Заключение

На основе полученных экспериментальных данных были сделаны три основных вывода.

Во-первых, о необходимости в психологическом, педагогическом, социально-психологическом, социальной работе, создании социального взаимодействия будущего врача как субъекта организации и осуществления лечебно-профилактической деятельности, что обусловливает актуальность исследования социально-значимых качеств студентов в период обучения в вузе.

Во-вторых, о создании системы мониторинга в вузе, предназначенной для выявления и последующего устранения проблем, формирования и развития социально-значимых качеств будущих врачей, которая является современным средством преодоления социально-правовых и этических проблем.

В-третьих, о том, что период обучения в медицинском вузе — время, где возможно не только формирование компетенций социального взаимодействия будущего врача и его текущая оценка, но и в какой-то мере психолого-педагогическое сопровождение данного сложного и динамического процесса.

Литература


Ю.Г. ОВЧИННИКОВА,
к. психол. н., доцент
кафедры общей и экспериментальной психологии
НИУ Высшая школа экономики
E-mail: missisfix@gmail.com; jovichinnikova@hse.ru

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ПСИХОЛОГОВ-КОНСУЛЬТАНТОВ

Рассмотрены особенности вузовского обучения профессиям психолога-консультанта и психотерапевта. Выделено недостаточное внимание, уделяемое в учебных программах развитию профессиональной рефлексии и самопознания у психологов-консультантов/психотерапевтов. Автором предложен возможный путь решения этой проблемы.

Ключевые слова: обучение психологов-консультантов, психологическое консультирование, психотерапия, самопознание, рефлексия.

Профессиональная подготовка практических психологов, консультантов и психотерапевтов становится все более актуальным вопросом для отечественной высшей школы.

После периода «дикого психоанализа», упадка академической науки, роста психологической практики без оглядки на университетское образование и исследовательскую традицию, ситуация стабилизировалась [1, 6]. Появилось достаточное число специалистов, работающих в соответствии с этическими кодексами и международными стандартами консультативной и психотерапевтической деятельности.

Однако многие из отечественных специалистов обучались за границу. Теперь отечественному ВПО необходимо разработать собственные образовательные проекты подготовки практических психологов.

Постановка проблемы

Следует отметить, что соответствующих программ уже достаточно. За последние 5—7 лет сфера их действия расширилась с частных курсов и негосударственных институтов до магистерских программ по консультированию и психотерапии в государственных университетах. Растет число защищенных диссертаций по проблематике психологического консультирования. «Московский психотерапевтический журнал» с рубрикой «Консультативная психология и психотерапия» вошел в перечень изданий ВАК [1].

Исследователи обратились к проблеме обучения психологическому консультированию, т.к. она давно уже требует адекватных стратегических и тактических решений по профессиональной подготовке психотерапевтов [5, С. 191]. Однако российских исследований по данной теме все-таки мало. Западные профессиональные журналы, посвященные методологии и методике преподавания психологии и психотерапии, пока «недостаточно развиты»

В связи с вышесказанным, интересно и актуально проанализировать успехи и проблемы отечественного подхода к подготовке практических психологов, на метить пути его дальнейшего развития.

Центральный вопрос обучения

Несмотря на многообразие психологических школ и представлений о структуре психики, развитии человеческого -

1 В данной статье будет говориться как о психологах-консультантах, так и о психотерапевтах.
века и законоemerностях психотерапевтической рабо-
tы, с одним положением согласны представители са-
мых разных концепций. Решающую роль в психотера-
пии играет личность психолога, доминируя над зна-
ниями, опытом, профессионализмом и пр.

Эта мысль в четкой форме выражена в трудах К.Г. Юнга. Он твердо убежден в том, что важным фак-
tором исцеления является личность психотерапевта. 
Юнг также подчеркивает важность самопознания для 
analитика: «Можно было бы без излишнего преувели-
чения сказать, что любое глубокое лечение примерно 
наполовину состоит из самоанализа врача, ведь лишь 
то, что он сам для себя прояснил, он может прояснить 
и в пациенте» [цит. по: 2. С. 58]. В наши дни эту идею 
развивает Дж. Виннер: «Что пациенту действительно 
нужно, так это чтобы аналитик понимал самого себя и 
чтобы его компетентность и темперамент находились 
в гармоничной пропорции» [2. С. 80].

Если обратить внимание на обучение и подготовку 
практических психологов, то ситуация иная. Основное 
внимание уделяется теоретическому подготовке, зна-
ням, установлению контакта с «клиентом», понима-
нию его личности и жизненной ситуации. Рефлексия, 
самоанализ и самопознание вынесены в личную 
терапию, супервизию и группы самопознания. В иготе 
психологов не учат самому главному — умению рабо-
tать над собственной личностью, осознавая ее вклад 
в психотерапевтический процесс.

