

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2024, Том 12, № 2 / 2024, Vol. 12, Iss. 2 <https://mir-nauki.com/issue-2-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/44PSMN224.pdf>

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Шорохов, А. Г. Супервизионная практика в рамках помощи и поддержки семейным психотерапевтам и психологам, работающим с зависимостями / А. Г. Шорохов // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 2. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/44PSMN224.pdf>

For citation:

Shorokhov A.G. Supervising practice in the framework of assistance and support to family psychotherapists and psychologists working with addictions. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(2): 44PSMN224. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/44PSMN224.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 159.99

Шорохов Александр Григорьевич

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет», Ростов-на-Дону, Россия

Старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет», Ростов-на-Дону, Россия

Аспирант

ООО «Интернациональный институт консультирования и психотерапии имени

Х. Лейнера «Институт символдрамы», Ростов-на-Дону, Россия

Главный супервизор

E-mail: solis882008@yandex.ru

**Супервизионная практика в рамках
помощи и поддержки семейным психотерапевтам
и психологам, работающим с зависимостями**

Аннотация. Данная статья посвящена анализу проблемы использования супервизии и её онлайн формата как способа поддержки семейного психотерапевта или психолога, работающего с зависимостями. Представленный формат работы позволяет специалисту понять себя и процесс консультирования, овладеть знаниями и навыками, необходимыми в работе, что способствует его профессиональному росту. Психотерапевтическая работа с семьей, в особенности с семьей, в которой есть зависимые, обладает своими особенностями. Динамичность семейной системы, её сложность, психосоциальные особенности зависимых и созависимых — все это усложняет работу психологу. Для преодоления этих сложностей и повышения эффективности работы психологу или психотерапевту необходима супервизионная помощь. Во взаимодействиях в системе супервизор и супервизируемый могут проявляться те же проблемы, что и в семейной системе, что позволяет специалисту лучше понять направления работы с клиентской семьей. При этом обращается внимание на то, что в таком виде работы супервизор должен акцентировать свое внимание именно на проработке с психологом схемы работы с конкретным клиентом, не уходя при этом в терапию самого специалиста. Особо полезным в ситуации работы семейного психолога с зависимостями будет формат онлайн-супервизии, поскольку в работе с дисфункциональной семейной системой предпочтение отдается супервизии в реальном времени. С ее помощью супервизор получает возможность анализировать и координировать работу терапевта в реальном времени, что можно рассматривать как профилактику профессионального выгорания психолога, а также возникновения эффекта переноса в его работе.

Ключевые слова: супервизия; семейный психотерапевт; семейная система; профессиональное выгорание; зависимость; созависимость; аддиктивное поведение

Введение

Психологическая работа с различными видами зависимостей на данный момент является более чем востребованной. Все больше людей становятся осведомленными в вопросах ведения здорового образа жизни благодаря чему обращаются за помощью к психологам и психотерапевтам для преодоления своей зависимости. По данным Д.Н. Рубцовой и Н.В. Рехтиной около 40 % опрошенных ими зависимых считают психологическую помощь наиболее эффективной в случаях борьбы с аддикцией [1]. Однако стоит понимать, что психологическая работа с данной категорией граждан имеет свои особенности. Во-первых, зачастую для преодоления зависимости у конкретного человека недостаточно работать исключительно с ним в связи с существованием такого явления как созависимость. Наличие в социальном окружении такого клиента созависимых может приводить к появлению рецидивов зависимости. В связи с этим мы считаем необходимым вести психокоррекционную работу с наиболее близкими людьми клиента — его семьей. Во-вторых, личностные особенности зависимых и созависимых, истории их жизни могут приводить к возникновению проблем в работе психолога. Это может проявляться в феноменах переноса психологом своих жизненных позиций на ситуацию клиента, в отсутствие навыка работы с аддиктивным поведением у психолога, а также в профессиональном выгорании и формировании созависимого поведения у самого специалиста. Отмечая всю сложность работы семейных психологов и психотерапевтов, занимающихся вопросами зависимостей, мы хотим обозначить возможности супервизионной практики в рамках помощи и поддержки таким специалистам.

