

12+

№1 / 2026

ЖУРНАЛ БАЛИНТОВСКОЙ АССОЦИАЦИИ

Тема номера
«БАЛИНТОВСКИЙ ПУТЬ»



БАЛИНТОВСКАЯ
АССОЦИАЦИЯ
(Россия)

А. В. Волков

**«Балинтовский путь». Журнал
Балинтовской ассоциации**

«Издательские решения»

Волков А. В.

«Балинтовский путь». Журнал Балинтовской ассоциации /
А. В. Волков — «Издательские решения»,

Журнал Балинтовской ассоциации — первое в России периодическое издание, посвящённое методу балинтовской супервизии. В этом номере, озаглавленном «Балинтовский путь», читатель познакомится с примерами из практики балинтовской супервизии, собранной специалистами — участниками, ведущими и супервизорами балинтовских групп, её анализом и возможностями для профессионального роста. Издание предназначено для помогающих специалистов, а также для всех интересующихся психологической поддержкой и развитием.

© Волков А. В.

© Издательские решения

Содержание

Ускова З. И. Приветствие редактора	6
Знакомство с методом	11
Волков А. В. Балинтовская группа и трансформация терапевтической позиции (исследование случая)	11
Помазанов М. В. Сопротивление в балинтовских группах	17
Кирюшина Н. Г. Созревание зерна: мотивация участия в балинтовской группе	21
Конец ознакомительного фрагмента.	22

«Балинтовский путь»

Журнал Балинтовской ассоциации

Авторы: Волков А. В., Помазанов М. В., Кирюшина Н. Г., Миневич О. К., Константинова Е. А., Шипотько Д. А., Лодзь А. Н., Андрущенко Н. В., Тишкова Т. О., Винокур В. А.

Иллюстратор София Алексеевна Скрыпник

© А. В. Волков, 2026

© М. В. Помазанов, 2026

© Н. Г. Кирюшина, 2026

© О. К. Миневич, 2026

© Е. А. Константинова, 2026

© Д. А. Шипотько, 2026

© А. Н. Лодзь, 2026

© Н. В. Андрущенко, 2026

© Т. О. Тишкова, 2026

© В. А. Винокур, 2026

© София Алексеевна Скрыпник, иллюстрации, 2026

ISBN 978-5-0069-9525-3 (т. 1)

ISBN 978-5-0069-9526-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

№1 / 2026

Журнал Балинтовской ассоциации

«Балинтовский путь»

Балинтовская ассоциация

Ускова З. И. Приветствие редактора

Вводные статьи обычно начинают со слов об актуальности темы. Я хотела бы начать с обратного. Когда-то давно, в VI веке до нашей эры, скифский гонец привёз Дарию I, желавшему покорить их земли, послание от своего царя Иданфирса. Это послание было: птица, мышь, лягушка и пять стрел. Дарий счёл, что смысл послания таков: «Мы сдаёмся, вот символическая сдача нашей земли, воды, неба и войска». Однако один из его советников, Гобрий, был не согласен с такой трактовкой и предложил свою: «Убирайтесь-ка, персы, как все эти жалкие существа, если не хотите погибнуть от наших стрел». Позже Дарий убедился в правоте своего подчиненного и бежал.

Эта история, рассказанная нам Геродотом¹, отражает важность взаимопонимания и искусства толкования посланий. Знакомство с балинтовскими группами начинается зачастую похожим образом — с трудностей понимания. «Как-как? Ба-линд? Или Ба-лент?» Встретив в тексте это название, мы можем сомневаться, куда ставить ударение. А придя на группу и выслушав от ведущего основные правила, мы всё же вступаем в работу с робостью, уточняя то и дело: «Я могу это говорить? Я всё правильно делаю?»

Но история Геродота говорит нам не только о важности взаимопонимания — она также намекает на важность взаимонепонимания. Хотели ли скифы быть понятыми? Или их послание было игрой и усмешкой? И в какой степени наша повседневная коммуникация стремится к ясности, а в какой желает скрыть истинный смысл своего послания?

Наконец, в любой коммуникации есть ещё один уровень понимания и толкования — это понимание самого себя. «Человек есть также существо многоэтажное», — пишет Бердяев. — «Я всегда чувствовал эту свою многоэтажность»². Я привожу здесь эту цитату, потому что рассуждать о природе человека не является достаточным для понимания себя — нам нужно также начать говорить прямо о себе. Как только мы отойдём от теории и начнём говорить о себе правду, мы заметим, насколько эта правда ускользает и видоизменяется каждый миг. Мы попадаем в тот самый герменевтический круг, в котором понимание частей задаёт понимание целого, а понимание целого трансформирует понимание частей. Услышав себя, мы чувствуем ясность, продвигаемся в понимании — и снова путаемся в сложности собственного внутреннего мира. И основная задача — не выйти из этого круга, а правильно в него войти³.

Таковы трудности коммуникации. Нам нужно понимать другого; понимать, где он нам непонятен; понимать, где он непонятен сам себе; и наконец, проделывать всё то же с самим собой. При этом у нас есть и внешняя задача: мы работаем врачом, учителем, психологом, социальным работником или другим помогающим специалистом. И нам нужно ещё и выполнять свою прямую обязанность и помочь своему подопечному.

Именно здесь и возникает запрос на балинтовскую группу. Там, где мы замечаем, что общение с пациентами/клиентами/подопечными⁴ «мешает» нам делать нашу работу. Там, где мы чувствуем, что «устали объяснять одно и то же». Или что мы делаем всю работу в одиночку, а пациент «только всё портит» и «словно делает назло». Тот самый, кому мы хотим помочь, становится камнем преткновения, препятствием на пути нашей помощи. Мы ещё не замечаем, в какой мере таким же препятствием являемся сами мы.

¹ Геродот. История в девяти книгах. Изд-во «Наука», Ленинград, 1972.

² Бердяев Н. А. Самопознание. Изд-во «Эксмо», 2021.

³ Гадамер Г.-Г. Философские основания XX века // Актуальность прекрасного. — М.: Искусство, 1991. — с. 15—26.

