

В ПОМОЩЬ ПСИХОЛОГУ: ИССЛЕДОВАТЕЛЮ И ПРАКТИКУ

УДК 159.9

СУПЕРВИЗИЯ В СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЕ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)

Сообщение 1

В.Г. Залевский (Барнаул)

Аннотация. Предложена часть опыта реализации супервизорской практики в сервисном учреждении социального обслуживания, представлены авторское видение некоторых аспектов супервизии и ведущие проблемы, могущие быть оцененными в качестве супервизионных запросов.

Ключевые слова: супервизия; психолог; психологическая поддержка; профессиональная ситуация; профессиональное поведение.

Я знаю, как на мед садятся мухи,
Я знаю смерть, что рыщет, все губя,
Я знаю книги, истину и слухи,
Я знаю все, но только не себя.

Ф. Вийон

Будучи свидетелями развития многочисленных психологических, психотерапевтических и иных «помогающих» практик, мы должны констатировать, что очень значительная часть специалистов-практиков «знают все, но только не себя». Практикуя на протяжении последних лет супервизию¹, я имею стойкое ощущение, что даже будучи высококвалифицированными технологами в сфере социальной работы, психологии и психологической психотерапии, многие мои коллеги страшно «далеки от себя» в смысле личностно-профессиональной саморефлексии и открыто флексибильной и рационально критичной позиции. Это первая проблема, своими соображениями по которой я хотел бы поделиться с коллегами по цеху. А вторая – это поспешность, с которой иные профессионалы пытаются «помочь» клиенту, не сформулировав вместе с ним ту проблему в виде мишени, на которую следует воздействовать и производить какие-либо изменения в лучшую сторону. А потому много усилий и времени тратится с обеих сторон без нужного эффекта.

Я согласен с Г.В. Залевским [3] и Р. Шохетом и П. Ховкинсом [8], что одной из доминантных целей супервизии является преодоление/снятие «блокад изменений» (Й. Кенфер), или, более широко, превенция и коррекция различных проявлений фиксированных форм **профессионального** (выделено мной. – В.З.) поведения.

В связи с этим одним из ключевых моментов и ведущих задач супервизора и супервизии является именно задача «столкнуть» супервизируемого с его «кочки зрения» (А.И. Солженицын), способствовать расширению

его профессионального сознания и инициировать развитие широкого спектра профессионально адекватных и личностно конгруэнтных форм поведения в консультативно-терапевтической деятельности, с одной стороны, а с другой – не допускать активизации того или иного типа защит против супервизии, развития и изменений [8].

В качестве иллюстрации к высказанным соображениям приведу выжимку из отчета, составленного по результатам супервизорских сессий с «низшим командным составом» психологической службы одного из управлений силовых ведомств в Алтайском крае. Заинтересованность руководства психологической службы в супервизии можно объяснить прежде всего достаточно высокой текучестью кадров по причине относительно низкой заработной платы и (главное) напряженных условий профессиональной деятельности со специфическим контингентом. Однако в процессе супервизии выяснилось и нечто другое, уже являющееся собственным предметом супервизии, а именно: проблемы уровня профессионализма и личностной готовности психологов работать в данных условиях.

Кадровый состав психологической службы не обладает сколь-нибудь значимым опытом профессиональной деятельности, главное – характеризуется специфическими личностными и типологическими особенностями (к проблеме тропности человека и профессии), накладывающими отпечаток и на качественные признаки профессионального поведения психологов.

Как следствие – доминантными свойствами активности психологов службы являются достаточно вы-

¹ Организационно оформленная работа ведется с 2005 г. в Краевом государственном учреждении социального обслуживания населения «Алтайский краевой кризисный центр для мужчин». И надо отметить, что это, пожалуй, первый (если не единственный) опыт включения супервизора в работу сервисной государственной организации, востребованный именно «сверху», понимаемый администрацией как неотложная и настоятельная необходимость (хотя, надеюсь, пока, супервизор является по штату психологом, что тоже требует нормативно-правовой коррекции).

раженная профессиональная замкнутость, ригидность профессиональной позиции, использование других неэффективных способов психологической защиты в условиях напряженной, иерархически организованной деятельности.

В ходе супервизорской работы со специалистами психологической службы отмечены ключевые запросы, в соответствии с которыми осуществлены следующие супервизионные мероприятия.

Рассмотрена проблематика организации деятельности психологов и ее содержательные особенности в условиях жестко регламентированной иерархизированной системы подчинения, в том числе проблема соблюдения этического кодекса психолога и его согласования (приведения в содержательное и внутреннее соответствие) с жесткими требованиями уставов и иных внутренних регламентирующих документов.

