
Практическая психология

МОДЕЛЬ СУПЕРВИЗИЙ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ ЦЕНТРА ДИСТАНЦИОННОГО ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНО-АНАЛИТИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Е.Б. СТАНКОВСКАЯ



Станковская Елена Борисовна — преподаватель факультета психологии НИУ ВШЭ. Профессиональные интересы: персонология, экзистенциальный анализ, психология телесности, психологическое консультирование

Контакты: stankovskaya@hse.ru

Резюме

В статье представлена модель супервизорского сопровождения, ориентированная на молодых специалистов центра дистанционного экзистенциально-аналитического консультирования. Раскрыты цели, задачи и результаты супервизорской поддержки, методологический базис модели, описаны и обоснованы форматы организации супервизий.

Ключевые слова: консультативная персонология, консультативная психология, супервизии, психологическое консультирование, экзистенциальный анализ.

Супервизии традиционно являются неотъемлемым элементом обучения и профессионального сопровождения психологов-консультантов. Необходимость включения

этого формата в образовательный процесс отражена в Страсбургской декларации, принятой Европейской психотерапевтической ассоциацией, в разработанных в США стандартах

Совета по аккредитации образовательных программ по консультированию (The Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs). В экзистенциально-аналитическом сообществе участие и представление индивидуальных случаев на супервизиях выступает одним из условий сертификации консультантов.

Столь важная роль супервизий обусловлена спецификой профессиональной деятельности психолога-консультанта, которая, с одной стороны, предполагает владение сложными теоретическими конструктами и техниками работы, с другой — развитую способность осознавать переживания клиента и собственные чувства, высокую толерантность к неопределенности, гибкость и устойчивость во взаимодействии с клиентом. Кроме того, психологическое консультирование, как и другие виды помогающих профессий, связано с рисками формирования у специалиста синдрома эмоционального выгорания.

Таким образом, для успешной практической деятельности консультант должен освоить не только *систему теоретических представлений*, но и получить *опыт проживания соответствующих психологических содержаний, упражнения профессиональных навыков и обхождения с собственными личностными дефицитами*.

Одним из эффективных «ответов» на указанные вызовы профессии является регулярное участие в супервизиях. Именно этот формат работы предоставляет пространство для соединения теоретических положений с живым, практическим опытом (Щукина, 2008а, б), для отработ-

ки конкретных приемов консультирования, получения эмоциональной поддержки, обнаружения личностных трудностей и особенностей консультанта, влияющих на его отношения с клиентами (Булюбаш, 2003; Goodyear, Bernard, 1998).

В настоящее время в России, к сожалению, нет устоявшихся стандартов организации супервизорской поддержки для практикующих консультантов. Осознавая потребность в подобном сопровождении и опираясь на мировой опыт в этой области, мы создали *модель супервизий*, ориентированную на молодых специалистов, работающих в центре дистанционного экзистенциально-аналитического консультирования.

Анализ литературы (Булюбаш, 2003; Щукина, 2008а, б; Goodyear, Bernard, 1998) позволил нам реконструировать потенциалы супервизий для развития консультанта и его клиентов, центра психологической помощи, профессионального сообщества, психотерапевтического метода и практики психологического консультирования в целом, академической и консультативной персонологии. В соответствии с этим были выделены следующие **цели и задачи супервизорского сопровождения** молодых специалистов, практикующих дистанционное экзистенциально-аналитическое консультирование (таблица 1).

Учитывая теоретическую ориентацию и этап профессионального развития адресатов супервизорского сопровождения, в качестве **методологической базы** данной модели были выбраны теория экзистенциального анализа и логотерапии А. Лэнгле (Лэнгле, 2006, 2009а, б),

Таблица 1

Цели и задачи супервизорского сопровождения специалистов центра дистанционного экзистенциально-аналитического консультирования