⁴ Так как исторически балинтовские группы начинались с групп врачей, для простоты я буду дальше использовать термин «пациент» в отношении к разным категориям людей, принимающих профессиональную помощь помогающего специалиста.

Поэтому первая задача балинтовской группы — это поддержка специалиста. Здесь не может быть задачи критиковать действия и решения; оценивать, что можно и что нельзя (особенно это важно в отношении «что можно и что нельзя чувствовать по отношению к пациенту»); направлять специалиста в стратегии его работы (в конце концов, в непрошенных советах нам слышится критика, как Гобриу увиделась усмешка в послании скифов). Нам уже достаточно того, что специалист проявляет достаточную смелость, когда приходит на группу и говорит: «У меня есть трудность». Это — приглашение войти в герменевтический круг, и простой вежливостью будет сперва снять уличные сапоги своей экспертности.

Затем балинтовская группа идёт дальше — в понимании специалиста раскрывается понимание пациента. Зачастую понимание идёт рука об руку с анализом. «Мы хотим расширить, насколько возможно, наш формальный, статичный анализ изолированных клинических „признаков“ до понимания их места в истории жизни личности. Это включает в себя введение динамико-генетических гипотез. Однако историческая информация, *per se*, о пациентах поможет нам понять их лучше, если мы сможем привнести то, что зачастую называется сочувствием или, более сильно, вчувствованием»⁵.

И в последнюю очередь — или в первую, потому что мы говорим об основании всякого познания, а оно находится в самой глубине, но и в самом начале — каждый участник обращается к самому себе, вникая в рассказ своего коллеги, докладывающего случай. Я снова процитирую Рональда Лэнга, потому что, хотя он пишет о клинической практике, а не о балинтовской супервизии, сам метод здесь общий: «Наш взгляд на другого зависит от нашего желания заручиться поддержкой всех сил каждого аспекта самих себя в акте познания»⁶.

Такова содержательная сторона балинтовской группы. Я подозреваю, что мой рассказ, подобно мыши, лягушке и стрелам, может как сообщить читателю понимание или хотя бы предположение балинтовского метода, так и запутать и оставить чувство неприятного головокружения. К сожалению, это было моё сознательное решение, и я прошу за него прощения у тех, кому оно не принесло удовольствия, потому что таким способом я хотела отразить всю сложность вхождения в процесс постижения балинтовской супервизии.

Однако есть и хорошие новости. Пришло время сказать об издании, которое вы держите в руках. Это первый номер «Журнала Балинтовской ассоциации», выпускаемого Балинтовской ассоциацией⁷, и он призван как раз внести ясность в понимание метода, а также дать несколько зарисовок из практики, которые помогут увидеть за теорией богатую и интереснейшую жизнь. Номер назван «Балинтовский путь», и на обложке мы хотели отразить динамику, живость и художественное богатство этого пути. Сам же номер выстроен следующим образом: статьи рассказывают вам весь путь развития в балинтовском методе, начиная от первого знакомства и вхождения в группу и завершая обзором балинтовского движения в мире и перспектив его развития. Поэтому мы старались, чтобы они были понятны и полезны и специалистам, вовсе не знакомым с балинтовским методом; опытным же специалистам, мы надеемся, будет интересно познакомиться с опытом коллег и ещё раз обозреть весь путь, вспомнив, с чего всё начиналось и что лежит в основе нашей профессиональной любви и преданности балинтовским группам.

Также мы считаем нужным сказать, что стремились сохранить авторские голоса и позиции, и поэтому некоторые идеи и тезисы авторов могут отличаться друг от друга или от общепринятых в балинтовском обществе позиций. Грань мы проводим там, где авторское мнение не противоречит фактам, а также ценностным и методологическим основам балинтовского метода.

⁵ Лэнг Р. Д. Расколотое «Я»: пер. с англ. — СПб.: Белый Кролик. 1995.

⁶ Лэнг, там же.

⁷ Полное название организации — Балинтовская ассоциация в области медицинской помощи и психологического консультирования. В дальнейшем в журнале авторами будет использоваться сокращённое название — Балинтовская ассоциация (или БА).

Две статьи сопровождаются пометкой «Исследование случая». Хотя это не единственные статьи, в которых разбираются конкретные примеры из практики, мы сделали это уточнение, так как в них разбирается и анализируется личный опыт без отсылок или исследований теории. Эти статьи приводятся без списка литературы. Мы надеемся включать в каждый номер статьи этого жанра, так как они наглядно выражают балинтовский принцип феноменологического восприятия как основы своей работы.

Первый блок статей называется «Знакомство с методом». Мы открываем журнал как раз статьёй о личном опыте участника балинтовской группы. В ней **Антон Волков** щедро делится с нами внутренними переживаниями человека, который, будучи опытным специалистом, замечает необходимость анализа коммуникации и решается прийти за этим анализом в группу.

Если всё так прекрасно, почему же все не идут в балинтовские группы? На этот вопрос отвечает статья **Матвея Помазанова** о сопротивлении супервизии. Сам термин «сопротивление» стал сегодня использоваться как в качестве клейма, так и оправдания в зависимости от говорящего и контекста. Поэтому нам показалось особенно важным раскрыть тему сопротивления в балинтовском феноменологическом и аналитическом духе, который вы и встретите в статье.

Что же тогда мотивирует специалистов участвовать в группах, к тому же, годами и десятилетиями? **Наталия Кирюшина** в следующей статье поднимает тему мотивации к работе участников и ведущих группы и роль мотивации для развития и жизнеспособности группы. В противоположность идее о том, что существует некая «правильная» мотивация для участия, автор предлагает рассматривать мотивацию как развивающуюся по мере взросления группы.

По итогу первого блока статей мы надеемся, что у вас появится первое представление о том, как метод работает, с какими сложностями нужно быть готовым встретиться — и вместе с тем вам удастся заглянуть в закулисы работы группы благодаря рассказам о личном опыте.

Второй блок статей продолжает сочетать в себе раскрытие теории и анализ практики и называется «Тонкости работы». Здесь собраны статьи специалистов, которые анализируют не только опыт участия в балинтовских группах, но и ведения групп.

