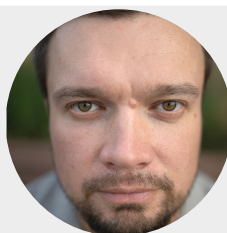


Высокая цена за выбор радовать других: исследование истероидной адаптации на примере героев кино

Александр Юрьевич
ПУШКАРЕВ

Место работы: телесный психотерапевт, практикующий психолог в модальности Транзактный Анализ, коуч ICU; старший преподаватель в Международной академии дополнительного профессионального образования EdPro; Москва, Россия; aupushkarev@yandex.ru
ORCID: 0009-0006-7676-7867; ResearcherID: IZP-9103-2023.



Alexander Yurievich
PUSHKARYOV

Place of work: body psychotherapist, practicing psychologist in the modality of transactional analysis, ICU coach; teacher of practice at the International Academy of Additional Professional Education EdPro; Moscow, Russia; aupushkarev@yandex.ru
ORCID: 0009-0006-7676-7867; ResearcherID: IZP-9103-2023.

High Cost of Choosing to Please Others: A Study of Histrionic Adaptation Through Movie Characters

Аннотация: В фокусе внимания — исследование специфических черт личностей с истероидной адаптацией на примере мужских и женских героев фильмов. Выбор разнополюх персонажей обусловлен тем, что зачастую представителями истероидной адаптации видят только женщин. Автор предпочел развеять этот миф и показать, что среди мужчин можно наблюдать драйверное поведение и сценарные процессы, характерные для данной личностной адаптации. С примерами и комментариями из книги Вэнна Джоинса и Иана Стюарта «Личностные адаптации» автор последовательно разбирает основные признаки: ведущий драйвер, жизненные позиции, сценарные процессы, приказания и т.д. Меткие и яркие замечания создают четкое представление о типажах персонажей даже для тех читателей, которые не смотрели указанные в материале фильмы. Поэтому данный обзор будет интересен широкому кругу лиц.

Ключевые слова: драйверы, истероидная адаптация, анализ кино, приказания, сценарные процессы.

Abstract. This paper focuses on the examination of the specific traits of individuals with Histrionic Adaptation as illustrated by male and female movie characters. The choice of characters of different genders stems from the fact that Histrionic Adaptation is often perceived exclusively as a female phenomenon. The author aims to dispel this myth and demonstrate that men also can exhibit driver behavior and script processes characteristic of this personality adaptation. Drawing on examples and commentary from Vann Joines and Ian Stewart's book *Personality Adaptations*, the author systematically analyzes key features: primary driver, life positions, script processes, injunctions, and so on. The sharp and vivid observations provide a clear understanding of these character types even for readers unfamiliar with the movies discussed. So, this review will appeal to a broad audience.

Keywords: drivers, Histrionic Adaptation, movie analysis, injunctions, script processes

РАЗБОР КИНО / ANALYSIS OF CINEMA

Александр Юрьевич ПУШКАРЕВ

Высокая цена за выбор радовать других: исследование истероидной адаптации на примере героев кино

После разбора в журнале шизоидной и параноидной адаптаций с их внутренними процессами и дилеммами наступила весна, а вместе с ней — желание оживить формат, добавив больше ярких красок. И лучше всех с этой задачей справляются люди с истероидной личностной адаптацией, чей ведущий драйвер и девиз — «Радуй других».

Напомню, что **личностная адаптация** — это бессознательная стратегия поведения человека, которая проявляется в ответ на внешние стимулы и ощущения. У каждой адаптации эти стратегии свои.

Что же характеризует людей с истероидной адаптацией?

Как правило, такие женщины (а чаще это именно женщины) и в кино, и в жизни отличаются большей теплотой, чувствительностью, радушием. Представители этой адаптации чаще всего становятся актерами, чтобы радовать и собирать восхищение. Поэтому оставалось лишь выбрать фильм с подходящим типажом. И здесь мне показалась интересной идея расширить диапазон и добавить героя-мужчину.