Цели	Задачи
Профессиональное и личностное развитие консультантов	<ul style="list-style-type: none"> – Отработка навыков психологического консультирования, упражнение в применении экзистенциально-аналитических техник и методов работы. – Помощь в антропологической, структурной и динамической диагностике трудностей клиентов. – Формирование навыков концептуализации клиента и понимания его психодинамики и генеза актуального состояния с позиции концепции четырех фундаментальных мотиваций А. Лэнгле. – Определение стратегии работы с клиентом. – Анализ «сложных случаев» и поиск путей преодоления трудностей консультанта. – Содействие в выстраивании «композиции» (структуры) сессии с клиентом. – Развитие профессиональной идентичности консультанта. – Совершенствование способности распознавать, понимать и обходиться с собственными чувствами. – Обучение приемам анализа психотерапевтических отношений. – Укрепление установки консультанта на саморазвитие. – Определение индивидуальной траектории профессионального и личностного развития консультанта.
Эмоциональная поддержка консультантов	<ul style="list-style-type: none"> – Уменьшение тревоги консультанта, связанной с профессиональной деятельностью. – Эмоциональная «разгрузка» консультанта, поддержка в работе с агрессивными, оказывающими давление клиентами. – Приобщение к культуре психогигиены. – Формирование доверительных и уважительных отношений в коллективе, создание безопасного пространства для формирования профессиональной идентичности специалиста. – Конструктивная обратная связь, улавливающая и возвращающая консультанту опыт его профессиональных успехов, применения нетривиальных приемов работы, точного понимания динамики индивидуальной жизни клиентов и т.д.
Оценка и нормирование профессиональной деятельности консультантов	<ul style="list-style-type: none"> – Экспертная оценка профессиональной деятельности специалиста. – Корректировка стратегий и тактики работы с клиентами. – Разъяснение и контроль над соблюдением этических принципов работы психолога-консультанта. – Определение границ эффективности консультативного способа взаимодействия и необходимости обращения к другим специалистам (психотерапевтам, врачам, юристам, священнослужителям и т.д.). – Освоение последовательности действий консультанта в случае суицидального обращения.
Координация деятельности специалистов центра	<ul style="list-style-type: none"> – Обсуждение случаев работы нескольких консультантов с одним клиентом и согласование их действий. – Трансляция принципов и условий работы центра.
Накопление и осмысление опыта практической деятельности в контексте консультативной персонологии	<ul style="list-style-type: none"> – Сбор эмпирических данных (аудио-, видеозаписи супервизий, расшифровки консультативных сессий и обучающих семинаров). – Исследование эффективности применения методов экзистенциального анализа, способов обучения психологическому консультированию, процесса профессионального становления психолога-консультанта и т.д. – Научное обоснование и развитие экзистенциального анализа и практики психологического консультирования.

концепции динамики профессионального становления психологов-консультантов (Хамитова, 2000; Stoltenberg et al., 1995).

Экзистенциальный анализ и логотерапия — это феноменологическое направление психологического консультирования и психотерапии, центральной темой которого выступает человек во взаимодействии с миром. В его основе лежит идея о том, что необходимым условием и одновременно способом достижения индивидуальностью исполненного бытия — *экзистенции* — является развитие им собственной индивидуальности.

Экзистенциальный анализ начал создаваться в 1930-е гг. В. Франклом, который позднее отошел от этого направления и сосредоточил свои усилия на разработке логотерапии. А. Лэнгле не только развил идеи своего учителя, но во многом переосмыслил и дополнил их, что позволяет говорить о самобытности созданной им концепции. В настоящее время экзистенциальный анализ А. Лэнгле является научно обоснованным и эмпирически проверенным подходом в психологии, признанным мировым сообществом (Международной психотерапевтической федерацией, Европейской психотерапевтической ассоциацией и т.д.). Долгосрочные образовательные программы по данному направлению проводятся в Австрии, Аргентине, Канаде, России, Чили. Подчеркнем, что за годы существования практики экзистенциально-аналитической помощи в России была продемонстрирована ее эффективность в дистанционном консультировании (Лэнгле и др., 2005) и в супервизорском сопровождении специалистов (Размахнина, 2011).

В соответствии с данным подходом, вслед за В. Франклом, человек рассматривается как живое единство трех измерений: телесного, психического и духовного. Основные темы, содержания духовного измерения человека обобщены А. Лэнгле в разработанной им концепции фундаментальных мотиваций. Анализируя характер запросов, которые обращает ситуация к человеку, он выделяет в них четыре горизонта: возможного, ценного, этически допустимого и осмысленного. В соответствии с этим автор намечает четыре основополагающие области экзистенции: внешний мир, его условия и возможности; жизнь, человеческая природа в ее витальности; бытие собой; будущее с его возможностями для воплощения и призывом к действиям. Эти фундаментальные условия исполненной жизни всегда присутствуют в бытии индивида и выступают четырьмя фундаментальными экзистенциальными мотивациями человека: мотивацией к физическому и духовному преодолению бытия, к тому, чтобы «мочь быть» в мире; мотивацией к получению радости от жизни и переживанию ценностей, к тому, чтобы «нравилось жить»; мотивацией к аутентичности и справедливости, к тому, чтобы «иметь право быть собой»; мотивацией к экзистенциальному смыслу и реализации ценности, к тому, чтобы «действовать должным образом».

В практике экзистенциально-аналитического консультирования эта концепция применяется для структурной и процессуальной диагностики трудностей клиента, концептуализации индивидуального случая, а также для планирования стратегии

и тактики консультативного процесса. В ходе помощи клиентам используются три группы методов: методы, направленные на ресурсы, на проблему и на развитие личности.

