

# Взаимосвязь методов консультирования и их эффективности для участников репаративной терапии (выдержка)

*W. Throckmorton. Counseling practices as they relate to ratings of helpfulness by consumers of sexual reorientation therapy.*

- (Не помогает)

= (нет эффекта)

+ Указывает на готовность помочь, полезны

	Модель поведения	Комментарии
1.	Ваш терапевт неким образом дает знать, что он автоматически посчитал вас гетеросексуалом, прежде чем вы рассказали о своей ориентации	=
2.	Ваш терапевт показал, что он/она убежден/а, что гей или лесби-идентичность - это плохо, является признаком болезни или неполноценности	+
3.	Ваш терапевт не принимал в расчет, спорил с вами или подталкивал вас к тому, чтобы отречься от самоидентификации как лесби/гея	=
4.	Ваш терапевт связывал ваши проблемы с ориентацией или настаивал на том, чтобы работать только с ориентацией, хотя и не было очевидно, что ваши проблемы были связаны с ориентацией	Не встречается
5.	Ваш терапевт неожиданно отказался встречаться с вами после того, как вы рассказали ему о своей ориентации (не включает случаи, когда терапевт деликатно перенаправил вас к терапевту, который специалист именно в ваших проблемах)	Не встречается
6.	Вашему терапевту не хватало знаний о гей/лесби-вопросах для эффективной работы, и это вам приходилось просвещать его	-
7.	Ваш терапевт давил на вас или требовал самораскрытия перед кем-то, несмотря на то, что вам это казалось опасным	-
8.	Ваш терапевт не понимал важности гей/лесби отношений и/либо неадекватно поддерживал их	+
9.	Ваш терапевт очевидно не понимал проблем общественных предубеждений против геев/лесби и/или интернализированной гомофобии	-
10.	Ваш терапевт порядочно знал о гей-лесби сообществе и других ресурсах (так что он мог порекомендовать вам важные книги или ресурсы)	+
11.	Ваш терапевт никогда не упоминал о сексуальной ориентации, когда это не касалось дела	+
12.	Ваш терапевт не боялся работать с вашей ориентацией, когда это было уместно	=
13.	Терапевт пытался помочь вам чувствовать себя комфортно как гею/лесби	-

<b>14.</b>	Ваш терапевт помог вам найти и понять ваши причины влечений к своему полу	+
<b>15.</b>	Ваш терапевт дал понять, что наличие гомосексуальных влечений не обязательно означает, что у вас гей/лесби/бисексуальная ориентация	+
<b>16.</b>	Ваш терапевт предложил пути снижения влечений к своему полу и соотв. поведения	+
<b>17.</b>	Ваш терапевт предложил варианты развития гетеросексуальных влечений	+
<b>18.</b>	Ваш терапевт направил вас в группу экс-геев	=
<b>19.</b>	Ваш терапевт помог лучше чувствовать себя как экс-гей или лесби	+
<b>20.</b>	Ваш терапевт предложил вам развивать несексуальную дружбу с ровесниками своего пола	+

Помогающие практики на основе исследования Шидло и Шредера:

1. Перемена отношения к гомосексуальным желаниям – теперь оно рассматривается как симптом эмоционального недомогания, параллельно идет работа над снижением страхов и вины;
2. Продумывание отрицательных последствий гомосексуального поведения ( например, риск СПИДа);
3. Воздержание от мастурбации;
4. Использование заменителей противоположного пола;
5. Подотчетность кому-либо;
6. Формирование несексуальных связей с гетеросексуалами того же пола;
7. Участие в командных видах спорта;
8. Посещение тренажерного зала;
9. Полное погружение в работу;
10. Чтение Библии;
11. Молитва.