КУРС · УЧЕБНЫЙ КОНСПЕКТ

Основы профайлинга

УРОК 1

Истероидный радикал

Урок 1 курса «Основы профайлинга» · Александр Цапенко, Александр Копытько



ИСТЕРОИДНЫЙ

ГЛАВНАЯ ИДЕЯ УРОКА

Профайлинг помогает быстрее понять, с кем мы говорим и чего человек на самом деле хочет. Истероидный радикал опирается на подвижную, но слабую нервную систему и девиз «казаться, а не быть»: его ведущая потребность — внимание, а ключ к контакту — признание и регулярная обратная связь.

01 ТЕКСТ УРОКА

Что такое профайлинг

Профайлинг — составление психологического профиля человека по вербальным, невербальным и паравербальным характеристикам, чтобы прогнозировать его поведение в определённом контексте. В курсе этот контекст — работа психолога: уже по тому, как клиент входит в кабинет, можно предположить, чего он будет хотеть.

Клиенты часто говорят о чём угодно, кроме того, что их действительно беспокоит. Профайлинг помогает раньше выйти на настоящий запрос, не дожидаясь, пока человек сформулирует его сам. Чем больше информации — наблюдение, речь, переписка, биография, — тем точнее прогноз. Иногда приходится работать почти без данных, «по аватарке», и это не обязательно лицо.

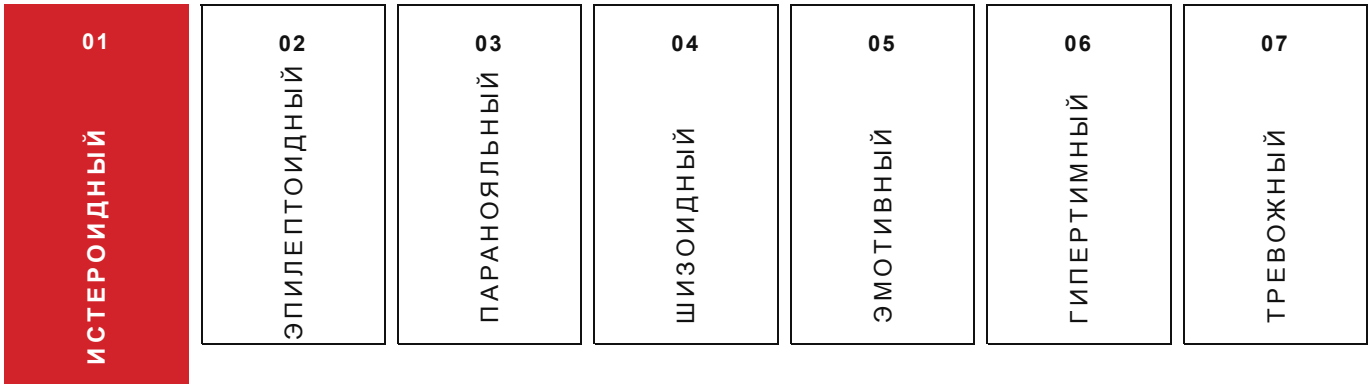


Схема 1. Семь базовых радикалов курса. Одна лекция — один радикал; курс начинается с истероидного.

Откуда методика

Курс опирается на методику семи радикалов В. В. Пономаренко — его книгу стоит прочитать как домашнее задание. Технология десятилетиями применяется в практике спецслужб и встраивается в другие подходы, не противореча им: это собственная «система измерений».

Профайлинг описывает норму

Радикалы — это варианты поведенческой нормы, а не диагнозы. Профиль остаётся рабочей гипотезой о человеке: он помогает выбрать стиль общения, но не заменяет клиническую оценку и не даёт права на ярлыки.

---

02 ТЕКСТ УРОКА

Базовый радикал и нервная система

В человеке может быть выражено несколько радикалов, но базовый — «медицинский» — один. Он определяется свойствами центральной нервной системы, которые в методике описываются двумя осями: силой и подвижностью. Классическая типология «холерик — сангвиник» не используется, хотя логика близка.