Так как предлагаемая нами модель супервизорского сопровождения ориентирована на начинающих консультантов, мы постарались оптимизировать ее под запросы именно этой группы специалистов.

Анализ литературы по проблеме профессионального становления психологов-консультантов позволил выявить следующую *специфику профессиональной ситуации молодых специалистов*.

Начинающий консультант сталкивается с противоречием между присущим ему уровнем профессионализма и сложностью задач, возникающих в ходе его практической деятельности. В эмоциональном плане это несоответствие между умениями и требованиями отражается в виде диффузной тревоги, страхов, неуверенности в собственных профессиональных возможностях. Молодой специалист занят поисками ответов на три главных вопроса: «*Что представляет собой психологическое консультирование?*», «*Как я могу консультировать?*» и «*Действительно ли я способен выполнять эту работу успешно?*». При этом у него еще нет сформированной системы критериев оценки своей профессиональной деятельности и ее эффективности, нет надежного «инструмента» для уловления личностных и профессиональных вкладов в клиента. Рефлексия консультативного процесса во многом является ограниченной: консультант фокусируется на частных деталях сессии, от его внимания час-

то ускользают психотерапевтические отношения, перспектива дальнейшей работы, причины, внутренние основания обращения человека за консультацией и т.д.

На начальном этапе профессионального становления консультант обнаруживает амбивалентное отношение к супервизорской поддержке. С одной стороны, он стремится к ее получению, с другой — испытывает стыд и страх перед супервизором. В содержательном плане специалист заинтересован, в первую очередь, в обретении от супервизора конкретных рекомендаций, техник, «рецептов» правильного поведения с клиентом, а также в выстраивании стратегии и тактики консультативного процесса.

Соответственно, супервизорское сопровождение должно быть направлено на эмоциональную поддержку и подтверждение консультанта в статусе профессионала, формирование и тренировку профессиональных навыков, оказание помощи в диагностике и концептуализации случая, планирование траектории дальнейшей работы, экспертную оценку осуществляемых консультантом интервенций, прояснение связанных с клиентом переживаний. Кроме того, супервизии должны быть ориентированы на анализ психотерапевтических отношений, поощрение инициативности и креативности специалиста, формирование профессионального самосознания и идентичности, приобщение к профессиональному сообществу.

Реализация указанных целей и задач позволяет обеспечить следующие **результаты супервизорского сопровождения**: высокое качество

предоставляемых клиентам услуг, развитие и эмоциональное благополучие консультантов, согласованную работу коллектива центра, участие в жизни экзистенциально-аналитического сообщества, вклады в развитие экзистенциального анализа и консультативной персонологии.

На практике применение данной модели предполагает использование на регулярной основе различных **форматов супервизорского сопровождения**: индивидуального и группового, заочного и очного, клинического и образовательного.

Применение *индивидуальных супервизий* связано с гибкостью, полнотой видения стиля работы консультанта, а также привлекательностью данного формата для специалиста (Prieto, 1998; Ray, Altekruze, 2000). В частности, этот формат позволяет реализовывать индивидуальную программу встреч с супервизором, дает обзор различных индивидуальных случаев консультанта, позволяет фиксировать прогресс в работе с конкретным клиентом и динамику профессионального развития в целом, а также обеспечивает высокий уровень конфиденциальности (Efstation et al., 1990). Жанр индивидуальной беседы облегчает прояснение трудных, эмоционально нагруженных профессиональных ситуаций, которые консультант не может обсуждать с коллегами.

Использование *групповых супервизий*, помимо экономических соображений, обусловлено существенными преимуществами данного формата. Так, в групповой работе консультант не только анализирует случаи из собственной практики, но и получает доступ к опыту коллег, обнаруживает универсальность ряда про-

фессиональных сложностей и одновременно знакомится с богатством индивидуальных стилей работы. Источником поддержки для него становится не только супервизор, но и другие участники обсуждения (Булюбаш, 2003). Непохожесть, разнообразие откликов укрепляет сложность, многомерность профессиональной рефлексии специалиста. Помимо этого, групповые супервизии могут способствовать сплоченности коллектива.

Заочные супервизии предполагают анализ индивидуальных случаев на основе подготовленных консультантом презентаций. Супервизор не присутствует лично во время сессии, и источником информации выступает молодой специалист. В соответствии с правилами экзистенциально-аналитических супервизий, презентация индивидуального случая должна содержать: ясно сформулированный запрос к супервизору, краткие сведения о клиенте и указание количества проведенных сессий, антропологическую, структурную и процессуальную диагностику трудностей клиента, информацию о динамике консультативного процесса, применяемых методах и техниках.

