Алексейчик Александр Ефимович — один из первых советских психотерапевтов, создатель отечественной школы экзистенциальной терапии — Интенсивной Терапевтической Жизни (ИТЖ), основатель православной психотерапии, руководитель клиники пограничных расстройств Вильнюсского Центра психического здоровья.

Супервизия как провидение и духовность

Традиционно и исторически моя супервизия (СВ) проявилась как сущность, включённая в терапию и очень активная. Десятилетиями в советской и околосоветской психотерапии трудно было даже представить себе обучение, взаимопомощь, сотрудничество вне системы открытого, директивного, авторитетного общения типа общих визитаций, больничных конференций. Там последнее слово принадлежало не лучше слышащему, лучше видящему, лучше чувствующему, сопереживающему, субъективному динамичному коллеге, а лучше знающему, видящему сквозь опыт, объективному, пожилому коллеге. Пациенты субъективно, активно в лечении, обучении почти не участвовали. Они были объектом, а не субъектом. Психотерапевты, тем более психиатры, не представляли себя субъективными участниками психотерапевтического процесса.

И «тогда там», и «здесь сейчас» особенные трудности люди нашей профессии испытывают в проявлении собственной душевности и духовности. Поэтому в СВ чаще приходится работать не столько со знаниями, умениями, сколько с нашей человеческой сущностью, т.е. субъективностью, душевностью, духовностью. Осуществляется это, естественно, не абстрактным мышлением, осмыслением, обсуждением, хотя это тоже не исключается в конце СВ. Осуществляется СВ активным участием супервизора в терапии время от времени, на критических участках психотерапии. Таким участием, сотрудничеством, когда часть образует большую цельность, чем рыхлое «целое», когда супервизор как участник оказывается самым цельным, образом, даже образцом, создающим, а не разрушающим. Естественным образом продолжающим процесс исцеления. Или сверх-природно его одушевляющим, одухотворяющим. Творящим в «Мы» психотерапии, не игнорируя своего достаточно цельного «Я».

Во время деятельности супервизора ни терапевт, ни пациент не становятся пассивными. Наоборот. Из недостаточно активных деятелей они превращаются в активных со-трудников или столь активных с-видетелей, про которых говорят: один хороший свидетель лучше десяти хороших адвокатов.

Надеюсь, в нижеприведённом супервизорском деле мне удастся не столько рассказать, как бывает в традиционных супервизиях, сколько показать это. Естественно, описание работы, длившейся 6 часов, сокращено и обобщено.

Супервизия групповой работы

Открытая группа, существующая семь месяцев со средним пребыванием пациента на 10-15 сессиях. Встречи раз в две недели. Возраст 25-50 лет. Высшее образование. Высокая общая активность. Активный психотерапевт. Девять человек. Пять психотерапевтов-наблюдателей за кругом с разным опытом работы. Группа согласна на такое количество наблюдателей.

Общее обозначение актуальных проблем: не-до-удовлетворённость собой, своими достижениями, адаптацией к близким и дальним, недоумение в любви и вере...

Место — большой город. Год — больших возможностей.

К середине третьего часа психотерапии проблемы конкретизируются, усваиваются, олицетворяются...

В группе — двое мужчин, М. и С. Одному около тридцати. Холост. Одарён способностью к любви. Но без практики. Из-за недостатка успеха в жизни (средние заработки) не пользуется успехом и у женщин.

Второй — около пятидесяти. Воплощение успеха в жизни и у женщин... Но накануне

третьего развода. Такие же отношения с женщинами в группе. Такие же отношения женщин к мужчинам вообще и к этим в частности.

Особенная «сфокусированность» у двух женщин. Обеим около 25 лет. Одна уже сделала 5 лет тому назад аборт. И не может этого простить себе, «тому мужчине», «всем мужчинам», в том числе и «этим» в группе...

Другая — на третьем месяце беременности. От любимого, но не любящего её мужчины. Собирается рожать и одна воспитывать будущего ребёнка.

Около часа происходит живое, эмоциональное обсуждение отношений... В том числе, все женщины пытаются отождествиться: что бы они чувствовали на «её месте»...

Мужчины виновато помалкивают.

