией превращать каждое действие во что-то, что порождает внешнее признание, на которое опирается ЕЗ, чтобы почувствовать свою собственную существование. Таким образом, сохранение ЕЗ компенсирует их крайнюю уязвимость в основах жизни обратной связью, которую они получают от других, и

иллюзией, что это признание гарантирует их основные и первичные потребности.

Сохранение на службе тщеславия может привести к самоуничтожению, когда человек пытается не выделяться, чтобы избежать отвержения или ненависти, поскольку ненависть представляет угрозу выживанию. Это мышление можно резюмировать следующим образом:

«Если я буду делать то, что от меня ожидают, мне не грозит опасность стать объектом ненависти или опасности ».

При этом личности этого подтипа стремятся доказать другим свою полезность и незаменимость. Их мир вращается вокруг конкретного, видимого и осязаемого. Они постоянно занимаются практическими делами или ведут постоянно расширяющийся список дел. Их самой отличительной чертой является умение находить решения широкого спектра проблем: от ремонта мебели до решения сложных вопросов усыновления детей.

Возможно, наиболее важной или наиболее близкой к сути потребностью сохранения ЕЗ является инклюзивность , чувство участия или принадлежности. Похоже, что консерватор ЕЗ не полностью освободился от этой фундаментальной потребности и проводит свою жизнь в неустанном поиске этого взгляда, подобно преследователю.

Это приводит к двум важным взаимосвязанным динамикам: невинной, самоуверенной и оптимистичной открытости в сочетании с

подозрительностью и разочарованием – верой в то, что «я ничего не получу от других, если не сделаю ничего, чтобы получить это».

Прежде всего, стремление к принадлежности и признанию имеет приоритет. Представление о том, что «нет любви ко мне таким, какой я есть», может показаться иррациональным, однако оно уходит своими корнями в реальный семейный опыт в младенчестве. Семья воспринимает ребенка ЕЗ как часть семейной ячейки, но не таким, какой он есть на самом деле. В ответ на это искажение ребенок в конечном итоге принимает поведенческую стратегию, призванную обеспечить чувство принятия в семье.

Целью консервации ЕЗ является восстановление контакта и слияния с другим. Это приводит к непреодолимой потребности быть добродетельным, избегая при этом смирения с деструктивными намерениями другого человека по отношению к ним. Следовательно, в разгар конфликта они не могут воспринять истинную природу отношений и построить идеализированный образ другого человека (в дополнение к своему представлению о себе как добродетельной личности), который оправдывает их. Они не осознают, что если человек не удовлетворяет их потребности, он может продолжать действовать деструктивно. Что мотивирует сохранение ЕЗ вести себя таким образом? Вероятно, это связано с глубоким чувством утраты:

«В детстве я однажды испытал невыносимую боль, связанную с выживанием. Я закричал: «Позволь мне жить; Я просто хочу жить в мире.

Почему они стремятся причинить мне вред, хотя я не причинял им зла, а

желал им только добра?» Это был истощный крик утраты и признание реальности мира, отличавшегося от моего внутреннего опыта. В детстве у меня не было другого выбора, кроме как отключиться от своего истинного «я», принять роль праведника и выполнять желания и потребности других. Это был вопрос чистого выживания, поскольку в то время я не мог быть независимым.»

Из этого стремления принадлежать также возникает вера в то, что любовь другого человека нужно заслужить действиями. Эти действия имеют внешнее происхождение («Я делаю то, что от меня ожидают, а не то, что я чувствую, желаю или нуждаюсь») и служат внутренней цели: получению признания, которого постоянно жаждет сохранение ЕЗ. Чтобы добиться этого, они подчиняются требованиям других людей, подавляя при этом собственные потребности. Такой подход не приносит подлинного удовлетворения, поскольку удовлетворяется только невротическая потребность, увековечивая бесконечный цикл поиска одобрения без раскрытия своего истинного «я»: «Я должен быть лучшим, чтобы ты меня одобрил». Потребность сохраняется, потому что она никогда по-настоящему не удовлетворяется. Это стремление к признанию, которое возникает не там, где нужно.

Таким образом, консерваторам ЕЗ не хватает подлинной уверенности в том, что, просто оставаясь самими собой, они смогут получить то, что им нужно. По сути, идея получения без усилий кажется им невообразимой. Их внутренний диалог приводит к выводу: «Если я



чего-то желаю, я должен это заслужить», в результате чего отсутствует самоотверженная любовь, которая является их истинным требованием: быть любимыми такими, какие они есть, а не за то, что они делают.

«Как будто я думаю, что у меня недостаточно; Мне всегда хочется иметь все больше и больше, и именно поэтому работа становится такой важной, залогом выживания; как будто я думаю, что не могу отдохнуть. Мне нужно многое сделать сегодня, потому что я не знаю, что принесет завтра. Необходимость поддерживать отношения, дружбу и материальные блага огромна: я всегда сосредоточен на демонстрации эффективности, практичности, динамизма, смелости, доброты, любовной преданности и способности к адаптации.»

Другая невротическая потребность консервативного ЕЗ — это решительность, способность добиваться результатов. Существует неявное предположение: «Если я буду очень стараться, я это получу». Здесь нет места концепции свободного получения, есть внутреннее «нет» («Меня нет»), а также внешнее «нет» («его нет»); принуждение состоит в том, чтобы делать, чтобы быть.

Страсть к консервации ЕЗ характеризуется постоянной потребностью быть увиденным без полной отдачи, как будто они всегда выставлены напоказ. Эта глубокая потребность в признании возникает из-за ощущения, что вас недостаточно воспринимают. Некоторые люди описывают чувство покинутости, выражая такие мысли: «Меня не

видели так, как мне нужно». Этим можно объяснить их желание выставить себя напоказ, привлечь к себе внимание, пусть и сдержанно, чтобы не быть явным. По словам Марибель: «Мне не нравится быть невидимкой, но тем более — находиться в центре внимания по неправильным причинам».

В своем стремлении быть замеченными и из-за своей непоколебимой приверженности этой выставке, сохранение ЕЗ сложно выйти из центра внимания и обрести близость. Тем не менее, существует глубокое желание, чтобы кто-то осознал неискренность этой позиции и пришел им на помощь.

В отсутствие внешней поддержки консерваторы с ранних лет научились жить вне себя: «Я существую, только если на меня смотрят», «На меня смотрят, только если я полезен». Вот некоторые из основных идей, которые, согласно различным свидетельствам, вызывают их приверженность:

Я одновременно боюсь, что мне не хватает внутренней ценности, и все же уверен, что

должен полагаться на себя и быть самодостаточным.

- Я демонстрирую себе способность делать, достигать и говорить авторитетно.

Доказывая это самому себе, я обретаю уверенность в том, что существую и живу «правильно». Никто не может указать на меня пальцем, объявить меня никчемным или приказать: «Долой тебя».

- Я ужасно боюсь социальной смерти, страх быть стертым.

- Страх критики действует как движущая сила, мотивирующая меня совершенствоваться.
- У меня высокая толерантность к физическому дискомфорту. Хотя мое тело жалуется на перенапряжение, я интерпретирую это как «слабость», которую следует скрывать и игнорировать.
- Я считаю, что если я остановлюсь, какой во всем этом смысл? Мне не хватает осознания своих физиологических потребностей как «аутентичных». Иметь тело и заботиться о нем — помеха.

Это путешествие в суть раскрывает динамическую основу ЕЗ, в основе которой лежит страсть Еб: страх. Нетрудно понять, как возникает этот страх выживания, поскольку отдача себя другим подразумевает передачу своей жизни в руки этих других. Для реализации собственной личности становится необходимым индивидуализировать и дифференцировать себя.

## **НЕВРОТИЧЕСКАЯ ПОТРЕБНОСТЬ: БЕЗОПАСНОСТЬ**

Как мы заметили, невротическая мотивация тщеславия у консервативного подтипа обусловлена необходимостью облегчить чувство экзистенциальной хрупкости. Попытки справиться с тревогой, связанной с базовыми потребностями, становятся страстью, принимая форму чрезмерного поиска безопасности.

Это подводит нас к основной поведенческой черте этого подтипа: «безопасность» является определяющим ключевым словом. Все дело в обеспечении выживания – ни больше, ни меньше. Признание со

стороны других служит основой этого чувства безопасности. Следовательно, защитники природы ЕЗ обычно не стремятся к всеобщему вниманию, поскольку это несет в себе элемент риска, которого они предпочитают избегать; это признак более явной формы тщеславия. Конечно, это ложное смирение, ведь кажущееся отсутствие тщеславия есть, по сути, стремление выделиться, оставаясь при этом незаметным. Сохранение ЕЗ ищет и предлагает любовь в рамках безопасности.

Инстинкт самосохранения на службе тщеславия также связан с образом добра и совершенства. Не в смысле чувства превосходства над другими, а скорее веры в то, что они настолько совершенны, что им даже не нужно казаться идеальными – они могут показаться несовершенными, если это послужит их цели. Этот образ обеспечивает безопасность, обеспечивая постоянное признание со стороны других, от которых они почти полностью зависят. Самосохранение ЕЗ не склонны сбиваться с пути; они как будто верят, что ничего не пойдет не так. Более того, они способствуют любви, облегчая отношения; они разрешают конфликты и справляются с гневом самостоятельно, не полагаясь на других.

В глазах мира такой человек очень ценен, его часто считают чрезвычайно полезным (слово, которое чаще всего встречается в словаре консерваторов ЕЗ), потому что он превосходно проявляет осторожность и проницательность в отношении желаний и потребностей тех, кто вокруг них. Однако за эту полезность

приходится платить: их личное развитие становится затруднительным, поскольку те, кто получает выгоду от их помощи, не заинтересованы в том, чтобы они забрали ее обратно. Как язвительно отмечает Сьюзи: «Одна моя подруга говорила, что ЕЗ не следует заниматься личным развитием, потому что они становятся «бесполезными» людьми».

Неудивительно, что тревожность — постоянный спутник консервативных типов ЕЗ, часто проявляющаяся в неустанном стремлении к совершенству и правильности. У них есть сильное желание, чтобы вещи были «целыми», выглядели новыми и ухоженными. Все, что меньше, нарушает их чувство безопасности и может вызвать чувство упадка и неудачи.

Для подтипа самосохранения важно ЕЗ быть принятым, понятым и признанным за их компетентность и заботу является фундаментальной потребностью, столь же важной, как и безопасность. Когда этого признания не хватает, они часто действуют автоматически, в соответствии с ожиданиями других. Это может привести к разочарованию и ощущению неудачи, что наносит существенный удар по их самооценке и уязвленному самолюбию. С этой потребностью в признании тесно связана боль, которую они испытывают, когда ее игнорируют те, кому они посвятили себя. Самосохранение ЕЗ молча ждет признания и не чувствует себя любимым, если ему ничего предложить или никто не обращается к нему за помощью.

Когда они становятся старше и больше не доступны своей семье и друзьям, у них часто возникает страх перед будущим. Они

беспокоятся о том, кто их полюбит, когда они станут, казалось бы, бесполезными. Вот почему их больше беспокоят более поздние этапы жизни, такие как страх стать обузой, физической зависимостью, финансовой незащищенностью или одиночеством, чем перспектива смерти.

Что заставляет этот подтип жить таким образом, так это глубокий страх признать и взять на себя ответственность за то, что часто невидимо, а именно, за свои внутренние чувства и потребности. Их отношения строятся с прицелом на будущее, а не на ближайшее настоящее. У них может быть друг «в аду» на случай, если он там окажется. Они подходят к людям практично и утилитарно, учитывая, что может предложить им друг или партнер, если дела пойдут к худшему. Они не обязательно испытывают отношения в настоящем, но «инвестируют» в них ради потенциальных будущих потребностей.

За этой характерологической картиной скрываются значительная неуверенность и страх совершить ошибку или показаться глупым. Это также подразумевает, что они не могут потерять контроль, что приводит к добровольному строгому контролю над собой и своими эмоциями, который они могут даже отрицать. Они сохраняют высокую степень честности, хотя и могут заниматься самообманом в традициях ЕЗ. Их публичный имидж безупречен, но в личные моменты они могут позволить своему негативу выйти на поверхность и иногда проявлять деспотическое поведение.

