

УДК: 159.923.

Наталія Дмитрівна Володарська,
кандидат психологічних наук, провідний науковий співробітник
лабораторії психології особистості імені П.Р.Чамати,
Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України,
вул. Паньківська, 2, м. Київ, Україна

ОСОБЛИВОСТІ СУПЕРВІЗІЇ ДЛЯ ВЕДУЧИХ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ГРУП У КОНТЕКСТІ ЇХНІХ СВІТОГЛЯДНИХ ОРІЄНТАЦІЙ

Стаття присвячена розгляду особливостей ведення супервізії. Визначені труднощі ведення групової супервізії, встановлення границь, формування контракту. Досліджені проблеми очікувань початківців-терапевтів, що впливають на установавання границь і контракту в супервізії. Окреслено шляхи подолання труднощів у професійній підтримці терапевтів. Уточнено особливості різних функцій супервізії, що передбачають розуміння людини як активного, свідомого суб'єкта життя, суб'єкта усіх проявів власної життєдіяльності, у тому числі і професійної. Створений новий досвід в терапевтичній взаємодії розглядається як умова особистісних змін клієнта і психотерапевта. Прояв соціальної взаємодії у цьому новому досвіді дає можливість клієнту усвідомити власні обмеження та ресурси в цілеспрямованому регулюванні цього процесу, здатність досягати бажаних змін як в собі, так і в навколишній соціальній дійсності.

Ключові слова: супервізія, функції супервізії, взаємодія терапевта і клієнта, взаємодія супервізора і терапевта, суб'єктність.

Сучасні навчальні програми для соціальних робітників, шкільних психологів, студентів факультетів психології не завжди передбачають отримання супервізії та навчання її проведення. Рекламується велика кількість терапевтичних груп, навчальних програм і зовсім небагато програм існує для отримання професійної підтримки ведучим цих груп. Необхідність дослідження проблем супроводу для ведучих навчальних тренінгів, майстер-класів, терапевтичних груп є вельми актуальною в сучасних умовах розвитку терапевтичних послуг. Останні розробки вітчизняних і зарубіжних дослідників в галузі супервізійної підтримки психологів-практиків більш спрямовуються на розгляд наукових напрямків та теорій ведення груп (В. Каган, О. Ф. Калітєвська, О. М. Моховіков, Д. О. Леонтьєв, Д. С. Хломов, В. Кулішов), і замало уваги приділяється дослідженню ролі світоглядних орієнтацій особистості ведучого груп. Ми погоджуємося з думкою В. Кагана про те, що усі теорії, напрями, підходи до практики ведення терапії – це фрейми, які підбираються за особистісними потребами терапевта. Для одного терапевта ближче мова Хайдегера, для іншого – це складно [7]. Супервізія передбачає особливості відбору певної системи взаємодії з терапевтом. У той самий спосіб як люди різних релігійних конфесій знаходять свою групу, в якій співпадають їхні погляди на життя, світоглядні орієнтації, підбираються методи, підходи, теорії, стратегії терапії. Тому розгляд особливостей супервізії для ведучих терапевтичних груп в контексті їхніх світоглядних орієнтацій стає особливо актуальним в сучасних кризових умовах нашого суспільства.

Мета статті: визначення особливостей супервізії для психологів, практика яких включає ведення терапевтичних груп.

Завданнями дослідження визначено:

1. Розгляд теоретичних підходів до ведення індивідуальної та групової супервізії для психотерапевтів.

2. Дослідження ролі світоглядних орієнтацій психотерапевта у взаємодії з супервізором.

У полі зору останніх дослідницьких робіт вітчизняних та зарубіжних психотерапевтів виокремлюється проблема особливостей надання супервізії ведучим терапевтичних груп. Це і особливості отримання індивідуальної супервізії, і введення супервізійних груп для психотерапевтів [6].

