

Live Supervision

Odila Weigand

Bioenergetic Analysis, Volume 8, Number 1, Winter 1997, pp. 10-24.

Живая Супервизия

Одила Вейганд

Биоэнергетический анализ, том 8, номер 1, Зима 1997, с. 10-24.

Живая супервизия была инструментом обучения терапевтов биоэнергетическому анализу, при котором оценка обучения проводится путем проведения терапии с физическим присутствием супервизора в комнате. Хотя другие учебные программы по телесной терапии, такие как Биосинтез, используют живую супервизию на более продвинутых стадиях, а также используют ее в качестве критерия оценки, я не знаю ни одной ранее написанной статьи о живой супервизии в литературе по телесной психотерапии. Я надеюсь, что эта статья вызовет у моих коллег желание писать и делиться своим опытом не только как супервизантов, но и как супервизоров. Поскольку ответственность супервизора велика, мы должны создать пространство для обмена знаниями и опытом.

«Хотя наблюдение за студентом со стороны супервизора может показаться новшеством, это старая процедура. Когда терапевты в XIX веке широко использовали гипноз, их обучал тот, кто наблюдал» (Хейли, 1979). В программах обучения семейных терапевтов, использующих системный подход, часто используется живая супервизия, которая обычно происходит через полупроницаемое зеркало¹. Такое зеркало сохраняет терапевтическую обстановку и образ терапевта в глазах клиентов.

Обучение семейной терапии, по мнению Хейли, может основываться на двух различных подходах: «Один признает, что терапевт учится через понимание самого себя, и поэтому супервизия состоит из разговора о его поведении и чувствах в связи с данным случаем. Другой признает, что проблемы студента должны проявляться в форме действий в присутствии руководителя» (Хейли, 1997). Два подхода Хейли, а также личная терапия важны для обучения биоэнергетическому анализу. Индивидуальная и групповая супервизия также являются инструментами обучения первостепенной важности в живой супервизии.

Я считаю, что процесс оценки посредством живых занятий по биоэнергетическому обучению развился из сеттинга на семинарах (*workshop setting*). Создатели Биоэнергетики и международные тренеры в силу самой

¹ Полупрозрачное зеркало, зеркало Гезелла – стекло, выглядящее как зеркало с одной стороны и как затемненное стекло — с противоположной.

структуры преподавания видят себя вовлеченными в ситуации, подобные живой супервизии. В начале тренинга обучение часто происходит путем наблюдения за тем, как тренер проводит индивидуальные сессии перед группой, а затем объясняет процесс. Таким образом, тренеры первыми подвергаются наблюдению со стороны студентов.

Стажеры учатся работать в группе со своими коллегами по группе (*peers*). Ближе к концу обучения приветствуются занятия перед супервизором и стажерами с клиентами, не являющимися членами группы. Окончательная оценка состоит из двух сессий с неизвестными клиентами. В групповой обстановке терапевт демонстрирует способность читать тело, понимать структуру характера, задавать вопросы об истории жизни клиента, определять главную проблему характера, эмпатически и интуитивно общаться с клиентом, предлагать и проводить работу, которая задействует тело и энергию, таким образом, чтобы структурировать сеанс последовательным и понятным образом и вести к росту клиента.

Более того, по завершении сессии терапевта просят систематизировать свои восприятия и идеи, и описать свой внутренний процесс; что он видел, что он чувствовал, его контрперенос и его выбор среди возможных альтернатив работы. В нашем Сообществе, чтобы стать Сертифицированным Биоэнергетическим Терапевтом, терапевт должен пройти пятилетний курс обучения, пройти необходимое количество часов терапии и супервизии, представить монографию с описанием клинического случая и сдать практический экзамен, который состоит из двух сеансов супервизии в присутствии группы и международного тренера.

В 1986 году, когда я была сертифицирована, я начала посещать еженедельную учебную группу для биоэнергетических стажеров, желая расширить наши знания в теории и методах, и изучить тонкости терапевтических интервенций. Мы стремились дополнить биоэнергетическую литературу текстами Боаделлы, Келемана и других. Мы попытались развеять сомнения относительно работы с телом, обратившись к книгам по анатомии с целью локализовать структуры тела и понять анатомическое функционирование областей, где можно наблюдать основные блоки. Мы встречались раз в неделю на занятиях, которые длились от полутора до двух часов. Для разминки мы выполняли биоэнергетические упражнения по 30–40 минут, сосредоточившись на теме, которую нужно было изучить в течение часа. Например, мы могли фокусироваться на области шеи и плеч, готовясь к изучению энергетического разделения между головой и телом, происходящего в нарциссической структуре.

Стажеры работали друг с другом по мере своего обучения, предоставляя возможность изучать и исследовать новые терапевтические подходы. К пятому году обучения они почувствовали необходимость работать с неизвестными пациентами в групповых супервизорных сессиях. В этом новом формате одна сессия была посвящена работе с клиентом. Следующая сессия включала

полчаса групповых упражнений, а в оставшееся время обсуждалось занятие предыдущей недели. Этот недельный перерыв давал терапевту достаточно времени, чтобы разобраться со своим внутренним процессом, прежде чем выслушивать то, что супервизоры говорят о случае.

