

Московский институт психоанализа  
Серия: Логотерапия и экзистенциальный анализ



Элизабет Лукас

# ПРАКТИКА ЛОГОТЕРАПИИ

Материалы 5-дневного  
семинара 2015 года

Логотерапия и экзистенциальный анализ

Элизабет Лукас

**Практика логотерапии.  
Материалы 5-дневного  
семинара 2015 года**

«Когито-Центр»

2023

УДК 159.9.019  
ББК 88

**Лукас Э.**

Практика логотерапии. Материалы 5-дневного семинара 2015 года / Э. Лукас — «Когито-Центр», 2023 — (Логотерапия и экзистенциальный анализ)

ISBN 978-5-89353-666-9

Данная книга представляет собой уникальный материал пятидневного семинара по практическому применению логотерапии на основе реальных случаев, представленных участниками семинара. На этих примерах профессор Элизабет Лукас, наиболее влиятельный теоретик и практик современной логотерапии Виктора Франкла, не только показывает и объясняет, какие действия должен предпринимать логотерапевт, но и дает важные теоретические блоки, что наилучшим образом позволяет увязать теорию и практику. Практикующие психотерапевты и студенты психологических вузов смогут познакомиться с сутью логотерапевтических вмешательств, а широкому читателю будет интересно знакомиться с реальными историями непростых жизненных ситуаций и находить для себя способы их решения. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 159.9.019

ББК 88

ISBN 978-5-89353-666-9

© Лукас Э., 2023

© Когито-Центр, 2023

# Содержание

Предисловие	6
1 день	8
Конец ознакомительного фрагмента.	22

**Элизабет Лукас**  
**Практика логотерапии**  
**Материалы 5-дневного семинара 2015 года**  
**2-е изд., стереотипное**

Elisabeth Lukas

THE 5-DAYS MOSCOW SEMINAR “PRACTICE OF LOGOTHERAPY”, 2015

Все права на перевод, издание и публикацию этой книги в печатном и электронном виде принадлежат исключительно Московскому институту психоанализа

© Московский институт психоанализа, 2016

\* \* \*

## Предисловие

«Жизнь полна сюрпризами, – так начала свое выступление профессор Элизабет Лукас на втором мировом конгрессе «Будущее логотерапии» в Вене в мае 2014 года, – часто жизнь преподносит нам невероятные предложения и совершенно неожиданные подарки». Именно в этот день Московский институт психоанализа (МИП) имел честь присвоить доктору Лукас звание почетного профессора института. На сегодняшний день она является самым известным и уважаемым специалистом в логотерапии. «То, что я сегодня стою здесь, перед вами, – как раз такой подарок. Я читала лекции и проводила семинары и тренинги в 53 университетах мира, но в Московском институте впервые. Мои книги были изданы на 17 языках, но среди них нет ни одной на русском. То, что слава о моем скромном труде в области логотерапии дошла до России, – для меня действительно большой сюрприз».

Во время церемонии на конгрессе присутствовала большая делегация от МИПа, около 40 человек, и доктор Лукас с благодарностью приняла от них приглашение посетить институт в Москве. И вот в августе 2015 года в Московском институте психоанализа состоялся пятидневный семинар доктора Элизабет Лукас. Это был первый визит в Россию «выдающегося», по выражению Виктора Франкла, «практика логотерапии». Значимость этого семинара невозможно переоценить: иметь счастье побыть учениками доктора Лукас даже на такой короткий срок – это невероятная удача для любого логотерапевта, и особенно для российских специалистов, поскольку активно развиваться в России логотерапия начала совсем недавно.

Говоря словами доктора Лукас, жизнь полна подарками, и данный семинар стал одним из лучших профессиональных и человеческих подарков для всех, кто в нем участвовал.

Доктор Лукас упоминала о том, что на русском языке пока нет ни одной ее книги, поэтому данная книга – первая попытка исправить сложившееся положение. Семинар, который практически дословно изложен в этой книге, был не только нацелен на практику применения логотерапии в работе с пациентами, но и довольно структурно преподнес основные теоретические положения логотерапии.

Символично, что это было первое учебное занятие в мемориальной комнате Виктора Франкла, которую МИП создал в одной из своих аудиторий и открытие которой состоялось в мае 2015 года.

Платформой семинара были случаи из практики, подготовленные некоторыми участниками. Из соображений конфиденциальности несколько представленных на семинаре случаев не вошли в данное издание, но подавляющее большинство комментариев доктора Лукас приведены полностью. Скрупулезная работа над материалами семинара стала возможной благодаря качественной видеозаписи, осуществленной Александром Красновым, а также благодаря усилиям волонтеров логотерапевтов, которые перевели видеоматериал в текст. Большая признательность О. Билибиной, С. Буртник, Н. Лященко, Н. Мизиновой, О. Поповой, С. Романовой, Ю. Сагдиевой, Ж. Титовой, А. Титову, М. Труновой, А. Щавелевой.

Данная книга – бесценный подарок для самого широкого круга профессионалов, для тех, кто только начинает знакомиться с логотерапией, и для тех, кто уже является состоявшимися психотерапевтами и хочет узнать нечто новое и, безусловно, полезное для практики.

На мой взгляд, эту книгу можно читать, перечитывать и всякий раз делать открытия, так как она имеет удивительную способность множиться смыслами, которые открываются при каждом обращении к ней! И, возвращаясь к словам Элизабет Лукас, «к сюрпризам этим нужно быть открытым и быть готовым их принимать всегда, до глубокой старости».

*Светлана Штукарева,  
руководитель курса логотерапии и экзистенциального анализа Московского  
института психоанализа*

## 1 день

*Лукас:* Здравствуйте!

Вы, наверное, являетесь первопроходцами логотерапии, и позвольте мне сопровождать вас всю эту неделю. Мне посчастливилось быть знакомой с Виктором Франклом на протяжении почти тридцати лет. Познакомилась я с ним в 1968 году. В то время я была студенткой факультета психологии Венского университета и подбирала тему для диссертации. Находясь в поисках, я случайно столкнулась с логотерапией. И меня это очень вдохновило. Вам, наверное, будет интересно, в чем была суть моей диссертации – ведь она написана много десятилетий назад. В своей диссертации я эмпирически проверила две идеи Франкла.

Смысл жизни. «В чем смысл вашей жизни?» Опрос я проводила среди тысячи человек. Эти люди были найдены методом случайной выборки. И всей этой тысяче человек был задан один и тот же вопрос.

Затем нужно было обработать их ответы и с помощью аналитических методов прийти к результату. И уже после того, как вопросы были рассортированы, выкристаллизовались три группы, в зависимости от того, что они видели смыслом своей жизни. Эти три группы абсолютно точно коррелировали с тремя группами ценностей Виктора Франкла. Вы их знаете – это творческие результаты, переживания и установки (отношение). Что мне тогда показалось очень интересным, так это то, что опрашиваемые люди говорили про творческий аспект – что им важно столкнуться с тяжелой ситуацией в своей жизни и мастерски справиться с ней.

