

*Об авторе: ШУСТОВ ДМИТРИЙ ИВАНОВИЧ, доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой психиатрии Рязанского Государственного Медицинского Университета им. академика И.П. Павлова.*

**Разрешение** – одно из наиболее эффективных психотерапевтических вмешательств, способствующих структурному изменению личности. Терапевт «разрешает» пациенту сделать нечто, что противоречит ранее полученным инструкциям и жизненному опыту человека, то есть приглашает использовать либо совершенно новые паттерны поведения, мыслей и чувств, либо использовать не востребуемую информацию, кажущуюся непривычной, а потому и опасной. Другими словами, любое изменение, на которые рассчитывают и терапевт, и пациент, подразумевает некую активность пациента, некий экстремальный эпизод непослушания старым родительским интроектам.

Концепция «дачи разрешения» занимает центральное место и является «решающим воздействием» в классической терапии транзактного анализа Берна.

Разрешение необходимо пациенту, чтобы не выполнять соответствующие негативные родительские предписания, например “умри”, “не будь собой”, “не принадлежи”, и остановить действие жизненного сценария – постоянного, длительного во временном отношении, патологически структурированного воспроизводства нерешенных или травматичных эпизодов детства в настоящей жизни клиента.

Терапевт разрешает пациенту послушаться инструкций его родителей, а это возможно только в том случае, если пациент считает, что терапевт лучше, сильнее и эффективнее, чем его биологические родители (Кроссман, 1966).

В своей последней книге «Что Вы говорите, после того, как сказали «Привет» (1966) Эрик Берн пишет: «Поскольку пути выражения в поведении пациента определяются голосами в его голове, их можно изменить, вставив в его голову другой голос, голос терапевта. Если это делается под гипнозом, эффект может быть недостаточным, так как это – искусственная ситуация. Но если это делается в бодрствующем состоянии, оно может сработать лучше, потому что первоначальные голоса были записаны в голове

пациента также при бодрствовании. Исключения бывают, когда родитель – доводит ребенка до паники, которая, по существу, представляет собой травматическое сумеречное состояние сознания».

В связи с этим интересна статья Конвей и Кларксон (1987) «Каждодневные гипнотические воздействия», в которой авторы утверждают, что негативные родительские послания только потому становятся патологически доминантными, что принимаются ребенком, находящимся в трансе.

Берн говорит о диалогах внутри головы пациента, как о тупиках, и только разрешение делает их ненужными, поскольку разрешение – это лицензия на действие.

Решающий фактор в терапии, согласно Берну (1966), состоит в том, чтобы первым делом связаться с рациональным Эго пациента (по Берну с Взрослым эго-состоянием) и заключить с ним контракт. Союз врача и Взрослого будет использован против Родителя пациента (места сосредоточения в психике интроецированных родительских посланий). При этом дается разрешение проблемной части личности пациента (эго-состоянию Ребенка) делать что-то запретное или не повиноваться провокациям Родителя. Основные принципы терапии: «Это – сила, разрешение и защита. Врач должен дать Ребенку разрешение не повиноваться Родительскому запрету и провокациям. Чтобы сделать это он должен чувствовать себя сильным и быть могущественным: не всемогущим, но достаточно сильным, чтобы иметь дело с Родителем пациента. Затем он должен чувствовать себя достаточно могущественным, чтобы обеспечить защиту от Родительского гнева. А пациент должен верить в его силу» (Берн, 1966).

Берн приводит алгоритм разрешения: (1) Подцепить Взрослого или подождать, пока он активируется; (2) Заключить союз с Взрослым; (3) Изложить свой план и убедиться, что Взрослый с ним согласен; (4) Если это так, дать Ребенку разрешение не повиноваться Родителю. Это должно быть сделано ясно, простым императивом, без всяких «если», «но» или «и»; (5) предложить Ребенку пациента защиту от последствий; (6) Подтвердить это, сказав Взрослому, что все в порядке.

Итак, разрешение означает лицензию отказаться от поведения, мешающего Взрослому, или освобождение от «плохого» поведения. Сила означает силу противодействия, направленную против всех видов сопротивления. Защита означает, что во время этой фазы пациент может позвонить врачу и испытать его силу снова, когда ему это будет

нужно. Надежность его защиты проявляется в тембре его голоса не меньше, чем в тех словах, которые он произносит.

Клод Штайнер (1972), друг и последователь Берна, считает, что в процессе лечения сценария «каждый сценарный запрет требует отдельного разрешения» или «Как правило, человеку бывает нужна защита только в течение трех месяцев с момента перехода через родительский запрет».

Штайнер (1972) также положительно относится и развивает концепцию антитезиса или терапевтического запрета, даваемого терапевтом. «При эффективном антитезисе люди с суицидальными наклонностями или привыкшие бить своих детей, получив приказ «Не убивай себя» или «Не бей своих детей», при попытке совершить указанное действие слышат в своей голове голос терапевта, произносящего слова приказа. Как правило, потом они выражают благодарность терапевту за запрет, так как без него они не смогли бы удержаться от совершения разрушительного акта».

Терапевтический потенциал разрешения был, конечно, известен задолго до Берна, ведь исцеления, производимые Иисусом Христом, были по сути разрешениями измениться. Но что делало их столь эффективными?

Александр Мень в своей книге о Христе «Сын человеческий» (1991) пишет, что не меньшее (чем Учение) впечатление производила Его *сила*, побеждающая стихии и недуги.

Чудо совершается Иисусом Христом часто в форме разрешения. Так, Петр взывает к Иисусу: «Господи, если это ты – *разреши* мне идти к тебе». «Иди».- Просто говорит Иисус. И Петр идет по воде.

Мень пишет о готовности страждущего принять разрешение, что с терапевтической точки зрения является особой формой контрактной договоренности и предусматривает ответственность самого человека за излечение. Так, «...Для Учителя одно из главных условий выздоровления была *вера* больного, он должен был активно содействовать процессу исцеления. Маловерие препятствует победе над болезнью» (Мень, 1991).

Чтобы изменение (здесь чудо) состоялось, необходимо и известное психотерапевтическое условие - отсутствие двойных отношений, например родственных, между целителем и желающим вылечиться. Это положение подтверждает «практика» Иисуса в Назарете. «Нашлись и такие, что ... предложили Ему совершить какое-нибудь чудо. Они даже привели больных. Но исцеления не произошло. Сила Иисусова натолкнулась на глухую стену неверия». «Нет пророка в своем отечестве», - сказал Он, покидая Назарет.

Иисус использовал и опосредование, чтобы усилить изменение. «Иногда при исцелениях Иисус прибегал к внешним действиям: накладывал руки на больное место или мазал его смоченной землей, а потом посылал человека смыть ее».

«Демоны паразитируют на грехах», - утверждал Иисус: «Что легче сказать больному – «прощаются тебе грехи» или «встань, возьми свою постель и ходи»? Для Иисуса это было одно и то же. То есть, разрешение должно быть «увязано» со всеми предшествующими проблемами человеческой личности. Нужно знать историю («грехи») пациента. Технически, все разрешающие трансакции Христа были просты, понятны и определены.

*Источник:*

[Сайт проф. Д.И. Шустова](#)