

Part 3

0:00

There is also another personality type that not all researchers touch upon, which is also present in the case of Nancy McWilliams – a masochistic personality type. In everyday life we call people like that: a person with a victim mentality. Which is exactly what it sounds like – it's about sacrificing yourself, it's about suffering. But the more common knowledge about that kind of people is that masochistic personalities love to suffer. Which can be both true and not. You see, it's half-true, because the act of suffering itself doesn't bring them pleasure. They receive satisfaction from achieving a moral high ground. Which presents itself in a way that the person thinks: "Here I am, such a martyr, living in intolerable conditions with a demeaning, mean, and a rude person!", for example. "And look at how I'm suffering!". That idea of martyrdom – it is crucial for the masochistic type, not the act itself. The idea of "Look, how miserable I am, although I am rescuing and taking care of my drunkie husband", which is a moral triumph in an of itself. In a nutshell, that perception of oneself is more about your concerns, insecurities, a need in care, to name a few. Thus, these are the people that use others as a tool for solving their problems. Like dealing with self-esteem issues, for example: "Look in what insufferable pain I am, admire me!". That's what it is. Or, like dealing with real problems also, because the masochistic types are rarely active, they mostly exhibit a passive behavior. Passive

2:00

Behavior is, for example, helplessness. Which is when they are already in a state of not being able to change anything. Before even seeking help from a psychiatrist to talk it out, they like to first write about, complain, to put it simply – to put it simply. They really love to write something in the words of "I live in a horrible crumbling hut, in a small city, there is no opportunity to work elsewhere, I hate it. What do I do ?". This example right here describes the situation as hopeless. If you are going to start playing this game of passive behavior, then the masochistic type will start playing the game "Yes, but...". I am sure you have encountered that at least once in your life. Here's how it looks: the person is complaining to you from the victim's point of view he/she triggers the role of a "Savior" in you. A natural reaction of almost any person is to start suggesting some solutions: to change your workplace, your residence. "Yes, but the tickers are too expensive."; to pick up a work from home job. "Yes, but nobody wants me with that kind of experience." Basically, anything you suggest will be turned away. I think you might be catching on to what will happen with the person, who is knee deep into this game, who is already been dragged into it, the one who agreed to participate in it. In the end, you will start to get agitated, because you have tried and tried countless times and it doesn't help – it really does make you irritated, really irritated. Thus, there is a risk of attacking that masochistic person. It's called playing roles (roleplaying), when the person has gotten used to being hurt. But he behaves in such a way that not hurting him becomes very challenging. And as a rule of thumb, the masochistic people don't see the fact that they themselves

4:00

provoke the aggressive reaction. Due to the fact that they are passive, they do not channel their energy towards solving the problems. They, obviously, also do not see the fact that the person's problems usually face them in the mirror. Another popular game that they like to play is "If it

wasn't for you." That's how the golden phrases of a typical martyr: if it wasn't for you, I would've reached the heights of my professional career, for example, if it wasn't for that baby – I could've had a happy life, etc. I hope that both you and I understand that the person is solely responsible for his/her achievements, and it depends only on us whether we will have success or not. And obviously no kids can get in the way of that. But a masochistic type always finds someone to rest their blame upon. And they always shift the blame – relatives, their country, their friends, maybe even their psychiatrist. "Tell me, what should I do" - that is also a masochistic request. If you want to irritate a psychologist, ask them "What to do?". We can't answer those questions, we cannot tell them what to do or give any advices. But masochistic people try to get it out of you any way they can. Also, another game that I have touched upon in the past. This game is called "Hit me". It is when a person acts to provoke aggression. It's not only about seeking for advice and then not using it. They deem it all as not fitting for them. Here's another example – they walk into the classroom late, tumble everything over. "Sorry, sorry, sorry." That kind of person will apologize really hard. Because of him saying sorry so much,

6:00

he will distract even more people than he was when he walked in the room. And next he will ask everyone to give way so that he could be given an opportunity to sit down, which will affect even more people, leading to aggression. So, they create situations where they will get showered with aggression from the people surrounding people. Of course, considering the fact that they are a masochistic type, they will tend to exhibit a self-harm behavior. They will quite frequently and intentionally find themselves in dangerous situations. Those situations can have severe consequences. It's the same "Hit me" game. The masochistic type will often choose to surround themselves with people who tend to lie, be aggressive, or even assault. And obviously this cannot end well. So, I hope we are clear on the masochistic type. Probably the most important thing to take away is that their main goal is to not solving the problem, but rather gain a moral high ground. Basically, to create a situation where someone would torture their poor souls. And they have a variety of ways to paint that picture. Of course, it's easy to be angry at people in such a state, but no one does it on purpose. Well, not all of them. This kind of personality gets developed due to a not so simple life story. And as they say: "The dog is nasty because she is treated nasty." It is the case with any character type, even the pathological ones.

Mustayapov Damir.

