

Многим знакомо имя известного психолога Эрика Берна, автора популярных книг и создателя "сценарного анализа". По Берну, сценарий представляет собой программу, заложенную с детства, которую человек реализует в течение своей жизни, не сознавая этого. Как правило, знаком присутствия в жизни человека "сценария" (по-английски, "скрипта") являются повторяющиеся события. Например, у кого-то не сложились отношения с начальством, его "зажимают", он переходит на другое место, но там повторяется то же самое, и так снова и снова.

Руководитель подписывает пустой платежный документ, теряет крупную сумму и через некоторое время "дословно" повторяет ту же ошибку. Он берет на работу в качестве финансового директора человека, который его нагло обманывает, потом расстается с ним и берет следующего, столь же бесчестного.

Вспоминается очень характерный случай с женщиной, которая вышла замуж, и муж пил и бил ее. Она развелась, вышла замуж вторично, и снова муж пил и бил ее. Она решилась на третий брак, и ей повезло - муж не пил. Однако через пару лет он начал пить и бить жену. Сценарий данной особы сформировался в детстве. Ее отец сильно пил и избивал "по пьянке" мать. У девочки произошла идентификация с матерью в роли жертвы, и она стала искать и находить своего "палача". В последнем браке ее выбор оказался "неудачным" с точки зрения сценария. Пришлось "поработать", чтобы непьющий супруг запил и стал драться. Этот сценарий называется "пауки и мухи".

Казалось бы, какая корысть бедной женщине иметь мужа пьяницу и драчуна? Но оказывается, определенная психологическая выгода есть. Сохраняется привычная с детства "картина мира", она снова и снова получает подтверждение ее незыблемости, того, что "все мужчины скоты" (если бы она не меняла мужей, она не имела бы права на обобщения), подтверждение своего образа "страдалицы". А это весьма выгодная роль, "алиби", дающее возможность не следить за собой, не заниматься домом и детьми, не зарабатывать денег, зато все время жаловаться, быть в центре внимания. Роль ничуть не хуже роли "женщины, у которой все болит" или у которой "неблагодарные дети". То есть, данный сценарий позволяет играть в одну из разновидностей "игры" под названием "деревянная нога", когда жизнь строится вокруг какого-то дефекта, носитель которого не собирается от него избавляться. В описанном случае мы имеем дело с вариантом этой игры - "жена алкоголика".

Не играет ли вышеописанный руководитель (разумеется, неосознанно) в игру, которую

можно назвать "обманутый босс"? Анализ показал, что его мать, женщина властная и имеющая на сына большое влияние, очень ревновала его к школьным друзьям и часто повторяла, что "никому нельзя верить". Такие высказывания называются "родительскими лозунгами" или "предписаниями". Мальчик дал однокласснику деньги в долг, тот не вернул, в другой раз у него "увели" ценную кассету. Каждый подобный случай возводился в ранг "события", мать торжествовала: " Вот видишь. Я же тебе говорила!"

Сын вырос, возглавил собственный бизнес, редко видится с матушкой. Ему не приходит в голову, насколько сильна власть стереотипов, живущих в нем, насколько его личность и личность его матери до сих пор "сцеплены" друг с другом. Он энергичный и успешный коммерсант, все идет прекрасно и вдруг включается материнская "программа": он ведь "послушный мальчик", он должен подтвердить, что мама права и "все воры". И руководитель, словно под гипнозом, выбирает из нескольких претендентов нечистого на руку человека, ставит подпись на пустой платежке или "подставляется" как-то иначе. Что не сделаешь ради любимой матери, если являешься "рабом" соответствующего сценария.

Еще один распространенный вариант - "одинокий руководитель", который жалуется на отсутствие помощи, на невозможность собрать эффективную управленческую команду. Один его заместитель - "пустое место", другой - "болтун". Обычно такой руководитель обладает выраженной тенденцией к соперничеству, он не терпит рядом с собой сильную личность, сравнимую с ним по уровню. В детстве он воспитывался с близкими по возрасту братьями, ему приходилось самоутверждаться на каждом шагу. С тех пор он не позволяет никому "наступать себе на пятки". Не удивительно, что в его ближайшем окружении одни "слабаки".

