

Л.Б. Воронкина

Личностно-профессиональное развитие студента психолога-консультанта

Даже в очень сложные времена экономического, политического и духовного кризиса общества возможно саморазвитие человека и как личности, и как профессионала. Более того, как доказал опыт, справиться с обстоятельствами в условиях общей нестабильности, «найти себя», при этом не «потерять» свое лицо как личности, профессионала и гражданина может только реально саморазвивающийся субъект, активно относящийся не только к внешним по отношению к нему процессам, но и к своим внутренним проблемам, и прежде всего, к проблемам роста самосознания, самопонимания самосовершенствования.

Обретение профессиональной идентичности является чрезвычайно важной частью профессионального становления консультантов. Будучи расширением Я-концепции, сформированная профессиональная идентичность служит надёжной системой координат для осмысления как профессионального, так и личного опыта.

В отличие от традиционных медицинских процедур лечения, изменения в процессе консультирования не столь очевидны, следовательно, начинающему консультанту труднее увидеть как сам процесс воздействия, так и его результаты. Поэтому веру в свои терапевтические возможности он обретает постепенно, шаг за шагом, проходя через периоды серьёзных сомнений и тревог. Кроме того, сама терапевтическая ситуация представляет собой серьёзный вызов не только профессиональным, но и личным качествам начинающего специалиста.

Профессиональная идентичность консультанта имеет внешние и внутренние компоненты. Внешние аспекты идентичности связаны с тем, как его воспринимают и насколько принимают как специалиста коллеги и клиенты. К внутренним аспектам профессиональной идентичности относятся процессы самовосприятия и профессионального самосознания.

Время обретения профессиональной идентичности - индивидуально, однако, как показывает опыт, на это требуется не менее четырех лет. Следовательно, люди, заканчивающие профессиональное обучение, как правило, еще не достигают стадии развития профессиональной идентичности. В действительности, не все, кто вначале выглядел перспективным, достигают всех целей. Случаются застревания на различных стадиях, чаще всего на пятой стадии - обретения идентичности и независимости.

Хотелось бы подробнее рассмотреть следующие стадии профессиональной идентичности:

Стадия 1. Возбуждение и тревога предвкушения. Первая стадия охватывает время от начала обучения вплоть до первой встречи с клиентом. Длительность её строго индивидуальна и может продолжаться как несколько часов, так и достаточно длительный период времени. Многое зависит от того, насколько велико желание студента поскорее получить первого клиента. На этой стадии состояние студента можно охарактеризовать как диффузную тревогу и возбуждение. С одной стороны, это - захватывающее чувство новизны, чего-то неведомого. С другой стороны, это пугающее, неуютное чувство, так как у студента ещё нет специфической профессиональной цели, на которой он мог бы сфокусироваться. Эта “прелюдия становления психотерапевта” длится, пока он не получит клиента (Kaslow, 1986). Начинаящего консультанта в это время можно сравнить с новорожденным, нуждающимся, в основном, в безопасности. И так же как ребёнок должен быть освобождён от необходимости исследовать новый мир с чувством, что его отвергают или покидают, на этом этапе развития для начинающего психотерапевта имеет большое значение поддержка окружения. Диффузную тревогу и возбуждение, которые характерны для начинающих практику студентов отмечают практически все авторы.

Стадия 2. Зависимость и идентификация. Вторая стадия начинается, как только студент получает первого клиента, и заканчивается, когда студент начинает осознавать, что оказывает значительное воздействие на него. Основное состояние студента на этой стадии - недостаток уверенности в себе, в своих силах, нехватка знаний о результатах терапевтической работы (Kaslow, 1986). Йогев (Yogev, 1982) описывает неизбежные и постоянные ощущения “неприкаянности” начинающего консультанта на этой стадии. Студент находится в состоянии постоянного ожидания катастрофы, боится сказать фразу, которая, якобы, может мобилизовать психоз у клиента. На этом этапе у студентов ещё нет ясного видения того, что представляет собой процесс психотерапии. Хоган (Hogan, 1964) отмечает зависимость, неуверенность и непонимание своего места в терапевтическом процессе у начинающего практиковать студента. Блоунт (Blount, 1982) описывает смесь неуверенности, зависимости, ужаса, страха и возбуждения студента во время приёма первого клиента. Гаони и Ньюман (Gaoni & Neumann, 1974) отмечают, что на этой стадии у студента полностью отсутствует понимание степени его влияния на клиента. В ходе терапии возникают ситуации, (например, слёзы или регрессия пациента) когда студент ясно может ощутить степень зависимости клиента. Однако ему трудно поверить в это, поэтому обычно на этом этапе результат воздействий студент склонен приписывать, скорее, своим личностным свойствам,

