

Эбаут (about) на тему супервизии

Arthur Dombrovsky, Riga, 2003

*«Супервизия – это процесс, во время которого супервизор и супервизируемый вместе узнают что-то новое – о пациенте, друг о друге, о себе»
The Supervisory encounter - D. Jacobs*

Понятие "супервизия" в непосредственном переводе на русский язык означает контроль. Парадоксально то, что именно этим супервизия в психотерапии и не является. По крайней мере в гештальттерапии, при всем многообразии ее форм. Скорее и правильнее рассматривать супервизию, как совместный взгляд со стороны на процесс и результат работы психотерапевта, совместное взаимодействие супервизора и терапевта по поводу сделанной психотерапии (*Une supervision - Jean-Marie Delacroix*). Такое понимание супервизии схоже с психотерапевтической позицией, в которой гештальттерапевт не является экспертом в жизни своего клиента.

Такое сравнение лишь поверхностно, но оно делает возможным использование в супервизии многочисленных методов используемых в гештальттерапии. Супервизия с использованием рисуночных методов, метафорических описаний, видео техники, психодрамы и т.д. (*Pour une supervision Gestaltiste - Serge Ginger*).

В ходе супервизии, продукты творчества отражают аффективную составляющую прошедшей (прошедших) психотерапии. Они позволяют без излишней фрустрации обратить внимание психотерапевта, на его проекции (контор переносы) на клиента. Что особенно важно на этапе обучения психотерапии, в период когда профессиональная самооценка особенно нестабильна. Еще один ресурс креативных метода супервизии, возможность уравновесить аналитическую активность терапевта (за которой часто скрывается сопротивление) его творческой активностью. То что, уже традиционно, принято рассматривать через стимуляцию работы правого полушария (*Pour une supervision Gestaltiste - Serge Ginger*). Не менее важным мне видится и символический ракурс, который, в частности, раскрывают рисуночная техника в супервизии. Для специалистов имеющих подготовку помимо гештальттерапии, например в Юнгианском или психоаналитическом направлениях это может быть интересной и полезной поддержкой в работе. Вместе с тем тут хочется вспомнить слова Ф.Перлза: "...интерпретация – эта та грязная работа, которую должен выполнять сам клиент..."

Одним словом все то, что способно расширить осознанность и увеличить эффективность клиента, а в нашем случае гештальт терапевта. «Быть супервизором – одновременно и сложная, и благородная задача. Она обманчива, похожа на работу с клиентом, в ней используются схожие навыки и методы, но супервизор должен ясно видеть, насколько супервизия отличается от работы с клиентом по контексту, фокусу и рамкам, и что она требует более развитой этической чувствительности» (*Supervision in the helping professions - Peter Hawkins, Robin Shohet*).

С другой стороны, совместная деятельность не исключает экспертную позицию супервизора, которая, в большей степени, присутствует в учебной супервизии. И занимает минимальное место в работе с практикующим и дипломированным психотерапевтом. Уже по факту своего опыта и образования являющимся экспертом. (*The Supervisory encounter - D. Jacobs*)

Супервизора не следует рассматривать, как человека, который лучше знает или более компетентен в отношении того, как лучше делать психотерапию. Что не исключает необходимости супервизору быть достаточно опытным в практике и теории психотерапии. Но это тот человек, который находит возможность сподвигнуть терапевта к поиску новых возможностей, исходя из имеющихся у него личных и профессиональных ресурсов. Эта установка делает центральной фигурой само качество контакта между терапевтом и супервизором, превращая его в универсальный ресурс развития терапевта.

В этом месте вполне уместен вопрос: Чем же, в таком случае, супервизия отличается от психотерапии, если описанная выше идеология и стратегия отношений в равной степени относится и к гештальттерапии и к психотерапии в целом. Отличия прежде всего в тематическом содержании супервизии – отношений клиента и психотерапевта и того, что происходит в процессе психотерапии.

Собственно эти отношения и ближайшее семантическое пространство и создают границы супервизии. За пределами этих границ лежит территория психотерапии, информации, обучения и личностного роста. Иногда даже можно встретить определения супервизии как терапии для терапевтов (*“Das Gestalt Institut Marburg” Thomas Bungardt*). Я бы уточнил это определение: супервизия - это психотерапия для психотерапевтов по поводу психотерапии, которую они делают. Следует понимать, что супервизия может быть использована как повседневная необходимость психотерапевта, так и часть программы обучения психотерапевта.. Энтон Уильямс замечет, что часто начинающий терапевт склонен видеть в лице супервизора также и преподавателя психотерапии (*Visual and active supervision – Antony Williams*). Последнее добавляет к супервизии дидактические и педагогические задачи.