Вторая часть исследования заключалась в следующем.

Была взята группа из 365 человек. И целью опроса ставилось исследование их душевной стабильности, точнее того, как они сами оценивают свою душевную стабильность. Понятно, что тесты здесь были лишь попыткой оценки. Выделялись две части испытуемых – одни были в душевном смысле здоровы, другие относились к нездоровым людям. (Я три месяца работала в психиатрическом отделении, и там я сталкивалась с такими людьми, которые в душевном плане были нездоровы.) И эти 365 человек я подвергла еще и испытанию логотестом. Логотест я разработала заранее, чтобы понять, насколько они понимают или оценивают смысл своей жизни, в чем они его видят.

Это была трудная задача, потому что любой тест должен отвечать множеству критериев: он должен быть однородным, он должен быть действенным для той группы, для которой разрабатывается.

Что касается этих 365 человек, то уже по предварительным тестам я знала, какая у них исполненность смысла. Поэтому я могла увидеть и обработать корреляцию. Что было мне интересно, так это то, что в 99 % случаев исполнение смысла совпадало с душевным равновесием.

Можете представить, как Франкл радовался таким результатам! Ведь свои положения он выработал на основе интуиции, и это тестирование было эмпирическим подтверждением его теории. В 1970 году Франкл опубликовал в своей книге «Воля к смыслу» результаты моих исследований.

В этой книге есть десять положений по поводу личности. Эти положения больше не встречаются ни в одной из книг Франкла. Кроме того, здесь полностью изложена концепция оптимизма по отношению к прошлому. Мир преходящ, жизнь конечна. Это представляет для нас проблему. И только в этой книге описано, как человек справляется с тем фактом, что жизнь конечна.

После аспирантуры я переехала в Германию, но контакт с Франклом у меня сохранился. Поскольку Вена и Мюнхен находятся сравнительно недалеко друг от друга, то Франкл часто бывал по делам в Мюнхене, ведь там находились его книгоиздатели, а мне приходилось часто ездить в Вену к престарелому отцу. Поэтому у нас была возможность часто встречаться, и при



встречах я всегда задавала ему вопросы. Можно сказать, что от роли учителя он перешел к роли моего супервизора. Я работала в консультационном пункте, а потом на протяжении десяти лет возглавляла это учреждение. И когда я встречалась с Франклом, то всегда обсуждала конкретные случаи. Иногда он давал мне очень хорошие советы, а иногда говорил: «Вы справитесь и так, моя помощь не потребуется», – в зависимости от настроения.

А если уж являешься таким везунчиком, как я, то возникают и обязательства. Если вы счастливый человек, то должны отдать другим кусочек своего счастья, то есть поделиться своим счастьем с теми, кто не так счастлив. Поэтому возник вопрос, могу ли я передавать дальше свои знания в области логотерапии. Этого очень хотел Виктор Франкл.

Надо сказать, что Франкл ведь не был учителем в полном смысле слова. Он был гением, он был великим оратором, но он не был преподавателем в буквальном смысле этого слова. Ведь человек не может уметь все! Для того чтобы преподавать, ему недоставало терпения. Он разрабатывал гениальные концепции, это был человек больших проектов, но ему не хватало методичности, чтобы строить что-то шаг за шагом. Поэтому он хотел, чтобы этим занималась я – образовательным процессом, преподаванием логотерапии.

В 1986 году мы вместе с мужем создали неподалеку от Мюнхена институт логотерапии. Это был научный институт, но с лабораторией, которая занималась логотерапией. Мне было чем там заниматься! С утра до вечера всю неделю ко мне приходили пациенты. Часто бывали поздние вечерние приемы, потому что пациенты работали. А в выходные я была в аудитории и преподавала. Делала я это с удовольствием, и для меня это было очень важно. Если вы убеждены, что делаете правильное дело, это придает силы. И тогда можно выходить за пределы своих возможностей, полностью отдавать себя работе, даже если есть вероятность, что все это когда-то закончится. Но я видела свою задачу в том, чтобы заниматься воспитанием логотерапевтов в немецкоязычных странах.

Количество тех, кто прошел у меня обучение с получением сертификации, составляет около тысячи человек. И, может быть, еще около тысячи моих слушателей частично прослушали мой курс, но не завершили его. Я горжусь своими учениками и люблю их. Они для меня словно дети. Одним из моих учеников был Александр Баттиани, вы его знаете. Ну, а теперь моими учениками в течение этой недели будете вы.

В 1990-х годах Франкл был уже довольно стар, почти ослеп и не мог уже часто приезжать в Мюнхен. Но мы сами стали чаще ездить в Вену и предполагали после 2000 года вернуться на свою родину.

А сейчас мне хотелось бы поделиться с вами своим опытом, и, может быть, этот опыт будет для вас полезным. Мои последние встречи с Франклом состоялись, когда он был уже в престарелом возрасте – ему было почти 90 лет. При каждой встрече с ним я думала, что она может оказаться последней и я его больше не увижу. Это и ему было понятно, но мы об этом не говорили. А поскольку мы оба это понимали, то наше общение с ним, можно сказать, было плотным, наполненным. Когда говоришь с человеком и понимаешь, что это может быть в последний раз, то разговариваешь особым образом. Я всегда находила возможность поблагодарить его и всегда говорила, насколько важна для меня встреча с ним. Я доносила до него мысль, что, возможно, я стала бы плохим психотерапевтом, если бы не встретила с ним.

Во время всех этих встреч он всегда благословлял меня. Он говорил: теперь мне легче будет умирать, потому что то, что я накопил, находится теперь в надежных руках. В данном случае – в моих руках. Ведь жизнь продолжается. И я тоже когда-то умру и понимаю, что мое наследие должно перейти в ваши руки и находиться у вас.

Если у вас есть кто-то, кого вы любите, то попробуйте пообщаться с ним так, как будто это последняя встреча. Может быть, это мама, бабушка, знакомые, те, кто вам дорог. И вы увидите, что скажете в такой момент самое важное. И это не будет поверхностным разговором. Во время такой беседы можно за что-то поблагодарить, извиниться или простить, или вы скажете то,

чего никогда раньше не могли произнести. Понятно, что вы молодые и не думаете о смерти, и это правильно. Но мы ведь на самом деле не знаем, когда и какая встреча будет последней. Увидимся ли мы еще раз?

Теперь вопрос к аудитории: какой у вас опыт логотерапии? Можно сказать и так: какое у вас было столкновение с логотерапией? Расскажите мне об этом.

*Из зала:* Был 2003 год, я была на курсах и там узнала о логотерапии. Мне очень нравится, что она мало работает с чувствами, что логотерапия – прикладная терапия. И основные ее ценности заставляют человека двигаться вперед, а не оставляют его в прошлом и не заставляют его разбираться со своими проблемами.

