

Содержание

<i>Поддубная О.А. Крутова О.В.</i> Предисловие	7
--	---

Этические и профессиональные вопросы

<i>Герасимова И.А.</i> Специфика и условия развития позитивного профессионального самоотношения и идентичности гештальт-терапевта на разных этапах становления	11
--	----

<i>Каменских А.А.</i> Искусственный интеллект в терапевтическом пространстве	43
--	----

Методология и практика

<i>Башев Д.В.</i> Генограмма как феномен совместного осознания в гештальт-терапии: трансгенерационное поле в фокусе «здесь-и-сейчас»	69
--	----

<i>Киселева В.А.</i> Использование музыкального искусства в длительной гештальт-терапевтической работе с клиентом	82
---	----

Гештальт-терапия в клинической практике.

Работа с разными клиентскими группами и проблематикой

<i>Яшина С.Б.</i> Между тревогой и гореванием	103
---	-----

<i>Сердюк А.В.</i> «Когда я хочу что-то сказать, то вся напрягаюсь». Использование гештальт-подхода в коррекции заикания	125
--	-----

Эссе

<i>Плотников Д.Н.</i> О — Одиночество	145
---	-----

Весенняя магия начинаний

Дорогие читатели!

Вы держите в руках сборник статей МИГТиК 2026 года. Эта подборка — совместное творчество, поскольку в этот сборник вошли статьи авторов, обладающих не только профессиональной вовлеченностью, талантом, яркой идеей и страстью к ее воплощению в тексте, но и желанием высказаться, стать услышанным, опубликованным, а значит, обладающих стремлением к профессиональному диалогу.

Надо сказать, что этого сборника могло и не быть. Вернее, он бы был не такой. В течение нескольких месяцев мы увлеченно работали над одним прекрасным сборником и даже его составили, однако почти в самый последний момент было принято решение делать не один, а два сборника. В эти же даты выходит еще один сборник увлекательных и актуальных текстов, посвященных клиническим аспектам гештальт-терапии.

Из-за объема работы мы переживали сложные чувства и какое-то время думали отказаться от идеи ежегодника в 2026 году, но это вызывало грусть и разочарование. Мы шли к этому моменту долгие месяцы, наша ответственность перед авторами, желание возродить традицию регулярных публикаций в МИГТиКе, аппетит к совместному творчеству и развитию, удовольствие от причастности к нужному делу вели

нас к созданию второго сборника статей — живого и творческого, рожденного по любви.

Этот сборник — первый, но в наших планах сделать его ежегодным. Пусть сильная творческая магия начинаний вдохнет энергии в этот росток.

Зачем это нужно? Затем что мы знаем, что в нашем институте работают прекрасные творческие люди, с оригинальным мышлением и яркой индивидуальностью, которые в своей повседневной практике делают интересные находки, рожают любопытные идеи и ставят занимательные вопросы. Нам кажется очень ценным поддержать возможность профессионального диалога в сообществе Института, а также возродить традицию и культуру написания научно-практических текстов.

Открывает сегодняшний сборник статья Ирины Герасимовой, посвященная актуальной и, можно даже сказать, чувствительной теме развития позитивного профессионального самоотношения гештальт-терапевта. Статья представляет собой серьезное теоретическое и практическое исследование, и, что, пожалуй, наиболее ценно, содержит выводы о том, какие условия, действия и события формируют такое позитивное самоотношение. Ирина дает нам ключи к тому, как поддержать себя в нашей профессиональной жизни, чтобы жить ее счастливо.

Вторая статья в разделе «Этические и профессиональные вопросы» написана Анной Каменских. Это злободневный текст о том, как использование искусственного интеллекта влияет на поле клиент-терапевтических отношений. В последнее время эта тема взрывает интернет и порождает горячие споры. Анна не только объясняет механизмы, лежащие в основе ИИ коммуникации, но выявляет и рассматривает специфические феномены, появляющиеся в клиент-терапев-

тических отношениях в случаях применения ИИ. В статье также предложены ценные практические рекомендации для терапевтов.

Раздел «Методология и практика» содержит три интереснейшие статьи. Дмитрий Башев написал о применении метода генограммы в практике гештальт-терапевта. Он показывает, как составление генограммы можно превратить в творческий эксперимент, полный новизны и открывающий возможности для интеграции.

