

# Учебная супервизия как фактор повышения осознанности в будущей профессии у начинающих психологов

Е. В. Тельманова<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Московский институт психоанализа  
121170, Россия, г. Москва, Кутузовский проспект, д. 34, стр. 14

## Сведения об авторе:

**Елена Владимировна Тельманова**  
e-mail: elenry88@gmail.com

© Автор (2021).  
Опубликовано Российским  
государственным педагогическим  
университетом им. А. И. Герцена.

**Аннотация.** Начинаящие специалисты после окончания учебного заведения не всегда понимают, куда идти и как начинать работу, в чем она заключается, поэтому повышение уровня осознанности в своей будущей и/или настоящей профессии достаточно важный вопрос для профессионального сообщества психологов в целом. Существуют определенные школы, которые обучают специалистов в рамках своих подходов, делая акцент на практические знания. Преподавателями в данных школах чаще всего являются практикующие

специалисты, и среди требований для аттестации студентов стоят обязательные часы личной терапии, практики и супервизий. Но так не везде.

В настоящее время тема супервизии является довольно популярной и безусловно важной составляющей для специалистов, в особенности для начинающих.

Целью супервизии является повышение эффективности работы специалистов помогающих профессий и разрешений трудностей, возникших в практической деятельности. В тоже время супервизию можно проводить не только среди уже практикующих специалистов, но и среди новичков в учебном формате, включая студентов в супервизорскую группу в роли наблюдателя и/или «проигрываая» различные клиентские кейсы для изучения возможных стратегий ведения практических сессий с клиентами и разбором профессиональных трудностей личностного характера, не связанных с личной терапией.

Включение учебной супервизии в образовательный процесс поможет начинающим психологам повысить уровень осознанности, лучшего понимания профессии психолога и себя как личности. Помимо лучшего понимания основополагающих понятий в психологии, выпускники осознают важность супервизии и личной терапии для психологов в их практической деятельности. Профессиональный рост выпускников-психологов благодаря учебной супервизии качественно повлияет на их дальнейшую профессиональную деятельность, так как при проведении учебной супервизии в рамках образовательного процесса они смогут прочувствовать роли как психолога, так и клиента, а также получить обратную связь от супервизора, что в дальнейшем облегчит им практику.

**Ключевые слова:** учебная супервизия, образовательный процесс, студенты-психологи, психология, обучения, практическая деятельность.

# Educational supervision as a factor in increasing novice psychologists' awareness of their future profession

E. V. Telmanova<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Moscow Institute of Psychoanalysis  
34/14 Kutuzovsky Ave., 121170 Moscow, Russia

**Author:**

**Elena V. Telmanova**

e-mail: elenry88@gmail.com

**Copyright:**

© The Author (2021).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

**Abstract.** For recent graduates, it is often not clear how to make their first steps in their profession, how to find a job and what that job would look like. That is why raising professional awareness of aspiring and current psychologists is an important challenge for the industry. There are certain schools that use their own approaches, mostly focusing on practical classes. Most of their teachers are practicing psychologists, and the schools require that students pass a number of hours of personal therapy, practice and supervision before they graduate. However, this is not always the case.

Currently, the topic of supervision is quite popular. It is also crucial for practitioners, especially for beginners.

The purpose of supervision is to increase the effectiveness of professionals' work and to help them resolve difficulties encountered in practice. At the same time, supervision is not only beneficial for practitioners. It can also be used as a training tool, both by including students into the supervising group as observers, by "role playing" various client cases to explore possible strategies for running practical sessions with clients and by discussing professional difficulties of a personal nature unrelated to personal therapy.

Incorporating educational supervision into psychological education will help novice psychologists to increase their awareness and understanding of their future profession and themselves as individuals. In addition to a better understanding of fundamental concepts of psychology, graduates will realise how important supervision and personal therapy are for practicing psychologists. More specifically, educational supervision drives their professional development by giving them the opportunity to experience the roles of both psychologist and client as well as receive feedback from the supervisor, improving the quality of their work.

**Keywords:** educational supervision, education, psychology students, psychology, training, practical activities.

## Введение

Сложные социально-экономические условия современной жизни создают благоприятную почву для роста психоэмоциональной напряженности и частоты расстройств невротического, депрессивного и психосоматического регистров, что определяет необходимость пристального вни-

мания к подготовке специалистов, способных оказать помощь в решении психологических проблем населения.

