

## ЗА ПРЕДЕЛАМИ УБЕЖДЕНИЙ:

ИЗ ИНТЕРВЬЮ С ДОКТОРОМ ТАМАСИН НАЙТ (TAMASIN KNIGHT)

ПО АЛЬТЕРНАТИВНОМУ ОТНОШЕНИЮ К НЕОБЫЧНЫМ УБЕЖДЕНИЯМ.

Врач Тамасин Найт была госпитализирована из-за психиатрических симптомов. Позднее она написала книгу "За пределами убеждений: альтернативные пути работы с бредовыми симптомами, навязчивыми идеями и необычным опытом". Книга ставит вопросы и отвергает традиционные психопатологические ярлыки и лечение. Автор призывает принимать реальность пациента и поддерживать его справляться и жить с собственными убеждениями. В настоящее время Тамасин живет в Эквадоре.

### Вопросы и ответы автора:

*- Ваша книга о поиске новых путей работы с людьми, имеющими необычные системы убеждений. Что подвигло Вас к написанию книги?*

- Мотивация к проведению исследования, изложенного в моей книге появилась из-за моего собственного опыта нестандартных убеждений и прохождения психиатрического лечения. Я открыла, что это лечение фокусировалось на устранении "ненормальности".

Врачи стараются сделать пациента "нормальным". Они не стараются помочь ему в том, в чем он сам просит их помочь или считает важным. Я считаю, что больные люди должны иметь право выбора. Поэтому я захотела привлечь внимание читателей к альтернативным путям работы с больными.

Я читала о работе Мариуса Ромма и Движении слышащих голоса. Меня вдохновили их подходы о принятии объяснений пациентов насчет природы их голосов в рамках их собственного внутреннего мира. Результатом явилось то, что я решила расширить данный подход также и к "ненормальным" убеждениям и взглядам на реальность.

*- Имели ли Вы какую-то особую аудиторию читателей в виду?*

См. полный текст интервью.

- Вы пишете:

*"Множество людей имеют такие убеждения, которые большинство сочтет странными, необычными или не основанными на фактах.*

*Но также в обществе есть множество людей, живущих успешно и независимо, которые имеют убеждения, которые можно считать ненормальными, даже бредовыми".*

*Почему Вы полагаете, что только некоторые из этих людей становятся психиатрическими пациентами?*

- Ключевой фактор - может ли человек быть способен жить с собственным внутренним миром, справляться со своим опытом. Если человек становится слишком расстроен, раздавлен своим собственным опытом, он имеет вероятность стать пациентом психиатра. Напротив, если он в состоянии справиться с жизнью своего внутреннего мира, он имеет все возможности остаться вне психиатрической системы. Внешняя поддержка, которую имеет человек, важна в определении его способности справляться со своими "ненормальными" убеждениями.

.....

*- Вы предлагаете много замечательных способов, которые позволяют справляться с трудностями. Например, регулярные встречи с другими людьми, имеющими те же трудности. Почему такие встречи полезны? И что делать, если у человека нет возможности посещать такие встречи (например, если он живет изолированно)?*

- Спасибо за вопрос. Встречи с другими людьми, имеющими похожий опыт дает безопасное место для людей говорить о их убеждениях и опыте без страха быть осмеянными или что их сочтут имеющими патологию. В группе люди получают эмоциональную поддержку и практические стратегии для совладания со своими убеждениями, они узнают как продолжать жить.

Если поблизости нет подобных групп, в таком случае может помочь интернет. Там есть подобные группы.

*- Как отнеслись другие врачи и профессионалы к Вашей книге? Можно предположить, что они говорят, что принятие "ненормальной" внутренней реальности человека означает "нехороший тайный сговор с ним" и это сделает человеку хуже. Каков Ваш взгляд?*

- Думаю, что все больше профессионалов, работающих в области душевного здоровья осознают, что повседневное психиатрическое лечение не имеет всех ответов и интересуются альтернативами. Поэтому в целом мне были приятны отзывы о моей книге, которые я от них получила.

Но, разумеется, есть те, которые говорят, что данный подход является "сговором с пациентом". Им бы я сказала, что не существует одного пути к интерпретации реальности, который правильный, и другого, "неправильного". Вместо этого нам следует допустить разнообразие и признать право людей быть другими. Считаю, что в этом движении экспациентов играет ключевую роль.

Важно отметить, что принятие системы убеждений человека не означает, что вы лично должны их разделять, или даже претворяться, что вы их разделяете. Скорее важно уважать реальность другого человека (как мы уважаем религиозные взгляды друг друга) и помогать человеку справляться и жить со своим опытом.

Некоторые беспокоятся, что принятие убеждений человека может "сделать ему хуже". Это вещь, не наблюдаемая на практике.

Например, предположим, что человек боится привидений, что они собираются напасть на него. Говоря ему, что привидений нет, мы не поможем ему. Он только испугается больше и почувствует себя еще более одиноким. Напротив, принимая реальность данного человека как данность для него, выслушивая его, пытаюсь понять, как именно он это чувствует, и выработывая с ним способы справиться с его конкретным опытом (к примеру, посоветовав ему из книг научиться защите от привидений), именно этим мы скорее поможем ему.

*Книгу Тамасин Найт можно найти в интернете по адресу*

<http://www.peter-lehmann-publishing.com/index.htm>