

РАЗДЕЛ IV. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

УДК 159.98

Кузовкин В.В.

Московский государственный областной университет

СТРУКТУРИРОВАНИЕ В КЛИЕНТОЦЕНТРИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ КАК ПСИХОТЕХНИЧЕСКИЙ НАВЫК

V. Kuzovkin

Moscow State Regional University

STRUCTURING IN THE CLIENT-CENTERED PSYCHOTHERAPY AS A PSYCHOTECHNICAL SKILL

Аннотация. Структурирование рассматривается в статье как важная составляющая профессионального мышления клиентоцентрированного консультанта и психотерапевта, посредством чего формируется образ процесса консультирования. Рассматривается вклад К. Роджерса в развитие процесса структурирования как в индивидуальной, так и в групповой клиентоцентрированной психотерапии. Обсуждаются также идеи последователей учений К. Роджерса, рассматривающих процесс структурирования при выстраивании отношений с клиентом с помощью навыков фокусирования, эмпатического слушания и др.

Ключевые слова: клиентоцентрированная психотерапия, структурирование в клиентоцентрированной психотерапии, психотехнический навык.

Abstract. In the following article structuring is considered as a vital part of a client-centered psychotherapist professional thinking. The stock image of the counseling process is being formed through it. The author considers the contribution of C. Rogers into the development of structuring both for the individual and group client-centered psychotherapy. Besides, the article discusses the contribution of some of C. Rogers followers who consider the structuring process in the action of the relationship-building, which is conducted through empathic listening, focusing and other person-centered skills.

Key words: client-centered psychotherapy, structuring in client-centered psychotherapy, psychotechnical skill.

Понятие «структурирование» означает внесение в процесс психотерапии и консультирования (далее — психотерапия) организации и порядка и является важным психотехническим навыком, способствующим эффективности взаимодействия психотерапевта и клиента. Описание данного понятия и, соответственно, навыка представлено в литературе очень разрозненно. Поэтому главной задачей статьи, с одной стороны, является привлечение внимания к важности освоения данного навыка при обучении психотерапевтов, с другой — обобщение имеющейся литературы по данной проблематике, не претендуя на всеобщность такового знания.

Речь о значении структурирования заходит особенно тогда, когда надо исследовать эффективность процесса психотерапии при использовании того или иного метода. Тогда возникают руководства по тому или иному методу психотерапии, чтобы осваивающие метод как для его применения по отношению к клиентам (пациентам), так и при исследовании его эффективности, могли осуществлять воздействие, используя одни и те же принципы, психотехнические средства, понимая примерно одинаково психологические механизмы изменений, происходящих с человеком, обратившимся за психологической помощью.

Не является исключением клиентоцентрированная психотерапия (далее — КЦП): К. Роджерс многое сделал, чтобы его метод стал исследовательским методом динамики личностных изменений клиента, его личностного роста, и создал руководство [9] по организации и ведению консультационного процесса, а в последующем — и необходимый диагностический инструмент для исследования его эффективности (например, «Шкалу процесса психотерапии» [12], которая, в свою очередь, тоже может рассматриваться как структурированное представление об изменениях, происходящих в личностном росте клиента [7]).

В последующем К. Роджерс развивал метод, совершенствовал его, но уже за счет условия такого его важнейшего аспекта, как отношения между психотерапевтом и клиентом. Что в результате вылилось в представления о необходимых и достаточных условиях терапевтических личностных изменений [10].

В КЦП структурирование отражает те усилия, которые психотерапевт прилагает для создания психотерапевтических возможностей для клиента, которые помогли бы ему измениться. При этом необходимо отдавать себе отчет в том, что эти усилия сильно отличаются от тех, которые прилагает психотерапевт, например, психоаналитической или бихевиоральной ориентации. Но это тема отдельного разговора.