Статья Валерии Киселевой в профессиональной, но поэтической манере рассказывает об использовании музыкального искусства в длительной гештальт-терапевтической работе с клиентом. Музыка разрушает шаблоны, привносит воздух, тонкую чувствительность и катарсичность в работу. Кроме теоретического описания и волнующих примеров, этот с любовью написанный текст содержит разработанные автором упражнения.

В разделе «Гештальт-терапия в клинической практике» — две статьи. Первая написана Светланой Яшиной и посвящена специфике переживания горя в тех случаях, когда до момента утраты близкому человеку был поставлен смертельный диагноз. Текст глубоко затрагивает, показывает человеческий опыт сильнейшей боли и любви, и при этом дает ориентиры для терапевтической практики. Несмотря на научное содержание, статья написана смелым, искренним и любящим языком.

Алена Сердюк — автор следующей статьи в разделе. Ее тема касается работы с клиентами с речевыми нарушениями, а именно с заиканием, в гештальт-терапии. Этот необычный взгляд на заикание предлагает работу с восстановлением более полного присутствия на границе контакта и разворачиванием переживания.

Завершает сборник умное и глубокое эссе об одиночестве и многообразии его оттенков Даниила Плотникова. Автор внимательно рассмотрел самые разные виды одиночества, встречающиеся в природе, то есть в человеческих жизнях.

Как видите, сборник представляет собою пестрое собрание. Нам от этого радостно и гордо. С благодарностью к авторам желаем вам увлекательного чтения.

Ольга Поддубная

*гештальт-терапевт, супервизор, тренер Московского
Института Гештальт-терапии и Консультирования, член
АРГИГТ*

Ольга Крутова

*гештальт-терапевт, супервизор, сотрудник Центра психосоматической терапии при МИГТиК, ассистент тренера
Московского Института Гештальт-терапии и Консультирования.*

Март 2026.

Специфика и условия развития позитивного профессионального самоотношения и идентичности гештальт-терапевта на разных этапах становления

Ирина Герасимова

«Проводить терапию и без того уже достаточно трудно, не следует еще ко всему этому думать, что ты проводишь ее плохо» (цит. по И.Д. Булюбаши, 2026 г.)

Негативное профессиональное самоотношение и неразрешенный затянувшийся кризис профессиональной идентичности могут не только стать предикторами сниженной удовлетворённости профессией, но также снизить эффективность оказания психологической помощи. Так как недовольный собой и неуверенный в себе терапевт будет чрез-

мерно сконцентрирован на себе и своем профессиональном Я. В результате места для клиента и встречи уже не остаётся, не говоря о творческой составляющей терапии. Ведь творчество предполагает и свободу, и право творить.

Отсутствие идентификации, то есть живой и устойчивой связи с профессией, равно как и амбивалентность и пограничный характер данной связи («от любви до ненависти»), а также поглощенность профессией повышают вероятность возникновения деструктивных внутренних конфликтов, конфликтов внутри профессионального сообщества (*уязвимость без внутренних опор и обостренная потребность в самоутверждении — опасное сочетание*), выгорания и профессиональных деформаций. Итогом может стать уход из профессии или настолько сильное искажение своего профессионального Я, что ничего от него уже не остается.

Наше исследование направлено на выявление особенностей и условий развития позитивного профессионального самоотношения и идентичности гештальт-терапевта на разных этапах становления.

Эмпирическое исследование помимо многолетнего включенного наблюдения (базовая программа I-II ступень, III ступень и ассистенство) предполагало также проведение психодиагностического обследования с применением опросника профессионального самоотношения личности (авторы: К.В. Карпинский, А.М. Колышко) и методики исследования профессиональной идентичности (автор: Л.Б. Шнейдер). Участниками эмпирического исследования стали 40 человек, студенты МИГТиК. Возраст респондентов от 18 до 55 лет (ранняя и средняя взрослость). 24 человека (60%) имеют базовое психологическое или смежное (медицинское, педагогическое, социальное) образование и 16 человек (40%) на момент проведения диагностики не имели базового психо-

логического образования или образования в смежной области. По уровню обучения респонденты в нашей выборке распределились следующим образом: 11 человек (27%) имеют статус ассистентов; 19 человек (42%) обучаются по базовой программе (I и II ступени) и 10 человек (25%) обучаются по программе III ступени.

