

## ГРАНИЦА ОТВЕТСТВЕННОСТИ ПСИХОЛОГА И КЛИЕНТА: КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ СИЗИФОВ ТРУД?

**Бычева Елена**, доктор психологии,  
старший преподаватель кафедры психологии  
КГПУ им. И Крянгэ

### **Summary:**

The article describes the important concepts such as the responsibility of the psychologist and the client. Noted aspects that help to understand the psychologist border liability - in terms of direction and policy work with the client; from the point of view of professional ethics, which takes responsibility for the psychologist, the client; in terms of strategy - or psychological counseling. We consider such a thing as a psychotherapeutic contract, the main points of the contract and its utility to determine the responsibility of the client and the psychologist.

### ***Ключевые слова:***

Ответственность, процесс психотерапии, этика работы психолога, зоны профессиональной компетентности, сферы ответственности, психотерапевтический контракт.

Понятие «ответственность» в нашей культуре весьма актуальное и значительное. Наша культура пропитана понятие ответственность. Практическая психология, в этом плане – не исключение. Психолог отвечает за клиента, за его эмоциональное состояние, за его продвижение в решении сложностей, за то, что бы сделать человека лучше, счастливее. А иначе, зачем же идти к психологу, правда?

Когда я начинала глубоко изучать гуманистическое направление психотерапии, и к нам приезжали зарубежные тренеры, они удивлялись: так много активности у ваших психологов? У вас самих даже больше желание что-то делать с проблемой клиента, чем у самого клиента! Парадокс! И парадокс этот заключается в том, изменяться может тот, у кого больше к этому интенций и намерений, и если это не клиент, а психолог, то последний будет тащить клиента в изменения.

У американского психолога Лангле (1995 г.) было исследование в доме престарелых, о внимательном и невнимательном способе жить. Так вот внимательность с одной стороны определялась как заинтересованность и включенность в происходящее, с другой стороны как

ответственность за себя, и за других. Люди с внимательным способом жить жили дольше и счастливее, меньше болели, так как у них была ответственность и свобода выбора. Вывод, человек сам способен взять ответственность за свою жизнь и сделать ее лучше. Если же за него решают, в том числе про то, что ему будет лучше – он перестает отвечать за себя, а зачем, ведь есть кто-то кто лучше знает то, как мне лучше.

Итак, давайте разберемся, что же такое ответственность и в чем все-таки заключается ответственность психолога перед клиентом. С точки зрения гуманистического подхода, ответственность имеет три аспекта:

1. Ответственность определяется направлением, в котором работает психолог, и она будет больше, чем более директивно работает психолог.

С точки зрения гештальт-терапии, ответственность делится ровно 50% на 50%. И это означает, что даже при супер профессиональной и точной работе психолога результат может свестись к нулю из-за нулевой работы клиента. Потому что клиенты ждут "волшебной таблетки".

Встреча в кабинете психолога – это встреча двух независимых, самостоятельных людей. И что психолог не очень-то может нести ответственность за клиента просто в силу того, что это означало бы – принимать за него решения. Ведь нести ответственность можно только за какое-то решение. И если один человек решает действовать или не действовать каким-то образом, то при чем тут другой человек?

Психолог отвечает за то, что он делает с клиентом: за те решения, которые принимаются в ходе консультирования, за те техники, которые используются, за формулировки и прочие свои действия. При этом, психолог, правомерно ожидает что клиент будет заинтересован в решении своей проблемы и будет активно прилагать к этому усилия. Будет содействовать в деле изучения того, как происходит его «болезненный процесс», клиент даст знать когда "для него слишком".

2. Ответственность вполне устойчивое понятие с точки зрения деонтологии:

За что берет ответственность психолог:

- Организация пространства и время;
- Давать место клиенту столько, сколько ему, клиенту нужно;
- Отслеживание и регулирование собственного эмоционального состояния;
- Ответственность за прояснение непонятного: абстракций, уточнение фактов, состояний клиента, смыслов.

