

ПРОЦЕСС СУПЕРВИЗИИ КАК СИТУАЦИЯ В ГЕШТАЛЬТ-ПОДХОДЕ

Т.В. Рогачева (Екатеринбург)

Аннотация. Рассматривается супервизия как ситуация с позиции Гештальт-подхода. Предпринимается попытка дать анализ процесса супервизии, опираясь на трактовку ситуации К. Левиным и отечественными психологами.

Ключевые слова: ситуация, Гештальт-подход, супервизия.

В психологии вопрос о влиянии ситуации на человека и человека на ситуацию обсуждается давно. Принято рассматривать понятие ситуации в широком и в узком смысле слова. В широком смысле ситуация понимается как общая ситуация жизни человека, аналогичный смысл вкладывается в понятие «жизненное положение». В узком смысле ситуация связывается с конкретными событиями в жизни человека. Несомненно, ситуация супервизии – значимое событие как для психолога, подвергающегося этой процедуре, так и для супервизора. Каковы механизмы этого взаимовлияния?

Обсуждение вопроса о влиянии ситуации на человека было начато в социальной психологии К. Левиным. В 1917 г. была опубликована статья К. Левина «Военный ландшафт», в которой появляется идея психологической ситуации. Описывая один и тот же ландшафт с позиций представителей разных войск (артиллериста и пехотинца), Левин приходит к выводу, что нет просто местности, а есть воспринимаемая определенным образом местность. Именно восприятие оказывает существенное влияние на действия человека. В работе указывается, что военные действия структурируют ситуацию одним образом, а мирный контекст – совершенно другим. Левин пишет: «То, что находится внутри зоны сражения, принадлежит солдатам как их законная собственность не потому, что они могут это захватить – ведь в лежащих позади позиции захваченных областях дело обстоит по-другому, – но потому, что все, находящееся в зоне сражения, становится военными объектами, которые естественным образом предназначены для солдат... гражданские лица... не становятся «объектами военной реальности» (это значило бы, что их подозревают в шпионаже)» [4. С. 91]. Таким образом, уже в одной из первых работ К. Левин предполагает существенное воздействие на восприятие человека среды, включая в определение ситуации не только воспринимающего субъекта, но и саму окружающую среду.

В следующей работе – «Психологическая ситуация награды и наказания», которая уже в названии содержит понятие «ситуация», К. Левин дает типологический анализ ситуаций на примере взаимодействия взрослого и ребенка. Именно в этой работе вводится понятие «жизненное пространство ребенка» [5. С. 175], включающее как сферу власти взрослого, так и определенные области детской жизни (секретное детское «общество», дружба и общение с другим ребенком, определенные игры). Жизненное пространство существует для человека «психологически», представляя собой различные уровни

реальности в жизненном поле. Автор ставит проблему построения психологической ситуации через понятия «область», «барьер», «векторы сил», указывая на значимость анализа ситуации с позиции ее субъекта, а не внешнего наблюдателя.

Каковы свойства ситуации? В психологии мы имеем дело с «ситуативными единицами», указывает Левин. Эти единицы обладают протяженностью и в полевых, и во временных измерениях. Анализ временной протяженности приводит Левина к прояснению восприятия ситуации индивидом с позиции своего прошлого и прошлого физического и социального мира. Часто бывает, что эти взгляды неверны, тем не менее, подчеркивает Левин, именно эти взгляды составляют в жизненном пространстве индивида уровень реальности прошлого.

Здесь дается четкое определение поведения человека как функции от особенностей человека и свойств окружения. К. Левин предлагает формулу поведения:

$$B = f(P, E),$$

где B – поведение человека; f – функция; P – особенности данного человека; E – свойства окружения [5. С. 372].

