

КО-ТЕРАПИЯ КАК ОБУЧАЮЩИЙ ПРОЦЕСС ПРИ ПОДГОТОВКЕ ЛОГОТЕРАПЕВТОВ

С.В. ШТУКАРЕВА

Московский институт психоанализа, Москва, Россия

Статья посвящена вопросам подготовки логотерапевтов, в частности организации особой формы ко-терапии. Подготовка логотерапевтов в Высшей Школе Логотерапии Московского института психоанализа базируется на «трех китах»: теоретическая база, практические навыки, проживание логотерапии. Предлагаются различные форматы проведения обучающего консультирования: практика под супервизией, тренинги, библиотерапия, автобиография и особая форма консультационного процесса — ко-терапия, самостоятельной ценностью которого является усиленный терапевтический эффект.

Ключевые слова: логотерапия, обучение, ко-терапия

Для цитаты: Штукарева С.В. Ко-терапия как обучающий процесс при подготовке логотерапевтов // Познание и переживание. 2024. — Т.5, №2. — С. 119-123. doi: 10.51217/cogexp_2024_05_02_06

Для контактов: Штукарева Светлана Владимировна, svet_vlad@inbox.ru

CO-THERAPY AS A LEARNING PROCESS IN THE TRAINING OF LOGOTHERAPISTS

SVETLANA V. SHTUKAREVA

Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia

The article is devoted to the issues of training logotherapists, in particular, the organization of a special form of co-therapy. The training of logotherapists at the Higher School of Logotherapy of the Moscow Institute of Psychoanalysis is based on the «three pillars»: theoretical basis, practical skills, experience of logotherapy. Various formats of educational counseling are offered: supervised practice, trainings, bibliotherapy, autobiography and a special form of the consulting process — co-therapy, the independent value of which is an enhanced therapeutic effect.

Key words: logotherapy, training, co-therapy

For citation: Svetlana V. Shtukareva, Co-therapy as a learning process in the training of logotherapists // Poznanie i perezhivanie [Cognition and Experience]. 2024. — V.5, №2. — P. 119-123. doi: 10.51217/cogexp_2024_05_02_06 (in Russ.).

Corresponding author: Svetlana Shtukareva V., svet_vlad@inbox.ru

Подготовкой логотерапевтов в Московском институте психоанализа занимаются более 10 лет. Благодаря не только опубликованным книгам В. Франкла, но и усилиям приглашенных преподавателей (в первую очередь профессора А. Баттиани, директора Института Виктора Франкла и профессора Э. Лукас) сформировался четкий структурный план обучения, дополненный практическими наработками преподавателей логотерапии из числа учеников А. Баттиани и Э. Лукас (Баттиани, Лукас, 2021). Большую практическую пользу приносят переведенные в Высшей школе логотерапии на русский язык труды ведущих логотерапевтов мира, а также научная редакция переиздаваемых книг Франкла.

В подготовке логотерапевтов важнейшую роль играет личность преподавателя. Вот что говорила Э. Лукас на семинаре в Перхтолдсдорфе в ноябре 2018 года: «Знаете, почему нет достаточного количества преподавателей логотерапии? Чтобы преподавать ее, нужна тройная компетенция. Где такое найдешь? Во-первых, нужно очень хорошо разбираться в теории (а она не проста у Франкла), кроме того, нужна практика, лучше всего многолетняя практика психотерапии (ведь это психотерапевтическая и медицинская концепция), или хотя бы практика консультирования. Во-вторых, нужна своя собственная практика, иначе нечего будет рассказывать и придется говорить о чужой. В-третьих, необходимо определенное педагогическое мастерство, потому что нужно вести занятия, которые должны быть увлекательными, вдохновляющими. Если человек не умеет преподавать, а только читает с листа, тогда и ученики не будут к нему ходить. То есть нужно владеть теорией, практикой и педагогическим мастерством. А это редко встречается» (Лукас, 2018).

