

Ляховець Л.О.

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка

Низовець-Кропта О.А.

Чернігівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені К.Д. Ушинського

РОЗУМІННЯ ПРАКТИКИ СУПЕРВІЗІЇ В РОБОТІ ПСИХОЛОГІВ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Стаття присвячена актуальній проблемі психологічної практики – супервізії як методу підвищення професійної ефективності спеціаліста.

Розкривається стан супервізійної практики у вітчизняній науці, окреслюються локальні проблеми, які перешкоджають ефективному й результативному її впровадженню. Акцент робиться на аналізі досліджень, які засвідчують, що: практика супервізії в Україні залишається малодослідженою сферою психологічної діяльності; статус інституту супервізорства чітко не диференційований; розуміння феноменології процесу супервізії самими психологами-практиками майже не розкривається.

Наводяться результати вивчення уявлень психологів-практиків (які мають досвід супервізанта і не мають такого досвіду) про: 1) специфіку виконання професійних завдань та організацію робочої активності в умовах воєнного часу; 2) особливості розуміння практики супервізії; 3) уявлення про професійно-ефективного супервізора.

Встановлено, що переважна більшість опитаних нами практичних психологів системи освіти, розглядають супервізію як: форму професійної підтримки; засіб підвищення власної компетенції; спосіб відновлення особистого ресурсу, запобігання емоційному вигоранню, робочому стресу.

Психологині, які мають досвід супервізанток, метою супервізії вважають надання інформаційної, стратегічної, емоційної підтримки для вирішення завдань ефективного професійного вдосконалення і саморозвитку. Психологині без досвіду супервізанток мету супервізії вбачають в емоційній підтримці та у наданні методичних орієнтирів, задля чіткого скеровування своєї професійної діяльності.

Кваліфікований супервізор: для психологів із досвідом супервізанток – це компетентний, досвідчений, неупереджений фахівець, від якого очікують наставницького та консультативного супроводу; для психологів без досвіду супервізанток – це компетентний, емоційно врівноважений, розуміючий, доброзичливий спеціаліст, готовий надавати консультації й широку підтримку щодо вирішення робочих й особистих проблем.

Ключові слова: супервізія, супервізійна група, інтервізійна група, досвід супервізанта, вдосконалення професійної майстерності психолога.

Постановка проблеми. Дослідження практики супервізії в Україні на сьогодні залишається досить затребуваним, оскільки вимагає пошуку не лише конкретизації цього поняття, а й пошуку більш дієвих моделей для організації якісного процесу надання професійної психологічної допомоги та підтримки психологам закладів освіти в складних умовах війни. Нові виклики, та поява цілого ряду нових категорій учасників освітнього процесу, постійна загроза життю та здоров'ю українців, організація освітнього процесу в екстремальних умовах призводить до підвищення навантаження на виконання психологами своїх

професійних обов'язків. Сьогодні вони потребують не лише професійного супроводу, а й консультування з особистісних питань, пов'язаних з професійним вигоранням, розвитком стресостійкості, збереженням ментального здоров'я тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наукові розвідки визначення поняття «супервізія» дозволяють розглядати її як специфічний метод навчання психологів-початківців (І. Булюбаш, Р. Грінсон, П. Девід, Д. Джейкобс, М. Кокс, Д. Мейер, Х. Спотніц, П. Ховкінс, Р. Шохет та ін.); альтернатива особистісному аналізу (С. Зонненберг, С. Лазар, Р. Урсано та ін.); засіб підвищення

фахової майстерності та кваліфікації досвідчених фахівців (С. Гледдінг, А. Домбровський, Р. Кочюнас, К. Краутер, А. Менегетті та ін.); засіб упередження професійного вигорання (Р. Шохет, П. Ховкінс). Дослідники С. Гледдінг, С. Зонненберг, К. Краутер, С. Лазар, А. Менегетті, Р. Урсано стверджують, що супервізорство є методом, який сприяє підвищенню якості роботи як початківців, так і досвідчених психологів-практиків. Наразі супервізія є обов'язковим елементом додаткової професійної освіти психологів і психотерапевтів у багатьох країнах світу.

В Україні питання супервізії тривалий час активніше досліджувалися у сфері соціальної роботи (Астремська І., 2017; Кривоконь Н., 2019; Ушакова І., 2011 та ін.), але поступово супервізійні практики стали предметом детального вивчення спеціалістів психологічного спрямування; хоча справедливим буде зазначити, що результатів таких розвідок поки небагато.

Зокрема, колектив психологів Полтавського медичного університету розглядає супервізію як психоемоційну підтримку психологів, які працюють у сфері відновлення ментального здоров'я [1]. Автори наголошують, що у професійній діяльності психологи часто стикаються з психоемоційними реакціями, які можуть негативно вплинути на професійну діяльність, а тому потребують «покращення професійного функціонування». На їхню думку, академічна університетська освіта до сьогодні не формувала у майбутніх психотерапевтів та психологів-консультантів діалогічної рефлексивної практики і саме супервізія може стати допоміжною «лабораторією» для підтримки та професійного вдосконалення як психологів-початківців, так і досвідченого спеціаліста.

Супервізію як метод підвищення професіоналізму психолога початківця розглядала О. Усатенко. Дослідниця вказує, що психокорекція психологів-практиків шляхом супервізії допомагає виявляти прогалини у теоретичних знаннях, розвиває об'єктивність і здатність працювати в актуальних умовах, адекватно оцінювати результати своєї діяльності [5].