Эмоциональная и словесная активность, как и в обычной жизни, тут, в группе, ведет к «выплыванию отрицательных эмоций», «накоплению отрицательных эмоций», «впитыванию всего плохого вокруг», «накапливанию обиды, злости» на С. и М., «головной боли», «зажатости», «закрытости», «помешательству в голове»...

Терапевт: Кто может помочь изменить отношение к себе и к мужчинам?.. Хотя бы положить этому начало?..

Супервизор: Напоминаю, что мужчины у нас в «амплитуде» от 30 до 50 и, в сравнении с остальными, более терапевтичны, более целебны... Вначале немного надо. Много уже было, но всё по частям: воспоминания, обиды, вина, желания, мысли, знания, суждения, о-суждения... Было много от разных «Я»... И это нас разъединяет... Даже маленькое действие требует внутреннего и внешнего со-единения, единства. Внутреннего и внешнего «Мы»... Желание, объединённое с чувством в действии — уже «Мы»... Женщина с мужчиной — «Мы». Поэтому 5% нужного действия могут больше, чем 500% чувства. Я предложил бы вам, если не быть, то по-быть женщинами и мужчинами... Тут это нетрудно... С., возьмите Т. четвёртой женой. Ребёнку формально нужен отец...

Можете быть крёстным отцом, «крёстным мужем»... Побыть женщиной тут, сейчас тоже просто. Надо умолять его по-быть первым мужем у четвёртой жены...

(Довольно долго ничего не происходит.)

Св.: Видите, какая разница между быть умным, красноречивым и просто быть лишь бы какими, но действительными, действующими женщинами и мужчинами... Напоминаю, что даже когда мы ничего не делаем, мы в действии: мы бегаем от дела, от ответственности... Такое у нас «дело». Ф.М. Достоевский давно нам сказал, что мы все за всё в ответе, все перед всеми виновны... Мы все виновны, что 5 лет тому назад не были рядом с Л., что она сделала аборт... Что сейчас рядом с нами она так же болезненно переживает его... Виноваты мы и перед М. Как долго он среди нас!.. Даже если взять только сегодняшний день... И женщины не дали ему шанса побыть даже нелюбимым..., любящим... В деле... На 5%... Разделите вину... Особенно вину Л. Всё-таки она больше всех виновата: сама делала аборт... А в мужчинах видит тех, кто заставил её делать аборт... Даже в М., который с ней этого никогда бы не сделал... Вина неразделённая, не пере-житая, живёт за счёт того человека. Сам человек простить себя не может... Он может по-делиться виной, может получить и принять прощение...

Л., я бы по-просил Вас разделить вину с М. Отдать ему часть своей вины на «вечное хранение»... И несмотря на это, попросить и получить, и взять прощение...

М. (плачет): 90% вины на мне...

Л.: А у меня 50%... И не вся моя...

Св.: Что всё-таки происходит?.. Напоминаю, настоящее дело, деятельность — это когда есть чем поделиться, полнота, когда просто не-об-ходимо разделить свой избыток с другим, другом, даже с врагом...

М.: Я прозрел... Увидел, что Л. верит мне... Что я беру, более того, способен брать её вину...

Св.: Ну, один свидетель — не свидетель. Одно свидетельство — не свидетельство.

М.: Но я увидел, что Л. добрая и красивая... Слёзы добрые и красивые... Я и раньше видел, что у неё есть красота... Но сейчас увидел, что она самая красивая, почти вся...

Св.: Это уже дополнительные свидетельства. А это «почти вся» дорогого стоит... Присоединяйтесь, свидетели, присоединяйтесь...

Л.: Я увидела, что ты, М., настоящий...

Т.: А мне уже не надо просить любви, отцовства у С. ... Я увидела мужчину в М. ... И почувствовала свою женственную силу... И такой любви к С., оказывается, у меня не было... Настоящей... С С. Но с другим мужчиной когда-нибудь обязательно будет...

Св.: Ну, вот это уже свидетельства... И с-видетели. И дела-тели...

С.: А у меня впечатление, что тут надо мной издеваются...

