Кириллов Иван Олегович. Супервизия в позитивной психотерапии : диссертация ... кандидата медицинских наук : 14.00.18 / Кириллов Иван Олегович; [Место защиты: Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт].- Санкт-Петербург, 2002.- 144 с.: ил.

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ИМ. В М БЕХТЕРЕВА






























ОГЛАВЛЕНИЕ

Стр.

Введение 3

ГЛАВА 1. ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ 10

ГЛАВА 2. СУПЕРВИЗИЯ В ПОЗИТИВНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ 33

ГЛАВА 3 ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ СУПЕРВИЗИИ В ПРОЦЕССЕ ЛОДГОТОВКИ

СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ПОЗИТИВНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ 41

[ГЛАВА 4 ОБЪЕКТ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ 61](#bookmark5)

[ГЛАВА 5 РЕЗУЛЬТАТЫ СОБСТВЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ 69](#bookmark8)

ГЛАВА 6 ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

СОБСТВЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ 117

[ВЫВОДЫ 127](#bookmark9)

[СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 130](#bookmark10)

ПРИЛОЖЕНИЕ 140

**Введение**

**Актуальность проблемы.** Психотерапия с каждым днём всё больше становится неотъемлемой частью повседневной медицинской деятельности. На помощь интуиции практического врача-психотерапевта приходят выве­ренные практикой методы и техники лечения отношением, словом, ситуацией и средой. Актуальным становится вопрос о повышении качества психотера­певтической подготовки врачей-психотерапевтов и студентов медицинских вузов в целом.

Супервизия - один из наиболее эффективных методов обучения психо­терапии, отражающий её «ремесленный аспект» (Кулаков С. А., 1999). Прика­зом Минздрава РФ от 30.01.1995 г. «О психиатрической и психотерапевтиче­ской помощи» супервизия обрела статус обязательной (не менее 75 часов) части образования психотерапевта и уже делает первые заметные шаги в Рос­сии (Винокур В. А., Кремлева О. В., Кулаков С. А. и др., 1998).

В супервизии опытный «эксперт по межличностным отношениям» (McCormick В., 1999) помогает начинающему психотерапевту «систематиче­ски видеть, осознавать, понимать и анализировать свои профессиональные действия и своё профессиональное поведение». Сложности, возникающие в процессе профессиональной деятельности (актуальный конфликт), актуализи­руют внутренний конфликт психотерапевта (Бёсманн У., 2001) и механизмы его психологической защиты и совладения (Ташлыков В А., 1997). Исходя из этого супервизия, наряду с обучением (в смысле передачи новых знаний и на­выков), включает элемент психологического развития специалистов (Ташлы­ков В. А., 1999, Baundry F., 1993), основанный на принципах и методике пре­подаваемого метода (McCormick В., 1999). Предполагается, что в этом случае отношение супервизора к психотерапевту становится моделью, которая затем переносится на отношение психотерапевта к пациенту (Dewald Р. А., 1987). К сожалению, в литературе по супервизии (Zinberg N., 1986; Fox R., 1989; Rubin

S. S., 1989; Szecsody 1., 1990) принципу её построения по такой двухкомпо­нентной схеме уделяется недостаточное внимание.

В настоящем исследовании анализируется опыт проведения супервизии специалистов по позитивной психотерапии с использованием пятиступенча­той техники супервизии (Braeuer Н. G., 1997), которая представляет собой адаптированный аналог пятиступенчатого метода позитивной психотерапии (Peseschkian N., 1987, 1988). Эта техника супервизии и сам метод психотера­пии базируются на единой концепции, согласно которой ключом к преодоле­нию конфликта, составляющего содержание профессиональных трудностей психотерапевта, служит раскрытие нереализованных, но «имеющихся в нали­чии» («positum») актуальных способностей (Бёсманн У., 2001; Пезешкиан X., 2001), установление динамического баланса модели реакций и развитие фак­торов эмоциональной зрелости.

**Цель исследования** состояла **в** анализе содержания и оценке эффек­тивности схемы супервизии, применяемой для подготовки специалистов по позитивной психотерапии.

**Задачи исследования** были следующими:

1 Организация и проведение супервизии при подготовке специалистов по позитивной психотерапии.

