

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ВАМПИРИЗМ И СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ ОТ НЕГО

Кабанов А. А., студ. гр. СУс-31,

Воробченко Д. С., студ. гр. СУс-31

Есть люди, которым негативная реакция другого человека доставляет удовольствие и приносит силы. Их называют «энергетическими вампирами». Когда простой человек показывает эмоции, ссорится, кричит и тратит свою энергию, вампир при этом поглощает эту энергию и становится сильнее. Силы у него прибавляются и, кажется, что он не устанет никогда. После конфликтов люди морально истощаются, а энергетические вампиры наоборот, становятся активными и всё больше и больше спорят, продолжая провоцировать человека на трату энергии.

Существует несколько вариантов энергетического вампиризма. Выделяют пять основных типов социальных энергетических вампиров.

1. Первый тип характеризуется тем, что человек испытывает недостаток общения. Ему хочется постоянно быть в окружении людей, прижаться к кому-нибудь, погладить по руке, все время говорить самому или слушать других часами. При этом, если нет рядом людей, такой вампир может начать испытывать информационный голод, и тогда он будет сутками сидеть у телевизора или читать все без разбора. Тип этот больше характерен для людей пожилых.

2. Второй тип — это реальный или воображаемый несчастный человек. Они постоянно жалуются на что-нибудь. У такого человека в жизни обязательно что-то не так, и он готов рассказывать об этом каждому встречному. Он ищет сострадания и, получив его, присасывается к своей жертве, выкачивая вместе с жалостью его энергию.

3. Третий тип энергетического вампира очень опасен, так как его поступки прикрыты таким прекрасным чувством, как любовь. Этот человек влюбляет в себя других и беззастенчиво пользуется энергией каждого влюбленного в него человека. Чем больше таких влюбленных, тем лучше.

4. Четвертый тип — властный. Человек наделен властью, он упивается своей возможностью управлять людскими судьбами. Практически все подчиненные могут стать донорами такого вампира.

5. Пятый тип — семейный вампир. Такие люди обычно вырастают из избалованных детей. Они с детства привыкли все получать, ничего не отдавая. Они переносят присущие им дурные привычки в свою новую семью.

Выше приведена одна из самых распространенных классификаций энергетических вампиров, однако их можно выделить не только по основному методу воздействия. По тактике поведения можно выделить вампиров-«гиен», особенность которых состоит в том, что сами они не являются инициаторами или основными действующими лицами конфликта. Однако, такой человек не упустит случая вставить в разгоревшуюся ссору свое замечание. Случается так, что незначительный спор под воздействием такого «доброжелателя» может перерасти в серьезное противостояние, а «гиена» будет просто счастлива своему косвенному участию в зародившемся скандале.

В чем же заключается защита от энергетических вампиров?

Если вы знаете точно, что кто-то из ваших знакомых энергетический вампир, старайтесь с ним никогда не вступать в конфликт, а ещё лучше поменьше с ним общайтесь. Если же у вас нет возможности избегать такого человека, тогда каждый раз при общении с ним старайтесь воспринимать его не всерьёз, игнорируйте все его попытки каким — либо образом подцепить вас. Мысленно представляйте, что этот человек просто не в себе или просто шутит. Вторая задача состоит в том, чтобы искоренить даже малейшее чувство вины. Не воспринимайте ни его самого, ни его слова как что-то настоящее, во что надо верить. Не реагируйте эмоционально на его фразы или действия, не показывайте свою слабость перед ним. Всегда держитесь спокойно и уверенно, этим вы покажете свою самоуверенность, а значит и силу. Вампир может решить, что вы или сами являетесь таковым или просто у вас сильная защита, сильный характер. С такими людьми даже энергетические вампиры не будут связываться, потому что пользы они всё равно не смогут получить.

Кроме выше перечисленного, против вампиров-«нытиков» можно применить следующий прием: «А теперь расскажи мне что-нибудь хорошее!» Попробуйте произнести эту фразу сразу после того, как вам в сотысячный раз пожаловались на жизнь. Вы будете удивлены, но многие люди, не являясь классическими энергетическими вампирами, совершенно не осознают, какими депрессивными нытиками они становятся со временем. Негатив окружает их день за днем и становится привычной частью существования. Возможно, услышав

вашу репліку, вони вспомнят о том, что депрессия вовсе не является их привычным состоянием души, и начнут сознательно выбираться из этого состояния. Возможен и другой вариант развития событий: если человек все же является «энергетическим вампиром», он потеряет к вам всякий интерес.

Подобный метод – поведение прямо противоположное ожидаемой реакции - вполне может сработать и с другими типами вампиров, поскольку не дает развернуться конфликту, ради которого они и общаются с вами.

Науч. рук. - Кудояр Л. М.,
кандидат психологических наук, доцент

Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства : матеріали Всеукраїнської наукової конференції викладачів, аспірантів, співробітників та студентів, м. Суми, 21-22 квітня 2014 р. / Відп. за вип. О.М. Сушкова. — Суми : СумДУ, 2014. — С. 288-290.