Из моего опыта супервизии, трамплином для моего роста я считаю сессии, которые я проводила с неизвестным клиентом перед группой коллег и в присутствии супервизора.

Мое собственное формальное обучение началось в Бразилии в 1982 году, когда группа людей, связанных с движением В. Райха, собралась на семинар с Эрнесто Лиссом, международным тренером. Это был зародыш группы, который развился в то, что сегодня называется SOBAB (Бразильское общество Биоэнергетического анализа, *Sociedade Brasileira de Analise Bioenergetica*), где я участвовала в качестве локального тренера до 1993 года. До этого я была связана с группой, которая основала Бразильскую Ассоциацию Вильгельма Райха (*Wilhelm Reich Association group*). Первые исследования теории Райха, разработанные группой Ассоциации Вильгельма Райха, были сосредоточены на текстах Райха, еще не опубликованных в то время в Бразилии, таких как «Раковая биопатия» и «Эфирный Бог и Дьявол», а также на статьях из журнала Оргономии, издателем которого был Элсворт Бейкер. Вот каким образом мои личные поиски привели меня к изучению Райха и оргономии, пока я не нашел биоэнергетику.

Для первой учебной группы, как и для любой пионерской группы, было довольно сложно получить необходимые супервизионные и терапевтические баллы для получения сертификата (СВТ). Мы были далеко от ПВА и международный тренер посещал нас только два раза в год, а иногда и один раз в год, нам не хватало поддержки терапевтов и супервизоров. Сертификат казался настолько далеким, поэтому, чтобы не нагнетать тревогу, я настроила себя думать о тренировочном процессе только как о способе учиться и расти. А сертификат я рассматривала как нечто, что лежит «в далеком будущем».

Я позаботилась о своих терапевтических потребностях, посещая шестидневные семинары доктора Лоуэна и доктора Фрэнка Хладки (*Frank Hladky*) в Полинге, штат Нью-Йорк, в течение пяти лет подряд. В то же время я занималась аналитической терапией в Сан-Паулу. Тем временем нашим тренером стал Фрэнк Хладки. Он привнес стабильность в группу своим особым подходом к работе тренера и терапевта, своей подлинностью, своим искусством. Мои поездки в Полинг были для меня способом продолжить обучение у Фрэнка Хладки, а также усвоить принципы биоэнергетики, наблюдая за работой доктора Лоуэна. Проезжая через Нью-Йорк, я проводил индивидуальные сеансы терапии с доктором Лоуэном в его доме в Коннектикуте.

После окончания третьего курса обучения передо мной встал вопрос о СВТ. Должна ли я пойти на это? И что мне нужно, чтобы получить сертификат? Это было поводом для сильного беспокойства, и я все время говорила себе, что

сертификат не так уж и важен, достаточно опыта и знаний, полученных в тренинге. Я продолжала думать, что расту профессионально и как личность, и этого должно быть достаточно. Этот механизм помог мне контролировать свою тревогу, но в то же время он привел меня к другой крайности этой полярности: моему стремлению к СВТ. Возможность представилась в 1984 году, когда я наткнулась на брошюру воркшопа для руководителей супервизии (*Leadership Supervision workshop*) в Европе, в которой говорилось, что студенты третьего курса принимаются с рекомендательным письмом от тренера. Они не упомянули Южную Америку. Казалось, это было только для европейцев.

Ну почему бы не попробовать? Я решилась. Я отправил краткое резюме, и Эд Сваста (*Ed Svasta*), директор ИВА, ответил мне, подтвердив, что я могу участвовать. Семинар должен был проходить в Италии, в отеле, расположенном на берегу красивого озера недалеко от Кастель-Гандольфо, резиденции Папы, недалеко от Рима, и я был напуган! Мы с мужем провели две недели в отпуске в Канаде, прежде чем отправиться в Европу. В аэропорту Шарль де Голль, когда я шла по вестибюлю к вылетам на Рим, а он пошел в другую сторону, я чувствовала себя одинокой! Я не говорила по-итальянски и наверняка заблудилась бы в дороге. Мне нужно было сесть на поезд в Риме, а потом на такси... и в то время это казалось непосильным трудом. Но я прибыла на место в целостности и сохранности.

На семинаре для руководителей супервизии меня определили в группу Дэвида Кэмпбелла (*David Campbell*), что было большой удачей. Дэвид, помимо того, что является биоэнергетическим терапевтом и международным тренером, имеет опыт работы кляйнианским аналитиком. Он верит в подходы развития. Я чувствовала себя как дома, когда работала с Фрэнком Хладки в Сан-Паулу. Там у меня состоялся первый контакт с живой супервизией, который оказался настолько конструктивным, что я несколько раз возвращалась на воркшопы по супервизии. Первоначальное влияние Дэвида Кэмпбелла как супервизора было для меня своего рода импринтингом, который стал образцом, которому я, думаю, следуя до сих пор. Дэвид определил супервизию как «руку поддержки на спине терапевта, которая поможет ему стать лучшим терапевтом».