Во введении к своей книге «Консультирование и психотерапия» К. Роджерс говорит о том, что он попытался в ней выразить свою убежденность, что «консультирование — это познаваемый, предсказуемый и вполне понятный процесс, который может быть изучен, опробован и усовершенствован» [9, с. 8]. А основную гипотезу, которую он выдвигает для доказательства, он определяет следующим образом: «Эффективное консультирование представляет собой определенным образом **структурированное** (выделено мной — В.К.), свободное от предписаний взаимодействие, которое позволяет клиенту достичь осознания самого себя настолько, что это дает ему возможность сделать позитивные шаги в свете его новой ориентации» [9, с. 25]. Объяснение, подтверждение и дополнение этой гипотезы является целью всех последующих глав книги.

Мы же сфокусируемся на термине «структурированное взаимодействие». Здесь необходимо обратить внимание на то, что К. Роджерс, с нашей точки зрения, делает удачную попытку кратко и в достаточно упрощенной форме представить это структурированное взаимодействие через описание отдельно и в определенном порядке следующих этапов консультативного процесса, которые он многократно наблюдал и проиллюстрировал примерами из клинической практики.

К. Роджерс отдает себе отчет в том, что в процессе, где так много нюансов, любая попытка свести его к определенным этапам или элементам влечет за собой гораздо больше субъективизма и некоей приближенности, нежели объективности и точности, и подчеркивает, что терапия — единый процесс, в котором определенные этапы могут накладываться друг на друга и в котором все они взаимосвязаны, но они следуют приблизительно в том порядке, который представлен в книге.

Можно сетовать на то, что структура процесса консультирования представлена у К. Роджерса довольно подробными шагами количество которых можно уменьшить, и что их последовательность не запоминается

теми, кто данный процесс пытается усваивать для использования со своими клиентами. Однако если мы говорим о множестве нюансов этого процесса, то совершенно необходимыми кажутся все 12 этапов, представленных автором. При этом сам К. Роджерс укладывает их в 4 стадии процесса: начало терапии, стадия эмоционального высвобождения, стадия достижения инсайта и заключительная фаза терапии [9].

12 этапов консультативного процесса, предложенные К. Роджерсом, следуют приблизительно в том порядке, который представлен ниже, вписываясь в обозначенные им стадии.

I стадия — **начало терапии.**

Этап 1. К. Роджерс обозначил данный этап, как «**человек обращается за помощью**» [9, с. 38]. Здесь он утверждал, что это один из самых важных этапов терапевтического процесса. Клиент взял себя в руки и совершил поступок первостепенной важности. Он может отрицать независимость своего поступка, но если это выстраданное решение, то оно может привести прямо к терапии. Если клиент берет на себя ответственность за то, что пришел на консультирование, он также принимает и ответственность за работу над своими проблемами.

Этап 2 К. Роджерсом был назван как «**ситуация оказания помощи, как правило, определена между клиентом и консультантом**» [9, с. 41]. Вначале клиенту дают понять, что консультант не имеет ответов на все его затруднения, но что ситуация консультирования сама по себе обеспечивает клиенту возможность при поддержке консультанта выработать собственное разрешение его проблемы. Иногда это происходит в довольно общем виде, хотя в других примерах ситуация более четко определена условиями конкретного случая, такими, как инициатива назначения встречи или ответственность за шаги, которые необходимо осуществить, или решения, которые нужно выполнить. Посредством слов, действий или того и другого консультант помогает клиенту почувствовать, что сеанс консультирования, в котором могут быть

решены его проблемы, полностью принадлежит ему и он может использовать шанс быть самим собой и отвечать за это.

II стадия — **стадия эмоционального высвобождения** — включает в себя четыре этапа.

Этап 3. К. Роджерс отметил этот этап, в котором «**консультант стимулирует свободное проявление чувств, связанных с проблемой**» [9, с. 43]. Достигается это заинтересованным и располагающим отношением консультанта к клиенту. Основная цель консультанта — ни в коем случае не препятствовать потоку враждебности и критических замечаний клиента по отношению к себе, своим близким, даже к терапевту. Единственной функцией консультанта на данном этапе — поощрение естественного проявления эмоций клиента. Постепенно клиент научается воздерживаться от желания подавлять поток негативных переживаний, таких, например, как чувства тревожности или вины, амбивалентности и нерешительности, которые свободно проявляются.

