

דרייקורס מציין שאצל רוב המטופלים המעבר משלב השינוי הקוגניטיבי לשלב השינוי בפועל עובר דרך חוויה. בהתייחסו למטופלים נירוטיים טוען דרייקורס כך:

למלים מגבלות משלהן. ההסבר הוא רק שיטה אחת משיטות החינוך. כל ניסיון חינוכי לא יהיה יעיל, אם יישאר ברמה המילולית בלבד. הצגת הרעיונות והביסוס ההגיוני חייבים להיות מלווים בחוויות עזות ובפעולה פסיכולוגית. כל שיטת ריפוי מגיעה לרגע שאין הפוגה מוכן לשעות להיגיון, ואז הטיפול חייב להיות דרמטי, כדי לטלטל את המטופל מתוך ביטחונו הנותן, שמעניקה לו מחלתו כהגנה מפני החיים^[1].

לשם כך מציין דרייקורס שלוש טכניקות, שאותן הוא מכנה "טכניקות שמעבר למלים": ההפתעה – טכניקה המתבססת על העמדת פנים של הפתעה למשמע דברי הלקוחה, והאנטי-סוגסטיה – ההליכה 'עם' הסימפטום, במקום 'נגדו': אם מפריע לך שאת בוכה – מררי בבכי כל היום; קשה לך להירדם – נסה להישאר ער. מובן שהצעות אלה מלוות באזהרה: נדרשת מומחיות כדי להשתמש ביעילות ובאנושיות ב"תכססים" טיפוליים אלה, או בכל אמצעי אחר בארגז הכלים של המטפל היצירתי: יש להשתמש בהם בזהירות ומתוך שיקול דעת, בטאקט, בהתאמה לסיטואציה, ומתוך שמירה על כבודו של המטופל ועל יחסי האמון בינו לבין המטפל.

דרייקורס, 1944/2000:24 (המאמר "מלאכת הפסיכותרפיה" – בספר פסיכודינמיקה, פסיכותרפיה ופירוש).

^[1] דרייקורס, 1944/2000:24 ("מלאכת הפסיכותרפיה" – פסיכודינמיקה, פסיכותרפיה ופירוש).