Эти персонажи находятся под сильным влиянием надвигающегося призрака неудачи и некомпетентности. В воображении их постоянно преследует ощущение, что они не так хороши, как от них возлагают ожидания. Чтобы противостоять этому, они погружаются в задачи, которые заставляют их чувствовать себя нужными и значимыми; они чувствуют необходимость стараться больше, больше соревноваться и сиять еще ярче. Эта компульсивная занятость служит способом избежать тревоги потенциальной неудачи. Это похоже на самосаботаж, когда они избегают брать на себя более серьезные задачи (например, более ответственную должность или получение докторской степени), чтобы избежать рисков. Кроме того, частью этой стратегии, позволяющей избежать страха неудачи, может быть посвящение значительной части жизни контролю над жизнью других. Следовательно, им очень сложно «позволить себе заболеть» и принять помощь. Этот паттерн возникает в результате взаимодействия двух установок: «Я преуменьшаю свои собственные потребности» и «Если я вам нужен, я доступен».

«Каждый может рассчитывать на меня, и я сделаю все, чтобы доставить ему удовольствие, если его попросят. Я же не умею просить, не умею получать. Я не могу быть в долгу. Мне трудно понять концепцию получения без каких-либо условий.»

В результате этот персонаж, сформированный желаниями других, берет на себя роль зрителя, а самосохранение ЕЗ остается привязанной к образу ответственного, полезного и надежного

человека. При таком поведении агрессивность проявляется редко, за исключением едва уловимых форм.

## **МЕЖЛИЧНОСТНАЯ СТРАТЕГИЯ И СВЯЗАННЫЕ С НЕЙ ИРРАЦИОНАЛЬНЫЕ ИДЕИ**

Ежедневная фраза, которая часто характеризует самосохранение ЕЗ, звучит так: «Просто отойдите в сторону; Я справлюсь с этим сам».

Хотя это может показаться полезным, на самом деле это раскрывает лежащее в основе чувство чрезмерной инициативы и нетерпения, движимое идеей: «Я знаю, как что-то делать, и я знаю, как делать это лучше, чем ты» или «Мой путь — правильный путь, а ты просто еще этого не осознаешь». Это скрытое высокомерие скрывается за нежным и дружелюбным фасадом. В глубине души они верят, что тонко учат других, как что-то делать, но не в такой же директивной манере, как Е1; они могут даже показаться скромными.

Представители этого подтипа ЕЗ часто питают сильный дух соперничества, постоянно сравнивая себя с другими. Следовательно, они склонны автоматически игнорировать альтернативные подходы к решению задач, потому что не видят, что может быть другой, столь же действенный способ решения задач.

Еще одно неявное представление, которое преобладает в их мышлении: «Если я вложу свою энергию, жизненную силу и мотивационное мастерство, я смогу добиться успеха». Это форма магического мышления, которая увековечивает цикл неустанной



активности и чувства расширения возможностей. Их замечательная убедительность направлена как на себя, так и на других. Эта способность убеждать подкреплена их тонко отточенным обаянием: неизменно теплой улыбкой, позитивным и веселым поведением, а также внимательными и заботливыми жестами. Кому-то такому приятному и добродушному невозможно противоречить или доказать, что он не прав.

В стремлении нравиться и делать все правильно сотрудники ЕЗ тратят огромное количество энергии. Они создают образ людей, полностью доступных для всех, часто не имея собственных критериев, исходя из предположения, что «от каждого можно получить что-то положительное». Они создают видимость принятия всех в надежде на взаимное одобрение. В результате они кажутся справедливыми и непредвзятыми, по-видимому, воздерживаясь от критики действий других. Этот подход служит защитным механизмом от боли, поскольку консерваторы ЕЗ не терпят обесценивания или критики, особенно когда это происходит в публичной обстановке.

В ответ на эту экзистенциальную пустоту этот тип демонстрирует внешнюю самодостаточность, уверенность, а иногда и легкое высокомерие. Они стремятся привлечь внимание в любой обстановке, будь то умные слова, одежда, живость, юмор — все, что делает их более заметными в этом контексте.

Их фундаментальная межличностная стратегия — добиться признания, став незаменимыми для других. Самосохранение ЕЗ считают, что

именно так они «заслуживают свое право на существование в мире».

Оказавшись в таком положении, они воспринимают себя неуязвимыми, неприкосновенными и не подлежащими сомнению. Их основная мысль такова: «Несмотря на все, что я делаю для тебя, как ты можешь подвергать сомнению мое право на твою любовь?» По сути, они получают глубокое освобождение, когда соединяются с глубокими чувствами нежности, мягкости и эмоциональной связи, будь то с другим человеком или своим собственным существованием. Однако достижение этого состояния обычно требует расслабленной обстановки. В критических ситуациях эмоции часто отбрасываются, чтобы освободить место для действий.

Эти идеи проливают свет на отношения «я-ты», в которых самосохранение ЕЗ выглядит преданным и доступным. Тем не менее глубина их взаимодействия зачастую остается поверхностной. За фасадом завоевания признания других, будучи безупречными и беспроblemными, они изо всех сил пытаются признать свои собственные потребности. Эта динамика приводит к отношениям зависимости от другого человека. Отношения в первую очередь вращаются вокруг «Ты» ради вторичной выгоды «Я», и часто не хватает «Мы». В иррациональной идее «Я забочусь о тебе, чтобы ты любил меня» самосохранение ЕЗ скрывают свою хрупкость и уязвимость. Их невысказанное ожидание таково: «Я всегда здесь, когда я тебе нужен, и когда ты мне понадобишься, ты тоже будешь рядом. Я ни о чем не буду просить, но вы должны поступить с

ситуацией так, как я считаю нужным». В результате самосохранение ЕЗ очень чувствителен к ошибкам других. Если они раскроют свою уязвимость, а другой человек не оправдает их ожиданий, они могут затаить обиду.

Примечательно, что самосохранение ЕЗ редко оставляют место для помощи другим. В глубине души существует глубокое недоверие к тому, что другие будут рядом с ними. Таким образом они делают другого несуществующим (и, следовательно, воздерживаются от поиска помощи или прощения).

Это подчеркивает, как сохранение ЕЗ еще больше усиливает их чувство изоляции. Их единственный способ общения с другими — это быть рядом с ними, занимая позицию превосходства, чтобы не создавать проблем и не быть обузой. В основе такого поведения лежит иррациональное представление: «Если я вам полезен, вы хотите меня; если я мешаю, то нет. Таким образом, отношения становятся транзакционным обменом: «Я буду служить тебе для этой цели, а ты будешь служить мне для этой цели». Показательно, что они не понимают отношения как эмоциональную поддержку и питание, которые могли бы способствовать подлинному человеческому общению и росту. Однако они не замечают этого отсутствия, часто компенсируя его занятостью.

Еще один аспект, который следует учитывать, — это то, как они выражают гнев, который редко проявляется открыто, потому что считается неприглядным или некультурным. Вместо этого это

проявляется в виде иронии, сравнений и пренебрежительных замечаний. Когда самосохранение ЕЗ чувствует, что с ним обошлись несправедливо, он может прибегнуть к приступу плача перед другим, хотя чаще всего он погружается в личную меланхолию, сродни детской. Следовательно, их эмоциональные реакции могут быть детскими и театральными. С одной стороны, они могут плакать, когда их критикуют, считая себя последней жертвой. С другой стороны, вступая в новую дружбу или проект, они могут стать оживленными и энергичными. В компании более экспрессивных типов, таких как Е7, Е8 и Е2, они могут даже проявлять яркие жесты и поведение, пытаясь передать атмосферу жизнерадостности и веселья.

В конечном счете, эта сильная склонность быть любимыми путем удовлетворения потребностей других только уводит их от подлинных человеческих связей. Чтобы иметь подлинные отношения, человек должен основывать свои отношения на истине и реальности. Преодоление страха потери имеет важное значение в этом процессе. Понимание того, что подлинные связи могут быть построены только на положительных и отрицательных эмоциях, включая выражения гнева и неадекватности, имеет решающее значение для перехода от тщеславия к настоящим человеческим отношениям.

## **ДРУГИЕ ЧЕРТЫ ТИПА**

### **Формирование типа**

Характер самосохранения ЕЗ формируется в нестабильной среде. Как правило, это люди, выросшие в среде, где они были вынуждены постоять за себя и даже заботиться о своих родителях, и все это в надежде получить взамен заботу. Этот контекст обычно отмечен хаосом, связанным с сложной семейной ситуацией. Маленький ребенок самосохранения ЕЗ часто чувствует себя изолированным или получает минимальную эмоциональную поддержку, что может быть связано с болезнью члена семьи. В обоих сценариях мало места для выражения эмоций или признания собственных потребностей. Следовательно, они рано учатся «не нуждаться». Они подавляют осознание своих потребностей и проецируют это подавление как интенсивное внимание к потребностям других. Такое поведение получает положительное подкрепление, заставляя личностей самосохранения ЕЗ поверить, что их место в мире обеспечивается за счет «добрых дел» и того, что их считают добродетельными людьми. Этот образ «добра» скрывает глубокое чувство неадекватности не только во внешнем, но и в экзистенциальном смысле этого слова. Иногда эти тройки сталкиваются с унижением, если что-то не делается должным образом или если они не могут позаботиться о себе. Это унижение еще больше усугубляется внутренними сообщениями типа «Ты глуп, что упал», «Ты глуп, потому что тонешь в бассейне», «Если ты упадешь, приди, и я преподам тебе урок, чтобы ты научился не падать », которые служат укреплению идеи самодостаточности. Это происходит не только из-за отсутствия веры в то, что другие будут

рядом с ними, но и из-за убеждения, что, если они чего-то желают, они должны взять на себя ответственность достичь этого и быть самостоятельными. Следовательно, мантра звучит так: «Если я сделаю это сам, они меня любят».

Таким образом, укореняется искаженное убеждение: представление о том, что человек должен быть совершенным, чтобы быть достойным существования. Это убеждение настолько укоренилось, что не оставляет места для других возможностей. Совершенство понимается как отсутствие эмоциональности и нуждаемости и действует как автоматический механизм, а не выбранный сознательно.

### **«БЫТЬ ЛУЧШИМ, БЫТЬ ПОЛЕЗНЫМ»**

Детская атмосфера, колеблющаяся между обманом и соблазнением, формирует основу недоверия и ощущения опасности для этого подтипа. Это похоже на детский регистр «Я тебе дам», но на самом деле ничего не предлагается – только пустая лесть с пустыми обещаниями, в результате чего ребенок не может доверять своему опекуну.

В своей книге «Травма и восстановление» Герман исследует выживание в условиях опасности. Хотя происхождение характера самосохранения ЕЗ, возможно, не столь экстремально, мы собрали некоторые фрагменты, которые могут резонировать с их чувствами.

Это объясняет острую способность самосохранения ЕЗ угадывать потребности других, неустанно служить и оправдывать ожидания.

Дети, живущие в опасной среде, таким образом, инстинктивно стремятся защитить себя, а самосохранение ЕЗ обычно избегает привлечения к себе внимания, оставаясь застывшими и невыразительными. Как указывает Герман, они «избегают любого физического проявления своего внутреннего возбуждения». А иногда, когда избегание не удастся, «дети пытаются успокоить своих обидчиков, демонстрируя автоматическое послушание». Характерной чертой самосохранения ЕЗ является история скрытого психологического отказа со стороны родителей. В детстве они учатся жить в соответствии с определенным набором моделей поведения: не доставлять неприятностей, оставаться незамеченными.

### **Самодостаточность и контроль**

Одной из центральных черт сохранения ЕЗ является их способность действовать независимо. Эта способность справляться с ситуациями и разрешать их, используя свои собственные ресурсы, укрепляет их представление о себе как о самодостаточных личностях, обладающих замечательной способностью к эффективности и решению проблем. Эта самооценка служит компенсаторным механизмом глубоко укоренившегося чувства неловкости и смущения, скрытого за маской самосохранения ЕЗ. Стыд и неуклюжесть были чувствами, подавляемыми на раннем этапе; с другой стороны, компетентность и достижения были положительно подкреплены их окружением. Они, как правило, не по годам развиты в речи, походке и взваливают на себя взрослые обязанности.

Контроль действует как обратная сторона дистресса, а для ЕЗ дистресс или страх представляют собой подавляющее и неприемлемое эмоциональное состояние. Им удается избежать внутренних страданий, направляя свое внимание вовне, тем самым пренебрегая своим внутренним миром. Следовательно, самосохранение ЕЗ очень восприимчивы к внешним воздействиям.

