

## Точка зрения



И.А. Погодин

## Формирование профессиональной идентичности психотерапевта: МЕХАНИЗМЫ И КОЛЛИЗИИ

**Погодин Игорь Александрович** — кандидат психологических наук, доцент, директор Института Гештальта, ведущий тренер и член Профессионального Совета Московского Гештальт Института. Гештальт-терапевт (сертификат МГИ, Европейский Сертификат гештальт-терапевта), супервизор (сертификат МГИ и Парижской Школы Гештальта (EPG)) и преподаватель гештальт-терапии, специалист в области кризисной психотерапии. Главный редактор «Вестника Гештальт-терапии». Действительный член Европейской Ассоциации Гештальт-терапии (EAGT), Международной Федерации организаций, преподающих Гештальт (FORGE), Белорусской ассоциации психотерапевтов, Всероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги. Научный консультант отделения кризисной психологии социально-психологического центра БГПУ им. М. Танка. Автор более 200 публикаций, в том числе учебников, монографий, учебно-методических пособий.

Статья посвящена проблеме, имеющей важное значение для анализа процесса профессионального становления психотерапевта. В работе рассматривается понятие идентичности психотерапевта, анализируются условия и факторы ее развития. Значительное внимание уделяется роли профессионального сообщества в развитии идентичности психотерапевта. Обсуждаются тенденции к эклектике и стремление к сохранению целостности подхода, а также их значение в процессе профессиональной идентификации.

**Ключевые слова:** идентичность, сообщество, модальность психотерапии, self, анархия, эклектика, диалог.

Идентичность является довольно популярной исследовательской проблемой в психологии. Существует множество глубоких исследований на эту тему, в фокус внимания которых помещаются различные аспекты проблемы. Общим для большинства этих исследований является представление об идентичности как достаточно стабильном, устойчивом образовании, которое, с одной стороны, формируется в процессе развития человека, с другой — само определяет это развитие. Другими словами, идентичность выступает в виде некоторого ядра личности, вокруг которого формируется вся ее структура. Профессиональная идентичность, соответственно, отражает представления человека о себе как профессионале, являясь хранилищем профессиональных ценностей, мировоззрения, собственных об-разов себя как представителя профессии.

Гештальт-подход привнес в понимание идентичности новые коннотации, имеющие своими корнями результаты методологической трансформации категории личности вообще. Так, например, традиционная модель личности, опирающаяся на ее структуру, была заменена концепцией self, выступающего как процесс организации контакта в поле организм/среда. Динамически self представляет собой процесс взаимодействия трех его функций: id, ego, personality. Иначе говоря, психическое перестает восприниматься в качестве стабильного образования, имеющего свою структуру. Естественно, такая трансформация не могла не сказаться на представлениях об идентичности. В модели self традиционное понимание идентичности заменяется функцией personality, которая, по сути, является процессом, выполняющим несколько задач: переживания человеком образов себя и окружающего мира, ассимиляции текущего опыта, смыслообразования и т. д. Профессиональную идентичность я бы определил как одновременно и про-

цесс переживания человеком себя в профессии, и результаты этого процесса.

Значение профессиональной идентичности для практикующего психотерапевта переоценить сложно. Этот феномен во многом определяет эффективность специалиста, устойчивость его к неблагоприятным профессиональным факторам (психическому напряжению, травмам, боли, длительным психологическим нагрузкам в контакте и т. д.), особенности его собственного профессионального развития и используемого метода. Он также может способствовать профессиональной деформации или, наоборот, предохранять от профессионального выгорания. Проблема идентичности психотерапевта слишком велика для того, чтобы попытаться описать ее в одной статье. В список задач настоящей работы не входит детальное теоретическое обсуждение феномена идентичности, основанное на методологии гештальт-подхода. Ограничусь здесь лишь описанием некоторых факторов и условий ее развития, тезисно изложив свои размышления на эту тему.