Теоретико-методологічною базою цих досліджень є методи психоаналітичної психотерапії (Ш. Ференци, Т. Френч, Ф. Александер, Д. Малан, П. Сифнеос, Д. Манн та інші.); екзистенційно-гуманістична психологія та психотерапія (К. Роджерс, А. Маслоу, В. Франкл, Р. Мей та інші.); теорії об'єктних відносин (Д. Віннікот, О. Кернберг, Р. Ферберн, Д. Боулби, М. Балінт та інші) [2,5].

Різні теоретичні напрями і підходи так чи інакше торкаються проблеми світобачення особистості, що впливає на ведення та отримання супервізійної підтримки психотерапевтом. У цій підтримці важлива роль відводиться урівноваженню усіх точок зору бачення світу, спрямованості на прийняття та повагу до неповторності людського буття кожної людини. Ці особливості індивідуального світосприйняття відбиваються на взаємодії супервізора і психотерапевта. В періоди криз в суспільстві ця проблема загострюється, оскільки виникають зміни світоглядних орієнтацій особистості психотерапевтів, клієнтів, супервізорів. Виникають труднощі у взаєминах, у сприйманні реальності такою, як вона є, пошуках нових життєвих смислів. У суспільстві навіть ті люди, які традиційно виступали як носії єдиної думки, самі знаходяться сьогодні в стані деякої розгубленості, дотримуються різних мінливих і суперечливих думок, сперечаються один з одним, змінюють свої погляди. Така

соціально-психологічна ситуація має позитивні і негативні аспекти. Позитивне в ній полягає у тому, що відсутність єдиного і однозначного світоглядного орієнтиру спонукає особистість самостійно переосмислювати і ухвалювати свої рішення. Це сприяє їх прискореному розвитку і перетворенню в зрілих осіб, що володіють незалежністю думок, внутрішньою свободою, що мають власну точку зору і готові її відстоювати. Але, з іншого боку, подібна ситуація веде до швидкого розділення людей на групи, відмінних одна від одної за рівнем соціальної та етично-світоглядної зрілості, до відставання одних і більш швидкого психологічного розвитку інших. У найскрутнішому положенні опиняються ті, хто сам не в змозі зробити власний вибір. Найскладніше молоді розібратися в політиці, економіці, самовизначитися в цих сферах людських відносин. Окрім того, що все це відбувається стихійно, у характері сучасної молоді людини закладається властива сучасному суспільству хронічна незадоволеність і безглузде прагнення до підвищення свого соціального статусу і матеріального добробуту. Тому, у загальному випадку, якого б положення особистість у суспільстві не досягла, який би імідж собі не створила, вона буде незадоволеною, тому що ця незадоволеність є рисою характеру. Саме ця незадоволеність підштовхує індивіда до удосконалення свого іміджу. Процес змін спирається на фіктивні цілі (ті цілі, що визначають спрямованість нашого життя і його призначення).

У вирішенні проблем зміни світоглядних орієнтацій особистості в пошуках виходу з кризових ситуацій задіяні механізми формування життєвої стійкості, здатності ставити цілі і знаходити шляхи їх досягнення. Різні психотерапевтичні напрями мають за мету зміну ставлення особистості до своїх можливостей у подоланні кризових ситуацій, знаходженні нових життєвих стратегій. За умов усвідомлення особистістю своїх потреб, якостей, можливостей, віри у свої сили, можлива психокорекційна допомога клієнту. Психотерапевт налаштовує клієнта на самореалізацію, духовно-особистісну інтеграцію. Екзистенційний напрямок психотерапії спрямовує клієнта на пошук нових життєвих смислів [1]. Втрата смисло-життєвих орієнтирів особистості несе за собою низку негативних наслідків, які ведуть до саморуїнації. У випадку термінальної ситуації, коли особистість опиняється вже поза межами екзистенційного вибору між життям і смертю, підтримка спрямовується на допомогу у прийнятті реальності. Метою психотерапевтичної допомоги людині стає повернення її до повноцінного життя, покращення якості життя, стану душевного благополуччя, що забезпечує успішну регуляцію поведінки. Представники гуманістичного напрямку у психотерапії виокремлюють саме зв'язок психічного здоров'я з самоактуалізацією особистості. Виділяють критерії самоактуалізованої особистості: природність, незалежність, автономія. За рахунок самоактуалізації особистості досягається профілактика психічного нездоров'я особистості – через позитивне ставлення до життя, реалістичне сприйняття життя, прагнення до змін, до не-

залежності, до гармонії з навколишнім світом, до духовного розвитку (Маслоу, Олпорт, Роджерс). Життєва духовна цінність – реалізація потреб особистості, що визначає специфічність духовного буття особистості. Прагнення до самореалізації стає потенціалом до саморозвитку особистості, процесу її самотворення.