Однако хорошие терапевты любой психологиче-
ской школы обладают этим умением. Значит, можно 
предпринять попытку проанализировать деятельность 
«хорошего» терапевта, выявить ее отличительные особенности и ввести их в образовательные программы.

Хотелось бы поддержать и развить вопрос, сфор-
мулированный В.А. Петровским на заседании секции 
консультативной психологии Юбилейной конференции 
Российского психологического общества: «Централь-
ный вопрос, это не типы консультантов и кон-
сультируемых, а динамика как тех, так и других в ходе 
сеанса и после. Как ее уловить? Ничего путного пока 
не придумали. Я ставлю акцент на динамике обмена 
сторон: что происходит с консультантом, и с консуль-
тируемым. Все больше и больше внимания многие из 
практикующих психологов уделяют собственным пере-
живаниям на протяжении сеанса, видят в них исток 
понимания клиента и возможностей оказывать влия-
ние. Это обусловлено желанием быть открытым и 
доверчивым, чтобы открываться для клиента. Но это 
вкусили и аналитики, и психологи. Но это полезно, 
если вывести из этого урока для себя: что делать, 
чтобы быть эффективным терапевтом» [6. С. 16].

Можно дополнить эту мысль тем, что психологам 
необходимо размышлять и о самом терапевтическом 
процессе как о совместном интерсубъектном опыте. 
И этой компетенции тоже нужно учить.

Эмпатия и рефлексия

Посыл ответа на вопрос: «Какими чертами должен 
obладать хороший практикующий психолог?», дает 
многообразие ответов, которое можно свести к двум 
основным диспозициям — это эмпатия и рефлексия.

Обратимся к образовательному процессу. С поня-
tием эмпатии студенты-психологи знакомятся на 
первом курсе, затем неоднократно сталкиваются с ним 
в рамках общей психологии (психология мотивации и 
эмоций), психологии личности, возрастной и социаль-
ной психологии. В программах, направленных непо-
средственно на подготовку практических психологов 
(курсы по выбору по психологическому консультиро-
ванию, магистерские программы профессиональной 
переподготовки и повышения квалификации), прием-
имое уделяется как теоретическому осмыслению зна-
чению и роли эмпатии в развитии личности и в про-
цессе психотерапии, так и ее практическому освое-
нию. По нашим наблюдениям, подавляющее большинство студентов успешно осваивают соответ-
ствующие навыки.

Пожалуй, вне внимания остается вопрос, всегда ли 
можно проявлять эмпатию, если что-то связано с 
клиентом, которых избыток эмпатии травмирует? Этот вопрос 
подводит нас к рассмотрению рефлексии.

Понятие рефлексии также присутствует в образо-
вательном процессе. Однако, на наш взгляд, внимание 
к ней сфокусировано недостаточно.

В программах подготовки практических психологов 
рефлексия рассматривается как важный момент само-
познания и терапевтического процесса. Но это в послед-
нем акцентируется полос «клиента», т.е. рефлексия 
терапевта направлена на состояние «клиента», пере-
живаемую проблему, запрос. При этом упускается из 
вида отражение в сознании психолога как терапевти-
ческого процесса (процесса, в котором присутствуют 
и взаимодействуют две психики — психолога и «кли-
ента»), так и собственного состояния (эмоционально-
го, физического) специалиста.

Рассматривая данный проблему, необходимо го-
ворить не только о достоинствах и недочетах образо-
вательного процесса, но и о личностных особенностях 
начинающих практиков. В проведенном под научным 
руководством автора исследования В.В. Япаровой [3] 
выявлены личностные диспозиции студентов- 
психологов, специализирующихся по направлению 
«Психология личности. Психотерапия и консультиро-
вание личности».

Результаты исследования показали, что ни на первом, ни на втором курсах студентам-психологам несоответствовали анализ собственного поведения, мыслей, чувств. Они не склонны проявлять интерес к другим людям. Такая важная для профессиональной деятель-
ности диспозиция, как самопознание, будущим пси-
хологом не свойственна — тогда как с точки зрения 
экспертов-психологов самопознание является одной 
из основных компетенций профессиональной деятель-
ности.

5 Студенты отрабатывают навыки активного и пассивного слушания, 
рекомендаций, выделения чувств, проявляют трудности проявления 
эмпатии и др.

6 Данные получены методом экспертной оценки. Данные подтвержда-
яются и наблюдениями опытных терапевтов.
Три ключевых фактора

Вопрос о влиянии эмоциональных, неосознаваемых состояний терапевта или психолога-консультанта на клиента вызывает неизменное удивление студентов, наших супервизантов, участников мастер-классов по психологическому консультированию. Интерес и даже растерянность рождает также обсуждение влияния организационных и содержательных аспектов психологической работы с "клиентом".