- Ответственность за то, что бы сфокусировать клиента и взять запрос, и далее работать в соответствии с запросом клиента, а не собственным интеллектуальным или эмоциональным интересом;
- Ответственность при необходимости остановиться и переконтрактировать задачу ;
- Ответственность за то, что бы быть внимательным, к феноменологии клиента, к эмоциональным состояниям, к содержанию и смыслам, которые привносит клиент в сессию;
- Ответственность за форму и содержание обратной связи: что полезно, что не полезно клиенту, что он сейчас в состоянии взять, что не может пока услышать. Для этого полезно задать себе вопросы: я сейчас хочу это сказать, для чего? В чем суть моей интервенции? Как она будет полезна клиенту? Как это соответствует терапевтической задаче? Способен ли клиент это сейчас услышать?
- Ответственность за замедление процесса сессии. Чувства быстро не рождаются, а клиент, порой не может сам остановиться. Сессия, это не бег на быстрые дистанции, и не соревнование в интеллектуальной игре: «кто быстрее решит задачку», люди приходят для того, что бы встретиться с собой, с этого начинается процесс терапии, а для этого нужно замедлиться.

#### За что не берет терапевт:

- За то чтобы осчастливить клиента – только клиент сам знает, что его сделает счастливее.
- За результат и решение – это прерогатива клиента.
- Удовлетворение некорректного запроса («Сделайте так, что бы дочь меня слушалась!», «Я хочу что бы муж вернулся ко мне, поговорите с ним.» и пр.)
- За темп клиента. За свой темп - берем, за то, что бы останавливаться, да. А за то, что клиент спешит – не берем, можем только останавливать его по договоренности и возвращать феномены.
- Не берем ответственность за то, что бы клиент работал и изменялся, человек имеет право знать и понимать, что с ним происходит и при этом не изменяться.

#### За что психолог отдает ответственность клиенту:

- За тему, с которой приходит клиент. И она может быть каждый раз разная (fresh fish);
- За сформулированный запрос;

- За открытость и честность;
- За темп изменений;

3. С разными клиентами и случаями и при разных стратегиях – ответственность будет другая.

Нужно смотреть, за что ответственный психолог с данным клиентом и до 1-й встречи не обещать за что. Это как в притче: идут два путешественника подходят к старцу и спрашивают, сколько времени им понадобится, что бы добраться до города? А он им отвечает – идите. Люди обиделись и пошли, а он им вдогонку – вам нужно 2 часа. Тогда они остановились и спрашивают: «Что же ты раньше не сказал?» Он в ответ: «Так мне нужно было увидеть, как вы идете». Мораль этой притчи такова, пока мы не увидим, как движется клиент, в понимании своей темы, как устанавливает контакт с психологом, как идет процесс взаимопонимания, трудно брать ответственность за количество времени, в которое произойдет существенное изменение.

На распределение ответственности влияют следующие факторы:

- Время – чем меньше времени для терапии или консультирования, тем более директивен психолог;
- Характерология психолога, его директивность, темп и пр.
- Характерология клиента: все решают, как мне жить, доктор, вот вы мне скажите, как мне стать счастливым? В этом случае больше даем ответственности и обращаем внимание, что он таки ее не берет и передает психологу.

Гештальт-терапевт отказывается от роли "изменятеля" в пользу другой стратегии, которая заключается в том, что терапевт поддерживает, и даже настаивает, на том, чтобы клиент был там, где он есть и тем, чем он является. Он верит, что изменение не случится в результате "старания", принудительного усилия или убеждения, либо в результате инсайта, интерпретации, или любого другого подобного средства. Наиболее вероятно, что изменение может произойти, когда человек отказывается, по крайней мере на секунду, от желания стать другим и старается быть тем, кто он есть. Предпосылка изменения заключается в том, что клиент должен находиться в точно определенном месте для того, чтобы иметь твердую опору, позволяющую ему двигаться, потому что без такой опоры двигаться трудно или невозможно.