Тема эффективной подготовки практикующих логотерапевтов чрезвычайно важна. Эта подготовка базируется на «трех китах»: теоретическая база, практические навыки, проживание логотерапии. Безусловно, необходимо четкое знание теории логотерапии, поскольку она основывается не только на глубоком знании психологии, но и сильна философской и антропологической составляющими. При этом философское содержание уходит корнями в античную философию, немецкую классическую философию, философию нового времени, экзистенциальную философию, диалектическую теологию. Глубокое философское содержание способствует не только развитию гибкого разностороннего мышления, но и элегантному обхождению с ограничениями естественно-научного подхода.

Практическая ориентация обучения и подготовки логотерапевтов имеет особое значение. Для умелого применения теоретических мировоззренческих концептов в практике логотерапевтического консультирования и терапии таким образом, чтобы решались разнообразные, в том числе рутинные запросы клиентов и пациентов, без абстрактных рассуждений, высокопарностей и нравоучений, необходимо обладать филигранным умением, что совсем непросто «вырастить» в обучающихся студентах и слушателях. Именно вырастить, ибо обучить этому практически невозможно. И для того, чтобы это состоялось, и нужно третье условие — проживание логотерапии, когда обучающиеся логотерапевты на

практике собственного бытия становятся логотерапевтичными. И именно это поможет быстрее овладеть практическими навыками логотерапевта.

Тем не менее в рамках данного текста основное внимание будет уделено некоторым формам практического становления логотерапевтов, а также будет уделено внимание интересному эффекту, который, являясь самостоятельной ценностью, может стать новой формой консультирования.

Итак, речь идет об овладении обучающимися логотерапевтами практическими навыками (теоретическая основа уже есть). В нашей школе под практикой подразумеваются различные форматы проведения обучающего консультирования. Это практика под супервизиями, когда обучающийся терапевт проводит серию учебных консультаций под наблюдением супервизора, рассмотрение конкретного случая на индивидуальной и групповой супервизиях, тренинги «Зоркость» (на примере литературных героев происходит детальный разбор их так называемых кейсов); библиотерапия; автобиография, развернутая во времени; и с недавнего времени мы начали практиковать ко-терапию с экспертом. Под этой формой работы мы подразумеваем начальные консультации обучающихся терапевтов, когда они приступают к консультированию в логотерапевтическом ключе, и многим из них (имеющим иногда большой опыт проведения психотерапии, но в других подходах) довольно трудно абстрагироваться от них, чтобы попробовать новую методику проведения консультирования. Также непросто (но по-другому) тем коллегам, у которых есть незначительный опыт или даже его совсем нет в проведении консультаций, и они не знают, как и с чего начать практически. В теории они уже с этим знакомы, но первые практические шаги для них еще сложны. И вот такая совместная работа с инструктором будет весьма кстати.

Речь идет об организации консультационного процесса сообразно диагностической фазы консультирования таким образом, чтобы в работе с клиентом участвовали обучающийся терапевт и ко-терапевт — эксперт. Особым условием является то, что обучающийся терапевт любое свое высказывание, вопрос, прежде чем обратиться к клиенту, озвучивает эксперту, ко-терапевту. Между ними может возникнуть небольшое обсуждение в отношении услышанного. Это может выглядеть, как мысли терапевта вслух в режиме реального консультирования (клиент это слышит, и в этом также мы можем наблюдать поразительный усиленный терапевтический эффект). Но пока сосредоточимся на эффекте для обучающегося терапевта. То, что он может в безопасной обстановке обсуждать, для чего он задает тот или иной вопрос, что проясняет им, позволяет обучающемуся терапевту взвесить различные возможности работы под патронажем эксперта. Эксперт также может указывать на некоторые «подсказки» из текста клиента, на которые терапевт не обратил внимание, и делать это для того, чтобы обучающийся терапевт был более точен в своем диагностическом варианте опроса. Эксперт может объяснить некоторые практические вещи, расширить обзор для обучающегося терапевта, сориентировать его в первых шагах, мягко сопровождать. Это позволит в полевых условиях ускорить практическое обучение терапевта, снять нервность и неуверенность, дать возможность взвесить и

поразмышлять над сказанным в связи с происходящим. В нашей практике обучения мы проводим для каждого слушателя пять таких сессий, после чего они уже самостоятельно могут практиковать работу с клиентом без ко-терапии.