*Лукас:* Если вы счастливы, то поделитесь частичкой своего счастья с другими. Но подбирайте такой опыт, чтобы он подходил другому. Не будьте навязчивыми.

Вы сказали, что логотерапия не работает с чувствами. Это и так и не так. Я поясню: есть в логотерапии такая двойственность, и ее надо учитывать. Поскольку чувства могут иметь разные проявления, то о них надо знать. Есть книга Франкла «Бессознательный Бог» – в ней вы найдете четкую дифференциацию чувств.

Под словом «чувство» можно понимать психические чувства, а можно и духовные чувства. Психические чувства – это чувства во втором измерении. И эти чувства – как радости, так и горя, хорошие и плохие – это психические чувства, и с ними надо быть внимательными, потому что они могут создавать обман и вводить человека в заблуждение. Какой обман? Давайте рассмотрим пример. Человек, находясь под воздействием алкоголя, чувствует себя довольным. И он чувствует себя обедненным, когда алкоголь не пьет! Совершенно очевидно, что было бы правильнее ему отказаться от алкоголя. Если он будет пить постоянно, то станет алкоголиком. Его чувства «тикают» неправильно, они дают ему неправильные сигналы и ведут его в неправильном направлении.

Или, например, человек страдает фобиями, и когда он избегает сложных ситуаций, которые могут вызвать чувство страха, то не соприкасается со своим страхом и вроде бы чувствует себя хорошо. Но как только он оказывается в ситуации, где его страх активизируется, он чувствует себя плохо. И этого человека точно так же вводят в заблуждение собственные чувства, потому что избегать сложных ситуаций неправильно. Ведь от страха он может избавиться только тогда, когда будет сталкиваться с этим страхом, когда он будет мужественно принимать эти ситуации. Будет правильно, если он начнет преодолевать свой страх. Избегать его – неправильно, потому что от этого страх становится больше.

Это психические чувства, присущие и животным. Мы разделяем с ними эти чувства.

Но если мы выйдем на нозетический, гуманистический, человеческий уровень, то также столкнемся там с чувствами, однако это будут чувства другого порядка. Это будут чувства, связанные с ценностями.

Это может быть любовь к кому-либо, интерес к чему-либо или восторг. Вы можете восторгаться чем-то, эти чувства не исключены, но здесь присутствует и осознание. И эти чувства, которые сопровождают духовные феномены, ведут нас правильно и не вводят в заблуждение. А совесть в таком случае является нашим внутренним органом чувств.

Совесть – это не только когнитивный уровень, не только понимание, не только эмоциональное ощущение, но и внутреннее ощущение того, что сейчас важно для меня, что мне сейчас требуется. Совесть – эта способность ощущать духовную компоненту – в логотерапии интересует нас в значительной степени. Поэтому будет неверно обобщенно говорить, что логотерапия не имеет дела с чувствами. Если работаешь с пониманием, то должно быть не только оно.

*Из зала:* Источник наших чувств замусорен не меньше, чем источник наших мыслей...

*Лукас:* Для меня важно различать измерения. Измерение психическое и измерение духовное. Поэтому в данном случае хотелось бы немного защитить логотерапию и сказать, что

она серьезно относится к чувствам человека, но при этом нужно сохранять бдительность и не допускать, чтобы человека вводили в заблуждение психологические чувства. А настоящие чувства можно показать ему как подарок.

*Из зала:* Нужна ли логотерапия в чистом виде, и можно ли применять ее в чистом виде?

*Лукас:* Да, логотерапия хорошо работает и хорошо решает стоящие перед ней проблемы самостоятельно. Можно, конечно, и комбинировать различные методы с логотерапией, но нужно смотреть, насколько это подходит клиенту. Можно совмещать логотерапию и с поведенческой терапией.

Логотерапию трудно применять вместе с психоанализом, у них очень разные картины мира. В психоанализе человек не свободен, а в логотерапии – свободен.

Хочу сделать общее замечание по поводу методов. Некоторые утверждают, что в логотерапии мало методов: парадоксальная интенция, дерефлексия и изменение установок. Но надо хорошо понимать, что сила логотерапии – не в этих методах, а в мета-методах. Это тот уровень или тот метод, который работает над всеми методами. А именно: уровень ноэтического измерения.

Сила логотерапии заключается в том, что происходит корректировка картины мира и картины себя. На этом уровне и работает логотерапия.

Например, у человека есть образ себя, образ мира и образ Бога. Представим себе пещеру: человек сидит, и от него отбрасывается тень, на которую он смотрит. В действительности мы тоже видим только тень. Поэтому нет такого человека, который видит все.

Если человек плохо думает о себе, то он плохо думает и о других, и о мире. Возможно, он думает, что Бог всех нас оставил. Но если человек доверяет себе, то он доверяет и другим и видит доброе в окружающих. Эти образы-установки имеют большое значение в течение всей жизни.

Приведу пример. У каждого человека есть экран, на который он проецирует свой мир. Экран всегда имеет определенный цвет. И представьте, что на этом экране отображаются какие-то фигуры. Экран и существует для того, чтобы на него отбрасывались образы, а вот то, что проецируется – фигуры, – можно условно назвать событиями жизни. И если экран будет черным, то все образы будут только негативными. Вы можете проецировать на черный экран что угодно, любые цветные фигурки – у вас будет все равно только темный экран.

Может быть, человек и проживает что-то радостное. Например, женщина знакомится с мужчиной, она с ним счастлива. Но все это проецируется на черный экран, и она рано или поздно скажет: «Он меня бросит. Такую, как я, не может никто любить, а мужчины все склонны к неверности. Ничего хорошего у нас не получится». Вот такие негативные мысли отражаются на этом экране. И если с этой женщиной действительно произойдет что-то плохое, она скажет: «Ну вот, я так и знала, я же говорила, что он меня бросит». И когда ее предположения оправдаются, у нее наступит полное отчаяние.

И наоборот, представим, что экран белый и на него тоже проецируются разные события. И когда, к примеру, женщину действительно бросит мужчина, она вроде бы должна оказаться несчастлива. Но ведь все это проецируется на белый экран! И такая женщина скажет: «Ну ладно, пусть будет так. Значит, мы друг другу не подходим. Но моя жизнь не теряет ценности от того, любит он меня или нет. Со временем я познакомлюсь с другим мужчиной». Мы видим, что у нее есть надежда, и она продолжает жить. И дальше, когда в ее жизни происходит что-то хорошее, это проецируется на белый экран. Она радуется и говорит, что в ее жизни много хорошего.

Задача логотерапии – по возможности делать экран человека белым.

С нашими клиентами может происходить все что угодно. Мы не можем предотвратить в их жизни какие-то негативные события: жизнь полна взлетов и падений. Но что мы в состоянии сделать, так это предотвратить отчаяние и потерю смысла человеком.

