

ПЕРЕНОС И КОНТРПЕРЕНОС В КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

В ситуации консультирования не может происходить адекватное эмоциональное воздействие без принятия во внимание таких феноменов, как перенос и контрперенос. Эти термины были введены З. Фрейдом, который выделял в процессе психотерапии реальные и терапевтические отношения -- перенос и рабочий альянс. Заимствованные из психоанализа, термины «перенос» (трансфер) и «контрперенос» (контртрансфер) широко используются психологами различных направлений.

В начале своей профессиональной деятельности З. Фрейд рассматривал переносы пациента как отклонения, которые нужно уничтожить путем объяснения. Позднее он стал относиться к переносу как к контексту, необходимому для лечения. Классическое психоаналитическое определение рассматривало перенос как оживление Эдипова комплекса в терапевтической ситуации.

Позднее идеи Фрейда были переработаны и углублены в работах по объектным отношениям. Сам термин «объектные отношения» не совсем удачен, так как объектом в основном является человек. В ходе развития другие люди, влияющие на ребенка (объекты), интернализируются в его внутренний мир. При переносе происходит перенесение чувств, влечений, установок, отношений с «объектами» из «там и тогда» (прежде всего из раннего детства) в «здесь и теперь». Работа с клиентом в ситуации переноса протекает гораздо успешнее, если удастся выявить, какой именно важный ранний объект активизируется в данный момент [3].

Таким образом, перенос можно определить как неадекватное переживание чувств, влечений, фантазий, установок и задействование защитных механизмов, возникших в прошлом в отношениях со значимыми людьми (прежде всего — родителями), при актуальном межличностном взаимодействии с психологом. Перенос — универсальный феномен консультативного контакта. Переносу свойственны следующие черты:

1. Перенос всегда ошибочен в том смысле, что клиент представляет консультанта в ложном свете, т.е. приписывает ему черты, свойственные другим людям и в других обстоятельствах и времени. Консультант может считать реакцию клиента переносом (трансфером), если последний переносит на него свои воспоминания о предыдущих значимых переживаниях; наделяет его качествами из прошлого, судит о нем и пытается использовать в соответствии со своим прошлым. Психологу нужно уметь отличать реалистичные реакции от реакций переноса. По словам Гринсона (1965), для того чтобы какую-то реакцию можно

было считать реакцией переноса, она должна являться повторением прошлого и должна быть неподходящей к настоящему.

2. Перенос бывает позитивным и негативным. Позитивный основывается на зависимости клиента от идеализированного образа отца (или другого значимого объекта), отрицательный – на испытанных в детстве чувствах отвержения и враждебности. Если эти установки не меняются, терапия становится невозможной.

3. Возникновению переноса содействует нейтральность и неопределенность консультанта. Нейтральность определяется беспристрастным поведением консультанта и отсутствием с его стороны навязывания клиенту своих ценностей. Неопределенность – поведение консультанта, при котором он скрывает от клиента свои чувства, установки, события жизни.

4. Перенос – бессознательный процесс. Клиентом не осознается факт, что эти чувства привнесены из более ранних отношений.

5. Перенос чаще возникает в сферах, где имеются неразрешенные детские конфликты со значимыми личностями [2].

Ценность переноса в том, что он позволяет проникнуть в прошлое клиента и увидеть, каким образом ранний опыт, связанный со значимыми личностями, модифицирует реакции настоящего. Консультант, будучи объектом переноса, интерпретирует проекции и предоставляет клиенту возможность взглянуть на свое поведение в ракурсе причинности, чтобы избавиться от травм и фантазий прошлого. Решение, делать ли перенос объектом обсуждения, равносильно выбору между операцией и консервативным лечением. Не рекомендуется углубляться в перенос и его интерпретацию:

- при искаженном восприятии реальности;
- при нехватке времени для работы с переносом;
- при отсутствии нормального рабочего альянса с клиентом;
- когда клиент из-за ослабленных механизмов психологической защиты не может быть толерантен к тревоге и фрустрации;
- когда целью консультирования является не разрешение глубинных конфликтов, а, например, приспособление к текущим жизненным ситуациям.

Однако нельзя игнорировать чувства клиента. Они должны быть обсуждены с выбором надлежащей глубины обсуждения. Клиенты проявляют подлинные, хотя и нереалистичные чувства. С другой стороны, клиенты должны понимать, что консультант не может быть их сексуальным партнером.