На сегодняшний день в психологической науке и практике все более востребованным становится такой общепризнанный метод обучения и повышения квалификации специалистов, как супервизия, которая в дополнение к теоретическим и

практическим знаниям, личностной психотерапии, является частью профессиональной подготовки психолога. При этом, несмотря на чрезвычайную актуальность супервизионной помощи, в отечественной психологической практике она все еще недостаточно разработана и остается на стадии развития.

Термин «супервизия», введенный в научный оборот в 30-х годах XX века, традиционно используется в психиатрии, и в переводе с английского означает «способность взгляда вглубь» (Яковлев, Яковлева 2015, 1).

В современной научной литературе все чаще говорится о значении супервизии в системе подготовки и профессионального сопровождения специалистов помогающих профессий: о супервизии в контексте подготовки и сопровождения педагогов, социальных работников, медицинских психологов, ведущих психологических тренингов, психологов-консультантов и др.

В современном мире традиционной информационно-сообщающей системы обучения становится недостаточно для удовлетворения профессионально-личностных запросов в саморазвитии, самореализации. Исходя из этого, современный уровень преподавания психологии не может ограничиваться простым «пересказыванием» информации. Теоретический уровень изучения психологии недостаточен. В процессе обучения необходимо находить возможности и создавать условия для практической ориентации студентов-психологов, чтобы эффективно сформировать профессиональные навыки и профессионально-важные качества.

Своевременное развитие профессионально важных качеств личности студента является чрезвычайно значимым, и задает вектор для дальнейшего профессионального роста и становления специалиста.

В процессе профессиональной подготовки психологов супервизия имеет огромное значение и позволяет, прежде всего, сформировать у будущих специалистов ряд необходимых компетенций, свя-

занных с лучшим пониманием психотерапевтического и психологического процессов, осознанием феноменов собственного внутреннего мира и получением необходимой на раннем этапе профессионального становления психологической поддержки.

Согласно известному отечественному психотерапевту В. А. Ташлыкову, нужно акцентировать внимание не на накоплении техник, а на развитии себя как личности, стремиться к пониманию, узнаванию, совершенствованию себя, исключению того, что служит препятствием в личностной работе с пациентами (Ташлыков 2002).

Психологу-консультанту необходимо постоянно развивать свои знания и навыки, следить за современными технологиями работы, отслеживать и анализировать затруднения, которые возникают у него в работе с клиентами. Также он должен обладать выдержкой, уметь соотносить свое поведение и поступки с моральными, этическими и юридическими нормами.

Личность психолога-консультанта – это основное средство позитивного воздействия на личность клиента. Другими словами, «я-как-инструмент» отражает суть помогающей психологии и является основной техникой психологического консультирования (Митасова, Гафиятуллин 2020).

Обязательным компонентом образа своей будущей профессии является адекватное эмоционально-личностное отношение студента к своей будущей работе, осознание себя в роли профессионала, которое также должно формироваться под руководством специалистов.

Согласно Г. Ю. Любимовой и Л. Б. Шнейдер, этот образ является достаточно конкретным, детализированным, осмысленным, при этом, он формируется еще в начале обучения и обладает относительной стабильностью – от курса к курсу и в ходе дальнейшей профессиональной социализации значительно не меняется. К примеру, и студенты младших курсов, и

выпускники соглашаются с необходимостью наличия у хорошего специалиста-психолога знаний отечественной и мировой психологии, интуиции и дипломатичности (Любимова 2002; Шнейдер 2001).

Подготовить психолога-консультанта не просто, поскольку при подготовке должны учитываться как теоретическую базу, так и практическая готовность психолога-консультанта работать.

При подготовке психологов-консультантов теория и практика должны взаимодействовать. Соединение научных знаний и их практического применения составляет основу подготовки, и одновременно сопряжено с определенными проблемами.

Главные трудности связаны с разработкой программ профессионального образования будущих психологов-консультантов. Общее психологическое образование, которое современные вузы обеспечивают студентам-психологам, как правило, оказывается недостаточным, чтобы качественно проводить психологическое консультирование (Ефименко 2017).

