

Супервизия в психологическом консультировании и в психикоррекции

*«При работе с супервизируемым, охваченным тревогой,
супервизор должен учитывать, что его подопечного волнуют
следующие вопросы.*

*Будет ли супервизор на моей стороне?
Не будет ли он судить меня так же строго, как я сужу себя?
Позволит ли он мне остаться самим собой?
Позволит ли он мне сохранить мои достоинства и недостатки,
не пытаясь контролировать мои профессиональные действия?»*
С.А. Кулаков

Термин супервизор происходит от латинских корней и означает «смотреть поверх».

Супервизия — это один из методов теоретического и практического повышения квалификации специалистов в области психологии, психотерапии, социальной работы и др., в форме их профессионального консультирования и анализа целесообразности и качества используемых практических подходов и методов работы. Супервизия — это процесс, во время которого супервизор и супервизируемый вместе узнают что-то новое о консультируемом (клиента, пациенте), друг о друге, о себе.

В обучающем варианте супервизии опытный «эксперт по межличностным отношениям» помогает начинающему специалисту систематически видеть, осознавать, понимать и анализировать свои профессиональные действия и свое профессиональное поведение. Сложности, возникающие в процессе профессиональной деятельности (актуальный конфликт), стимулируют внутренний конфликт психолога и механизмы его психологической защиты и совладания. Исходя из этого супервизия, наряду с обучением (в смысле передачи новых знаний и навыков), включает элемент психологического развития специалистов.

Супервизия не является психотерапией. Если супервизор использует первую как вариант психотерапии, преподаватель становится психотерапевтом, стажер — пациентом. При смешении этих двух функций — возникает этическая проблема двойных отношений, которая может серьезно повредить и нивелировать все ценности предшествующего контакта. Поэтому, супервизия — это особое вмешательство. Цель супервизии — превратить молодого специалиста в опытного психолога, а не в опытного пациента.

Супервизия — это процесс, основанный на отношениях доверия и уважения, установленных по обоюдному согласию. В свете этого, супервизор является инструктором, поддержкой и коллегой. Необходимо, чтобы это было когнитивным согласием между супервизором и супервизируемым (эта позиция, особенно касательно начинающих консультантов, принимает особую значимость в отношении прогрессивного движения в супервизии).

Процесс супервизии.

Супервизию можно рассматривать как пространство, в котором супервизируемый и супервизор совместными усилиями осуществляют построение новых способов упорядочения впечатлений от консультирования или психокоррекционных воздействий. Этот процесс осуществляется по двум направлениям: познавательному и аффективному.

Супервизорское консультирование проводится на основе наблюдения и специфического анализа зафиксированных фрагментов практической работы психолога с последующим или одновременным обсуждением с коллегой особенностей терапевтического контакта, текущей и планируемой стратегии и тактики коррекционного вмешательства. Обсуждение проводится в форме диалога и обратной связи супервизора, завершается его устными рекомендациями и/или письменным заключением.

Уровни супервизии.

1. Супервизия первого (базового) уровня.

Это супервизия как личностно-профессиональная поддержка, как помощь и совет более квалифицированного специалиста начинающему с целью повышения его профессионализма и уверенности, развития необходимых навыков, наставничество в выборе направления и стиля работы. Обычно это совместный поиск и позитивное подкрепление ресурсов молодого специалиста, способствующие развитию таких личностно-профессиональных качеств, как эмпатия, конгруэнтность, аутентичность, способность к концептуализации и др.

2. Супервизия второго (сертификационного) уровня.

Супервизия этого уровня включает преимущественно обсуждение трудностей и ошибок в проведении различных методов психотерапии и рекомендации по их устранению.

Формы супервизии.

- 1. Очная супервизия** – это вариант ко-терапии с обсуждением очно наблюдаемой супервизором работы супервизируемого немедленно после окончания лечебной сессии или с прерыванием психокоррекционного сеанса и управления событиями по мере необходимости. Присутствие супервизора ко-терапевта согласовывается с клиентом и членами группы.

Варианты в зависимости от времени, пространства и личностных параметров:

- временная (немедленная или отсроченная),
 - пространственная (внутри или снаружи комнаты),
 - личностная (с присутствием клиента).
- 2. Заочная форма.** Супервизируемый представляет супервизору материалы психокоррекционной работы. Результаты могут быть представлены в виде устного доклада (обычно для групповой супервизии) о какой-либо одной сессии или серии сессий, стенограммы или аудио-, видеозаписи.
 - 3. Очно – заочная супервизия.** Используется в системной семейной психотерапии. Она осуществляется группой супервизоров, наблюдающей работу супервизируемого через зеркальное стекло. Супервизируемый, испытывая трудности, в любой момент может проконсультироваться с группой, о чем предварительно договаривается с семьей.

Варианты супервизии подразделяются на индивидуальный, групповой коллективный вариант в зависимости от объекта супервизии.