Это, казалось бы, простое и очевидное утверждение имеет глубокие последствия. Супервизор в своих интервенциях будет стараться говорить то, что терапевт может понять, чтобы помочь ему расти. И ничего больше. Это чрезвычайно важный момент. В это «ничего другого» (*“nothing else”*) не должны быть включены нарциссические требования супервизора и членов группы (*peers*), которые также участвуют, внося свой вклад в понимание сессии. Мы не должны обрушивать на голову терапевта все наши знания. В группе не следует высказываться с намерением выглядеть умнее других или делать замечания, которые такого рода: «Я бы поступил лучше, если бы был на вашем месте». Или – блистать знаниями (*show off*), чтобы произвести впечатление на тренера.

В прошлом мы все страдали от сравнений, конкуренции и ожиданий других людей, что мы являемся кем-то, кем на самом деле мы не являемся. В ответ на это мы прячем свою нарциссическую рану и занимаемся всевозможными делами со своим ложным «я» (*false self*), или же нас парализует, в зависимости от нашего характера. Однако существует предел, за которым наше ложное «я» не должно функционировать. Терапия – это то место. Клиент часто приходит под ложным прикрытием, но надеется, что его настоящее «я» будет замечено, встречено и ему помогут выйти на поверхность. В своей реальной жизни терапевт имеет хорошие шансы помочь клиенту. Однако если он действует от своего ложного «я», остается ощущение, что что-то не получилось, что этому не хватило аутентичности,

Для полноценного, формирующего обучения среда супервизии должна, прежде всего, обеспечивать безопасность, уважение и признательность к личности терапевта, независимо от того, поступает ли он правильно или неправильно. Такие условия позволяют подлинному «я» раскрыться, довериться и показать себя. В то время как я проходила супервизию у Дэвида Кэмпбелла, а также других супервизоров на воркшопе по супервизии в Европе, а также во время обучения Фрэнка Хладки в Бразилии, я чувствовала благоприятную атмосферу, в которой можно было развить доверие к моей новой личности терапевта, которая формировалась и развивалась, приобретая структуру. Для меня стало естественным принимать свою интуицию, создавать контакт, быть в состоянии присутствия во время сессии, а когда наступало время объяснить свою работу, интуитивно связывать теоретические знания с тем, что было сделано на сессии.

По моему опыту участия в семинарах по супервизии в Европе, в группе участников вначале выделялось время на проработку любых проблем, которые могли повлиять на согласованность (*matching*) процессов клиента и терапевта. Эти благие усилия способствовали снижению уровня беспокойства и помогали создавать чувство базового доверия. Я считаю, что это та благодатная почва, на которой может прорасти самое важное в обучении: научиться быть самим собой.

ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМА И ЦЕННА ЖИВАЯ СУПЕРВИЗИЯ?

Когда мы «приносим» случай на традиционную супервизию, нам могут помочь в наших психических и энергетических процессах, но то, что мы при этом слышим, – это выводы и восприятия супервизора, основанные на том, что мы решили рассказать, или на материале, к которому мы сознательно имеем доступ. Во время живого сеанса все видно: энергетическое движение, поток, понимание случая, качество контакта, перенос и контрперенос, чтение тела и диагностика тела, как задаются вопросы о личной истории, какие темы выбирает терапевт и каких тем он избегает и почему, выбор техник работы с телом и т. д.

Так, когда я только начала участвовать в европейских воркшопах по супервизии, я получила важнейшую обратную связь от одного голландского терапевта: всякий раз, когда я хотел центрироваться, я чрезмерно заземлялась (*over-ground*), что делало меня буквально пригвожденной к месту, а моя энергия замедлялась. Она предложила мне двигаться, «выпрыгнуть из системы» (“jump out of the system”). С тех пор это весьма проницательное наблюдение изменило мою работу. Ведь я компенсировала свой особый способ обращения со своей энергией, проявляя более глубокое сочувствие в одни моменты и более тесный контакт в другие. У меня есть определенная склонность к чрезмерному использованию этих способностей, и если бы меня кто-то не предупредил о том, что я делаю, я не знаю, как бы я изменила эту модель поведения.

Когда терапевт осознает свои защитные модели и способен изменить качество энергии, он в меньшей степени определяется характерологическими проявлениями. Понимание и контакт дифференцируются и не используются для компенсации, а становятся эффективными терапевтическими инструментами. Тогда угроза сговора (*collusion*) будет устранена. В сговоре клиент и терапевт могут быть вполне довольны друг другом, но прогресса в терапии не будет.

Я считаю, что живая супервизия в присутствии группы коллег и с супервизором-координатором является одним из тех элементов, которые способствуют столь необходимой уверенности в себе для сдачи практических экзаменов, чтобы стать СВТ. В группе, которую я курировала в своем кабинете до 1993 года, клиентом, пришедшим на сессии, был клиент коллеги или клиент другого терапевта, которого также приглашали наблюдать за сессией и осуществлять супервизию. Сессия и, возможно, некоторая обратная связь происходят в один день, а на следующей неделе супервизия возобновляется, рассматривая различные моменты процесса, множество возможностей, выбор, трансферентные чувства и возможные контрпереносные проблемы, которые могут возникнуть во время и после сеанса.

