

ШЕСТЬ ПРАВИЛ

Николая Дмитриевича Линде,

автора метода эмоционально-образной терапии

1. Научность.

Под научностью я понимаю использование причинно-следственных связей. Их много установлено и до нас, но мы установили и новые. Например, связь между зависимостью и инвестициями, между женственностью-мужественностью и выбором партнера, между образом чувства и его скрытым значением.

2. Автономность и свобода клиента.

Клиент сам лечит себя, терапевт только помогает ему понять самого себя и правильно воздействовать на самого себя, в соответствии с выявленными в ЭОТ закономерностями.

Мы не допускаем вмешательства терапевта в личные границы клиента, а тем более влияния на глубинные личностные структуры без его ведома. Решает клиент, мы можем ему объяснять, иногда рекомендовать.

3. Отказ от насильственных и деструктивных действий даже по отношению к образам.

Ничего не уничтожается, не сжигается. Образы для нас являются выражением чувств клиента. Деструкция образа - самообман и психологическая защита от самопознания. Даже если допустить, что это чуждая сущность. Она притянута клиентом не случайно. Надо работать над проблемами клиента, из-за которых он допустил проникновение чуждого, м.б. интроекта, в свои границы. Нужно выпустить эту "вещь" и восстановить свои границы. Как говорят истинные буддисты: "Лучшая драка, та, которая не состоялась".

4. Мы не поддерживаем механистических воздействий.

Клиент должен использовать душевный труд для работы над чувствами: любить внутреннего ребенка, принимать самого себя и свои утраченные части, отказываться от спроецированных на него

несправедливых чувств и требований, предписаний, благословлять самого себя на жизнь и счастье, возвращать свои инвестиции, расслабляться, высвобождать подавленные чувства, возвращать вытесненные, рождаться заново, разрешать себе получать любовь и защиту, познавать свой смысл жизни и следовать ему и т.д.

5. Мы не поддерживаем прямолинейных рецептов со стороны терапевта и гаданий.

А может это от этого? А может от этого? Основа работы - точный и вдумчивый анализ, сократический диалог, разведка через вопросы к образам и выявление связей. Необходимо хорошо знать существующие возможные модели объяснений, чтобы найти правильную

6. В ЭОТ считается, что изначальная природа человека прекрасна.

И он должен вернуться к своей природе, тогда он будет здоров и счастлив. Он просто отклоняется от своей природы, под влиянием некоторых событий, порождающих у него хронические негативные эмоциональные состояния. Если он избавляется от этих состояний, его природа восстанавливается.

Автор текста: Николай Линде