Итак, "сценарий" формируется во взаимоотношениях с близкими людьми. Родители, часто неосознанно, "транслируют" ребенку свои ожидания. Это может быть желание, чтобы ребенок, став взрослым, осуществил то, в чем его отец не преуспел или что не удалось его матери. Например, мать в юности мечтала стать врачом, а стала инженером. Значит, врачом станет дочь. Или мать вышла замуж по любви и всю жизнь "мучилась" с мужем-неудачником. Поэтому дочь должна найти себе богатого мужа "по расчету". То есть, дочь будет "заложницей" фантазий своей матери и проживать, в сущности, не свою жизнь, а чужую, не подозревая об этом. "Трансляция" происходит различными способами: и путем словесных "лозунгов" и "предписаний", и с помощью демонстрации в поведении, "какой несчастной папа сделал маму" и "как ужасна эта нищета". Другой вариант: "призыв" родителей к ребенку с требованием воспроизвести их жизненный путь, делать все, как они. Тем самым, родители утверждают свои жизненные ценности, доказывают самим себе правильность своего выбора.

Человек может иметь несколько разных "сценариев": в семейной сфере один, в профессиональной - другой. У него может быть сценарий "победителя" ("удачника") или "неудачника". При этом он может быть успешным в плане карьеры и несчастным в личной жизни, либо наоборот.

Сценарий "победителя" встречается у людей, чьи родители верили в возможности своих детей и вкладывали в них много сил. Если ребенок обладал способностями, ему удавалось осуществить мечту родителей и занять то место, которое ему наметили.

Некий товарищ много лет работал организатором торжественных мероприятий при Дипломатическом корпусе. Он видел вблизи известных и влиятельных особ, а себя ощущал лакеем, "мальчиком на побегушках". Он поклялся, что его сын станет дипломатом, важной персоной и прислуживать будут ему. Он перенес на ребенка свои неосуществленные амбиции, вкладывал все деньги в его образование, внушал ему веру в успех. Сын оправдал надежды отца.

Помимо "предписаний" существуют так называемые "проклятия", которые обычно и создают сценарий неудачника. Самые распространенные: "Из тебя никогда ничего не получится!", "Тебя никто не возьмет замуж!" Если ребенок поверит, что из него ничего не получится, что он "не О.К." - он станет откровенным неудачником, никогда не попадет на руководящие позиции. Тут все просто.

Интерес представляют скрытые, замаскированные "неудачники", которые в течение длительного времени кажутся блестящими и вполне успешными - пока не совершают досадную оплошность или не ломают конечность в самый ответственный момент (как будто кто-то ставит им подножку).

Яркий тому пример - судьба одного господина. В советские времена он работает в НИИ, защищает кандидатскую диссертацию, делает докторскую. Незадолго до защиты его бросает жена, научный сотрудник впадает в депрессию, запивает и "вылетает" из института. Но тут начинается перестройка, и наш герой, будучи человеком инициативным, организует кооператив, куда переманивает своих бывших коллег по НИИ. Он женится заново и процветает. Проходит несколько лет, и его "лучший друг" вытесняет его из бизнеса и уводит его жену. С трудом "залезав раны" и придя в себя

после такого предательства, упорный господин создает ЗАО и "раскручивает" новое дело "с 0". Наученный горьким опытом, он больше не женится. В течение трех лет все идет прекрасно, он расширяет свой бизнес, открывает филиалы. Но его "злая судьба" не дремлет. То ли он совершает опрометчивую сделку, то ли его "подставляет" партнер - но все опять рушится. Этот сценарий называется сценарием Сизифа. В греческой мифологии был такой персонаж, которого наказали боги: он вкатывал камень в гору, но когда он был уже рядом с вершиной, камень скатывался вниз, и приходилось все начинать сначала.

Существуют сценарии, которые ограничивают реализацию потенциала, тормозят продвижение. Вот пример такого сценария- "поводка". Подросток любит и уважает отца, который много вкладывает в образование и развитие сына. Молодой человек приступает к работе и начинает делать карьеру. Ко всем верхним, "родительским" фигурам он относится с почтением, не делает ничего, не посоветовавшись с начальством, как прежде с отцом. К нему относятся с симпатией, продвигают его по служебной лестнице, тем более, то он этого вполне заслуживает. Вот только происходит это медленно, его ровесники обгоняют его, перепрыгивая через несколько ступенек. Они чувствуют себя все более зрелыми и самостоятельными, проявляют инициативу, дискутируют с руководством там, где он послушно поддакивает. Он удобен и безопасен для начальника, не претендует на его кресло, даже не помышляя занять место "отца" - ведь он почтительный сын. В один прекрасный день он обнаруживает, что в этом кресле сидит его не столь зависимый и инфантильный однокурсник.

"Почтительный сын" никогда не станет первым лицом, никогда не "развернется" в полную силу, если! не избавится от сковывающего его сценария.