Представляется важным также проведение *очных супервизий*. В случае получения информированного согласия клиента супервизор может стать свидетелем живого консультативного процесса и получить собственное, основанное на непосредственном восприятии впечатление о работе специалиста. Подобный опыт является особенно важным на начальных этапах профессионального становления, когда консультант еще не обладает развитой способностью к

профессиональному самовосприятию и к рефлексии психотерапевтического взаимодействия.

Поскольку данная модель адресована молодым специалистам, в ее структуру включены образовательные супервизии (Щукина, 2008а). В процессе образовательных супервизий происходит обучение консультантов экзистенциально-аналитическим техникам и методам, осмысление практического опыта с теоретических позиций, а также ознакомление консультантов с более общим контекстом консультативной персонологии.

Клинические супервизии ориентированы, в первую очередь, на анализ и развитие практической деятельности консультанта. В рамках этих встреч специалисты получают возможность прояснения индивидуальных трудностей, возникающих в работе с клиентами, и обнаружения более эффективных способов помощи; обретают эмоциональную поддержку и ориентиры для построения индивидуальной траектории профессионального развития. Важными темами также выступают: профессиональное самосознание и идентичность специалиста, причастность к профессиональному сообществу, психологическое консультирование как феномен культуры.

В *содержательном плане* данная модель предполагает использование тематических супервизий и супервизий, связанных с текущей практикой консультанта.

При учете специфики экзистенциального анализа как метода консультирования и профессиональной ситуации молодого специалиста нам кажется уместной организация следующих *тематических супервизий*:

- суицидальные обращения и кризисная интервенция;
- композиция сессии;
- работа с агрессивными клиентами;
- способы обхождения с давлением, оказываемым на консультанта;
- феноменологический метод в практике дистанционного консультирования;
- «забота о себе»: психогигиена.

В случае необходимости возможна также организация серии супервизий, направленных на анализ практики применения конкретных экзистенциально-аналитических методов («Персональный экзистенциальный анализ», «Метод укрепления воли», «Метод занятия персональной позиции» и т.д.).

Таким образом, супервизии являются центральным элементом подготовки и профессионального сопровождения психологов-консультантов. Реализация полноценной супервизорской поддержки вносит вклад в эмоциональное благополучие специалиста и его клиентов, а также способствует развитию психотерапевтического метода, практики психологической помощи и консультативной персонологии.

Литература

- Буллобаш И.Д.* Основы супервизии в гештальт-терапии. М.: Изд-во Института психотерапии, 2003.
- Лэнгле А.* Персональный экзистенциальный анализ // Психология индивидуальности: Новые модели и концепции / Под науч. ред. Е.Б. Старовойтенко, В.Д. Шадрикова М.: НОУ ВПО МПСИ, 2009а.
- Лэнгле А.* Фундаментальные мотивации экзистенции как действенная структура экзистенциально-аналитической терапии // Экзистенциальный анализ. Бюллетень. 2009б. № 1. С. 9–29.
- Лэнгле А.* Что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций. М.: Генезис, 2006.
- Лэнгле А., Зайцев С.Н., Шумский В.Б.* Экзистенциальный анализ в практике телефонного психологического консультирования // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. Т. 2. № 2. С. 99–109.
- Размахнина Д.Ю.* Возможности супервизии работы начинающих тренеров подростковых групп на основании модели персонального экзистенциального анализа А. Лэнгле // Экзистенциальный анализ. 2011. № 3. С. 181–201.
- Хамитова И.Ю.* Развитие профессиональной идентичности консультанта [Электронный ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. Электрон. журн. 2000. № 1. URL: <http://psyjournal.ru/index.php>.
- Щукина Ю.В.* Особенности «образовательной» и «клинической» супервизии школы Понимающей психотерапии. 2008а. [Электронный ресурс]. URL: http://pk.mgppu.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=356&Itemid=1.
- Щукина Ю.В.* Функции супервизии в обучении методу понимающей психотерапии. 2008б. [Электронный ресурс]: URL: http://pk.mgppu.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=269&Itemid=128.
- Efstation J.F., Patton M.J., Kardash C.A.* Measuring the working alliance in counselor supervision // Journal of Counseling Psychology. 1990. 3. 322–329.
- Goodyear R.K., Bernard J.M.* Clinical supervision: Lessons from the literature // Counselor Education and Supervision. 1998. 38. 1. 6–22.
- Prieto L.R.* Practicum class supervision in SACREP-accredited counselor training programs: A national survey // Counselor Education and Supervision. 1998. 38. 113–124.
- Ray D.C., Altekrose M.* Effectiveness of group supervision versus combined group and individual supervision // Counselor Education and Supervision. 2000. 40. 1. 119–130.
- Stoltenberg C.P., McNeil B.W., Crethar H.C.* Persuasion and development in counsellor supervision // The Counselling Psychologist. 1995. 23. 633–648.