Значимость супервизии в профессиональной подготовке клинических психологов продемонстрирована в работе коллектива авторов Д. В. Лифинцева, А. А. Лифинцевой и А. А. Анцуты по исследованию проблемы психологических границ в области помогающих профессий. Как отмечают исследователи, супервизия формирует у будущих специалистов необходимые компетенции, благодаря которым хорошо понимаются психотерапевтический и психологический процессы, осознается свой внутренний мир. Кроме этого, супервизия дает «возможность получать психологическую поддержку на начальных этапах профессионального становления» (Лифинцев, Лифинцева, Анцута 2020, 97).

Несмотря на значимость супервизии в профессиональной подготовке практических психологов, на сегодняшний день практически отсутствуют научные исследования, посвященные изучению влияния супервизии на развитие профессионально важных качеств практического психолога на этапе профессионального обучения.

## Материалы и методы

В рамках проведения исследования при написания магистерской работы была сформулирована гипотеза с предположением о том, что уровень выраженности профессионально важных качеств в группе студентов-психологов, прошедших курс учебной супервизии, будет отличаться (в сторону повышения) по сравнению с группой студентов, не прошедших учебную супервизию.

Отсюда целью настоящего исследования стало изучение влияния учебной супервизии на развитие профессионально важных качеств практического психолога.

Для того, чтобы провести исследование первично был написан обучающий курс длительностью девять недель для студентов-психологов, выпускников психологических факультетов или специалистов с дипломом, но без опыта.

Задачей курса было дать базовые теоретические знания, такие как изучение клиентских запросов и их виды, понимание структуры консультации, что является инструментарием психолога, и понятие контракта, условий консультации, а также изучить тематики синдрома самозванца, ресурсов, супервизии, интервизии и личной терапии, этических принципов в психологии, понятие «идеального клиента» и пройти опрос «Хочу – не хочу» быть психологом: плюсы, минусы, страхи». Изучение данных тем позволяет основательно разобрать ключевые теоретические вопросы, которые помогут понять идею и структуру консультаций с клиентом и почувствовать себя специалистом в этой области.

Для развития практических навыков на курсе планировалось прорабатывать различные придуманные клиентские кейсы участниками в малых и больших группах. Обязательным условием курса являлось то, чтобы каждый участник раз в неделю мог побыть как клиентом, так и психологом, а также участвовать в групповых обсуждениях наиболее частых клиентских случаев.

Исходя из структуры курса, участники прорабатывали и знакомились со следующим:

1. Попробовать себя в роли психолога, чтобы понять, насколько комфортно в этой сфере. Осознать самостоятельно, были допущены ошибки или нет.
2. Попробовать себя в роли клиента, так как сразу увеличивается понимание клиента и его случая, понимание важности личной терапии, и как чувствует себя клиент по обратную сторону к психологу. Увеличивается осознанность студентов к личной терапии для них самих.
3. По итогам каждой встречи получать обратную связь, рефлексия, по состоянию студента как в роли психолога, так и в роли клиента. Уточнять, как им самим встреча, есть ли что-то такое, что им бы хотелось поменять, все ли понравилось или что-то показалось не к месту.
4. Получать обратную связь от стороннего наблюдателя/супервизора, где анализируется работа психолога по критериям (перечислены базовые):

- удержание позиции психолога (уход от субъективного личностного взгляда психолога);
- формирование запроса и его раскрытие клиентом;
- наличие раппорта между клиентом и психологом;
- соблюдение временных рамок сессии.

В совокупности теоретическая и практические части помогают понять себя лучше, осознанно принять будущую профессию со всеми ее рисками, найти себя в этой профессии и понять, каким специалистом участники хотят быть.

После того, как были прописаны ключевые пункты курса, он был согласован с супервизором и запущен среди студентов старших курсов и выпускников психологических факультетов.

По итогу прохождения курса более 40 участниками стало понятно, что основной акцент работы делается на анализе эмпатии и рефлексии участников, поэтому курс сократился до четырех недель, и

были определены методы и методики исследования.

Методы исследования:

1. Обзорно-аналитический, включающий теоретический анализ психологической литературы по изучаемой теме.
2. Тестирование / Проведение письменного опроса.
3. Количественно-качественные методы обработки результатов.