Первая статья здесь также рассказывает о личном опыте, но уже не участия в группе, а ведения её. Особенность же в том, что группа, о которой рассказывается, это группа врачей. Нам показалось это символичным, ведь первые группы, созданные Майклом и Энид Балинт, в которых метод вызревал и обретал свои формы, были именно группами для врачей Тавистокской больницы в Лондоне. Сегодня же в русских реалиях врачи участвуют в балинтовских группах гораздо реже психологов и психотерапевтов, хотя не менее остро нуждаются в них, что и отражено в статье **ОльгиMineвич**.

Продолжает блок о тонкостях работы статья двух авторов — **Елизаветы Константиновой** и **Игоря Алфёрова**. Здесь затрагиваются новые трудности и возможности балинтовской группы, а именно: ведение так называемых «открытых», или демонстрационных, групп, то есть таких групп, которые собираются единоразово, чаще всего в рамках обучения или конференции. Вместе с тем статья подхватывает ещё одну тему — ведения группы двумя лидерами, соведущими. Эта статья написана на основе доклада, который был прочитан на Балинтовской научно-практической конференции в апреле 2025 г. в Санкт-Петербурге.

Обращаясь к содержательной части работы балинтовской группы, **Дмитрий Шипотько** в своей статье предлагает рассмотреть развитие самого анализа коммуникации. Автор не только исследует возможности работы группы на конкретном примере, но показывает новые способы рассмотрения случаев, дарит нам призму анализа, очевидно, выработанную с годами опыта, которая делает балинтовскую работу ещё более глубокой и эффективной.

И завершает блок статья **Анны Лодзь** о больших балинтовских группах и формате «аквариума». Речь идёт о разделении группы на внутренний круг участников и внешний круг наблюдателей. Эта тема продолжает разговор об учебных и демонстрационных форматах, их ограни-

чениях и процессах балинтовской супервизии, которые они проявляют и отражают наиболее красочно. Статья написана на основе доклада, который был прочитан на Большом балинтовском Weekende в ноябре 2025 г. в Москве.

Можно было бы наполнять этот блок до бесконечности, потому что вопросам, проблемам и нюансам работы балинтовских групп и балинтовских ведущих нет конца. Впрочем, это хорошая новость. Она говорит о живости метода, с одной стороны. А с другой, предлагает материал для будущих номеров журнала, в которых мы планируем фокусироваться на отдельных темах и рассматривать их проблематику с разных сторон, прямо как рассматривается случай на самой балинтовской группе.

Но сейчас, чтобы у вас не было перенасыщения, мы перейдём к третьему блоку. Тем более, что это самый что ни на есть десерт в нашем журнале! Здесь мы собрали статьи специалистов, которые уже многие десятилетия продвигают балинтовское движение в России и благодаря которым и балинтовские группы, и конференции, и сам этот журнал стали возможными и востребованными среди специалистов помогающих профессий.

Открывает этот блок статья **Наталии Андрущенко**, в которой собран опыт уже не только участника и даже не только ведущего, но организатора и преподавателя метода. Вместе с тем колоссальным опытом, свидетелями которого мы становимся, мы можем увидеть живое отношение и любовь к балинтовской супервизии, сохранившиеся у автора на протяжении всех этих лет.

В статье **Татьяны Тишковой** мы снова рассматриваем теорию, но теперь уже в живом её развитии: от истории и зачатков метода до всевозможных экспериментов, которые проводят балинтовские ведущие по всему миру.

Наконец, **Владимир Винокур** в завершение показывает нам панораму развития балинтовского движения, уходящего корнями в послевоенные 50-е годы XX века, предлагает линии развития и предупреждает о рисках и вызовах, стоящих перед помогающими специалистами сегодня.

Эти статьи объединены в блок «Вид сверху», и, действительно, вместе они охватывают пространство, время, историю общую и личные, угрозы и потенциал балинтовского движения.

Теперь, я надеюсь, у вас есть если не ясность понимания, то хотя бы надежда на эту ясность. Вы уже знаете, что:

- балинтовские группы названы так в честь их основателей, Майкла и Энид Балинт;
- это супервизионные группы, в которых есть ведущий (или ведущие);
- в которые приходят специалисты помогающих профессий (врачи, медсестры, психиатры, психологи, психотерапевты, учителя, социальные работники, эрготерапевты, специалисты ЛФК, священники, менеджеры и многие-многие другие);
- в которых разбираются профессиональные случаи (а не личные семейные трудности или проблемы с коллегами);
- случаи эти разбираются в аспекте коммуникации и отношений специалист-пациент (а не в аспекте диагноза или стратегии лечения);
- и, говорят, эти группы очень полезны.

Выдохнем здесь. Потому что — по законам герменевтики — дальше нас снова ждёт усложнение. Возможно, птица, лягушка, мышь и стрелы вовсе не значили того, что прочитал в них Гобрий. Возможно, не они сыграли ключевую роль во взаимодействии Дария и Иданфирса, а то, что, увидев зайца, пробежавшего перед их рядами, скифы бросились в погоню за ним, что Дарий трактовал как презрение к персам. Да и так ли важен этот эпизод для настоящей войны, или он просто ярче запомнился благодаря своей красочности?

Любая история, раскрывая нам что-то, скрывает что-то другое. Но и сам акт скрывания может оказаться много говорящим. Поэтому только признав субъективность, мы способны

отстраниться и увидеть картину, в которой сами являемся участниками. «Если мы действительно субъективны и соотносимся с тем, что показывает себя в нашем восприятии, то мы можем познать сущность воспринимаемого»⁸. Поэтому я приглашаю вас вступить на этот путь, балинтовский путь, погрузиться и, соотносясь с собой, встретить то, что на этом пути вам откроется.