Супервизором предложена схема «трехлучевого» распределения профессионального поведения в указанной ситуации, где один луч – формализованные требования системы, обеспечиваемые документально и формально, второй – соблюдение профессиональной этики посредством реализации качественных профессиональных процедур с идентифицированными клиентами и запросами; третий – личностно ориентированная рефлексия собственного психического статуса и актуального состояния. Данная схема позволяет психологу более продуктивно распределять свою психическую активность и формировать системы реагирования и эффективных защит в профессионально травмирующих ситуациях.

В силу известной феноменологии тропности (совместимости) человека и профессии субъект избирает ту сферу деятельности, которая наиболее близка его психическим свойствам. При этом в профессиональной деятельности индуцировавшие выбор характеристики начинают проявляться более рельефно и тотально, что иллюстрируется на супервизорских сессиях. На последних супервизируемые продемонстрировали высокую степень аффективного и когнитивного напряжения, которое выразилось в формальном (нерефлексивном) восприятии информации, хотя латентная вербальная диагностика на последующих сессиях показала признаки интегрированности новых сведений в профессиональную картину мира специалистов.

В процессе супервизии, во-первых, у супервизора нередко возникает, к сожалению, скрытая «обида» на супервизируемых, присутствующая, видимо, и у них на клиентов за безынициативность, нерефлексивность, сращивание/смешение целей и средств, «самоопускание» себя на более низкий уровень существования, который красиво и просто описывается в терминах классического бихевиоризма «стимул – реакция».

Во-вторых, совершенно четко диагностируется поведение, которое я бы определил как ригидное – в смысле приверженности не только жестким требованиям среды, т.е. должностным инструкциям, методическим

рекомендациям, сформированным в ходе обучения профессиональным установкам и навыкам, но в большей степени фиксированности на выученных терапевтических, консультативных, диагностических методиках, реестр которых не только особо не накапливается, но и ресурсы и/или рамки их применения не реализуются в полной мере.

Здесь, пожалуй, уместно вспомнить мнение А. Лазаруса [5] о том, что квалифицированный психотерапевт должен обладать «истинным хамелеонизмом». Как подчеркивал Р. Лондон, «к нашим пациентам мы применяем методы, а не теории – хотя теоретическое обоснование личности будет в значительной степени определять, какие методы приемлемы, а какие нет» (цит. по [5. С. 81–82]). Того же мнения Аллан и Мэри Айви, Л. Саймэк-Даунинг, которые, сравнивая квалифицированного и неквалифицированного психологов, отмечают: квалифицированный психолог «может предложить альтернативные восприятия... способен найти множество реакций... понимает и использует в работе множество концепций... активно осваивает новые теории...» [1. С. 31–32]. Можно думать, что тягчайшим грехом психолога является «грех ригидности» во всех возможных его проявлениях.

В-третьих, на что хочется обратить внимание уважаемого читателя, так это на чрезвычайно выраженное стремление как можно быстрее «помочь», «решить проблему!», хотя супервизируемые не до конца видят и способны вербализовать, даже во внутреннем плане, принципиальные различия между феноменами «проблема» и «проблемная ситуация» [1, 3, 9]. Дело в том, что важнейшим для качественной, квалифицированной и обоудобезопасной (для клиента и для психолога) профессиональной деятельности, первичным (не в плане времени, а в смысле важности) является, наряду с психологической диагностикой, созданием эмпатических условий консультирования и, конечно же, «помощью клиенту», исследование условий внутренних и внешних («психологических» и «эмпирических»), на фоне которых ситуация начала формироваться, получила свое подкрепление, продолжает проявляться и в итоге разрушать относительно комфортное и безопасное существование личности. Я бы назвал это «коммуникативной диагностикой», т.е. исследованием психологических и эмпирических условий клиентского запроса в ходе открытого, позитивного общения с ним (т.е. собственно консультации, которая ведется в соответствии с формирующимся индивидуальным стилем профессиональной деятельности), причем исследование не точечное, а целостное (с акцентом на то, что в практическом консультировании необходимо вычленив более или менее значимые аспекты, факторы, влияющие на ситуацию клиента). В связи с этим хотелось бы вспомнить мысль замечательного отечественного психолога М.С. Роговина, который уже более 40 лет назад сформулировал принципиальные основания для подобной практики:

«...главный объект психологии – сам человек, продукт и в то же время творец определенной исторической эпохи, человек с его радостями и страданиями, успехами и ошибками, живой человек...» и его нельзя брать «вне общего контекста личности и деятельности» [7]. Той же мысли следуют в понимании процесса супервизии, исходя из позиций антропологической психологии, и ученики М.С. Роговина [4].