В основе этой черты лежит сумасшедшая идея о том, что жизнь можно и нужно контролировать, что заставляет их полагать, что их внутренняя жизнь постоянно находится под контролем без каких-либо внутренних турбулентностей. Они участвуют в непрерывном процессе самоочищения, воздерживаясь от укрывательства или покоя чего-либо внутреннего, и посвящают себя разрешению конфликтов, чтобы поддерживать гармонию с другими. Парадоксально, но, несмотря на то, что им нужно, чтобы вещи соответствовали их убеждениям, они изо всех сил пытаются освободить место для других и утвердить свою индивидуальность и действия.

Потребность в безопасности заставляет их контролировать практически каждый аспект своего окружения: от порядка в жилом пространстве и имуществе до семейных дел (советов и решения проблем) и даже профессиональной работы. Эта форма контроля позволяет им манипулировать окружающими их людьми, чтобы обеспечить удовлетворение их потребностей ради собственной безопасности. Они как бы говорят: «Если ты сделаешь то, что я считаю правильным, я буду спокоен». Однако они часто не могут



по-настоящему понять природу других и склонны маскировать реальность. Их кажущееся высокомерие и превосходство с установками типа «Я все знаю, а вы понятия не имеете, как все устроено» проистекают из скрытого страха перед другими, непредсказуемостью жизни и неконтролируемыми факторами.

Еще одним аспектом консервативной личности ЕЗ является их склонность совмещать несколько задач одновременно, находя удовлетворение в том, что они более заняты и продуктивны. Для них действие служит источником энергии и средством ощущения контроля. Эта склонность к многозадачности служит двойной цели. С одной стороны, это укрепляет их представление о силе и способностях; позиция «какой я хороший и умный» должна постоянно подкрепляться как защитный механизм от их внутреннего чувства неуклюжести. С другой стороны, это мешает контакту с внутренним миром и постоянно за себя.

### **Помощь другому и принуждение себя к помощи**

Другой неотъемлемой чертой этого типа личности является автоматическая склонность заботиться о нуждах других, движимая глубоко укоренившимся страхом реального контакта и неспособностью терпеть пустоту «неудовлетворения». Самосохранение ЕЗ изо всех сил пытаются справиться с реальностью, и эта неуклюжесть не признается открыто, а скорее проявляется как трудность сказать «нет». Они не знают, как защитить себя или

вступить в конфликт. Кажется, им легче быть рядом с другими и таким образом избегать конфронтации.

Удовлетворение потребностей других также выполняет двойную функцию. Он предотвращает конфликты с другими, защищая их от неудовлетворенных потребностей и вытекающего из этого разочарования, снижая вероятность того, что другой направит свою деструктивность на помогающего. Более того, самосохранение ЕЗ настолько озабочены другими, что пренебрегают заботой о себе. Представление о том, что они ни в чем не нуждаются, создает иллюзию силы и совершенства, предоставляя им власть над собой. Это чувство усиливается, когда они становятся эталоном для других, зарабатывая себе важное место.

Стоит отметить, что принуждение к помощи иногда может быть проекцией собственных неудовлетворенных потребностей. В связи с этим сохранению ЕЗ необходимо научиться просить о помощи, позволять другим заботиться о себе, отказываться от сильной личности, демонстрировать уязвимость, просить прощения, говорить «нет» и, наконец, жить и давать жить другим.

### **Слияние**

Когда мы рассматриваем слияние внутри сохранения ЕЗ как механизм выживания, мы можем осознать постоянную потребность быть рядом с другими как образ жизни. Этот аспект приводит к развитию людей с высокой интуицией, которые в этом аспекте напоминают личность Е8, хотя и с совершенно разными мотивами.

За тенденцией соответствовать внешним ожиданиям скрываются страх индивидуации, риск, связанный с тем, чтобы быть самим собой, и страх самопознания. Это способ избежать столкновения с автоматизмом, который маскирует экзистенциальную пустоту незнания, что делать самому или куда направить свой путь без того, чтобы другой человек направлял его к непрерывному действию.

Следует добавить, что слияние или слияние с другими — это способ почувствовать себя сильным. Создание зависимости через доброту питает идею незаменимости. Однако это также приводит к огромной борьбе с одиночеством, признанием собственных эмоций, потребностей и ограничений. Более того, это слияние или постоянное присутствие рядом с другими позволяет им перекладывать вину, если дела идут не так, как планировалось, уклоняясь от ответственности за самосуществование, самоощущение и собственные потребности.

Трудность быть самим собой без взгляда и одобрения другого человека напоминает слияние, испытываемое личностями Е9. Однако вместо того, чтобы проявляться в виде автоматического и ленивого раболепия, в Е3 оно имеет в основе помощь, совет и выслушивание, чтобы избежать чувства одиночества и заслужить любовь. Это становится долгосрочным вложением, отмеченным такими ингредиентами, как терпение, сдержанность, ретрофлексия и выносливость.

### **Непринятие ошибок**

Неприятие ошибок тесно связано с идеалом быть хорошим и эффективным. Защитник природы ЕЗ часто не может провести различие между мыслью и действием; они действуют, не обрабатывая свои мысли. Следовательно, их первой «ошибкой» было бы замкнуться в себе, показаться «эгоистичными», сосредоточиться на собственных желаниях.

Страх совершить ошибку возникает из более глубокого страха дисквалификации и отказа. Для этого подтипа отказ ощущается как смерть, как будто чье-то осуждение его действий является прямым осуждением его существа. Короче говоря, если их действия подвергаются критике, это воспринимается как отрицание самого их существования.

### **Конкуренциоспособность**

Еще одной характерной чертой самосохранения ЕЗ является их восприятие самосовершенствования как образа жизни. Речь идет не только о том, чтобы добиться большего, но и о том, чтобы стать лучшим человеком. Соответствие ожидаемым ценностям укрепляет их веру в то, что они способны и совершенны.

Это способ поддерживать тщеславие на «должном уровне», последовательно поднимая планку и стремясь превзойти свой предыдущий рекорд, как в глазах других, так и в собственной самооценке. Сохранение ЕЗ разделяет стремление к совершенству, как и Е1. Однако есть фундаментальное различие в их направленности. В то время как Е1 стремится к моральному

совершенству, ЕЗ стремится к самосовершенствованию в сфере деятельности. С этой точки зрения представители сохранения ЕЗ часто подсказывают другим, как выполнить задачи безупречно, с минимальными ошибками и, в идеале, с первой попытки.

Очень типичным для этого подтипа является установка «Я сделаю это сам», основанная на убеждении, что они могут выполнить задачу лучше и эффективнее, чем другие. Экономия времени является приоритетом, поэтому они становятся быстрыми, чтобы иметь больше времени для выполнения большего количества дел, тем самым повышая свое чувство эффективности и возможностей. Самозабвение, движимое тщеславием, принимает здесь форму кормления эго посредством неустанных усилий.

## **ДЕТСТВО ПОДТИПА САМОСОХРАНЕНИЯ**

Каково детство сохранения ЕЗ? Ответ на этот вопрос может дать представление о формировании такой личности в раннем возрасте.

В детстве этого типа выделяется сильный эмоциональный толчок к самой фундаментальной из инстинктивных потребностей: выживанию. Когда этой потребности препятствуют, угрожают или препятствуют, она порождает в ЕЗ сохранение неуверенности и страхов, которые мешают им испытать чувство полноты и безопасности и признать, что в мире можно жить, а не выживать.

Мы видим у этой личности детство, характеризующееся ранним семейным опытом неприятия или отвержения.

В этих случаях один из родителей обычно проявляет повышенную требовательность, тогда как другой, как правило, берет на себя второстепенную роль, имея уклончивый характер. Как вспоминает Нильда: «Меня очень строго воспитывала мать (Е1), а интеллектуально мотивировал отец (Е5)».

В таких сценариях также часто, хотя и не повсеместно, мужская родительская фигура не считается достоверной (или не подтверждается матерью), выглядя слабее или отсутствующей. Таким образом, ребенок вступает в роль отца, поскольку чувствует, что модель семьи не функционирует должным образом или что не существует адекватного мужского образца для подражания. Это особенно заметно у женщин-консерваторов Е3, которые, как мы наблюдали, могут принять на себя роль отца, когда она отсутствует внешне.

Ребенок часто сталкивается с ситуациями неприятия, как на физическом, так и на инстинктивном или эмоциональном уровне. Физически это может произойти, когда ребенок не оправдывает ожиданий семьи. На инстинктивном/эмоциональном фронте родителям часто трудно справиться с энергичностью ребенка и проявлениями гнева. Важно отметить, что Е3 — энергичный тип личности. Таким образом, даже у любящих родителей дети могут испытывать неприятие своей бунтарской натуры, которая включает в себя такие качества, как сила, воодушевление и страсть. Если какая-то особенность и выделяется в этом мире детства, то это стремление к

автономии как средству выживания. Существует глубокое убеждение, что выживание зависит от автономии. Сочетание раннего неприятия или неприятия и потребности ребенка в одобрении заставляет его искать признания хотя бы у одного родителя. Они сделают все возможное, чтобы делать то, что ценится.

Совокупный эффект этого опыта неизбежно приводит к тому, что консервативный тип личности созревает раньше времени, либо беря на себя ответственность за других, либо добиваясь финансовой безопасности через работу (ради стабильности или денег). Давайте рассмотрим случай, в результате которого у женщины в возрасте пяти или шести лет развилась фиксация на консервативном инстинкте:

«Моя мама была чрезмерно требовательна («Хорошее – враг лучшего», – говорила она). Ей было недостаточно того, что я уже прекрасно умел читать и писать. Мне пришлось в совершенстве освоить стежки вышивания, которым учили монахини в монастырской школе. Я ненавидела это, считала это бессмысленным и, как ни старалась, мне не удавалось наложить швы правильно, и я плакала. Это разозлило бы мою мать, и она наказывала бы меня и спорила с отцом, который всегда был на моей стороне.»

## **ГЛАВА 6: СТРАСТЬ ТЩЕСЛАВИЯ В СЕКСУАЛЬНОМ ИНСТИНКТЕ**

### **!!TW: УПОМИНАНИЕ ИЗНАСИЛОВАНИЯ**

Когда тщеславие проникает в сексуальный инстинкт, фокус смещается на поиск одобрения и становление объектом желания. С юных лет сексуальное чувство собственного достоинства ЕЗ связано с тем, что он является объектом вожделения, и привлечение внимания и желаний других становится навязчивым занятием.

Страстное стремление к тщеславию направляется в романтические отношения. Сексуальный ЕЗ стремится быть идеальным партнером, ищет идеального партнера, который сможет обеспечить им то подтверждение, которого они так жаждут. Они верят, что, будучи идеальным компаньоном, они могут успокоить свои тревоги, неуверенность и экзистенциальные страхи. Это заставляет их подавлять свои собственные потребности, полностью сосредотачиваясь на своем партнере, чтобы найти смысл существования. В результате они часто пренебрегают личностным ростом, как профессиональным, так и социальным, поскольку независимость не является для них приоритетом. Они тратят свою энергию на подавление и контроль своих эмоций и мыслей, а не на развитие собственной индивидуальности. Это увековечивает цикл, в котором они все больше стремятся оставаться привлекательными, поскольку только партнер может обеспечить ту безопасность, которую они ищут, как с точки зрения выживания, так и с точки зрения эмоциональной связи.

«Я заметила, что чувствую себя гораздо безопаснее и непринужденнее в близости с семьей или с мужем. В таких ситуациях я могу свободно



выражать свои мысли, не осуждая себя, проявлять нежность, открыто выражая свою нежность. Однако, когда дело доходит до социальных ситуаций, моя застенчивость берет верх. Даже одна мысль о выступлении перед публикой может парализовать меня; волна страха пробегает по моему телу, и мой разум становится пустым. В глубине души меня мучает ощущение, что мне нечего сказать ценного, что другие более красноречивы, умнее. Я обнаруживаю, что сравниваю и поддаюсь страху. Сильная тяга к тому, чтобы меня любили и любили, настолько непреодолима, что я предпочитаю молчать. Существует также иллюзия, что простое присутствие может заставить других признать меня, потому что я не обуза, а скорее праздник для глаз.»