Этап 4. К. Роджерс этап 4 обозначил как «**консультант распознает, принимает и проясняет эти негативные чувства**» [9, с. 46]. Консультант должен быть готов реагировать не на реальное содержание того, что говорит ему клиент, а на те чувства, которые скрываются за этим содержанием. Зачастую консультант в беседе проясняет эти чувства, не пытаясь при этом интерпретировать их причину или оспаривать их целесообразность, — тем самым он просто признает, что они существуют и что консультант принимает чувства, выраженные клиентом. Какими бы ни были чувства, консультант стремится своими словами или действиями создать атмосферу, в которой клиент мог бы осознать свои негативные чувства и принять их как часть самого себя, вместо того чтобы проецировать их на других или скрывать их с помощью защитных механизмов.

Этап 5. Этот этап К. Роджерс выражает в форме «**если — то**». «**Если клиент достаточно полно выразил свои негативные чувства, то за этим следует весьма слабое и**

нерешительное проявление позитивных импульсов» [9, с. 47], которые способствуют росту клиента в ходе консультирования. Хотя это весьма гипотетическое предположение, но тем не менее оно проверено жизненными терапевтическими ситуациями. Чем сильнее выражение негативных чувств (при условии, что они осознаются и принимаются клиентом), тем больше вероятность последующего проявления положительных чувств — любви, самоуважения, социальных импульсов, стремления к зрелости. Эти положительные чувства, по словам К. Роджерса, — один из самых четких и предсказуемых аспектов во всем процессе.

Этап 6. На этом этапе, обозначенном К. Роджерсом, как **«консультант признает и принимает выражаемые клиентом положительные чувства точно так же, как и негативные»** [9, с. 48], в восприятии позитивных переживаний нет одобрения, они рассматриваются как часть личности, не больше и не меньше, равно как и негативные проявления. Именно принятие как зрелых, так и незрелых импульсов, агрессивных и социальных установок, чувства вины и позитивных проявлений дает клиенту возможность первый раз в жизни понять себя таким, каков он есть на самом деле. И именно в такой ситуации спонтанно наступает просветление, или инсайт, как неожиданное понимание самого себя.

Отсюда, К. Роджерс выводит нас к следующей стадии консультационного процесса.

III стадия — **стадия достижения инсайта.**

Этап 7. Следующий важный этап в рамках III стадии представлен К. Роджерсом как **«инсайт, самопонимание и самопринятие»** [9, с. 49]. Инсайт — это новый способ восприятия ранее неосознаваемых взаимосвязей, стремление к постепенному пониманию клиентом себя и к дальнейшему выбору новых целей. Этап обеспечивает основу для дальнейшего продвижения индивида к новым уровням интеграции. Свободное высвобождение эмоций и эмоционально окрашенных установок со стороны клиента

в ходе терапевтических взаимоотношений принимающего типа неизбежно приводит к инсайту. Такое развитие инсайта проходит большей частью спонтанно без навязывания со стороны консультанта. Инсайт имеет тенденцию к постепенному созреванию и в целом проходит этапы от менее значимого к более важному и значимому пониманию.

Этап 8. В дальнейшем, как определял К. Роджерс, **«с наступлением инсайта переплетается процесс определения возможных решений, выбора линии поведения»** [9, с. 50]. Клиент понимает, каков он на самом деле, но не знает, как себя изменить и перестроить. В обязанность консультанта не входит настаивать на какой-то определенной линии поведения или давать советы. Задача его состоит в том, чтобы помочь клиенту прояснить возможность выбора, постараться сделать осознанным чувство страха и недостаток мужества двигаться дальше, которые в данный момент испытывает клиент.

Этап 9. Затем, как утверждает К. Роджерс, следует один из самых волнующих моментов в терапии — этап, который представлен им как **«включение в пока, вероятно, непродолжительную, но очень значимую на данном этапе позитивную деятельность»** [9, с. 50]. Эта позитивная деятельность проявляется за пределами терапевтических взаимоотношений. Предпринимаемые за достигнутым инсайтом действия служат благоприятной почвой для зарождения нового инсайта, т.е., добившись лучшего понимания себя во взаимоотношениях с другими на эмоциональном уровне, клиент переводит инсайт в действие, что отражает его достижения. Теперь сам клиент в состоянии реализовать истинные мотивы своего поведения, которое помогут решить проблемы клиента.