Методики исследования:

1. Многофакторный тест эмпатии М. Дэвис IRI (обработка Т. Б. Карягиной).
2. «Методика определения уровня рефлексивности» А. В. Карпова, В. В. Пономаревой (2003).
3. Опросник «Дифференциальный тип рефлексии» Д. А. Леонтьева, Е. М. Лаптевой, Е. Н. Осина, А. Ж. Салиховой (2009).
4. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В. И. Моросановой.

Исследование в данное время проводится, поэтому результаты будут известны позже.

### Результаты и их обсуждение

В процессе формирования курса для проведения исследования были выявлены зависимости между количеством успешно завершенных учебных троек и наличием ошибок, так как именно это показывает динамику участников и их развитие на курсе, не считая перечисленных выше методик.

Ошибками можно считать следующие действия участников курса в роли психолога:

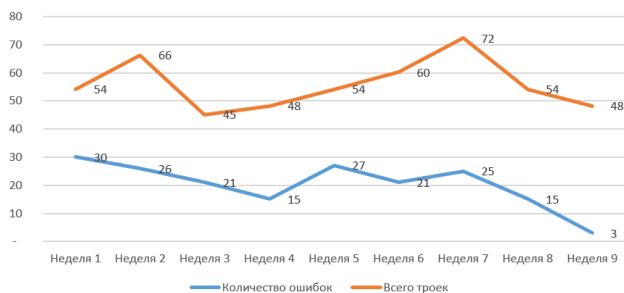
- непонимание клиента (что хочет клиент от работы с психологом);
- проблема с построением логических цепочек (стратегическое непонимание – с чем собирается работать психолог в рамках цикла консультаций; практическое непонимание (тактическое непонимание) психолога в рамках одной консультации);
- эмоциональные составляющие при работе и общении психолога с клиентом (внутренние блоки, страхи, наблюдение за реакцией клиента и так далее).

За последний год было проведено 503 учебных троек, из которых 319 были успешными, а 184 – с ошибками, что составляет 63% и 37% соответственно. Исходя из предоставленной статистики, учебные супервизии научили участников находить свои «слабые зоны» и прорабатывать их, развивать свои профессиональные качества, как, например, в случае навыка формулирования вопросов и проведения конструктивного опроса «клиентов» (рисунок 1).



**Рисунок 1. Общее количество троек**

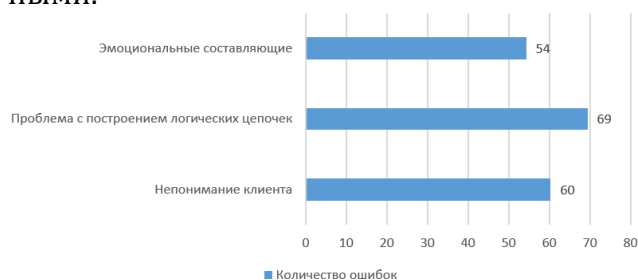
На рисунке 2 изображено общее количество троек и количество ошибок в рамках каждой учебной недели. В среднем на одну неделю получалось 13 троек. Собственно, можно обратить внимание, что в течение первой недели количество ошибок снижается, в тоже время, начиная с пятой, недели количество ошибок выросло из-за желаяния больше практиковать. Также во второй половине курса общее количество троек выросло, а уровень ошибок остался прежним, то есть динамика улучшилась относительно первого месяца. На последней неделе ошибок практически не было.



**Рисунок 2. Общее количество троек и троек с ошибками (по учебным неделям)**

На рисунке 3 можно увидеть наиболее популярные ошибки на учебных тройках. Учитывая, что на курс пришли выпускни-

ки и студенты психологических факультетов без опыта, то подобные ошибки наиболее логичны среди новичков. Например, частой ошибкой были непонимания, куда двигаться дальше, то есть как построить логическую цепочку, и как найти первопричину проблемы клиента. Также можно выделить среди наиболее популярных ошибок непонимание клиента, что именно он хочет получить от работы с психологом. Основываясь на информации клиента и общении с ним, были выявлены определенные клиентские запросы, но в каких-то случаях они были поняты психологом неверно. Внутренние блоки тоже периодически мешали участникам вести учебную сессию из-за страха ошибиться или уйти не туда, или навредить клиенту, несмотря на то, что все запросы были придуманными.