Факты приводят к выводу о необходимости корректировки программ подготовки специалистов, работающих в области психотерапии и психологического консультирования. Цель нашей работы состоит в постановке проблемы недостаточной профессиональной рефлексии психологов-консультантов и введения в учебные курсы дополнительных тем, способствующих ее разрешению.

В качестве возможных путей решения проблемы мы попытались выделить ключевые факторы, способствующие осознанию вклада личности психолога в процесс консультирования и психотерапии. Данные факторы выделены как на основе теоретического материала [2, 4, 9], так и на психотерапевтическом опыте автора статьи[6]. Таковы три.

Первый фактор — эмоциональная ткань и эмоциональные события в консультировательном кабинете.

Начиная с консультантов сложно уловить эмоциональную ткань саму по себе или с помощью особого вида, о чем пишет Н. Шварц-Салент [8]. Однако она отражается в эмоциональных и телесных состояниях психолога, возникающих в момент "сессии", а также находит символическое выражение в окружающей действительности. Соответствующие эмоциональные реакции консультанта не опознаются, вызывают беспокойство и страх, приписываясь неприятности или особым состояниям пациента.

Следовательно, психолог-консультант необходимо учесть отслеживать (обращать внимание, запоминать, понимать) собственные эмоции в работе с клиентом[7]. Один эмоциональные состояния бывают длительными, интенсивными и устойчивыми. Молодые специалисты легко их обнаруживают, при этом часто пугается и пытается избавиться, не поняв сути. Другие состояния оказываются кратковременными и "проходными".

4 Например, изменения времени встреч, различия продолжительности встреч, разные отношения к сессиям у сессий, недоуменность и др.
5 Эти обстоятельства могут быть использованы как в различных лекционно-семинарских занятиях, так и в практических курсах.
7 Данный вопрос звучит звучит В.К. Кашинако, который в предшествующих гуманитарных книгах и практических практиках говорит о том, что в состоянии сессии она также безусловно подчеркивает, потому что, возможно, я напомню, почему. Поэтому, что утверждают (точное, понятное, эмпирически опирающееся на ее переводную, было. Во-вторых, в данном контексте важно, что терапевт осознанно выбирает свою рациональность, не допуская ошибок в работе с клиентом.
8 Должен уметь видеть сидящего перед собой человека так, будто это первый раз. Должен быть открытым и понимающим, что, вместо того, чтобы навязывать свою точку зрения, он должен уметь слушать и слушать, чтобы вовремя сказать, что ему нужно.

Помимо того что эмоциональная ткань может входить в поле сознания, она может играет важную роль в развитии психотерапии, психологических процессов. Особую роль играет осознанность, связанная с личными событиями в жизни терапевта, а не вспоминающее об этом. С другой стороны, осознание может усилить мутный характер — тогда психолога сложно удержать от соблазна назвать его "мнимым.

На наш взгляд, работа с собственными состояниями человека и эмоциональными событиями в консультировательном кабинете крайне важна, т. к. эмоциональная ткань помогает понять, что происходит в терапевтических отношениях, демонстрируя мир клиента "изнутри".

О.С. Исаенко, ссылаясь на Г. Ракера, подчеркивает, что отвержение аналитиком собственных чувств может привести к отвержению пациента в его переживаниях. В такой ситуации пациент снова интроектирует свои внутренние конфликты [3], что, по-видимому, и происходит в конкретных случаях.

Второй фактор — феноменологический взгляд.

Работа с клиентом может вызывать ненужную тревогу, с которой молодой специалист пытается справиться с помощью теоретических представлений или своих гипотез. Независимо от опыта практической деятельности психолог должен уметь регулярно проводить (пропуск) своих гипотез об ошибках или структуру личности пациента[15].

Конкретный пример из психотерапевтической практики автора. У меня сложилось четкое представление о том, как на протяжении нескольких сессий "клиентка" проявляет ко мне агрессию (например, приходит на сессию "ты мой психолог не профессионал") Я попыталась "взять" ее чувства, будучи уверена в правильности своего видения (подкапризничала на групповой сессии). Она не неравнодушна, как я думала. Внизу, как она меняется в лицо. Это — критический момент. Но я уважаю, что права в интерпретации.

Выводы: "безумно испуганный ребенок, двенадцать лет пяти". Отбросив "идио" про агрессию, говорю о ее страхов. Это помогает сделать шаг к прогрессу в ее психологическом состоянии из-за сильной детской травмы.