В итоге я остановился на героях следующих фильмов: «До встречи с тобой» (2016) и «Ноттинг-Хилл» (1999). Вы увидите, что у них будут как общие черты, так и отличия. Приятного чтения!

«До встречи с тобой»



Фото с сайта <https://chaiknet.ru/article/728/>

В центре сюжета — женщина, которую играет Эмилия Кларк. Она соглашается стать сиделкой для мужчины и оживляется своим поведением его полную сожалений жизнь.

- Давайте посмотрим на нее:
- открытое лицо, на котором почти нет морщин;
- постоянная улыбка; огромные яркие глаза и приподнятые брови;
- ее голова чуть вытянута вперед, словно тянется ближе к собеседнику; высокий голос;
- Она привлекает внимание. Она очень тёплая, яркая и живая.

«Ноттинг-Хилл»



Фото с сайта https://www.kinonews.ru/movie_1115/notting-hill

В центре сюжета — мужчина, которого играет Хью Грант. Он сталкивается с кинозвездой, и у них постепенно завязываются отношения.

Давайте посмотрим на него:

- открытое, располагающее лицо,
- милая улыбка, приподнятые брови.
- Он вызывает симпатию.

Вэнн Джоинс и Иан Стюарт в книге «Личностные адаптации» пишут: «Они знают, как надо одеться для того, чтобы понравиться. Они умеют смешивать и подбирать оттенки цветов и поэтому выглядят привлекательно независимо от того, что на них надето»¹.

¹ Стюарт, И., Джоинс, В. (2019) Личностные адаптации. СПб.: Метанойя. С. 94.

РАЗБОР КИНО / ANALYSIS OF CINEMA

Александр Юрьевич ПУШКАРЕВ

Высокая цена за выбор радовать других: исследование истероидной адаптации на примере героев кино

«До встречи с тобой»	«Ноттинг-Хилл»
Она одевается ярко, со вкусом, уделяет большое внимание аксессуарам; в ее одежде и пространстве много чувственных элементов, создающих гармонию и позволяющих ей проявлять свою индивидуальность: красочное одеяло на кровати и теплый свет в комнате, яркая резинка для волос, игрушки и клочки бумаги в сумке — все это говорит о непосредственности Ребенка. Она очень хочет понравиться через тот образ, который создает.	Он одевается просто и со вкусом. Стиль скорее сдержанный: одежда спокойных тонов, ненавязчивая и лаконичная. Образ, который герой создает с помощью одежды, характеризуется легкостью и простотой: он не стремится оттолкнуть, а, скорее, хочет привлечь меньше внимания к себе и предоставить больше пространства другим.
Эмоции у таких людей как будто на поверхности кожи — стоит только прикоснуться. Они хорошо чувствуют происходящее. При этом повышенная чувствительность проявляется по отношению к другим, в свою же сторону реализуются предписания: «Не чувствуй» (свои чувства и потребности), «Не чувствуй гнев». Вместо того чтобы гневаться, люди с истероидной адаптацией будут грустить.	
Героиня искренне удивляется, огорчается или смеётся. Она не умеет скрывать свои чувства — она ими живёт. Эта особенность позволяет ей легко заводить друзей, с которыми она охотно делится своими проблемами. Героиня чаще находится в эго-состоянии Ребенка, и это заразительно: окружающие тоже переключаются в эго-состояние Ребенка, и случается игровой контакт.	Герой не так ярко проявляет чувства, однако можно заметить, как они его захватывают. Например, в знаменитой сцене после расставания, когда он идет по улице, а вокруг сменяются времена года, несмотря на свое плохое состояние, он улыбается и кивает встречным. Когда его принимают за обслугу и велят вынести грязную посуду, он находит плюсы: «Не всем предоставляется шанс разгрести посуду кинозвезды». Когда ему говорят, что он не прав, он отвечает: «Я хочу видеть хоть какую-то перспективу!»
<i>Вэнн Джоинс и Иан Стюарт</i> пишут: «Они общительны, любят развлекать и веселить других и хотят, чтобы с ними поступали также. Они любят внимание к себе и склонны отождествлять внимание с любовью. Они, как правило, реагируют на проблемы эскалацией чувств, а не мышлением или действием»². Эти люди хотят радовать других и делают всё, чтобы им было хорошо. Детская часть личности словно не существует, пока не порадует другого.	
В начальной сцене в кафе, на скачках, во время отдыха, в общении с близкими и с мужчиной, за которым она ухаживает, а также во многих других сценах фильма можно наблюдать, насколько героиня необходимо радовать других.	Когда кинозвезда заходит в его магазин, он не продает ей книгу, а рассказывает, чем она плоха, предлагает другую и затем дарит ей еще одну книгу в подарок.
Люди с истероидной адаптацией заискивают, сверхадаптируются, подстраиваются, стремясь угодить окружающим. Имея склонность растворяться в другом человеке, они становятся зависимыми и не устанавливают нужных границ. Они переживают дилемму: «Если я буду самостоятельным, мне придется отказаться от любви и тепла». Таким образом, они чувствуют печаль и тревогу, когда не могут порадовать других, и пребывают в уверенности, что их не любят. В реальной жизни это те люди, которые выражают сочувствие (даже если это не их работа) в ответ на негативные отзывы на маркетплейсах: «Мне так жаль, что вам не повезло. Пусть вам повезёт. Хорошего дня!»	

