

УДК 159.9

Белановская Ольга Викторовна, Олифирович Наталья Ивановна,
Баранов Денис Сергеевич
БГУ
(Минск, Беларусь)

РОЛЬ СУПЕРВИЗИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ РАЗВИТИИ ПСИХОЛОГОВ ВУЗОВ

Аннотация. Статья посвящена изучению проблема поиска адекватных форм, методов и методологии супервизии психологов высших учебных заведений. Анализируются итоги эмпирического исследования характеристик психологических проблем, а также качества оказания им психологической помощи. Описывается модель построения групповой супервизии психологов высших учебных заведений, которая позволяет использовать ресурс «зоны ближайшего развития».

Ключевые слова. Супервизия, психологическая служба, консультирование, психотерапия, «зона ближайшего развития», студенты.

Belanovskaya O.V., Olifirovich N.I., Baranov D.S.
BSU
(Minsk, Belarus)

THE ROLE OF SUPERVISION IN PROFESSIONAL DEVELOPMENT HIGHER SCHOOL PSYCHOLOGISTS

Abstract. Article examines problem of finding adequate forms, methods and methodology of supervision of psychologists higher educational institutions. Analyzes the results of empirical research of the characteristics of psychological problems, as well as in rendering his of quality the psychological help. A model of construction of a group of psychologists supervision higher educational institutions, which allows the use of the resource «zone of proximal development».

Keywords. Supervision, psychological services, counseling, psychotherapy, «zone of proximal development», students.

В последнее время почти во всех сферах популярной формой подготовки компетентного специалиста становится супервизия. Особую роль играет супервизор при подготовке практических психологов. Однако в психологической литературе супервизия редко становится предметом специального анализа. Лишь в последние годы стали появляться зарубежные переводы и отечественные книги по супервизии [1; 2; 3]. Однако зачастую в этих работах доминирует описательный подход при отсутствии теоретико-методологического анализа супервизии, что усложняет задачу теоретического анализа психотерапевтической дидактики, и супервизии, как «точки роста» психотерапевтической и психологической теории.

Проблема супервизии приобретает особое значение в контексте подготовки психологов к профессиональной помогающей деятельности, поскольку психологам необходимо осмысление супервизии как дидактического

процесса психотерапевтической/консультативной практики. Однако существует объективная сложность: в системе подготовки психологов в вузе не существовало и не существует согласованной модели супервизии, так как все специалисты базируют свою работу на разных теоретических основаниях.

Особое значение в наше время приобретает психологическая служба вуза. Студенческая молодежь – динамичная часть общества, которой через несколько лет предстоит занять ключевые социальные посты и принимать значимые решения. Именно поэтому своевременно оказанная психологическая помощь выполняет функцию психопрофилактики в самом широком смысле этого слова. Испытывая ряд социально-экономических и психологических проблем, многие студенты нуждаются в оказании качественной и своевременной психологической помощи.

Проведенное нами исследование, в котором приняли участие 47 практикующих вузовских психологов, подтвердило важность супервизионной подготовки. Опрошенных практикующих психологов просили указать примерное количество случаев из практики, соответствующее каждому из названных типов консультирования/терапии. Выявлено, что в среднем психолог в месяц больше всего работает в рамках индивидуального консультирования (27,3 клиента), а также ведет 1,7 группы, проводит 2,9 кризисных интервенции, 0,7 супружеских и 1,2 семейных терапии. Психолог системы высшего образования использует и групповые и индивидуальные формы консультирования. Таким образом, краткосрочное консультирование/терапия, сфокусированные на проблеме как наиболее востребованная форма психологической помощи, должны являться предметом особого внимания при формировании необходимых компетенций.

В работах по характеристике моделей университетского консультирования/психотерапии регулярно описываются различные модификации психоаналитического метода, когнитивно-поведенческая терапия, фокусированная на решении терапия, парадоксальные вмешательства и системная семейная терапия. В целом, как указывает П. Грэйсон [4], в США университетские психологи/терапевты больше обеспокоены такими проблемами, как злоупотребление алкоголем или наркотиками, пищевые расстройства, а работой с особыми группами студентов, чем применением различных модификаций психодинамических теорий. Как в Беларуси, так и за рубежом отмечается тенденция использования краткосрочной терапии.