Теперь несколько слов о феномене, на котором основана супервизия. Находясь внутри психотерапевтического процесса, трудно одновременно поддерживать этот процесс и объективно оценивать все возможные технические и динамические перспективы. Чтобы терапевт мог бы выполнить эту задачу он должен поддерживать две позиции: действующего субъекта и наблюдателя за своей деятельностью, создав диалоговую систему внутри себя, определенным образом разделив ресурсы между этими частями, тем самым обделив каждую из этих частей. Исходя из этого, я рассматриваю внутренний критический диалог как ретрофлексированную потребность во внешне выраженном диалоге. Таким образом супервизия является естественным процессом, в котором терапевт сохраняет свою целостность и эффективность использования своих ресурсов, направляя их на развитие. Из этих рассуждений вытекают определения задач для супервизора:

- 1). Удержание контакта с терапевтом, с целью развития ресурсов терапевта.
- 2). Направленность активности супервизора на поддержание и восстановление целостности психотерапевта и как специалиста и как личности в целом.
- 3). Сохранение собственной безоценочной позиции.

По поводу последнего пункта следует оговориться отдельно. Оценка, в силу своей особенной феноменологии имеет ряд специфических качеств, такие как расщеплять организм на субличности и тем самым фрустрировать. Этот аспект оценки вызывает некоторую трудность в учебной супервизии. И в самом деле, когда сталкиваешься с опытом работы начинающего психотерапевта, подчас многие его психотерапевтические действия могут вызывать сомнения с точки зрения их эффективности. Тогда перед супервизором становится нелегкая задача, каким образом с одной стороны поддержать психотерапевта в его стремлении к развитию, с другой стороны помочь ему осознать и ассимилировать неудачный опыт.

Приведу пример одной такой работы. Начинаящий психотерапевт в ходе сеанса психотерапии постоянно проецировал на своего клиента собственную потребность в гиперподдержке. Это проявлялось в особо заботливой интонации, в постоянном стремлении давать советы, в высказывании опасений по поводу способности клиента справиться с жизненной ситуацией.

«Сможешь ли ты справиться с такими сложными отношениями со своим приятелем, ведь у тебя так мало жизненного опыта.»

«Если ты выразишь неосознаваемые сейчас тобой чувства, многое изменится к лучшему.» и т.д.

По окончании сеанса терапевт высказывал свои сомнения об эффективности проделанной работы и собственной квалификации. Эта тревога так сильно занимала его переживания, что свою супервизию Светлана начала с вопроса «смогу ли я быть хорошим гештальт-терапевтом?». Прежде чем начинать «разговорную» супервизию я предложил прогуляться по парку и в одной руке собрать символический букет того, что происходило с ней во время психотерапии, а другой руке – того, что происходило между ней и клиентом в ходе терапии. Поскольку это была очная супервизия, со своей стороны я сделал тоже самое - собрал один букет того, что символизировало то, что происходило со мной - супервизором, с моими чувствами, фантазиями, переживаниями, а в другой руке я собрал букет о том, что мне как кажется происходило между клиентом и психотерапевтом. Это спонтанное упражнение позволило сфокусировать и безопасно прожить динамику функции ID (il) и создать общее диалоговое пространство между мной и терапевтом. А также активировать креативные ресурсы правого полушария мозга. Я ожидал (но и рисковал что этого не произойдет), что в букетах появятся не только символы негативной самооценки и негативных переживаний Светланиной работы, но и также позитивные символы тех чувств и опыта, на которые терапевт сможет опереться в своем развитии.

Мне видится, что в супервизии (как и в терапии) необходимо ориентироваться на зону ближайшего развития личности (понятие, предложенное Л.С.Выгодским), особый диапазон трудности заданий, с которыми человек может справиться в данный момент в присутствии другого, более компетентного человека - при наличии определенных подсказок и помощи. В связи с этим D.Jacobs замечает что “одим из основных препятствий к возможному диалогу может быть неспособность супервизора определить степень беспокойства и уязвимости, которые стажёр испытывает в новой супервизорской ситуации”.

В обоих букетах Светы были как сухие листья, засохшие цветы, которые символизировали её сомнения, страхи так и было несколько живых, красивых цветов, которые стали для неё символом её нужности для своего клиента и перспективности её дальнейшего обучения в психотерапии. Эта часть супервизии напоминает мне одну восточную поговорку: «Чтобы придти к совершенству, нужно не уменьшать количество зла в себе, а увеличивать количество добра в себе».

В свою очередь мой букет позволил мне высказать свое мнение и выразить свои чувства по поводу проделанной работы, минимально рискуя излишне фрустрировать терапевта. И в дальнейшем перейти к обсуждению содержательной и технической стороны проделанной работы.

Мне кажется излишним описывать, в короткой статье, принципиальные стратегии супервизии, ибо они вписываются в общую логику теории Гештальт-терапии. В супервизии наблюдается та же последовательность действий адекватных динамики цикл - контакта и динамики self, и во многом те же технические приемы.

Хочется обратить внимание на один специфический вид супервизии - учебная супервизия или супервизия в учебном процессе. Возможно, я делаю в этом месте акцент в силу того, что я сам имею опыт и практику именно в этом виде супервизии. Парадокс профессии психотерапевта состоит в том, что чтобы быть «хорошим» психотерапевтом нужно быть достаточно сенситивным, чувствительным к различным внешним проявлениям жизни и к тому, что происходит внутри самого человека, терапевта. Нечувствительный психотерапевт, особенно в гештальттерапии не способен выполнить свою работу терапевта.