Цель данной работы — провести теоретический анализ степени необходимости включения супервизионной практик в работу семейных психологов и психотерапевтов, работающих с зависимостями.

Основные положения супервизионной работы как одной из форм повышения квалификации психолога

Супервизия традиционно является средством, способствующим осознанию терапевтом тех бессознательных форм поведения, о которых специалисты должны знать, чтобы оказываемая ими психологическая помощь была более эффективной. Супервизия позволяет психологу расширить самосознание таким образом, что чувства, возникающие в процессе терапии, могут быть дифференцированы, поняты и использованы в качестве инструментов, улучшающих терапевтический процесс [2]. Супервизия помогает консультанту понять себя, осознать процесс консультирования, усовершенствовать знания и навыки, необходимые в работе, интегрировать личные способы реагирования, объективные знания, субъективный опыт и конкретные ситуации, возникающие в его работе, что в итоге значительно улучшает качество работы.

Полезным способом концептуализации психотерапевтического супервизирования является определение его целей. Согласно Mueller W.J. и Kell B.L. такие цели неразрывно связаны с психотерапевтическим процессом. Для того чтобы люди менялись, терапевт должен использовать себя как эффективный человеческий инструмент, эффективность которого зависит от самопонимания терапевта — в частности, от осознания им тех чувств, мотивов, конфликтов и тревог, которые возникают у него при обращении к конкретным конфликтам пациентов [3]. Здесь целью супервизии является расширение самосознания и использование этого повышения для достижения большей дифференциации с пациентом и лучшего

понимания пациента. Концепция супервизии Ekstein и Wallerstein, подчеркивает важность взаимоотношений супервизора и терапевта. По представлениям авторов терапевтические отношения, по-видимому, параллельны отношениям психолога и клиента. Согласно Ekstein & Wallerstein, трудности, которые существуют в отношениях между супервизором и супервизируемым, связаны с трудностями, которые существуют между супервизируемым и его клиентом [4]. Разрешение трудностей между супервизором и психологом должно позволить специалисту быть более эффективным в помощи своему клиенту.

Таким образом, одна из задач супервизора в работе с психологом состоит в том, чтобы помочь психологу определить необходимые способы и техники работы с клиентом. Вторая задача супервизора заключается в том, чтобы повысить уверенность и компетентность супервизируемого в его специализации [5].

Стоит учитывать, что несмотря на все достоинства супервизии как формы поддержки специалистов в области психологии, она не всегда будет одинаково эффективна. Авторы выделяют следующие факторы, влияющие на результативность супервизорской работы:

1. Стиль супервизора, который определяется восприятием психолога поведения супервизора по следующим параметрам: эмпатичность и ориентация на результат.
2. Компетентность и надежность супервизора, как основа влияния на психолога или психотерапевта.
3. Уровень уважения и принятия супервизором и супервизируемым друг друга [6].
4. Общность представлений супервизора и психолога о степени включенности первого в терапевтический процесс [7].

Далее нам хотелось бы обозначить особенности супервизии в случаях семейной терапии.

Особенности супервизии в работе с семейной системой

С точки зрения теории, основополагающей особенностью супервизии в контексте семейной психотерапии является комплексный системный подход. Еще одной значимой чертой является обязательное использование разнообразных методов очных супервизий.

Как известно, любая семейная система очень часто определяется в качестве динамичной и зависимой от множества факторов системой [8]. В процессе консультирования системные изменения формируются через взаимодействие всех членов конкретной семьи и с участием других систем. Каждая клиентская семья рассматривается как уникальная группа людей с собственной историей, поведением и внутренними характеристиками. В связи с этим, практикующие психологи в области семейного консультирования могут сталкиваться с изменениями ситуации, вызывающими тревогу.