Как же определить свой сценарий? Оказывается, заложенная в детстве "программа" может быть извлечена "на свет Божий" путем анализа сказок. Та или иная сказка не случайно произвела на ребенка сильное впечатление, возможна идентификация с героем этой сказки из-за совпадения сюжета и его жизненных обстоятельств. Сказка "помогает" оформиться, приобрести более четкие очертания наметившемуся сценарию. И, "обнаружив" потом эту сценарную сказку, можно определить, по какой программе живет взрослый человек.

Вот пример такого сценарного анализа. Дама 50-ти лет, владелица собственного небольшого бизнеса. На нее работают около сорока человек. Но правильнее было бы сказать, что это она работает на них. Она проводит какую-то странную кадровую политику, подбирая самых "убогих" и беспомощных в профессиональном плане

## Что такое сценарии судьбы

Автор: Татьяна Готлиб

---

работников. Она без конца опекает их, решает все их проблемы, в том числе, личные, лечит, помогает деньгами, не получая ни отдачи, ни благодарности. Ситуация выглядит нелепо. Хозяйка на грани банкротства, с одной стороны, и нервного истощения и депрессии, с другой.

Ее сценарная сказка - "Белоснежка и семь гномов". Она - старшая дочь в многодетной семье. Родители совершенно не бывали дома и не занимались малышами, "сбросив" все на нее. Всю жизнь она "доказывает" своим безответственным родителям, как надо "правильно жить", как надо заботиться о детях (в качестве "детей" или гномов из сказки выступают ее служащие). Это совершенно неосознанная установка чуть было не привела к крушению ее бизнес и ее жизнь.

К счастью, от сценария можно освободиться. Э. Берн писал, что помочь может "война, любовь или психотерапия". В данном случае помогла психотерапия. Клиентка получила "разрешение" выйти из затяжного одностороннего "спора" с родителями и строить свою жизнь и свой бизнес на новом, рациональном основании. Меньше, чем через год измученная полуживая особа превратилась в цветущую бизнес-леди.

Выход из сценария посредством любви показан в фильме "Красотка". Героиня Джулии Робертс помогла "акуле" Ричарду Гиру прекратить сводить счеты с давно умершим отцом и в отместку ему крушить бизнесы ни в чем не повинных контрагентов. Оказалось, что другим, не столь деструктивным, способом можно стать даже еще богаче.

Существует множество сценариев, соответствующих известным сказкам. Например, "Колобок" - человек, начинающий какое-то дело, но не способный ничего доводить до конца - ему становится скучно и он "катится" дальше. Хорошо, если Вам нужен именно такой помощник, чтобы "раскрутить проект с нуля", а потом пусть катится, скатертью дорога. Но ведь может случиться, что Ваш бизнес требует стабильного руководства, и тогда не выявленный вовремя "колобок" нанесет серьезный урон.

У одного менеджера сценарной оказалась сказка про молодца, который бился со Змеем Горынычем - тот ее фрагмент, когда молодец отрубает Змею головы, а они снова и снова отрастают. Менеджер зафиксировался на этом моменте и в своей деятельности его все время воспроизводит: он борется с проблемами, а они возникают снова и снова - ниоткуда, как в сказке.

"Приключения Буратино", как правило, является сказкой инициативных и любознательных людей. Вспоминаются сразу два случая, когда ее назвали "сценарной" талантливые финансисты. Причем оба лучше всего запомнили с детства тот фрагмент, где говорилось про "поле чудес в стране дураков" и звучал совет "зарыть там свои денежки" в надежде, что вырастет деревце с золотыми монетками. Забавно, что оба они избрали сферой своей профессиональной деятельности область инвестиций.

Встречается сценарий, соответствующий сказке Андерсена "Огниво". Там солдат сначала набивает котомку медными монетами, потом находит сундук с серебром, высыпает медные монеты и наполняет котомку серебряными, а потом высыпает серебряные, чтобы взять золотые. Это напоминает сценарий Сизифа, так как герой каждый раз начинает "с 0". Разница в позиции - в том случае человек пассивная "жертва" обстоятельств и вынужден начинать с начала, в этом - он действует по собственному выбору. Поэтому здесь мы имеем дело со сценарием "победителя".

Примером может быть успешный ученый, заведующий кафедрой ВУЗа, который порывает с "академическим прошлым", организует собственный бизнес, преуспевает, оставляет его сыну и уезжает в Америку, где начинает все с начала. Его никто не гонит, кроме его активности и стремления испытать свои силы на разных поприщах и в разных условиях. Каждый раз он обретает больше, чем имел прежде.