Направляя свои усилия на то, чтобы увлечь и доставить удовольствие только одному человеку, они оказываются не в состоянии предложить миру в целом. Они могут стать навязчивыми со своим значимым другом, поскольку их мир вращается преимущественно вокруг них. Они живут для себя или для этого идеализированного семейного союза, при этом их эмоциональная сфера полностью переплетается с эмоциональной сферой партнера. Простого конфликта может быть достаточно, чтобы все разрушить. Несмотря на горячее желание, чтобы его считали уникальной личностью, этому персонажу еще предстоит полностью осознать, что динамика отношений двух людей, характерная для сексуальных подтипов, выходит за рамки просто

романтического партнерства и охватывает любые значимые отношения, будь то дружба или другие.

В этом контексте сексуальный инстинкт теряет свою естественную функцию стремления к удовольствию и активации сексуального импульса. Вместо этого это становится автоматическим соблазнением в стремлении к близости с другим человеком. Эта близость, нереализованная в их интимных отношениях как с матерью, так и с отцом, становится чем-то, что продает сексуальный ЕЗ, сродни продукту или обещанию как себе, так и другому человеку. Ему не хватает глубины эмоционального или экзистенциального опыта. Естественно, эта иллюзия в конечном итоге приводит к разочарованию — в частности, к разочарованию от невозможности достичь воображаемого полного любовного союза. И это разочарование подогревает их тщетную страсть продолжать рекламировать себя, свое тело и свою уникальность другим.

Сексуальный ЕЗ превосходно создает видимость идеальной любви, заставляя вас поверить, что они останутся нежными навсегда. Настоящие эксперты в имитации привязанности, они передают тепло своей улыбкой, убеждая вас в идее безусловной и вечной любви. Тем не менее, когда они теряют бдительность в интимной близости, проявляется их истинное «я» — холодное и жесткое.

Сексуальные ЕЗ, которые часто путают свое истинное «я» с внешностью, черпают свою самооценку из отражений, которые они получают от других. Они влюбляются в проецируемый на них образ,

что приводит к тому, что они становятся чрезмерно сговорчивыми и крайне зависимыми.

В своем неустанном стремлении понравиться они разделяют с другими подтипами ЕЗ своеобразное представление о том, что нужно быть полезным, чтобы завоевать расположение. Эта идея принимает особую форму в сексуальных ЕЗ, поскольку они готовы использоваться в качестве объектов. Они часто повторяют инфантильный образец заботы, основанный на их собственном детском опыте. В ранние годы на них, возможно, смотрели как на «долгожданного» ребенка – того, кому нужно было быть хорошим, обаятельным и милым, идеального партнера, которого отчаянно хотел родитель. Сегодня они часто по-прежнему воплощают в себе эту роль. В более или менее явном виде это может включать в себя превращение в сексуальный объект, если необходимо, чтобы вас любили. Как следствие, они часто стирают грань между любовью, нежностью и сексуальным влечением. Они связывают сексуальность с потребностью заслужить привязанность и в своих первичных отношениях научились связывать сексуальный контакт с эмоциональной близостью. Многие из них были детьми, которых соблазнил родитель, часто противоположного пола. Это сформировало их поведение и научило их заполнять свою ненасытную пустоту соблазнением, которое стало их основной формой связи – оно пронизывает каждый аспект их существа, от жестов до взглядов, нежности и манер. Следовательно, они могут склоняться к

самоуспокоенности и сексуальности, движимые идеей, что их нужно желать, чтобы их любили и существовали.

Поскольку их инстинктивная энергия подавлена, им трудно преследовать свои собственные желания. Они по-прежнему заиклены на том, чтобы быть желанными и избранными, и в удовлетворении этой потребности они должны убедить другого, изображая тщательно созданный образ — лучшую версию себя, которую они могут поверхностно представить миру. По их собственным словам: «Я утверждаю, что они выбрали меня, но они мало что знают о тщательно продуманном представлении, которое я устроил».

Общей темой сексуальных ЕЗ является глубокое чувство одиночества. Многие из них испытали недостаток искренних любовных связей со своими родителями. В частности, их отношения с родителем противоположного пола могли быть испорчены манипулятивным соблазнением, что привело ребенка в замешательство. Устойчивый бессознательный внутренний опыт, возникающий из-за отсутствия родительской поддержки, представляет собой опыт печали, страха, неуверенности и тоски:

«В детстве я испытывал недостаток заботы со стороны матери и отца, из-за чего я чувствовал себя невероятно уязвимым и незащищенным. Я был совсем один, охваченный неуверенностью и страхом. И только когда я начал заботиться о своей матери, я начал чувствовать признание.»

Из-за отсутствия внутренней ориентации и любви к себе они углубляются в третий аспект, который путают с любовью: фантазию. Не имея внутренней безопасности, они ищут любви снаружи, часто через потворство и одержимость. Они становятся чрезмерно зависимыми от всех, кто заставляет их чувствовать себя любимыми.

Быть желанными и любимыми кем-то опьяняет их, и это чувство опьянения представляет собой форму нарциссической самоэротизации через очарование другого. Они воспринимают это как ежедневный наркотик, заполняющий пустоту от того, что они не являются по-настоящему самими собой. Сексуальная зависимость, которую ЕЗ внушает другим, чтобы обеспечить их постоянную капитуляцию и восхищение, настолько сильна, что они оказываются в ловушке своей собственной игры.

Тщеславие стало основным средством выражения эмоций. Без зеркала, которое отражает не только изображение, но и эмоции, сексуальным ЕЗ сложно вступить с ними в контакт. Они занимаются эротизацией, чтобы испытать свой эротизм через других. Они очаровывают, погружаясь в близость, которая смутила бы их, если бы третья сторона стала свидетелем этой запутанности, и все это в попытке почувствовать нюансы их внутреннего мира.

Как только они вступают в отношения и больше не чувствуют необходимости преследовать свою жертву, они отключают свое сексуальное обаяние, отказываясь от попыток быть привлекательными для своего партнера. Вместо этого они начинают

проверять свою вторую половинку, выявляя собственные недостатки, ошибки и целый ряд негативных качеств, которые не покажут никому другому. Когда-то они представили себя в лучшем свете, но теперь бросают всякое притворство, чтобы проверить, обожают ли их по-прежнему.

Теперь именно они сдерживают привязанность. Они уже добились того, чего жаждали: внимания и любви. В результате они начинают обесценивать свою ценность. Они перестают быть сексуально доступными – ну, в глубине души они никогда и не были таковыми, хотя их поведение могло свидетельствовать об обратном. Они больше не заботятся о привлечении.

### **Невротическая потребность. Харизма.**

Ключевое слово — мужественность или женственность, в зависимости от пола. Если бы нам пришлось перевести это в контекст невротической потребности и задаться вопросом о движущей силе, стоящей за этим типом личности, это было бы что-то вроде потребности привлекать, потребности в самоутверждении и желания накормить себя. Тщеславие из-за сексуальной привлекательности для партнера или других людей. Это довольно просто. Это предполагает идентификацию с несколько произвольным образом.

Развитие этого образа как бы компенсирует недостаток внимания, создавая фон неуверенности в собственной ценности. Это отчаянная попытка быть симпатичным, чтобы избежать чувства никчемности, как

будто то, чем ты являешься на самом деле, не поддается категоризации или цене в сфере личностей и личных предпочтений.

Невротическая потребность Сексуального ЕЗ заключается в привлечении посредством того, что можно рассматривать как экзистенциальное стремление.

Сексуальные ЕЗ флиртуют и активно ищут внимания других, сохраняя при этом дистанцию при встрече. Это стремление к соблазнению в первую очередь сосредоточено на получении подтверждения своей привлекательности, а не на поиске физического удовольствия.

Они знают, что за ними наблюдают, но часто делают вид, что не замечают. Они могут даже поверить, что их желают, без каких-либо усилий с их стороны. Характерная невротическая потребность доставлять удовольствие другим излучает значительное количество энергии в сторону влечения. Их соблазнение в значительной степени бессознательно, и они могут не осознавать своих усилий формировать или трансформировать себя в соответствии с мнением других. Эти адаптации проявляются физически через модификации тела, эмоционально — сдерживанием чувств и поведенчески — делая действия полностью функциональными ради привлекательности.

В вопросах ухаживания они обычно остаются пассивными и ждут ухаживаний другого человека. Они не участвуют активно, а вместо этого представляют себя доступными. Они могут даже заставить другого человека поверить в то, что он является пассивной и невинной стороной в этом соблазнении. В этой «пассивности» они

обманывают себя, чувствуя себя в безопасности как добрые и интересные личности, хотя эта безопасность часто является фасадом.

В спальне они стремятся быть лучшими до такой степени, что готовы пойти на акробатические трюки только для того, чтобы доставить удовольствие партнеру, полностью упуская из виду собственные потребности и желания.

Когда дело доходит до секса, они ставят удовлетворение другого выше собственного удовольствия, даже когда оно граничит с насилием. Сексуальному ЕЗ часто трудно признать агрессию из-за того, что ему трудно ее распознать. У них есть представление, что их тело существует для удовольствия другого, а их эмоциональная разобщенность служит защитным механизмом от потенциального вреда.

Это отключение связано с нежеланием полностью сдаться, проявляющимся в образе мышления: «Даже если ты прикоснешься ко мне, ты не получишь меня по-настоящему. Мое тело — это одно, а сердце и душа — другое». Глубоко внутри существует страх физического контакта, который приводит к дистанцированию посредством обманных действий, таких как имитация оргазма.

Нередко можно услышать истории о насилии среди сексуальных людей ЕЗ. Некоторые женщины с раннего возраста непреднамеренно привлекают мужчин старшего возраста, часто ошибочно интерпретируя их внимание как замену любви, которую им, возможно, не хватало от своих отцов. Этот образец соблазнения, не обращая



внимания на возможные последствия, часто восходит к годам становления, когда семена этих связей, движимые влечением и сексуальным удовольствием, берут свое начало в отношениях с отцом. К сожалению, в некоторых случаях результатом стал опыт насилия и даже сексуального насилия.

Столкнувшись с агрессией, сексуальный ЕЗ отключается от физической боли и сочувствует обидчику. Они направляют всю свою энергию на то, чтобы доставить им удовольствие и гарантировать, что они не сочтут свои действия неправильными. Более того, они стараются скрыть эти действия, опасаясь разоблачения. Они готовы терпеть отношения с обидчиком из-за страха потерять то, что они считают «любовью». В глубине души они испытывают глубокую потребность в привязанности, и они верят, что любое негативное внимание или лишение привязанности со стороны другого человека означает, что их не любят.

Иногда они могут поддерживать токсичные отношения просто потому, что работают сексуально. В некоторых случаях постоянный конфликт усиливает сексуальную связь, поскольку примирение становится способом вернуть любовь другого человека. Это становится циклом: в случае конфликта другой человек временно прекращает свою привязанность, и, следовательно, сексуальный ЕЗ чувствует себя вынужденным вступить в борьбу, чтобы вернуть ее.

Бессознательная идея сексуального ЕЗ заключается в том, что они могут нравиться, когда отказываются от своей индивидуальности,

самореализации и внутреннего роста, превращаясь в человека, которого желает другой. Хотя это правда, что таким образом они могут завоевать расположение, они теряют связь со своей сущностью, своими уникальными вкусами и инстинктами. Эта потеря приводит к ощущению роботизированного поведения, поскольку сексуальный ЕЗ отчаянно жаждет быть любимым и отвечать на эту любовь.

Сексуальные ЕЗ, по сути, искатели любви, и их трагедия заключается в их неспособности понять, что настоящую любовь невозможно найти во внешнем виде, в их внешности или желании. Они стирают границы между поверхностью и ядром. Они потеряли веру в свою суть, разорвали связь со своей истинной сущностью и ошибочно полагают, что их сущность — это всего лишь то, что снаружи.

## **МЕЖЛИЧНОСТНАЯ СТРАТЕГИЯ И СВЯЗАННЫЕ С НЕЙ ИРРАЦИОНАЛЬНЫЕ ИДЕИ**

Для сексуального ЕЗ встреча — это источник жизни. Это момент, когда они встречают своего возлюбленного, который, надеюсь, признает достоинство их существования. Чтобы добиться этого, они считают, что должны представить «что-то», приемлемое для другого. Они не могут подойти к встрече так же, как они сами, потому что они усвоили, что действительно важно быть «таким, как желает другой». По сути, они проецируют на себя свое воображение желаний возлюбленного, основываясь на условиях, которые родители поставили перед ними

для принятия: быть «привлекательным человеком», идеальным мужчиной или женщиной.