Кроме этого, тревога может быть сформирована в том случае, когда в терапевтическом процессе проявляются неоднозначные, амбивалентные ситуации [9]. Часто такие ситуации будут напоминать ситуацию, сложившуюся в семьях самих психологов. Поскольку тупиковые ситуации в отношениях с консультируемыми семьями часто перекликаются с динамикой семьи самого психолога, супервизии должны быть направлены на развитие более гибкого использования собственного опыта в работе путем проработки проблем функционирования семьи специалиста [10]. При этом супервизию в рамках семейной терапии все же следует отличать от терапии супервизируемого, административного надзора, совместной терапии и простого обсуждения случаев с коллегами. Ее можно определить как профессиональную подготовку более опытными клиницистами, работающими в области брачной и семейной

терапии. Это не психологическая коррекция самого психолога, поскольку основное внимание уделяется оздоровлению проблемного брака или семьи, любое обсуждение слабых мест супервизируемого будет проводиться в контексте его профессиональной деятельности [11]. Любое обсуждение организационных проблем должно быть вторичным по отношению к стратегиям психологической помощи и иметь непосредственное отношение к ним.

Некоторые супервизоры в области семейной психотерапии считают, что наиболее эффективной является очная форма работы, однако в современных условиях они также обращают внимание на онлайн-взаимодействие на расстоянии [8; 12]. Это объясняется тем, что мы живем в эпоху инноваций, когда и медицинские, и психологические консультации регулярно проводятся с помощью дистанционных технологий [13; 14]. Многие исследователи сходятся во мнении, что технологии станут неотъемлемым компонентом психологического консультирования, тем более что широкое использование технологий в области помощи практикующим психологам является ключом к оптимальному взаимодействию с клиентом [15]. Как правило, онлайн-супервизия проводится удаленно в уже состоявшемся тандеме супервизор–супервизируемый [16]. В ситуациях онлайн встреч супервизор имеет возможность предоставить комплексную поддержку супервизируемому и конкретной семье. Однако стоит учитывать, что при таком формате работы супервизор так или иначе получает не полный комплекс информации, например, теряются невербальные сигналы, связанные с кинетикой и проксемикой. В совокупности потеря этой информации может повлиять на продуктивность супервизорской работы [17].

Процесс консультирования может меняться при проведении наблюдений как в удаленном режиме, так и при личном контакте. Распространенными методами супервизии также являются анализ аудио- и видеозаписей. Устный отчет также часто используется участниками супервизии. Главная цель просмотра видеозаписей заключается в помощи коллегам улучшить способность восприятия и концептуализации определенных действий. Обращаясь к практике формирования устных отчетов, нужно отметить, что данный процесс будет обеспечивать клинический рост и развитие человека. С помощью устного отчета можно взаимно задавать вопросы и обеспечивать тесное взаимодействие супервизируемого и супервизора. Это помогает супервизируемому структурировать информацию о различных семьях и симптомах, предоставляя удобную систему для комплексного анализа. Подобный способ супервизии является крайне полезным еще и потому что позволяет развивать такую важную компетенцию психолога как способность к анализу и обратной связи по взаимодействию терапевта и клиента [18].

Еще одной распространенной формой работы супервизоров, специализирующихся на семейной психологии, является групповая супервизия. Основными элементами в этом случае являются:

1. Все специалисты, входящие в группу наблюдателей, должны вместе участвовать в дискуссии.
2. Психотерапевты не обязательно должны выдавать инструкции семье или направлять их развитие. Вместо этого стоит помочь семье уловить множество аспектов текущих ситуаций. Это позволит членам семьи сами понять, что является для них полезным и интересным.

При этом отличительными чертами супервизии в случаях работы с семейным психотерапевтами и психологами будет следующие:

1. Наиболее приемлемой формой работы будет супервизия, в которой супервизор как бы «включен» в процесс работы своего подопечного. Это может быть как очное присутствие, так и наблюдение через камеру. Преимуществом данной формы работы является то, что супервизор

наблюдает отношения в их изначальном виде — в системе семьи, не переводя ситуацию в систему супервизор-супервизируемый, как в случаях, когда психолог просто рассказывает о сеансе [12]. Однако подобный способ может вызывать опасения по поводу конфиденциальности для клиента и беспокойство со стороны супервизируемого лица. По этим причинам такой формат относительно редко используется на практике [19]. Несмотря на критику в адрес прямого наблюдения, широко признано, что супервизия должна включать, по крайней мере, некоторое непосредственное наблюдение за психологом и клиентами [19]. Также стоит учитывать, что онлайн-формат супервизий возможен только в том случае, если тандем супервизируемый-супервизор уже работали вместе в очном формате [25].