С другой стороны - сверхчувствительность может не позволить профессионально состояться человеку, как психотерапевту в силу того, что естественная фрустрация, возникающая в ходе обучения (супервизия, публичные выступления, эмоциональное напряжение возникающее в ходе супервизии и психотерапии) может стать причиной невротизации человека настолько, что весь процесс обучения психотерапии превращается в непрерывную личную психотерапию. Именно этот феномен становится основным фактором отсева студентов из учебной программы. Вместе с тем именно сенситивная личность наиболее перспективна в качестве эффективного психотерапевта. Это заставляет супервизора быть особенно внимательным к объёму поддержки и качеству контакта в ходе супервизии.

Возможно выделить определенные этапы, ступени становления психотерапевта как профессионала. И на каждом этапе выделить специфические задачи супервизии и особенности проведения супервизии. (*И.Данилов – Размышления на тему преподавания гештальттерапии и супервизия участников обучающихся программ*). Исходя из того какая потребность в отношении супервизии наиболее актуальна у супервизируемого на данном этапе:

1й этап

Потребность: Установления контакта со своими чувствами, обретение уверенности в эффективности психотерапевтического воздействия.

Супервизия: Работа с проекциями. Преодоления страха перед клиентом и профессиональной неуспешностью.

2й этап

Потребность: Обретение способности удерживаться в контакте со своими чувствами и с клиентом, укрепление веры в возможности психотерапии.

Супервизия: Исследования возможности опираться на свои ресурсы, и привлекать ресурсы окружающей среды.

3й этап

Потребность: Проверка на себе эффективности психотерапии.

Супервизия: Обретение способности не терять контакта с клиентом, качество психотерапевтических интервенций.

4й этап

Потребность: Обретение собственного профессионального «Я».

Супервизия: Обретения собственного стиля в работе.

Такая эмпирическая классификация позволяет удобно ориентироваться в супервизионном запросе терапевта с учетом его зоны ближайшего развития. К своему большому огорчению я часто сталкиваюсь с «жертвами» опережающей супервизии без учета этапов становления психотерапевта. Ими показательно характеризуется супервизия как «тяжелое испытание», «неприятная необходимость», «страшная процедура». В начале

одного из семинаров по супервизии в России я предложил участникам нарисовать метафорический портрет супервизора. Несмотря на то, что у меня были некоторые ожидания, результат был для меня удивительный и тревожный. Образы крокодилов и прочих зубастых тварей, строгих учителей в очках и с указкой в руке, и тому подобные воплощения «собаки сверху» были в этих рисунках. Значительное время этого семинара пришлось потратить на работу с эмоциональными травмами связанными с результатом некачественной супервизии, и восстановлению имиджа этой профессии. Как выяснилось, причиной такой реакции явилось представление о супервизии как процессии дачи экспертной обратной связи. На этот же аспект обратила внимания *Е.Калитиевская* в своей статье «*Супервидение. О профессиональном самосознании терапевта*»: «Под супервизией многие понимают обратную связь психотерапевту от супервизора, своего рода оценку работы. <...> В то же время супервизия представляет собой поиск, осуществляемый совместно терапевтом и супервизором».

Для меня, как для супервизора, приятным фактом становится стремление терапевта к совместному творчеству, а не поиска одобрительной оценки. Хотя, часто встречающийся феномен: поиск терапевтом позитивной оценки, в большей степени, чем работа над своей осознанностью и эффективностью – понятен и закономерен в период обучения психотерапии, на соответствующем этапе.

Библиография:

- 1). Дениэль Джейкобс, Пауль Девид, Дональд Джордж Мейер – «Супервизорство» 1997 (*The Supervisory encounter - D. Jacobs*)
- 2). Питер Ховкинс, Робин Шохет – «Супервизия» 2002 (*Supervision in the helping professions - Piter Hawkins, Robin Shohet*)
- 3). Энтони Уильямс – «Вы - супервизор...» 2001 (*Visual and active supervision – Antony Williams*)
- 4). Sрге Ginger – «Pour une supervision Gestaltiste» [www.gestalt.lv]
- 5). И.Д.Булюбаш – «Как быть полезным терапевту или алгоритм очной супервизии» [www.gestalt.lv]
- 6). Жан -Мари Делакура – «Супервизия» (*Une supervision - Jean-Marie Delacroix*) [www.gestalt.lv]
- 7). Психотерапевтическая энциклопедия (ред. Б.Д. Карвосарского) 1998
- 8). Е.Бурцева – «Размышляя о супервизии», Гештальт - журнал (Московский Гештальт Институт) 2000
- 9). И.Данилов – «Размышления на тему преподавания гештальттерапии и супервизия участников обучающихся программ», Гештальт - журнал (Московский Гештальт Институт) 2000
- 10). Е.Калитиевская – «Супервидение. О профессиональном самосознании терапевта», Гештальт - журнал (Московский Гештальт Институт) 1996
- 11). Е.Калитиевская – «Ресурсы творческого несовершенства», Гештальт - журнал (Московский Гештальт Институт) 1997
- 12). А.Левченко – «Супервизорство. Немного ли солнца в холодной воде?», Гештальт - журнал (Московский Гештальт Институт) 2000