Основным контингентом клиентов психолога вуза являются студенты – молодые люди в возрасте от 17 до 25 лет. Они должны решить определенные задачи развития: отделиться от семьи происхождения, научиться самостоятельно жить и заботиться о себе, сформировать внутреннюю систему координат – интегрированную идентичность, построить и начать реализовывать жизненные планы. Университетский психолог должен помочь студентам одновременно справляться с напряжением, которое они испытывают в процессе обучения, и поддержать в решении актуальных задач развития. В то же время студенты – специфическая группа клиентов, при работе с которой психологи сталкиваются с рядом трудностей. Во-первых, они не надежны в отношении соблюдения условий сеттинга (регулярного посещения психолога). Семестр длится около 16 недель, и его завершение

почти всегда является завершением консультирования. Во время практики, сессии и каникул студенты обычно останавливают консультирование/психотерапию. Во-вторых, их проблемы разнообразны и достаточно сложны. Половозрастные, характерологические, национальные и социальные различия приводят к необходимости для университетского психолога ориентироваться практически во всех проблемах. В-третьих, у студентов и психологов вузов существует проблема дефицита времени, именно поэтому психологические службы вузов ориентированы на краткосрочную терапию [4].

Необходимо отметить изменения, происходящие в социальной структуре студенческой молодежи. П. Грейсон указывает, что «университетские городки стали исключительно неоднородны в расовом, этническом и культурном плане, в плане сексуального поведения, возраста и уровня психопатологии» [4]. В качестве «проблемных» групп он выделяет этнические, сексуальные меньшинства, а также студентов в возрасте «за тридцать».

Еще одним аспектом консультативной деятельности психологов в вузе является широкая вариативность студентов по уровню и типу патологии: «...современная популяция студентов включает весь диапазон психического здоровья. На одном полюсе находятся здоровые молодые мужчины и женщины, ...которые восстанавливаются при помощи относительно простых терапевтических вмешательств. На другом полюсе находится большее число хронически нарушенных индивидуумов, их намного больше, чем в было в прошлом... А в середине располагается самая большая группа потребителей психотерапевтических услуг, чьи конфликты отражают некую комбинацию обычных студенческих тревог и явной патологии... Каждый студент ставит оригинальную и сложную клиническую задачу, требуя особого терапевтического отклика» [4].

Поводом для обращения за помощью могут служить различные обстоятельства жизни студентов: быть проблемы с учебой, приступы тревоги, ностальгия, разрыв любовных отношений, нежелательная беременность, нарушения пищевого поведения и др. Часто существует сочетание внутри- и внеуниверситетских стрессоров: напряженный режим дня из-за попыток совместить обязанности по работе и учебу, семейные конфликты и напряжение в отношениях с соседом по комнате. Университетская терапия часто начинается с задачи снижения тревоги и совладания с актуальным кризисом.

П. Грейсон [4] указывает, что «у студентов встречаются практически любые сложности... В анкетах первичного приема они чаще всего отмечают тревогу, стресс и депрессию, но также встречается огромное количество ссылок на озабоченность по поводу питания или веса, на семейные проблемы, тревоги по поводу идентичности, проблемы любовных отношений, академической успеваемости, суицид и так далее». Со сходными проблемами студентов сталкиваются педагоги-психологи вузов Беларуси. Различия в социальном статусе, особенностях родительской семьи, физическом и психическом здоровье представляют серьезную проблему при описании «среднего» клиента социально-психологической службы вуза.

В исследовании Н.И. Олифирович [5] с целью выявления типичных проблем и частоты обращения студентов в психологическую службу вуза

педагогам-психологам задавался вопрос: «С какими типичными проблемами и как часто обращаются за консультациями студенты? (1 – никогда, 2 – редко, 3 – иногда, 4 – часто, 5 – постоянно)». Было обнаружено, что спектр проблем, с которыми студенты обращаются за консультативной помощью к психологу, разнообразен и связан как с характеристиками личности самого студента, так и с характеристиками их социальной системы. Студенты обращаются за помощью: часто: из-за проблем в отношениях с друзьями/подругами (4,3); внутриличностных проблем (4,0); проблем в межличностных отношениях в студенческой группе (4,1); проблем адаптации к учебно-воспитательному процессу (3,9); проблем в межличностных отношениях с членами семьи (3,9); проблем актуального психического/ эмоционального состояния (депрессия, агрессия, апатия и др.) (3,9); проблем с актуальным партнером (3,9); проблем в межличностных отношениях в общежитии (3,7); проблем в обучении (3,5); иногда: из-за проблем поиска брачного партнера (3,1); профессионального самоопределения (2,8); проблем в межличностных отношениях с преподавателями (2,8); редко: из-за экзистенциальных проблем (2,4); проблем с администрацией общежития (1,8), суицидальных намерений и попыток (1,7) [3].

