

ГЛАВА 3

ПОДГОТОВКА ТЕРАПЕВТА

Основополагающая для клинициста задача, по моему мнению, — прийти к достаточному пониманию себя, чтобы быть способным ко все более глубокому, а также продуктивному восприятию опыта другого человека.

Этот процесс начинается с того, что нам становится неуютно сидеть в кресле, занимая позицию «авторитета»: человека, якобы управляющего чем-то, что мы даже не начали постигать.

Мэрилин Чарльз (Charles, 2004).

Хотя существуют значительные различия в том, как люди получили свой первый опыт в роли терапевта, страх является нормой. Многие студенты отмечают тревожное чувство обмана, даже ощущения себя мошенником — реакцию, описанную в эмпирических исследованиях субъективных реакций начинающих профессионалов (например, Clance & Imes, 1978). Они боятся, что те, кого они пытаются лечить, поймут, что они не являются более эмоционально здоровыми, социально адаптированными, отличными от других, умными или свободными от патологии, нежели их клиенты. К счастью для всех нас, не существует свидетельств того, что нужно быть образцом совершенства в плане психического здоровья (или в любом другом), чтобы помогать людям психологически. Чтобы обучать атлета, тренеру не обязательно быть выдающимся атлетом; равным образом для того, чтобы помочь клиенту, терапевту не обязательно быть более зрелым, нормальным или удовлетворенным жизнью. В действительности можно утверждать, как заметил Гринсон (Greenson, 1967), что испытав некоторые значительные эмоциональные трудности, становишься лучшим терапевтом. Клиницист, лишенный опыта психологического страдания, рискует быть недостаточно эмпатичным по отношению