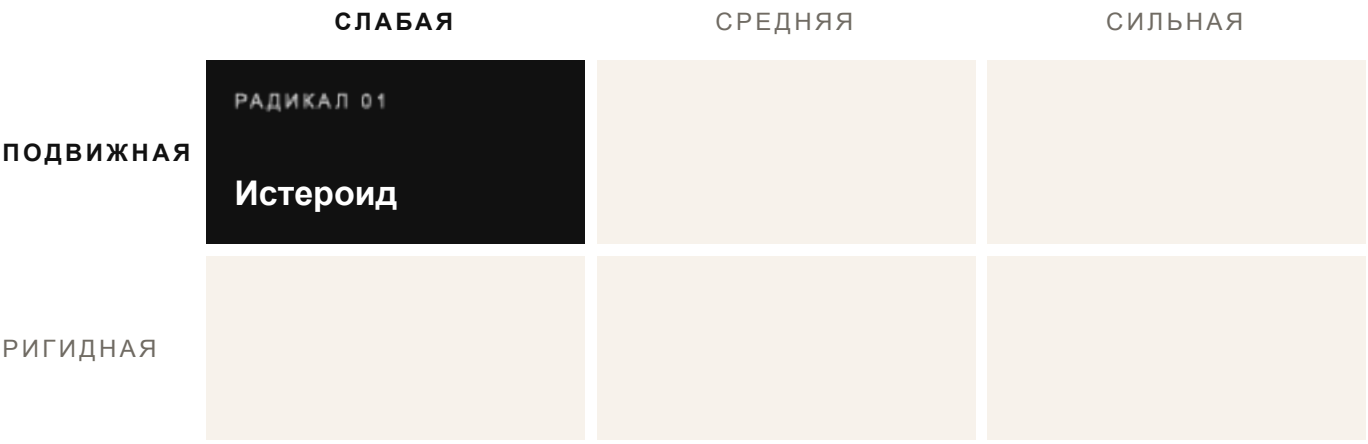


Схема 2. Две оси нервной системы. Истероид — подвижная, быстрая, но слабая нервная система. Остальные сочетания разбираются в следующих уроках.

СВОЙСТВО	КАК ЕГО ПОНИМАТЬ
Сила	Сколько времени человек удерживает фокус внимания, не уставая. Бывает слабой, средней и сильной.
Подвижность	Насколько легко и быстро человек переключается. Противоположный полюс — ригидность.



Схема 3. Стандартная сессия — примерно предел, в котором истероид выдерживает напряжённую работу.

Людям со слабой нервной системой трудно долго во что-то «упираться»: их буквально выбрасывает из концентрации. Им нужно переключаться — выйти, поговорить, полистать ленту. В среднем это 30–40 минут сосредоточенной работы; час доступен только при «прокачанных» других радикалах.

Не СДВГ

Потребность в переключении у истероида — вариант нормы. СДВГ — другая история, и смешивать эти понятия не стоит.

Сочетание радикалов

- Нервная система не бывает «50 на 50»: есть база и вспомогательные, социальные радикалы.
- Радикалов в человеке может быть до семи, но ярко проявленных обычно три-четыре.
- Работать только с базой нельзя. Автор методики говорит о необходимости «откармливать» все видимые радикалы — иначе человек будет «голодать» в остальных.

---

03 ТЕКСТ УРОКА

«Казаться, а не быть»

Если бы у истероида был щит, на нём было бы написано «казаться, а не быть». Это демонстративный тип: главное для него — всегда показывать лучшую версию себя. Отсюда три постоянных спутника радикала.