Часть 3

00:00

Еще один тип личности, который тоже описывают не все исследователи, и вы опять-таки можете найти его у Нэнси Мак-Вильямс, это тип личности мазохистический. В обычной речи мы таких людей называем: человек с психологией жертвы. И это действительно так, это действительно о том, чтобы жертвовать собой, это о том, чтобы страдать. Но распространённые опять-таки мнение о том, что мазохистические личности любят страдать. Оно как бы и правда, и неправда. То есть это наполовину так, потому что само по себе страдание не причиняет им радости. Им причиняет радость ощущение морального триумфа. Вот эта идея о том, что я мученик, я живу в невыносимых условиях с обесценивающим, наглым, грубым, обижающим человеком, например. И посмотрите как я страдаю. Эта идея мученичества, она важна для мазохистических личностей, не само по себе страдание. Идея о том, что посмотрите как я страдаю, но зато я спасаю, например, мужа-алкоголика, это тоже моральный триумф. Это о своем совершенстве, на самом деле, переживаниях. Это потребность в заботе, в том числе. Получается, что это личности, для которых другие это инструмент для решения своих проблем. Как проблем с самооценкой, посмотрите как я страдаю и восхититесь мной. Это об этом. Так и проблем в буквальном смысле, поскольку мазохистические личности не активны, они предпочитают пассивной формы поведения. Пассивные формы поведения это что, это, например,

2:00

беспомощность. То есть они впадают в такое состояние, когда я ничего не могу изменить, я бы хотел, но никак. Они уже изначально, когда формулируют проблему, когда они ее описывают, например, психологам очень любят писать мазохистические личности, не обращаться за консультацией, чтобы решить проблему, а написать об этом, пожаловаться, что называется. Они очень любят писать так “Я живу в ужасной разваливающейся квартире, в маленьком городе, там нет возможности работать где-то ещё, я ненавижу свою работу, что делать?” Тут уже описывается ситуация как априори безвыходная. Если вы начнете в эту игру включаться, в это пассивное поведение, то скорее всего мазохистическая личность будет с вами играть в игру под названием “Да, но...”. Вы это точно встречали в своей жизни хотя бы раз. Как это выглядит: человек вам жалуется, из позиции жертвы включает в вас спасателя. Естественная реакция человека, практически любого, начать предлагать варианты: может быть вы смените место жительства. “Да, но билеты очень дорогие”. Может вы устроитесь на дистанционную работу. “Да, но кто меня возьмет с моим опытом”. То есть всё, что вы не предлагаете, все будет отрицаться. Я думаю, вы догадываетесь, что будет происходить с человеком, который влип в эту игру, Которого туда втянули, который согласился в этом участвовать. В конце концов начинает очень сильно раздражаться, потому что когда вы пытаетесь, пытаетесь, пытаетесь и все человеку не помогает, это злит, злит очень сильно. И таким образом есть риск напасть на этого человека мазохистического. Это называется отыгрыш, когда человек привык, что его обижают. Но он ведёт себя так, что не обижать его вообще очень трудно. И как правило мазохистические личности не видят, что они сами провоцируют

4:00

на агрессию. Поскольку они пассивные, они не обращают свою энергию на то, чтобы решать проблемы. Они, разумеется, и не видят, что проблемы как бы обычно в зеркало смотрит на человека. Ещё одна игра очень популярная у мазохистических личностей, называется “Если бы не ты”. Так и начинаются все фразы истинного мученика: если бы не ты, я бы уже достиг вершин своей профессиональной деятельности, например, если бы не ребенок, у меня была бы счастливая личная жизнь, и так далее. Я надеюсь, мы с вами понимаем, что за результат человек отвечает сам, и только от нас зависит, будут у нас карьерные успехи или не будут, будет у нас счастливая личная жизнь или не будет. И никакие дети, конечно, этому помешать не могут. Но мазохистические личности находят на кого свесить ответственность за свои неудачи, которые они переживают. И они все время перекалывают, либо на своих родственников, либо на страну, либо на друзей, либо на психолога. “Скажите доктор, что мне делать?” - это тоже мазохистический запрос. И хотите разозлить любого психолога, задайте ему вопрос “Что делать?”. Потому что психологии не имеют право на него отвечать, мы не имеем право давать советы. Но мазохистические личности их требуют изо всех сил. Ещё одна игра, которую я вкратце

уже рассказывала. Эта игра называется “Пни меня”. Это личность ведет себя таким образом, чтобы спровоцировать агрессию. Это не только про просьбу посоветовать, а потом этим советом не пользоваться, не следовать. Они говорят, что это всё не подходящее. Они по-другому еще могут себя вести, например, они могут зайти в аудиторию, опоздать, во время лекции зайти в аудиторию, все уронить, “Извините извините, извините” Страшно будет извиняться такой человек. От того, что он извиняется, он отвлекает ещё больше людей

6:00

чем когда он шумно зашёл. И дальше он попросит всех расступиться, чтобы ему дали возможность сесть, он затронет этим еще других людей и чем вызовет агрессию. Это тоже вполне вписывается в картину мазохистического типа личности. То есть они так создают такие ситуации, где на них будет наваливаться агрессия со стороны окружения. Конечно, раз это мазохистические личности, то они часто могут промышлять самоповреждением, они часто могут попадать в ситуации, которые для них будут опасны. Это та же самая игра “Пни меня”. Там могут быть очень серьезные последствия. Мазохистическая личность может выбрать себе, например, в партнеры или друзья людей, склонных обманывать, нападать и даже агрессивных. И конечно, закончится это может не очень хорошо. Я надеюсь, что с мазохистическими личностями тоже сложилось. Самое, наверное, главное, что о них можно запомнить, это главная задача их совершенно не в том чтобы решить проблему, а в том, чтобы одержать моральный триумф. То есть чтобы создать ситуацию, когда их бедных кто-то помучал. И они большое разнообразие способов придумывают для того, чтобы эту картину создать. Конечно, злиться на людей хочется, кто в этом состоянии находится, но никто не делает этого специально. Ну почти никто, хорошо. Такой тип личности формируются в связи с тем, что у него не очень просто предыстория. И как говорится, что “Только в жизни собачей собака бывает кусачей”. С любым типом характера, с любым типом даже патологического характера ровно та же история.