Можно комбинировать логотерапию с методами релаксации, но это все методы. И они не так важны, как коррективка образов. Вот что по-настоящему важно! Именно этим занимается логотерапия, и я хочу, чтобы вы это понимали.

Франкл всегда говорил, что надо уметь импровизировать и учитывать индивидуальность клиента. Если к вам пришли два разных пациента, а вы работали с ними по одной схеме – это неправильно. Каждый человек индивидуален. Когда вы ремонтируете технические устройства, вы можете использовать одни и те же механизмы, но когда речь идет о людях, необходим индивидуальный подход.

Логотерапию можно рассматривать как руководство в искусстве импровизации. От сеанса к сеансу у вас должна быть импровизация.

Например, есть береговая линия, есть некий мыс, на нем стоит маяк, и капитан, ведущий судно, знает, что ему надо пройти мимо этого маяка, но в скольких метрах от берега проплыть влево или вправо – это решать ему. Главное, чтобы он обогнул стоящий перед ним маяк. Так же и в логотерапии: есть такие принципы, которые можно назвать своего рода маяками, и эти маяки помогают направлять беседу с клиентом.

В чем проблема поведенческой терапии? Там есть жесткость, есть психотехники, и они могут или сработать, или не сработать. Каждый метод имеет лимит, ограничения. Если техники не работают, что тогда делать? Если в логотерапии не срабатывают какие-то методы, то мы возвращаемся к картине мира человека, к образам. У нас в логотерапии есть антропологический фундамент, в том числе это и философский фундамент, и димензиональный. Находясь на этом фундаменте, мы ищем способ приблизиться к человеку, и если все методы оказались бессильны, все равно можно что-то создать. Я часто сталкивалась с такими ситуациями.

Донесла ли я до вас свои мысли? Вы согласны, или у вас есть возражения?

Один из слушателей группы привел случай для разбора и анализа с точки зрения логотерапии. К нему на терапию пришел пожилой мужчина 63 лет, преподаватель вуза, который испытывает состояние неудовлетворенности, он хочет расстаться с женой и жить со своей молодой коллегой «своей собственной жизнью». У него есть взрослый сын, проживающий отдельно.

*Лукас:* Может ли быть поводом того, что он пришел к вам, его чувство нереализованности?

*Супервизируемый:* Да.

*Лукас:* Представьте, что к вам кто-то приходит и говорит: смотрите, вот у меня есть ресурсы, которые не используются, они лежат мертвым грузом. Как бы вы начали все это рассматривать, чтобы разобраться?

*Супервизируемый:* 1. Какие ресурсы у него есть? 2. Для чего ему надо их реализовать? 3. Почему у него возникло ощущение бессмысленности?

*Лукас:* Это был хороший вопрос – какие ресурсы. Потому что здесь мы имеем потенциал, мы двигаем его в сторону позитивного потенциала. А вот вопрос «для чего?»... Любой человек стремится к тому, чтобы реализовать свой потенциал. Вопрос «для чего?» кажется мне не таким важным в данном случае.

Но другой вопрос мне кажется более важным. Поскольку он говорит о нереализованности, то, используя метод попеременной диагностики, мы можем начать двигаться в таком направлении, чтобы выяснить, что же ему удалось к сегодняшнему моменту, какие из потенциалов, какие из возможностей он к данному моменту реализовал.

Поэтому, применяя метод попеременной диагностики, будем спрашивать, что ему удалось, а что не удалось осуществить. С помощью этого мы выясним, какая часть его жизни в порядке, а какая часть не в порядке. Нереализованная часть крепко сидит в сознании, привлекает и требует настойчивого внимания.

Вы можете вспомнить, о каких потенциалах он говорил, когда рассказывал о том, что у него не реализовано?

*Супервизируемый:* Он говорил о том, что хочет создать новую математическую теорию, потому что он хороший специалист, – это первое. Второе – он хочет организовать бизнес, чтобы состояться как бизнесмен.

*Лукас:* Это не потенциал. То есть потенциал у него есть, чтобы развиваться в поле математики. У него есть способность – реализоваться и раскрыться на практике. Но вопрос заключается в том, что у него есть внутри.

*Супервизируемый:* Хорошее образование, докторская диссертация, профессура, опыт организации образовательного процесса. Но он это как свой потенциал не расценивает. Это, с его точки зрения, свойственно ему как воздух, он не считает это своей сильной стороной.

*Лукас:* Здесь можно с ним и поспорить. Он ведь пришел с жалобами на то, что не может реализовать потенциал. Все-таки он говорил о потенциале.

Хорошо, что вы спрашивали его, о каком потенциале идет речь. Если мы говорим о потенциале, то в конце беседы мы должны перечислить, какой потенциал у него есть (по пунктам). Эта работа занимает примерно час. Потом можно заниматься вопросом, какие у него есть способности, особенности или таланты. Какие из этих способностей он уже применил, а какие еще остались без применения. А еще ему нужно указать, что у него есть талант. То, что, как он считает, у него есть как воздух. Здесь важно пояснение, потому что впоследствии к этим его талантам всегда можно возвращаться.

Теперь по поводу кризиса в супружеской жизни. Мы выяснили, что у него есть способность создавать что-то новое. Эту способность он может использовать для себя и в семейной жизни.

И, может быть, в самом начале работы не позволять клиенту рассказывать о себе слишком много. Сначала надо рассмотреть ту проблему, с которой он пришел, – его первоначальную проблему, и понятно, что смотреть надо логотерапевтическим взглядом. Смотреть, что из того, о чем он рассказывает, может быть применимо для дальнейшей работы. Применимым может быть то, что ему удалось. Если фокусировать ваше внимание на том, что ему удалось, то у него появится чувство, что он человек, которому удалось многое, то есть он человек успешный.

Можно использовать его личные качества и его одаренность и на базе этого что-то развить. После того, как вы провели попеременную диагностику, выясняем в первой фазе, что ему удалось. Когда у человека какая-то сфера не в порядке, то она всегда привлекает к себе внимание. Что вашему клиенту не удалось, понятно, а вот что ему удалось? В первой фазе консультации выясняем, что у него в порядке: это окончание вуза, докторантура и много лет успешной жизни в браке. Не важно, что сейчас происходит, но в нынешних условиях, в современном мире у него за плечами 40 лет брака со своей женой – и это много! У них с женой многое создано за это время.

У него достаточно хороших и ресурсных вещей: это то, что мы перечислили, плюс ко всему это еще и сын, и то, что он здоров, – это тоже плюс. Сын взрослый, может жить сам, находится в браке. Исходная позиция у него неплохая. Это же все приятные вещи: ученая степень, долгое супружество, финансовый ресурс.