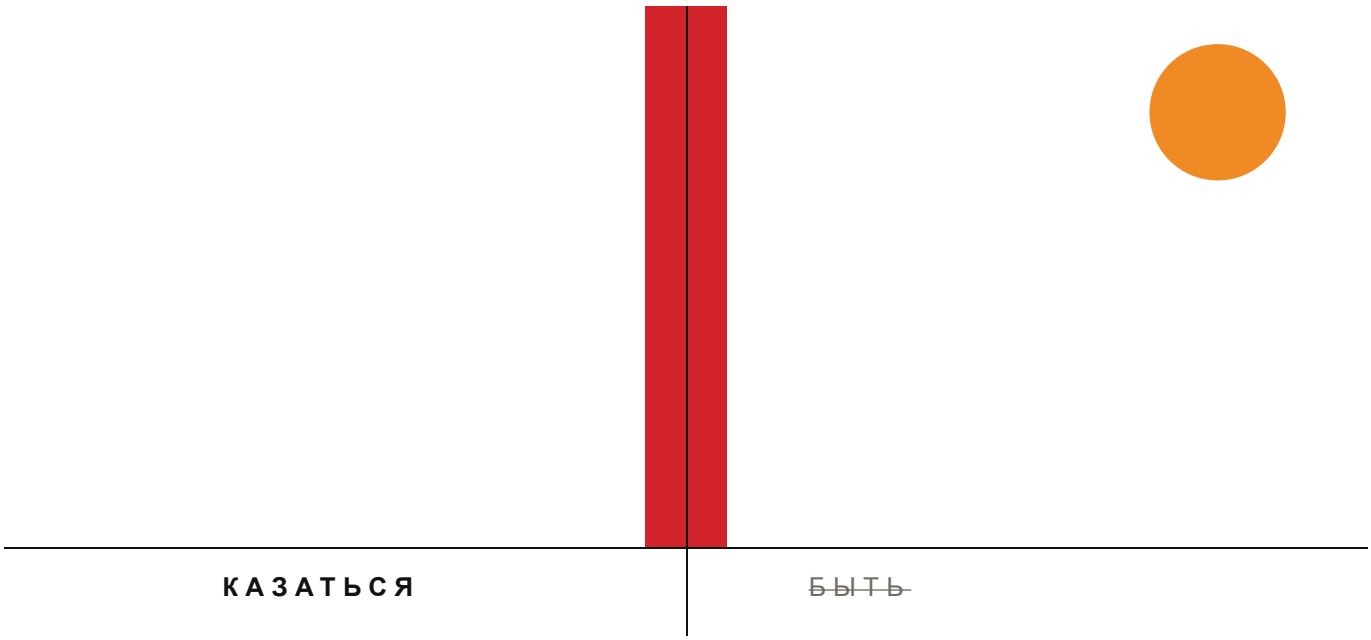


Иллюстрация 1. Образ важнее содержания: демонстрация себя выходит на первый план.

Эгоцентризм

Интересно говорить прежде всего о себе.

Инфантилизм

Трудно удерживать обязательства и нагрузку.

Отрицание

Ведущий защитный механизм.

04 ТЕКСТ УРОКА · ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

Как распознать истероида

Истероид максимально привлекает внимание — прежде всего внешним видом. Каждый замеченный признак — «плюсик» в пользу радикала; чем ярче проявлен человек, тем больше плюсов. Вывод делают по сумме признаков, а не по одному.