IV стадия — **заключительная фаза терапии.**

Этап 10. Как только клиенту удастся пережить глубокий инсайт и попробовать со страхом и неуверенностью проделать ряд позитивных действий, то все последующее — это уже элементы его дальнейшего роста. Здесь К. Роджерс говорит о переходе к этапу 10, обозначенному им как **«развитие буду-**

щего нового инсайта, как более полного осмысления самого себя, когда личность обретает мужество еще глубже взглянуть на собственные поступки» [9, с. 52].

Этап 11. На данном этапе К. Роджерс указывал «*на все возрастающую интеграцию поведения со стороны клиента. Уже меньше страха при принятии решений и больше уверенности в самостоятельных действиях*» [9, с. 52]. Консультант и клиент теперь сотрудничают на ином уровне. Личные взаимоотношения между ними достигают своего пика. Поступки выносятся на обсуждение, но больше уже нет зависимости и страха, которые отмечались ранее у клиента.

Этап 12. А уже на этом этапе, как констатировал К. Роджерс, «*появляется ощущение, что потребность в помощи у клиента ослабевает, и наступает осознание, что отношения близятся к завершению*» [9, с. 53]. Консультант помогает осознать те чувства, которые связаны с окончанием процесса консультирования — то есть то, что клиент теперь управляет ситуацией с большей уверенностью и что ему, вероятно, больше уже не хочется продолжать терапию. В конце консультирования не должно быть никаких попыток со стороны консультанта удержать клиента.

К. Роджерс отмечает, что все вышеперечисленные этапы происходят во временной протяженности, не последовательно сменяя друг друга, а накладываясь друг на друга и пересекаясь, и что можно только говорить о преобладании того или иного этапа в данном конкретном промежутке времени.

А в книге «О Групповой психотерапии» [11] К. Роджерс структурирует процесс групповой КЦП (групп встреч) и описывает его посредством 15 стадий.

По утверждению Р. Кочюнаса, их можно свести к 4-5 наиболее важным.

Так, сам Р. Кочюнас в своей книге «Психологическое консультирование и групповая психотерапия» [6] выделяет и рассматривает очень подробно 4 основные стадии развития группы: *начальную*, которой свойственны поиск стиля работы, структуры, конкретизация личных целей, большая за-

висимость от терапевта; *переходную*, на которой решаются вопросы доминирования во взаимоотношениях и возникает особенно много конфликтов как между участниками, так и с терапевтом; *продуктивную*, когда через решение конфликтов участники движутся к заботе о гармонии взаимоотношений, когда они ради сплоченности группы отказываются от некоторых индивидуальных потребностей, когда ведется глубокий и зрелый анализ самих себя и взаимных отношений; и *завершающую*, на которой происходит консолидация группового опыта, оценка ее эффективности и эмоциональная подготовка к расставанию.

Но особо интересен подход А.Б. Орлова [8, с. 208-222], который считает, что полноценное самораскрытие во взаимоотношениях членов группы встреч возможно только после того, как группа приобретет определенный опыт и пройдет через основные этапы группового процесса. Он предлагает структуру процесса из 6 этапов, которая, с нашей точки зрения, близка к подходу самого К. Роджерса: 1) знакомство участников группы и ощущение фрустрации из-за отсутствия структуры; 2) первые попытки самораскрытия и личностное сопротивление этому, описание прошлых, более безопасных событий и чувств; 3) открытое выражение негативных переживаний; 4) выражение любых переживаний, возникающих «здесь и теперь»; 5) попытки исследования личностно значимых тем и проявления самопринятия; 6) основная встреча.

Однако все-таки проблема заключается не в количестве этапов (представления о них формирует у психотерапевта образ процесса, т.е. последовательность действий, согласно которым он выстраивает свою работу как профессионал, и они являются внутренней работой психотерапевта), а в том, в какой степени терапевт должен структурировать работу непосредственно для клиента: недостаточное структурирование усиливает тревогу клиента и подавляет его спонтанные реакции, мешает установлению терапевтических отношений, а слишком строгое опре-

деление рамок работы увеличивает зависимость клиента от терапевта.