Обязательно надо отметить, что все это серьезные плюсы, а не нечто само собой разумеющееся. Он посмотрел мир, и деньги у него были, значит у него расширенный взгляд на мир. И еще у него есть способность к бизнесу.

Если брать первую беседу с ним (моментальную фотосъемку), то практически все у него есть. Все его таланты можно использовать как позитивные факторы, то есть он человек, который не может стоять на месте, он хочет двигаться, хочет идти дальше.

Одно мне кажется интересным: мужчина с такими завоеваниями – и вдруг приходит к терапевту. Задаешься вопросом: чего же он хочет? Ведь наверняка он не ждет от вас ответа

на вопрос, что ему делать, куда и как ему двигаться, – он и сам знает, что ему делать. Тогда в поисках чего он к вам пришел? Помните первую беседу с ним? Задавали вопрос, чего он ищет?

*Супервизируемый:* Да. Ощущения значимости, чувства, что он может сделать что-то важное. Он хочет создать новую математическую модель для экономики страны.

*Лукас:* Почему то, что он будет делать, должно быть важным для родины? У него особые отношения с ней? Это из-за того, что он преподавал в зарубежном вузе и по-особому стал относиться к своей стране?

*Супервизируемый:* Да, есть в нем революционный дух.

*Лукас:* Что это значит?

*Супервизируемый:* Хочет сделать что-то доброе для родины. Чтобы его имя было значимо. Здесь есть тщеславные нотки.

*Лукас:* Тогда у нас появляются вещи, которые нужно разнести, – два его желания. Здесь есть и самотрансценденция, и эгоистический мотив. Эти два желания надо разносить в самом начале.

Любой эгоцентрический мотив содержит в себе разочарование, здесь уже есть ощущение страха, что это не удастся. Хочу чего-то достичь, но что будет со мной, если я этого не добьюсь? Этот страх создает определенное давление на него. Когда ты находишься под давлением, то всегда есть вероятность совершить ошибку. Это ложный путь.

Правильный путь – сделать что-то доброе для родины, желание, не отягощенное страхом, просто личный вклад, доброе дело. Когда человек делает доброе дело, тогда известность может быть в качестве побочного эффекта. Надо уметь разделять эти два мотива – честный-добрый и эгоцентрический – и дать понять ему, говоря откровенно: «В этом добром мотиве я буду вас поддерживать, а в эгоцентрическом – нет, потому что это вас счастливым не сделает».

Повторим: мы имеем все позитивные элементы в его жизни за 63 года, он добился многого, он трудолюбив, успешен, одарен. То, что связано лично с ним, мы пока откладываем – отнесем это к разряду не очень важного.

Что еще надо бы прояснить в самом начале? Он сказал, что у него есть талант организовывать нечто новое и реализовать это на практике. Правильно ли он себя оценивает? Адекватно? Надо задать ему эти вопросы. Ведь он человек честолюбивый, поэтому он может ошибаться в правильной оценке своих возможностей и в оценке самого себя. Человек иногда переоценивает свои возможности или недооценивает себя. Есть робкие люди, которые даже не предполагают, на что они способны. А есть и те, кто переоценивает. Есть слишком самоуверенные. Надо спросить его, насколько верно он себя оценивает, насколько реалистичен он в оценке своего потенциала. Говорили вы с ним об этом?

*Супервизируемый:* Да. Мне кажется, что он недооценивает свой потенциал как оратора, теоретика. Он великолепный спикер, но это ему неинтересно. А здесь он мог бы принести пользу людям. Но он делает ставку именно на то, чтобы состояться как бизнесмен и получить лавры от человечества.

*Лукас:* Лавры мы зачеркнем, то есть почести, которые он предполагает. К этому больше не возвращайтесь, если известность придет сама – значит, придет.

Я это обсуждаю неторопливо, потому что нам надо разобраться. Вы сами ведь пришли к выводу, что он недооценивает свой потенциал как теоретика, преподавателя и оратора. Есть у вас подтверждения того, что он преувеличивает свои таланты в практике, в бизнесе? Как вы пришли к такому выводу? Ведь к вам обратился человек, которого вы совсем не знали, и в процессе общения с ним вы вдруг приходите к выводу, что в теории он недооценивает себя, а на практике переоценивает. Как вы пришли к такому заключению?

*Супервизируемый:* У него был неудачный опыт организации бизнеса.

*Лукас:* Но ведь это было позже, а сначала он этот бизнес создал. Крах не сразу произошел. Как все-таки вы пришли к выводу, что он недооценивает свои теоретические навыки, а практические переоценивает?

*Супервизируемый:* Ему не нравится его преподавательская деятельность, он хочет уйти оттуда.

*Лукас:* Но ведь для того, чтобы вести эту преподавательскую деятельность, ему нужны были практические навыки. И во время первых встреч вообще трудно понять, где клиент себя оценивает, а где недооценивает. Трудно со стороны правильно оценить человека. Можно, конечно, использовать сократический диалог и расспрашивать о том потенциале, который недостаточно используется. Что же все-таки вас натолкнуло на мысль, что у него есть этот потенциал?

Если спросить его самого о его потенциале, то перед ним встанет задача саморефлексии и возникнет необходимость исследовать себя. Человеку мысль о его потенциале кажется простой. Важно, чтобы клиент сам дотошно разобрался в себе. Если клиент прямо с порога говорит о том, что у него нет потенциала или он мало используется, то очень важно, чтобы, уходя, он говорил: о, у меня так много использовано потенциала, я хочу сделать еще что-то доброе, а будет ли это иметь общественный успех (признание) – это неважно. Вот с чем он должен уйти от вас по истечении времени консультации. Он должен осторожно оценить свой потенциал – достаточен он или нет. Может быть, задуматься о том, что ему удавалось хорошо делать в раннем детстве или, например, когда он учился в школе; что лучше всего получалось или о чем он всегда мечтал. Он должен, вспоминая свою прошлую жизнь, оценить, действительно ли тот самый потенциал был использован. Кроме того, надо оценивать реалистично: опасно и недооценить, и переоценить. Покидать кабинет он должен не с теми мыслями, с которыми пришел. И помните: мы не отпускаем клиента без домашнего задания, без того, что он должен делать. Поставили ли вы перед ним какую-либо задачу?

*Супервизируемый:* Да, но это было задание немного другого рода: дело в том, что на первой встрече речь шла также об эмоциональных проблемах при общении с людьми. Это то, что было им озвучено как причина его неудач в делах.

*Лукас:* Но это вторая тема. На первом сеансе я бы рекомендовала не выходить за пределы одной темы. Человек всегда имеет кучу проблем, много поводов прийти на консультацию. Нужно в какой-то момент прервать эту тему, и, самое главное, – то, что услышали, компактно упаковать. Например, в конце первой беседы можно сказать: сегодня наша тема – это талант, который не используется, вторая тема – коммуникация с людьми. Может быть, появится и другая тема.

