

## ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ В ЛИЦАХ: ИРВИН ЯЛОМ. ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ ПСИХОЛОГА

**Гладких А. А., Арсентьева Г. Н.**

*Центр практической психологии «ШАГИ», Иркутск, Россия  
E-mail: shagi\_gi@mail.ru*

Профессиональное становление – это форма становления личности индивида, рассмотренная через призму профессиональной деятельности. Специалисты, изучающие данный раздел психологии труда (например, Поварёнков Ю. П. и др.), акцентируют внимание на необходимости целостного рассмотрения этого направления как формы социализации и индивидуализации, часть жизненного пути личности, форму научения и развития, а также одну из ведущих форм проявления активности личности [2, с. 2].

Ю. П. Поварёнков говорит о непрерывности данного процесса и освещает необходимость наблюдения и поддержки профессионального становления на протяжении всего пути личности в профессии (от выбора направления деятельности до высших форм профессионального развития).

Ирвин Ялом – профессор психиатрии Стенфордского университета в Калифорнии. Один из известнейших психотерапевтов, ведущих специалистов экзистенциального подхода, писатель, автор нескольких бестселлеров.

Родители Ирвина эмигрировали из России в 20-е гг. XX столетия. В интервью и книгах Ялом называет себя «сын бедного торговца-эмигранта из российской деревушки на границе с Польшей». Говорит о бедности, жизни в гетто (где они были единственной «белой» семьёй) и трудностях в школьной среде из-за предвзятого отношения к евреям. Упоминает, что все его друзья были «чёрными». И что полюбил читать, хотя никогда не видел родителей с книгой. Книги он называет своим способом адаптации в непростой ситуации и заявляет, что Ф. М. Достоевский и Л. Н. Толстой сыграли определяющую роль в его выборе профессии. Из интервью: «Толстой и Достоевский сформировали мою философию, психологию, мои отношения с обществом. Благодаря им я стал понимать сокровенные глубины и тревоги человеческой души».

Ирвин Ялом в подходе к терапии делает акцент на важности взаимоотношений психотерапевта и пациента, постулирует привнесение личности и чувствительности терапевта в процесс психотерапии. Являясь представителем психодинамического направления, Ялом осваивал модель «чистого экрана» – максимальной нейтральности и нулевого привнесения личности терапевта в

процесс работы с пациентом для максимального переноса проекций на «чистый экран» терапевта.

В книге «Вглядываясь в солнце» Ялом упоминает об ощущении недостаточности психоаналитического подхода для психотерапии во время обучения и о том, как нашёл дополнение в философии, познакомившись с трудами Ролло Мэя (к которому позже пошёл на личную терапию) [5, с. 215]. Здесь и формируется экзистенциальная парадигма его подхода. Он пишет о важности и фундаментальности вопроса о смысле человеческой жизни, рассматриваемого философией.

Если рассматривать влияние семейного поля на формирование личности и профессионала, то из интервью и книг Ирвина можно предположить взаимосвязь между отношениями с родителями и сверстниками, а также с женой и детьми, с одной стороны, и профессиональными принципами и методами Ирвина Ялома – с другой. Он описывает конфликтные отношения с матерью, называя её «дракон, который к старости растерял зубы» [8, с. 178], дефицит общения с родителями, которые работали по 12 часов 6 дней в неделю, опасность нахождения на улице (жизнь в гетто) и проблемные отношения в школьной среде (еврейское происхождение, которое осуждалось). Рассказывает, что с женой они познакомились в 15 лет (они до сих пор вместе, у них четверо детей, они по-прежнему находят общие темы и интересы). В интервью упоминается факт, что для продолжения учёбы «нужно было всё делать на отлично», к тому же было сильное желание жениться на избраннице, поэтому Ялом закончил учёбу в медицинской школе на год раньше. В работе же он постулирует важность терапевтических взаимоотношений, искренности в выражении чувств обеих сторон терапевтического процесса и актуальность работы в «здесь и сейчас». По мнению Ялома, большинство проблем пациента связано именно с дисфункцией в межличностном общении, и терапевт в микрокосме терапевтического пространства учит клиента адекватно выражать чувства, принимать реакцию собеседника, сопоставлять собственное представление о себе с представлением окружающих, принимать человечность природы собеседника и терапевта в частности [6, с. 86].

Весомое значение в психотерапии придаётся собственной терапии как способу уменьшить «слепые пятна» личности терапевта, понять процесс с позиции клиента, эмпирически обрести уверенность в важности и эффективности психотерапевтического воздействия [6, с. 168]. В связи с вопросом о поддержке специалиста на всём профессиональном пути, профилактике выгорания, профдеформации и ятрогении, нам видится необходимым систе-

матическое прохождение терапии специалистами. В интервью и книгах Ирвин Ялом говорит о периодических длительных курсах личной и групповой терапии, нескольких группах поддержки. В своих трудах он делится взглядом на особенности работы в индивидуальной терапии: неравноценность близкого общения с пациентами (одностороннее безоценочное принятие, ответственность за безопасность процесса, действия в интересах только одного участника общения – пациента), восхищение и идеализация личности пациентами в контрасте с разносторонними реакциями близких, большая концентрация взаимоотношений и близкого общения в рабочем процессе в ущерб личным связям. И на вытекающую из этих особенностей необходимость поддержки в виде личной терапии и групп поддержки.

