

На самом деле, «Жертва», не такая уж и жертва, а скорее опытный манипулятор, вешающий на других ответственность за свою жизнь. А сочувствия скорее заслуживает «Спаситель», которому в большинстве случаев уготовлена участь козла отпущения, если вдрут что-то в жизни так называемой «Жертвы» пойдет не так.

Как бы ни хотела «Жертва» спихнуть ответственность за решение своих проблем на «Спасителя», его задача – вернуть эту ответственность обратно. Что часто бывает очень непросто, так как хватка опытной «Жертвы» во многом подобна хватке бульдога – вцепившись в кого-либо, она не мытьем так катаньем, но добивается своего.

Полезно знать приемы, которые помогают с минимальными потерями выходить из подобных ситуаций...

Прямой отказ

«Слушай, твоя жизнь – это твоя жизнь. И я считаю себя не вправе в нее вмешиваться. Поэтому решай сама, как ты выбираешь жить дальше...»

Вы прямо и открыто говорите человеку, что не намерены решать за него его проблемы. Такой вариант хорошо подходит для деловых и не очень близких отношений.

Помоги не советом, а энергетикой.

Очень часто человек становится на позицию жертвы только потому, что он упал духом, у него не хватает собственных сил и энергии на то, чтобы самостоятельно принять решение.

Если так, то разумно помогать не советом, а энергетикой. Взбодрите человека, разбудите в нем желание действовать, что-то менять!

Этот прием, с одной стороны подстраховывает вас от возможных претензий со стороны жертвы, а с другой, позволяет реально помочь близкому вам человеку тем, что ему действительно нужно – своей энергетикой!

Перевести стрелки.

Если жертва требует от вас решения своей проблемы, то можно мягко дать ей понять, что она обратилась не по адресу и перевести стрелки на другого человека, который лучше, чем вы, подходит на роль «спасителя» в этой ситуации.

Здесь очень важно переводить стрелки аккуратно, то есть на правильных людей. Другой человек вряд ли скажет вам спасибо за свалившиеся на него проблемы жертвы, если решение их не в его компетенции.

Косвенные советы.

Обычный совет нередко воспринимается как прямое указание к действию, что дает потом «Жертве» моральное право обвинить вас в неудаче. Косвенный совет – это просто дополнительная информация, оформленная в виде истории из жизни других людей, на основе которой жертве самой необходимо принять решение.

Так что, если хочется сделать так, чтобы «и волки были сыты, и овцы целы» (то есть хочется и дать совет, и оставить ответственность за окончательное решение на «Жертве»), то советуйте не прямо, а косвенно.

Заключение договора о распределении ответственности.

Прием, который традиционно используется в бизнесе: заключается контракт, в котором четко прописана ответственность каждой стороны. После этого, какие либо взаимные претензии возможны только в случае, если они были заранее оговорены.

Заключая договор о распределении ответственности, вы четко даете понять «Жертве», что вы помогаете ей только в том объеме, который указан в контракте. Оставшуюся работу для достижения результата, вы возвращаете на плечи «Жертвы», заставляя ее саму, активно участвовать в решении проблемы.

Источник:

[Черная дыра](#)