

## **Институт обучающей личной терапии в современном российском профессиональном сообществе**

Макарова Екатерина Викторовна — психотерапевт экзистенциально-аналитического направления, психоаналитик, специалист в области межкультурного общения, адаптации и развития личности в новой культурно-географической среде, аккредитованный супервизор Профессиональной Психотерапевтической Лиги. Выпускница частного университета имени Зигмунда Фрейда (Вена, Австрия)

Из-за пандемии, самоизоляции, особых экономических условий в мире, психотерапевты вынуждены объединяться в профессиональные сообщества и создавать саморегулируемые организации в целях защиты прав профессионалов и пациентов, развития рынка профессиональных услуг онлайн, а так же предотвращения провокаций со стороны не профессионалов в глазах общественности.

В большинстве стран мира нет закона о психотерапии. Это значит, что в большинстве стран все могут называть себя психотерапевтами, и делать, что пожелают, и называть это психотерапией. В большинстве стран психотерапию регулируют профессиональные НПО. Как, например, Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига. ППЛ считает своей миссией развитие всей психотерапии и не изолирует специалистов по факту причастности к той или иной модальности или базовой профессии, обрекая таковых на вымирание.

В странах, в которых по определенным историческим и другим причинам государство и религия не в состоянии дать обществу ответы на экзистенциальные вопросы в экономически и геополитически нестабильные времена, психотерапия выходит за рамки клинической работы и берет эту миссию на себя.

Психологи, психотерапевты и психиатры – партнеры в современном профессиональном мире. У каждого специалиста своя область деятельности, особые ресурсы и ограничения временных и технических возможностей.

Современное профессиональное общество синергично, при необходимости специалист привлекает своих партнеров из других специальностей для совместного сопровождения клиента или пациента.

Все эти эволюционные шаги в настоящем и будущем нашей профессии возможны только при условии гомогенного профессионального пространства и уважительного отношения на всех структурных уровнях. Этому способствует в первую очередь качественное образование в сфере нашей профессии.

Образование в сфере психотерапии, как известно, состоит из теории, практических навыков, обучающей личной терапии и супервизии практической деятельности.

Что такое обучающая личная терапия, согласно ППЛ? Это вид комплексного психотерапевтического процесса, направленного на познание личности психотерапевта. Личная терапия является неотъемлемой частью психотерапевтического образования.

17 - В странах, в которых образование в области подготовки психотерапевтов строго регламентировано, обучающим личным терапевтом специалист или супервайзером автоматически становится после 5 как в Австрии или 10 лет активной самостоятельной практики. В России на данный момент каждый специалист проходит свой эклектический путь в профессию. Как профессионалы мы имеем разное базовое образование. Поэтому в России мы строим институциональное обучение для обучающихся личных терапевтов.

Всем кандидатам в обучающие личные терапевты и личным терапевтам, участникам программы признания (грандперентинга), необходимо пройти специальное образование, состоящее из 3 ступеней и прикрепиться к личному терапевту-адвайзеру.

Одной из задач обучающей личной терапии является проработка личностных качеств кандидата и интеграция этих качеств в образ психотерапевта.

Обучающая личная терапия позволяет кандидату понять клиента, посмотрев на процесс психотерапии со стороны противоположной психотерапевту.

После получения опыта личной терапии кандидат перестает воспринимать клиентов как «чужих» или «других». Потому что они приобрели опыт. Они прочувствовали его, потому что видели процесс в роли клиента.

Лично пережив клиентский опыт, будущий психотерапевт осознает, какую реакцию может вызывать поведение психотерапевта у клиента. Данный опыт так же позволит психотерапевту в самостоятельной работе различать между своими переживаниями и чувствами клиента.

Исследования профессора Давида Орлинского демонстрируют эффективность обучающей личной терапии в развитии процессуальной компетентности обучающегося психотерапевта. Психотерапевт в роли клиента обучается непосредственно тому, как делать психотерапию. Получает из первых рук прямой опыт создания терапевтического альянса с клиентом.

Иными словами во время обучающей терапии психотерапевт учиться проводить психотерапию.

Образ обучающего личного терапевта можно сравнить с болванкой, на которую кандидат записывает все свои знания о том, как быть психотерапевтом и практиковать психотерапию.

Интегрируя модель своего личного терапевта, кандидат учится решать сложные задачи и справляться с неопределенностью в рабочем процессе.

Личный позитивный опыт решения собственных запросов и повышения качества жизни в процессе личной терапии позволит кандидату в фазе переживания кризиса терапевтических отношений убедить клиента продолжить терапию, и транслируя свою искреннюю убежденность в эффективности терапии – мотивировать клиента к личностным изменениям.

Специалист, успешно прошедший курс личной терапии, больше доверяет профессиональному пространству и не испытывает затруднений в обращении к супервизору и участии в групповой супервизии, интервизии или балинтовской группе. Потому что эти коллеги уже доверяют здоровой профессиональной среде.

Профессиональная сеть тоже очень важна. Изолированный специалист быстро теряет свою эффективность, клиентов и профессиональное благополучие.

Что касается ситуации в России, 5 лет мы работаем над учреждением института обучающей терапии в России, потому что психотерапия регулируется в России частично. У нас есть Закон о психотерапии, о медицинской психотерапии, для психиатров, занимающихся психотерапией, много регламентов по немедицинской психотерапии. Но почти нет регламентов по обучению немедицинской психотерапии, никто на государственном уровне не сказал нам, каково должно быть содержание этого образования. Так что пришла пора для НПО сформулировать нашу философию психотерапевтического обучения. Конечно, мы могли бы сказать, что все должны делать то же самое. И все модальности должны слиться и осуществлять ту же программу. Но так ничего не получится. Таким образом в русскоговорящих странах уже 5 лет имеется стандарт, согласно которому все - представители транзакционной аналитической школы, психоанализа, когнитивно-поведенческой терапии, гипнотерапии и т.д. должны пройти минимум 50 часов обучающей терапии – групповой или личной обучающей терапии – и это дверь в профессиональную психотерапию. Пять лет наш комитет работает над созданием качественного образования для обучающихся терапевтов. Работа на равных на очень уважительном уровне, потому что обучающие терапевты создают будущее нашей профессии, прямо сейчас.