Этот ранний опыт формирует их основную точку зрения, становясь линзой, через которую они фильтруют все межличностные взаимодействия. Их заикленность вращается вокруг самообмана , когда они искренне отождествляют себя с созданным ими фасадом.

ЕЗ искренне верит в образ, который они стремятся изобразить, будь то образ уверенного в себе, успешного человека или, в случае с сексуальной ЕЗ, идеального партнера. Этот подтип забывает, что создал маску привлекательности, сладости и привязанности, и искренне верит, что эта маска — их абсолютная истина. Они обманывают самих себя, прежде чем обманут кого-либо еще.

Как только они начинают процесс самопознания и осознают эту искаженную самооценку, они словно обнаруживают пустоту и небытие за маской. Это знаменует собой вершину кризиса идентичности , когда может начаться поиск аутентичности. Однако не обошлось и без пересечения пустыни, где сексуальный ЕЗ не только теряет из виду свою истинную сущность, но и изо всех сил пытается доверять своим собственным чувствам, эмоциям и мыслям.

Таким образом, сексуальный ЕЗ считает, что он должен трансформироваться, чтобы встретиться с другим человеком. Но кто другой? Другой представляет кого-то, кто может подтвердить созданный образ «правоты», кого-то, кто покупается на этот образ. Следовательно, человек, с которым они сталкиваются, также носит

маску, становясь еще одной подделкой. Сексуальному ЕЗ необходимо проецировать на них эти идеализированные ожидания, упуская из виду как другого, так и самого себя.

Чтобы глубже понять, как сексуальный ЕЗ создал это когнитивное искажение, полезно изучить своеобразный механизм этого подтипа: бессознательный мимесис и все иррациональные убеждения или иррациональные идеи, связанные с ним.

«Отличиться от других — самое трудное; отличие вызывает отторжение»

Личные отношения сексуальных людей ЕЗ обычно следуют предсказуемой схеме, основанной на иррациональном убеждении, что им не хватает автономии, чтобы придерживаться своих собственных мнений, идей или ценностей. Они склонны избегать конфликтов и отдают предпочтение поддержанию гармоничных отношений. По сути, они чувствуют потребность вобрать в себя то, что принадлежит другим, если не могут утвердить свою индивидуальность. Это похоже на то, что мы ценим мнение других выше своего и отказываем себе в праве твердо отстаивать свою уникальную истину.

По сути, сексуальный ЕЗ становится зеркалом ценностей других, теряя чувство собственного достоинства и силы, попав в ловушку самоотречения. Они адаптируются к ценностям разных людей, воспринимая мир через разные призмы в зависимости от того, кто перед ними.

Переживание отвержения похоже на то, что вас бросили, и служит болезненным подтверждением осознания внутренних недостатков и уродства. Стремление к подтверждению своего идеализированного «я» неизменно заканчивается разочарованием. Вместо того, чтобы восстановить силы, чтобы самоутвердиться, они снова впадают в неуверенность в себе, подвергая себя причиняемым себе мучениям. стороне.

«Если я раскрою свои конфликты с кем-то, кого люблю, отношениям придет конец»

В своем стремлении установить интимные и безопасные связи сексуальные люди ЕЗ склонны смотреть на других через розовые очки. Эта точка зрения представляет собой тщетное оторванность от реальности, когда они отрицают как свои собственные недостатки, так и недостатки других. Не имея хорошо развитой интуиции, которая могла бы направлять их, им трудно отличить людей с хорошими и плохими намерениями. Следовательно, у них нет сознательной системы сигнализации, которая бы предупреждала их, когда они попадают в потенциально опасные ситуации. Когда возникает тревога по поводу собственной безопасности, они начинают подвергать сомнению свое восприятие, пытаясь найти признаки достоверности в другом человеке или ситуации, одновременно отрицая свои собственные инстинкты. Они часто создают идеализированные фантазии о людях и испытывают глубокое разочарование, когда осознают человеческие ограничения.

Возвышение пары как воплощения абсолютной любви заменяет их глубокое стремление к любовному союзу. Их преклонение перед сильными и могущественными личностями представляет собой отрицание их собственных агрессивных и унижительных тенденций по отношению к самым слабым. Эти идеализированные отношения обещают, наконец, вход в рай.

Сексуальным людям ЕЗ часто бывает сложно признать, что есть люди, которых они искренне не любят и которых отвергают такими, какие они есть. Их идеализированное «я» мешает им признать эти чувства. Они часто симулируют чрезмерную щедрость, пытаясь вызвать сочувствие и избежать самого глубокого страха – нелюбви.

Поскольку они отрицают собственный опыт, они также остаются оторванными от самих себя. Если они злятся, то, конечно, не показывают этого. Страх последствий, замаскированный под страх ошибиться, подавляет гнев. Они склонны подвергать сомнению свои чувства и часто подавляют свои подлинные эмоции. Их способность идеализировать себя, механизм преодоления трудностей, разработанный в детстве для облегчения боли от разобщенности, продолжает формировать их отношения. Эта идеализация обещает нечто, чего, кажется, не хватало или до сих пор не хватает в их жизни. И поэтому они жертвуют подлинными связями между двумя реальными личностями в пользу иррациональных представлений о том, что их истинные «я» недостойны любви, им не может быть места

в этом мире; что того , чем они являются в силу того, что они являются самими собой, недостаточно.

Их склонность отвечать «Как пожелаете» характеризует их автоматическую, бездумную реакцию. Эти три слова произносятся без искреннего учета собственных желаний или сопротивления. Они воплощают в себе как отрицание собственных потребностей, так и острое желание доставить удовольствие. Убеждение здесь такое: «Если я покажу свою истинную сущность, меня бросят, потому что я не заслуживаю любви». Только когда они уверены, что другой человек уже эмоционально вовлечен и твердо находится в их руках, они раскрывают разочарованные и требовательные грани своего желания любви и принятия.

«Если я желанен, я существую». «Раскрытие моего удовольствия приведет к унижению».

Несмотря на то, что они кажутся экспертами в области близости, это не настоящая близость, которую знает это застывшее и тревожное сердце. Сексуальные индивидуумы ЕЗ остаются в состоянии желания и могут ошибочно принять его за настоящую близость. Однако настоящая близость возникает, когда два человека раскрывают свою подлинную сущность, со всей уязвимостью, связанной с сексуальным контактом.

«Чего от меня ждут?», «Если мне удастся тебя соблазнить, я смогу отдохнуть»

Сексуальные ЕЗ живут иллюзией, что они могут воплотить в жизнь то, чего желают другие, будь то их партнеры, коллеги, близкие друзья или даже интересные незнакомцы.

Глубоко укоренившееся убеждение: «Если я не угождаю, значит, я недостоин», отражает давнюю рану, когда жизненный импульс не смог удовлетворить ожидаемые реакции».

## **Другие черты типа**

### **Зависимость от чужого взгляда**

Сексуальному ЕЗ часто кажется, что за каждым его движением постоянно следит камера. Они берут на себя роль актеров, тщательно отработывая манеры и жесты, внимательно наблюдая за контекстом или человеком, которого они стремятся соблазнить или произвести впечатление. Эта практика иногда заставляет их верить, что эти отрепетированные действия происходят естественно.

Эта склонность к действию и поиску признания со стороны других часто зарождается в раннем возрасте, особенно в первичных отношениях. Когда эмоциональное внимание матери отсутствовало, ребенок научился ценить поверхностное, прежде всего удовлетворяя нарциссические ожидания матери. Отсутствие подлинной материнской поддержки, ощущения, что мать действительно видит ребенка, впоследствии трансформируется в навязчивую потребность искать подтверждения через взгляды других. Именно благодаря этому взгляду они находят мимолетную иллюзию узнавания, которая



помогает заполнить пустоту, печаль, страх, боль и одиночество, которые они таят в себе.

Поскольку здесь действует сексуальный инстинкт, взгляд другого должен содержать элемент желания и восхищения. Следовательно, люди этого подтипа ожидают, что их ценность будет подтверждена другими, желающими их.

### **Материнский**

Исключительно внимательные к желаниям других, сексуальные ЕЗ от природы тяготеют к заботе об окружающих. Им нравится отдавать, доставлять удовольствие и создавать благоприятную среду, в которой они чувствуют себя ценными и защищенными. Их поведение милое и нежное, что делает их самыми любезными из трех подтипов.

Их страсть часто вращается вокруг идеи идеальной семьи с идеализированной любовью как еще одной заветной мечтой. Одна из ролей, которая позволяет им идеально воплотить эту идентичность, — это роль матери и домохозяйки. В этой роли сексуальный ЕЗ чувствует себя полностью в своей стихии и становится преданным, часто ставя это превыше всего остального. Даже если они не полностью реализуют себя в этой роли, им трудно от нее отойти. В этой сфере они чувствуют себя в безопасности, способными, практичными и высокоэффективными, превосходно справляясь с такими задачами, как приготовление пищи, забота о других и решение проблем.

Этот человек не требует явной заботы о себе, но ищет близости и чувства любви и защиты. Несмотря на их значительное внимание к

заботе и привязанности, они ожидают получить то же самое взамен. Однако они могут не просить об этом прямо, а когда чувствуют себя подавленными, могут прибегнуть к выражению своих потребностей или разочарований. Отвержение или отсутствие взаимной привязанности могут сделать их сверхчувствительными, а в моменты хрупкости или разочарования они могут проявлять детские требования внимания. Как будто материнская забота, которой им не хватало в детстве, компенсируется принятием на себя материнской роли, которая позволяет им заботиться о конкретных потребностях других и заниматься сладким и нежным соблазнением.

### **Обесцененный**

Сексуальный подтип ЕЗ демонстрирует склонность к депрессивным тенденциям. Они часто испытывают более глубокое чувство печали и могут считать себя менее ценными по сравнению с двумя другими подтипами. Чтобы компенсировать это чувство, они полагаются на свой имидж, обаяние, улыбки и неизменно приятное поведение. Они как будто верят, что должны «платить» за свое право на существование, и могут даже нести чувство вины за само свое существование. Во многих случаях они чувствуют себя обузой для своей семьи, что побуждает их вести себя беззаботно, полезно и ненавязчиво.

Когда сексуальный подтип ЕЗ переживает серьезный срыв или кризис, они часто сталкиваются со своим внутренним «я», не имея необходимой структуры эго, которая могла бы их поддержать. Это

может привести к глубокому отчаянию и склонностям к саморазрушению. Им трудно принять правду о том, что их жизнь может не соответствовать их иллюзиям. Преодоление этой глубоко укоренившейся проблемы обычно включает в себя работу по личностному росту, соединение с чем-то большим и обучение ценить себя просто за то, что вы есть, даже если вы уже давно чувствуете себя недостойным. Когда они обретают больше личной свободы и начинают следовать своим желаниям, они, как правило, меньше беспокоятся о том, чтобы их любили. Этот сдвиг сигнализирует о возрождении их инстинктивного стремления, как бы говоря: «Тебе следует проявить ко мне интерес, потому что теперь я интересуюсь собой».

Фон печали и глубинное чувство хрупкости — постоянные спутники сексуального ЕЗ. Они испытывают преобладающее внутреннее одиночество, от которого часто пытаются уйти, ища связей, особенно с лицами противоположного пола. Эти связи предлагают форму нарциссической поддержки, но не решают их чувства одиночества. Их самооценку, глубоко затронутую детскими переживаниями, нелегко восстановить посредством романтического партнерства.

В детстве они научились держать свои эмоции при себе, плакать в одиночестве и самостоятельно находить решения. Отсутствие чувства права выражать свои эмоции заставляет их чувствовать себя недостойными и безнадежными, как будто они в долгу перед миром и

вынуждены отдавать, не получая. Они научились обесценивать себя и постоянно сравнивать себя с другими.

Они склонны идеализировать окружающих, будь то друзья, учителя или, прежде всего, партнер. Их нельзя не поставить на пьедестал. Признание этой огромной идеализации является непростой задачей, поскольку они часто не обращают внимания на недостатки других и видят только их блестящие качества. Их добродетели кажутся исключительными, достойными похвалы и достойными подражания – по сути, желанным ориентиром и доказательством того, что совершенство достижимо (предположительно благодаря упорному труду и усилиям).