Что бы границы ответственности были ясными и понятными клиенту, психолог с клиентом заключают контракт на предстоящую деятельность, этот контракт еще называется –

«психотерапевтический контракт». «Психотерапевтический контракт» используется для обозначения согласованного набора ожиданий в отношении процесса и результатов консультирования, который вырабатывается совместно консультантом и клиентом. В этом контракте оговорены разные стороны их совместной работы – технические, этические, психологические:

Время и место встреч – периодичность встреч, длительность консультации

Оплата услуг – форма оплаты, сумма за встречу и пр.

Цели работы – предполагаемый результат, ожидания клиента, возможности психолога, формы работы с клиентом (психолог может кратко рассказать какие направления и техники использует в своей работе).

Этические принципы, на которые опирается психолог – конфиденциальность информации услышанной от клиента; безоценочность по отношению к клиенту; степень открытости, которую выбирает сам клиент; ответственность за принятый выбор, который делает сам клиент, психолог не может знать как лучше другому человеку; доверительности, о том, что психолог не собирается специально причинять боль, но если это произойдет, про это важно проговорить друг с другом.

Особые условия:

Оговариваются, что делают клиент и психолог в случае опоздания, пропусков; в случае болезней или непредвиденных обстоятельств;

Психолог предупреждает, что в работе, с высокой степенью вероятности произойдут моменты сопротивления (когда клиент решит, что все это бессмысленно, что все уже наладилось через 3 встречи), в этом случае тоже необходимо прийти и проговорить что вызывает сопротивление. Так как сопротивление, это важный показатель либо того, что работа не полезна клиенту, либо что дошли до определенной глубины в работе, эти места необходимо обработать, осознать и совместно решить, как поступать дальше.

Важным пунктом контракта является договоренность о завершающей встрече. Завершающая, последняя встреча необходимо клиенту и психологу для подведения итогов, анализа работы, для ассимиляции опыта клиентом, и завершения психотерапевтических отношений. Это особенно пункт контракта, так как для всех клиентов важен опыт хорошего завершения отношений, а некоторые этот опыт, порой, могут получить только в кабинете у психолога.

Как видим, психологический контракт на предстоящую деятельность предусматривает различные стороны взаимодействия и распределяет ответственность между психологом и клиентом, делает ясным цели взаимодействия, прозрачной работу, очерчивает зону компетентности и делает возможность оставаться в профессиональной позиции, даже при эмоциональном погружении в темы и переживания клиента.

То, что бы предупредить сизифов труд (бесполезное таскание клиента в свое, а не его, светлое будущее) важно:

Быть внимательным по отношению к себе: понимать зону своей компетентности. Ловушка может заключаться в том: «вот сейчас не помог – уйдет и расскажет всем, какой я плохой психолог». Что бы не попасть в эту ловушку помогает рефлексия собственной профессиональной деятельности, формированию которой способствует супервизия (разбор сложные случаев с более опытным коллегой) и интервизия (разбор сложных случаев и профессиональная поддержка коллег, равного уровня).

Быть внимательным и уважительным по отношению к клиенту: слушать и слышать, что он хочет и куда приглашает, в какой «танец» зовет.

Понимать, что клиент не дефектный, с испортившейся функцией, не инвалид умственного труда, а человек, способный осознать свою трудность и что-то сделать сам для себя.

А ответственность психолога – помогать осознавать трудность и находить возможности ее преодоления.

### **Библиография:**

1. Бычева Е. Как формировать психологическое мышление у студентов: принципы, стратегии, техники. В: Formarea competențelor de rezolvarea a problemelor psihologice în procesul instruirii inițiale și continue a psihologilor, 2014, p.145-174.
2. Долгополов Н. Супервизия. В: Российский гештальт, 2014, с. 60-81.
3. Лэнгле А. что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций. Москва: Генезис, 2009. 235 с.