² Там же. С. 30.

РАЗБОР КИНО / ANALYSIS OF CINEMA

Александр Юрьевич ПУШКАРЕВ

Высокая цена за выбор радовать других: исследование истероидной адаптации на примере героев кино

«До встречи с тобой»	«Ноттинг-Хилл»
Мы видим, как героиня берет ответственность за жизнь других, но не берет ответственность за себя, словно ее жизнь не обладает такой ценностью. Например, она ничего не говорит своему парню, который считает, что их совместный отпуск напоминает ситуацию, когда он бежит марафон, а она рядом, или что лучший подарок для нее — подвеска с его именем. «Я останусь, если я тебе нужна», — говорит она мужчине, за которым ухаживает (при этом не озвучивает своих желаний и даже не задумывается о них — ведь это менее важно). И это жизненная позиция Я- Ты+. Когда отец героини получает работу, а значит, ей можно выдохнуть и устроить свою жизнь, она думает о том, что это не очень удобно, вновь ставя во главу угла интересы других. Таким образом, реализуется сценарный процесс «После» («Я смогу уделить внимание себе после того, как другим будет хорошо», «Я буду счастлива после того, как человек рядом будет счастлив»). Когда героиня Эмили Кларк узнаёт о том, как главный герой задумал распорядиться своей жизнью, она восклицает: «Я не могу этого допустить!» Тем самым она берет на себя ответственность за другого, решая, как будет правильно. А после отстраняется и избегает его, однако не перестаёт заботиться. Когда герой засыпает, она бережно поправляет ему одеяло и садится рядом, охраняя его сон. Героиня отказывается принять тот факт, что порой она не в силах повлиять на вещи. Она уверена, что это может происходить лишь по одной причине: она недостаточно сильно старалась.	Герой не злится, когда его сосед разбрасывает вещи по дому, а спокойно и мимоходом наводит порядок. Герой не обижается, когда сосед говорит, что порывшись в его вещах, а затем надел его одежду, потому что у самого чистая закончилась. А когда сосед приходит к нему посреди ночи и спрашивает: «Ты не против поговорить?» — герой ему не отказывает. Когда героя Хью Гранта обливают соком, он думает в первую очередь о своей госте, а не о себе, словно ходить с огромным оранжевым пятном на рубашке для него совершенно естественно. Он всё время заботится о героине Джулии Робертс: «Хотите пить? Есть?» — и бескорыстно предлагает всё, что у него есть. Когда кинозвезда пропадает из его жизни, он страдает и старается её забыть, а когда она внезапно появляется, он лишь спрашивает: «Что тебе приготовить: чай или ванну?» — и сожалеет, что не может предложить что-то ещё. То есть он готов отдать больше, чем может получить.
Авторы книги «Личностные адаптации» пишут: «Они склонны приглашать других подумать за них. Их собственные мышление и достижения часто игнорировались или обесценивались»³.	
Важно, что нам показывают среду, сформировавшую эту адаптацию, — семью героини, где все рассчитывают на неё и поддерживают её привычку радовать. Героиня продолжает жить вместе с родителями, так как человеку с истероидной адаптацией трудно выйти из треугольника «я-мама-папа».	Поведение героя скорее пассивное и ожидающее. Он говорит «я так чувствую», «мне кажется», «может быть» вместо «я знаю». Герой не обижается, когда друзья озвучивают его недостатки во время ужина. Ему легко назвать себя придурком.
Вэнн Джоинс и Иан Стюарт пишут: «Ребенок получает от родителей послания “Не расти”, “Не думай”, “Не будь значимым”, “Не будь собой” (своим полом)»⁴.	

