

11. Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. – М.: Интерпракс, 1995.
12. Ялом И.Д. Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы. – М.: Независимая фирма "Класс", 1997.
13. Bugental J.F.T. The Search for Authenticity. 2nd ed. N.Y.: Irvingstone Publishers, 1981.
14. Yalom I.D. Existential Psychotherapy. N.Y.: Basic Books, 1980.

Рефлексивный подход в подготовке психологов к профессиональным взаимоотношениям

Н.И.Олифинович

Социальный заказ на эффективную психологическую помощь выдвигает ряд требований к профессиональным взаимоотношениям между психологом и клиентом. Известно, что концепция и вид оказываемой психологической помощи зависит от теоретической ориентации психолога. Так, психолог, придерживающийся медицинской модели, выступает как "врач", лечащий "больных" (классический психоанализ); другие психологи воспитывают, перевоспитывают, корректируют дефекты развития личности (адлеровская индивидуальная психология, рационально-эмотивная терапия А.Эллиса); третьи видят свою позицию в качестве философов-антропологов (экзистенциальная психотерапия); четвертые формируют желательные поведенческие навыки (бихевиоральная психотерапия); пятые выступают проводниками в "символическом путешествии героя" (юнгианский анализ) и т.д. [11, 16]. В соответствии с теоретической ориентацией понимается и специфика психотерапевтических отношений, длительное время являющаяся предметом научных дискуссий. Должен ли быть психолог дружелюбным или нейтральным? Следует ли создавать атмосферу фрустрации или удовлетворения? Должен ли психолог соблюдать границы во взаимоотношениях, или ему следует поддерживать дружеский разговор с клиентами, общаться с ними, делать из них друзей? И наконец, следует ли обсуждать с клиентом его отношение к психологу?

Взаимоотношения психолога и клиента можно рассматривать как континуум взаимопереходов между полюсами "субъект-объектное – личностно-центрированное отношение к клиенту". Медицинская модель больше ориентирована на воздействие, чем на взаимодействие с клиентом. Именно этот "оттенок" несет решающий смысл для установления как рабочих отношений между психологом и клиентом, так и для установления в будущем новых отношений клиента с собой и внешним миром. Наиболее важные моменты, касающиеся различий во взаимоотношениях с клиентами, связаны с такими параметрами, как директивность – недирективность психолога, анонимность – самораскрытие, возможность – невозможность выражения положительных и отрицательных чувств по отношению к клиенту, односторонность – двусторонность встречи.

В настоящее время в сфере профессиональных взаимоотношений с клиентом разрушаются некоторые старые и появляются новые подходы, интегрирующие взгляды психологов различных направлений в рамках скорее холистического, нежели атомистического мышления. По мнению Ю.С.Савенко, возможны взаимопонимание и единение "медицинской" и "психологической" моделей психологической помощи на основе феноменологической теории личности [12]. В исследовании М.А.Гулиной представлена попытка интегрировать различные подходы в консультировании на разных уровнях: на уровне концептуальных ценностей психолога; на уровне процесса консультирования; на уровне контекста консультирования [3]. Работы М.Гилла [17] и Х.Когута [18] представляют собой попытку объединить гуманистическое отношение к клиенту со взглядами классического психоанализа. Наблюдается тенденция гуманизации психологической помощи, характеризующаяся здоровым эклектизмом во взглядах на взаимоотношения психолога с клиентом, отказом от построения концепции в дуалистической манере, попытками отыскать интегральные решения, что подтверждается исследованиями по эффективности психотерапии [2, 6, 7, 10]. Так, в этих исследованиях выявлено, что любые взаимоотношения, характеризующиеся пониманием, уважением, доверием, оказывают конструктивное воздействие и обладают психотерапевтическим эффектом. Это позволило отнести взаимоотношения между психологом и клиентом к неспецифическим факторам эффективности психотерапии [6].