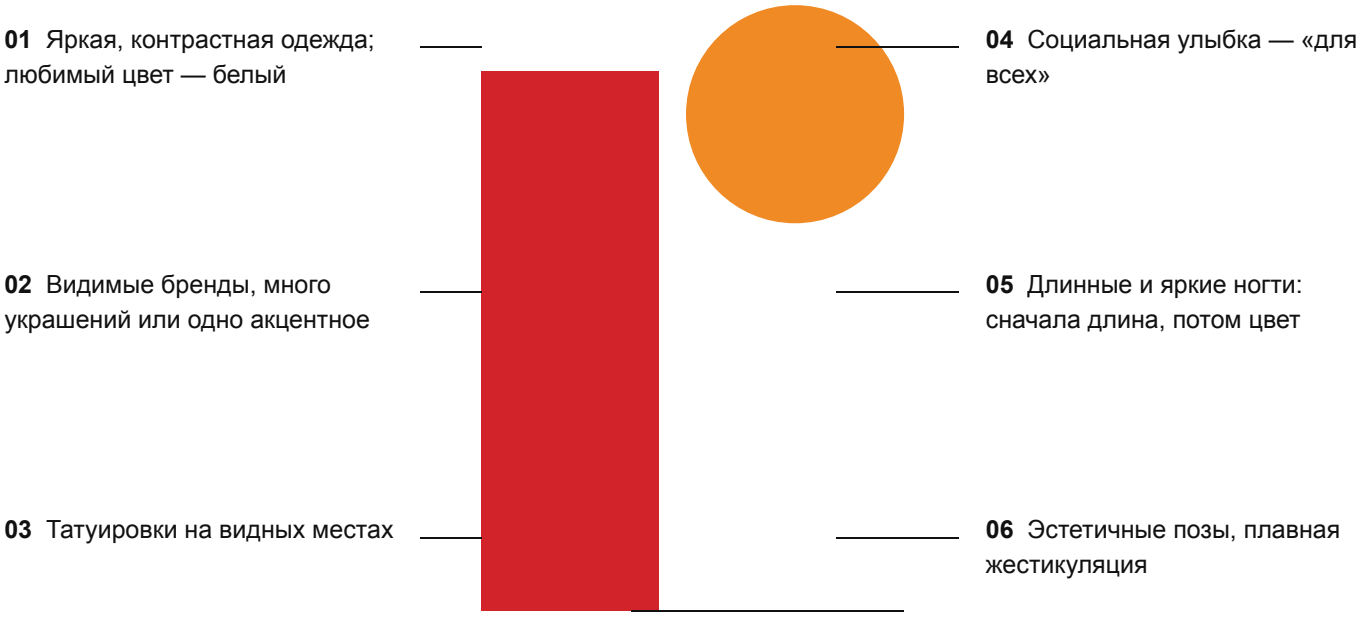


Иллюстрация 2. Маркеры истероидного радикала. Каждый признак — «плюсик», вывод — по их сумме.

КАНАЛ	ЧТО ЗАМЕЧАЕМ
Внешний вид	Яркая, часто сексуализированная одежда; контраст белого и чёрного; «усовершенствованные» лицо и тело; видимые издалека бренды; много украшений или одно, но очень заметное. Леопардовый принт. У мужчин — например, запонки и видимая забота о том, как он выглядит в кадре.
Мода	Единственный радикал, который по-настоящему следит за модой и знает все веяния. Это его сильная сторона.
Жестикуляция	Жеманство, отставленные мизинцы, плавные движения рук. Умение красиво сидеть, стоять и ходить. Кокетство, флирт, много «женских» сигналов тела — и у женщин, и у мужчин.
Базовая эмоция	Социальная радость — улыбка, которая появляется по поводу и без, особенно для незнакомых. В искренней улыбке щёки поднимаются и «подпирают» глаза. Главный сигнал на входе: «Я хочу вам понравиться».
Речь	Всегда о себе: «а вот я», «а вот у меня» — на записи, знакомстве, консультации. Даже разговор о других становится поводом привлечь внимание к себе.
Место	Высокие требования к локации: «Куда? В этот район? Не поеду». Нужно модное, яркое пространство, а не спокойное и умиротворяющее.



«Я хочу вам понравиться»

СОЦИАЛЬНАЯ УЛЫБКА

БАЗОВАЯ ЭМОЦИЯ

Иллюстрация 3. Социальная улыбка появляется по поводу и без — особенно для незнакомых людей.