Эта тенденция идеализировать других маскирует желание, чтобы с ними обращались таким же образом. Сексуальный ЕЗ идеализирует других в надежде, что их самих идеализируют, жаждет, чтобы к ним относились как к уникальным и чтобы другой человек видел только их достоинства, предлагая похвалу и признание. За таким отношением скрывается двойной обман. Во-первых, это означает неспособность признать свое стремление к безусловной любви и восхищению. Во-вторых, это влечет за собой обращение с другими людьми таким образом, который не отражает их истинные чувства, оставляя их в состоянии замешательства на неопределенной почве.

Внезапное раскрытие истинной природы другого человека может спровоцировать серьезный кризис. Это может привести к полному отрицанию всех добродетелей, которыми они когда-то так

восхищались, что в конечном итоге заставит их бежать из отношений и обвинять другого в обмане.

### **Застенчивый и неуверенный в себе**

Можно сказать, что сексуальные люди ЕЗ, особенно женщины, склонны к застенчивости, их часто называют послушными и тихими. Они несут в себе постоянное ощущение себя «вечными хорошими девочками». Застенчивость становится более очевидной в групповой обстановке или при взаимодействии с авторитетными фигурами.

Этот подтип является самым неуверенным среди трёх, так как у них весьма выражено самообесценивание. Придавая такое огромное значение своему внешнему виду, они часто имеют меньше внутренних ресурсов. Они могут казаться несколько эмоционально оцепеневшими, изо всех сил пытаясь выразить себя и ощущая пустоту внутри. Когда они вступают в эмоциональные связи, они склонны беспокоиться и могут замкнуться в себе.

В ситуациях, связанных с публичным разоблачением, они чувствуют себя крайне уязвимыми. Не получая много внимания в детстве, они склонны чувствовать себя потерянными, когда все внимание оказывается на них, когда они становятся взрослыми. Они хотят оставаться невидимыми, одновременно стремясь быть в центре внимания.

### **Хамелеон и поверхностный**

Сексуальный ЕЗ часто становится хамелеоном, приспосабливающимся к ожиданиям окружающих. Они кажутся добрыми, любезными и

понимающими, ищут ласки и избегают отказа. Такое адаптивное поведение поддерживает образ идеального человека, которого все желают. Это также позволяет им оставаться незамеченными, избегая таким образом уязвимости, конфронтации, нападений или пристального внимания.

Воспитание этого подтипа было похоже на воспитание преданной собаки, вознаграждаемой за послушание и хорошее выполнение задач. Подобно собакам своим хозяевам, они никогда не хмурятся, никогда не злятся и всегда улыбаются, счастливо виляя хвостами. Один из их худших страхов – конфронтация.

Сексуальный подтип признавался только тогда, когда они оправдывали ожидания других, а не за их личную инициативу или индивидуальность в борьбе за свои идеалы. Умение читать других с юных лет оставило у них чувство пустоты, заставив их бороться с идеей о том, что жизнь без моделей невозможна.

Сексуальный ЕЗ имеет тенденцию упрощать эмоции и сложные ситуации. Они часто остаются на поверхности, принимая постоянное детское состояние в качестве защитного механизма, позволяющего уклониться от принятия ответственности за свою жизнь.

Иногда им трудно участвовать в ситуациях, требующих интеллектуальной глубины, и они предпочитают оставаться в своей зоне комфорта, где их физическая красота воспринимается ими почти как привлекательное украшение. Принимая на себя эти роли, будь то мужчина, женщина или объект, они обретают чувство безопасности.

Это позволяет им избежать саморефлексии — перспективы, которая их пугает, поскольку у них ограниченное понимание того, кем они являются на самом деле.

### **Контролируемый**

Один из самых глубоких страхов сексуального ЕЗ — потерять контроль и сойти с ума. Потребность в поддержании идеального «я» заставляет их впадать в состояние жесткого контроля над своим телом и разумом. Все, что может выйти из-под их контроля и поставить под угрозу их тщательно выстроенный имидж, является источником глубокого ужаса. В качестве защитной реакции они поддерживают жесткую структуру, как морально, так и физически, во многом подобную стальной балке, поддерживающей здание их самих. Столкнувшись с трудными ситуациями в детстве, они использовали эту структуру, чтобы чувствовать себя в безопасности, чувствовать поддержку.

Это стремление к контролю распространяется на многие аспекты жизни, движимое иллюзией овладения всем, не подвергая себя уязвимости. Именно по этому механизму сексуальные ЕЗ непреднамеренно мешают себе полностью участвовать в своих отношениях. Их стратегия самосохранения предполагает удовлетворение потребностей других, и все это для того, чтобы не углубляться в свою истинную сущность, где они боятся, что не найдут ничего, заслуживающего любви или восхищения. Этот самоконтроль также препятствует способности распознавать свои фундаментальные

потребности и желания, часто отдавая приоритет желаниям родителей над своими собственными. Они считают, что придерживаться созданного ими ложного образа имеет первостепенное значение. Этот изученный метод сдерживания естественных порывов тела дает им ощущение власти над собой.

### **Холодный, жестокий, бесчувственный**

Человек этого характера может показаться эмоционально холодным из-за подавления чувств. Хотя страх является одной из наиболее подавляемых эмоций третьего типа, сексуальный подтип часто более связан с ним, что делает их более чувствительными и уязвимыми. Они испытывают значительный страх перед конфликтом.

Их избегание жизни само по себе может сделать их несколько роботизированными или пластичными, прежде всего потому, что они боятся, что признание любого конфликта разрушит созданную ими иллюзию. Создается впечатление, что их тщательно построенный фасад настолько хрупок, что малейшее потрясение развалит его, как карточный домик. Сексуальный ЕЗ рассматривает агрессию как катастрофу, даже ценой постоянного насилия. Они могут с трудом распознавать агрессию у других или преуменьшать ее значение, временами изо всех сил.

Их способность сохранять спокойствие и собранность в экстремальных ситуациях, таких как несчастные случаи или акты насилия, возникает из-за их чрезмерного контроля и эмоциональной отстраненности. Эта отстраненность — защитный механизм, выработанный во время



трудных детских переживаний, помогающий им дистанцироваться от эмоциональной боли. Они часто наблюдают за своей жизнью, как если бы были пассивным зрителем фильма.

### **Конкуренспособный/зависимый, ярость и агрессия**

Сексуальные ЕЗ могут быть весьма конкурентоспособными, когда видят соперников, которые могут угрожать их чьей-то привязанности. Особенно в романтических отношениях они могут испытывать сильную ревность и зависть, хотя редко выражают это открыто. Их конкуренция принимает более завуалированную форму, движимую тонкими стратегиями. Они стремятся казаться самыми привлекательными, добрыми и готовыми помочь, не признавая явного соперничества за любовь любимого человека.

Они испытывают чувство заниженной самооценки, часто сравнивая себя с другими. Хотя они стремятся подражать тем, кем восхищаются, и завидовать им, они часто ищут подтверждения извне, по-видимому, неспособные найти внутренний якорь. Это чувство соперничества также особенно выражено у людей того же пола.

Подобно всем личностям Эннеатипа Три, сексуальные ЕЗ подавляют и отрицают свой гнев. В детстве от них ожидалось, что они будут очаровательными, воспитанными и идеальными детьми, и выражение гнева противоречило бы этим родительским ожиданиям. Проявить гнев означало раскрыть скрытый внутренний мир, что-то табуированное либо потому, что их чувства не были признаны, либо

потому, что они соответствовали идеалу безупречной семьи, который не мог быть подвергнут сомнению.

Следовательно, сексуальная ЕЗ проецирует свою агрессию на других, провоцируя насилие как средство обвинения агрессора, избегая при этом ответственности за собственную враждебность. В некоторых случаях они подавляют свою ярость до такой степени, что даже не чувствуют ее. Однако, когда их гнев в конечном итоге выходит на поверхность, он может проявляться в истеричной и подавляющей форме. Это излияние ярости — единственная форма, которую они позволяют себе выражать, поскольку воспринимают его как нечто, находящееся вне их контроля, избегая таким образом необходимости брать на себя ответственность за него.

Еще один путь, по которому они направляют свою ярость, — это приступы паники, которые довольно распространены среди сексуальных ЕЗ. Эти нападения часто служат способом выразить свои страдания, страх и дискомфорт в отношениях, хотя и парадоксально. Их цель — выразить «что-то», что их волнует, в надежде на признание. Тем не менее, эти панические атаки в конечном итоге усиливают их чувство неполноценности и незащищенности, одновременно увеличивая их зависимость от других.

**Гордый/высокомерный. Не показывает уязвимости и не просит о помощи.**

Сексуальный ЕЗ привык полагаться на свои силы и редко прибегает к помощи. Эта модель часто возникает из-за чувства конкуренции, особенно между женщиной и ее матерью из-за уникальной связи,

установленной с отцом. В то же время она может обнаружить, что непреднамеренно берет на себя роль по уходу за своей матерью, удовлетворяя ее потребность в заботе. Эта роль не принадлежит ей по своей сути, но, несмотря на основную потребность, ее гордость не позволяет ей встать на место дочери и обратиться за помощью.

Просьба о помощи бросает тень на фасад совершенства, который сексуальный ЕЗ пытается представить миру. Это означает, что чего-то не хватает или что-то проблематично, что перекликается с их семейным опытом. Это представляет собой серьезную угрозу не только их самообману о своем совершенстве, но и их отношениям, построенным на иллюзии идеального партнера, обещающего вечную любовь и счастье.

«Я сталкивался с этой повторяющейся темой в своей жизни, когда я воздерживаюсь от обсуждения трудностей или проблем, даже когда потенциальные решения находятся в пределах досягаемости. Это привело меня к созданию образа полной самодостаточности, подчеркиванию контроля и эффективному подавлению моих подлинных эмоций. В результате со временем я стал более отстраненным от своего истинного «я»

## **ДЕТСТВО СЕКСУАЛЬНОГО ПОДТИПА**

Как показывают различные отчеты и отчеты, сексуальные люди ЕЗ склонны ставить потребности своих родителей выше своих собственных. Семейная атмосфера часто наполнена напряжением и эмоциональными недостатками, а не является местом заботы.

Их склонность пренебрегать собственными потребностями проистекает из постоянных усилий быть хорошим сыном или дочерью, чтобы все шло гладко. Они часто соответствуют социальным нормам, пытаются вписаться в заранее определенные гендерные роли и идеалы идеальной семьи. Считается, что, став тем, чего желают другие, они обретут любовь, поэтому они становятся проницательными наблюдателями, хорошо настроенными на удовлетворение потребностей других и владеющими искусством до совершенства. Мало-помалу их подлинная и спонтанная сущность заменяется фасадом конформизма. Жертвуя индивидуальностью, стремлением к личностному росту, они теряют свою внутреннюю ценность. Это самоотречение, отказ от жизни, удовольствий и Эроса повергает их в тревогу и стойкое чувство никчемности и вины.

Таким образом, ребенок идентифицирует себя с ценностями родителей и делает их своими. Большинство из них признают, что они усвоили ценности, желания и несбывшиеся ожидания матери, бессознательно взяв на себя невыполнимую задачу вернуть ей удовлетворение, счастье или удовольствие, которые она не смогла испытать. У женщин это часто приводит к сложной связи с матерью, колеблющейся между идентификацией с ее стремлениями и страхом перед ней как потенциальным соперником отца. У мужчин идентификация с матерью может привести к конфликтным отношениям с отцом, поскольку рядом с ней они позиционируют себя как идеального мужчину.

Родительские отношения становятся еще более запутанными из-за значительной роли соблазнения матери к сыну или отца к дочери. Чувственное, иногда сексуальное внимание, направляемое одним из родителей, стирает грань между стремлением ребенка к утверждению и любви и собственными желаниями родителя, часто окрашенными сексуальным элементом. Ребенок учится подвергаться вторжению, манипулированию или насилию и, что наиболее важно, учится использовать свое тело для получения привилегий.

Таким образом, уже становится очевидным, что в детстве сексуального ЕЗ сосуществуют два центральных элемента. С одной стороны, это соблазнение, направленное на то, чтобы превратить ребенка в то, чего желают родители, — в сосуд для своих нужд или в трофей. С другой стороны, существует контроль и авторитаризм со стороны одного или обоих родителей. В этом контексте есть место унижениям, оскорблениям, дисквалификации и агрессии.

## **ГЛАВА 7: СТРАСТЬ ТЩЕСЛАВИЯ В СОЦИАЛЬНОМ ИНСТИНКТЕ**

Когда страсть тщеславия переплетается с социальным инстинктом, она проявляется как непрекращающееся и ненасытное стремление к постоянному утверждению своей ценности, непрекращающаяся потребность быть признанным «кем-то» в глазах всех.