Известно, что в процессе профессионального становления каждый психолог развивает собственную концепцию психологической помощи, опирающуюся на обобщенное научное знание. Содержание обобщенного научного знания является предметом профессиональной рефлексии психолога, в идеале постоянно осваивающего новые теории и подходы [1]. Однако, как свидетельствует наш опыт работы со школьными психологами, профессиональные взаимоотношения с клиентом не являются для них предметом рефлексии. Тотальная гуманизация учебно-воспитательного процесса привела к декларированию психологами лично ориентированного подхода к профессиональным взаимоотношениям. Придерживаясь на словах гуманистической модели, многие психологи на самом деле выстраивают эти взаимоотношения, ориентируясь на субъект-объектный подход к клиенту [9]. В подобных случаях имеет место феномен неконгруэнтности между внешне декларируемым лично ориентированным и внутренним субъект-объектным отношением. Не вдаваясь в анализ причин этого явления, отметим, что это ведет к внутриличностным конфликтам и невозможности оказывать эффективную психологическую помощь. Таким образом, одним из направлений повышения эффективности психологической помощи может стать осознание и гуманизация психологами своих профессиональных взаимоотношений.

В качестве способа организации работы в этом направлении была использована стратегия рефлексирования психологами собственной имплицитной концепции психологической помощи, ее сильных и слабых сторон и интеграция в эту концепцию тех общих моментов во взаимоотношениях с клиентом, которые позволяют повысить ее эффективность. Отказываясь от варианта "черно-белых" дихотомий, ставилась задача отыскать интегральные решения, попытаться найти основания для гуманизации профессиональных отношений психологов различных направлений.

Переход к новым продуктивным формам поведения основан на отрефлексировании особенностей своей предыдущей деятельности [4]. Таким образом, достаточно перспективным является направление, основанное на осознании психологом своей собственной модели психологической помощи, работе с ее негативными тенденциями и ассимилировании в нее эффективных форм построения взаимоотношений.

ношений с клиентом с опорой на целостное, интегративное мышление. С этой целью была разработана тренинговая программа, опирающаяся на исследования эффективности взаимоотношений психолога с клиентом [2; 6; 7; 8; 10], лично ориентированную модель работы психолога [10; 14] и принцип рефлексивно-инновационного подхода в подготовке профессиональных кадров [13]. Использование тренинговой формы проведения занятий было вызвано возможностью конструировать ситуации, близкие к реальной профессиональной деятельности психолога. Предполагалось, что использование данной тренинговой технологии позволит участникам не только отрефлексировать и гуманизировать свою собственную модель взаимодействия с клиентом, но также уменьшить проявление неэффективных форм построения взаимоотношений с ним, в частности директивность. С целью проверки данной гипотезы проводилось тестирование членов группы до начала и после завершения тренинга. Была использована методика ДМО в адаптации Л.Н.Собчик. Тренинг был апробирован на базе Академии последипломного образования.

Целью первого этапа являлось знакомство членов группы, выявление ожиданий от предстоящего участия в тренинге, утверждение правил работы в группе, создание доброжелательной рабочей атмосферы. Важная роль на этом этапе отводится ведущему, который должен уметь строить взаимодействие с группой на принципах равенства психологических позиций, создавать условия для безопасного самораскрытия участников.

Второй этап тренинга направлен на актуализацию представлений психологов о своем профессиональном взаимодействии в образной форме. Членам группы предлагалось нарисовать картинку, которая отражала бы суть взаимодействия психолога с клиентом. Данная процедура создала условия для дальнейшей образной рефлексии. Обсуждение картинок проводилось с опорой на образы, предложенные каждым автором, и в направлении выявления их функциональной взаимозависимости.