Начну, пожалуй, с главного: идентичность выступает не результатом волевых усилий по поиску ответа на вопрос «кто я?» (в нашем случае «кто я в профессии?»), а феноменом, сопутствующим процессу профессионального развития. При этом человек может иметь массу свидетельств своей профессиональной принадлежности и успешности в виде множества сертификатов, дипломов и т. д. и при этом испытывать токсический стыд в случае необходимости сообщить окружающим: «Я психотерапевт». Самый короткий путь в самозванцы с сопутствующими этому переживаниями (как правило, стыдом) — игнорирование актуального профессионального опыта и, как следствие, невозможность интеграции его в собственные представления человека о себе. Другими словами, профессиональная идентичность психотерапевта формируется по ходу ассимиляции им опыта и впечатлений от процесса собственной терапевтической работы. Большое значение в этом процессе имеет возможность человека ассимилировать факты профессионального признания со стороны сообщества профессионалов и, разумеется, наличие самого этого признания со стороны коллег. Поэтому формирование профессиональной идентичности в некотором смысле — процесс публичный, предполагающий открытость своей работы, своих профессиональных ценностей и мировоззрения.

### **Роль профессионального сообщества в процессе идентификации**

Таким образом, успешный процесс профессиональной идентификации оказывается произ-

водным от формирования и устойчивого функционирования сообщества практикующих психотерапевтов<sup>1</sup>. Причем большое значение для формирования идентичности имеет функционирование профессиональных сообществ внутри конкретной модальности — гештальт-терапии, психоанализа, экзистенциальной терапии и т. д. При этом естественно, я не умаляю значение психотерапевтических ассоциаций в целом.

Процесс формирования сообществ, их диалога друг с другом в настоящее время, на мой взгляд, находится в развитии. Несмотря на существование на всем постсоветском пространстве множества обучающих организаций и психотерапевтических ассоциаций, диалог между ними зачастую оказывается затрудненным. Думаю, именно поэтому все более популярным «протезом» профессиональной идентичности сегодня становится Европейский Сертификат Психотерапевта. Я не возражаю против международной интеграции и стандартизации, но считаю, что в отношении процесса формирования профессиональной идентичности ценность Европейского Сертификата значительно преувеличена. Повесив на стене своего рабочего кабинета большой красивый бланк в рамке, молодой, еще не зрелый психотерапевт, с одной стороны, не становится от этого более устойчивым в своих представлениях о себе, а с другой, лишается в значительной степени необходимости в публичности и сотрудничестве с партнерами по профессиональному цеху. Актуальность потребности в признании коллег при этом снижается, процесс ассимиляции получаемого признания затрудняется, формирование идентичности, следовательно, останавливается. Ее место занимают нарциссические образования, которыми зачастую многие и «бодаются» друг с другом, пытаясь определить, кто же на самом деле лучший психотерапевт. А ведь профессиональная идентичность не измеряется в терминах «лучше — хуже», а предполагает осознание своих психотерапевтических и личных качеств, своего уникального профессионального опыта как ценного профессионального багажа. Таким образом, подытожу этот тезис: институт сертификации считаю необходимым, но не достаточным для формирования профессиональной идентичности. Ресурсами же, поддерживающими процесс профессиональной идентификации, выступают развитие сообществ и возможности профессионального диалога между ними.

### **Супервизия как средство развития профессиональной идентичности**

Одним из наиболее важных инструментов, поддерживающих процесс развития профессиональной идентичности, является супервизия. Помимо задач, связанных с профессиональным развитием, супервизия предназначена для помощи в ассимиляции терапев-

<sup>1</sup> Акцент на роли сообществ в профессиональной идентификации я ставлю еще и потому, что в рамках учебных психотерапевтических программ этот процесс только лишь начинается, а продолжается еще несколько лет после окончания программы подготовки.



тического опыта в представлении терапевта о себе как профессионале. Хорошая супервизия предполагает наличие возможности для рефлексии терапевта относительно своего места в профессии, а также переживаний, с этим связанных. В некотором смысле супервизор оказывается еще и донором профессиональной идентичности супервизируемого, поскольку является носителем базовых психотерапевтических ценностей и выступает источником профессионального признания. Кроме того, поддерживая терапевта в формировании собственного терапевтического стиля, супервизор способствует тем самым поддержанию процесса развития самосознания<sup>2</sup>.

### **Легализация профессии психотерапевта и идентичность**

Несколько слов о процессе легализации психотерапевтической профессии, имеющей также большое значение для формирования профессиональной идентичности. Разумеется, России, Беларуси и Украине нужен в будущем Закон о психотерапии. В противном случае полноценной профессией психотерапии стать довольно трудно. Однако принятие Закона о психотерапии я бы рассматривал через призму процесса формирования интегрированного сообщества психотерапевтов, который первичен по отношению к любой процедуре формализации. Закон может и должен венчать этот процесс, то есть оказаться его логичным продолжением. С этой точки зрения, любые современные попытки преждевременной фасилитации этого процесса мне представляются как нарциссические потуги с целью узурпировать власть в рассматриваемой профессиональной области. Осуществленный в полной мере процесс легализации психотерапии до интеграции в сообществе психотерапевтов приведет лишь к росту напряжения и стагнации в профессии. Что, безусловно, скажется на процессе профессиональной идентификации членов сообщества известной степенью деформации. Поясно, каким образом.

Идентичность — это образование личное, связанное с некоторым самоощущением человека, с результатом тестирования на соответствие самому себе (собственно говоря, стыд «самозванства» и возникает как реакция на несоответствие самому себе). Поскольку процесс профессиональной идентификации связан с многочисленными достаточно тяжело протекающими кризисами, время от времени возникает заметный соблазн избежать их переживания посредством замены идентичности различными «протезами» в виде внешних ситуативных подтверждений: сертификатов, лицензий, формального вступления в какую-либо ассоциацию и т. д. Таким образом, ситуация дефицита самоощущения может способствовать его компенсации суррогатом формальной принадлежно-

сти. Естественно, что такое положение вещей является очень заманчивым для каких-либо формальных психотерапевтических структур и объединений, которые смогут инициировать процесс профессиональной легализации первыми. В этом случае инициаторы оказываются избавленными от необходимости трудного диалога с практикующими в стране специалистами и получают известный инструмент давления. Разумеется, это не сможет не сказаться на дезинтеграции внутри сообщества психотерапевтов. В заключение этого тезиса отмечу, что сегодня — в период интенсивного развития психотерапии в наших странах — мы как никогда ранее нуждаемся в диалоге как различных организаций внутри модальностей психотерапии, так и между самими модальностями, существующими в нашем пространстве. Формализация результатов этого диалога естественным образом приведет к легализации профессии с сохранением идентичности самих психотерапевтов.

### **Диалектика индивидуализма и лояльности психотерапевта**

В этой части работы немного подробнее остановлюсь на обсуждении особенностей делегирования власти в жизни психотерапевта вообще и в процессе развития его идентичности. Профессия частнопрактикующего психотерапевта в большей степени напоминает деятельность свободного художника, бродячего музыканта или странствующего философа. Отсутствие жестких правил, творческий характер работы, ориентация на процесс и т. д. делают психотерапию в некотором смысле маргинальной сферой жизни общества. При этом уникальность каждого практикующего специалиста, осознание и умение обращаться с ней во многом определяют успешность психотерапевта как профессионала. С другой стороны, несмотря на уникальность каждого специалиста, жизнь в профессиональном сообществе предполагает ориентацию каждого его члена на некоторые гласные и негласные правила, возникшие как результат творчества самого сообщества. В противном случае невозможным становится диалог специалистов и, следовательно, с одной стороны, тормозится процесс развития психотерапии, с другой, обедняются ресурсы, питающие профессиональную идентичность каждого психотерапевта. Таким образом, лояльность сообществу коллег также выступает необходимым фактором личного и профессионального развития. Именно в поле, определяемом сосуществованием двух, на первый взгляд, противоречивых тенденций и формируется идентичность профессионала. Поэтому индивидуализм и лояльность я бы стал рассматривать как необходимые условия этого процесса, в то время как феноменологию и динамику их взаимодействия — как достаточные.

<sup>2</sup> Личный терапевтический стиль я бы рассматривал в качестве проявления идентичности. Стиль выступает как бы ее внешним обликом или голосом.

Относительно способа регулирования жизни психотерапевтического сообщества хочу отметить, что, на мой взгляд, адекватной формой власти в этом процессе выступает анархия. Этот тезис, очевидно, нуждается в пояснении. Традиционно в качестве оптимальной формы власти, характеризующей развитые современные общества, рассматривают демократию. Однако демократия как власть большинства предполагает нивелирование ценности отличия людей. Анархия же подразумевает акцент именно на различиях, а также на уважении этих различий. В энциклопедическом словаре под понятием анархизм можно обнаружить определение «общественно-политического течения, которое выступает за немедленное уничтожение всякой государственной власти» [3]. Однако при внимательном прочтении текстов М.А. Бакунина [1] и, особенно, П.А. Кропоткина [4, 5] обнаруживаются дополнительные коннотации. И вот уже анархия предстает не как безвластие, а как власть каждого. Другими словами и власть, и сопровождающая ее ответственность распределяются между всеми участниками того или иного сообщества, общества в целом. При этом распределяется не поровну, как при демократии, а всецело. То есть вся власть за происходящее в моих отношениях с другим человеком (например, клиентом) принадлежит мне, равно и обратное — клиент в полной мере определяет развитие наших отношений. Парадоксальная с точки зрения математики пропорция выглядит следующим образом: в процессе терапии 100% ответственности за происходящее принадлежит терапевту и 100% ответственности принадлежит клиенту. То же парадоксальное соотношение характеризует и отношения внутри малого сообщества (например, в семье или терапевтической группе) или общества в целом. Чем не описание диалога в философском [2] и психотерапевтическом понимании [7].

Возвращаясь к нашей теме — взаимосвязи жизни сообщества и формирования идентичности, — стоит резюмировать, что анархия как способ регулирования отношений в профессиональном сообществе предполагает взаимные помощь, уважение (в том числе личностных границ) и признание членами сообщества друг друга. Акцент при этом ставится на процессе взаимодействия, в котором и происходит развитие профессиональной идентичности. Таким образом, профессиональная идентичность выступает текущим результатом<sup>3</sup> переговоров членов сообщества друг с другом на предмет своего профессионального самосознания.

Применительно к проблеме макродиалога между различными психотерапевтическими сообществами как внутри страны, так и на международном уровне, использование рассматриваемого тезиса об анархии предполагает сохранение уникальности как локально-

го психотерапевтического сообщества или обучающей организации с их стилистыми особенностями и теоретическими предпочтениями, так и национальных особенностей психотерапии в целом. Кроме того, этот тезис имеет значение также и для диалога между сообществами психотерапевтов различных модальностей в целях поддержания «идентичности самой модальности», равно как и сохранения идентичности психотерапевта как представителя определенного направления психотерапии.

### **Методологическая целостность школы в противовес эклектике**

В настоящей статье мне представляется весьма важным затронуть еще одну проблему, предлагаемое решение которой имеет дискуссионный характер. Речь пойдет об одной из базовых психотерапевтических дилемм: тенденция к эклектике, с одной стороны, и стремление к сохранению строгой методологии отдельного психотерапевтического подхода, с другой. Моя собственная позиция по отношению к этой проблеме заключается в защите мнения, что общей психотерапии не существует. Эта профессия слишком разнородна в спектре своих модальностей, чтобы предполагать их неконфликтное сосуществование в рамках единой терапевтической стратегии. Несмотря на очевидную в эпоху постмодерна общую тенденцию к эклектике, я вижу попытку объединить и смешать такие своеобразные и внутренне богатые направления психотерапии, как, например, гештальт-терапию и психоанализ, в качестве эффективного средства редукции и обеднения обоих направлений в этом процессе. Часто такого рода эклектичные тенденции имеют своим источником неглубокое освоение психотерапевтом хотя бы одного из направлений, изуверски подвергаемого редукции. И наоборот: развитие специалиста как представителя конкретной модальности психотерапии ведет, как правило, к обнаружению практически неисчерпаемых ресурсов, предоставляемых собственной непротиворечивой и последовательной методологией модальности. Таким образом, как правило, достойная профессиональная подготовка и, как следствие, высокая квалификация гештальт-терапевта (равно как и психоаналитика, когнитивно-бихевиорального, экзистенциального терапевта и т. д.) являются лучшим средством от чувства профессиональной неполноценности и стыда. В противном случае возникает тенденция избавиться от стыда и неполноценности посредством неразборчивого апеллирования к «психотерапевтическим костылям» других модальностей. В связи с этим стоит также отметить, что эклектичная тенденция по большей части ненасытаема, поскольку зачастую инициируется тревогой, возникшей в результате игнорирования описанного стыда.

<sup>3</sup> Я использую слово «текущим» постольку, поскольку этот процесс не заканчивается никогда, точнее, лишь со смертью человека. По мнению М. Хайдеггера, ответ на вопрос «кто я» возможен лишь в момент остановки, в действии же человек не знает, кто он [8].



Далее несколько слов о том, какое значение сказанное выше имеет для проблемы формирования профессиональной идентичности. На мой взгляд, наиболее важную роль в процессе развития профессионального самосознания играет школа, к которой принадлежит психотерапевт. Базовые ценности и психотерапевтическое мировоззрение, выступающие ядром профессиональной идентичности, питаются именно конкретной школой<sup>4</sup>. Эти фундаментальные конструкты оказываются различными, а порой даже и противоречащими в разных психотерапевтических модальностях. Так, аналитический детерминизм и гештальтистская индетерминистская феноменология несопоставимы и не могут не спровоцировать кризис профессиональной идентичности при условии честного отношения к профессии. То же самое имеет отношение и к диссонансу базового методического инструментария (применительно, например, к рассматриваемой бинарной оппозиции «психоанализ — гештальт-терапия» — интерпретация и перенос в противовес диалогу и присутствию). Список неинтегрируемых посылок различных психотерапевтических модальностей можно, разумеется, продолжить. При этом зачастую единственным способом их «примирения» оказывается профессиональное лицемерие или безграничный методологический либерализм.

Что же мы можем ожидать в этом случае от процесса формирования идентичности?! «Человек без корней, без лица, без имени» — подходящие метафоры для диффузии профессиональной идентичности. Как известно, порожденный диффузией стыд нуждается или в проживании, или (что, естественно, проще) в избегании посредством все нового поглощения разнородных психотерапевтических знаний. При этом переживающий кризис психотерапевт приобретает компульсивную тенденцию к учебе, стараясь узнать о психотерапии все. Зачастую в этом про-

цессе утрачивается какой-либо вкус, и человек становится неразборчивым в выборе и содержания обучения, и его формы. «Терапия» такого кризиса может опираться на восстановление чувствительности к динамике своего профессионального развития. В некотором смысле я бы сравнил психотерапевта, обладающего зрелой идентичностью, с гурманом, способным, с одной стороны, к получению профессионального удовольствия, с другой — к отвращению как реакции на чрезмерность [6]. Возвращение к истокам и источникам идентичности в виде базовых ценностей и категорий школы выступает необходимым условием реанимации профессионального самосознания. В итоге появляется возможность произнести с уверенностью: «я — гештальт-терапевт», «я — психоаналитик», «я — поведенческий терапевт», «я — экзистенциальный терапевт» и т. д.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Бакунин М.А. Избранные философские сочинения и письма. — М., 1987.
2. Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. — М., 1979.
3. Большой энциклопедический словарь. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Большая Российская энциклопедия; СПб: Норинт, 1998.
4. Кропоткин П.А. Взаимная помощь как фактор эволюции. — М., 1918.
5. Кропоткин П.А. Нравственные начала анархизма. — М., 1918.
6. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. — М.: Смысл, 2000.
7. Погодин И.А. Близость как отношения на границе контакта // Вестник гештальт-терапии. — Минск. — 2008. — Выпуск 5. — С. 42—51.
8. Хайдеггер М. Бытие и время. — СПб: Наука, 2002.

<sup>4</sup> Это еще одна причина, заставляющая меня ставить под сомнение целостность профессиональной идентичности эклектика.