*Ускова Зоя,
главный редактор*

⁸ Лэнгле А. Феноменологический подход в экзистенциально-аналитической терапии // Консультативная психология и психотерапия 2009. Том 17. №2. С. 110—129

Знакомство с методом

Волков А. В. Балинтовская группа и трансформация терапевтической позиции (исследование случая)

Передо мной сидит женщина с конкретной проблемой: её муж после перенесённого заболевания не вернулся ни в работу, ни в нормальное функционирование. Сам он проблемы не видит — он просто «ещё болеет» и «ещё не готов». На деле же семья начинает рушиться экономически, сексуальная жизнь прекратилась, его пассивность становится непереносима. Но и уйти клиентка не может — слишком много факторов: жалость, чувство долга, страх неизвестности, привычка. При этом она описывает, как живёт в постоянной усталости, материальном напряжении, снижении сексуального влечения, злости на его пассивность и стыде за собственную злость. Формально запрос звучит очень корректно: «Я хочу разобраться в своих чувствах, понять, могу ли оставаться в этих отношениях». Но в комнате присутствует и другое: вопрос о том, не возьму ли я на себя роль того, кто благословит уход или, наоборот, оставит её в браке как в единственно правильном варианте.

В других обстоятельствах я бы отнёс этот случай в зону семейных конфликтов с соматическим шлейфом. Но была одна деталь, которая его усложняла. Эта женщина пришла ко мне по рекомендации своей подруги — с яркой пограничной динамикой, с тяжёлой историей, но с хорошим терапевтическим итогом: длительная работа, устойчивые изменения, возможность жить и выбирать иначе. Эту работу я без ложной скромности считаю успешной. И именно та предыдущая клиентка порекомендовала меня той, которая теперь пришла на прием и спрашивала, что делать с браком.

Для неё я не абстрактный психолог из интернета, а фигура, которую уже авансом наделяют компетентностью и почти чудодейственной эффективностью. И вот это уже не просто клинический случай. Это моя профессиональное и личностное противоречие.

К этому моменту у меня за плечами уже был приличный клинический опыт. Я работаю с неврозами и другими пограничными состояниями, с депрессивной и нарциссической динамикой, с теми, кого в просторечии называют «пограничники». Я стараюсь видеть в каждом пациенте личность как систему реальных, исторически сложившихся отношений: к себе, к другим, к деятельности, к миру. Проблема пациента — не какой-то дефект, а закономерный результат того, как были организованы его отношения и чем он был вынужден жертвовать, чтобы выжить в своем личностно-историческом контексте. Я исхожу из того, что деятельность — это не приложение к внутреннему миру, а способ существования человека. И если у него раз за разом разваливаются браки, происходит выгорание на работе, нарушаются его границы, это не «карма» и не «особенность характера», а последствия определённой структуры личности, его мотивов и реальных жизненных обстоятельств.

Свою задачу я всегда формулировал достаточно жёстко и приземлённо: не столько поддержать переживания, сколько устранить те причины, из-за которых жизнь человека распадается на симптомы и заходит в тупик. В самом прямом, жизненном смысле: чтобы менялись отношения, способы действия, выборы. Там, где это возможно. В этом контексте пациент для меня никогда не был просто «носителем диагноза». Я видел перед собой личность с нарушенной системой отношений — к значимым другим, к миру, к себе. Диагноз лишь грубо обрисовывал поле конфликта. В работе я смотрел, как именно эта система устроена, за счёт чего поддерживается, какую цену человек платит и какие выгоды от своего страдания получает.

Свои чувства в терапии я всегда считал рабочим материалом. Я знаком с тем, что в разных традициях называют переносом, контрпереносом, групповой динамикой. Я привык отслеживать, что со мной происходит рядом с пациентом: когда мне скучно, когда раздражает, когда хочется спасать, когда, наоборот, тянет отстраниться. Но это знание не делает меня непогрешимым. Слепые зоны никуда не деваются только оттого, что человек читал правильные книги и имеет клинический опыт.

Параллельно с индивидуальной работой у меня был опыт ведения и участия в динамических терапевтических группах. Поэтому сама идея балинтовской группы для специалистов вызвала у меня интерес: мне было любопытно, как организована деятельность, где объектом становится не клиент, а отношения между специалистом и клиентом. Я понимал: это не классическая супервизия, где обсуждают технику и интервенции. Здесь в фокус попадает то, как специалист живет внутри своей профессиональной роли, что с ним происходит в контакте с конкретным человеком. Тогда я ещё формулировал это для себя языком анализа контрпереноса. Позже стало очевидно, что обсуждается не столько сам контрперенос, сколько сопротивление его осознанию.

Первый приход в балинтовскую группу оказался внешне очень благополучным. Радужная атмосфера, смешанный состав: врачи-психиатры, психотерапевты, психологи. Чай, сладости, шутки про то, что группа «должна быть вкусной». Внешне — ничем не пугающий профессиональный круг.

Внутренне всё было не так гладко. Я пришёл как человек с устойчивой идентичностью специалиста частной практики, с выстроенным философским и методологическим основанием. Я привык быть в позиции стабильной фигуры: я понимаю, что происходит, я держу процесс, я не использую сессию для демонстрации собственной личности. Терапевт в моём подходе — не друг и не собеседник, а профессионал, который опирается на науку и на клинический опыт, а не на вдохновение и самораскрытие.

Разумеется, у меня были и свои искажения. Как и любой живой человек, я склонен хотеть подтверждения компетентности, уважения со стороны коллег, признания того, что моя оптика работает. Часть меня шла в балинтовскую группу именно с этим невысказанным ожиданием: продемонстрировать профессиональный уровень, показать сложный кейс, получить тонкие замечания и, по возможности, негласное одобрение «старших».

И одновременно была другая часть — более честная. Та, которая признаёт: есть случаи, в которых моя внутренняя реакция слишком сложна и противоречива, чтобы разбираться с ней в одиночку. Та, которая чувствует скрытое нежелание встречаться с некоторыми клиентами, странную усталость при мыслях о сессии, смутное ощущение, что я балансирую между помощью и вмешательством в чужую жизнь.

Страх тоже был. Страх уязвимости: что, рассказывая о своих сомнениях, промахах, колебаниях, я теряю ту самую устойчивую фигуру, которой привык быть. В нашей среде многим знакомы фантазии про то, что терапевт обязан знать, что делать, не сомневаться и тем более не приносить на обсуждение свои личные ограничения.