Ялом много внимания уделяет четырём главным вопросам экзистенциального подхода (смерть, смысл, изоляция и свобода), считая их определяющими и фундаментальными в процессе терапии и жизни в целом. Продолжая принимать пациентов в 87 лет, Ялом сократил количество приёмов для сохранения эффективности и отказался принимать тех, кому нужна терапия длительного года, объясняя это принятием реальности собственного возраста и ответственностью перед пациентами за завершение процесса их терапии. Он позиционирует конечность существования со смертью, пишет об этом в книгах, говорит с пациентами, а в монографии, посвящённой этому вопросу, делится собственным опытом отношений со смертью [5, с. 220]. В его образе жизни мы наблюдаем полную конгруэнтность с тем, что он заявляет по данному вопросу.

В текстах Ялома отражается уверенность в важности психологии в жизни человеческого общества. Он пишет о целесообразности непрерывного процесса терапии, клиент-центрированности вместо проблемно-центрированного краткосрочного подхода. Говорит о равенстве терапевта и пациента в процессе поиска решения, об уважении к пациенту и возможности искренне у него чему-либо учиться, признавать свою человеческую природу с возможностью ошибаться, испытывать неопределённость, знать меньше, чем другой. И все эти проявления не только не лишают его авторитета, уважения и признания со стороны пациентов и студентов, но усиливают эти аспекты, подтверждая гипотезу о важности искренности и конгруэнтности во взаимоотношениях как личных, так и терапевтических.

Как уверенный профессионал, Ирвин Ялом принимает нестандартные решения в процессе взаимодействия с пациентами, выдерживая нормативы безопасности и терапевтичности методов. Как то: договор о бесплатной терапии в обмен на написание

отчётов обеими сторонами, где учитывалась проблема писательства и неспособность платить за терапию пациентки и желание Ялома сделать взаимное восприятие в общении с ней более объективным и самому начать писать [9, с. 8]. А также решение посещать пациентов на дому, дорисовывая истинную картину личности пациента и повышая у него ощущение важности и ценности [6, с. 236]. Здесь же можно упомянуть смелость делиться сомнениями с пациентом, превращая дальше это в материал для исследования и терапевтического роста пациента [6, с. 232].

В своих книгах Ялом обращается, в том числе, и к специалистам, коллегам и студентам психологической отрасли. Делится советами, пропущенными через собственную практику ошибок и удач, рассуждения и переосмысления, личным опытом и чувствами. Говорит о своих наставниках, на собственном примере обучая благодарности, признательности и последовательности.

Таким образом, в анализе профессиональной деятельности и жизни Ирвина Ялома мы видим яркий пример взаимного влияния формирования личности и профессионального становления психолога-практика с несколькими этапами (выбор профессионального поля и направления, уверенное функционирование, мастерство и наставничество). Можем проследить влияние семейных истоков, обстоятельств жизни и развития, среды на выбор профессии, подхода и принципов деятельности, а также на скорость адаптации и становления в выбранном направлении.

### Литература

1. Климов Е. А. Психология профессионала: Избр. психол. тр. М., 1996. 530 с.
2. Поварёнков Ю. П. Психология профессионального становления и реализации личности как отрасль психологической науки // Вестн. Перм. гос. гуманитар.-пед. ун-та. 2014. № 1. [Электронный ресурс] // Научная электронная библиотека «киберленинка»: сайт 2014–2018. URL: <http://https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 20.02.2018).
3. Хамитова И. Развитие профессиональной идентичности консультанта // Журн. практ. психологии и психоанализа. 2000. № 1.
4. Ялом И. Групповая психотерапия: Теория и практика / пер. с англ. Г. Пимочкина, Н. Шевчук. 2-е изд. М.: Апрель Пресс, Психотерапия, 2007. 576 с.
5. Ялом И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / пер. с англ. А. Петренко. М.: Эксмо, 2008. 352 с.
6. Ялом И. Дар психотерапии / пер. с англ. Э. И. Мельник. М.: Эксмо, 2015. 352 с.
7. Ялом И. Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы / пер. с англ. А. Б. Фенько. М.: Класс, 2005. 279 с.
8. Ялом И. Мамочка и смысл жизни / пер. с англ. Е. А. Климова. М.: Эксмо-Пресс, 2015. 384 с.
9. Ялом И., Элкин Дж. Хроники исцеления: Психотерапевтические истории / пер. с англ. С. Артемова. М.: Эксмо, 2008. 352 с.
10. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / пер. с англ. Т. С. Дробкина. М.: РИМИС, 2008. 608 с.