Причем Левин подчеркивает, что «состояние человека и особенности окружения не являются полностью независимыми друг от друга... Иными словами, $E = f(P)$ и $P = f(E)$... Обобщая, можно сказать, что поведение зависит от состояния индивида и его окружения» [5. С. 373]. Левин указывает, что в каждый отрезок времени человек пребывает во взаимодействии со множеством взаимозависимых фактов, которые названы *полем* [5. С. 374]. Психология, указывает Левин, должна рассматривать жизненное пространство (включающее индивида и его окружение) в качестве единого поля. Здесь необходимо соблюдать некоторые правила. Во-первых, важным является различение ситуации, как она видится всем участникам, а не только одному человеку. Во-вторых, Левин не отбрасывает из анализа ситуации физические и социологические особенности ситуации, так как «они ограничивают множество возможных жизненных пространств, выступая в качестве *граничных условий* психологического поля» [5. С. 374]. В-третьих, для адекватной характеристики психологического поля следует принимать в расчет как конкретные моменты (например, определение цели, потребности, взаимоотношения с другими людьми), так и более общие характеристики поля, например атмосферу или меру свободы и ответственности индивида.

В.А. Барабанщиков и В.Н. Носуленко предлагают рассматривать ситуацию в качестве объекта восприятия

и вводят понятие «объект-ситуация». Данное понятие содержит систему обстоятельств, непосредственно определяющих актуальное поведение, деятельность и общение индивида. Авторы подчеркивают, что «это не просто объективная действительность или ее отдельные элементы, а объективная действительность, взятая в определенном отношении к воспринимающему ее субъекту и включающая его в качестве одного из своих компонентов» [1. С. 112]. Таким образом, ситуация, или объект восприятия, есть функция субъекта, включающая разнообразные элементы индивида и среды, объединенные общностью места и времени их существования, а также разнообразными связями (причинно-следственными, генетическими, структурными и пр.). Данные авторы особо указывают, что это понятие «выражает не просто обстоятельства, в которых оказывается индивид, а пространство его отношений в действительности (зависимость от нее, предпочтение или отвергание ее элементов, ожидание событий и пр.), отражаемое в образах и переживаниях и реализуемое в активности человека» [1. С. 114]. Другими словами, человек может внести определенные изменения или преобразовать ситуацию, но ситуация также по-своему активна, так как имеет собственные свойства.

Первым свойством ситуации выступает ее актуальность как «функциональный центр объекта, свойство (отношение), получившее мотивационное значение и возможность влиять на взаимодействие индивида со средой» [1. С. 116]. Ситуация отличается целостностью, так как тип ситуации, ее структура, предмет восприятия и стратегия активности субъекта зависят как от целей субъекта, ее значимости для индивида, так и от элементов, связей и отношений, детерминированных средой.

У объект-ситуации существует своя динамика, которая разворачивается не только во времени, но и в субъективном пространстве индивида. Разнообразие и динамика объект-ситуации создают, по мнению авторов, «полноту человеческого существования, множественность ее измерений и линий развития. Объект «предлагает» индивиду возможные цели, пути и способы восприятия, как бы подталкивая его к тому или иному решению» [1. С. 118].

Рассматривая супервизию как ситуацию, можно разработанные К. Левиным, а также отечественными психологами теоретические положения применить к анализу данного процесса. Тогда под супервизией понимаются не только интервенции, осуществляемые более опытным профессионалом по отношению к менее опытному, но и определенное влияние на процесс терапии клиента. Наиболее яркий пример такой интервенции анализирует И. Ялом в работе «Мамочка и смысл жизни», в главе о Мирне [7. С. 588–640]. Супервизор уверен, что терапевт совершил ошибку своей интервенцией (напомним, что на просьбу Мирны познакомиться ее с каким-нибудь богатым и одиноким клиентом терапевт

ответил: «На моей майке написано «Служба знакомств?»»). Терапевт же осознает, что именно после этого вмешательства Мирна претерпела потрясающие изменения, а главное – что изменился и он сам. Однако «жестокая правда» заключается в том, что клиентка прослушала нестерпимую магнитофонную запись анализа сессии с ней. Ялом пишет: «Терапевты должны оставаться в настоящем, оставаться честными с пациентом. Этого требует создание хороших взаимоотношений, которые помогут терапевту и пациенту пройти через любые испытания» [7. С. 637]. Потому достаточно часто клиент, особенно трудный клиент, тоже субъект супервизии. Рассмотрим основные структурные компоненты супервизии как ситуации.