В супервізійній роботі важливе місце посідає світоглядне самовизначення учасників взаємодії. Світоглядне самовизначення визначається рефлексивною спрямованістю суб'єкта на оцінювання, надання смислу подіям, які активно переживаються, переосмислюються і виділяються особистістю як відносно самостійні моменти життя. Необхідними умовами такої детермінації є відповідальність за вибір життєвих цілей, мети та засобів їх реалізації, усвідомлення своїх ресурсних можливостей. Мета психотерапії – визначити шляхи реконструкції втрачених часток відчуттів особистісної цілісності, її потреб, ставлень, що формує картину світу. В процесі супервізії психотерапевт відновлює власні прогалини бачення ситуації, знаходження власних ресурсів у роботі з клієнтом. Власні світоглядні орієнтації дають можливість спиратися на певну ієрархію життєвих цінностей, порівнюючи зі світобаченням інших. Як зазначав С. Л. Рубінштейн, «Ми сприймаємо світ крізь призму суспільної свідомості» [3], тому певний контекст картини світу формується соціальним оточенням. У цей соціальний контекст взаємодії з супервізором входять світоглядні орієнтації обох сторін. Психотерапевт, відшукуючи методи роботи з клієнтом, спирається на усталені засади власного життя, світобачення, усвідомлюючи себе часткою суспільства, носієм загальних цінностей суспільства. Турбота про свою особистість, її розвиток, вдосконалення є умовою повноцінного включення психотерапевта в професійну діяльність, в суспільне життя. Щоб віддавати щось іншим (клієнту, загалом спільноті), треба володіти певними ресурсами, можливостями. Отже, супервізійна взаємодія передбачає взаємопроникнення знань, самоудосконалення психотерапевта через отримання нового досвіду, іншого світобачення, світосприйняття [4, 6]. Суттєвою ознакою професійного становлення психотерапевта є дієвий характер самотворення особистості, органічне проникнення у різні прояви активності, поведінки та діяльності. Це не тільки споглядальна, теоретична самоактивність, а й така, що виникає на основі єдності свідомості та реальної професійної діяльності. Усвідомлення психотерапевтом можливостей змін не лише власної особистості, але й змін у житті інших людей, які передбачають зміни навколишнього соціального середовища загалом, конструктивно впливає на професійне самовдосконалення. Процес самотворення професіонала є внутрішнім діяльним початком, своєрідною ентелехією розвитку особистості [7, 8]. Ця стрижнева сутнісна здатність забезпечує можливість безперервних змін у структурі особистості як динамічної, самоврегульованої та відкритої системи. Не дивлячись на те, що саме поняття «само творення» акцентує нашу увагу на внутрішньому в особистості, процес самотво-