К чему я привожу столь объемные рассуждения? Дело в том, что очень хочется, чтобы в супервизии (к чему пытаюсь всемерно стремиться) развивалась не только сама супервизия, но реализовывалась известная цель: «...сделать начинающих психологов-консультантов и психотерапевтов опытными (подчеркнуто мной. – В.З.) психологами-консультантами и психотерапевтами», чтобы они «эффективно исполняли свою профессию» [3. С. 28–29]. И в этом смысле я стремлюсь не только и не столько удовлетворять запросы супервизируемых в повышении их компетенции в плане применения каких-то технических инструментов, в проживании личностных эффектов (последствий) профессиональной практики, а (перефразируя З. Фрейда) способствовать усвоению базисной профессиональной позиции, смысл которой как раз и состоит в целостном, многоуровневом исследовании (А. Бек: «научно-исследовательское мышление») клиента и его ситуации.

Усваивая базовую профессиональную позицию, важно поддержать психолога-психотерапевта не только в его собственном профессиональном развитии, но и стимулировать его понимание того факта, что при всей «личности», персонифицированности его профессиональной деятельности его личность должна в большей или меньшей степени оставаться скрытой от клиента, быть, так сказать, «героем второго плана» в процессе консультирования и терапии, охраняться нежно и трепетно от травмирующих влияний рабочих ситуаций, работать, в определенном смысле, по юнгианской модели Persona (то, что мы презентуем миру – клиенту), и все это

для того, чтобы «совершенствуя качество оказания психологической помощи другим людям, уметь защитить себя от таких проблем профессиональных психологов и психотерапевтов, как «синдром эмоционального выгорания», «профессионально-личностные деформации» и т.д.» [3. С. 84]. И это при том, что психолог «не может – не умеет, не должен – вынести свою личность за скобки отношений с клиентом» [6. С. 20]. Однако он должен ограничиваться одним «каналом» взаимодействия с клиентом – сопереживания, глубокой эмпатии. Мне кажется, и в этом я согласен с А.Г. Лидерсом, что «этим недооценивается интеллектуальный компонент сопереживания» [6. С. 27]; считая себя методологически ориентированным на концептуальные положения современной бихевиорально-когнитивной психологии и супервизии (А. Эллис, А. Лазарус, Г.В. Залевский, А. Бек и др.), соответственно, полагаю ведущую роль когний в динамике эмоциональных процессов личности. Тем более, если мы рассматриваем такую сложную, многогранную и стрессогенную профессиональную деятельность, как деятельность психолога и психотерапевта, для которого «холодная голова» – условие и профессионального успеха, и профессиональной и личностной сохранности.

Как я уже отмечал выше в связи со своей «школьной» принадлежностью, основные правила (девизы) современной бихевиорально-когнитивной психологии и супервизии начинаются со слова «думай!» [3]. Так вот, думая, а значит, постоянно интеллектуально развиваясь [2], психолог, психотерапевт в процессе супервизии и за ее рамками должен быть способным ответить на вопросы: кто я и зачем этим занимаюсь? (А. и М. Айви); почему у меня не все получается в моей профессиональной деятельности, как это связано с моей личностью; как стать более эффективным в оказании психологической помощи клиентам?

Как показывает мой опыт, на большинство из этих вопросов дает ответ участие в супервизии, индивидуальной и групповой.

Литература

1. Айви Аллан Е., Айви Мэри Б., Саймэк-Даунинг Л. Консультирование и психотерапия. Сочетание методов, теории и практики. Новосибирск, 1987. 583 с.
2. Залевский В.Г. Психическая ригидность–флексibilität как интраличностный ресурс профессиональной адаптации (на примере пере-квалификации на психолога): Дис. ... канд. психол. наук. Барнаул, 1999. 296 с.
3. Залевский Г.В. Психологическая супервизия: современное состояние и перспективы развития. Томск: ТМЛ-Пресс, 2008. 160 с.
4. Залевский Г.В., Залевский В.Г., Кузьмина Ю.В. Антропологическая психология: биопсихосоциоэтическая модель развития личности и ее здоровья // Сиб. психол. журнал. 2009. № 33. С. 99–103.
5. Лазарус А. Краткосрочная мультимодальная психотерапия. СПб.: Речь, 2001. 256 с.
6. Лидерс А.Г. Особенности позиции практического психолога по отношению к клиенту // Журнал практического психолога. 1996. № 3. С. 15–28.
7. Роговин М.С. Введение в психологию. М., 1969.
8. Ховкинс Р., Шохет Р. Супервизия. Индивидуальный, групповой и организационный подходы. СПб.: Речь, 2002. 352 с.
9. Эллис А., Драйден У. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии. 2-е изд. / Пер. с англ. Т. Саушкиной. СПб.: Речь, 2002. 352 с.

SUPERVISION IN SOCIAL SPHERE (WORKS EXPERIENCE). Part 1
Salevsky V.G. (Barnaul)

Summary. It was presented a part of experience of supervision in social service organization. Was showed authors position on the many tiles of supervision and basically problems, which like supervisially questions may be rated.

Key words: supervision; psychologist; psychological help; professional situation; professional behavior.