В долгосрочной перспективе клиент и постоянный терапевт получают пользу, потому что, когда мы наблюдаем, как нашего клиента терапевтирует кто-то другой, и воспринимаем разные точки зрения, загорается свет, как будто открывается новое поле зрения, чтобы обеспечить непрерывность регулярной индивидуальной терапии. Нашему нарциссизму может быть брошен вызов, когда мы предлагаем нашему клиенту принять участие в групповой супервизии. Двойная интимная атмосфера индивидуальной терапии временно прерывается. Конечно, для клиента в конкретный момент не всегда может быть полезно или целесообразно нарушать защиту индивидуальной терапии. Например, пограничный клиент, нуждающийся в длительной и устойчивой доверительной связи, может оказаться неподходящим для такой работы, а другие клиенты могут подвергаться риску на начальных этапах терапии.

Однако, рано или поздно, многие терапевтические процессы могут получить пользу от такого «отлучения», вплоть до раскрытия соответствующих характерологических защит клиента при их усилении. Например, оральная

проблематика, которая была скрыта, может выйти на поверхность или принять форму сопротивления, или проявиться в контр-зависимости, действуя как отрицание, поверхностность, агрессивное или сексуальное отыгрывание.

Другой практикуемой альтернативой живой супервизии в программах обучения является включение супервизии в обстановку индивидуальной терапии. Я считаю, что введение супервизора здесь еще более проблематично, потому что третье лицо вводится в среду, которая раньше была эксклюзивной, защищенной диадой. Интимность обстановки нарушена. Клиенту кажется гораздо менее тревожным сессия с другим терапевтом, поскольку исходная обстановка сохраняется. Возможно, именно поэтому мы сталкиваемся с таким сильным сопротивлением со стороны обучающихся терапевтов, желающих привлечь супервизора к своей индивидуальной работе с клиентом. Нам необходимо переоценить уместность этого процесс в нашем обучении. Аудио-или видеозапись сессии гораздо менее проникающая.

И перенос, и контрперенос могут быть изменчивыми проблемами в супервизиях, в которых супервизор вводится в обстановку индивидуальной терапии. Почему терапевт выбрал супервизию с этим клиентом? Гарантирует ли процесс с этим клиентом успех терапевта или этот выбор совершен потому, что терапевт испытывает трудности и нуждается в помощи? Здесь взору супервизора открывается близость терапевта и клиента. Может показаться, что властная позиция терапевта передается супервизору (если не для терапевта, то в глазах пациента), что дает возможность работать над демистификацией и деидеализацией образа терапевта. Но подходящее ли это время для деидеализации терапевта и не слишком ли резким будет этот процесс?

Как изменятся отношения после появления этой третьей стороны? Возможно, ничего явного не случится, но будет ли терапевт чувствовать себя менее комфортно в течение следующих недель? Будет ли терапевт чувствовать, что за ним наблюдают в его собственном кабинете, или даже почувствует ограничение своей инициативы и спонтанности? Будет ли терапевт покорным (*submissive*), склонным подчиняться или, напротив, бунтовать в отношении супервизируемого материала? В таком случае, обратная связь, полученная от супервизора будет приниматься или отвергаться?

Это темы, с которыми терапевту придется иметь дело в личной терапии и при обсуждении проблем переноса со своим супервизором, поскольку они мобилизуют нарциссическую рану терапевта и соответствующие защиты от нее. Следует обратить внимание на базисные, глубинные (*primitive*)² чувства соперничества и кастрации, особенно если терапевт и супервизор одного пола. Если эти реакции остаются бессознательными, терапевт, скорее всего, не усвоит то, что сказал ему/ей супервизор. По крайней мере, некоторые из этих проблем

2 Характеристика *примитивный* в английском языке имеет смысл «первоначальный, базисный, архаический» (относящийся к ранней стадии эволюционного или исторического развития чего-либо), а не «отсталый, незамысловатый, упрощенный, ограниченный», как в русском языке.

могут вызвать проблемы также и в живой супервизии. Часть нашего обучения требует успешного преодоления этих терапевтических опасностей.

Безопасная обстановка – лучшее место для клиентов и супервизируемых. Если супервизор устанавливает некоторые условия и каждый участник вначале принимает этот контракт, я полагаю, что тогда всем легче рисковать, ошибаться и учиться. Ошибки – это возможности для улучшения или, возможно, шанс сделать что-то новое, по-другому. Если супервизор берет на себя роль предотвращения ненужных рисков для клиентов из-за беспокойства или неопытности терапевта, вся обстановка становится более расслабленной. Не всегда легко найти лучший диапазон стресса. Хотя работа под давлением (*under pressure*) может быть полезна для выявления черт характера стажеров, она не способствует экспериментированию, творчеству и спонтанности.