рення у своїх позитивних характеристиках не означає замкнутості індивіда на власних внутрішніх проблемах, оскільки у такому випадку зникав би соціальний сенс самовдосконалення. Він перетворився б у непотрібні, позбавлені життєвої доцільності, індивідуалістичні маніпуляції. Супервізія передбачає не тільки професійне вдосконалення, але й стає умовою самовдосконалення особистості, становлення «суб'єкта життя». Як зазначав С. Л. Рубінштейн, «Особисте життя людини, це – найбагатше, найконкретніше, що включає в себе як одиничне різноманіття, так і ієрархію все більш абстрактних ставлень ... особисте життя виступає не як приватне життя, ... з якого все суспільне відчужене, але як життя, що включає суспільне, але і не лише його, а й пізнавальне ставлення до буття, ... і ставлення до іншої людини як людської істоти, як утвердження її існування» [3, с. 345]. Завдяки цьому особистість здатна регулювати, організувати свій життєвий шлях, підпорядкований власним цілям, цінностям, представляє собою вищий рівень і справжню оптимальну якість суб'єкта життя. Супервізія передбачає розуміння людини як активного, свідомого суб'єкта життя, суб'єкта усіх проявів власної життєдіяльності, у тому числі і професійної. Створений новий досвід в терапевтичній взаємодії стає умовою особистісних змін клієнта і психотерапевта. Прояв соціальної взаємодії в цьому новому досвіді дає можливість клієнту усвідомити власні обмеження та ресурси в цілеспрямованому регулюванні цього процесу, здатність досягати бажаних змін як в собі, так і в навколишній соціальній дійсності.

У дослідженні можливостей групової супервізії для психотерапевтів (2013-2015 р.р., м. Київ, проведення інтерв'язорської групи членів УСП, 29 осіб) визначалися зміни уявлень учасників про особистісні ресурси, світоглядні уявлення в роботі групи. Більшість учасників виявили бажання проходити терапію у супервізора, а не супервізію. Бажання замінити супервізію своєї роботи з клієнтами власною терапією частково було опосередковане почуттям заздрощів до клієнта, яким у ході терапії вони не тільки приділяли увагу, бажану для себе, але й додатково приділяли увагу під час супервізії. Усвідомлюючи необхідність актуалізації змін в осмисленості своїх бажань, в групі відбувається якісне переосмислення терапевтами сутності та значення досліджуваної проблеми, необхідний підбір форм підтримки терапевта, якої він потребує. Деяким молодим терапевтам потрібна допомога в адаптації корисних навиків консультанта в новому контексті супервізії. Деяким терапевтам важко відмовитися від досвіду консультації, і це впливає на проведення супервізії. Супервізори перетворюють терапевтів в своїх квазіклієнтів. Виникає колізія в заміні функції супервізії за контекстом, фокусом та рамками, що потребує більш розвину-

тої етичності. Супервізору важливо усвідомлювати власні почуття, мотиви, очікування, які пов'язані з роллю супервізора. Світоглядні орієнтації учасників групи можуть вступати в протиріччя етичного рішення, намагання впоратися з ваганнями, сумнівами в виконанні функцій супервізії: освітньої, підтримки та направляючої. Члени групи виокремлюють свої бажання: краще розуміти клієнта, краще усвідомлювати власні реакції в діалозі, дослідити свої інтервенції у взаємодії з клієнтом, краще розуміти динаміку змін в терапії з боку клієнтських реакцій, визначати нові методи роботи з проблемами. Найскладнішу проблему визначають як професійне вигорання через ідентифікацію з клієнтськими проблемами, переживаннями. Ідентифікуючи свої проблеми з клієнтськими, терапевт переповнений емоціями, які виникають через емпатію до клієнта, що може викликати біль, дистрес, розгубленість. Супервізія допомагає усвідомлювати ці емоції, переживання, навчитися контролювати будь-які реакції. Направляюча функція супервізії забезпечує контроль за можливостями пошуку нового досвіду в терапії, усвідомлення «сліпих», «німих», «глухих» плям терапевтом, протиріччя у світоглядних орієнтаціях, когнітивного дисонансу. Одним з методів роботи з актуалізацією очікувань в супервізії є метод незакінчених речень: «Успішність в супервізії для мене буде ...», «Я відчуваю страх від того, що в супервізії ...». Виявлення очікувань дає можливість визначити власні ідеальні конструкти і реальний досвід терапевта і супервізора.

Висновки. У початківців-супервізорів та терапевтів виникає проблема кордонів між консультуванням і супервізією або терапією. Під час роботи у терапевта можуть виникати власні почуття, переживання, страждання, які потребують усвідомлення і розкриття в індивідуальній терапії. Особистий матеріал терапевта аналізується в ході сесії тільки в тому випадку, коли він прямо впливає на проблему, яка обговорюється.