Выявлялась частота обращений к психологу студентов разных курсов. Чаще всего за помощью обращаются студенты первого курса (в среднем 151 обращение в год), реже всего – четвертого (в среднем 32 обращения в год) и пятого (в среднем 30 обращений в год) [5]. Очевидно, что психолог, помогая студенту преодолеть ситуативный кризис, помогает ему и в остальных аспектах жизнедеятельности. Таким образом, по каким бы проблемам не осуществлялось консультирование, оно всегда направлено на гармонизацию личности студента и его психологическое сопровождение на данном этапе жизни. Однако разнообразие проблем требует от психолога высокого уровня профессионализма.

В Беларуси, как и в других постсоветских республиках, существуют сложности при выборе методологических оснований для оказания психологической помощи студентам. Проведенное нами исследование показало, что 44,3% опрошенных нами психологов не проходили никакого специализированного обучения в рамках того или иного психотерапевтического направления. Оставшиеся 55,7% психологов получили дополнительное образование различного качества: от многолетнего обучения гештальт-терапии до однократного семинара по арт-терапии. Представим данные о количестве человек, изучавших то или иное направление (некоторые обучались в нескольких проектах): гештальт-терапия - 24,9%; арт-терапия - 13,7%; семейная терапия – 12,2%; нейролингвистическое программирование - 6,4%; кататимно-имажинативная, телесно-ориентированная и экзистенциальная терапия – по 3,7%, поведенческая и сказкотерапия – по 2,9. По одному человеку приняли участие в семинарах по юнгианской песочной терапии, танцевально-двигательной терапии, гуманистической психотерапии, коучингу, групп-анализу, бодинамике, холотропному дыханию.

Существующее многообразие направлений консультирования и психотерапии не позволяет однозначно ответить на вопрос, какая из них подходит в большей степени для решения проблем студентов. Однако исследование показало, что половина работающих в вузе психологов не

владеют ни одной из современных теорий оказания психологической помощи, и, соответственно, не имеют необходимых умений и навыков. Кроме того, многие краткосрочные спецкурсы малопригодны консультирования студентов, находящихся в сложной жизненной ситуации или кризисе. Таким образом, можно отметить низкий уровень профессионализма в области консультирования у университетских педагогов-психологов. Очевидно, что многие из них обладают лишь знаниями, полученными при обучении в вузе, в то время как работа в режиме оказания психологической помощи требует определенных умений и навыков в области диагностики проблемы, постановки целей и задач консультирования, поиска ресурсов, оценки степени суицидального риска и др. Вызывает тревогу тот факт, что работа педагогов-психологов вузов осуществляется без супервизии: 79,2% опрошенных не имеют опыта супервизии и не поддерживают супервизорский контакт с опытными коллегами. Оставшиеся 20,1% психологов получают помощь супервизора (очную и заочную) в среднем по 2,5 сложным случаям в год.

Таким образом, актуальной является проблема поиска адекватных форм, методов и методологии супервизии психологов высших учебных заведений. Прежде всего, надо отметить, что супервизия – это сложный процесс взаимодействия между более опытным профессионалом и супервизандом, нацеленные на улучшение профессионального функционирования последнего. Так же, как психотерапия является содействием личностному росту клиента, супервизия – это содействие профессиональному развитию психолога.

Выделяют три основные роли супервизора: учитель, фасилитатор и консультант [8]. Каждая из этих ролей предполагает определенные супервизорские стратегии. В роли учителя супервизор оценивает работу супервизанда, определяет наиболее подходящие интервенции, способствует отработке навыков. В роли фасилитатора супервизор акцентирует внимание на чувствах супервизанда и оказывает ему эмоциональную поддержку. В роли консультанта супервизор сфокусирован на системе «консультант – клиент», дискутирует с супервизируемым, предлагает ему альтернативные гипотезы и интервенции. Супервизоры могут использовать различные модели (интегративные, психодинамические, развивающие, системные и др.).

