

ГЛАВА 10

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УРОКИ ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ¹

Знать что-то самому и услышать это от кого-то другого — не одно и то же... Наряду с жизненной необходимостью любовь является великой наставницей; именно любовь близких побуждает незрелого пока человека уважать веления необходимости...

Зигмунд Фрейд (Freud, 1916. P. 312)

На протяжении всей этой книги я подчеркивала главенство психоаналитического идеала честности и значительные преимущества, которые могут возникнуть, когда пациенты постепенно все больше раскрывают свои самые сокровенные мысли и чувства глубоко преданному и внимательному другому. Опыт, заключающийся в том, чтобы говорить искренне и быть воспринятым всерьез, формирует психическое строение, которое поддерживает способность выносить жизнь. Вдобавок к сооружению этих внутренних эмоциональных строительных лесов, большинство клиентов извлекает из терапевтического опыта определенное количество единиц полезной информации. В этой главе я хочу поговорить о некоторых из них.

Когда мы побуждаем людей прислушиваться к своим чувствам, когда мы помогаем им искать внутри себя собственные ответы, или когда мы концептуализируем их страдание таким образом, что это позволяет им лучше понять и принять свою собственную человеческую природу, мы делаем это, предполагая, что у всех нас есть возможность открыть для себя истину о жизни, о том, кто мы такие и к чему стремимся, о том, что возможно, а что нет, о том, что можно изменить, а что нужно оплакать. В психотерапии, даже при отсутствии умыслен-

¹ Многие из того, что вошло в данную главу, ранее было опубликовано в другом месте (McWilliams, 2003). Я благодарна «APA Press» за разрешение разместить это здесь.