*Супервизируемый:* Может ли быть так, что талантом и будет умение коммуницировать? Не отдельно смотреть – таланты, потом коммуникации, а предположить, что это про одно и то же?

*Лукас:* Да, но мы должны договариваться с клиентом о том, какие темы будем обсуждать. Представьте, человек приходит и о многом рассказывает. Потом мы делаем обобщение: первое – это талант, второе – коммуникация, третья – отношения с женой. И нам нужно самому как терапевту решить, что будет важнейшим, а самое главное – чтобы настоящее было таким, чтобы человек мог плодотворно жить.

Когда человек встает утром, он должен понимать, что у него все хорошо и он может делать то, что запланировал. Если это так, тогда у него есть фундамент и он уже может заглядывать в будущее или прошлое. Это первое. Представьте себе автомобильную аварию, в которой пострадал человек; в первую очередь надо остановить кровь, а уже потом спрашивать, что явилось причиной аварии, кто виноват, куда он ехал. Это было одной из крупных ошибок психоанализа: часами, неделями и месяцами говорили о прошлом, а настоящее в это время

рушилось. Самое главное – настоящее должно быть таким, чтобы человек мог дышать, пока мы будем что-то выяснять, а не потерял сознание.

Теперь следующее. Если мы говорим о реализации талантов, это направлено в будущее. Тема коммуникации. Пока мы не знаем, насколько это актуально. Тема супружества – это очень важно. Выслушав его, называем три проблемы и говорим, что можем начать с одной. Если человек борется с чем-то, то он делает это на один фронт. После того как эта проблема решена, можно приступать к другой. Мы можем спросить самого пациента, что самое важное, с чего начать, а иногда решаем сами – всегда зависит от того, с чем мы имеем дело. Но обязательно надо сначала договориться, с чего начинаем. Проблем у человека много, они составляют нашу жизнь, но какая-то из них самая жгучая; именно с этой «горячей точки» мы и начинаем. И когда мы совместно выбрали эту горячую точку, то ставим задачу – она должна иметь отношение к той проблеме, о которой мы договорились. Без домашнего задания мы не отпускаем клиента. О какой проблеме договорились вы?

*Супервизируемый:* Он сам попросил говорить о потенциале.

*Лукас:* А у вас была причина говорить именно об этом? Иногда бывает полезно подвергнуть слова клиента сомнению, переспросить, попросить его аргументировать. Иногда мы сами можем привести свои аргументы, что говорить надо о другой проблеме. Вполне возможно, что он умышленно не хотел говорить о супружестве, не исключено, что это было бегством. Может быть, было необходимо переубедить его и говорить о супружестве, и тогда бы не зашел разговор о разводе. Когда центр тяжести еще не вышел за пределы тела, то можно предотвратить его опрокидывание.

Для всех присутствующих: если мы разбираемся в том множестве тем, с которыми пришел клиент, то важно четко определиться в том, с чего начинать, и не всегда это решает пациент. Вы должны думать вместе и при необходимости вмешаться. Один из важных критериев – болезненность проблемы. Вы начали работать с темой реализации таланта. А как вы перешли к другим темам?

*Супервизируемый:* Он сам периодически говорил о том, что в данный момент ему важно.

*Лукас:* Не должен пациент вести вас, вы ведете его. Вы создаете план терапии. Конечно, если что-то экстренное произошло, вы можете это обсудить, но это, скорее, исключение. Если вы решили, о чем будете говорить, то надо следовать этому. А в качестве домашнего задания для пациента – посмотреть на свое прошлое, когда он мог что-то новое сделать, посмотреть, как ему удалось это новое развить.

Для данного случая есть две возможные стратегии: первая – ретроспектива, где была удача (хотя не все удачи повторяются), вторая – видение будущего. Над будущим надо работать, ставить осмысленные цели. Если есть такое видение, то оно имеет притягательную силу. Если пациент предположил, что должен сделать что-то хорошее для родины, то тут же можно выяснить, в чем нуждается родина, что здесь требуется.

Когда есть конкретное видение, просыпается воля к смыслу, появляется желание внести свой вклад. Вот домашнее задание – разработайте это видение, этот взгляд.

## **Теоретический блок**

Давайте изобразим две полусферы, которые, соединяясь, образуют шар. В одной полусфере – потенциал личности. Это то, что человек может дать миру. У каждого человека есть то, что он может отдать.

Вторая полусфера – это потребности мира. Мы живем в несовершенном мире: везде чего-то не хватает, много ситуаций, требующих вмешательства. Эти несовершенства существуют для того, чтобы пришел человек и устранил их.



Эти две полусферы должны быть соединены, словно при игре в пазл. Пазл должен быть определенного размера, определенного цвета. Когда он складывается, то устраняется несовершенство, прореха в мире.

Когда две полусферы подходят друг другу, то счастливы все: и человек, так как он выполнил свою задачу вовремя, и мир, потому что он получил наполнение.

Под потенциалом мы не всегда предполагаем талант человека, это может быть и опыт. Более того, это может быть и негативный опыт. Например, человек, имеющий опыт страдания, становится более чувствительным по отношению к другим людям. Это очень важно для того, чтобы они не повторили его опыт. К примеру, ребенок, чье детство прошло под гнетом жестокости, вырастая, идет работать в социальную службу защиты детей от насилия.

Сам Франкл, пережив концлагерь, не понаслышке знал и чувствовал, что такое страдание.

Так что к разряду потенциала может относиться и негативный жизненный опыт. Он будет полезен тем, что защитит кого-то от повторения горького пути.