В качестве методологии супервизии, на наш взгляд, целесообразно использовать конструкты, введенные Л.С. Выготским для описания развития человека в онтогенезе. Согласно Л.С. Выготскому, развитие ребенка (в отличие от других видов развития) происходит посредством присвоения человеческого опыта в сотрудничестве. Анализ любой деятельности ребенка позволяет выделить два уровня – самостоятельное выполнение и выполнение в сотрудничестве со взрослым. Уровень первого выполнения характеризует зону актуального развития. Второй уровень, более высокий, представляет собой зону ближайшего развития – область незрелых, но созревающих процессов, и представляет, согласно взглядам Л.С. Выготского, зону ближайшего развития.

Понятие зоны ближайшего развития имеет большое практическое значение для развития психологов вуза. Работая в сложных условиях, выполняя различные виды профессиональной деятельности, в отсутствии супервизии психолог иногда годами делает одни и те же ошибки в

терапии/консультировании. Именно супервизия позволяет обнаружить и развить те умения, идеи, интуитивные предчувствия, которые еще не в полной мере могут использоваться психологом в его консультативной деятельности и являются областью скорее искусства, чем науки. Ведь, несмотря на наличие теоретических знаний, многие психологи испытывают ряд затруднений в консультативной практике. Именно супервизия является уникальным процессом, который содержит возможность встречи психологической науки, психотерапевтической практики и образования.

Наиболее удачной формой супервизии психологов высших учебных заведений является групповая супервизия или «Балинтовская группа». Такая группа позволяет активно участвовать в процессе и развиваться всем ее участникам. Такая группа состоит из 6-15 человек и проводится в течение 2-2,5 часа. Она строится на ряде принципов, среди которых: добровольность участия; запрет на критику ведущего; свобода ассоциаций и др. Задачи ведущего, который выбирается из числа участников, обычно связаны с необходимостью блокировать деструктивные обратные связи; эмоционально поддерживать супервизируемого; структурировать дискуссию. В качестве предмета анализа на групповой супервизии могут выступать: трудные или неудачные случаи из прошлого; текущие случаи, вызывающие беспокойство; воображаемые терапевтические ситуации супервизируемых. Такая работа с включением группы позволяет использовать ресурс «зоны ближайшего развития» в супервизии психологов системы образования. Рассказ терапевта о затруднениях, его запрос к группе актуализируют профессиональную рефлексия. Групповая супервизия позволяет оказать поддержку, прояснить сложности, получить новые знания, а также видение ситуации терапии с других точек зрения. Группа является тем самым значимым Другим, который позволяет развить профессиональное самосознание и профессиональную идентичность как важнейшие инструменты работы психолога-консультанта в вузе.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Уильямс, Э. Вы – супервизор... Шестифокусная модель, роли и техники в супервизии/ Э. Уильямс. - М.: Класс, 2001.
2. Шекеди, И. Супервизия – сложный инструмент психоаналитической подготовки/ И. Шекеди, Х. Кехеле, К. Дрейер // Московский психотерапевтический журнал, 1994, № 4.
3. Якобс Д., Дэвис П., Мейер Д. Супервизорство. Техника и методы корректирующего консультирования/ Д. Якобс, П. Дэвис, Д. Мейер. - СПб.: Б.С.К., 1997.
4. Грэйсон, П.А. Психодинамическая психотерапия со студентами и аспирантами /П.А. Грэйсон // Журнал практической психологии и психоанализа. Ежеквартальный научно-практический журнал электронных публикаций.– 2009 г. – № 2. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20080309>. Дата доступа: 1.10.2016.
5. Олифинович, Н.И. Групповая супервизия как зона ближайшего развития психолога системы образования / Н.И. Олифинович // «Зона ближайшего развития» в теоретической и практической психологии: Материалы XI Международных чтений памяти Л.С. Выготского, Москва, 15-18 ноября

2010 г. /под ред. В.Т. Кудрявцева (отв. ред.); Рос. гос. гуманит. ун-т, Ин-т психологии им. Л.С. Выготского. – М., 2010. – С. 220-225.

6. Кулаков, С.А. Практикум по супервизии в консультировании и психотерапии С.А. Кулаков – СПб.: Речь, 2002.–238с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