Живая супервизия предполагает этическую ответственность. Когда сеанс развивается таким образом, что может причинить вред (*harmful*) клиента, я считаю, что тогда супервизор обязан вмешаться и завершить сессию, чтобы помочь клиенту выйти из процесса, по крайней мере, организованно, заземленно и в контакте с реальностью. При этом следует быть осторожным, чтобы не нанести урон репутации терапевта, не дисквалифицировать (*disqualify*) его по его собственному мнению и перед клиентом. Положение супервизора очень деликатное, и надо использовать себя и свою энергию достаточно бережно, но решительно. Следует вступить в процесс, если:

1. Терапевт не смог справиться с проблемой, и клиент теряет контроль.
2. Терапевт поднял больше содержания или мобилизовал больше энергии, чем клиент может выдержать, и терапевт этого не воспринял.
3. Клиент проявляет признаки дезорганизации, теряет контакт с терапевтом и собственным телом, а терапевт придерживается подхода, усугубляющего проблему, то есть мощных телесных техник, не осознавая состояния, в котором находится клиент. С другой стороны, если сеанс не увенчался успехом из-за того, что клиент остается в защите, а терапевт не противостоял защитами, это не представляет опасности для пациента.

ОТЧЕТЫ УЧАСТНИКОВ

Я включила в это исследование отчеты участников о живой супервизии³. Первый, второй и четвертый отчеты были фиксировались во время процесса, и наиболее значимые части были обработаны для изложения здесь. Третий отчет был написан терапевтом клиента, которому была оказана помощь. Она сама является членом супервизионной группы.

ОТЧЕТ 1:

О: Что для вас значит участие в супервизионной группе параллельно с биоэнергетическим тренингом?

3 Далее в диалогах О. – это Одила, М., L. – терапевты-участники группы, S. – супервизор.

М: Это был очень богатый опыт. Я приобрела цельность и основательность (заземленность), чтобы стать терапевтом. Когда я начала работать в этой группе, у меня уже закончился период, когда я хотела бросить обучение. У меня не хватило смелости практиковаться на обучающих семинарах. Страх! Я очень боялась критики. Не то чтобы это была деструктивная критика, но я была напугана из-за того, что моя семья подвергалась чрезмерной критике. Помню, как я очень волновалась, когда увидела здесь своего первого клиента. На втором я уже была более расслаблена. Я не знаю, сколько сеансов я провела здесь, но помню, что на последнем я сказала той клиентке, которая оказывала сопротивление всем моим предложениям, я сказала ей, что она может оставаться со своей проблемой, и я перестала прилагать усилия. Я просто завершила, я действительно владела тем, что сделала. Это было действительно хорошо для меня, и заставило меня успокоиться. Не нужно зависеть от того, что я сама об этом буду думать, я имею в виду, проведу ли я сессию хорошо или нет. Конечно, есть желание сделать это красиво. Однако было очень важно уважать себя в тот момент. Я показала то, что должна была показать. Я думаю, это был великий поворотный момент. Я стала увереннее, я почувствовала, что смогу преодолеть мои страхи, с вашей поддержкой и поддержкой группы. Я чувствовала, что это более безопасное пространство, более защищенное, и чем меньше группа, тем теплее для меня работать, чтобы я стала сильнее, чтобы идти дальше в те джунгли ... в то время я воспринимала свою трениговую группу как джунгли и была до смерти напуган. Кажется, я не могу выразить словами, насколько это было важно из-за того, что я узнала, как мне помогли ... из-за того, что ты всегда присутствовала, приняв меня с моими страхами, такой, какой я была.

О: А как насчет еженедельной частоты супервизий, как это помогло в отношении обучающих семинаров, которые проводились раз в месяц?

М: Да. Это действительно важно. Я не знаю, удалось бы мне установить такой хороший контакт и был бы он таким же плодотворным, если бы сеансы проходили реже. Я думаю, что раз в неделю идеально. И группы не должны быть слишком большими.

О: Я думаю, что шесть-восемь человек – хорошая группа, потому что она предлагает сочетание разнообразия и достаточно места для всех.

ОТЧЕТ 2:

Дополняя высказывания М., которая выступала в качестве терапевта в супервизии, посмотрим, что говорит С.

С. не была членом группы супервизии, но была готова привести клиента в группу для супервизии, и тогда терапевт М. пригласила ее наблюдать за сессией и дать последующие комментарии.

О: Почему вы выбрали именно этого пациента?

С: Она только начала терапию. Она изучает психологию (студентка), и ей было интересно узнать этот процесс. Интересно, как она взаимодействовала со

мной в нашей регулярной терапии через сотрудничество и встретила здесь с более старшим по возрасту человеком, с которым вошла в негативный перенос.

О: Это было неконструктивно для нее?

С: Нет. Работая здесь, она оставалась негативной, но в целом дела у нее шли неплохо. Перенос здесь совершенно отличался от того, что был со мной. Здесь она представила другую сторону, отличную от той, которую она показывала на наших регулярных терапевтических сеансах. Возможно, из-за того, что она познакомилась с группой и благодаря образу терапевта, ее защита стала очень четкой: ее улыбка, скрытая за слишком большим количеством слов, никакой эмоциональной связи.