1. Характеристика группы специалистов по позитивной психотерапии, проходивших курс супервизии.
2. Характеристика пациентов, лечившихся у психотерапевтов, прошед­ших (основная группа) и не прошедших (контрольная группа) курс суперви­зии
3. Оценка результатов супервизии на основании исследования психоте­рапевтов
4. Оценка работы психотерапевтов, прошедших супервизию, на основа­нии сравнения результатов исследования пациентов основной и контрольной групп

Научная новизна исследования. Проанализирован опыт супервизии в рамках подготовки специалистов по позитивной психотерапии

На основании обобщения литературных данных и собственного опыта проработаны и конкретизированы отдельные элементы пятиступенчатой тех­ники супервизии - аналога пятиступенчатой техники позитивной психотера­пии.

Получены новые доказательства того, что затруднения в профессио­нальной деятельности психотерапевта являются репрезентацией его внутрен­него конфликта. Отражением этого конфликта в ситуации супервизии служат симптомы тревожности: ощущение опасности (отрицательной оценки), неуве­ренность (в своей профессиональной компетентности), беспокойство и физи­ческое напряжение. Путём исследования психотерапевтов, обратившихся за супервизией, выявлены составляющие внутреннего конфликта: **базовый конфликт** (дисбаланс факторов эмоциональной зрелости: самооценки, спо­собностей к сотрудничеству, открытости и осознанию смысла; дисбаланс и неадекватность оценки развития своих первичных способностей), основанный на травматичном опыте, полученном в базовой ситуации, и элементы **акту­ального конфликта** (дисбаланс и неадекватность оценки развития вторичных способностей и способов реакции на конфликт)

Таким образом, подтверждён тезис о том, что в супервизии важен не только обучающий (знания и навыки), но и психологический (коррекция внутреннего конфликта, связанного с затруднениями в профессиональной деятельности) аспект подготовки. Разделительная граница между этими двумя аспектами супервизии проходит по линии решаемых задач (анализ трудного случая, т е проблемы пациента, и коррекция подходов к его лечению - кор­рекция внутреннего конфликта психотерапевта), объектов взаимодействия (психотерапевт/пациент - супервизор/психотерапевт) и конечных результатов (повышение качества оказываемой им медицинской помощи - личностная ин­теграция психотерапевта)

Обоснована целесообразность построения этих двух аспектов суперви­зии на основе концепции позитивного образа человека, которая является базо­вым элементом теории и методов позитивной психотерапии и активным ин­дуктором факторов эмоциональной зрелости

Показано, что в процессе супервизии у психотерапевтов повышается уверенность в себе («Я»), наблюдается рост способности к сотрудничеству («Ты»), увеличивается, хотя и менее значительно, открытость к внешнему ми­ру («Мы») и осознание смысла существования вообще и профессиональных действий в частности («Пра-Мы») Наряду с этим, под влиянием супервизии происходит положительная переоценка психотерапевтами своих первичных и вторичных актуальных способностей, и корректируется дисбаланс способов реакций на конфликт («тело», «достижения», «контакты», «интуиция»). В ре­зультате снижается уровень тревожности психотерапевтов в ситуации супер­визии. При этом неизменным остаётся отношение к базовой ситуации.

Продемонстрирована эффективность супервизии как метода развития способности психотерапевтов к построению более эффективных терапевтиче­ских отношений, способствующих достоверному улучшению качества лече­ния. Психотерапевты, не прошедшие супервизии, испытывали наибольшие трудности в быстром установлении терапевтических отношений, снижении уровня тревоги у пациентов и коррекции факторов эмоциональной зрелости. При этом они были способны достаточно эффективно корректировать разви­тие актуальных способностей и баланс способов реакции на конфликт. Эф­фект супервизии выражается в приобретении навыков быстрого формирова­ния положительного переноса, снижения уровня тревоги в терапевтической ситуации и эффективного развития факторов эмоциональной зрелости

Показано, что, хотя супервизия и психотерапия представляют парал­лельные категории, они связаны между собой в единую систему. Эта связь обеспечивается благодаря формированию в супервизии и психотерапии поло­жительного переноса, частью которого является бессознательная идентифика­ция и подражание (Fleming J., Benedek Т F , 1983).