Способы и некоторые техники супервизии

➤ Поощрение и разрешение

Супервизор поощряет любознательность супервизируемого и его стремление опробовать новые способы поведения и мышления. Многие психологи имеют особые представления о клиентах и используют их в консультировании. Нередко они испытывают неуверенность в выбранном ими методе, своевременности и точности замечания, которое они собираются адресовать клиенту. Такое поведение является следствием боязни оскорбить клиента или беспокойства за правильность выбранной позиции.

➤ Разъяснение.

Разъяснение относится к числу вмешательств, которые включают в себя открытое замечание супервизора относительно установки или поведения супервизируемого, полностью или частично остававшихся без внимания с его стороны. Такие замечания основаны, как правило, на результатах наблюдений за внешним поведением, аффектами и способами реагирования психолога, и достаточно легко им опознаются, когда на них указывают. Такие замечания не содержат упоминаний о бессознательных конфликтах, защитных проявлениях и мотивациях специалиста. Супервизор может дать словесное описание тому или иному аффекту специалиста («По-видимому, вас раздражал клиент, когда вы рассказывали эту историю»). Супервизор также может дать свое определение относительно поведения психолога при проведении психокоррекции. («Когда клиентка упоминает о своем чувстве безысходности, вас охватывает беспокойство и вы начинаете давать оценку ее суицидным побуждениям, прекращая дальнейшие расспросы о чувстве безысходности»).

Подобные замечания имеют своей целью обратить внимание психолога на его собственные аффекты и поведенческие паттерны и переносят акцент супервизорского диалога с клиента на психолога. Такое вмешательство привлекает внимание специалиста к тем неопознанным моделям, аффектам и «белым пятнам», на которые он до этого не обращал внимания.

➤ Ролевая супервизия

При использовании методов действия в супервизии происходит проигрывание конкурирующих, противоречивых переживаний, испытываемых множеством «субличностей» как клиента, так и супервизируемого. Супервизируемый экстернализует внутреннюю драму, воспроизводя ее в форме, зрительно доступной как для него самого, так и для группы. Таким образом, создаются новые способы размышления о себе и взаимодействия с другими.

Процесс ролевой (психодраматической) супервизии включает в себя пять элементов.

1. Краткое вербальное описание случая.
2. Конкретизация ролей, скрывающихся за описанием.
3. Пространственная расстановка ролевых персонажей.
4. Ролевая игра.
5. Смена ролей

➤ Дебрифинг

Дебрифинг — групповое обсуждение, дискуссия о происшедшем между участниками вскоре после стрессовой ситуации, случившейся с одним из специалистов в ходе его коррекционной или консультативной работы, например, при работе с суицидальным абонентом телефона «Доверие». Дебрифинг — это не психотерапия, а вмешательство во время кризиса. Первым эту методику предложил Джеффри Митчел. Это модель кризисного интервью для преодоления кризиса. Цель данной методики при проведении супервизии: помочь супервизируемому пережить нарциссическую уязвимость, восстановить контроль над своим настроением.

Практическое задание для самостоятельной работы «Шкалой супервизии».

Станьте на время супервизором самому себе и поработайте со следующей шкалой (см. Приложение).

Рекомендуемая литература.

1. Кулаков С.А. Практикум по супервизии в консультировании и психотерапии. СПб.: Речь, 2002
2. Кулаков С. А., Эйдемиллер Э.Г. Супервизия как метод обучения и контроля над учебной деятельностью на цикле «Психология и психотерапия семьи» // Семейная психология и семейная терапия. 2000. № 2. С. 71–81.
3. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. — СПб.: Питер Ком, 2000.

СХЕМА СУПЕРВИЗИИ

- Имя, возраст
- **Первая встреча.**

Как пришли (контекст встречи): Кто обратился за помощью, кому нужна помощь

Первый разговор с: Дата:
Проблема: причина обращения, симптомы

Медицинские обследования, тестирование и их результат (важна структура, на которую можно опереться)

Что уже предпринималось для решения: какой опыт проведения лечения, что уже сделано?

Ход разговора (в первой встрече):

- **Генограмма семьи**

События в жизненной истории семьи:

с родителями мамы

с родителями отца

Предыдущие отношения родителей(продолжит-ть/ как выглядят сейчас):

Другие дети:

Дети из предыд. Отношений

Новые отношения матери:

Новые отношения отца:

Особенности жизни семьи с точки зрения факторов защиты и факторов риска.

Состав семьи. Семья состоит из: (живут вместе):

Прим:

Семейный анамнез:

Социальный:

Вуз/Профессия родителей

Знакомство:

Свадьба:

Развод:

Жилищная ситуация :

Финансовая ситуация

Диагноз(ы) у взрослых если есть:

Модель болезни семьи:

Вывод:

Материальный мир семьи, пространство места семьи, дисгармония в семье , психические заболевания, утраты, неадекватные замены Ро, разница в возрасте с сиблингами менее 18 месяцев

• РЕБЕНОК.