Истероидность — не про красоту

Истероид в чистом виде — это избыточность и гипертрофия: всё бросается в глаза, вкус и стиль отсутствуют. Если образ красивый, модный и не пафосный, вероятно, истероидность смягчает другой радикал, например эмотивный. И наоборот: яркие волосы сами по себе не признак истероида — это может быть шизоидная или гипертимная составляющая.

Пример из практики

Клиентка со сдержанным образом и спокойным поведением в конце сессии предлагает ведущему «приодеться» в её брендовом магазине и признаётся, что пришла только по настоянию знакомой. Внимание к форме, внешнему виду и уровню места выдаёт истероидный радикал — базовый или вспомогательный, но для неё важный.

05 ТЕКСТ УРОКА

Чего ждать и скрытый запрос

ОСОБЕННОСТЬ	КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ В РАБОТЕ
Изменчивость	Клиента трудно стабилизировать. Он может взять обязательства, но психической силы удержать их часто не хватает.
Поверхностность	Жизнь связана с внешними ресурсами. Выглядеть хочется «на десять с плюсом», а пахать по восемь часов не позволяет нервная система.
Манипулятивность	Плачут и смеются, когда это нужно. Реакции истероида нельзя принимать как «чистые».
Внушаемость	Легко поддаётся влиянию через лесть и комплименты, но недолго держит внушение: встречи желательны раз в неделю, при перерыве больше двух недель клиент «выпадает».
Образное мышление	Лучше работают яркие, «цветные» метафоры.

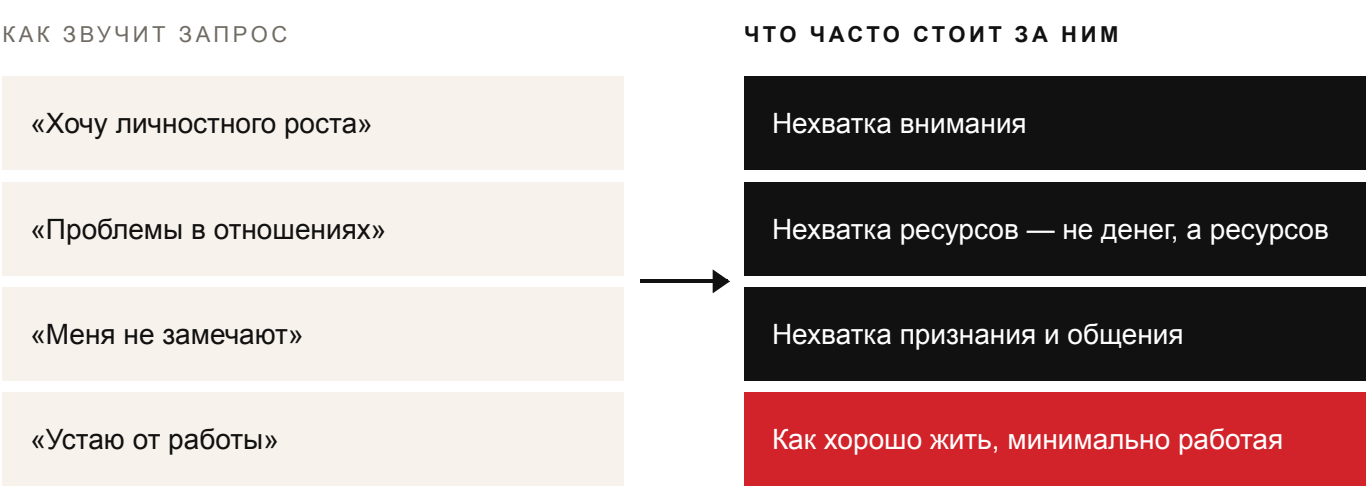


Схема 4. Явный и скрытый запрос. Формулировка может быть любой — за ней обычно стоят одни и те же потребности.

Потребность истероида во внимании и любви невозможно закрыть полностью: при слабой нервной системе состояние наслаждения не фиксируется, «им надо сильно больше». Отсюда частые сопутствующие риски — алкоголь, психоактивные вещества, связи, которые постоянно поднимают настрой. Важно: это не лечится, а стабилизируется — обычно через второй и третий радикалы человека.