Положения, выносимые на защиту:

1. Супервизия является эффективным способом подготовки и повыше­ния квалификации специалистов по позитивной психотерапии
2. Терапевтические ситуации, представляемые на супервизию, содержат в свой основе внутренний конфликт. Поэтому супервизия, наряду с образова­тельным аспектом (знания и навыки), включает психологический аспект (эмо­циональная подготовка). Схему преодоления психотерапевтом внутреннего конфликта целесообразно конструировать в рамках пятиступенчатой страте­гии на основе позитивной концепции образа человека, заложенной в основе преподаваемого метода.
3. В процессе супервизии происходит развитие эмоциональной зрело­сти психотерапевта. Это позволяет психотерапевту успешнее применять тео­ретические знания в практике: более конструктивно строить терапевтические отношения и корректировать факторы эмоциональной зрелости пациента, бы­стрее добиваясь более глубоких терапевтических изменений. Таким образом, супервизия эффективно способствует улучшению качества оказываемой ме­дицинской помощи.
4. Связь между супервизией и психотерапией осуществляется за счёт позитивного переноса. Отношения супервизор - психотерапевт становятся моделью для построения отношений психотерапевт - пациент, в свою оче­редь, пациент усваивает и успешно применяет элементы этой модели в своей жизни.

**Статистическая обработка результатов.**

Вычисляли среднее арифметическое значение числовых характеристик признаков и ошибку средней арифметической, либо частоту проявления при­знаков елатистическую достоверность различий результатов в первом случае определяли по t-критерию Стьюдента, во втором - по критерию Р 2 При проведении вычислений использовали прикладной пакет программ Microsoft Excel.

Теоретическое значение исследования состоит в том, что оно расши­ряет недостаточно разработанные представления о принципах супервизии в рамках обучения специалистов по позитивной психотерапии.

Материал диссертации подтверждает гипотезу, согласно которой в ос­нове затруднений в применении теоретических знаний на практике лежит внутренний конфликт психотерапевта, основанный на особенностях развития его факторов эмоциональной зрелости (базовый конфликт) и проявленный в ситуации актуальным конфликтом (некомпетентность в терапевтической си­туации)

В диссертации дана научная аргументация построения супервизии по двухкомпонентной схеме, когда наряду с проблемой пациента и методикой психотерапии, анализируется и корригируется внутренний конфликт психоте­рапевта, актуализированный терапевтической ситуацией - «фокус на терапев­те, фокус на пациенте» (Кулаков С. А., 1999; Ташлыков В. А., 2001). Доказы­вается, что концепция позитивного образа человека является эффективной ос­новой для решения этих двух задач супервизии.

**Практическое значение диссертации** состоит в том, что в ней пред­ставлен опыт организации и проведения супервизии в рамках обучения спе­циалистов по позитивной психотерапии.

На основании этого опыта уточнена методическая схема супервизии в позитивной психотерапии и конкретизированы её элементы, такие как пяти­ступенчатая стратегия, дифференциальный анализ содержания конфликта, применение позитивного принципа.

Результаты диссертации могут быть использованы при разработке ме­тодической документации по технике супервизии в позитивной психотерапии

Наличие целостной, научно обоснованной и воспроизводимой методи­ки, которая действенно способствует профессиональному и личностному рос­ту, развитию навыков коммуникации и профилактике синдрома «эмоциональ­ного сгорания» позволяет эффективно использовать методику супервизии, применяемую при подготовке специалистов по позитивной психотерапии, для обучения врачей-психотерапевтов

Апробация результатов.