Начнем с анализа природы профессионального самоотношения. Оно базируется на более объемной структуре — глобальном самоотношении, эмоционально-оценочной связи человека с самим собой, которая формируется в процессе онтогенеза и интериоризации отношения и оценок близких людей, прежде всего родителей, в процессе усвоения интроектов (Боулби, 2004; Выготский, 2005). С определенной долей условности, мы можем сказать, что самоотношение — это переработанная реконструкция отношения других людей к нам.

Будучи достаточно устойчивой психологической структурой, самоотношение пусть медленно, но обновляется и изменяется на протяжении всей жизни под влиянием нового опыта и новых отношений, освоения новых социальных ролей и постоянно поступающей обратной связи от мира. По мере взросления в самоотношение человека входит отношение к себе как к представителю своего пола, родителю, гражданину своей страны, супругу, другу и конечно же отношение к себе как к профессионалу (профессиональное самоотношение).

Интересно, что к одной части себя человек может относиться позитивно, а к другой негативно, например, восхищаться собой как профессионалом, но при этом постоянно ощущать себя плохой дочерью или сыном. Но в большинстве случаев отношение к себе в разных ипостасях пропитано общим эмоциональным фоном и образует некое единое чувство «за себя» или «против себя», что В.В. Столин и назвал

глобальным самоотношением (Столин, 1985). На сегодняшний день существуют исследования, показывающие насколько глобальное самоотношение сказывается как на выборе профессии, так и на развитии в ней и особенно эта связь прослеживается у психологов. В частности, Ю.С. Мезина и Е.Г. Денисова выявили, что самоотношение и в первую очередь такие его компоненты как аутосимпатия и самоинтерес наравне с выраженной рефлексией являются предикторами профессионального самоопределения психологов (Мезина, 2023). Это означает, что значительная часть людей становятся психологами потому, что они симпатизируют себе и заинтересованы в себе и своем внутреннем мире. При этом внутренняя конфликтность, которая также является компонентом самоотношения, особой роли не играет. То есть распространенное утверждение о том, что в психологию идут, чтобы разрешить свои внутренние конфликты, не нашло эмпирического подтверждения. С другой стороны, профессиональное самоотношение у уже практикующих психологов несомненно сказывается на отношении к себе как к личности: многие специалисты определяют себя через свою профессию.

Модель профессионального самоотношения. Если говорить о структуре профессионального самоотношения, то это достаточно диффузная категория. Дело в том, что любая форма отношения к другому может быть трансформирована в отношение к себе. Например, уважение в самоуважение, сострадание в самосострадание и др. В основу данной работы положена модель К.В. Карпинского и А.М. Колышко, которая в свою очередь базируется на концепции глобального самоотношения личности В.В. Столина и С.Р. Пантिलеева (Столин, 1985; Пантилеев, 1991). Под профессиональным самоотношением авторы понимают «динамическую систему смысловых структур и процессов, отражающих объективные

отношения индивидуальных свойств личности к практической реализации мотивов и ценностей труда и обеспечивающих подчинение профессиональной деятельности, общения и карьеры устойчивой структуре этих отношений» (Карпинский, 2010, с. 39).

Компонентами этой динамической системы К.В. Карпинский и А.М. Колышко считают 1) самоуважение в профессии, объединяющее самоуверенность, самопривязанность, 2) самоэффективность в профессии, включающую саморуководство и самооценку личностного роста и 3) самоуничтожение в профессии, которое выражается через внутреннюю конфликтность и самообвинение.

Мы определяем профессиональное самоотношение следующим образом: эмоционально-оценочное отношение к себе как к профессионалу и связь с собой как с носителем определенной профессии.

Профессиональное самоотношение подразделяется на следующие виды:

1. Позитивное — эмоционально-оценочное отношение к себе как к «вполне хорошему терапевту», уверенность в своих профессиональных способностях и компетентности, дружеское, поддерживающее отношение к себе.
2. Негативное — эмоциональное-оценочное отношение к себе как к некомпетентному специалисту, неуверенность в себе как в профессионале, осуждающее, враждебное отношение к себе.
3. Амбивалентное — эмоционально-оценочное отношение к себе как к профессионалу, наполненное внутренней конфликтностью и самообвинением.

