



Цикл уроков: Психология через призму Ислама

Скрытые выгоды

Рая Надирова

[ВИДЕО ВЕРСИЯ](#) | [АУДИО ВЕРСИЯ](#)

В психологии есть такое понятие как вторичные выгоды или скрытые выгоды. Вы когда-нибудь задумывались, почему принимая какое-либо решение, оно часто не выполняется и все остаётся так, как было? Казалось бы, человек очень чего-то хочет, постоянно говорит об этом, жалуется, но по сути ничего не делает для достижения этой цели. В психоанализе вторичная выгода понимается как бессознательная выгода, которую человек получает от сложившейся проблемной ситуации. Почему так происходит? Потому что в действительности он извлекает неосознанно некую выгоду из своего положения.

Когда человек очень долго находится в какой-то ситуации, которая его не устраивает, на которую он жалуется, то обычно у него есть вторичные выгоды, о которых возможно он даже не подозревает.

Оказывается, мы извлекаем массу выгод из ситуаций с нерешенными проблемами на подсознательном уровне. Например, мужчина жалуется, что не получает достойного повышения по службе, а на самом деле он сам отказывается от повышения, так как не уверен, что справится с новой должностью, придётся больше работать, больше ответственности. Он неосознанно выбирает спокойствие, это и есть выгода, но при этом не получает вроде бы желанное повышение.

Или молодая женщина борется с лишним весом, но никак не получается. Вторичной выгодой является то, что она не хочет выходить замуж, не хочет внимания со стороны мужчин, так как считает, что в любом случае ничего не получится, ничем хорошим это не закончится. Лишний вес даёт ей повод откладывать эти отношения на потом и отказывать от предложений замужества.

Или девушка жалуется, что не может выйти замуж, нет подходящей кандидатуры. А на самом деле она боится, что потеряет свою независимость, боится новых отношений, разочарований.

Следующий пример у женщины болит спина уже много лет, и никакое лечение не даёт долговременного эффекта. Вторичной выгодой является то, что она может отдыхать без угрызений совести. У неё есть установка, что человек создан для труда, поэтому она не позволяет себе отдыхать, а с больной спиной совесть молчит.

Следующий пример очень распространённый, я думаю после него многие жены задумаются: мужчина постоянно жалуется на скандальную жену по любому поводу, но продолжает терпеть ее характер. Скрытой выгодой является то, что ему не хватает признания и внимания жены, и он получает его в полной мере, бессознательно не выполняя ее не сложные требования, тем самым выводя ее на эмоции, а если он будет выполнять все ее требования вовремя, возможно жена вообще перестанет обращать на него внимания, а ему совсем этого не хочется.

А самая распространённая наша скрытая выгода - это позиция жертвы - зона комфорта, когда нас все вокруг жалеют. Согласитесь, намного легче быть жертвой, нежели взять ответственность на себя и начать что-то менять в своей жизни?

Пророк Мухаммад, да благословит его Аллах и приветствует, предупреждал, что мы должны каждый день меняться, развиваться:

«Потерпит урон тот, у кого два дня похожи друг на друга» (Хатиб Багдади “Иктидаи-Илми-Амеле”, 122).

Мы говорим, что хотим многое изменить в своей жизни, получить какой-то результат, но на самом деле не желаем ничего менять, так как наша ситуация для нас привычна, предсказуема и даже даёт какие-то выгоды.

«...Воистину, Аллах не меняет положения людей, пока они не изменят самих себя...» (13:11).

Знакомо? Что же делать в подобных ситуациях? Нужно сделать осознанный выбор. Вы можете выбрать маленькую зарплату, но при этом душевный покой. Или новую работу с большой зарплатой, но с новыми возможностями. В любом случае это только ваш выбор. Хорош любой выбор, если он вам даёт душевный покой. Или в случае с замужеством, девушка должна решить, что ей важнее, дороже иметь семью, пожертвовав своей независимостью (если она

этого боится) или проводить все вечера в одиночестве.

Ведь к чему стремится верующий? Реализовать по мере своих сил все предоставленные Аллахом жизненные возможности и быть готовым ответить за совершенное. В Коране сказано:

«В тот День появятся люди рассеянные, дабы показали им их дела. И кто совершил на вес пылинки добра, непременно увидит это. А кто совершил на вес пылинки зла обязательно увидит это» (99:6-8).

Не превращайте свою жизнь в постоянные переживания, по поводу того правильный ли вы выбор сделали. В любом случае все во благо. Постарайтесь проанализировать вашу ситуацию, которую вы хотите изменить длительное время, но ничего не получается.

А каковы ваши вторичные выгоды?

© Авторские права на статьи и осуществленные переводы статей из других источников принадлежат сайту Azan.kz.

Убедительная просьба к лицам, производящим копирование и распространение в социальных сетях и иных сайтах любых материалов ресурса Azan.kz, в обязательном порядке указывать активную ссылку на источник.