В чем могут быть подводные камни этого формата? Во-первых, эксперту необходимо быть очень внимательным к тому, что происходит, чтобы не подавлять обучающегося терапевта своим мнением, не навязывать свою точку зрения (даже, если она более точная). Во-вторых, длительное обсуждение может нарушить и связь с клиентом, и собственную систему рассуждений: терапевт может потеряться в этих обсуждениях, если они занимают много времени. Эксперт обращает внимание терапевта на важные детали, если они уместны в контексте того вопроса, который хочет задать терапевт, но он их пока не заметил, и делать это в вопросительной форме, а не в констатирующей. В-третьих, необходимо избегать консультации в консультации, когда ко-терапевт увлекается изучением мотивов задавания вопросов у терапевта. В-четвертых, избегать текущей супервизии в рамках консультации, то есть не заниматься глубоким анализом ситуации клиента (для этого будет время во время обратной связи). Также необходимо помнить, что в рамках обучения мы практикуем, помогаем освоить обучающемуся терапевту развернутую попеременную диагностику, а не переходим сразу к терапевтической фазе. Грамотный сбор анамнеза (согласно трехмерной структуре человека), обнаружение зон, свободных от симптома, выявление примеров решения, преодоления сложных ситуаций и определение средств достижения максимального эффекта в лечении стало возможным! Именно в этом заключается суть попеременной диагностики в первичной консультации, и именно это должен понять обучающийся терапевт.

И наконец, в чем может заключаться эффект для клиента? В режиме реального времени он наблюдает за обсуждением не просто его ситуации, а конкретных мельчайших деталей, логонамеков, которые он озвучивал, но не осознавал. И акценты на них, которые делают в обсуждении терапевты, становятся для него важными, потому что они не звучат напрямую, а опосредованно, дистанцированно для него, а потому не возникает сопротивления привнесению. Но даже не это главное, а то, что это обсуждение ведется в поле смысловых возможностей, а согласно логотерапии, человек, как ноэтическая личность, ориентирован на смысл, и потому не может не откликаться на осмысленные возможности, им же самим инициированные. Фокусировка на ценностно-смысловых аспектах, которые оказываются в поле обсуждения терапевта и ко-терапевта, является тем самым подсвечиванием для клиента, как если бы вдруг в темную пещеру проник луч света и осветил то важное, что там всегда было, но в силу затемнения не было явленным.

Литература

- Баттиани А., Лукас Э. Логотерапия и экзистенциальный анализ сегодня: Актуальная характеристика / Пер. с нем. — М. : Когито-Центр, 2021. — 262с.
- Лукас Э. Материалы семинара в Перхтолдсдорфе, ноябрь 2018, рукопись.

References

- Battiani A., Lucas E.* Logoterapiya i ekzistencial'nyj analiz segodnya: Aktual'naya harakteristika [Logotherapy and existential analysis today: An actual characteristic] / Trans. from German – М. : Kogito-Center, 2021. – 262p.
- Lucas E.* Materialy seminarov v Perhtoldsdorfe [Proceedings of the seminar in Perhtoldsdorf], November 2018, manuscript.

Информация об авторе

Штукарева Светлана Владимировна, психолог-консультант, логотерапевт, сертифицированный супервизор, руководитель Высшей Школы Логотерапии Московского института психоанализа, Москва, Россия, e-mail: svet_vlad@inbox.ru

Information about the author

Shtukareva Svetlana Vladimirovna, consultant psychologist, logotherapist, certified supervisor, Head of the Higher School of Logotherapy, Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia, e-mail: svet_vlad@inbox.ru

Получена: 12.05.2024

Принята в печать: 27.05.2024

Received: 12.05.2024

Accepted: 27.05.2024