2. В рамках супервизионной работы проявляется изоморфность, которая может быть описана как существование одинаковых коммуникативных образцов в разных связанных системах. Супервизор в своей работе обращается к трем социальным системам (семья, обратившаяся за помощью; семья вместе с их психологом; семья вместе с психологом и самим супервизором). Таким образом, паттерны, проявляемые кем-либо в одной из систем, будут проявляться также и в других системах. Таким же образом коррекция паттерна в одной из систем будет переноситься и в следующую [12].

А. Napier и С. Whitaker сравнивают отношения между супервизором и супервизируемым с браком. Подобная практика в семейной терапии создает ситуацию, в которой одна «семейная» система лечит другую семейную систему. Многие трудности могут возникнуть из-за того, что супервизор и психолог остаются двумя индивидуальными терапевтами, которые работают друг с другом, а не как единое целое [20]. Данное положение особо полезно учитывать для повышения эффективности работы с семейной системой в связи с некоторыми ее особенностями. Семейная система своей динамичностью и активностью может заставить психотерапевта погрузиться в нее, подчиниться ее законам функционирования. В этом случае психотерапевт становится частью семейной системы и теряет возможность оказать помощь. Особо остро подобное явление может сказываться в случае работы семейных психологом или психотерапевтом с зависимостями, и именно поэтому остро встает вопрос о необходимости супервизионной поддержки в таких случаях, а также об особенностях её оказания.

Супервизионная работа при консультировании зависимых и созависимых личностей

По данным Rounsaville В. J. и Kleber Н. D. характерной особенностью работы психологов с зависимыми является то, что специалисты теряют «моральный дух», т. е. выгорают в ответ на характер проблем клиентов с разными формами аддикций [21]. Неспособность оценить и надлежащим образом решить проблему зависимости, в частности, употребления алкоголя и наркотиков ставит терапевтов во все более уязвимое положение [22]. Из-за этого психологам в практике с данной категорией клиентов особо важно участвовать в работе с супервизорами.

Любая зависимость, в том числе и наркотическая, затрагивает не только самих потребителей, но и всех людей в их социальном контексте, особенно их семью. Жизнь семей зависимых обычно сосредоточена на злоупотреблении объектом зависимости членом семьи, что может привести к дополнительным психологическим проблемам. Созависимость относится к психологическим поведенческим проблемам, которые позволяют зависимым и членам их семей приобретать взаиморазрушающие привычки и неадаптивные стратегии совладающего поведения для поддержания чувства равновесия или гомеостаза внутри дисфункциональной семейной системы [23]. Созависимые члены семьи часто испытывают трудности с установлением границ и утверждением своих собственных потребностей из-за низкой самооценки, плохого эмоционального контроля и самообвинения, что может сказываться на процессе психологической работы с данной категорией граждан. Психотерапевты, работающие

с такими клиентами (созависимыми), должны осознавать их крайнюю неустойчивость в плане вовлеченности в деятельность. Они могут планировать психолого-педагогические вмешательства, которые направлены на то, чтобы помочь клиентам перейти к более сбалансированному образу жизни. Могут быть предложены методы управления стрессом и стратегии эмоциональной регуляции, которые помогут им справиться с эмоциональной нестабильностью. Крайние колебания в чувствах и действиях у созависимых при этом могут создавать барьер для формирования прочного терапевтического альянса. Психотерапевту в таком случае потребуется использовать супервизию, чтобы управлять эмоциональным воздействием таких колебаний на себя [24].