### Победители

О сильном, успешном человеке часто говорят: "Он из породы победителей". Как правило, победители умеют управлять собой, трезво оценивают свои сильные и слабые стороны. Они знают, что будут делать завтра, оказываются в нужное время в нужном месте, им всегда везет.

*Чемпион.* Для него самой естественной и конструктивной является ситуация противостояния. Он заряжается энергией "драки", всегда готов к честной борьбе, всегда уверен в победе.

*Человек-ракета.* Стремительный, пробивной, напористый, каждая минута на счету. Считает все: время, деньги, дела. Не любит возвращаться два раза к одному и тому же вопросу. Решения принимает быстро, со стороны может показаться - даже иррационально, на грани фола. Кажется, что ему все время везет. А на самом деле у него быстрый ум и прекрасная интуиция. Он неутомим, фантастически много работает, находится в постоянном напряжении, движении, не умеет и не любит расслабляться. Предпочитает экстремальные виды спорта. Для него главное - быть первым в любом деле, и не важно, что это - крупный финансовый проект, скоростной спуск на лыжах или боулинг.

*Улитка на склоне.* Спокойный, неторопливый, обстоятельный. Не любит суетиться, действовать наскоком. Ему всегда требуется некоторое время на размышление. Внушает окружающим доверие, ощущение надежности, стабильности. По жизни продвигается постепенно, обеспечивая тылы. Скорее тактик, чем стратег. Терпелив, умеет ждать. Медленно и неотвратно добивается своего. Придерживается принципа "тише едешь - дальше будешь".

*Игрок.* Осторожный и расчетливый, способен просчитывать события на несколько ходов вперед. Наблюдает, анализирует и прогнозирует поведение людей, их реакции с большой степенью точности. Старается избегать ненужного риска. Любит придумывать хитроумные финансовые или юридические схемы. В школе серьезно занимался шахматами, позже начал играть в преферанс. И сейчас любит позиционные игры. Ему важно переиграть кого-то. Люди для него - фигуры на шахматной доске. Его привлекает не только выигрыш, но и сам процесс игры. Тонкий манипулятор. Получает удовольствие от красивых многоходовых комбинаций. К бизнесу и к жизни в целом относится как к игре, в которой практически всегда выигрывает.

### Не победители

Для этой категории людей характерно не столько стремление к успеху, сколько ориентация на избежание неудач. У них невысокая энергетика, несколько заниженная самооценка, они не претендуют в жизни на многое. Им легче ограничить свои потребности и желания, отказаться от них, чем "напрягаться" для их осуществления. Они предпочитают проторенные пути и размеренную жизнь. Родители часто говорили им: "не высовывайся", "не умничай", "держи рот на замке", "слушайся старших". В результате формируется характер послушного исполнителя, не склонного проявлять инициативу, выделяться. "Не победители" идут, как правило, по пути наименьшего сопротивления, занижают "планку": поступают в Вузы, где конкурс поменьше, делают

предложение девушке, которая точно не откажет. Они работоспособны, добросовестны, могут занимать средние менеджерские позиции, но не выше. Они не склонны к соперничеству и самоутверждению, хотя не застрахованы от чувства зависти. В открытую конфронтацию обычно не вступают.

Крайний, наиболее выраженный вариант "не победителя" - это человек, который вообще не вступает в игру, чтобы не проиграть. Не ставит себе целей в жизни, чтобы не почувствовать себя неудачником в случае неуспеха. Ведь если никуда не подниматься - точно не упадешь и не набьешь синяков. Как в песенке: "Если у Вас нету тети, то Вам ее не потерять. Если Вы не живете, то Вам не умирать". Иногда, в юности такой человек решается на поступок, у него что-то не получается, и потом, "обжегшись на молоке", он всю жизнь "дует на воду". Приведем примеры некоторых типов "не победителей".

*Старательная секретарша.* Она приходит в офис раньше всех и уходит позже всех. Если не успевает что-то сделать, берет работу домой. Она старается быть со всеми в хороших отношениях, всем помогает, чтобы заслужить любовь окружающих. Она болезненно реагирует на замечания, может расплакаться. Старается все делать как можно лучше. Она неглупа, у нее высшее образование, но должность секретаря ее вполне устраивает. Ее радуют небольшие прибавки жалования. Она не претендует на освободившуюся позицию референта и доброжелательно встречает молодую девушку без высшего образования и опыта работы, которую берут на эту вакансию "за красивые глаза". Конечно, ей обидно, что той платят намного больше, хотя она ничего не умеет. Но она скрывает свои отрицательные эмоции и помогает новенькой. Ее утешает то, что в коллективе ее любят больше.