Контрперенос, как и перенос, является “альфой и омегой” психотерапии и консультирования. На первых этапах развития психоанализа контрперенос рассматривался как реакция переноса у психолога по отношению к клиенту. При контрпереносе психолог реагирует на клиента так же, как на личность, значимую в ранней истории своей жизни. Контрперенос возникает, когда

психолог теряет свою объективность и развивает в себе сильное и глубокое чувство по отношению к клиенту: романтическое, агрессивное, сексуальное.

Фрейд рассматривал сильную эмоциональную реакцию на пациента как свидетельство неполного знания аналитика о себе, а также свидетельство неспособности поддерживать эффективно позитивное, врачебное отношение к другой присутствующей личности. Он считал, что контрперенос может проявляться в форме внешнего поведения либо в форме внутренних переживаний психолога.

Психолог, которому не удалось распознать наличие контрпереноса, может реагировать неожиданным и неуместным для клиента образом. Причинами контрпереноса могут быть:

1. Стремление консультанта понравиться клиентам.
2. Боязнь консультанта, что клиенты могут о нем плохо подумать, не прийти на встречу и т.п.
3. Эротические и сексуальные чувства консультанта по отношению к клиентам, сексуальные фантазии, связанные с клиентами.
4. Чрезмерная реакция клиентов, провоцирующих у консультанта чувства, обусловленные его внутренними конфликтами.
5. Стремление занимать пророческую позицию и давать клиентам навязчивые советы, как им следует жить [2].

В последнее время термин “контрперенос” изменил свое первоначальное значение и употребляется для описания почти всех эмоциональных реакций психолога на клиента. Новое понимание контрпереноса возникло на основании отражения накопленных терапевтами клинических знаний и их внутренних реакций на клиентов. Работая с пограничными и психотическими пациентами, психотерапевты сделали наблюдение, что лучшее средство для понимания этих переполненных чувствами, дезорганизованных, отчаянных, мучающихся людей была их собственная интенсивная обратная реакция контрпереноса.

В русле этих исследований Г. Ракер, последователь М. Кляйн, предложил категории согласующегося (конкорданного) и дополняющего (комплементарного) переноса. Согласующийся перенос представляет собой эмпатическое ощущение психологом того, что пациент, будучи ребенком, чувствовал по отношению к раннему объекту. Дополняющий перенос обозначает, что чувства психолога (неэмпатичные, с точки зрения клиента) соответствуют переживаниям объекта по отношению к ребенку.

Такое превращение контрпереноса из препятствия в достоинство представляет собой один из наиболее значительных вкладов теории объектных отношений. Использование понимаемого таким образом контрпереноса для интерпретаций поведения клиента может стать одним из самых действенных

инструментов психолога. Диагностическое использование эмоциональных реакций психолога на клиента находит отражение в учебниках по диагностике [3].

Феномены переноса и контрпереноса часто возникают при консультировании детей в практике школьного психолога. Ребенок может идеализировать школьного психолога, проецируя на него ранние детские отношения, желания и фантазии, связанные с любовью и комфортом. Удовлетворяя потребность ребенка в любви и принятии, психолог становится для него «хорошей матерью». Такие дети часто приходят к психологу, подолгу находятся в его кабинете, обижаются, если психолог не может уделить достаточного внимания. Сложность для психолога состоит прежде всего в том, что в реальности он не может стать для ребенка «мамой». При этом у психолога могут возникать сильные контрпереносные реакции. В случае согласующегося переноса психолог может воспринимать проблемную ситуацию (например, конфликт с педагогами, родителями) с позиции ребенка и защищать последнего, теряя объективность. В случае комплементарного переноса психолог может испытывать негативные или другие сильные чувства, аналогичные чувствам взрослого человека, с которым связаны проблемы ребенка.

Если перенос возник в рамках консультативных отношений, у психолога существует возможность для его проработки. Однако решение о работе с переносом всегда принимается, исходя из реальных объективных условий. В том случае, если психолог открыт, искренне проявляет свои чувства и проясняет их, ребенок получает уникальный опыт принятия и понимания со стороны другого человека, что может быть гораздо более ценным, чем возвращение в «там и тогда» с целью проработки прошлых отношений. При этом психологу иногда необходимо рефлексировать на предмет того, что все человеческие отношения являются сложной смесью реальных реакций и реакций переноса, а психолог, в силу своей профессиональной деятельности, должен уметь отделять «зерна от плевел», прежде всего – в области собственных контрпереносных реакций.

Литература

1. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психологической диагностике. СПб., 1999.
2. Кочунас Р. Основы психологического консультирования. М., 1999.
3. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. М., 1998.