Итак, **первый структурный компонент ситуации супервизии – это клиент**. Как правило, человек, обратившийся за помощью к психологу, страдает или имеет какую-то нерешенную проблему, его что-то не устраивает в жизни. Стрдание – это маркер существующего дисбаланса, выхода из позиции равновесия. Когда потребности и интересы человека и его среды не совпадают, являются взаимно противоречивыми, всегда возникает некоторое напряжение в системе «человек – мир». Тогда, согласно Гештальт-подходу, система переорганизуется так, чтобы прийти к равновесию. Человек приспосабливается к среде или приспосабливает среду к себе, и до тех пор, пока и его, и среду способы приспособления устраивают, существует некий баланс, динамическое равновесие.

Терапевту (психологу) необходимо помочь, а клиенту необходимо научиться использовать базовые принципы Гештальт-подхода. Именно Гештальт-подход с его акцентом на возвращение клиенту ответственности за то, что происходит в его ситуации, с большим пониманием и сочувствием встречает попытки человека избежать чрезмерного для него бремени ответственности, взять необходимое время для выстраивания и осознания (awareness) реального положения дел.

Поэтому целью психокоррекционной работы в Гештальт-психологии выступает помощь человеку обрести новое, удовлетворяющее его равновесие с окружающим миром – уникальное для данной личности и ситуации – уникальным, подходящим для нее способом. Для осуществления данной цели необходимо помочь человеку ясно осознавать как свои чувства, ощущения, эмоции, потребности, так и сигналы, воспринимаемые от других; понимать, кто именно может удовлетворить потребности и каким способом это можно осуществить. Поэтому процесс супервизии требует от Гештальт-психолога как терапевта и от Гештальт-психолога как супервизора непосредственного исследования процесса работы с клиентом. Супервизия оказывается необходимой, когда после сессии или после длительного отрезка работы терапевт чувствует незавершенность и/или неудовлетворенность ходом своей работы с клиентом. При

оценке работы психолога стоит обратиться и за комментариями к клиенту для выяснения по крайней мере его видения произошедшего и оценки эффективности работы психолога.

Второй структурный компонент – психолог-терапевт. Те отношения, которые выстраивает психолог в ходе сессий, обладают серьезным коррекционным потенциалом. С. Гингер указывает на следующие значения слова «терапия»:

- забота о религиозных отправлениях, культ богов;
- уважительное отношение к родителям, забота о них, служение;
- заботливый уход за телом;
- лечение [3. С. 4–5].

В супервизии принципиально обнаружение в объеме понятия «терапия» таких трактовок, как служение, забота, уважение. Поэтому суть отношений между психологом и клиентом можно охарактеризовать как партнерство. Дж. Бьюдженталь для обозначения «качества бытия в ситуации или отношениях» [8. С. 42] между людьми в психокоррекционном процессе использует понятие «присутствие», подчеркивая тем самым степень искренности и полноты, с которыми человек существует в конкретной ситуации. Присоединение к клиенту осуществляется через выяснение причин, побудивших его обратиться за помощью именно в данный момент. При этом возможно проявление эмпатии как попытки увидеть ситуацию глазами пациента, избегание критики в его адрес. Однако искренность подразумевает, что психолог может испытывать и негативные чувства по отношению к клиенту. Поэтому в Гештальт-подходе психолог может говорить обо всех своих эмоциях и чувствах, переживаемых им «теперь и здесь».

Партнерство осуществляется через диалог, причем не как форма речи, а как «открытая встреча двух феноменологий, феноменологии терапевта и феноменологии клиента» [8. С. 46]. Как пишут Р. Резник и Л. Эстрап, диалогичность супервизии требует:

- присутствия, т.е. доступности опыта и феноменологии как существования психолога и супервизора;
- включенности, т.е. попытки психолога и супервизора принять опыт клиента;
- способности психолога и супервизора «отдаться», другими словами, подчиниться диалогу, позволяющему родиться чему-то живому между двумя личностями, участвующими в этом процессе [10. С. 123].