³ Там же. С. 289.⁴ Там же. С. 82.

РАЗБОР КИНО / ANALYSIS OF CINEMA

Александр Юрьевич ПУШКАРЕВ

Высокая цена за выбор радовать других: исследование истероидной адаптации на примере героев кино

«До встречи с тобой»	«Ноттинг-Хилл»
Женщины с истероидной адаптацией используют такую психологическую защиту, как сексуализация, то есть ведут себя соблазнительно, даже не понимая этого. Это флирт сам по себе. Они путают свои чувства и фантазии о других с реальностью и вытесняют аргументы, которые не соответствуют чувствам. Когда их критикуют, они расстраиваются, поскольку критику своего поведения они воспринимают как критику личности, ведь их Взрослый захвачен иллюзиями Ребенка. Во время свадьбы, когда героиня сидит на коленях мужчины, к которому испытывает симпатию, и находится на расстоянии нескольких сантиметров от его лица, она просит: «Уедем хоть на край света вдвоем».	Герой Хью Гранта добр и внимателен к окружающим: в начале фильма он не сдает в полицию книжного вора, а деликатно предупреждает его о последствиях кражи. В отношениях именно женщины уходят от него. Он не позволяет себе кого-то бросить. Как он сам себя характеризует: «Я довольно уравновешенный парень», «Боюсь, не выдержу, если ты бросишь меня, в чём я абсолютно уверен». То есть он уверен, что его бросят, и всё равно входит в отношения! Он недостаточно значим, чтобы позволить себе быть собой, со своими потребностями и чувствами.
Вэнн Джоинс и Иан Стюарт в книге «Личностные адаптации» пишут: «Им нужно интегрировать свое мышление (дверь-цель) с чувствами. Это приводит к изменению их поведения (дверь-ловушка), и они более не реагируют на ситуации чрезмерным образом.<...>Защитная позиция проявилась в детстве, поскольку они получили послание, что они Окей, пока "радуют других".<...>Чтобы они изменились, им необходимо понять: они могут быть значимыми и любимыми, даже если кто-то не обращает на них внимания»⁵. Таким образом, терапевтическая задача в работе с истероидной адаптацией — давать поглаживания за мышление и достижения, чтобы они научились использовать свою компетентность и выросли (повзрослели), устранив полученное предписание «Не расти».	
Похоже, именно это и делает мужчина, в которого влюблена главная героиня: он усиливает её автономию, помогая ей выразить и прожить чувства гнева, печали и беспомощности, а значит, разграничить свои чувства и реальность; он помогает ей поверить в свою силу и поставить себя на первое место.	У фильма хэппи-энд, а значит, герою Хью Гранта незачем меняться и достигать автономии.

⁵ Там же. С. 30.**Если вы задались вопросом: что было бы, если бы герои этих фильмов начали отношения?**

Увы, отношения двух людей с ведущей истероидной адаптацией, где оба радуют другого, не были бы гармоничными и сформировали бы сильный симбиоз, оставаясь лишь красивой картинкой на фасаде.

Из каких же адаптаций в таком случае получится более крепкий союз?

Стоит вспомнить последовательность контакта Поля Вара и основные потребности, которые человек с той или иной адаптацией хочет удовлетворить в отношениях, и вы легко ответите на этот вопрос.