

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

**Субъективное восприятие "триады Роджерса" начинающими клиент-центрированными консультантами - качественное исследование**

**Научный руководитель – Орлов Александр Борисович**

**Крючков Кирилл Сергеевич**

*Выпускник (специалист)*

Московский государственный психолого-педагогический университет, Факультет консультативной и клинической психологии, Москва, Россия

*E-mail: kkryuchkov@mail.ru*

Необходимые и достаточные условия терапевтических личностных изменений, описанные К. Роджерсом [2], весьма серьезно изучены. Имеется достаточно исследований, затрагивающих вопросы эффективности клиент-центрированной психотерапии, того, работают ли "условия", и если работают, то как (см напр: [1, 3, 4, 5, 8, 10])? Большая часть исследований посвящена тому, насколько данные условия эффективны, а также тому, какой эффект они оказывают на клиента. Вместе с тем, крайне мало имеется работ, посвященных тому, как данные условия воспринимаются тем, кто, собственно, и должен их создавать для клиента - самим психотерапевтом. Изучение данного вопроса являлось целью настоящего исследования. Мы имеем в виду не ответ на вопрос "с какими личностными чертами статично связаны те или иные "условия", но как психотерапевт воспринимает их в своей субъективности, поскольку именно феноменологическое описание может позволить наиболее полно проникнуть в суть и содержание психотерапевтического процесса (см: [9]).

Итак, *цель* нашего исследования - получить феноменологическое описание субъективного восприятия необходимых и достаточных условий психотерапевтических личностных изменений клиент-центрированной психотерапии. Оговоримся, что мы анализируем восприятие не всех шести условий. Данные условия включают в себя: психотерапевтический контакт, инконгруэнтность клиента, конгруэнтность психотерапевта, проявление психотерапевтом эмпатии, проявление психотерапевтом безусловного позитивного принятия, способность клиента воспринимать хотя бы в минимальной степени эмпатию и принятие, проявляемые психотерапевтом [2]. Мы исследуем три условия, которые являются как бы основным инструментом работы психотерапевта - эмпатию, конгруэнтность и безусловное позитивное принятие, часто именуемые "триадой Роджерса" (напр: [6]). Именно эти условия психотерапевт непосредственно "проявляет", иными словами, это то, в чем заключена основная *деятельность* клиент-центрированного психотерапевта.

*Основным методом* нашего исследования выступил интерпретативный феноменологический анализ (IPA), весьма глубоко разработанный метод качественного исследования [7, 11]. *Выборка* составила шесть психотерапевтов клиент-центрированного направления - выпускников программы обучения по клиент-центрированной психотерапии и человекоцентрированному подходу Института консультативной психологии и консалтинга, проводимой под эгидой Российского общества человеко-центрированного подхода. Участники исследования имели различный предыдущий опыт консультирования, но никто из них ранее не проходил глубокого обучения клиент-центрированной психотерапии. Объем в шесть человек не является репрезентативным для количественного исследования, однако для качественного анализа небольшая выборка вполне достаточна, поскольку выполняется критерий "насыщаемости" данных, когда каждый новый респондент не сообщает новых данных [7]. Вместе с тем, мы осознаем, что такой объем накладывает определенные

ограничения на возможность интерпретации данных. Выбор клиент-центрированных психотерапевтов - выпускников обучающей программы обусловлен тем, что только что закончившие обучение психотерапевты, несмотря на прежний опыт консультирования, еще достаточно свежо воспринимают клиент-центрированные установки, которые не "смешаны" с их личным стилем консультирования. Исследование клиент-центрированных установок в связности с личным стилем психотерапевта - также предмет дальнейших исследований.