Опыт ведущих отечественных и зарубежных психотерапевтов, наш личный опыт организации процесса КЦП позволяет утверждать, что важнейшей составляющей структурирования взаимодействия психотерапевта и клиента в КЦТ — правильное его начало и окончание. Это известная истина, так как прогнозировать в терапии то, что произойдет в середине процесса, вряд ли возможно, а вот как начинать и заканчивать саму терапию, каждую сессию и применяемые техники и приемы — возможно. Мы знаем, чего хотим добиться, запуская процесс, и знаем, как его завершить, чтобы он принес пользу клиенту, а что будет происходить в ходе самого процесса, зависит от индивидуальных особенностей клиента, мастерства самого терапевта, реагирующего на ход действий, мыслей, чувств, установок клиента.

Начиная очередную сессию, необходимо: дать возможность клиенту (участникам группы) рассказать, как достигнутые результаты удается применить в своей жизни и высказать мысли, возникшие между встречами; обсудить оставшиеся с прошлой сессии проблемы, особенно желательно высказать все сохранившие актуальность и интенсивность чувства, так как это может помешать настоящей работе; кратко поделиться тем, чего ждет клиент от сегодняшней сессии и т.д.

Важно не только хорошо начать сессию, но и завершить ее. Необходимо выделить примерно 10 минут в конце сессии на то, чтобы клиент мог высказать, что ему понравилось или не понравилось на прошедшей сессии, что хотелось бы обсудить в следующий раз и т.п. Заканчивая сессию, можно попросить клиента кратко рассказать, о чем он узнал или чему научился во время сессии; попросить его высказать чувства, с которыми он завершает сессию; спросить, какую тему, вопросы или проблему хотелось бы обсудить ему в следующий раз; обобщить то, что происходило во время сессии.

Если к окончанию встречи остается незаконченным что-либо важное, можно

предложить клиенту высказать чувства, а продолжение перенести на следующую сессию. Психотерапевту следует обратить внимание на возможные манипуляции клиента, когда в последнее мгновение клиент начинает говорить о чем-то очень значимом для него, чтобы продолжить сессию.

Один и тот же клиент обычно заканчивает сессию с неодинаковым чувством завершенности/незавершенности. Желательно, чтобы преобладало чувство завершенности, однако не всегда можно добиться этого. Работу можно закончить, оставляя некоторые вопросы без ответов. Было бы ошибочно думать, что клиент должен завершать сессию с хорошими и приятными ощущениями. В таком случае не будет предлога думать о происходящем на сессиях между встречами.

В целом можно сказать, что вклад К. Роджерса в технику КЦП, в т.ч. ее структурирования, парадоксален. Фактически его взгляды претерпевали изменения: первоначально он говорил о *методе*, затем об *установках терапевта* и, наконец, о *терапевтических отношениях* как ключевом аспекте в терапевтическом процессе [14].

В своих последних работах, в ответ на растущую популярность и зачастую механическое применение отражающих утверждений, К. Роджерс подчеркивал, что техника имеет малую ценность, не будучи частью установок терапевта [14].

По мнению ряда исследователей, и с ними нельзя не согласиться, такое представление К. Роджерса и фактически отказ развивать теорию техники его последователями привели к задержке в дальнейшей разработке технических аспектов в рамках клиентоцентрированной традиции. И, более того, с нашей точки зрения, оттолкнуло многих психологов-практиков от освоения метода.

Но, как утверждает К.В. Ягнюк, сердцевинной любого метода психотерапии является концепция терапевтического воздействия, которая содержит указания для действий терапевта и критерии их оценки, то есть выполняет важную регуляторную функцию по преобразованию намерений и гипотез тера-

певта в стратегию целенаправленных психотехнических действий [14].