*Педантичный служащий.* Он воспитывался в семье военного и с детства усвоил, что главное - быть дисциплинированным и выполнять, не рассуждая, указания вышестоящих лиц. Он действует четко в рамках должностных инструкций. Предсказуем. Конечно, он человек ограниченный и немножко зануда, зато на него можно положиться. Его девиз - всегда выполняй свой долг.

*Аналитик.* Не стремится принадлежать к какой-то структуре. Он одиночка, ему ближе позиция независимого аналитика. Любит свою работу и получает удовлетворение от одного сознания того, что он настоящий профессионал. Равнодушен к деньгам и социальному успеху, нацелен на процесс, а не на результат. Родители говорили, что интеллигентный человек не должен быть карьеристом, что стремиться к материальным благам стыдно. Для него главное - личная свобода.



*Человек-невидимка.* Всегда придумывал множество теорий, оправдывающих собственную пассивность. Его нельзя назвать неудачником. Он даже не пытался поступить в институт. Жена зарабатывает втрое больше, чем он. Очень мил, но что интересно: многие, когда разговор заходит о нем, не могут вспомнить, как он выглядит. Его родители часто повторяли: "Не мозоль глаза", и это стало его жизненным кредо.

К **"неудачникам"** мы относим людей, чьи амбиции сильно превышают их возможности. Часто они претендуют на высокие оценки в школе, повышение в должности, материальное вознаграждение, не имея на это никаких оснований. Они сравнивают себя с окружающими: "Чем я хуже? Почему одним все, а другим ничего?" Они ревнуют, завидуют, обвиняют всех подряд в том, что им "не додали" - собственных родителей, супругов, сослуживцев, начальство, правительство, судьбу.

Они не замечают бревна в собственном глазу, но отлично видят соринку в чужом. Они собирают слухи и сплетни, чтобы доказать, что остальные "не достойны", "не заслужили". Они мстительны. Такие "неудачники" социально опасны, они могут испортить психологический климат в коллективе и разрушить не одну карьеру.

Часто "неудачники" - это дисгармоничные, внутренне противоречивые люди, с разнонаправленными тенденциями (типа "Лебедь, рак и щука"). Будучи способными, талантливыми, они толком не знают, чего хотят, не могут сконцентрировать усилия в определенном направлении, разбрасываются и не достигают ничего. Выглядят они, как правило, довольно привлекательно. Ощущая их потенциал, на них возлагают надежды. Однако вложенные в такого человека средства не приносят результата - он оказывается "пустышкой".

*Бенгальский огонь.* Чрезвычайно одаренный, но поверхностный человек. Склонен к самоутверждению, тщеславен, живет, как на сцене. Упивается ощущением своей "крутости" и незаменимости. Он действительно незаменим в начале любого нового дела. Обладает способностью найти подход к "нужным людям", заразить энтузиазмом, "вытрясти" гораздо больше денег, чем можно было ожидать, выработать стратегию.... Но он ничего не доводит не только до конца - даже до середины. Он сгорает, как бенгальский огонь, без следа. "Брошенный" проект иногда выживает, кем-то подхваченный, чаще тихо угасает. Его судьба не волнует "первопроходца", он спешит дальше, навстречу новой аудитории.

*Прожектор.* Похожий вариант. С детства считался вундеркиндом. Вполне мог бы стать "Человеком-ракетой", "Игроком" или "Демиургом". Блестящий ум, творческие тенденции, обаяние. Подавал большие надежды. Но каждый раз "гениальное" начинание имело какой-то несерьезный результат. Он занялся наукой, шуму было много, а "на выходе" - одна тоненькая монография, написанная в соавторстве. Организовал на заре перестройки кооператив, но деньги заработал смешные. Стал играть на бирже - проиграл квартиру. Пробовал силы в политике, литературе, на телевидении, но безрезультатно. Причины неудачливости и столь низкого КПД коренятся в детстве. Его слишком баловали, ему все легко давалось, и он не научился прикладывать усилия, трудиться, в частности, прорабатывать свои идеи. Он все время с горящими глазами обсуждает разные способы обогащения, выдвигает одну идею за другой. Окружающие начинают избегать "прожектора", так как его пустые фантазии всем порядком надоели.