Профессиональное самоотношение сквозь призму гештальт-терапии. Если рассмотреть природу профессионального самоотношения с позиции гештальт-терапии, то это

несомненно функция Персоналити — осмысление себя как профессионала и формирование на базе этого осмысления сравнительно устойчивых представлений о себе, исходя из которых человек принимает решение осуществлять профессиональную деятельность. Так, начинающий гештальт-терапевт с негативным самоотношением может быть склонен к самотаботе, самоуничтожению в профессии, у него может развиться познавательная аддикция («вот я ещё один курс закончу, ещё немного поучусь»), чрезмерное чувство вины за каждую реальную или предполагаемую ошибку в работе и т.д.

Однако в отличие от профессиональной Я-концепции и профессиональной идентичности, которые осознаются и проявляются через функцию Персоналити, профессиональное самоотношение базируется на отношении к себе как к человеку, на установках, которые были усвоены ещё в раннем возрасте, на вытесненных воспоминаниях и переживаниях, на побуждении влиять на мир как представитель своей профессии, преобразовывать его или приспосабливаться к нему. Профессиональное самоотношение может давать энергию в работе (увлеченность, интерес, азарт, сосредоточенность, вовлеченность) или сдерживать и подавлять её (апатия, скука, неуверенность, разочарование, безразличие, отсутствие сил), поэтому мы относим его также к юрисдикции функции Ид.

Позитивное профессиональное самоотношение из функции Персоналити — это отношение к себе как к «достаточно хорошему терапевту» (О.В. Немиринский), на основе ассимилированного положительного профессионального опыта и позитивной обратной связи, полученной от клиентов и профессионального сообщества. Из функции Ид — это уверенная поза, прямой и открытый взгляд, удовлетворенность

и приятное послевкусие после ответа на вопрос: «а чем ты занимаешься? Кто ты по профессии?», это внутреннее право заниматься любимым делом, быть носителем выбранного ремесла и совершенствоваться в нём.

И.Д. Булюбаш, говоря о формировании индивидуального профессионального стиля (стиля терапевта), выделяет две группы задач: 1) выявление личностных особенностей, делающих терапевта неповторимым, 2) развитие доверия к себе и заботы о себе, как о терапевте, что как раз и относится к профессиональному самоотношению (относиться к себе как к специалисту, достойному заботы, доверия, уважения, а часто и снисхождения). Здесь И.Д. Булюбаш предлагает вместе с супервизором работать над следующими вопросами: «вопросы разрешения (запрещения) интуитивных терапевтических действий, признания факта неудачи в работе (себе или группе) или, наоборот, отстаивания своей определенной позиции в групповой работе» (Булюбаш, 2026, [www](#)).

Таким образом, профессиональное самоотношение гештальт-терапевта будучи эмоционально-оценочной связью с собой как с профессионалом, предполагает глубокое внутреннее (телесное и эмоциональное) переживание права на профессию (функция Ид); относительно устойчивое эмоционально окрашенное представление о себе как о носителе профессии психолога, основанное на ассимилированном профессиональном опыте (функция Персоналити); и наконец способность (при наличии определенных навыков и профессиональной идентичности) делать выбор, как к себе относиться в момент выполнения профессиональной деятельности (функция Эго).

Профессиональная идентичность: её сущность и виды. Идентичность является одним из центральных элементов самосознания и самоопределения человека, точкой, где про-

исходит соприкосновение переживания своей автономности («я такой один» / индивидуальная идентичность) и переживания своей связности и сопричастности («я с ними, я такой же как они» / социальная идентичность) (Овчинникова, 2012). Сущность идентичности может быть представлена как ответ на вопрос «кто я?». Это динамичная структура, которая, как и самоотношение, формируется на протяжении всей жизни человека и включает в себе множество частных идентичностей: гендерная идентичность, национальная идентичность, религиозная идентичность, профессиональная идентичность и др. Формирование идентичности сопряжено с проживанием кризисов — состояний, когда человек находится в поиске себя и своего места, «своей стаи». Кризис идентичности часто совпадает с нормативными возрастными кризисами (особенно с кризисом 30 лет и кризисом середины жизни), а также с экзистенциальными кризисами.