К.В. Ягнюк осуществляет попытку создания руководства по применению и оценке вербальных вмешательств терапевта. В качестве материала в одной из своих статей он выбирает известную, ставшую классической, сессию К. Роджерса с Глорией. Проведенная пошаговая классификация использованных в ней психотехнических средств, согласно К.В. Ягнюка, «может послужить реальным примером того, как в отношениях с клиентом создаются условия для личностного изменения, каким именно образом практически воплощаются эмпатия, конгруэнтность и безусловное позитивное отношение» [15]. А в рамках наших размышлений о структурировании процесса КЦП проведенный анализ может стать наглядным средством как для начинающих клиентоцентрированных психотерапевтов, так и уже работающих и преуспевших в этом методе.

Умение структурировать процесс, с одной стороны, является важным психотехническим навыком, с другой — он должен нарабатываться в процессе освоения техники КЦП и далее совершенствоваться в процессе получения психотерапевтического опыта непосредственно во взаимодействии с клиентом и носить подсознательный характер. У специалиста в его внутренней реальности формируется «образ процесса консультирования», говоря словами Н.А. Скоробогатовой [13] — нашей коллеги, которая занимается разработкой данного конструкта, — который в условиях востребованности разворачивается и превращается в реальное структурированное взаимодействие терапевта и клиента.

Наравне с осознанием важности использования необходимых и достаточных для процесса КЦП условий необходимо и знание самого процесса, включающего знание последовательности действий терапевта на разных этапах психотерапии, порядка действий в ходе сессии [9], порядка использования, например, техники фокусирования [3; 5] или эмпатических реплик [2].

Ввиду ограниченности по объему данного текста, в заключение хотелось бы только вкратце обозначить и другие возможности структурирования взаимодействия психотерапевта и клиента и направить тех, кто изучает процесс КЦП, в «нужное русло».

Так, например, Дж. Иган рассматривает эмпатию не только как способ бытия с другими, как призывал К. Роджерс, но и предлагает нам технологию базисной эмпатии как коммуникативного навыка психотерапевта, и предлагает формулу **«Вы чувствуете ... потому что ...»** (например, «Вы чувствуете грусть, потому что переезд для Вас означает расставание со всеми вашими друзьями»), которая, с его точки зрения, является сердцевиной технологии сообщения базисной эмпатии. Данная технология включает в себя умение терапевта трансформировать понимание опыта, поступков и чувств клиента в отклик, с помощью которого он может разделить это понимание с клиентом [4].

А.Ф. Бондаренко усмотрел в психотерапевтических воздействиях самого К. Роджерса определенные закономерности. Так, он говорит о некоем алгоритме построения рожерианского психотерапевтического высказывания, который придает ему свойство виртуозности: *предикация «Я-субъектная» («Я чувствую»)* + *предикация «Ты-субъектная» («Вы в смятении»)* + *предикация, относящаяся к ситуации*. Первые две предикации, согласно А.Ф. Бондаренко, «обязательно соотносятся с аффективно-сенсорно-перцептивными процессами, а третья несет в себе казуальность обстоятельств (времени, образа действия), т.е. ситуации. Подобная серия предикаций соединяется либо соответствующими союзами (уступительными, противительными, соединительными), непременно формируя сложносочиненное или сложноподчиненное предложение, либо, значительно реже, разделяется паузами, обозначающими отдельные предложения» [1].

От «как» эмпатии к ее «что» и «почему» — такова тактика исследования, которую предлагает Ф.Е. Василюк в своей статье «Семиотика и техника эмпатии» [2], в которой

эмпатические реплики психотерапевта, их возможные вариации и функции в психотерапевтическом процессе становятся основным материалом для анализа.

Ф.Е. Василюк предлагает структурировать реплику по определенным элементам и усиливать эти элементы различным содержанием, варьируя теми значениями, которые несут в себе эти элементы. Анализируя структуру эмпатии как коммуникативный навык психотерапевта, он включает в неё такие элементы, как оператор понимания, персона, модус переживания, само переживание, связка между переживанием и предметом переживания, предмет переживания и «другой», т.е. тот, в отношении которого это переживание осуществляется. Фактически Ф.Е. Василюк дает нам идеальный инструмент для формирования образа процесса эмпатического слушания, обретения навыка эмпатизирования.