Поэтому главный вопрос к психологу в супервизии: Что мешает этой личности существовать во всей ее полноте?

Третий структурный компонент – супервизор. Классическое определение супервизии дал Д. Пауэлл: «Супервизия – это упорядоченный процесс наставничества, в котором принципы трансформируются в практические навыки с четырьмя частично совпадающими фокусами: административным, оценочным, клиничес-

ким и поддерживающим» [9. С. 141]. Супервизору приходится держать в поле зрения не только деятельность терапевта, но и, при очной работе, клиента. Наиболее часто административный фокус связан с фасилитацией ответственности как терапевта, так и клиента.

Супервизор вынужден нести свой груз ответственности, причем не только за свою профессиональную работу, но и за тот резонанс, который вызывает его присутствие на сессии или при анализе сессии. Для супервизора важно организовать диалог, поскольку «в Гештальт-терапии и супервизии гештальт-терапевтов диалог является базовым состоянием, внутри которого становится возможным профессиональное развитие терапевта» [2. С. 72].

Анализируя те способы, с помощью которых психолог выстраивает свои отношения с клиентом, супервизор обращает внимание на осознанность психолога как постоянную внимательность к непрерывному потоку телесных и физических ощущений, чувств, мыслей, к смене «фигур», возникающих на переднем плане на фоне, образованном множеством переживаемых человеком фактов его жизни одновременно в телесном, эмоциональном и рациональном планах, в его воображении и поведении. В Гештальт-подходе, как известно, осознанность не сводится ни к пониманию, ни к анализу, ни тем более к интерпретации ситуации, поступков или чувств. Скорее, это «поощрение глобального осознания того, каким образом мы функционируем, как протекают процессы нашего приспособления к окружающей среде, интегрирование актуального опыта, как проявляются наши механизмы избегания и наши механизмы защиты» [3. С. 12–13]. И понятно, что осознанность связана как с оценочным, так и с поддерживающим фокусом супервизии.

Стоит обратиться и к этическим вопросам супервизии. Так, несмотря на отсутствие принятого этического кодекса Гештальт-сообщества, можно выделить базовые принципы супервизорской практики. К ним относятся безопасность психолога, проходящего супервизию, и клиента, участвующего в психокоррекционных мероприятиях; конфиденциальность как «хранение полученной информации в тайне» (кроме ситуаций, определенных законодательством и агрессивными тенденциями клиента); профессиональная и социальная ответственность; профессиональная компетентность и профессионализм.

Четвертый структурный компонент – факторы внешней среды, или поле, в определении К. Левина. Во время супервизии действует множество факторов – социальных (социальные роли, престиж, идентификации и пр.), экономических (вопросы оплаты, например), биологических, физических и пр. Все это части поля, и все они включаются в исследование того, что происходит в процессе психокоррекционной работы. Особого внимания заслуживает в супервизии динамика процесса психокоррекции. Сюда же можно отнести экономическую

и политическую ситуацию в данном регионе (как много клиентов может принять данный психолог, расценки на работу психолога и цены в магазине и пр.), место, где проводятся встречи психолога и клиента, и т.д.

Таким образом, можно выделить, опираясь на работу Л. Росса и Р. Нисбетта, три основные идеи относительно взаимодействия человека и ситуации в супервизии.

Первая идея – это положение о сильном детерминирующем влиянии непосредственной социальной ситуации, в которой находится человек, причем влиянии, которое часто идет со стороны неочевидных или незначительных на первый взгляд особенностей ситуации (таких, например, как наличие в ней определенных «каналов», способствующих проявлению активности индивида, о чем говорилось в связи с работой с Мирной).