1 ресурс ребёнка (например, стабильные отношения, способность выразить себя, убежденность, что Ре может влиять, быть чувствительным, доверять другим, темперамент, представление о "хорошем", отношения с друзьями, средой,

Где в развитии ребёнка проявляется **особенное**:

Эмоциональное - например интравертированность,

умственное развитие- когнитии,

поведение -?

телесное состояние?

состояние отношений с окружением, друзьями, в школе, в группе сверстников, референтной группе?

Установить то, что есть, и то, что должно быть

Внутрипсихическое пространство ребенка:

А) Тип привязанности: (есть ли стабильность и надёжность в привязанности)

Б) Ранние дефициты:

В) Нарушения в развитии самости:

В ядерной самости (авторство -способности действовать, обладать интенцией, ощущение телесной целостности с наличием ядра, центра, ощущение упорядоченности собственных чувств, историчность, связность себя во времени и в пространстве)

В области интерсубъективной самости (рождается из опыта разделенности . быть понятым и понимать, способности к близости способен ли Ре на контакт, возможны ли отношения)

В области вербальной самости (способности и чувства могут выражаться словами, символами, связываться в первые истории).

Верит ли он в свои силы?

В) Признаки острой или хронической травмы:

Если есть травма, как это выражается в поведении, что именно произошло.

Г) Интрапсихические конфликты (внутренний конфликт ид-суперэго, наличие внутренних противоположных импульсов конфликты(внутренние, при запретах Ро- выраженные явно протесты, или внутренние - приходящие снаружи- удерживаются внутри без сопротивления.

- Или есть наружные-системные конфликты?

Е) На каком полюсе по Эриксону лежит расстройство?

Период	Социальная группа	Задача развития	Сильные качества личности	Слабые качества личности
Оральная стадия (от рождения до года)	Фигура матери	Задача на базовое доверие	Базовое доверие	Базовое недоверие
Анальная стадия (от года до 3 лет)	Все взрослые члены семьи	Обретение автономии	Сильная воля	Слабая воля, стремление к власти над другими людьми, навязчивость
Игровая стадия (от 3 до 7 лет)	Сверстники	Обретение инициативы	Инициативность, целеустремленность	Чувство вины, пассивность
Школьная стадия (с 7 до 12 лет)	Учителя, одноклассники	Научиться учиться	Чувство компетентности	Неуверенность в себе
Подростковая стадия (с 12 до 18 лет)	Сверстники	Обретение эго-идентичности	Верность самому себе	Диффузия идентичности
Молодость (с 18 до 25 лет)	Друзья, Любимые	Освоение близких отношений	Любовь	Чувство исключительности
Взрослость (с 25 до 65 лет)	Профессия, семья	Продуктивность	Забота	Одиночество
Старость (от 65 лет)	Человечество	Второе обретение эго-идентичности	Мудрость	Презрение

проблема доверия

автономия

инициативность

идентичность (верит ли он в свои силы?)

4) Межперсональный мир ребенка.

А) Нарушения в диаде: Способность мамы к привязанности:

Тип привязанности мамы:

Чем нарушена способность мамы к привязанности и контакту:

Б) Нарушения в триаде.

Конструктивные позиции родителей (защита, поддержка, ведение и поддержка сепарации), и деструктивные позиции родителей (дефицит или гиперстимуляция, конфликт родителей проходит через ребенка, противоречивая стимуляция родителей, смена различных деструктивных форм стимуляции);

В) Какие незавершенные гештальты по Х.Э.Рихтеру:

(для какого непроживаемого аспекта мамы, или папы: дефицита, нарушения, травмы представляет себя в распоряжение ребенок и помогает с ним справиться?)

Г) характер расширенной семейной системы (границы, роли и коалиции в семье, семейные мифы, характер коммуникации по В.Сатир и т.п.)

Защищён ли Ре в системе семьи; как защищает Ре себя в семье и кто его защищает. Откуда возникает опасность. Кто партнёр - есть ли он, кто мог бы быть?

Маслоу: есть ли в его жизни защищённое место (как он его создаёт, строит), есть ли "хороший другой", есть ли опыты ресурсных (пиковых) переживаний себя?

- Что ожидают Ро от работы, что хотят для Ре?
- Чего желает сам Ре от нас? ПР. У Ро: не должен мочиться, у Ре- больше играть

Уровень работы Какова Наша задача: что происходит в семье, что нарушено в отношениях, что мы хотим отрегулировать, что хотим изменить в отношениях, как можем уменьшить давление?

- каков сеттинг; 1 раз/нед-чаще-реже
- какие темы в сеансах с Ре, в разговорах с Ро, в общении с ними
- как протекал последний сеанс (основное ч-во/настрой: страх, радость, заинтересованность, грусть)
Как изменилось состояние в течение часа- сеанса.

- **На каком этапе работа, что уже удалось сделать?**

Запрос на супервизию

Симптомы могут прекратиться, если отношения могут быть отрегулированы, восстановится доверие, автономия. Ребёнок сможет сам активно что-то делать. Мы не занимаемся симптомами, но занимаемся отношениями.