Тем интереснее было наблюдать, как в балинтовской группе это всё проступает наружу. Здесь никого всерьёз не интересует, сколько книг ты прочитал и какие протоколы освоил. Группу интересует, что с тобой делает конкретный пациент: где ты злишься и при этом говоришь о сочувствии; где хочешь сбежать и выдать это за профессиональную дистанцию; где ты хочешь, чтобы клиент принял то решение, которое удобно тебе — твоему образу, твоим убеждениям, твоей биографии.

Кейс с женщиной, у которой муж после болезни перестал работать, я принёс не сразу. До этого я присматривался к группе, к ведущему, к тому, как здесь обращаются с чужой уязвимостью. В какой-то момент стало ясно: если я хочу получить реальную пользу, а не очеред-

ную порцию подтверждения собственной компетентности, придётся выйти из роли того, кто всё знает.

Я рассказывал, как сначала воспринимал её: женщина, уставшая тащить семью; злость на мужа, но и жалость к нему. Как во мне поднимается агрессия к его пассивности: он пользуется её лояльностью, экономит силы за её счёт, прячется за остатками болезни. Как одновременно во мне живёт идея, что брак — это не расходный материал, что сохранение семьи — важная задача. И как всё это вместе превращается в тихий, но постоянный конфликт: я вроде бы просто помогаю ей разобраться в чувствах, а на самом деле внутренне занимаю позицию, которая влияет на её решения. Я чувствовал сомнение, неуверенность, опасение навредить, подтолкнуть к решению, которое больше отражает мой внутренний конфликт между свободой и долгом, чем её собственный. Моя нейтральность начинала размываться.

При этом я шёл в группу с доверием к самому формату. Но доверие не отменяет защит. Вокруг любого сложного кейса неизбежно возникают тонкие формы сопротивления: желание рассказать «правильную» версию, подчеркнуть драматичность ситуации, немного завуалировать собственную агрессию или бессилие. Балинтовская группа хороша тем, что эти защитные манёвры очень быстро становятся видны со стороны.

Первая волна реплик группы была предсказуемой и одновременно неприятной. Люди стали озвучивать то, что я и сам чувствовал, но предпочитал держать в слепой зоне. Кто-то говорил из позиции мужа: «Я болел, у меня нет сил, меня давит ожидание, что я должен снова тянуть всё». Кто-то — из позиции клиентки: «Я устала, я хочу, чтобы кто-то, наконец, встал на мою сторону». Кто-то вдруг начинал рассказывать о собственном опыте брака, где партнёр «сидит на шее» и годами не берёт ответственность. За этим всплывали чувства: злость, раздражение, жалость, желание раскрыть глаза этой женщине, стремление разоблачить мужа. И неизбежно — желание увидеть во мне того, кто либо поддакивает её желанию уйти, либо морализирует и требует «нести крест до конца».

Особенно важными оказались те реакции, в которых злость звучала ярко и прямо. Группа показывала: злость никуда не делась ни у клиентки, ни у меня. Мы оба её приглушаем: она — из привычки сохранять видимость «нормальной семьи», я — из своей профессиональной роли, где не принято открыто хотеть «разоблачить» одного из участников брака.

Постепенно стало очевидно то, что в одиночку я лишь смутно ощущал: мои собственные представления о браке, о долге, о свободе, о том, как правильно, активно участвуют в этом процессе. Я столкнулся с тем, что можно назвать внутренним конфликтом между двумя мотивами. С одной стороны, есть искреннее желание помогать, облегчить страдание, поддержать человека, который оказался загнан в тупик. С другой — есть мотив власти: я всё-таки сижу в кресле специалиста, ко мне приходят в уязвимом положении, у меня есть знания и опыт, которых у клиентки нет. В такой конфигурации очень легко незаметно для себя начать решать за другого, какой исход его жизни «лучше». При этом внутри живёт апостольская фантазия: я тот, кто может спасти и её, и брак, и, по возможности, всех участников сразу. Сделать так, чтобы всем было хорошо, чтобы никто не пострадал, чтобы история закончилась благополучно для всех сторон.

Группа назвала это своими именами. Кто-то аккуратно указал на мою веру в возможность универсального спасения. Кто-то отразил, что я становлюсь одновременно контейнером для её бессилия и агрессором по отношению к её мужу. Кто-то увидел в моей позиции именно ту самую апостольскую ноту: «Если я сделаю всё правильно, то все будут спасены».

Это был неприятный, но полезный укол моему самолюбию. Я увидел ограничения своего подхода не на уровне теории (с ней как раз всё было в порядке), а на уровне живой позиции. Теоретически я давно понимал, что терапевт — участник системы отношений, а не внешний наблюдатель. Практически я продолжал в некоторых ситуациях цепляться за образ устойчивой,

знающей фигуры, которой положено понимать, как будет лучше. Парадокс в том, что именно признание этой вовлечённости и уязвимости оказало освобождающий эффект.

Есть расхожая фраза: «Моя сила — в уязвимости». В популярной психологии её заездили до состояния лозунга. В контексте балинтовской группы смысл другой: пока я из всех сил стараюсь не быть уязвимым, меня можно уязвить. Пока я строю из себя неколебимого эксперта, любая ошибка, любой промах, любой сложный случай грозят обрушить всю конструкцию. В момент, когда я допускаю мысль: «Да, здесь я не всемогущ, здесь я могу не знать, что лучше, здесь мои мотивы переплетены и не всегда благородны», — у других становится гораздо меньше рычагов. Я перестаю быть заложником собственного образа.

Балинтовская группа как раз создаёт условия, в которых эту уязвимость можно не декларировать, а прожить. Ты выходишь с кейсом, за которым стоит не только клиническая сложность, но и твоя личная сложность — и группа, вместо того чтобы разорвать тебя между полюсами «молодец — бездарь», помогает увидеть, какие именно отношения здесь актуализируются. Отношение к браку, к свободе, к деньгам, к власти, к собственной необходимости быть нужным — всё это всплывает в обсуждении в виде чувств, образов, ассоциаций участников. Группа не психоанализирует в лоб, но через свои отклики даёт возможность увидеть, что именно ты привносишь в терапевтическое поле.

Для меня одним из ключевых последствий стало то, что я, как это ни цинично звучит, перестал верить, что могу помочь всем. Я отказался от фантазии всемогущества, от роли спасателя, который должен любой ценой обеспечить хороший исход для каждой истории. Вместе с этой фантазией уходит и необходимость постоянно нести на себе крест — моральный, профессиональный, эмоциональный. На её месте появляется более трезвое, но, по сути, более уважительное отношение и к себе, и к пациенту. Я остаюсь в позиции специалиста, который владеет инструментом, но я больше не обязан этим инструментом переписывать чужую жизнь в соответствии со своими убеждениями о прекрасном.

Если описывать изменения в профессиональной позиции после почти двух лет регулярной балинтовской работы, они выглядят так. По отношению к пациенту я сохранил врачебную, ответственную позицию, но она стала менее патерналистской в прямом смысле. Я по-прежнему беру на себя функцию опоры, анализа, структурирования, но всё меньше претендую на право знать, какое решение правильное для жизни человека. Уважение к клиенту перестало быть абстрактной установкой и стало следствием уважения к собственным ограничениям. Когда я ясно понимаю границы своей компетентности и влияние собственных мотивов, мне проще признать его право на выбор, который не совпадает с моими представлениями об идеальном исходе.

По отношению к себе выросло уважение к собственной работе без мифологизации. Я делаю именно то, что умею: помогаю человеку увидеть структуру его отношений и деятельности, осознать цену привычных сценариев и попробовать жить иначе. Я больше не обязан спасать мир и не обязан превращаться в одноразовый ресурс, который выжимают до дна. Я признал личные мотивы власти, денег, статуса, и это не разрушило профессиональную идентичность, а, наоборот, сделало её более цельной, потому что теперь эти мотивы больше не прячутся в тени, не управляют из-под полы, не маскируются под чистый альтруизм.

По отношению к деятельности в целом появилось больше чувства опоры. Я не обязан всё видеть и всё понимать с первой минуты. Я знаю, что у меня есть форма работы — балинтовская супервизия, — где можно вынести те случаи, в которых мои собственные отношения к пациенту, к себе вступают в конфликт и искажают терапевтический процесс.

Если попытаться описать балинтовскую группу в терминах деятельности, без апелляции к школам и фамилиям, получается следующая схема. Есть специалист, который в своей повседневной работе вступает в многократно повторяющиеся, но каждый раз уникальные отношения с пациентами. Эти отношения вплетены в более широкие связи: с медицинской системой,

с рынком психотерапии, с семьёй пациента, с его социальной средой. Есть реальные действия: приём, сессия, консультирование, ведение случая. Есть мотивы: помочь, заработать, реализовать свой профессиональный интерес, сохранить или усилить свою позицию в глазах коллег и клиентов.

В обычном режиме эти мотивы и отношения работают вперемешку, создавая то, что мы называем терапевтической позицией. Она даёт устойчивость, но вместе с ней — искажения. Какие-то клиенты начинают вызывать хроническое раздражение, какие-то — тягостную усталость, какие-то — желание немедленно спасти и вытаскивать любой ценой. И как раз в балинтовской группе эта система отношений специалиста к пациенту, к своему делу, к себе в этой роли становится объектом работы. Субъектом здесь выступает группа специалистов, включая ведущего и докладчика. Средством — совместное обсуждение случаев, в котором каждый участник на время берёт на себя ту или иную позицию: пациента, терапевта, наблюдателя, третьих лиц из рассказа. В результате происходит реконструкция, уточнение, иногда радикальное изменение отношений специалиста к конкретному пациенту и к своей роли в целом. Проще говоря, в балинтовской группе восстанавливают видимость там, где в повседневной практике глаз замыливается. Те сегменты действительности, которые раньше оставались в тумане, становятся различимыми. Но главное — видимыми становятся собственные мотивы и реакции, которые раньше казались нейтральными или вообще не замечались.

В терапии это означает, что я теперь иначе отношусь к собственным чувствам в сессии. Любая злость, скука, усталость, желание спасти, желание сбежать становятся для меня сигналами о том, какие именно отношения между мной и клиентом сейчас складываются, какой прежний опыт — мой и его — актуализируется. Чем меньше я боюсь этих чувств, чем скорее могу признать их существование и вынести на обсуждение в подходящей форме (в том числе на балинтовской группе), тем больше у меня свободы в выборе действий. Вместо реагирования из автоматизма у меня появляется возможность отрефлексировать: сейчас во мне говорит мой страх быть использованным, мой мотив власти, мой опыт собственных отношений, мои убеждения о браке, деньгах, долге. И уже после этого принимать решения о том, что именно я делаю в терапии.

Кому может быть полезен такой взгляд на балинтовскую работу? В первую очередь — тем специалистам, которые уже чувствуют, что внутри их практики накопились зоны хронического напряжения. Тем, кто замечает за собой нежелание брать определённые категории клиентов, кто ловит себя на цинизме или, наоборот, на избыточной вовлечённости, кто живёт в режиме «Я должен помогать всем» и одновременно ощущает, что эта позиция истощает.

Для клиентов, кстати, это тоже имеет значение, пусть и косвенное. За фигурой терапевта они часто видят или идеального спасателя или безличное существо в белом халате. Текст вроде этого может показать другую картину: за профессиональной ролью стоит человек, который систематически работает над тем, чтобы его личность была инструментом, а не помехой в терапии.

Для меня балинтовская супервизия стала именно таким инструментом. Не заменой теории, не альтернативой личной терапии, а отдельным видом деятельности, в которой моя профессиональная позиция регулярно проходит проверку на прочность и честность. Если попытаться сказать это одной фразой, получится так: балинтовская группа позволила мне отказаться от фантазии всемогущества, не потеряв при этом уважения к своей работе; сохранить устойчивую, ответственную позицию, но сделать её более человеческой и более трезвой; перестать быть функцией спасения, сохранив способность помогать.

Об авторе:

Волков Антон Викторович — клинический психолог, динамический психотерапевт. Сертифицированный супервизор, ведущий динамических, супервизионных и балинтовских

групп. Аккредитованный супервизор Ассоциации Супервизоров и Консультантов. Член Балинтовской ассоциации (Россия).

Mail: dynamicpsy.ru@gmail.com

Помазанов М. В. Сопротивление в балинтовских группах

Резистентность (от лат. *resistentia* — сопротивление, противодействие) в общем смысле означает сопротивляемость (устойчивость, невосприимчивость) организма к воздействию различных факторов. В классическом психоаналитическом понимании сопротивление — это явление всех сил в психике пациента, которые противятся осознанию бессознательного материала. В контексте балинтовской группы (БГ) сопротивление (или резистентность) есть совокупность сил, препятствующих осознанию бессознательного материала, а также исследованию дисфункциональных паттернов во взаимодействии «врач — пациент». Тема сопротивления в БГ обширна и требует анализа как групповых, так и внутриличностных процессов.

Балинтовская группа — не для решений, поскольку ее основным фокусом работы является анализ взаимодействия «врач — пациент» в представленной истории, исключая клинические аспекты и поиск решений. Ограничение на советы и решения является ключевым правилом, которое помогает группе возвращаться к сути вопроса, выдерживая границы супервизионной структуры, оставаясь в идеи исследования коммуникаций.

Идея Майкла Балинта о возможности отступать от жестких правил, оставаясь в границах технологии, перекликается с замечанием Ш. Ференци о том, что ригидные и жесткие правила могут рождать страдание у пациента и неоправданное чувство превосходства у врача. Эти представления подчеркивают идею отсутствия единого общего правила, что является важным принципом в анализе работы со случаем в БГ.

Профессия врача, как и другие помогающие профессии типа «человек-человек», изначально связана с необходимостью оказывать влияние на другого человека. Мотивация власти может трансформироваться и являться основанием других мотивов выбора профессии, таких как самоуважение, повышение оценки через достижение значимого социального статуса. Учет этого аспекта важен, поскольку он *изначально вложен* в помогающие профессии и неотделимо присутствует.

Групповые процессы и сопротивление

Балинтовская группа является инструментом для исследования отношений «терапевт-пациент», но в то же время сама группа со своими скрытыми структурами, правилами и динамикой может затруднять анализ. Как и любая группа, БГ подвержена этапам инициации, формированию, развитию, стабилизации, а соответственно всем тем динамическим особенностям, которые возникают на этих этапах.

Одним из ярких динамических процессов, связанных с сопротивлением, является «группомыслие» (или «оглупление мышления»), введенное Ирвином Дженисом (Janis, 1972) и цитируемое В. А. Винокуром. Оно возникает при доминации поиска согласия и единодушия, перебивая альтернативные мнения. У. Бион в своих работах выдвигает идею «валентности» — спонтанного инстинктивного участия в групповом процессе. Эта валентность разворачивается в специфической групповой динамике, отыгрывающей базовые сценарии поведения (basic assumptions) с целью преодоления тревоги от возможных изменений. Это приводит к *групповому мышлению*, когда группа функционирует как целое, зачастую бессознательно для ее членов.

Дополнение по У. Биону: Бион выделял рабочую группу (work group), сфокусированную на задаче, и базовые сценарные группы (basic assumption groups), которые формируются как коллективная защита от тревоги. Эти базовые сценарии — Зависимости (*dependence*), Сражения-Бегства (*fight-flight*) и Формирования пары (*pairing*) — представляют собой бессознательные паттерны, которые сопротивляются сложной и фрустрирующей работе. Застывание

на какой-либо динамике или процессе, по сути, и есть проявление сопротивления. С одной стороны правила БГ направлены на купирование подобной динамики, но в то же время сама динамика является фокусом для анализа случая, принесённого заказчиком на группу.

В балинтовской группе сопротивление приобретает коллективный и профессионально окрашенный характер бессознательных защитных механизмов, оберегающий участников и прежде всего заказчика, представившего случай, от столкновения с болезненными переживаниями: стыдом, виной, профессиональной несостоятельностью, агрессией или личными конфликтами. Сопротивление маркирует самые «горячие», значимые и уязвимые точки в представленной истории. Умение распознавать и работать с сопротивлением является ключевой компетенцией ведущего и залогом глубины анализа группового процесса.

Сопротивление заказчика в балинтовских группах

Феномен «сопротивление заказчика» (участника, представившего случай на группе) может проявляться в различных формах: от трудности с принятием интерпретаций группы до жесткой защиты своей позиции или даже полного обесценивания предложенных гипотез. Такой феномен можно рассматривать через призму трех основных источников: проекции переноса пациента на групповой процесс, внутриличностных мотивов и защит самого терапевта (заказчика), связанных с его личной историей и недостаточностью личной проработки, а также проявления контрпереноса, возникающего в работе с конкретным пациентом.

Контрперенос и переносные процессы

Контрперенос — это совокупность всех бессознательных реакций, чувств и отношений терапевта к пациенту, возникших в результате коммуникации с ним. В балинтовской группе он проявляется через призму того, как заказчик представляет случай и реагирует на реакцию группы. Когда заказчик представляет случай, он приносит в группу живую динамику этих отношений, и эти паттерны сопротивления зачастую связаны с внутриличностными конфликтами и бессознательными переносами пациента на фигуру врача. Особенно ярко заметно, когда динамика с пациентом является сложной и запутанной, сам врач (заказчик) может бессознательно проигрывать или проецировать это сопротивление пациента на группу или на процесс обсуждения. Таким образом, сопротивление заказчика перестает быть только его собственным и становится своего рода эхо-реакцией на переносные процессы, происходящие в его коммуникации с этим пациентом. Одним из маркеров таких процессов служит явление, называемое «параллельным процессом», притом чем более нарушен пациент в истории заказчика, тем ярче оно выражено. Параллельный процесс в БГ проявляется феноменом повторения в отношениях заказчика с группой, структур и динамики отношений терапевта и клиента. В классическом понимании паттерн клиента (например, беспомощность и самобичевание) повторяется в терапевте, который затем неосознанно воспроизводит этот паттерн уже в отношениях с группой, где мотивационной основой может быть сокрытие или утаивание. Параллельный процесс, как правило, не осознается терапевтом и является проявлением проекции (перенос и контрперенос).

Внутриличностные источники сопротивления

Несмотря на идею о несомненном профессионализме всех участников, которую можно принять за аксиому, значимым источником сопротивления заказчика являются его собственная личность, конфликты, незавершенные процессы и защитные механизмы. Перечислим основные варианты этого вида сопротивления.

- Резонанс с собственными конфликтами. Если проблемы пациента резонируют с нерешенными конфликтами заказчика, он может бессознательно отождествлять себя с пациентом, защищая его позицию и свою собственную уязвимость.

- Недостаточная личная проработка. Отсутствие или нехватка личной терапии может влиять на способность врача воспринимать и обрабатывать информацию в группе, запуская неосознаваемые процессы, ведущие к негативному, избегающему отношению к таким группам.

- Страх профессиональной несостоятельности. Страх признания ошибки, особенно перед коллегами, может провоцировать «программы профессиональной защиты» для снижения уязвимости. Подобные чувства могут рождать негативную обратную связь или разрушение сделанного со стороны докладчика.

- Избегание уязвимости. Внутренние барьеры перед проявлением уязвимости могут вызывать сопротивление углубленному эмоциональному исследованию случая с предпочтением оставаться на поверхностном, фактологическом уровне.

Сопротивление заказчика также может быть сигналом о том, что групповой процесс затронул его собственные защитные структуры, связанные с детскими сценариями или паттернами взаимодействия с авторитетными фигурами (ведущим) или сиблингами (другими участниками). Без достаточной личной проработки этих аспектов врач может быть неспособен эффективно использовать потенциал БГ.

Работа с сопротивлением

В долго работающей группе с постоянным составом появляется «насмотренность» на процессы, что позволяет лучше анализировать и понимать ситуативно возникающие чувства и состояния. Одной из центральных задач лидера и участников группы является дифференциация источников сопротивления заказчика. Сопротивление следует рассматривать не как препятствие, а как ценный материал для исследования.

Для работы с этим феноменом используется недирективное исследование, позволяющее избегать прямого давления и критики:

- Использование открытых, исследовательских вопросов: *«Что вы чувствуете, когда слышите это?»*, *«Какая часть этого отклика вызывает у вас наибольшее сопротивление?»*.

- Смещение фокуса на «здесь и сейчас», обращая внимание на то, как динамика с пациентом или внутренняя динамика заказчика проявляется непосредственно в групповом взаимодействии.

- Предложение гипотез в мягкой, вопросительной форме: *«Может ли быть так, что...?»*, *«Предположим, это может быть связано с...?»*

Заключение: сопротивление как ресурс

Сопротивление в балинтовской группе, как и в любых других, начинает проявляться уже на этапе ее формирования. Создание матрицы группы происходит ведущим еще до первой встречи, и отличие БГ от прочих динамических групп в том, что она содержит правила, позволяющие ей функционировать как рабочей группе, не позволяя переходить в психотический уровень, но предоставляя возможность отслеживать подобные процессы. Каждый принесенный кейс на группу вносит свое влияние в коллективное бессознательное.

Идентифицированное сопротивление позволяет специалисту интегрировать свой эмоциональный опыт, признать свою ограниченность и, как следствие, стать более целостным, устойчивым и эффективным в своей работе. Группа, умеющая различать, признавать сопротивление и работать с ним, становится более сплоченной, открытой и способной к глубокому исследованию человеческих отношений, что является главной целью любого балинтовского процесса. Сопротивление не враг, а союзник на пути к профессиональной и человеческой зрелости.

Список литературы:

1. Винокур, В. А. Балинтовские группы: история, технология, структура, границы и ресурсы / Владимир Александрович Винокур. — СПб.: СпецЛит, 2019
2. Под науч. ред. Богдана Василевски и Лилианы Энгель «Балинтовский групповой тренинг. Теория и применение» 2018г.
3. Балинт, М. Врач, его пациент и болезнь /Михаэль Балинт. — London: Psyllabus, 1957 (2-е изд. 1964; изд. 2000)
4. Балинт, М. Базисный дефект. Терапевтические аспекты регрессии / Михаэль Балинт; пер. с англ. — М.: Когито-Центр, 2002 (оригинал 1968)
5. Balint, M. A Study of Doctors / Michael Balint [et al.]. — London: Tavistock Publications, 1966.
6. Блон, У. Р. Групповая динамика / 1952г.

Об авторе:

Помазанов Матвей Валерьевич — педагог-психолог, психоаналитически ориентированный психолог, группаналитик. Член Самарского Балинтовского Общества.

Mail: pomazanov.mv@gmail.com

Кирюшина Н. Г. Созревание зерна: мотивация участия в балинтовской группе

Представьте (или вспомните) себя молодым специалистом, прошедшим обучение балинтовской супервизии и квалифицировавшимся как ведущий группы. Перед вами стоит, казалось бы, простая и очевидная задача — собрать свою группу. Этого негласно ожидает профессиональное сообщество: «назвался груздем — полезай в кузов». Это согласуется и с вашими собственными ценностями и амбициями. Вы чувствуете готовность и приятное предвкушение от предстоящей работы.

Однако, запустив процесс, вы сталкиваетесь с суровой реальностью: группу сложно набрать. Более того, даже когда группа собралась, оказывается, что она нуждается в длительной работе по её возвращению.

Здесь ожидания специалиста сталкиваются со многими ограничениями. Хорошая новость в том, что на самом деле эти ограничения — часть процесса развития. Балинтовская группа — это живой организм. Ей необходимо время, чтобы созреть. Настоящая сработанная группа образуется в процессе долгой совместной работы.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.