Упражнение «менталист»

С ярко выраженным истероидом можно сразу назвать его трудности: не хватает внимания и общения, утомляет монотонная работа, кажется, что тебя не слышат и мало любят. В случае выраженного радикала в эти пять-шесть позиций укладывается почти весь запрос.

06 ТЕКСТ УРОКА

Контакт и подстройка

Подстройка — выстраивание отношений и управление коммуникацией. Истероиды обеспечивают специалисту приток клиентов: это один из немногих радикалов, который активно приводит друзей. Условие одно — внимание и признание.



Чем больше внимания вы даёте, тем крепче клиент фиксируется на вас.

ИЗ ЛЕКЦИИ

Иллюстрация 4. Свет софита: истероиду нужен постоянный луч внимания.

ПОМОГАЕТ КОНТАКТУ	РАЗРУШАЕТ КОНТАКТ
Хвалить — даже если договорённость не выполнена, хотя бы за попытку	Монотонная, «душная» речь в спокойном темпе — она дезадаптирует
Говорить о нём самом и о его отношениях с миром и людьми	Невнимание, отсутствие эмоций и обратной связи
Дать выговориться, особенно на первом этапе	Уходить вслед за клиентом в разговоры о моде и новинках
Поздравлять с праздниками, поддерживать «социальные поглаживания»	Неловкость без продолжения: после неё стоит написать или позвонить
Модное, яркое пространство для встреч	«Неправильный» район, скромная обстановка

Бывают сессии, на которых клиент говорит 40 минут, а психолог только кивает, и ещё 10 минут уходит на итоги — и клиент уходит крайне довольным. Для статусных истероидов, живущих в «золотой клетке», психолог бывает единственным местом, где можно выговориться. Важно мягко возвращать разговор к задаче.

Искренность похвалы

Для истероида важна не искренность, а «доза» признания: он живёт как на сцене, где фальшивое светится ярче настоящего. Тем, кому хвалить трудно, стоит смещать фокус на результат работы. При этом подписки на соцсети клиента, лесть и личные контакты вне сессии — вопрос профессиональной этики: каждый специалист решает его в рамках своего метода и этического кодекса.

07 ТЕКСТ УРОКА

Истероид в команде и продажах

В управлении всё просто: кем бы вы ни были — руководителем или подчинённым, — чем больше вы восхищаетесь истероидом, тем больше он «ваш». Форма управления — восхищение и похвала. Форма наказания — лишение внимания.

УПРАВЛЕНИЕ	НАКАЗАНИЕ
Восхищение и похвала	**Лишение внимания**

Руководитель случайно не поздоровался — и сотрудница уже плачет: «шеф хочет меня уволить». Для истероида критически важны социальные касания. С такими сотрудниками полезно ставить себе напоминания, чтобы в течение дня подойти и что-то отметить. Тот же принцип работает с ключевыми клиентами.

