ИНТЕРАКТИВНЫЙ ДИАЛОГ

Автор: словарь
11.06.2008 19:27 -

Интерактивный диалог — практическая методика рефлексивной работы в измененных состояниях сознания, разработанная в интерактивной психотерапии. И. д. включает в себя две психотехники, различающиеся для случаев взаимодействия с психическими комплексами, порождающими негативно заряженные внутренние переживания в измененных состояниях сознания, и для взаимодействия с частями личности, символическая презентация которых имеет ярко выраженный позитивный оттенок (А. В. Россохин, 1993).

1. И. д. при негативных переживаниях в измененных состояниях сознания заключается в поэтапной внутренней работе с самими процессами рефлексии, их перестройке в оптимальные, с точки зрения эффективности психотерапии, интерактивные формы рефлексии.

Первый этап — "встреча" (с целью лучшего отражения сути каждого этапа для их названий были использованы метафоры) характеризуется внутренней работой, направленной на осознанное разрешение воспринять вытесненный ранее негативный опыт и помочь ему проявиться в сознании. Субъект, сохраняя активную рефлексию, направленную на встречу с негативным опытом, должен осознать необходимость взаимодействия с ним для того, чтобы через него установить контакт непосредственно с той частью своей личности, взаимодействие с которой и порождает эти негативные переживания.

Второй этап — "принятие" заключается во внутренней работе по полному и безоговорочному принятию негативного комплекса со всеми его символическими презентациями. Происходящее при этом отреагирование приводит к сильной эмоциональной разрядке и частичному высвобождению блокированной в комплексе психической энергии. Для полной интеграции с сознанием негативного комплекса требуется продолжение внутренней работы в измененных состояниях в соответствии с третьим, четвертым и пятым этапами.

Третий этап — "раскаяние" состоит в интерактивном переосмыслении негативных состояний как проявлений отвергнутой части собственной психики, пробуждении чувства глубокого раскаяния перед ней и в формировании направленности личности на активное взаимодействие с ней.

Здесь необходимо осознать, что проявляющееся негативное психическое образование является не чем-то чужеродным, что надо принять и от чего надо избавиться тем самым, а представляет собой часть нашей личности, полностью равноценную любой другой ее

части.

Четвертый этап — "любовь", в ходе которого происходит интеграция неосознававшегося ранее негативного образования психики с сознанием и порождение более целостного "Я", заключается в активной внутренней работе по изменению своего отношения к проявившейся в сознании структуре психики и нейтрализации ее отрицательного заряда положительно-эмоциональным воздействием (отношением любви). Пятый этап — "отрешенность" заключается в сохранении и закреплении нового целостного состояния сознания за счет спокойной, отрешенной рефлексии любых проявлений завершения процесса интеграции, какими бы эмоциональными и высокозначимыми они ни были.

2.

Для разрешения стоящих перед личностью проблем и интеграции с сознанием любых образований в психике, активной рефлексивной проработке следует подвергать не только негативную символическую презентацию в измененных состояниях сознания, но и внутренний опыт, несущий положительный эмоциональный заряд. С точки зрения интерактивной психотерапии, причинами порождающими психологические и психосоматические проблемы человека являются не только патогенные взаимоотношения сознательного "Я" и негативных структур бессознательного, но и неадекватное взаимодействие сознания и образований психики, сформировавшихся в результате вызывавших очень сильные положительные эмоции старых жизненных (в первую очередь детских) ситуаций и запечатлевших информацию, имеющую высокую значимость и ценность для переживающего субъекта (например, внутренний объект — "хорошая грудь" в пересмотренной психопатологии Фэрбэрна). Патогенное взаимодействие частей личности, характеризующихся сильным положительным эмоциональным зарядом, с сознанием приводит к нарушению целостности и гармонии в психике, и как следствие, к психологическим проблемам и конфликтам. И. д. в случае проявления в измененных состояниях сознания положительного внутреннего опыта заключается в поэтапной рефлексивной работе по трансформации взаимоотношений сознательного &quot

;Я" и активизирующейся позитивной психической структуры, с целью приведения их к состоянию интеграции. Рефлексивная работа на первом этапе заключается в уменьшении эмоциональной вовлеченности в процесс, в переходе от активной заинтересованности происходящим к спокойному наблюдению за своими ощущениями и образами, мыслями как бы со стороны.

На втором этапе необходимо постепенно нарабатывать устойчивое, непривязанное восприятие любых проявлений положительной структуры и соответственно спокойное отношение к ним и к той части психики, которую они представляют. На третьем этапе требуется осознать, что проявляющаяся положительная структура психики является такой же частью личности, как и любая другая и полностью равноценна ей. Здесь требуется понимание необходимости постепенного ослабления значимости для субъекта соответствующей позитивной структуры и формирование потребности отказаться от ожиданий положительных последствий ее существования для достижения ее интеграции с сознанием. На четвертом этапе необходимо скомпенсировать первичный положительный заряд структуры отрицательным эмоциональным отношением к ней. Пятый этап аналогичен соответствующей рефлексивной работе с негативными образованиями.

Для устойчивого эффекта от И. д. в измененных состояниях сознания необходима не просто интерактивная рефлексивная работа по всем пяти этапам, а формирование и закрепление на основе этой работы нового целостного интерактивного мышления и восприятия внутренней реальности.

А. В. Россохин