Если Дж. Иган, А.Ф. Бондаренко и Ф.Е. Василюк предлагают нам структурирование эмпатической реплики, то Барретт-Леннард выводит нас на вышестоящий уровень обобщения структурирования и описывает цикл эмпатического реагирования, включающий следующие фазы: фаза предварительных условий; фаза эмпатического резонанса; фаза выражения эмпатии; фаза получения эмпатии; фаза обратной связи. Довольно подробно эти фазы описаны в статье К.В. Ягнюка [14].

При этом Барретт-Леннард отмечает, что в реальной сессии выделенные фазы могут быть трудно различимы. «При успешном эмпатическом слушании один эмпатический цикл, включающий в себя выделенные этапы, сменяется другим и так далее, однако при тщательном наблюдении и здесь удаётся увидеть признаки смены фаз» [14].

И последнее: Ю. Джендлин описал процесс непосредственной концентрации внимания клиента на чем-то ощущаемом, но не вполне отчетливом. Он назвал этот процесс фокусированием и показал шесть шагов этого процесса, которые описал в своей книге «Фокусирование» [3].

Таким образом, с одной стороны, посредством структурирования для клиента психотерапевтом очерчиваются рамки, что помогает сориентироваться в процессе КЦП. Психотерапевт, не обеспечивший структурирования, окажется нечестен по отношению ко многим клиентам, не имеющим ни малейшего представления, что такое процесс психотерапии. С другой стороны, умение установить *нужный* уровень структурирования есть проявление искусства психотерапевта, важный психотехнический навык, который необходимо систематически развивать.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бондаренко А.Ф., Кондратюк Н.С. Русская традиция в психотерапии: в поисках истоков // Психотерапия. — 2008. — № 6. — С. 7–16.
2. Василюк Ф.Е. Семиотика и техника эмпатии // Вопросы психологии. — 2007. — № 2. — С. 3–14.
3. Джендлин Ю. Фокусирование. Новый психотерапевтический метод работы с переживаниями. — М., 2000. — 448 с.
4. Иган Дж. Базисная эмпатия как коммуникативный навык // Журнал практической психологии и психоанализа. — 2000. — № 1 [Электронный журнал]. — Режим доступа: psyjournal.ru (дата обращения: 27.03.2013)
5. Корнелл Э.В. Обучение фокусированию: пять шагов и четыре навыка // Карл Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века. — М., 2005. — С. 181–196.
6. Кочюнас Р. Психологическое консультирование и групповая психотерапия. — М., 2004. — 464 с.
7. Кузовкин В.В. Проблема личностного роста в консультативной психологии и психотерапии // Психотерапия. — 2011. — № 9. — С. 10–21.
8. Орлов А.Б. Психология личности и сущности человека: Парадигмы, проекции, практики: Учеб. пособие для студ. психол. фак. вузов. — М., 2002. — С. 208–222.
9. Роджерс К. Консультирование и психотерапия: Новейшие подходы в области практической работы: Монография. — М., 2000. — 464 с.
10. Роджерс К. Необходимые и достаточные условия терапевтических личностных изменений // Журнал практического психолога. — 2012. — № 1. — С. 8–25.
11. Роджерс К. О групповой психотерапии. — М., 1993. — 224 с.
12. Роджерс К. Становление личности. Взгляд на психотерапию. — М., 2001. — 416 с.

13. Скоробогатова Н.А. Исследование образа процесса психологического консультирования у психолога-консультанта как элемента его образа мира // Вестник МГОУ. Серия «Психологические науки». — 2009. — № 3. — С. 58–63.
14. Ягнюк К.В. Природа эмпатии и ее роль в психотерапии // Журнал практической психологии и психоанализа. — 2003. — № 1 [Электронный журнал]. — URL:<http://psyjournal.ru> (дата обращения: 12.12.2012).
15. Ягнюк К.В. Сессия Карла Роджерса с Глорией: анализ вербальных вмешательств // Журнал практической психологии и психоанализа. — 2001. — № 1–2. [Электронный журнал]. — URL:<http://psyjournal.ru> (дата обращения: 12.12.2012).