

## **Психодраматическая супервизия случаев из консультативной практики**

*П. П. Горноста́й*

---

*В статье описывается использование психодраматических техник в групповой супервизии. Анализ случаев из консультативной и психотерапевтической практики происходит гораздо эффективнее с привлечением таких техник, как «клиентское интервью», «драматический треугольник», «супервизионное зеркало» и других. Психодраматическая супервизия успешно применяется в профессиональном обучении психологов-консультантов.*

---

Понятие супервизии сейчас прочно вошло в профессиональный лексикон психотерапии. Без нее не обходится ни одна серьезная программа подготовки психотерапевтов. Но, тем не менее, эта деятельность до сих пор считается немножко экзотической. В рамках обучающих программ супервизия предусмотрена, а вот уже практикующие психотерапевты остаются порой на голодном пайке. А ведь им супервизия нужна не меньше, а порой даже больше, чем обучающимся. Но для работающих специалистов организовать регулярную супервизорскую практику оказывается порой довольно сложно. Причины здесь разные:

- не хватает профессиональных супервизоров;
  - существуют психологические факторы, такие, как предубеждение, страх, недоверие, боязнь потери конфиденциальности и др.;
  - разрозненность психотерапевтов (прежде всего – методическая);
  - многие психотерапевты работают в общем «информационном поле» своих клиентов, поэтому при супервизировании у ближайших коллег возможны нежелательные пересечения.
- не хватает времени для встреч профессионалов, на которых можно организовать групповую интервизию;

Последний вариант может быть хорошей альтернативой профессиональной супервизии, когда психотерапевты собираются в «группы равных» для обсуждения своих профессиональных проблем. Есть огромная польза даже

**Павел Петрович Горноста́й** – психолог, психотерапевт, психодраматист, кандидат в трансактивные аналитики, кандидат психологических наук, зав. лабораторией психологии малых групп и межгрупповых отношений Института социальной и политической психологии АПН Украины.

E-mail: [gorn@univ.kiev.ua](mailto:gorn@univ.kiev.ua) [pavelgorn@mail.ru](mailto:pavelgorn@mail.ru) Сайт: <http://www.gorn.kiev.ua>.

от стихийно организованных даже не супервизий, а обычных встреч, где разговор с коллегой (на равных) проясняет психотерапевтическую ситуацию, ибо, как минимум, позволяет взглянуть на проблему из новой метапозиции.

Супервизия – это профессионально-консультативная помощь более опытного и квалифицированного специалиста новичку (и не только новичку). Безусловно, на супервизоров необходимо учиться. Это такая же деятельность, как психотерапия или тренерство со своими особенностями и профессиональными хитростями. Непрофессиональный супервизор может нанести вред (так же, как и непрофессиональный терапевт), поскольку способен навязать свою ошибочную позицию, запутать ситуацию клиента, внушить ему лишние страхи и опасения. Но в то же время использование групповой психодраматической супервизии снижает эти риски, так как здесь мы имеем дело с множеством точек зрения участников, а психодраматический опыт супервизора (который здесь, несомненно, необходим) поможет достаточно гибко и всесторонне использовать энергию и ресурсы группы.

*«Психодраматическая супервизия» – это анализ случаев работы с клиентами с использованием методов психодрамы.* Это не супервизия сессий психодрамы, чаще всего – это клиентские случаи индивидуального консультирования и психотерапии, но сам разбор обязательно предполагает использование психодраматических техник. Такую работу наиболее эффективно проводить в группах, состоящих из практиков, желающих получить профессиональную помощь в анализе собственных клиентских случаев. Здесь возможно руководство опытного ведущего (психодраматиста) менее опытными коллегами, а возможны и встречи в «группах равных», но в данном случае нужно, чтобы участники по очереди выступали в роли ведущих (супервизоров-психодраматистов). Описываемую форму психодраматической супервизии можно реализовать и индивидуально, в режиме монодрамы. В этом случае в качестве «вспомогательных Я» используются пустые стулья.

Автор имеет почти десятилетний опыт групповых супервизий с психологами-консультантами, который доказал свою эффективность благодаря активным формам работы и, как следствие, устойчивому интересу к нему со стороны практиков. Наиболее часто здесь используются такие техники и формы работы, которые фактически представляют собой методический синтез концепций и техник транзактного анализа и психодрамы (см. Горностай, 2007) и хорошо дополняют существовавшие до сих пор супервизорские техники (см. Джейкобс и др., 1997; Уильямс, 2001):

**1. «Клиентское интервью».** В определенный момент анализа (обычно, наиболее проблемный) супервизируемому предлагается сыграть роль своего клиента. Он садится на приготовленный для этого стульчик и отвечает на вопросы терапевта, роль которого по очереди играют участники группы. Здесь же бывает уместным дублировать протагониста в роли клиента, чтобы помочь прояснить неосознаваемые стороны процесса консультирования.

**2. Обработка взаимных переносов и контрпереносов.** Для исследования трансферентной проблематики можно воспользоваться техникой, внешне похожей на психодраматическое дублирование. Позади и сбоку от стульев клиента и консультанта ставится по дополнительному стульчику, затем обнаруживается фигура, которая является реальным объектом выражения тех эмоции обоих участников консультативного процесса, которые непонятны терапевту (супервизируемому) и мешают ему в построении терапевтических отношений. Далее производится разведение этих фигур с фигурами терапевта и клиента с возможным эмоциональным отреагированием.