**Рисунок 3. Виды ошибок**

Кроме того, важным итогом обучения было не только получение практических навыков, но и осознание важности личной терапии и супервизии, так как участники проигрывали роли клиента и психолога с пониманием, кто и как себя чувствует в каждой из ролей, а при разборе получали конструктивную обратную связь.

## Выводы

Таким образом, исследование еще покажет, насколько учебная супервизия влияет на развитие как профессиональных навыков и умений специалиста, так и его профессионально-важных качеств, но на настоящее время через наблюдение самими участниками курса выявлены определенные ошибки, которые влияют на их работу, и при разборе становится более ясно, как в дальнейшем вести практические встречи.

## Литература

- Ефименко, Ю. А. (2017) Особенности профессиональной подготовки психологов-консультантов в высших учебных заведениях. *Вестник Московского университета МВД России*, № 4, с. 225–229.
- Лифинцев, Д. В., Лифинцева, А. А., Анцута, А. Н. (2020) Супервизия в подготовке специалистов помогающих профессий: проблема психологических границ. *Вестник ПСТГУ. Серия 4: Педагогика. Психология*, № 56, с. 97–105.
- Любимова, Г. Ю. (2002) Представления психологов-старшекурсников о своей будущей профессиональной деятельности. *Вестник Московского университета. Серия 14: Психология*, № 2, с. 64–72.
- Митасова, Е. В., Гафиятуллин, Э. Э. (2020) Становление и профессиональное развитие психологов-консультантов в процессе обучения в вузе. В кн.: *II Международная конференция по консультативной психологии и психотерапии, посвященная памяти Федора Ефимовича Василюка: сборник материалов*. М.: ПИ РАО, с. 189–193.
- Ташлыков, В. А. (2002) Супервизия – путь к себе. *Психологическая газета*, № 34.
- Шнейдер, Л. Б. (2001) *Профессиональная идентичность*. М.: МОСУ, 256 с.
- Яковлев, Е. В., Яковлева, Н. О. (2015) Супервизия как педагогический феномен. *Вестник ЮУрГГПУ*, № 10, с. 9–13.

## References

- Efimenko, Yu. A. (2017) Osobennosti professional'noy podgotovki psihologov-konsul'tantov v visshih uchebnykh zavedeniyah [Features of professional training of psychologists-consultants in higher educational institutions]. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii*, no. 4, pp. 225–229. (In Russian)
- Lifintsev, D. V., Lifintseva, A. A., Antsuta, A. N. (2020) Supervisiya v podgotovke specialistov pomagayushih professiy: problema psichologicheskikh granic [Supervision in the training of specialists in helping professions: the problem of psychological boundaries]. *Vestnik of PSTGU. Seriya 4: Pedagogika. Psihologiya*, no. 56, pp 97–105. (In Russian)
- Lyubimova, G. Yu. (2002) Predstavlenie psihologov-starshekursnikov o svoey bedeshey professional'noy deyatel'nosti [Representations of senior psychologists about their future professional activities]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Series 14: Psihologiya*, no. 2, pp. 64–72. (In Russian)
- Mitasova, E. V., Gafiyatullin, E. E. (2020) Stanovlenie I professional'noe razvitie psihologov-konsul'tantov v processe obucheniya [Formation and professional development of counseling psychologists in the process of studying at a university]. In: *II Megdunarodnaya konferenciya po konsul'tativnoy psichologii I psihoterapii? Posvya shennoy pamyati Fedora Efimovicha Vasiluka: sbornik materialov [II International Conference on Counseling Psychology and Psychotherapy dedicated to the memory of Fyodor Efimovich Vasilyuk: collection of materials]*. Moscow: PI RAE Publ., pp. 189–193. (In Russian)
- Schneider, L. B. (2001) *Professional'naya identichnost'* [Professional identity]. Moscow: MOSU Publ., 256 p. (In Russian)
- Tashlykov, V. A. (2002) Supervisiya – put' k sebe [Supervision is the way to oneself]. *Psihologicheskaya gazeta*, no. 34. (In Russian)
- Yakovlev, E. V., Yakovleva, N. O. (2015) Supervisiya kak pedagogicheskiy fenomen [Supervision as a pedagogical phenomenon]. *Vestnik UUrGGPU*, no. 10, pp. 9–13. (In Russian)