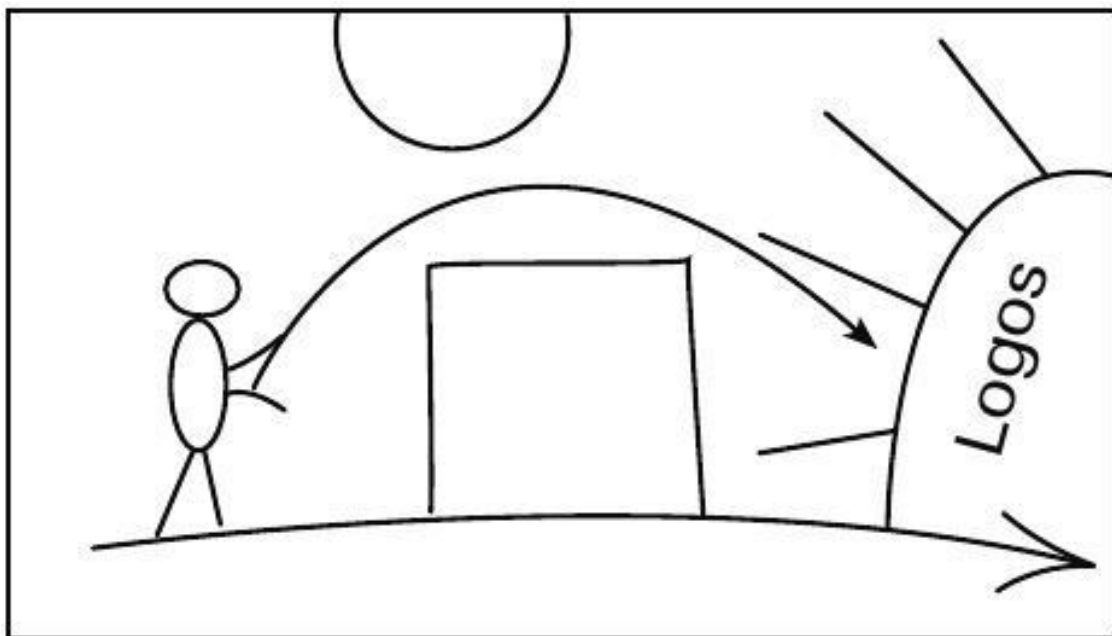
Итак, у нас есть две полусферы. Нужно понимать, какой именно свой потенциал человек может применить в мире. Таким образом, мы переключаем внимание с себя на мир. Мы должны выяснить, где и в чем потребность этого мира, которая ждет своей реализации. И тогда этот мужчина со своими способностями или талантами приходит и закрывает эту потребность. Это совпадение должно быть таким, чтобы было ощущение, что пазл собрался.

Что же вы все-таки выберете в качестве потребности мира? В чем нуждается мир? У человека должны появиться новые ощущения, осязания. Не столько новые чувства, сколько новые осязания.

Это очень самотрансцендентная вещь! Вот почему надо выяснять потребность.

Эта модель хорошо подходит для ноогенных неврозов.

Есть еще одна модель, которая тоже подойдет в вашей ситуации. Эта модель подходит не только к ноогенным неврозам, но и к другим случаям.



Человек стоит перед препятствием. Препятствием может быть что угодно – страх, тяжелая конфликтная ситуация. У клиента, которого мы рассматриваем, это препятствие – ощущение пустоты. Он ведь задается вопросом: для чего я еще пригоден? Он не может пройти сквозь препятствие, но он сможет попасть туда, если за этим препятствием что-то есть и если

там светится что-то для него очень ценное. Если человек видит этот логос за(!) препятствием, тогда он перепрыгнет. Он сделает рывок за препятствие.

Например, вы пришли домой, дом горит, на втором этаже ребенок. Вы ведь пройдете и через пламя, чтобы вытащить ребенка! Так человек перепрыгивает множество препятствий.

- Неправильно, если вы сразу начнете работать с препятствием.
- Психоаналитик будет исследовать, кто или что создало это препятствие.
- Поведенческий терапевт будет работать так: минимизировать препятствие, сводить его к минимуму.
- Логотерапия работает так: надо выяснить, что находится ЗА препятствием, и только после этого, уже в качестве второго действия, надо устранять это препятствие.

### **Логотерапевтический метод работы с препятствием:**

1. Ищем, что находится за препятствием. Какой логос? Обозначаем его, выясняем, зачем клиент хочет пройти сквозь препятствие.

2. Устраняем или минимизируем препятствие.

Примечание: это так же, как потребности мира, – что должно появиться? Но в мире существует (вторая сфера) очень много потребностей. Как выбрать, какие подойдут ему? Это как игра в пазл. Мы видим недостающие фрагменты в большой картине, потом подбираем пазл и думаем: именно его, и именно сюда, в нужное место, а не куда угодно, я могу его положить. Это нужно понимать.

Мы должны брать посильную ношу, чтобы быть в состоянии это реализовать.

Потребностей много, да, но в мире есть какая-то пустота или, другими словами, прореха, которую может заполнить именно этот человек своими качествами, способностями и талантами.

Самым простым, например, может быть жест нежности для кого-то или доброе слово. Но важно, чтобы это предназначалось для конкретного человека и для конкретной ситуации.

У каждого есть препятствия, но за препятствием человека ждет нечто важное. Это и надо найти.

### **Три важных момента в консультации**

#### **Выяснение.**

**Надежда** – показать, что проблема прояснится и решится. Человек должен взять с собой что-то, над чем он сможет поработать. После первой беседы вашему пациенту можно было сказать: вы старательны, у вас взрослый сын, у вас большой супружеский опыт, образование. И вы можете быть благодарным за это судьбе. В качестве подарка вы получили то, что дожили до 63 лет. Вы уже много подарков получили от жизни. А теперь вы пришли, и у вас есть три дела, три повода. В качестве задач вы ставите себе: изменить что-то в жизни, улучшить или сделать что-то с супружеством и изменить коммуникацию. Это третье – постановка задачи.

Я никогда, например, и не думала, что буду стоять здесь, в России, проводить семинар. Но вдруг пришло предложение от жизни, и я его приняла. Может быть, это означает, что здесь возникла какая-то потребность. И я, несмотря на свой возраст, преодолела это препятствие и расстояние и приехала к вам.

Тема – коммуникация.

*Лукас:* Коммуникация у него и на бракоразводный процесс влияет? Он ее рассматривал в качестве второй темы?

*Супервизируемый:* Да, то, что происходило между ним и женой, как выяснилось, – не то, что происходило с ее точки зрения и в ее реальности. То есть он неправильно считывает и воспринимает другого человека и выстраивает с ним отношения.

*Лукас:* Речь идет об отношениях с другими людьми или с женой?

*Супервизируемый:* И с людьми, и с женой.

*Лукас:* Получается, что эти темы переплетены – и коммуникация с женой, и коммуникация с другими людьми. Вы это разделяли?

*Супервизируемый:* Разделяли.

*Лукас:* Надо начать работать с более легкой темы – коммуникация с другими людьми. Вы ему объяснили, что идет не так и что требует изменения?

*Супервизируемый:* Если речь идет об отношениях с чужими людьми, то здесь важно в процессе общения интересоваться тем, что думает и чувствует другой человек, а не додумывать за него то, что, как ему кажется, тот думает и чувствует. Раньше он не мог понять, почему у него не складываются отношения.

*Лукас:* Неплохо бы вам привести пример. Пока для меня это не звучит как проблема. Он приводил примеры неудачной коммуникации?

*Супервизируемый:* Он называл человека другом, но этот друг временами находил повод, чтобы не встречаться с ним, а временами исчезал вовсе. И это происходило практически всегда и со всеми. Он старался усилить коммуникацию, добавить чего-то. То есть он контролировал процесс общения полностью, был лидером, инициатором. Подминал.

*Лукас:* Он слишком доминантный?

*Супервизируемый:* Да.

*Лукас:* Не так много для меня информации, чтобы дать оценку. Надо потратить целый час, чтобы узнать, в чем заключается проблема. Его намерение неплохое. Задачу он ставит чистую – хорошо общаться с людьми. Но в результате реализации своей задачи он столкнулся с тем, что люди его избегают. Это может быть его вина, но не обязательно. Мы не знаем. Может быть, другие люди бежали от него из-за того, что он увеличивал свои усилия,?