Будучи представителем этого энеатипа, социальный ЕЗ движим страстью проецировать образ себя, который может питать их

«тщеславие», образ, призванный компенсировать их низкую самооценку. Они часто чувствуют себя кем-то по сути неинтересным, заметным только тогда, когда достигают результатов. Социальное тщеславие ЕЗ тесно связано с семейными ожиданиями, что они будут активными, эффективными и, прежде всего, успешными людьми.

В отличие от консервативного ЕЗ, чья эгоистическая страсть тщеславия может быть направлена на обеспечение выживания, или сексуального ЕЗ, ориентированного на завоевание любви партнера, социальный ЕЗ направляет свою энергию на удовлетворение потребности считаться «важным» человеком. Они верят, что если они получат общественное признание, их существование и реализация будут гарантированы.

существование и реализация будут гарантированы.

В годы формирования социального ЕЗ, особенно в их отношениях с отцом и, возможно, братьями и сестрами, основная роль заключалась не в том, чтобы ввести их в социальный мир с необходимой безопасностью, чтобы они чувствовали, что они могут использовать свои собственные ресурсы, таланты и ограничения. Вместо этого ценность ребенка отражалась в первую очередь с точки зрения его достижений, а не как личности. Следовательно, социальный инстинкт утратил доверие к формированию глубоких межличностных связей, которые вселяют чувство принадлежности и признание своего места в более широком контексте. Чтобы компенсировать эту пустоту и последующие чувства никчемности и беспомощности, социальный ЕЗ

создал образ самого себя, который популярен и полезен для группы, будь то семья или круг общения. Они адаптировались в соответствии с потребностями группы, полагая, что эта трансформация, подобная хамелеону, гарантирует принятие и признание в качестве члена.

Подлинная потребность в поддержке и признании, сначала в семейной сфере, а затем в более широком контексте отношений, превратилась в потребность в богатстве или восхищении как особенного человека. Эта иллюзия проистекает из веры в то, что социальный успех может дать им то, что они никогда не считали своим собственным, — чувство принадлежности и безопасности, которые гарантируют их существование как личности.

Социальный ЕЗ особенно характеризуется непреодолимой страстью к установлению связей и сетей контактов. Как будто количество знакомств, особенно тех, которые считаются важными, могут компенсировать недостаток эмоциональной и аффективной глубины, которую должны предполагать подлинные межличностные узы любви и уважения. Их тщеславие находит выражение в непреодолимом стремлении создать и проецировать публичный имидж высокого уровня, часто называемый «социальным тщеславием», как будто достижение определенного социального статуса может заменить экзистенциальный опыт, которого им может не хватать.

Этот подтип ЕЗ активно стремится к достижениям, богатству и успеху, прежде всего для приобретения и укрепления своего положения в обществе. Их сознание захвачено внешним миром и заиклено на

видимости. Они искренне верят: «Я такой, каким меня воспринимают другие».

Благодаря постоянной идентификации с внешними объектами, связанными с социальным престижем и яркостью, социальный ЕЗ часто трансформируется в разные роли, принимая различные маски. Однако эта привычка удерживает их оторванными от своего внутреннего «я». Они изо всех сил пытаются соединиться со своими корнями, погрузиться в свою сокровенную сущность или найти подлинный покой, потому что они перестали доверять своим собственным чувствам и восприятиям.

Их тщательно выстроенный имидж развивается благодаря действиям, направленным на его постоянное улучшение. Они адаптируются к разным контекстам, демонстрируя тот образ, который считается подходящим для каждой ситуации. Эта присущая им приспособляемость принесла им репутацию самых «хамелеонов» среди трех подтипов. Однако эта постоянная стратегия достигается за счет спонтанности. Они часто отдают предпочтение контролю над доверием, что может привести к жесткости и ощущению внутреннего замораживания.

Несмотря на их неустанные усилия «делать», им часто сложно почувствовать себя по-настоящему признанными. Они тщательно следят за своей внешностью и стремятся к блеску, часто избегают конфликтных или болезненных ситуаций. Даже когда они получают внешнее подтверждение, им трудно в это поверить, поскольку их



идентичность основана не на признании того, кто они есть, а на том, чего они достигли. Это мешает им установить глубокую и подлинную связь с миром.

тот подтип имеет тенденцию иметь выраженную меркантилистскую ориентацию. Они черпают свою ценность из признания, которое получают, когда другие признают их качества. Их основной акцент делается на достижении целей, а социальные отношения имеют ценность лишь постольку, поскольку они способствуют их достижениям. Искренний интерес к другим ограничен; скорее, они рассматривают социальные взаимодействия как средство поддержания сети, которая служит их целям. Их стратегии продвижения себя и своей продукции не имеют границ. Они ориентируются в социальном пространстве, как если бы это был рынок покупателя, где они могут одинаково хорошо разбираться в продаже автомобилей или духовных мастерских. Это типичные политики, которые знают, как представить себя так, чтобы собрать голоса.

Жажда признания непрестанна и часто может проявляться в фиксации на материальных благах. Они могут выставлять напоказ свое богатство через часы, дома, машины и тому подобное, как если бы они постоянно заявляли: «Посмотрите, чем я владею; это моя ценность». В современном обществе эти люди объединяются в эксклюзивные группы, коллекционируют книги, посвященные выдающимся деятелям, и посещают семинары, проводимые

известными экспертами. Они олицетворяют современную эпоху, когда обещание счастья тесно связано с богатством и властью, достижимыми, казалось бы, простыми волевыми действиями.

Это нарциссический персонаж, как и E7, и он может легко впасть в убеждение, что обладает высшей властью, что соответствует характеристике DSM IV: «Нарцисс чувствует себя настолько важным, что может говорить с высшим авторитетом».

Взаимодействие социального E3 с властью основано на предварительной оценке рассматриваемой авторитетной фигуры. Если они считают эту фигуру менее значимой в своей иерархии, они могут отмахнуться от нее, уделив минимальное внимание. У них также есть склонность восставать против этого или, говоря терапевтическим языком, «отрубить ему голову», стратегически разоблачая его недостатки.

Однако они достаточно умны, чтобы ориентироваться в различных типах иерархий и активно искать признания со стороны авторитетных фигур. Они стратегически позиционируют себя так, чтобы их видели и ценили. Их самый большой страх – не получить признания «сверху». Когда это происходит, они чувствуют себя глубоко расстроенными, но стараются скрыть это, чтобы поддержать свой имидж. Как говорит Иоланда: «Я справляюсь с чувством неудачи, прибегая к нервному смеху; это вне моего контроля». Это черта, которая позволяет им легче имитировать улыбку, что является обычным поведением для Эннеатипа Тройки в целом.

Стремление социального ЕЗ к знаниям вызвано не личным удовольствием, а скорее способом проявления власти. Это инструментальное использование интеллекта для удовлетворения их желания добиться успеха в обществе. Они стремятся создать имидж лидерства и компетентности внутри группы. Франческо метко объясняет: «В основе моего поведения в жизни всегда лежит стремление к социальной власти. Будь то в политике или в моей общественной жизни...»

Эмоции социального ЕЗ настолько сфабрикованы, что их можно описать как чувство «того, что они должны чувствовать». Это относит их к категории эмоционально холодных и рациональных персонажей. Франческо открыто обсуждает свои связи с женщинами с высоким экономическим статусом и свой личный путь трансформации:

«Я постоянно общался с женщинами из гораздо более высокого социально-экономического положения, чем я, из более престижных семей. Я довольно успешно общался с состоятельными женщинами. В случае с моей женой около сорока процентов моего первоначального влечения к ней было основано на ее личном обаянии, а остальные шестьдесят процентов были связаны с ее принадлежностью к богатой и влиятельной семье. В то время я этого не осознавал; мне потребовались годы, чтобы осознать это. Когда это осознание наконец дошло до меня, я почувствовал себя ужасно, и это привело к кризису в наших отношениях. Я начал сомневаться, действительно ли я ее люблю. Я понял, что через своего партнера я искал

престижа, которого, как мне казалось, мне не хватало. И только когда я смог любить ее, не нуждаясь в ней, я осознал в этом настоящую любовь. Я достиг этого посредством внутренней работы.»

Социальные ЕЗ амбициозны и конкурентоспособны, очень полны решимости получить то, что хотят, и расчетливы до жестокости. Цель всегда предшествует отношениям. Хотя они существуют в мире, наполненном связями, мобильными телефонами, социальными сетями и фотографиями, свидетельствующими об их обширных путешествиях, истинный опыт отношений или самой жизни зависит не от внутренней уверенности, которая интегрируется с их личностью, а от потребностей. конкретная документация в фотографических изображениях, поскольку для них существует только то, что видно.

### **Невротическая потребность. Престиж.**

Невротическая потребность, заменяющая подлинное желание испытать полноту жизни и самореализацию, вращается вокруг стремления блистать и достигать престижа . Социальная личность ЕЗ ищет одобрения и стремится доставить удовольствие, чтобы получить благодарное внимание.

Социального ребенка ЕЗ ценили за достижения и поощряли аплодисментами. Это порождало постоянную потребность повторять достижения, чтобы поддерживать это уважение.

«В школе успехи были обязательными. Я до сих пор помню, как мне говорили: «Если ты добьешься успеха, ты получишь стипендию». Я

получал стипендию каждый год. Моя мать хотела, чтобы я изучал музыку, особенно игру на фортепиано, а отец верил в ценность спорта. Мне понравилось все, что они предпочитали. Итак, я учился игре на фортепиано и занимался различными видами спорта, такими как бейсбол, баскетбол и плавание. Я знала, что я хорошенькая маленькая девочка, но единственными словами отца о моей внешности были: «Ты бы выглядела лучше, если бы была тоньше».

Погоня за престижем сосредоточена на действиях, которые создают благоприятный имидж и направлены на создание ощущения собственного успеха, особенно в материальном и осязаемом плане. Вот почему деньги и статус так важны.

Если человек не чувствует себя замеченным, он будет стремиться сделать больше, чтобы привлечь внимание, возможно, повысив свою репутацию или будучи более обаятельным. Для социального ЕЗ основное внимание уделяется внешнему виду, объектам престижа и красоты, которые социально подтверждаются другими, а не внутренне ощущаются. Как говорит Ана: «Когда я захожу в ресторан, я избегаю смотреть на других – потому что мне не нужна проверка реальности, я хочу сохранить иллюзию, что они смотрят на меня!»

Цена достижения этого блеска высока; человек трудится не покладая рук, казалось бы, без усилий, но к концу дня часто оказывается утомленным. Вы можете услышать, как они произносят: «Я не знаю,

что со мной не так; Я изможден." Они позволяют себе поддаться усталости или болезни только по выходным и во время отпуска.

Их невроз зациклен на проецировании себя «выше», движимый раздутой страстью, родственной Эннеатипу Два. Однако ключевое различие заключается в том, что Эннеатип Два гордится своей внутренней самооценкой, тогда как социальный ЕЗ процветает за счет внешнего признания как блестящей личности. Как и Е2, социальному ЕЗ не хватает смирения и, что более важно, аутентичности, необходимой для признания того, что их «превосходящее» положение — это невротический защитный механизм, а не их истинное «я». Они избегают настоящих связей из-за страха остаться незамеченными или недооцененными, что является для них источником невротической пищи. Они не осмеливаются допустить усталости, потому что усталость означает момент пустоты, паузу, во время которой затаившееся чудовище может проснуться и поднять голову. За их непрерывной деятельностью, оторванной от подлинных эмоций, скрывается попытка контролировать непрекращающуюся тревогу и, на более глубоком уровне, глубокую пустоту присущей жизни бессмысленности. Их воля окрашена нарциссизмом, зациклена исключительно на достижении отражения идеального Я, отмечена смелостью организовывать события. Для них невозможно оставаться здесь и сейчас, плыть с разворачивающейся реальностью.

Социальный ЕЗ не только конструирует личность, но и изобретает истории, анекдоты и опыт, чтобы сформировать характер до такой степени, что они больше не могут отличать правду от лжи.

## **МЕЖЛИЧНОСТНАЯ СТРАТЕГИЯ И СВЯЗАННЫЕ С НЕЙ ИРРАЦИОНАЛЬНЫЕ ИДЕИ**

Фиксация этого ложного образа себя у социального подтипа ЕЗ коренится в убеждении, что представление образа, одобренного группой или контекстом, является единственным средством существования в мире, принадлежности и получения признания.