Св.: Вот ещё один с-видетель... Но не свидетель защиты... И, боюсь, не свидетель любви... Хотя в свои 50 лет, после трёх браков, при таком успехе у женщин... мог бы уже быть с-видетелем и любви наивной, и опытной, и несчастной, и, хотя бы временно, счастливой... Сторонником любой любви... Ибо важна любовь, как существительное, а не прилагательное к нему... Может быть, мы готовы к тому, чтобы устроить испытание любви некоторым из нас в частности и всем вместе — нашей общей любви? Увы, и любовь, и вера, и человек нуждаются в испытании.

(Колебания в группе... Казалось, уже увидено с разных точек зрения... У разных людей достаточно схожие образы и подобия... Вдруг вместо создания начнётся разрушение?..)

Св.: Настоящее, сущее, истинное от испытаний не разрушается... Мне бы хотелось, чтобы те из вас, кто, может быть, не услышали, что прозревает супервизор, вместе с ним в самом существенном про-видели... Стали сами немного супервизорами...

(В конце концов достигается прозрачное согласие.)

Св.: Предупреждаю вас, что моё про-зрение, если оно будет, отнюдь не истина, не сама истина, не реализованная истина, а только возможная истина, может быть, указатель пути... Психотерапевт, в отличие от психиатра, и под присмотром коллег имеет право на безумство. Например, на отказ уму во вмешательство в его виденье.

И я сейчас отказываюсь от своего ума, от опоры на факты, на достоверность... Снисхожу к первичному зрению, к по-до-зрению... К тому, что до разума, до развитого, умного зрения...

Подчеркну, того, о чём я сейчас скажу, я не знал, и сейчас, в своём временном без-умии, не знаю... Знание обычно составляется из многих частей... Виденье более целостно, менее противоречиво. Менее критично... И потому — более действенно, перспективно... Приглашаю присоединиться...

...Так вот. Я подозреваю, по-до-зреваю, что отец будущего ребёнка — тут, среди нас... И, вижу, вы прозреваете... Это — С. ...

(8-10 минут в группе молчание... Как согласие...)

С.: Что это за эксперимент? Надо мной?

Св.: Это — со-бытие, совместное пребывание в по-до-зрении... При определённом

до-верии Т. (она не протестует). Супервизор — он, хотя от ума и отрёкся, но «не первый год погоны носит»... Это — и не-до-верие Вам: сами говорили, что у Вас «всё помешалось...». Никому ничего не даёте... Вы не согласны дать свое отчество даже формально... Или быть крёстным отцом... Кто-нибудь за С. вступится?..

С.: Я хочу это прекратить!

Св.: Можно. Но за чей счёт?.. За счёт Т.?.. За счет всех нас?.. Останемся в «неиспытанной любви»?..

М.: Я могу усыновить твоего ребёнка... Но, конечно, после того, как смогу жениться на Л.

Т.: Ты хочешь моего ребёнка?.. А любишь Л. и хочешь на ней жениться?..

М.: Я твоего ребёнка не хочу... Я его люблю...

Тер. — Т.: Можешь принять разницу?

М.: Л. — моя... Ты — чужая... Но нашего ребёнка я люблю...

Л.: А я могу принять М., моего мужа, который усыновит не моего ребёнка... Он в тысячу раз лучше того мужчины, которого я любила несколько лет назад и который подтолкнул меня сделать аборт... И лучше С., который видит только эксперимент, а не испытание любви...

Св.: Знаете, вот М. не очень красив, мягко говоря. Особенно в сравнении с С. Скорее, он нескладный. Но в старом русском языке, когда говорили «добрый молодец», имели в виду — «красивый молодец»...

Л.: Я начинаю любить М. ...

Св.: Заканчивая, могу сказать, что мне увиделось с вершин супервизии. Как и полагается супервизору, я был наверху... «И своей добился мечты». Потому что я был с вами. А вы со мной. Но и, в достаточной степени, смотрели глазами души. Не только видели, но и про-видели (провидец — пророк, проникающий в тайны Божии), про-зирали (про-никали, овладевали видением, а не видение вами)... Я, конечно, грешен, заносился... «Пророчествовал». Выходил за рамки супервизии.

Глава из книги «Психотерапия жизнью (Интенсивная терапевтическая жизнь Александра Алексейчика)» (Сост. Р. Кочюнас. Вильнюс, 2008).