Таким образом, мы делаем вывод о необходимости применения супервизии в качестве помощи семейным психологам, работающим с зависимостями. Однако нам также необходимо остановиться на особенностях такой супервизии в связи с одним распространенным явлением — довольно часто психологи, работающие с аддиктивным поведением в прошлом сами были зависимы. Случается так, что бывшие зависимые, пройдя опыт избавления от аддикции, стремятся помочь людям, попавшим в такую же ситуации, вследствие чего они меняют свою профессиональную деятельность, становясь психологами консультантами по работе с зависимостями. При этом несоответствия по статусу выздоровления у психолога и супервизора (например, психолог консультант, самостоятельно справившийся с зависимостью и супервизор, который не имеет такого личного опыта) могут быть создавать проблемы в процессе супервизии [6]. Супервизоры могут уделять больше внимания личным проблемам выздоравливающих консультантов, что может быть расценено супервизируемым как вмешательство в его личную жизнь, особенно если у супервизора не было в подобной ситуации. Избавившимся от зависимости психологам может показаться, что супервизоры преуменьшают или даже игнорируют их вклад в помощь клиентам. Очевидно, что эти особенности необходимо учитывать в ходе супервизий с семейными психологами, прошедшими через опыт зависимости также, как и их клиенты.

Заключение

Несмотря на все сложности супервизионной помощи семейным психологам, работающим с зависимостями, такая форма поддержки специалистам представляется нам необходимой. Причем, учитывая особенности как работы с семейной системой в целом, так и учитывая особенности работы с зависимыми их семьями, мы предполагаем, что наиболее удачной формой будет «включенная» супервизия. В таком случае супервизор может в реальном времени наблюдать за работой психолога, что особенно удобно в формате онлайн-супервизий. При этом участники онлайн-встречи должны иметь уже сложившиеся отношения в очном режиме.

ЛИТЕРАТУРА

1. Рубцова Д.Н. Социально-психологическая реабилитация наркозависимых лиц в Алтайском крае / Д. Н. Рубцова, Н.В. Рехтина // Труды молодых ученых Алтайского государственного университета. — 2013. — № 10. — С. 272–273.
2. Berkman A.S. The supervision of cotherapist teams in family therapy / A.S. Berkman, C.F. Berkman // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. — 1984. — № 21(2). — С. 197–205.
3. Mueller W.J. Coping with Conflict: Supervising Counselors and Psychotherapists / W.J. Mueller, B.L. Kell. — New York: Appleton-Century-Crofts, 1972. — P. 266.

4. Ekstein R. The Teaching and Learning of Psychotherapy / R. Ekstein, R.S. Wallerstein. — New York: International Universities Press, 1972. — P. 344.
5. Celano M.P. A competency-based approach to couple and family therapy supervision / M.P. Celano, C.O. Smith, N.J. Kaslow // Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. — 2010. — № 47(1). — P. 35–44.
6. Culbreth J.R. Perceptions of the Supervisory Relationship: Recovering and Nonrecovering Substance Abuse Counselors / J.R. Culbreth, L.D. Borders // Journal of Counseling & Development. — 1999. — № 77(3). — P. 330–338.
7. Kaslow N.J. Training in family psychology: A competencies-based approach / N.J. Kaslow, M.P. Celano, M. Stanton // Family Process. — 2005. — № 44. — P. 337–353.
8. Боуэн М. Теория семейных систем Мюррея Боуэна. Основные понятия, методы и клиническая практика / М. Боуэн. — Москва: Когит-Центр, 2012. — С. 602.
9. Lawson T.O. Online Supervision Case Analysis: The Case of Kelly / T.O. Lawson // Journal of Counseling and Psychology. — 2016. — № 1. — P. 1–21.
10. Haber R. Family of origin as a supervisory consultative resource / R. Haber, L. Hawley // Family Process. — 2004. — №43. — P. 373–390.
11. Beavers W.R. Family Therapy Supervision / W.R. Beavers // Journal of Psychotherapy & The Family. — 1986. — № 1(4). — P. 15–24.
12. Варга А.Я. Супервизия в классической системной семейной психотерапии / А.Я. Варга // Психология и психотерапия семьи. — 2019. — № 1. — С. 21–28.
13. Bouchard S. Annual review of cybertherapy and telemedicine / S. Bouchard, G. Riva, B.K. Wiederhold. — Amsterdam: IOS Press, 2011. — P. 167.
14. Myers K. Telemental health: clinical, technical, and administrative foundations for evidence-based practice / K. Myers, C.L. Turvey. — Oxford: Elsevier, 2013 — P. 435.
15. Millis K. Teaching and learning in a digital world / K. Millis, S. Baker, J.E. Blakemore, F. Conington, Y.Y. Harper, W.C. Hung, J. Stowell // American Psychological Association. — 2010. — P. 113–128.
16. Abbass A. Web-conference supervision for advanced psychotherapy training: A practical guide / A. Abbass, S. Arthey, J. Elliott, T. Fedak, D. Nowoweiski, J. Markovski, S. Nowoweiski // Psychotherapy. — 2011. — № 48(2). — P. 109–118.
17. Rosenfield L. Web-based supervisor training: Real relationships in cyberspace / L. Rosenfield // Smith College Studies in Social Work. — 2012. — № 82(2). — P. 216–229.
18. Gonsalvez C.J. The objectives approach to clinical supervision: Towards integration and empirical evaluation / C.J. Gonsalvez, L.G. Oades, J. Freestone // Australian Psychologist. — 2002. — № 37(1) — P. 68–77.
19. Amerikaner M. Direct observation of psychology supervisees' clinical work: A snapshot of current practice / M. Amerikaner, T. Rose // The Clinical Supervisor. — 2012. — № 31(1) — P. 61–80.
20. Napier A. A conversation about co-therapy / A. Napier, C. Whitaker // The Book of Family Therapy. — 1972. — P. 491–499.

