

Дерефлексия (лат. de — приставка, обозначающая отделение + reflexio — отражение) — психотерапевтический прием, заключающийся в том, что пациент, страдающий от того или иного функционального симптома, ставит для себя задачу смириться с ним, воспринимая его как неустранимое зло. В ситуации, вызывающей проявление симптома, следует переключить свое внимание с нарушенной функции на другую деятельность, придавая ситуации новый смысл (ситуация благодаря этому перестает восприниматься как еще одна попытка избавиться от симптома, а рассматривается, как возможность по-новому быть в ней) (В. Франкл).

В. Франкл иллюстрирует этот прием симптомом вагинизма, при котором женщина получает от логотерапевта инструкцию переключиться с ожидания удовлетворения ее самой на удовлетворение мужчины и воспринимать эту ситуацию в контексте нового смысла (семейное благополучие, а не эгоцентрическое стремление к удовольствиям).

В качестве механизма действия этого приема рассматривается смена «гиперинтенции на эмоции» (когда только эмоции выступают как основная ценность), на «трансценденцию», под которой понимается ориентация на предметные отношения и общечеловеческие ценности. При этом не только снимается субъективная болезненность функциональных симптомов, но и они сами из-за перемещения внимания на другие процессы могут быть устранены. Данный прием имеет много общего с «разобусловливанием» в классической теории научения, при котором достаточно долгое неподкрепление условного рефлекса приводит к его угасанию.

Наиболее эффективен данный психотерапевтический прием при ипохондрической симптоматике, при которой органические процессы оказываются в центре повышенного внимания пациента.

И. М. Кондаков