Ознакомление с картинками друг друга в форме такого обсуждения позволило членам группы проанализировать свои представления о психологической помощи и соотнести их с представлениями других членов группы. В ходе такой деятельности каждый образ был

глубоко проанализирован и осмыслен, так как в обсуждении принимали участие и авторы рисунков, и другие участники тренинга. На данном этапе роль руководителя сводилась к организации и активизации групповой дискуссии, фасилитации группового процесса, а также помощи участникам в осознании тех смыслов, которые они вкладывали в свои рисунки [15].

Третий этап тренинга был направлен на интенсификацию представлений о профессиональных взаимоотношениях с клиентом. В ходе рефлексии по итогам предыдущего этапа членам группы предлагалось ответить на вопросы: Психолог: какой он? Каковы цели деятельности психолога? Клиент: кто он – больной, требующий лечения, или человек, которому нужна помощь? Кто несет ответственность за психотерапию: психолог или клиент? Какими вы видите взаимоотношения между психологом и клиентом? Главная цель данного этапа заключалась в том, чтобы члены группы смогли прояснить и осмыслить свое собственное отношение к клиенту. Как было выявлено в процессе работы, личностно ориентированное отношение часто присутствовало в виде неассимилированного убеждения, своеобразного "гуманистического интроекта". Основным упор делался на собственные переживания участников тренинга, возникавшие в процессе работы в группе, отрефлексирование предыдущего опыта, актуализировавшегося здесь и теперь, выявление тех представлений, которые не являются истинно своими. Критерием перехода к следующему этапу являлось осознание каждым членом группы своей собственной модели построения отношений с клиентом, ее сильных и слабых сторон.

Четвертый этап тренинга сфокусирован вокруг возможности ассимиляции личностно ориентированного подхода, а также интеграции членами группы в свою профессиональную деятельность тех аспектов взаимоотношений психолога и клиента, которые обладают "терапевтическим" эффектом. На данном этапе особенно важно, чтобы ведущий, создавая фасилитирующую атмосферу, сам был искренним и эмоциональным, избегая при этом давления на участников тренинга. Он выступает для членов группы как своеобразный эталон, и поэтому должен, говоря словами К.Роджерса, быть конгруэнтным. Работа с оппозиционными, противоположными представлениями о своих профессиональных взаимоотношениях, проводив-

шаяся на данном этапе, позволила расширить видение ситуации, уйти от стереотипных, клишированных форм поведения, дала возможность находить собственные оценки и интегрировать разные, на первый взгляд несовместимые, точки зрения, мысли, чувства, позиции. При этом самым важным основанием для перехода к следующему этапу стало осознание членами группы того, что их внутреннее отношение к клиенту, живое взаимодействие с ним как с человеком невозможно вместить в рамки одной теоретической концепции, что главный вопрос, который решается в процессе оказания психологической помощи, – не "как эффективнее воздействовать на человека", а "ради чего я это делаю".

Целью пятого этапа являлось осознание участниками тренинга их непродуктивных профессиональных установок, возможность привязки обсуждаемых понятий к индивидуальным представлениям о профессиональном взаимодействии с клиентом. На данном этапе была смоделирована ситуация профессионального взаимодействия психолога с клиентом. В процессе работы в триадах каждый из членов группы смог побывать в различных позициях («психолога», «клиента» и «супервизора») и получить обратную связь от других членов своей микрогруппы. Среди позитивных результатов, которых удалось достигнуть в ходе выполнения данной работы, назывались возможность не интерпретировать высказывания «клиента», ощущение того, что ты понят «психологом», достижение более личного общения, возможность лучше себя выразить, ощущение психологической безопасности. Такой опыт оказался очень полезным как для развития профессиональных умений, так и в плане возможности получения супервизорской поддержки и обратной связи от ведущего и других участников тренинга.