21. Rounsaville B.J. Psychotherapy Counseling for Opiate Addicts: Strategies for Use in Different Treatment Settings / B.J. Rounsaville, H.D. Kleber // International Journal of the Addictions. — 1985. — № 20(6-7). — P. 869–896.
22. Zweben J.E. Recovery oriented psychotherapy: A model for addiction treatment / J.E. Zweben // Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. — 1993. — № 30(2). — P. 259–268.
23. Bortolon C. B. Family functioning and health issues associated with codependency in families of drug users / C.B. Bortolon, L. Signor, T.D.C. Moreira, L.R. Figueiró, M.C. Benchaya, C.A. Machado, H.M.T. Barros // Ciencia & saude coletiva. — 2016. — № 21. — P. 101–107.
24. Bacon I. The Lived Experience of Codependency: an Interpretative Phenomenological Analysis / I. Bacon, E. McKay, F. Reynolds, A. McIntyre // International Journal of Mental Health and Addiction. — 2020. — № 18. — P. 754–771.
25. Deane F.P. Issues in the Development of e-supervision in Professional Psychology: A Review / F.P. Deane, C. Gonsalvez, R. Blackman, D. Saffioti, R. Andresen // Australian Psychologist. — 2015. — № 50(3). — P. 241–247.

Shorokhov Alexander Grigorievich

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia

Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russia

Hanskarl Leiner International Institute of Counseling and Psychotherapy «Institute of Symboldrama»,

Rostov-on-Don, Russia

E-mail: solis882008@yandex.ru

Supervising practice in the framework of assistance and support to family psychotherapists and psychologists working with addictions

Abstract. This article analyzes the problem of using supervision and its online format as a way to support a family therapist or psychologist working with addictions. The presented work format allows the specialist to understand himself and the consulting process, to master the knowledge and skills necessary in the work, which contributes to his professional growth. Psychotherapeutic work with a family, especially with a family in which there are addicts, has its own characteristics. The dynamism of the family system, its complexity, the psychosocial characteristics of addicts and codependents — all this complicates the work of a psychologist. To overcome these difficulties and improve the effectiveness of work, a psychologist or psychotherapist needs supervisory assistance. In interactions in the supervisor and supervisor system, the same problems may manifest themselves as in the family system, which allows the specialist to better understand the areas of work with the client's family. At the same time, attention is drawn to the fact that in this type of work, the supervisor should focus his attention on working out with a psychologist the scheme of working with a specific client, without going into the therapy of the specialist himself. The online supervision format will be especially useful in the situation of a family psychologist with addictions, since real-time supervision is preferred when working with a dysfunctional family system. With its help, the supervisor gets the opportunity to analyze and coordinate the therapist's work in real time, which can be considered as a prevention of professional burnout of the psychologist, as well as the occurrence of a transfer effect in his work.

Keywords: supervision; family therapist; family system; professional burnout; addiction; codependency; addictive behavior