Избавиться от неудачного сценария не так-то просто. Мы знаем, что помогают "война, любовь и психотерапия". Но можно вспомнить и другие высказывания, например "спасение утопающих - дело рук самих утопающих" и "пойти другим путем" (кстати, оба этих лозунга являются, несомненно, сценарными). Человеку, решившему "переписать" свою программу, имеет смысл предпринять следующие шаги.

Во-первых, постараться осознать свой сценарий. Порой уже только это производит на человека очень сильное впечатление. Он переживает эмоциональное потрясение, катарсис, который переворачивает все не только в его душе, но и в жизни. Так произошло, например, с "Белоснежкой", о которой шла речь выше.

Может помочь и чувство юмора. Однажды я случайно разговорилась с одним преуспевающим человеком. Мой собеседник рассказал, что всегда добивается своих целей, но только с третьей попытки - так было и во время учебы, и когда он занимался наукой, и в бизнесе. Эта закономерность его явно раздражала. Слово за слово, выяснилось, что с детства ему нравилась сказка "Стеклянная гора", где герой пытается добраться до принцессы, и это ему удается - но только на третий раз. Я объяснила ему смысл его сценарной сказки, он был поражен, долго смеялся и в этот момент, по-видимому, расстался со своим сценарием. При следующей нашей встрече, спустя год, он сообщил, что больше не теряет времени на "репетиции".

Кроме того, важно научиться слышать самого себя. Обратите внимание, что и как вы повторяете своему ребенку или подчиненным. Например, вы любите повторять "у тебя

ничего не получится до тех пор, пока...". Эти слова несут сильный отрицательный заряд, сомнение в возможности успеха. Ставится жесткое условие: "Ты не получишь пятерку, пока не выучишь теоремы" или "Ты не продвинешься по службе, пока не получишь MBA". Сами по себе подобные высказывания достаточно спорны. Ведь можно не зубрить теоремы, а понять, как их доказывают, да и продвижение по службе не обязательно связано с MBA. Но суть сценарного программирования, его сила - в безапелляционности, однозначности. Понимание, что на самом деле вариантов существует множество, - это уже путь к свободе.

Попробуем видоизменить, переписать эту программную фразу так: "У тебя получится лучше, если... или когда". Это тоже так называемый "сценарий с условием", но он гораздо мягче. Теперь вы можете сказать себе: "Моя жизнь станет успешнее, когда я расстанусь с мешающими мне однозначными установками".

Еще можно получить "разрешение". Разрешение - это специальная процедура, используемая психотерапевтом при сценарном анализе. Когда от сценария освобождается неудачник - это похоже на чудо, говорят "человека как будто расколдовали".

Снять сценарную программу может не только терапевт, но и кто-то из значимых людей, по силе воздействия не уступающий родительской фигуре, эту программу создавшей. Например, тренер, сказав робкому юнцу: "Ты сможешь!". А если человек готов к трансформации, на него могут подействовать даже слова случайного попутчика. Многие могут вспомнить случай, когда одна фраза или встреча оказались судьбоносными, изменили всю их жизнь.

Однако не стоит воспринимать жизненный сценарий как нечто обязательно негативное и сразу пытаться от него избавиться. Отработанный, благополучный сценарий - своеобразная панацея от неожиданностей, неприятностей. А попытка вырваться за рамки сценария не всегда бывает удачной: внешний мир может оказаться неприветливым, а главное - непредсказуемым. Поэтому некоторые люди комфортно расположились даже в своих неудачных сценариях, по-своему извлекая из них выгоду. Человек, которому "не везет", которому "мешают", всегда найдет у окружающих сочувствие.

Бессознательное следование сценарию позволяет человеку экономить силы и время.

## Что такое сценарии судьбы

Автор: Татьяна Готлиб

---

Как правило, живущие по жестким сценариям победители не склонны раздумывать и сомневаться, они целеустремленны и работоспособны, они - люди действия. Заложенный с детства сценарий подсказывает им нужную стратегию.

Бывает так, что выявленный "сценарий судьбы" имеет смысл подкорректировать, в другом случае его надо просто принять как данность и учитывать, как мы учитываем особенности своей внешности или своего характера. Однако, желательно представлять себе этот сценарий.

Самостоятельный анализ может быть затруднен нашей склонностью к "вытеснению", забыванию неприятностей и невниманием к психологическим нюансам. Для того, чтобы проделать грамотный сценарный анализ необходимы профессиональные знания и специальные техники.

*Источник:*

[Персональный сайт Т. Л. Готлиб](#)