Вторая идея касается субъективной интерпретации и ее влияния на поведение человека. Интерпретация в Гештальт-подходе не связана с «объяснительными» технологиями, а скорее рассматривается в первоначальном смысле как посредничество, когда происходит «отделение от фона и контактирование с окружающей средой» [3]. В данном контексте субъективная интерпретация не рассматривается как зеркальное отражение внешней ситуации, другими словами, объяснение происходящего человеком не является объективным, а также не может рассматриваться только как личностное переживание, т.е. не субъективно по своей природе. При подобном посредничестве психолог приобретает с помощью супервизора более четкие контуры ситуации – выявляет и осознает имеющиеся возможности, предоставляемые ситуацией сессии для удовлетворения потребностей как клиента, так и психолога, выбирает или отвергает их. Именно в этот момент, пишет И.Д. Булюбаш, «супервизор может определиться, куда именно направлена актуальная потребность психолога – в сторону теории, необходимых профессиональных навыков или в личный план к персональным проблемам, т.е. какова «зона роста» психолога в данный момент времени» [2. С. 78].

Третья идея касается расстановки или конфигурации сил, которые действуют внутри психологических систем человека, а также в тех социальных системах, частью которых он является. Любая система, даже если на первый взгляд она кажется спокойной, на самом деле является внутренне напряженной. Стабильность любой системы поддерживается сложным балансом множества противоположно направленных сил, которые находятся в равновесии. Это равновесие достаточно устойчиво и может до определенного времени противостоять напору внешних воздействий. Но если его удастся нарушить, то изменения приобретают лавинообразный характер, т.к. высвобождаются мощные силы, до этого уже существовавшие в системе.

Известно, что одной из главных идей в Гештальт-подходе выступает прием усиления, другими словами, психолог старается распознать основную проблему клиента (вариант сопротивления) и доступными ему способами усиливать это сопротивление. Это и приводит к изменениям как клиента, так и самой ситуации, давая мощный стимул психокоррекционной работе и провоцируя эти изменения. Чтобы достичь стадии изменений, психолог работает над проживанием, осознанием и расширением свободы выбора, а не над ситуативным облегчением «здесь и теперь». Помочь сделать адекватный выбор психологу – одна из главных задач супервизора.

С другой стороны, супервизор зачастую сталкивается с сопротивлением самого психолога. Такое сопротивление в гештальтпсихологической литературе характеризуется следующим образом:

- это нормальная реакция человека, подвергающегося «проверке» на профессионализм;
- данные реакции психолога есть его индивидуально-личностные особенности, поэтому существуют индивидуальные способы выхода из фрустрационных ситуаций;
- такое поведение психолога может быть нормальной реакцией на неэффективного супервизора;
- за идентификацию сопротивления психолога отвечает супервизор, поэтому это его функция – выбор способов, соответствующих ситуации.

Литература

1. Барабанищев В.А., Носуленко В.Н. Системность. Восприятие. Общение. М.: Институт психологии РАН, 2004. 480 с.
2. Булюбаш И.Д. Основы супервизии в гештальт-терапии. М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2003. 223 с.
3. Гингер С. Что такое Гештальт? СПб., 1996. 43 с.
4. Левин К. Военный ландшафт // Динамическая психология: Избранные труды. М.: Смысл, 2001. С. 87–93.
5. Левин К. Психологическая ситуация награды и наказания // Динамическая психология: Избранные труды. М.: Смысл, 2001. С. 165–205.
6. Росс Л., Нисбетт Р. Человек и ситуация. М.: Аспект Пресс, 1999. 429 с.
7. Ялом И. Психотерапевтические истории. М.: Эксмо, 2002. 960 с.
8. Bugental J.F. The search for authenticity. N.Y., 1965. 211 p.
9. Powell D.J. Clinical supervision: A ten year perspective // The Clinical Supervision. 1989. № 7. P. 139–147.
10. Resnick R.F., Estrup L. Supervision: A Collaborative Endeavor // Gestalt Review. 2006. № 4 (2). P. 121–137.

PROCESS OF SUPERVISION AS A SITUATION IN GESTALT APPROACH

Rogacheva T.V. (Yekaterinburg)

Summary. Supervision is taken as a situation in Gestalt Approach. The author undertakes a try to give analysis of supervision process on the basis of situation determination by K. Levin and Russian psychologists.

Key words: situation, Gestalt approach, supervision.