**Процедура** исследования заключалась в полуструктурированном интервью, проводимом дистанционно посредством компьютерного приложения Skype (о возможностях и валидности дистанционных интервью см. [7]). Основное направление интервью выстраивалось по принципу постепенного погружения в личностный опыт респондентов: интервьюер не имел жестко-фиксированного перечня вопросов, задачей было "опросить" респондентов о каждом "условии" в частности, и обо всех в целом, при этом акцент ставился на личностном восприятии данных условий, не на когнитивном осмыслении. Интервью начиналось с более "общих" вопросов - "Что такое клиент-центрированная психотерапия?"; "чему вы учились в клиент-центрированной психотерапии?"; "Что такое эмпатия?" постепенно переходя к более личностным и менее когнитивным - "как ты чувствуешь, когда ты проявляешь эмпатию?"; "что ты делаешь, чтобы войти в конгруэнтное состояние?"; "как ты для себя понимаешь, когда ты конгруэнтна, а когда нет?".

**Анализ данных** проводился методом интерпретативного феноменологического анализа. Вначале из каждого протокола интервью выделялись основные "смысловые единицы" (центральные компоненты высказываний респондента), которые затем объединялись в "темы", после чего "темы" из всех шести интервью комбинировались в "мета-темы" (в целях экономии места мы не приводим конкретные выдержки и примеры "единиц" и "тем").

**В результате** исследования были получены следующие описания: относительно клиент-центрированной психотерапии в целом были получены "мета-темы" *концентрация, внимание, умение и процесс*. Описание эмпатии состоит из следующих мета-тем: *внимание, включенность, концентрация, спонтанный ответ, не-когнитивный процесс*. Описание конгруэнтности состоит из лишь одной темы (которая объединила всех респондентов): *аккуратность (в выражении собственных чувств)*. Наконец, описание безусловного позитивного принятия состоит из мета-тем: *НЕ-действие, позволение быть*.

**Выводы и направления дальнейшей работы.** По итогам исследования можно отметить, что нами получены весьма глубокие описания "триады Роджерса". При этом необходимо отметить диалектизм полученного описания - клиент-центрированная психотерапия воспринимается и как интенциональное умение, и как спонтанный процесс, и как намеренную "концентрацию", и как "бездействие" и "позволение быть". Данный феномен требует дальнейшего изучения. Также дальнейшая работа будет заключаться в воспроизводстве расширении данных результатов посредством изучения разных групп респондентов (более опытных, более специфичных по различным признакам: возрастному, гендерному, количеству опыта, языковому и национальному).

### Источники и литература

- 1) Крючков К.С. Изучение навыков консультативного психолога и психотерапевта: актуальное состояние в западной и отечественной психологии [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2015. Том 4. № 2. С. 47–53.
- 2) Роджерс К. Необходимые и достаточные условия терапевтических личностных изменений // Журнал практического психолога, 2012, №1, С. 8-25
- 3) Cowen, E.L., & Combs, A.W. Follow-up study of 32 cases treated by nondirective psychotherapy // The Journal of Abnormal and Social Psychology, 1950, 45(2), 232–258.

- 4) Greenberg, L., Watson, J., Elliot, R., & Bohart, A. Empathy // *Psychotherapy*, 2011, 48(1), 43–49.
- 5) Hill, C. My personal reactions to Rogers (1957): The facilitative but neither necessary nor sufficient conditions of therapeutic personality change // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 2007, 44(3), 260–264.
- 6) Kernis, M. *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives*. Hove: Psychology Press, 2013.
- 7) Kvale, S., Brinkman, S. *Interviews*. London: SAGE Publications, 2009.
- 8) Norcross, J., Hill, C.E. Empirically supported therapy relationships // *The Clinical Psychologist*, 2004, 57(3), 19–24.
- 9) Rogers, C. Toward a more human science of the person // *Journal of Humanistic Psychology*, 1985, 25(4), 7–24
- 10) Silberschatz, G. Comments on “the necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change” // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 2007, 44(3), 265–267
- 11) Smith, J.A. (Ed.). *Qualitative psychology: A practical guide to research methods*. London: Sage Publication, 2008.