Способ защиты моей клиентки раздражал терапевта М.; было интересно наблюдать со стороны за реакцией, которую клиент вызывает у другого человека. Терапевт говорил о теме, которую поднял пациент, несмотря на то, что чувствовал, что эта тема не затрагивает клиентку по-настоящему. Позже М. предложила провести телесную работу, и в ходе этого стало приходить в голову кое-что еще. Клиентка стала более беспомощным в положении на биоэнергетическом стуле. Она отказалась продолжать. Она встала. М. предложила другие способы продолжать работу с телом, но не согласилась ни на одно из предложений терапевта. Она стала закрываться и сказала, что хочет только поговорить. В то же время неосознанно ее рука указала на табуретку. Было еще кое-что, что проявилось в работе с телом. Чувства!

О: Вам было важно соблюсти эту двойственность, чтобы она говорила о чем-то, а что-то другое показывала?

С: Было очень интересно наблюдать, как ей удалось вовлечь М. в то, что она говорила, что было сильным содержанием, но не присутствовало в ней эмоционально, как ей удавалось уходить от смысла таким образом. В продолжении моей работы с ней это было очень важно: надо было следовать не за тем, что она привносила явным образом, а за тем, что она показывала своим телом.

О: Значит, она могла бы использовать тот же механизм, что и вы, в вашей терапии?

С: Она так себя и вела. Но это было не так ясно, потому что у нее было больше соучастия со мной. Судя по всему, она пошла бы в работу с телом, но «на самом деле» этого не делала. Она отделила это от смысла.

О: Благодаря «борьбе» здесь с терапевтом М., с негативным переносом, это стало более очевидным.

С: Самая большая ценность заключалась в том, чтобы осознать, чего мне не следует делать, насколько осторожно мне следует с этим быть. Я видела, как ей удавалось раздражать М. своими диссоциированными сообщениями, которые она отправляла, говоря, не касаясь своих эмоций, и показывая что-то другое с помощью языка тела.

М: В тот момент, уважая клиентку, осознавая, что она не хочет продолжать, я сказала клиентке : «Все в порядке, давай закончим работу». С

начала сессии прошло около 25 минут. Все это стало очень очевидным, и я потом получала удовольствие от обсуждения, потому что все было очень ясно. Был перенос, контрперенос.

В разговоре, который у нас состоялся потом, М. сказал: «Она не хочет этого делать, не будет этого делать, а я не хочу утомлять себя».

КОММЕНТАРИИ ПОСЛЕ СУПЕРВИЗИИ:

На этом сессии терапевт М. работала над отношением к своему характеру. Она отказалась от своей обычной позы «хорошей матери», и это оказало освобождающий эффект, как мы видели в заявлении М. В предыдущих супервизиях терапевту приходилось воплощать «хорошую мать». Это служило защитой ее неуверенности и страха совершить ошибку. Этот сеанс с негативными чувствами с обеих сторон был продуктивным, потому что он был подлинным. То, что произошло на фоне работы С., способствовало дальнейшей индивидуальной терапии на благо клиентки.

То, что произошло на сеансе, связано с поведением клиента в жизни. Она встала маленькой девочкой, заложив руки за спину и слегка повернув тело.

С: Я боялась, что пациент после этого не вернется к индивидуальной терапии. Произошло обратное. Она вернулась, чувствуя себя очень злой, но мало-помалу она соприкоснулась с ощущением того, что произошло в супервизии: как ее двусмысленное отношение приведет к тому, что другой отреагирует таким образом, что ее желания не будут удовлетворены. Ее тело показывало одно, ее слова говорили о другом, заставляя другого раздражаться, бросать ее.

Этот пример показывает, что сеанс живой супервизии, который не является совершенным, учит многому и может представлять собой необходимый шаг в развитии и росте терапевта. Я решила прокомментировать этот сеанс, в частности, с точки зрения супервизируемого терапевта и индивидуального терапевта, потому что он показывает ситуацию, вызывающую страх, которая привела к удовлетворительному финалу.

Вмешательство супервизора не потребовалось, так как клиентка была вполне четко выражена в своих защитах и ни на секунду не отпускала их. Терапевт М. после этого шага почувствовала себя свободнее работать в присутствии группы. Следующим ее опытом супервизии стал экзамен на квалификацию СВТ, на котором она получила одобрение. Она преодолела свой страх провести сессию, который показался ей неприятным. Позже этот опыт помог ей оставаться самой собой, даже когда за ней наблюдали.

ОТЧЕТ 3:

Еще одна участница решила письменно сообщить о своем опыте проведения супервизии:

Я пишу об очень полезном опыте, где я участвовала примерно примерно в десяти встречах. Была очень особенная атмосфера уважения к индивидуальным различиям каждого профессионала, включая супервизора, где пространство было открыто для различных самовыражений и видений, для линий разных способов мыслить, различных путей проведения терапии, до тех пор, пока не будет получено всестороннее и совместное закрытие каждой темы-вопроса. Отсутствие требований подчеркивало свободу течения моих мыслей. Была возможность понять и задать вопросы.

Живая супервизия помогла расширить мои представления как психотерапевта, так и человека, а также помогла мне более осознанно противостоять страху разоблачения себя, потому что я фактически чувствовал, что намерение состояло в том, чтобы занять пространство для роста без нападков. Никаких испытаний или дознания, но с ощущением границ; группа имела объективное направление, ориентированное на ясность и расширение знаний. Лишь одно критическое замечание: не присоединилась раньше!

Мой первый контакт с группой произошел еще до того, как я присоединилась к ней, точнее, когда я привела клиента на сессию с одним из терапевтов в режиме живой супервизии. Мой клиент согласился, потому что он был готов столкнуться с новыми проблемами в своем процессе, и он действительно взялся за это сразу. Он не психолог.

Моя интуиция подсказывала мне, что то, что он раскроет себя в присутствии группы женщин, весьма мобилизует его, но это вышло за рамки того, что я мог себе представить. На этой сессии был поднят переносной материал за почти 3-месячную работу. Наблюдение за моим клиентом, с которым работал другой специалист, помогло мне увидеть свои «слепые пятна» и проблемы контрпереноса, а также убедиться, что защита его тела радикально изменилась перед лицом неизвестного, что сильно отличается от того, что произошло в моем личном кабинете. Сегодня стало намного яснее, почему я выбрал этого клиента для включения в эту группу. В его отношениях с женщинами был решающий момент. Будучи мужчиной и после встречи с таким количеством женщин в этой комнате, в открытой позиции пациента, его ужас и недоверие к женской фигуре могли проявиться. На сеансе под супер терапевт помог ему установить контакт со своей собственной силой посредством работы по заземлению, фокусировки глаз, контакта со своей осью и выражения гнева. Эта работа продолжалась в том же духе в его индивидуальной терапии еще несколько месяцев. В ходе последующего терапевтического процесса пациент сумел овладеть своей мужской силой и начал чувствовать себя достаточно интегрированным, чтобы установить стабильные отношения с женщиной. Он был доволен результатами, и поэтому мы прервали терапию.

ОТЧЕТ 4:

Этот последний отчет принадлежит терапевту Л., которая работала с клиентом, упомянутым в предыдущем отчете, на групповой сессии. Через

неделю эта сессия подробно обсуждалась на последующей встрече группы. Как обычно, сначала терапевт рассказала о своем внутреннем процессе: о том, что она чувствовала и думала до, во время и после сеанса, затем коллеги по группе высказали свои комментарии и впечатления о работе, а затем супервизор высказала свои соображения.

Л: Прежде чем говорить об этом случае более конкретно, позвольте мне рассказать вам, чего я ожидала, когда обратилась к вам за супервизией. На биоэнергетическом тренинге я переживала то, что супервизор говорил мне, каким путем мне следует идти с точки зрения работы с телом и энергии. Внутри у меня было такое ощущение, что я не могу понять, почему я должна делать то, что мне говорят. Критика в мой адрес звучала так: «Отпусти свою голову и позволь своим чувствам вести тебя». Я действительно запуталась. Либо я пыталась использовать голову и меня парализовало в действиях, либо я следовала интуиции, но не имела понимания, что делаю. Я пришла в эту группу, чтобы найти эту интеграцию. Вы мне действительно очень помогли, когда после сеансов мы обсуждали работу, и в дискуссиях вы меня спрашивали: «Почему ты не пошла этим путем, или почему ты пошла тем путем»? Ну а если ты пошла этим путем и зашла в тупик, как ты сможешь найти путь снова? Что ты могла бы сделать, чтобы исправить минутную ошибку? У меня появилось такое чувство, что неправильные шаги можно исправить. Это потому, что если вы допустили ошибку в начале, это не значит, что отсюда не было выхода. Вы могли спросить меня: «Почему ты побоялась идти этим путем?». Такой тип рассуждений мне очень понравился, и сегодня я думаю, что это одна из моих сильных сторон, именно это проявилось на моем экзамене. Правильно ли я что-то делаю или нет, я постоянно об этом размышляю. Если что-то не получится, я могу подумать об этом и найти другой путь.

В частности, в случае с мужчиной, с которым я работала здесь, я помню, что сделала слишком много вещей. Это была хорошая сессия, но у меня были ожидания оценивания, и я немного погрузилась в создание перфоманса. Я работала над темой боли в центре его груди и большого напряжения на плечах сзади. Сначала с заземлением и контактом, затем с ритмичными ударами ногами, чтобы он мог разрядиться и почувствовать уверенность в себе. Но я помню, что в конце он все еще переваривал, интегрируя это ощущение потока внутренней энергии, соединяющего грудь и таз, и слишком скоро я попросила его открыть глаза и установить со мной контакт. Это была моя потребность сделать все сразу. На этой сессии я достигла очень хорошего результата. Когда я предлагала ему слова, которые следует произносить во время упражнения ногами, ему удавалось выполнять упражнения с такой энергией, что его терапевт впоследствии заметила, что никогда не видела, чтобы этот клиент делал агрессивные движения с таким чувством. Я считаю, что одна из наших трудностей – попытаться «сделать все» всего за одну сессию. Это не похоже на индивидуальную терапию, где вы делаете один шаг и у вас есть уверенность,

что вы сделаете еще один шаг на следующей неделе. Здесь вы хотите сделать все, что вы можете сделать для этого человека.

О: В этом тексте я говорю, что примером для подражания, который был для меня очень важен, был Фрэнк Хладки (Frank Hladky). Он говорил, что за сеанс терапевт помогает клиенту сделать ОДИН шаг в процессе его развития. Терапевт может визуализировать следующие шаги и говорить об этом на супервизии, но ему нужно сдерживать свой импульс, потому что он может рассеять эффективность работы, либо делая слишком много вещей, либо торопя клиента. Очень помогает понимание времени клиента.

Л: Этот опыт был очень важен для меня, чтобы осознать, что является значимым шагом для клиента, и какова моя потребность, которая импульсивно проявляется в сессии. Вы действовали во время супервизии в смысле развития, понимая, на каком этапе находился каждый из нас, терапевтов, и как предпринять шаги к нашему личному развитию. И то же самое для клиента.

Примечание о том, как я понимаю развивающий подход в биоэнергетическом анализе:

Терапевт стремится адаптироваться к клиенту в том смысле, который описал Д. Винникотт. Он воспринимает клиента на основе анамнеза, а точнее по качеству пульсации, которая устанавливается после мобилизации энергии, какую стадию развития переживает сейчас клиент. Полное развитие каждого из нас задерживалось на нескольких этапах нашей жизни. Думая таким образом, мы можем спросить себя: «Сколько лет этому человеку, который так говорит, принимает такую позу и имеет такое выражение лица?». Этот вопрос помогает нам сформировать гипотезу, над которой можно работать, и адаптировать нашу собственную пульсацию, тон голоса, ритм и предлагаемые упражнения. Когда клиент на телесном уровне чувствует, что его понимают на этом уровне тоже, появляется больше шансов смягчить защиту и довериться этому терапевту, даже если он был незнаком ему. Как только это базовое доверие установлено, мы можем наблюдать защитную диссоциацию и справляться с ней. Например, содержание истории не сочетается с тоном голоса, хрупкостью ног, маской на лице, энергетическим разделением в теле, переломами оси тела и т. д.

Остановленное развитие можно сравнить с фильмом, остановившимся во времени. Если мы войдем в резонанс с клиентом, этот фильм можно снова привести в движение, и парализующая травма постепенно растворится. Мы наблюдаем этот эффект, когда энергия, которая была парализована, течет свободно, стекает по ногам, переполняет лицо светом, а глаза становятся ясными и сосредоточенными. Для достижения такого эффекта сеанс не всегда должен быть шумным или вызывать сильный катарсис.

Если развитие было остановлено на прегенитальной фазе, то при работе на этой стадии, когда энергия высвобождается вниз, она стекает в таз, активируя гениталии. На этом этапе терапевт должен быть внимательным, чтобы не инфантилизировать клиента. Терапевт снова адаптируется к

генитальному уровню со своей собственной пульсацией, энергетическим состоянием, идеальной дистанцией, тоном голоса и позой, не отвергая при этом контакт. Было бы полезно обратиться к превосходной статье Вирджинии Винк Хилтон, опубликованной в Журнале биоэнергетического анализа ПВА, том 3, 1987, о сексуальном переносе и контрпереносе.

С другой стороны, терапевт, который пытается работать с эдипальными темами, когда энергия удерживалась в блоках на более ранних стадиях, получит содействие от ложного «я» клиента, которое попытается вызвать движения и чувства, желаемые терапевтом. Или в структурах с более хрупкими границами мы увидим признаки деструктуризации личности: дезориентацию, энергетический коллапс, тусклость в глазах, отключение и т. д. Это признаки того, что генитальная энергия мобилизована в избыточном количестве без проработки предыдущих блоков. Система становится перегруженной. В этом состоянии иногда происходит драматический катарсис, но для гармоничного роста человека я думаю, что этот катарсис имеет сомнительную ценность.

В заключение я напомним мысль Фрэнка Хладки о том, что хорошая сессия – это та сессия, которая помогает клиентам сделать один шаг в процессе их роста.

Я вовсе не намереваюсь исчерпать эту тему, просто приближаясь к некоторым темам, я осознаю ее масштабы и глубину. Я понимаю, что вопросов больше, чем ответов, и надеюсь, что они будут стимулировать новые мнения и вклады в развитие темы.

Библиография

HALEY, JAY. Problems in the training of therapists. In: Family Psychotherapy, A Problem Centered Approach. В. Horizonte, Interlivros, chapter 7, 1979.

HILTON, VIRGINIA WINK. Working with sexual transference. In: Bioenergetic Analysis, The Clinical Journal of the IBA, vol.3, n 1, 1987.

SHAPIRO, BENNET. Giving the Devil his due: Energizing the negative can be positive. In: Pacific Northwest Conference Manual, 1990.

Перевод и примечания: Светлана Динабург, Пермское общество биоэнергетического анализа, 2024.