Материалы диссертации доложены на Бад Наугаймской неделе психо­терапии (Бад Наугайм, Германия, 1998), 2-й региональной конференции Даль­невосточного отделения Российской психотерапевтической ассоциации (Вла­дивосток, 1998), ежегодной конференции Европейской ассоциации психоте­рапевтов (Париж, 1998), 2-м Всемирном конгрессе Всемирного совета психо­терапии (Вена, 1999), Всемирной конференции по позитивной психотерапии «Психотерапия для XXI века» (Висбаден, Германия, 2000), ежегодной конфе­ренции Профессиональной психотерапевтической лиги (Москва, 2000, 2001), Международном семинаре для тренеров позитивной психотерапии (Бюденген, Висбаден, Германия, 2000, 2001)

выводы

1. Контингент специалистов, обратившихся за супервизией, составля­ли лица в возрасте 36+1,64 года со стажем работы в области психотерапии 4,9+0,63 года. Поводом обращения за супервизией было желание повысить квалификацию (40%), необходимость супервизии для получения сертифика­та психотерапевта (17%), обе причины (43%).
2. Актуальные сложности, возникающие в процессе профессиональ­ной работы психотерапевта, являются репрезентацией его внутреннего кон­фликта и одновременно актуализируют сомнения в собственной компетент­ности. Это проявляется симптомами тревожности в ситуации супервизии: чувство опасности, неуверенность, беспокойство, закрытость, физическое напряжение.
3. Внутренний конфликт обеспечивается базовым конфликтом (дисба­ланс и дефекты развития факторов эмоциональной зрелости, самооценки, способностей к сотрудничеству, открытости и осознанию смысла; дисбаланс и неадекватность оценки развития своих первичных способностей), основан­ным на травматичном опыте, полученном в базовой ситуации, и актуальным конфликтом (дисбаланс и неадекватность оценки развития вторичных спо­собностей и способов реакции на конфликт).
4. Техника супервизии специалистов по позитивной психотерапии конструируется по двухкомпонентной схеме Первый аспект включает кор­рекцию внутреннего конфликта психотерапевта, связанного с его профес­сиональной деятельностью, второй - расширение его теоретических знаний и совершенствование практических навыков их применения. Оба аспекта ос­новываются на концепции позитивного образа человека.

5 Воплощение в поведении супервизора концепции позитивного об­раза человека позволяет установить доверительные отношения с супервизи- руемым психотерапевтом, что способствует формированию положительного

переноса и свободе самораскрытия. Отношения супервизор - психотерапевт становятся моделью для построения отношений психотерапевт - пациент

1. Критериями эффективности первого аспекта супервизии (коррекция внутреннего конфликта психотерапевта) служат: а) рост значений показате­лей эмоциональной зрелости («Я» - самооценка, «Ты» - способность к со­трудничеству, «Мы» - открытость, «Пра-Мы» - способность осознавать смысл); б) переоценка и установление относительного баланса первичных и вторичных способностей; в) уменьшение дисбаланса между отдельными об­ластями реакции на конфликт. Вместе с тем, супервизия не корректирует субъективного восприятия базовой ситуации.
2. Разрешение внутреннего конфликта психотерапевта приводит к возрастанию его адаптивности, субъективно оцениваемой как опыт положи­тельных изменений и подтверждаемой общей шкалой и общей оценкой Бе- лефельдского вопросника. Это сопровождается ослаблением симптомов тре­вожности.

8 Критериями эффективности второго аспекта супервизии (обогаще­ние теоретических знаний и практических навыков их применения) служат следующие данные, полученные при сравнении группы пациентов, леченых супервизированными психотерапевтами, с контрольной группой пациентов, леченных психотерапевтами, не прошедшими супервизию: психотерапевты, прошедшие супервизию, а) более успешно устанавливают доверительные отношения с пациентами и формируют у них положительный перенос в бо­лее сжатые сроки; б) добиваются значительно большего успеха в коррекции факторов эмоциональной зрелости пациентов В рамках предпринятого ис­следования не было выявлено данных, достоверно свидетельствующих о влиянии супервизии на способность психотерапевтов корректировать баланс способов реакции на конфликт и развитие первичных и вторичных актуаль­ных способностей

Повышение профессионального мастерства психотерапевта прояв­ляется повышением качества, оказываемой им медицинской помощи, что субъективно оценивается пациентами основной группы как достоверно бо­лее значимый (по сравнению с данными контрольной группы) опыт положи­тельных изменений. Эта разница подтверждается показателями общей шка­лы и общей оценки Белефельдского вопросника, а также достоверно более значимым ослаблением в основной группе симптомов тревожности.