чем профессиональным навыкам. Делани (Delaney, 1972) пишет о том, что основное внимание студента на этой стадии сосредоточено на сиюминутных, а не отдалённых целях, ибо он ещё не в состоянии видеть перспективу. Самый главный вопрос на этой фазе: “В чём конкретно заключается моя работа?” Новичку свойственно отвлекаться от главной цели на вызывающие беспокойство темы. Ему ещё трудно увидеть природу внутренней проблемы пациента и сконцентрироваться на главном. Если на этой стадии у начинающего консультанта появляются проблемы в обращении с пациентом или терапия проходит неудачно (в силу того, что с самого начала это был случай с неблагоприятным прогнозом), то у студента могут возникнуть проблемы с развитием профессиональной идентичности и дальнейшим ростом.

Стадия 3. Деятельность и продолжающаяся зависимость. Третья стадия обычно начинается после нескольких месяцев или лет практической работы. Как правило, эта стадия инициируется первым осознанием того, что терапевтический процесс воспринимается клиентом серьезно. Получается, что доверие пациента к терапевтической силе начинающего консультанта возникает задолго до того, как он сам поверит в свои возможности. Именно реакция клиента убеждает практикующего студента, что “он - не жулик, не мошенник” (Kaslow, 1986). На этой стадии происходит движение от пассивности и зависимости к частичной автономии и активности. Начинающий консультант теперь может действовать самостоятельно, а не просто пассивно выполнять все инструкции супервизора. Хоган (Hogan, 1964) говоря о борьбе студента за автономию, отмечает колебания от завышенной самоуверенности до полного самоуничужения, от глубокой приверженности психотерапии до сомнений в выборе профессии. Возросшая ответственность за терапевтический процесс и осознание того, что он может благотворно влиять на пациента, приводят к тому, что на этой стадии начинающий консультант начинает колебаться от переоценки своих возможностей до их недооценки. Чувство всемогущества сопровождается виной за то, что он якобы мог сделать, но не сделал. Нам всем знакома ситуация, когда в одной комнате оказываются больше одного начинающего консультанта - разговор тут же переходит на клиентов. Главная цель этих разговоров для новичка - возможность выговориться, сбросить аффект. Это поведение не нужно путать с потребностью в консультации с коллегами, возникающей на последующих стадиях профессионального развития. На этой стадии тревога появляется лишь эпизодически, во время кризисов. Тем не менее, это безусловный прогресс по сравнению с предыдущей стадией.

Стадия 4. Насыщение и принятие самостоятельности. Эта стадия начинается, когда студент осознает, что является консультантом. До этого он наблюдал улучшение у клиентов и даже чувствовал свою при-

частность к этому, но не воспринимал себя как специалиста. Существенным аспектом развития профессионального Я является осознание студентом своего вклада в терапевтический процесс. Эффективность начинающего психотерапевта будет зависеть от ряда факторов, прежде всего от опыта, т.е. количества пациентов, прохождения личной психотерапии, т.е. “вбирания в себя феноменологии того, что значит быть клиентом” (Kaslow, 1974), а также чтения и обсуждения профессиональной литературы. В результате интеграции всех этих опытов возникает связь между теорией и практикой психотерапии. Теперь начинающий консультант более осмысленно и лично подходить к знакомству с тем или иным направлением психотерапии. До этого не было упорядоченной теоретической базы и стабильного чувства терапевтического стиля. На предыдущих стадиях существовало представление о различных подходах, но всему этому хаотическому нагромождению информации не хватало организации, структуры, в которой, как на полочках, можно было бы расположить разнообразные идеи.