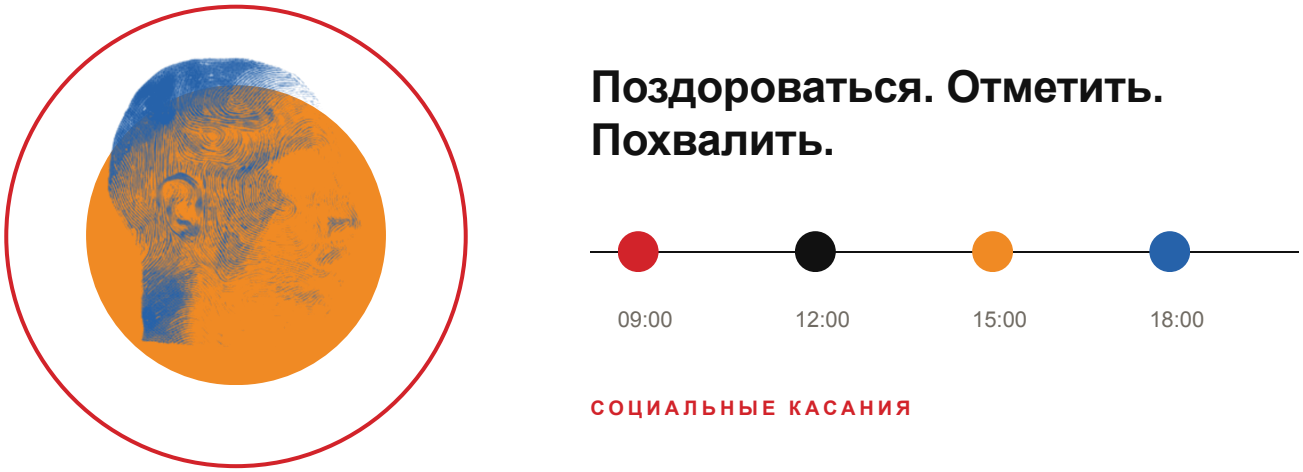


Иллюстрация 5. Истероиду важно, чтобы его замечали регулярно, — несколько касаний в течение дня.

---

08 ТЕКСТ УРОКА · ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

Истероид в отношениях

Один из главных запросов — проблемы в личной жизни, у мужчин и женщин одинаково. В начале отношений партнёр «бросает всё к ногам», и это наполняет. Когда «звездопад» становится меньше, истероида это сильно разрушает. Задача истероида — вернуть внимание, и дальше разворачивается типичный сценарий.



Схема 5. Типичный сценарий при дефиците внимания в отношениях.

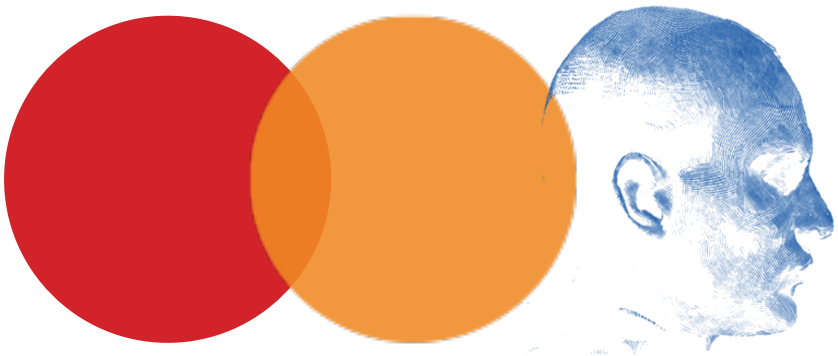
Что можно сделать

- Семейная терапия: прояснить, что важно каждому, и донести до партнёра, что истероиду нужно постоянное внимание.
- Договориться сделать внимание хотя бы «механическим» — например, цветы по подписке раз в неделю.
- Постоянство важнее «качелей»: стабильный уровень похвалы удерживает лучше, чем всплески.
- Учитывать ресурс второй стороны: если партнёр даёт внимание из чувства нужды, он в какой-то момент выгорит.

Решение остаётся за клиентом

Без изменения поведения партнёра отношения часто не сохраняются, и задача психолога — бережно сопроводить клиента. Выбор — сохранять отношения, менять их форму или выходить из них — принимает сам клиент.

Кого выбирают в партнёры? Истероидных женщин чаще всего выбирают эпилептоиды и паранояльные мужчины: они устойчивы и могут позволить себе такого партнёра — и по ресурсам, и по состоянию нервной системы. Встречается и обратная пара: крепкая женщина рядом с «красивым мужчиной». Самая устойчивая комбинация — два истероида: они взаимно восхищаются друг другом.



ИСТЕРОИД · ВЗАИМНОЕ ВОСХИЩЕНИЕ · ИСТЕРОИД

Иллюстрация 6. Два истероида — самая устойчивая пара.