Для формування контракту стосовно кордонів у будь-якій формі супервізії, робочого альянсу необхідна актуалізація взаємних очікувань (страхів, надій, уявлень). Криза ідентичності психотерапевта дає поштовх до перегляду його очікувань щодо професійної діяльності, ієрархії цінностей, світоглядних орієнтацій.

У дидактичній супервізії проявляється консультативна практика (питання організації терапії: оплата, час, місце проведення, терапевтичний контракт, пропуски, запізнення тощо).

У стилях супервізії важливу роль відіграють світоглядні орієнтації особистості, теоретичні орієнтації, система переконань. Важливо усвідомлювати, як це впливає на ставлення до клієнта і роботу з ним.

Перспективами подальшого дослідження є розгляд впливу культурального аспекту на взаємодію терапевта і клієнта, супервізора і терапевта.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. / И. Ялом / Пер. с англ. Т.С. Драбкиной. – М.: Независимая фирма «Класс», 2005. – 576 с.
2. Витакер Д.С. Группы как инструмент психологической помощи / Пер. с англ. В.П. Чурсина. / Д.С. Витакер. – М.: Независимая фирма «Класс», 2000. – 432 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М., 1976. – 345 с.
4. Ховкинс П., Шохет Р. Супервизия. Индивидуальный, групповой и организационный подходы / П. Ховкинс., Р. Шохет. – СПб.: Речь, 2002. – 352с.

REFERENCES

1. Yalom, I. (2005). *Ekzistentsialnaya psikhoterapiya [Existential psychotherapy]*. (T. S. Drabkina, Trans.). Moscow: Nezavisimaya firma "Klass" [in Russian].
2. Vitaker, D. S. (2000). *Gruppy kak instrument psikhologicheskoy pomoschi [Groups as an instrument of psychological aid]*. (V. P. Chursina, Trans.). Moscow: Nezavisimaya firma "Klass" [in Russian].
3. Rubinshtein, S. L. (1976). *Osnovy obschei psikhologii [Fundamentals of general psychology]*. Moscow [in Russian].
4. Hovkins, P., Shokhet, R. (2002). *Superviziya. Individualnyi, gruppovoy i organizatsionnyi podkhody [Supervision. Individual, group and organizational approaches]*. St.Petersburg: Rech [in Russian].
5. *Geshtalt-obzor. Sbornik materialov obschestva praktikuyuschikh psikhologov «Gestalt-podkhod»*

5. Гештальт-обзор. Сборник материалов общества практикующих психологов «Гештальт-подход» (украинский филиал программы «МГИ»). – №4. – Одесса: Сикс-принт, 2014. – 156 с.
6. Фопель К. Барьеры, блокады и кризисы в групповой работе. Сборник упражнений. Пер.с нем. / К.Фопель / – 3-е изд. – М.: Генезис. – 22 с.
7. Сименс Х. Практическое руководство для гештальттерапевтов. Пер. С голландского / Харм Сименс. – СПб.: «Издательство Пирожкова», 2008. – 168 с.
8. Хломов Д. Парадоксы гештальттерапии / Д. Хломов // Сборник лекций. – М., 2011. – 143 с.

- (ukrainskiy filial programi «MGI») [Gestalt-review. Proceedings of the Association of Practicing Psychologists "Gestalt-Approach" (Ukrainian branch of «MGI» programme)]. (2014). Odessa [in Russian].
6. Fopel, K. (2008). *Baryery, blokady i krizisy v gruppovoi rabote. Sbornik uprazhneniy [Barriers, blockades and crises in group work. Exercises book]*. (K. Fopel, Trans.) (3rd ed., rev.). Moscow: Genesis [in Russian].
7. Simens, Kh. (2008). *Prakticheskoye rukovodstvo dlya geshtalt terapevtov [Practitioner guide for gestalt-therapists]*. St.Petersburg: «Izdatelstvo Pirozhkova» [in Russian].
8. Khlomov, D. (2011). *Paradoksy gestaltterapii [Antinomies of gestalt-therapy]*. Moscow [in Russian].