Э. Эриксон, основоположник психологии идентичности, отождествлял сформированную идентичность с понятием целостности Эго, которая противостоит отчаянию, обостряющемуся с приближением конца земного пути (Эриксон, 1996). Идентичность молодого человека мы можем представить, как нераспустившийся цветок, в то время как идентичность пожилого человека при благоприятном сценарии — это созревший спелый плод. Э. Эриксон выделял следующие аспекты идентичности: 1) индивидуальность (осознание собственной уникальности и неповторимости), 2) тождественность в контексте жизненного нарратива и временной линии жизни (осознание того, что несмотря на все изменения я в прошлом, настоящем и будущем — это один человек, проживающий одну жизнь), 3) целостность (непротиворечивость различных представлений о себе и частных идентичностей), 4) социальная солидарность (осознание своей связности с

другими людьми, с референтной группой, принятие этой группой, собственно идентификация со значимыми фигурами) (Эриксон, 1996).

Идентичность выполняет следующие функции: ориентационная («где мое место в этом мире?»), дифференцирующая (отделение Я от не Я, своих от чужих), целевая (функция Эго, помогает сделать выбор, задает направление деятельности), экзистенциальная («кто я такой?», «в чем смысл моей жизни?»).

Э.Ф. Зеер определяет профессиональную идентичность как «профессиональный Я-образ, включающий профессиональные стереотипы и уникальность собственного Я; осознание своей тождественности с профессиональным образом Я» (Зеер, 2003, с. 324). По мнению Л.Б. Шнейдер, «это объективное и субъективное единство с профессиональной группой, делом, которое обуславливает преемственность профессиональных характеристик (норм, ролей и статусов) личности» (Шнейдер, 2026).

Т.А. Егоренко говорит о формировании профессиональной идентичности психолога как о динамичном непрерывном, постепенном процессе, происходящем «одновременно как на индивидуальном уровне, включая психологическое развитие, так и на социальном уровне, включая социализацию в профессиональном сообществе» (Егоренко, 2025). Профессиональная идентичность проявляется на этапе контакта, в процессе взаимодействия между теми, кто заявляет о своей идентичности, и теми, кто подтверждает её (Егоренко, 2025).

И здесь нам кажется важным дифференцировать профессиональную идентичность и профессиональное самоотношение, о неправомерном отождествлении которых говорят К.В. Карпинский и А.М. Колышко (Карпинский, 2010). Итак,

профессиональное самоотношение базируется на глубинном восприятии себя как плохого или хорошего, достойного или недостойного уважения и заботы. Позитивное самоотношение поддерживается позитивной обратной связью, но она не обязательно должна исходить от представителей профессионального сообщества, также оно мало зависит от профессиональных достижений. Даже очень слабый специалист может относиться к себе по-доброму, как к новичку, искать оправдания. Профессиональная идентичность существует в другой плоскости, в континууме от несформированной идентичности (отсутствие идентификации с профессией) до гиперидентичности (тотальное поглощение профессиональным статусом). Усиление и укрепление профессиональной идентичности происходит через подтверждение профессиональным сообществом, это отражение в глазах других представителей профессии. Это функция Персоналити и отчасти функция Эго, когда человек выбирает действовать ли ему в данном конкретном случае, исходя из своей идентичности психолога или обратиться к другой части себя.

Гиперидентичность, например, означает западание функции Эго, когда человек не может сделать осознанный выбор, его профессиональная идентичность поглотила его и весь мир он видит через призму своей профессии. Это проявляется в склонности, например, взаимодействовать со своими близкими с позиции их психотерапевта, всё происходящее в мире и в своей жизни видеть через призму психологии и пр. Возможно и обратное, когда во время сессии терапевт неосознанно выходит из профессиональной идентичности и идентифицируется с клиентом по другому основанию («женская солидарность», «мужская солидарность», похожая личная история и пр.), в семейной терапии это может привести к созданию коалиций, в индивидуальной терапии — осоз-

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru