

Как стать групп-аналитиком





Когда меня впервые спросили, почему я выбрала из всего многообразия модальностей и направлений психоанализа групп-анализ, я, не задумываясь ответила, что это не я его выбрала, а он выбрал меня.

Конечно, до определенного времени ничего не знала о групп-анализе, я уже состоялась в профессии, я много лет преподавала русский язык и литературу в старших классах, и только в конце 90-х годов, я обратила своё внимание на психологию и увлеклась ею как девчонка.

Возможно, моё увлечение так и осталось бы увлечением, если бы не горе, с которым я столкнулась и не смогла справиться без помощи психоаналитика. Именно тогда я и решила для себя, что обязательно стану психологом и научусь помогать людям, так же как помог мне мой психотерапевт.

Мой путь в групповой психоанализ не был легким и безоблачным, но он всегда был удивительно интересным и захватывающим. Первое практическое знакомство с ним состоялось в период моего обучения в МИПе на программе «Основы сексуальности человека», когда одна моя коллега позвала меня поучаствовать в группой супервизии, которую проводила Алина Алексеевна Тимошкина, и это было для меня потрясение, волшебство, магия. Именно тогда я впервые услышала про психоаналитические группы, и задумалась серьезно о групповом психоанализе. И я на следующий день отправилась в деканат узнать подробности о программе обучения на группового психоаналитика. Я думала, что это всё будет недолго, не столь затратно по времени, финансам и я растерялась: очень хочется, но как совместить практику в Ростове-на-Дону с пятилетним обучением в Москве. В то время обучаться можно было только очно, ни о каких дистанционных онлайн программах мы и мечтать не могли, их просто не существовало. Оказалось,

Мой путь в групповой психоанализ не был легким и безоблачным,
но он всегда был удивительно интересным и захватывающим.

что программа включает в себя целый комплекс практических и теоретических курсов, необходимых для получения квалификации специалиста по групповому анализу и групповой психоаналитической психотерапии: пятилетний практический курс личного участия в группе; двухгодичный теорблок; индивидуальный психоанализ, супервизии - индивидуальные и групповые; наблюдательство; ко-терапия; стажировка, плюс участие в семинарах и конференциях. Практический курс включал в себя прохождение двухгодичной психоаналитической группы I уровня и трехгодичной II уровня с периодичностью встреч раз в полтора-два месяца по уикендам с 10 часов утра до полседьмого вечера, что позволяло мне прилетать после работы в пятницу и возвращаться ночью воскресного дня к рабочему понедельнику.

На первую сессию в группе я ехала из аэропорта на Кутузовский проспект и сердце моё замирало от мыслей, как это будет: сколько участников в группе, кто эти люди, какого они возраста, чем занимаются, о чем мы будем разговаривать, если мы не знакомы и не будет заданных тем, а будет полная свобода: говори, о чём хочешь, сколько хочешь, с кем хочешь. В моей первой группе, кроме меня, были только два участника, которые

Группа дала возможность посмотреть на себя глазами других, увидеть свои проблемы, которые в индивидуальной терапии могли бы остаться неопознанными, не обозначенными

планировали стать групповыми аналитиками, остальные пришли в группу, чтобы решить свои проблемы коммуникации.

Моя жизнь за пять лет очень сильно изменилась. Группа дала возможность посмотреть на себя глазами других, увидеть свои проблемы, которые в индивидуальной терапии могли бы остаться неопознанными, не обозначенными, потому что только в группе есть возможность получить очень разные реакции участников на своё поведение, на то, как я преподносила информацию, давала обратную связь, порой оценку другим, которую никто не просил и не ждал. Именно в группе я научилась по-другому моделировать своё поведение в моменте, как в группе, так и вне её. Благодаря нашим мудрым ведущим, группа росла, зрела, развивалась, мы становились осознанней, устойчивей и ресурсней. Роль ведущих долгое время была непонятна, нам вообще казалось, порой, что мы можем и сами без ведущего, собираться и разговаривать, в группе не было никаких заранее заданных тем, полная свобода действий, говори, о чем хочешь, сколько хочешь, извлекай пользу, которую сможешь извлечь или не извлекай. Но, только благодаря ведущим, постепенно создавалась атмосфера безопасного пространства, где стало возможным без страха знакомиться, общаться, делиться своими жизненными историями, переживаниями, тревогой, опасениями, болью. Ведущие, используя свой опыт, знания, которыми я в тот период еще не обладала, научили нас исследовать сложности построения отношений, под их чутким руководством стало возможно по-новому выстраивать коммуникации друг с другом. Этот опыт позволил увидеть и в последствии изменить

Доверие, безопасное пространство группы, дало возможность каждому из участников проработать именно тот бессознательный материал, который был актуален для него.

способы взаимодействия с мужчинами и женщинами, с детьми и родителями, в группе удалось обнаружить те сложности, которые мешали мне в коммуникативных связях, и увидеть те, которые были конструктивны и помогли в этом. Только в групповом процессе можно увидеть и распознать те методы и модели поведения, которые нам либо мешают, либо помогают, те бессознательные мотивы, которые руководят нами в реальной жизни.

ни. В зависимости от степени развития групповых процессов, протекающих в группе, менялась и роль ведущих, в моей трехгодичной группе их было два, ведущие работали в ко-терапии.

С развитием группы в ней очень постепенно, шаг за шагом появлялось доверие. В перерывах между встречами мы начинали скучать друг по другу, по ведущим, которые стали для нас родными и важными фигурами, и по группе в целом. Символическое воспроизведение ситуаций своих родительских семей позволило участникам группы и лично мне, изменить устоявшиеся стереотипы своих детско-родительских и сиблинговых отношений. Доверие, безопасное пространство группы, дало возможность каждому из участников проработать именно тот бессознательный материал, который был актуален для него. Было интересно наблюдать за метаморфозами, ставших близкими для меня, участников группы и за собой тоже. Наблюдая за теми изменениями, которые происходили у участников: многие создали пары, родили детей, сменили место работы, я радовалась их успехам, развитию и ощущала принадлежность к этим процессам.

Параллельно участию в группе, я начала изучать психоаналитическую теорию и теорию групповых процессов, посещать групповые супервизии, семинары, конференции, и переехала из Ростова-на-Дону в Подмоскowie. Моя жизнь стала обретать более четкие границы, яркие краски и новые смыслы. Мне очень повезло с учителями, ведущими, наставниками, супервизорами, я им всем признательна и благодарна за их профессионализм, мудрость и щедрость.

За годы становления групповым аналитиком я завершила полный пятилетний курс в МШГА и получила квалификацию специалиста по групповому психоанализу и групповой психоаналитической психотерапии я выпустила пять групп I и две группы II уровня, продолжаю вести группы, в рамках обучения в МШГА: двухгодичные и трехгодичные – очно и онлайн, пятый год веду группу «Интерпретации сновидений методом группового психоанализа», помогаю молодым групп-аналитикам, которые начинают вести свои группы, среди них есть мои коллеги, которых я соблазнила пойти по пути становления групповым психоаналитиком.

XI МЕЖДУНАРОДНАЯ ОНЛАЙН КОНФЕРЕНЦИЯ ПО ГРУПП-АНАЛИЗУ
«ГРУПП-АНАЛИЗ: ЛЮБОВЬ, ОТНОШЕНИЯ» СОСТОИТСЯ 18-19 НОЯБРЯ 2023