Люди могут бежать от навязчивой коммуникации. Человек это чувствует и прилагает еще больше усилий, испытывает большое желание удерживать и влиять. Это гиперинтенция. Вместо того чтобы ослабить этот нажим, он давил. Вот все и разбежались. Этот порочный круг надо нарисовать. Надо дать люфт, он заключается в следующей идее: люди, с которыми ты общаешься, могут быть друзьями, но не обязаны ими быть. Они имеют свое мнение, и оно не обязательно совпадает с твоим.

Должен быть равномерный дружелюбный настрой в общении с людьми. Контролируемая коммуникация – это деловое общение, спокойное (стабильное) дружелюбие. Важно понимать, что то, что делают другие, – это их ответственность.

Ты должен выбрать свою стратегию. Любить нас не обязаны. Мы должны быть устойчивыми, деловитыми и спокойными. Это нужно уметь, и это можно тренировать с помощью ролевых игр.

Например, пусть расскажет о своем знакомом, который сбегал от его разговоров, и вы потренируйте с ним беседу. Во время этой тренировочной беседы есть возможность наладить обратную связь. Если он будет сильно доминировать, то дайте ему это понять.

Можно ввести провокацию: начните его ругать, критиковать, высказывать ему претензии, а он должен, несмотря на ругань, сохранять доброжелательность и ровный тон общения.

Ему надо натренировать навык сохранять спокойствие и свой поток, контролировать себя и не зависеть от того, что о нем говорят другие. Так с ним можно поработать в течение двух-трех часов.

*Супервизируемый:* Мы делали что-то похожее. Там, правда, немножко в другом смысле было. Я обратила его внимание на то, что, когда он со мной разговаривает, я не чувствую себя с ним в диалоге – кажется, что он с кем-то, а не со мной, и поэтому у меня такое ощущение нелюбимости, и мне это не нравится.

*Лукас:* Если вы ему это говорили, то критика малоэффективна. Надо говорить то, что клиент должен делать, а не то, что он делает не так и что вам не нравится. Ему надо сказать: «Смотри мне в лицо открытым взглядом, улыбайся! Собеседнику должно быть интересно!»

Когда делаете такие упражнения, всегда говорите, что надо делать! «Не будь плохим!» – ребенку этого недостаточно, это непедagogично. «Тише, сестра спит!», «Стой спокойно!» – это ребенок понимает.

Я думаю, что больших проблем у него в коммуникации не было. Он должен был привыкнуть к тому, что люди на него по-разному реагируют, и он должен с этим смириться. Я думаю, что для него более важна история с его женой.

*Во время перерыва выяснилось, что клиент раньше принимал психоактивные вещества.*

*Лукас:* Тут важно, сколько длилась фаза приема веществ и какое влияние это оказало на тело. Влияние может быть очень сильным. Например, его неправильная, неадекватная оценка сил может быть связана с предыдущим злоупотреблением веществами. Меня интересует, нашел ли он что-то, что можно сделать и тем самым принести пользу.

*Супервизируемый:* На настоящее время – нет.

*Лукас:* То есть он так и не нашел ничего, что он может сделать полезного?

*Супервизируемый:* Но было много попыток.

*Лукас:* Все попытки завершались неудачно?

*Супервизируемый:* С его точки зрения, да.

*Лукас:* Это означает, что было бы хорошо работать над этой темой и не покидать ее. С моей точки зрения, неправильно переходить от одной темы к другой и не регистрировать никаких изменений в первой теме. Нужно, чтобы были позитивные изменения. Поэтому лучше потратить больше времени и получить хоть какой-то прогресс, а только потом переходить к другой теме.

**Для консультаций:** Переходить от одной темы к другой неверно. Тем более если в первой теме нет изменений и прогресса. Обязательно надо закончить тему с хорошим результатом, с прогрессом. Пусть он будет маленький, но он должен быть.

Переходим к проблематике супружеской жизни клиента.

*Лукас:* Что он сказал, когда пришел к вам? Что он отрицательно оценил в супружестве?

*Супервизируемый:* Отрицательно оценил то, что жена не уделяет ему должного внимания, думает только о себе.

*Лукас:* А он ей достаточно уделяет внимания?

*Супервизируемый:* С его точки зрения, он только этим и занимается.

*Лукас:* Исключительно только этим и занимается?

*Супервизируемый:* С точки зрения семейных отношений, он только и делает все, чтобы его жена была счастлива.

*Лукас:* Тут был бы удобный момент спросить его: что значит делать все, чтобы она была счастлива? Понятно, что в отношениях нельзя делать все. Нужно делать только то, что имеет смысл. Может быть, он субъективно думает, что делает все, а с объективной точки зрения и с точки зрения жены то, что он делает, – это неважно или недостаточно. Приглашали ли вы жену на консультацию?

*Супервизируемый:* Да.

*Лукас:* Отдельно с каждым из них проводили сеансы?

*Супервизируемый:* Да.

*Лукас:* Я бы тоже так поступила, отдельно. Ошибкой было бы консультировать их вместе. О чем была беседа с его женой?

*Супервизируемый:* Жена сказала, что у них все хорошо. У нее даже не возникает мысли, что у них могут быть негармоничные отношения. Она работает в офисе небольшой компании. С ее точки зрения, она его очень поддерживает. Он – смысл ее жизни. И это как раз та тема, которая сразу привела меня к несогласию.

*Лукас:* Работая терапевтом, нельзя говорить клиенту, что вы не согласны с тем, что ее роль так нивелирована в ваших глазах. Надо держать дистанцию.

Муж как смысл жизни – это опасная мысль. Получается пирамида и вершина с одной ценностью. А гнездышко у них опустело, сын-то вырос. И, видимо, увлечения у нее отсутствуют. Получается опасная расстановка. Другие ценности гораздо ниже по иерархии, и если эта верхушка отваливается, то может наступить отчаяние. Есть фраза Франкла: «За каждым отчаянием скрывается обожествление». Когда земные ценности поднимаются до небес, человек забывает, что все земные ценности преходящи и с ними нужно уметь расставаться. Нельзя жить хорошо, если ты не способен отдать любую из земных ценностей. Даже ребенка. С ним нужно уметь расставаться. Вы должны уметь быть и без ребенка: вы отправляете его кататься на велосипеде, в палаточный лагерь, на учебу, а он может упасть, с ним везде могут произойти неприятности. А когда вы что-то обожествляете, тогда вы не можете с этим расстаться и тем самым вредите себе. Франкл сказал: «Все земные ценности называются «держатель места для господина».

Значит, с женой вы обсуждали, что он у нее занимает слишком высокое место?

*Супервизируемый:*

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.