Наталья Дмитриевна Володарская,
кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник
лаборатории психологии личности имени П.Р.Чаматы,
Институт психологии имени Г. С. Костюка НАПН Украины,
ул. Паньковская, 2, г. Киев, Украина

ОСОБЕННОСТИ СУПЕРВИЗИИ ДЛЯ ВЕДУЩИХ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ГРУПП В КОНТЕКСТЕ ИХ МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКИХ ОРИЕНТАЦИЙ

Статья посвящена рассмотрению особенностей проведения супервизии. Определены трудности ведения групповой супервизии, установления границ, формирования контракта. Исследованы проблемы ожиданий, идеальных конструкторов ведения терапевтической сессии и супервизии у начинающих терапевтов и супервизоров, которые влияют на установление границ и контракта в супервизии. Очерчены пути преодоления сложностей в профессиональной поддержке терапевтов. Уточнены особенности разных функций супервизии, что предполагает понимание человека как активного, осознанного субъекта жизни, субъекта всех проявлений собственной деятельности, в том числе и профессиональной. Созданный новый опыт в терапевтическом взаимодействии рассматривается как условие личностных изменений клиента и психотерапевта. Проявление социального взаимодействия в этом новом опыте дает возможность клиенту осознать собственные ограничения и ресурсы в целенаправленном регулировании этого процесса, способность достичь желаемых изменений как в себе, так и в окружающей социальной реальности. В дидактической супервизии проявляется консультативная практика терапевта (вопросы организации терапии: оплата, время, место проведения, терапевтический контракт, пропуски, опоздания). В стилях супервизии обозначена роль мировоззренческих ориентаций личности, теоретические подходы, система убеждений. Важно осознавать, как она воздействует на отношение к клиенту и работу с ним. Определены перспективы дальнейшего исследования – рассмотрение влияния культурального аспекта на взаимодействие терапевта и клиента, супервизора и терапевта.

Ключевые слова: супервизия, функции супервизии, взаимодействие терапевта и клиента, супервизора и терапевта, субъектность.

*Natalia Volodarska,
PhD (Candidate of Psychological Sciences), Leading Researcher,
Laboratory of Personality Psychology named after P. R. Chamata,
Institute of Psychology named after G. S. Kostyuk of NAES of Ukraine,
2, Pankivska Str., Kyiv, Ukraine*

**SUPERVISION PECULIARITIES FOR LEADING TREATMENT
GROUPS IN TERMS OF THEIR WORLDVIEW ORIENTATIONS**

The article deals with the peculiarities of conducting supervision. The difficulties of conducting group supervision, of boundaries establishment and of a contract formation are identified. Problems of expectations, ideal constructs of conducting a therapy session and supervision by newcomers- therapists and supervisors, which affect boundaries and contract establishment in supervision, have been studied. The ways of overcoming difficulties in therapists' professional support are determined. Features of various functions of supervision, which suppose considering a person as an active, conscious subject of life, subject of all manifestations of his/her own activities, including professional, are specified. The created new experience in therapeutic interaction is considered as condition of client and psychotherapist's personal changes. Manifestation of social interaction in this new experience allows the client to be aware of his/her own restrictions and resources in targeted regulation of this process, of the ability to achieve desired changes, both in him-/herself and in the surrounding social reality. The advisory practice of a therapist is manifested in didactic supervision (issues of therapy organization: payment, time, location, therapeutic contract, absences, delays). The role of worldview orientations of a personality, theoretical approaches and belief system is defined in the styles of supervision. It is important to be aware of its impact on a client and on the work with him/her. The prospects for further research are determined; they include the analysis of the cultural aspect influence on the interaction between a therapist and a client, a supervisor and a therapist.

Keywords: supervision, supervision functions, interaction of a therapist and a client, of a supervisor and a therapist, subjectivity.

Рецензент: доктор психологічних наук, професор Л. З. Сердюк

Подано до редакції 30.01.2015