Основное убеждение ЕЗ заключается в том, что они обладают силой своей воли и действий изменять не только события, но и людей. Эта идея тесно связана с их верой в то, что «делать» что-либо имеет огромное значение. Настолько, что сам акт действия может стать определяющей чертой их способа существования в мире, часто затмевая предполагаемую цель их действий. В своем неустанном стремлении к успеху они теряют из виду смысл, стоящий за ними.

Единственное, что остается, — это занять видное и престижное положение. Их жизнь становится непрекращающимся потоком деятельности, и при этом они не осознают, какие огромные усилия требуются, потому что их пристрастие к успеху не позволяет им чувствовать усталость. Это можно выразить как обобщенный принцип внутри этого эннеатипа: «если я делаю, я существую», который для социального ЕЗ принимает форму: «Если я достигаю значительного и

социально признанного успеха, я существую». Эта философия лежит в основе их чувства идентичности и взгляда на жизнь.

Такой образ мышления раскрывает нарциссический и всемогущий образ самого себя, позволяя социальному ЕЗ обманывать себя относительно своего контроля над жизнью. Они искренне верят, что могут управлять своей жизнью независимо от внешней реальности. Не имея уверенности в своей внутренней ценности как личности, они невротически полагаются на эффективность своих действий, убежденные, что их успех зависит от их силы воли, игнорируя при этом автономию других и окружающего мира. Их желание избежать неудачи или чувства беспомощности поддерживает этот подход. Соприкасаться с реалиями жизни или даже признавать свои собственные эмоции становится непросто, поскольку они не могут отказаться от контроля.

Построенная вокруг этого искаженного когнитивного ядра, социальная ЕЗ развивает ряд «сумасшедших» представлений, которые иррациональны и оторваны от реальности. Они твердо верят, что удовлетворение их потребностей или, другими словами, достижение успеха можно обеспечить посредством адаптивности. Эта адаптивность распространяется на личные отношения и социальный контекст, где они соответствуют преобладающим обычаям или тенденциям. Они придерживаются мнения, что если они наденут модную одежду или будут придерживаться преобладающих в настоящее время убеждений, успех практически гарантирован. Их



социальное тщеславие процветает на этих иррациональных идеях о том, как добиться престижа, успеха и власти.

Один из них вращается вокруг концепции, согласно которой владение всем, что излучает власть, имеет первостепенное значение. Это могут быть материальные блага, недвижимость или влиятельные друзья – для них «иметь – это сила». Эта идея трансформируется в стремление к богатству и собственности, поэтому они не оказываются в положении нужды и не должны просить, потому что не хотят проявлять какую-либо хрупкость или бессилие. Социальный ЕЗ становится утилизатором : вместо того, чтобы явно формулировать свои потребности, они заставляют других чувствовать себя виноватыми, проецируя свои невысказанные желания на окружающих, даже если сами они могут не до конца осознавать свои потребности. Однако они считают само собой разумеющимся, что другие должны понимать их требования и соглашаться, чтобы их использовали для достижения их целей.

Социальный ЕЗ может взять на себя роль лидера внутри организации или структуры. Тем не менее, они осторожны, занимая лидирующее положение, где они будут более подвержены потенциальным вызовам, таким как враждебность, зависть или неудача. Они тяготеют к властным позициям, но остаются в некоторой степени на заднем плане, опираясь на веру в то, что простого общества кого-то важного достаточно, чтобы сделать их значимыми.

В межличностных отношениях социальный ЕЗ ищет консенсус, основанный на эмоциях, и делает это путем выявления коллективных потребностей и соответствия им. Эту форму лидерства можно охарактеризовать как эмпатию, хотя и стратегическую. Его используют для получения признания, но он менее соблазнителен по сравнению с Е2. В рамках процесса построения доверия они могут непреднамеренно утратить часть своего авторитета, действуя как эмоциональные лидеры, а не как директивные. Лидерство для них — инструмент спекуляций и манипуляций. Они терпеливо ждут подходящего момента, чтобы выразить свои мысли, и могут проявлять упрямство, жесткость и склонность неоднократно настаивать на своих целях.

Другая иррациональная концепция связана с эмоциональной разобщенностью, при которой им не хватает подлинной эмоциональной глубины внутри себя. Оставаясь вне связи со своими подлинными эмоциями, социальный ЕЗ теряет способность различать то, что он чувствует, и то, что уместно чувствовать в конкретном контексте или отношениях. Им также трудно отличить созданную ими ложь от реальности.

Еще одна безумная идея социальных ЕЗ связана с недоверием. Учитывая их оторванность от своей истинной сущности, их терзают сомнения в отсутствии подлинных ориентиров. Не имея прочных корней, им трудно доверять себе, что приводит к глубоким подозрениям, которые они проецируют на других. По словам

Франческо: «Хороший враг стоит больше, чем плохой друг. С врагом ты понимаешь его интересы и можешь заключить сделку, но с друзьями ты никогда не можешь быть уверен в их скрытых планах».

Самые пугающие идеи для социального ЕЗ часто вращаются вокруг страха неудачи или бедности. Эти опасения тесно связаны со страхом перед необходимостью что-то просить или остаться без ресурсов, будь то деньги, власть или престиж. По сути, это относится к признанию беспомощности своих действий. Власть, которую дает работа, деньги или престиж, также связана со страхом одиночества и иррациональной верой в то, что их бросят, если они не будут интригующими или им нечего предложить. Они чувствуют, что они как личности нежелательны такими, какие они есть. Для Иоланды «безумной идеей было бы: «Если мне нечего предложить, я один; если я им не нужен, они меня не хотят». Они требуют меня только тогда, когда у меня есть что предложить».

Социальный ЕЗ, как и два других подтипа, принимает множество идентичностей, потому что они с раннего возраста «узнали», что их истинное «я» по своей сути бесполезно. Это было проиллюстрировано на групповом занятии, где Хейди эмоционально вспоминала стыд, который она когда-то испытывала из-за того, что считала своих родителей вульгарными. Пока группа ненадолго погрузилась в глубокие эмоции, они быстро отступили, заполняя пустоту словами. Они боялись, что эмоциональная пропасть окажется слишком подавляющей, если они позволят себе полностью пережить ее. Это

мог бы быть очень интимный момент, но для социальной ЕЗ слишком много эмоций невыносимо.

Для социальной Тройки окружающая среда действует как зеркало, в котором они могут отразить себя и создать чувство идентичности. Отражение, которого им не хватало в детстве, — это то, что они продолжают искать внутри группы, приспосабливаясь к образу, который группа отражает им в ответ. Их убеждение таково: «Если я могу быть тем, кем, по моему мнению, вы хотите, тогда я могу принадлежать вам».

Основываясь на своем механизме адаптации и желании угодить, социальный ЕЗ стремится к широкому уровню контроля над другими и их отношениями, находясь в иллюзии, что контроль может предотвратить их неуверенность, агрессию и страх непринятия.

В социальном ЕЗ есть лишь несколько избранных авторитетных фигур, заслуживающих признания... часто в первую очередь из-за власти, которой они обладают. Они остро следят за иерархией и нормами, легко находят авторитетных фигур, заслуживающих признания, для достижения своих целей. Успешное соблазнение или выдающееся признание авторитетной фигуры дает им чувство власти. По крайней мере, такое признание облегчает им принятие ценностей приверженности и лояльности.

## **Другие черты типа**

### **Конкуренетноспособный**

В своем неустанном стремлении к успеху и общественному признанию этот подтип ЕЗ демонстрирует беспрецедентный и беспринципный уровень конкурентоспособности.

Формы, которые принимает эта конкуренция, могут показаться изысканными, но ее суть безжалостно непреклонна. Социальный ЕЗ, цепляющийся за свой образ доброжелательности, скрывает все манипулятивные действия, направленные на подрыв оппонентов, под маской притворного дружелюбия. Они редко вступают в прямую конфронтацию; вместо этого они предпочитают более или менее тонкие отступления. Они кукловодят из тени, с улыбкой и не привлекая внимания, избегая любого пространства для близости. Их усилия направлены на сохранение своего первозданного имиджа и социального положения, полагаясь на свое социальное обаяние и приветливость, а не на фактическое качество своей работы. Их основная цель заключается в сохранении видного положения, которое дает им контроль над ситуацией.

Зависть — один из тихих двигателей их действий. На рабочем месте они преследуют свои амбиции с помощью грубой тактики, подобной хамелеону, часто выставляя напоказ свои «товары»: свое имущество и влиятельные связи. Они используют свой проницательный взгляд, чтобы идентифицировать тех, кто находится у власти, которым они стремятся угодить посредством стратегического молчания, своевременных слов и подходящих действий. Как только они добиваются признания, битва продолжается, теперь влекущая за

собой постоянную адаптацию для защиты достигнутых ими привилегий. На данном этапе они, возможно, не стесняются кого-либо попить или фабриковать ложь, чтобы дискредитировать тех, кто мешает им на пути к трибуне. Этот аспект их характера, наряду со склонностью к мести, ярко подчеркивает их связь с Е8.

### **Мстительный и манипулятивный**

Когда им не удастся достичь своей цели или разоблачаются их обман или истинные намерения, они стремятся сохранить свой положительный имидж. Это часто дает возможность для холодной и беспощадной мести, где нет запретной тактики. Манипулирование информацией, дискредитация и клевета обычно используются в этом подтипе. Рассчитанная ложь, которую они используют для расплаты, настолько хорошо придумана, что они сами теряют грань между реальностью и вымыслом в своей мифомании.

Социальный Е3 терпеть не может чувствовать себя обязанным, поэтому считает, что должен отдавать больше, чем получает. Они не могут согласиться на равный обмен; они должны давать больше и, если возможно, лучше. Они участвуют в своего рода коммерческом обмене, в котором стремятся выйти на первое место и гарантировать получение желаемого. Это не вызвано альтруизмом, состраданием или истинной щедростью; это строго транзакционная услуга за услугу

### **Привязан к деньгам**

Социальная Е3 готова брать на себя финансовые риски, зачастую весьма существенные, с уверенностью, что они смогут обеспечить

средства для сохранения своего статуса перед лицом экономической неопределенности. Они неохотно просят о чем-то, но не готовы ни от чего отказываться. Они предпочитают, чтобы другие давали им то, что они желают, без необходимости открыто просить об этом.

С юных лет они стремятся к финансовой независимости. Они не следят пристально за своими банковскими счетами, редко откладывают деньги и склонны тратить не по средствам. Речь идет не об инвестировании в товары с долгосрочной отдачей; это больше о щедрых тратах. Они щедры на чужие деньги, но часто более бережливы со своими.

Другой аспект их привычек расходования средств включает в себя дарение подарков и щедрость изысканных блюд как средство приобретения дружбы. Эта щедрость является вопросом имиджа, как объясняет Иоланда: «Не быть щедрым не одобряется». Социальный ЕЗ склонен дарить своему партнеру подарки, которые им действительно нравятся, но не обязательно другим. Эти подарки могут быть манипулятивными, например: «Посмотри, что я тебе купил...», и могут в конечном итоге оказаться спрятанными в их собственной комнате или послужить предлогом для покупки определенных духов, которые им нравятся.

### **Завистливый, ревнивый**

Они жаждут материальных благ на поверхностном уровне, но редко жаждут внутренних качеств, что подчеркивает глубокую внутреннюю разобщенность. Как размышляет Франческо: «Сегодня для меня все

по-другому; Я посещаю других опытных терапевтов и стремлюсь управлять терапевтическим процессом так же, как они. Но это недавнее изменение. Раньше я жаждал предметов и вещей, и они меня никогда не удовлетворяли. Я бы купил их и все равно чувствовал бы себя опустошенным. Это была фиксация, почти одержимость». Джузи также говорит о зависти:

Ревность особенно возникает, когда они чувствуют соперника. Однако социальный ЕЗ отличает то, что они часто пренебрегают своим партнером, рассматривая его просто как средство поддержания престижа. Они перестают смотреть на них или поддерживать отношения до тех пор, пока не возникнет предполагаемая угроза их положению. Они видят в третьем лице кого-то более ценного, привлекательного или обладающего чем-то очень ценным. Мало того, что романтические отношения находятся под угрозой, они также могут потерять свою силу, статус, важность и престиж. Наличие соперника пробуждает страх социальной неудачи.