Стадия 5. Идентичность и независимость. Пятая стадия развития профессиональной идентичности может длиться как несколько лет, так и всю профессиональную жизнь. Достигший этой стадии консультант приобрёл навыки и успешно их применяет (Hess, 1980). Клиенты, однокашники и более опытные коллеги считают с ним, что в свою очередь помогает интернализации чувства собственной значимости. В это время увеличивается количество клиентов. Хоган (Hogan, 1964) отмечает у консультантов на этой стадии уверенность в себе и ясность мотивации. Об установлении профессиональной идентичности и укреплении терапевтической личности пишут Делани (Delaney, 1972), Гаони и Ньюман (Gaoni & Neumann, 1974). Логанбил, Харди и Делворт (Loganbill, Hardy & Delworth, 1982) отмечают важное значение в этом процессе самоанализа консультанта. Йогев (Yogev, 1982) считает, что к моменту достижения этой стадии большая часть студентов уже заканчивает профессиональное обучение. Таким образом, здесь речь уже идёт об увеличении и укреплении практики.

Стадия 6. Спокойствие и коллегиальность. Основные чувства консультанта, достигшего этой стадии - спокойствие, стабильность и коллегиальность со старшими, равными и младшими коллегами. Чувство профессиональной идентичности теперь становится частью терапевтического стиля. (Hess, 1980). Теперь консультант - полностью автономный профессионал. На этой стадии консультант пересматривает и бросает вызов “терапевтическим истинам”. Он не старается подражать старым моделям, а всё больше персонализирует свой собственный терапевтический стиль. К своей работе с клиентами они подходят творчески и с большей склонностью экспериментировать (Hogan, 1972). Существовавшие ранее тревожность, пассивность и зависимость - пройденный этап. Теперь картина сильно отличается. Доминирующее

настроение - спокойствие, а не эмоциональные подъёмы и спады, как на ранних стадиях профессионального становления. На предыдущих стадиях консультант уже решил следующие задачи: 1) достиг самоопределения; 2) обрёл автономию; 3) ограничил действия супервизора. Страх супервизора на этой стадии уже отсутствует. Самопринятие консультанта, как правило, получает явное внешнее подтверждение от коллег и администрации, поощряющих независимый стиль действий. Происходит интеграция с терапевтическим профессиональным сообществом. Это отражается в способе построения отношений с коллегами. Если на ранних стадиях начинающий консультант прислушивался, в основном, к мнению более компетентных, статусных коллег, то теперь у него складывается мнение, что младшие коллеги тоже могут быть источниками ценных идей. На супервизориях центральное место занимает анализ переноса и контрпереноса, возрастает заинтересованность в анализе терапевтических отношений, а также собственных реакций на пациента. Такого рода фокус супервизии обеспечивает ценную информацию о внутреннем состоянии клиента, его межличностных взаимоотношениях, а также о том, что происходит в ходе сессий. Гаони и Ньюман (Gaoni & Neumann, 1974) пишут, что супервизия на этом этапе представляет собой “обмен мнениями и советами между равными”. Итак, на пути обретения профессиональной идентичности психолог-консультант последовательно проходит ряд стадий. Но на этом развитие профессиональной идентичности не останавливается. В дальнейшем он может сам стать супервизором начинающих психотерапевтов, делясь с ними знаниями о природе человеческих страданий и техническими умениями, а также терапевтической мудростью, которая обретается лишь с годами клинической практики.

Библиографический список

1. *Barnat, M.* Student reactions to supervision: Quests for contract [Text] / M. Barnat // *Professional Psychology*. – 4. – 17-22.
2. Blount, C.M., Glenwick, D. A developmental model of supervision. Part of a symposium: Psychotherapy supervision: Expanding conceptual models and clinical practices. A. P. A. Convention, Washington, D.C. August, 1982.
3. Delaney, D.J. A behavioral model for the practicum supervision of counselor candidates. *Counselor Education and Supervision*, 12, 46-50.
4. Gaoni, B., & Neumann, M. (1974). Supervision from the point of view of the supervisee. *American Journal of Psychotherapy*, 23, 108-114.