В заключение была проведена рефлексия по итогам тренингового курса, в ходе которой обсуждалась личностная значимость пережитого каждым из членов группы. Участники тренинга пришли к пониманию единства целей психологической помощи, вне зависимости от теоретической школы, и получили собственный опыт, подтверждающий экспериментально конвергенцию психотерапевтических моделей на высшем уровне на основе гуманистической теории личности. Важным моментом стало осознание членами группы непродуктивности привязанности только к одному психотерапевтическому подходу, возмож-

ности использовать различные приемы, интегративные техники для установления эффективных психотерапевтических отношений с клиентом.

По завершению тренинга все его участники были повторно протестированы по методике ДМО в адаптации Л.Н.Собчик. Сравнение результатов тестирования до начала и после проведения тренинга в представлениях о себе как о психологе свидетельствует о снижении средних групповых показателей по фактору «доминирование» и увеличении по фактору «дружелюбие». Общей групповой тенденцией стал отказ от авторитарной, субъект-объектной позиции в отношении клиента (снижение количественных показателей по первому октанту), что свидетельствует о соответствии использованного методического инструментария целям и задачам тренинга.

Таким образом, проведенный тренинговый курс позволил участникам обучения отразиться и гуманизировать представления об отношениях психолога с клиентом, углубить профессиональные навыки, осмыслить профессиональную позицию, раскрыть свои творческие возможности и повысить профессиональную компетентность, а также осуществить, говоря словами А.Маслоу, "сдвиг от раздвоения и расщепления к интеграции на первый взгляд не сочетаемых противоположностей"[19]. Но главный результат тренинга – это возможность попасть в то смысловое пространство, где диалогически сопрягаются "голоса" З.Фрейда, К.Г.Юнга, К.Роджерса, Ф.Перлза, где обсуждаются актуальные вопросы бытия психолога, его собственного фундаментального отношения к другим не только как специалиста, но и как человека.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. – Брест, 1993.
2. Александров А.А. Современная психотерапия: Курс лекций. – СПб.: Академический проект, 1997.
3. Гулина М.А. Теоретические и методологические основы индивидуального психологического консультирования: Автореф. ... дис. д-ра психол. наук. – СПб., 1998.
4. Давыдов В.В., Лазарев В.С., Неверкович С.Д. К проблеме совершенствования методов подготовки руководителей // Психологический журнал. – 1989. – №1.

5. Калина Н.Ф. Основы психотерапии. – М.: Рефл-бук.; Киев: Ваклер, 1997.
6. Калмыкова Е.С. Исследования психотерапии за рубежом: некоторые методологические проблемы // Психологический журнал. – 1992. – № 6.
7. Кан М. Между психотерапевтом и клиентом: новые взаимоотношения. – СПб, 1997.
8. Келлерман П.Ф. Психодрама крупным планом. – М: Класс, 1998.
9. Олифинович Н.И. Профессиональная компетентность практического психолога. // Психология. – 1998. – № 2.
10. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия. – М.: Рефл-бук; Киев: Ваклер, 1997.
11. Розин В.М. Психология: теория и практика. – М.: Форум, 1997.
12. Савенко Ю.С. «Психиатрическая» и «психологическая» психотерапия – путь к единству // Московский психотерапевтический журнал. – 1993. – № 4.
13. Степанов С.Ю., Варламова Е.П. Рефлексивно-инновационный подход к подготовке управленческих кадров // Вопросы психологии. – 1995.— №1.
14. Фэйдимен Дж., Фрейгер Р. Теория и практика личностноориентированной психологии. – М., 1996.
15. Харин С.С. Искусство психотренинга. Заверши свой гештальт. – Мн.: Изд. В.П.Ильин, 1998.
16. Цапкин В.Н. Единство и многообразие психотерапевтического опыта // Московский психотерапевтический журнал. – 1992. – № 2.
17. Gill, M.M. The point of view of psychoanalysis: energy discharge or person? *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, 1982, N 4. – p. 523–551.
18. Kohut, H. How does analysis cure? – Chicago: University of Chicago Press, 1984.
19. Maslow A.H. *Toward a Psychology of Being*. – New York: Van Nostrand, 1968.