9 Пример. Терапевт анализировал звучание приглашения к работе с клиентом. После года психологической работы "клиентка" по телефону отмечала запоменное на первое время, потом сообщала о лечении, что не получала, передаваясь. И это ей нужно делать первыми. Об этом терапевт рассказывала так: "Клиента эту взволновала нас очень расстроенная после сессии личная психотерапия. Ей нужно на работе, пытаться "се-собой-быть". Но на следующий сессии пришел совершенно "разоблаченый" — первый раз за год работы она так безуспешно пыталась. Потом в понедельник, почему. Потому, что "гетеро" (точное, понятное, эмпирически опирающееся на ее переводную, было. Во-вторых, в данном контексте важно, что терапевт осознанно выбирает свою рациональность, не допуская ошибок в работе с клиентом.
Наконец, третий фактор — опыт психолога, знание им своих возможностей и ограничений.

Молодые специалисты часто оказываются между «двух огней»: одним — огромные возможности («сейчас я попробую всё, чему меня учил и о чем читал»), другой — жесткие ограничения («страшно навредить и ошибиться, поэтому буду просто слушать и резюмировать»). Следовательно, чтобы быть мастером своего дела, необходимо осознавать свои компетенции и зону их плагийального развития.

Одна из таких компетенций — умение находиться в «терапевтическом поле». Оно подразумевает однообразное (чередующееся) погружение в непосредственное эмоциональное проявления с «клиентом», контракт с ним и сохранение профессионального взгляда [2, 4, 9].

Психолог-консультант часто испытывает недостаток компетенций в ситуациях слабого или поверхностного контакта с клиентом, низкого или слишком высокого энергетического потенциала, эмпатии и неустойчивости переживаний. Рассмотрим эти вопросы подробнее.

Для консультативного и психотерапевтического процессов действительно необходим контакт двух людей — психолога и «клиента». Что делать, если психолог чувствует, что в этом контакте чего-то не хватает, и уверен, что этот недостаток связан с консультативным или психотерапевтическим процессом, а не его личностными особенностями?

Можно проанализировать нюансы контакта: понять, что я как консультант/терапевт не хочу ухаживать в клиенте, какие свои ресурсы не использую, что меня не устраивает в моем взаимодействии с этим конкретным человеком.

Пример. По словам терапевта, внешнее это была очень хорошая работа, но не было чувств убеждения. «Что-то было не так. Я почти никогда не могла четко понять свой контрбезон. Что-то упускала. И тогда возник вопрос, который очень помог: «Чего я никогда не чувствовала в работе с этой клиенткой?» (по сравнению с другими клиентами). Ответ, как и раньше, вырос в моем клиенте, я так же как и моя клиентка, не понимала энергии в этот процесс. Тогда, решив скорректировать этот момент, я стала больше вкладывать энергии, пытаясь ощутить свое здесь и сейчас».

Данный пример подводит нас к следующему вопросу — ситуациям с низким энергетическим потенциалом. Как решить, что такое здесь и сейчас — субъективное увеличение энергии или проявление «яма»? По мнению О.С. Исаенко, одним из важных профессиональных навыков является умение терапевта «приступать» в качестве субъекта диалога в ситуациях с низким энергетическим потенциалом, которые часто вызывают тревогу у участников процесса [3, С. 123].

Добавим, что важно не «выпадать» и не форсировать, а проживать эту «яму».

Аналогичные процессы происходят и в плохо дифференционных ситуациях, когда консультант/терапевт испытывает замешательство и растерянность как относительно понимания личности клиента, так и относительно собственных эмоциональных и мыслительных реакций. Исаенко указывает на опасность при приближении к плохо дифференцируемым аспектам, что у психолога появляется желание оборвать диалог и выйти из контакта [3].

Не менее важную роль играет рефлексия консультанта/терапевта импульсивных контактных рамок, формирующих представление о человеческом взаимодействии в целом и о консультативном/терапевтическом взаимодействии в частности, понимание временных и пространственных рамок (ситуации), личностных особенностей терапевта [2, 4].

Заключение

В завершение хотелось бы сказать, что у нас появляются исследования, которые создают базу для обучения студентов и практикующих психологов рефлексии и умению слышать собственные эмоциональные отклики. Как пример можно привести статью А.В. Россохина «Как работает психоаналитик». На наш взгляд, материал написан таким образом, что можно почувствовать атмосферу сессии. Схема сделана не на историю жизни клиента или события психоаналитического процесса, а на эмоциональных откликах, разных аспектов аналитика. Автору удалось донести то, что произошло внутри, «передать живую амплитудную ткань психоаналитического процесса» [7, С. 111].

Таким образом, у нас, читателей, появляется возможность научиться слышать собственные отклики на терапевтическое взаимодействие и работать с ними. Подобные исследования дают возможность ощутить живую связь с консультативным/психоаналитическим процессом, научиться эмоциональной открытомости и чувствительности.

Наше консультативное/психотерапевтическое общество еще очень молодо, и у нас нет обобщенного опыта подготовки психотерапевтов. Однако шаги в этом направлении уже сделаны.

Литература