**3. Работа с разными эго-состояниями.** Рядом со стульчиком клиента (иногда – и терапевта) ставится от одного (если нужно исследовать его позицию с точки зрения какого-то одного дополнительного, кроме взрослого, эго-состояния) до 4-х (если ставится задача проанализировать все функциональные эго-состояния). Чаще всего используется 1–2 стула.

Таким образом очень удобно прояснять, например, «детские» эмоции: страх, стыд, обида, вина и т. д. Такая техника позволяет проработать позицию клиента и терапевта в разных ситуациях, например, когда клиент не хочет брать ответственность за себя (Ребенок) или принимает на себя лишнюю ответственность за других (Родитель). Очень полезно это прояснить, когда у терапевта нет четкого отношения к ответственности (например, когда он склонен играть роль «Спасателя») или когда происходит манипуляция ответственностью со стороны клиента.

**4. «Драматический треугольник».** Исследуются три позиции (с помощью трех стульев): «Преследователя», «Спасателя» и «Жертвы», которые поочередно могут занимать клиент и терапевт, взаимодействуя друг с другом. Такая техника очень полезна, когда клиент или терапевт склонны играть различные психологические трансактные игры.

**5. «Супервизионное зеркало».** Проблемную консультационную ситуацию можно разыграть в ролях, затем сцена повторяется с дублером, а терапевт и супервизор смотрят ее со стороны в «зеркале» и делают ее супервизорский разбор. Терапевт и супервизор могут «поменяться» ролями, терапевт как «супервизор» (направляемый и поддерживаемый реальным супервизором) оказывает супервизорскую помощь «терапевту», которого в данный момент играет дублер.

**6. «Супервизионная психодрама».** Происходит психодраматическое разыгрывание клиентского случая. Первая сцена – это, как правило, проблемная ситуация во время сеанса с клиентом или при других обстоятельствах или модель проблемы, которая выносится на супервизию. Далее все происходит по логике развития психодрамы с возможным выходом на какие-то личные затруднения терапевта (но в то же время имеющие профессиональную направленность, так как это все же не личная психотерапия консультантов), поиск для него психологических ресурсов, отреагирование каких-то эмоций и т. д.

**7. «Супервизионная социодрама».** Очень эффективным методом является социодраматическое решение групповых тем, то есть профессиональных тем, спонтанно поднимающихся в группе практиков, которые являются общими для всех и эмоционально затрагивает всех участников. Возможные примеры таких тем: а) перегрузка психотерапевта (когда слишком много разных дел); б) эмоциональная усталость (предвестник эмоционального выгорания); в) недовольство клиентом вплоть до агрессии на него, а также проблема «трудных» клиентов; г) нарушение контракта (иногда – обоюдное); д) игры клиентов, в которые втягивается терапевт; е) типичные игры терапевтов (например, «Спасатель», или «Всезнайка»); ж) проблема недостатка клиентов; з) трудности, связанные с оплатой труда психотерапевтов и многие другие.

В психодраматической супервизии можно использовать не только перечисленные техники, но и практически весь методический арсенал психодрамы (см. Шутценбергер, 2007).

Но не следует забывать, что перечисленные техники – это всего лишь инструменты в анализе консультативной проблемы. Главное в такой работе – это опыт и интуиция и творчество супервизора, его понимание ситуации и личности супервизируемого и клиента. Техники лишь позволяют подключить творческий потенциал группы с ее групповым бессознательным, расширить горизонты видения, используя обилие других точек зрения, использовать дополнительные ресурсы супервизируемого, предлагая ему новые психодраматические роли. Использование психодраматических техник позволяет решать проблему на разных уровнях: рациональном, эмоциональном, телесно-двигательном, а не только на интеллектуальном, как это часто происходит при традиционной супервизии.

Психодраматическая супервизия доказала свою эффективность и сейчас успешно применяется автором в рамках 2-летних программ профессионального обучения психологов-консультантов наряду с другими формами обучения (см. Горностай, 2005).

### **Литература**

Горностай П. П. Личность и роль: Ролевой подход в социальной психологии личности. – К.: «Интерпресс ЛТД», 2007.

Горностай П. П. Профессиональное обучение психологов-консультантов. – К., 2004 / [http://www.i.com.ua/~p\\_gorn/education-couns.html](http://www.i.com.ua/~p_gorn/education-couns.html)

Джейкобс Д., Дэвид П., Мейер Д. Дж. Супервизорство. Техники и методы корректирующих консультаций / Пер. с англ. СПб.: Б.С.К., 1997.

Кулаков. С. А. Практикум по супервизии в консультировании и психотерапии. – СПб, Речь, 2002.

Уильямс Э. Вы – супервизор... Шестифокусная модель, роли и техники супервизии / Пер. с англ. М.: НФ «Класс», 2001.

Шутценбергер А. А. Психодрама / Пер. с франц. – М.: Психотерапия, 2007.