09 ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

Истероидность как ресурс

Неосновной радикал можно развивать — как мышцу в «психическом спортзале». Лучше, чем у прирождённого истероида, она не станет, но появится. Это требует повышенного расхода энергии, зато может окупиться.



ОБРАЗ · ТЕНЬ

Иллюстрация 7. Подавленная истероидность — теневая сторона, которую иногда стоит разрешить себе проявлять.

ГДЕ ПРИГОДИТСЯ	ЧТО РАЗВИВАТЬ
Личная жизнь	Образ, стиль, уверенная походка. Истероидность — «быстрая добыча» внимания, но нужна не всем: важно, кого человек хочет привлечь.
Соцсети, PR, продажи	Всем, кто «торгует лицом», внешний вид нужно приводить в порядок.
Работа с истероидными клиентами	Визажист, продуманные образы, регулярное обновление. Жеманство копировать не стоит: без подходящей пластики оно выглядит фальшиво.

Осторожно со стыдом и подростками

Если человек одержим стыдом, сначала стоит исключить клиническую картину. С подростками раскрывать демонстративность нужно особенно бережно.

---

10 ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

Истероид и нарцисс

Истероидный и нарциссический типы личности не равны друг другу. Истероид может быть нарциссичен, а может и не быть; иногда он выглядит очень «нарциссически», но остаётся «преднарциссом». Мужчин с ярко выраженными истероидными сигналами в быту часто называют нарциссами, хотя по сути это обычный истероид.

ЧТО СРАВНИВАЕМ	ИСТЕРОИД	НАРЦИСС
Сцена	Сам организует себе сцену и выходит на неё	Ждёт, пока заметят и пригласят
Стыд	Не ведущее переживание	Постоянно атакует, особенно страх остаться незамеченным
Если не замечают	Усиливает демонстрацию — «а так заметно?»	Отступает и переживает стыд



Иллюстрация 8. Истероид сам организует себе сцену, нарцисс ждёт, пока его заметят.

Другие ответы

- **Статус и ранг.** Если истероида не устраивает «уровень» партнёра и его похвала ничего не стоит, это признак второго, эпилептоидного радикала — закрывать нужно обе составляющие.
- **Когда формируется база.** Нервная система начинает формироваться с 12-й недели беременности; связь внутриутробных факторов с конкретными радикалами разберём в следующих уроках.
- **Форма тела.** Жёстко связаны с телосложением только эпилептоидный и шизоидный радикалы. Истероид может быть любой комплекции.
- **Ролевые игры и переодевания.** Всё, что связано со сменой образов, костюмами и красивыми декорациями, относится к истероидной теме.

11 ПОВТОРЕНИЕ

Итоги урока

- Профайлинг — прогноз поведения по вербальным, невербальным и паравербальным признакам; радикалы описывают норму, а не патологию.
- Базовый радикал определяется силой и подвижностью нервной системы. Истероид — подвижная, быстрая, но слабая нервная система, фокус около 30–40 минут.
- Девиз — «казаться, а не быть»: демонстративность, эгоцентризм, инфантилизм, отрицание.

- Распознаём по сумме признаков: внешний вид, мода, жестикуляция, социальная улыбка, речь о себе, требования к месту.
- Скрытый запрос — нехватка внимания, ресурсов, признания и общения. Ключ к контакту — похвала, эмоциональность и регулярность.
- Истероидность можно развивать как ресурс, а истероида и нарцисса важно различать.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

1. Какие свойства нервной системы лежат в основе истероидного радикала?
2. Почему 45-минутная сессия — примерно предел для истероида?
3. Чем социальная улыбка отличается от искренней?
4. Почему изысканный, неброский стиль скорее говорит о примеси другого радикала?
5. Какой скрытый запрос стоит за формулировкой «хочу личностного роста»?
6. По каким признакам отличить истероида от нарцисса?