Досліджуючи питання моделей супервізії, О. Сазонова вказує, що регулярна супервізія дозволяє вберегти психологів від професійного вигорання та втрати професійних навичок. Авторка підкреслює, що через різні підходи до тлумачення самого поняття, зокрема у зарубіжній науці, супервізію часто розуміють як консультування, контроль, наставництво, але зараз «супервізійна практика потребує вдосконалення

розуміння її сутності, методів, технік і прийомів у різних психологічних практиках, розробки етичної бази для реалізації основної мети супервізії спеціалістів» [3, с. 75].

Л. Спіцина розглядає супервізію як форму консультування, спрямовану на поліпшення комунікації та співробітництва; як професійну підтримку психологів в складних і суперечливих випадках. Дослідниця висвітлює методичні особливості проведення супервізійних груп для психологів-початківців і наголошує, що означена групова супервізія має ґрунтуватись на принципах інтегративного підходу, який поєднує можливості системного, гуманістичного, когнітивного, поведінкового та психодинамічного підходів і базується на принципах інтерсуб'єктивної взаємодії, де особлива увага приділяється стосункам супервізора та супервізанта [4].

Схожих поглядів на супервізію як «метод навчання на досвіді, який дозволяє фахівцям акцентувати увагу на цілях... їх роботи, формувати системні підходи до стратегії і тактики консультування та психокорекції, планувати і прогнозувати ефекти психологічних втручань, а також усвідомлювати свої помилки і коригувати їх», – дотримується й Г. Несмашна [2, с. 191]. Її наукові розвідки спираються на тривалий досвід організації зустрічей супервізійних та інтервізійних груп для спеціалістів психологічних служб, психологів дошкільних та загальноосвітніх навчальних закладів.

Супервізію як метод професійного зростання психолога розглядають у своєму дослідженні М. Хараджи та А. Іващенко. Узагальнюючи досвід наукових розвідок попередників, вони визначають супервізію як «метод теоретичного і практичного підвищення кваліфікації спеціаліста в галузі психології у формі професійного консультування і аналізу доцільності та якості використання практичних методів роботи» [6, с. 24]. Основна мета супервізії: професійний розвиток психолога, формування професійного мислення, рефлексивної позиції, підтримка самодостатності професіонала, а результатом супервізії має стати професійне зростання особистості.

Проте аналіз сучасних досліджень показує, що практика супервізії в Україні залишається маловивченою сферою психологічної діяльності. Наразі, поняття практики супервізії звужують до розуміння консультативної та управлінської допомоги одного (більш досвідченого) професіонала іншому (менш досвідченому). Між тим, залишається чимало недосліджених напрямків, зокрема практичне застосування супервізії для психологів

закладів освіти. Так в Україні майже не вивченим залишається розуміння практики супервізії самими психологами-практиками.

В останні роки поняття «супервізія» міцно увійшли до професійного кола надання психологічних послуг [1; 2; 6]. Вважається, що проходження супервізійної підготовки є найважливішою складовою сучасного навчання в галузі допомагаючих професій, надзвичайно запитаних в умовах війни. І хоча в Україні де-юре існує Закон «Про соціальні послуги» від 17.01.2019 № 2671-VIII, який дає визначення феномену супервізії, але на рівні держави інституту супервізорства, як такого, й досі не існує. Де-факто, наявна стрімко зростаюча кількість різних супервізійних груп, що діють у рамках певних психотерапевтичних моделей та підходів. Основною функцією таких груп є підвищення кваліфікації психологів-практиків, яке не слід ототожнювати з супервізією.

Важливо усвідомлювати, що головним аспектом практики супервізії в період війни, є надання допомоги психологам у подоланні особистісних проблем, які можуть виникати внаслідок професійного вигорання, перевантаження або роботи в критичних й екстремальних умовах, втоми від співчуття та інших негативних наслідків виконання професійної діяльності.

Метою статті є аналіз розуміння практики супервізії та уявлень про кваліфікованого супервізор-психологинь системи освіти, які мають власний досвід супервізованих та не мають такого досвіду.

Виклад основного матеріалу. Дослідження розуміння феномену супервізії психологами здійснювалося нами за допомогою авторської анкети, яка складається з 20-ти питань (відкритого і закритого типу). Питання анкети дозволяють проаналізувати уявлення психологів-практиків (які мають різний супервізійний досвід) про: 1) специфіку виконання професійних завдань та організацію робочої активності в умовах воєнного часу; 2) особливості розуміння практики супервізії; 3) професійно-ефективного супервізора. Розглянемо означені групи уявлень детальніше.

Вибірку склали 50 практичних психологинь м. Чернігова та області, віком від 29 до 51 року (середній вік: 37,5 років); з досвідом роботи у системі освіти від 5 до 25 років. Місце роботи: 50% – психологині загальноосвітніх шкіл, 50% – ліцеїв, гімназій. Слід зазначити, що 2/3 опитаних поєднують роботу психолога в освітньому закладі з навчально-педагогічною діяльністю (працюють педагогинями-організаторками, асистентками

вчителя, викладають окремі предмети). Орієнтуючись на питання анкети «Чи маєте Ви досвід участі у супервізіях? Якщо маєте, то в якій ролі?», ми поділили вибірку на 2 групи по 25 осіб, які мають – і не мають досвіду супервізанток, що, на нашу думку, дозволяє точніше описати особливості розуміння супервізійного процесу фахівчинями з різним супервізійним досвідом.

Специфіка виконання професійних завдань в умовах воєнного часу. Більшість опитаних фахівчинь (56% від загальної вибірки) зазначає, що протягом останнього часу змінилися лише окремі аспекти їх професійної діяльності; 24% схиляються до думки про докорінні зміни; ще 20% не помічають жодних.

80% психологинь, відмічають широкий спектр змін, ускладнюючих їх повсякденну роботу, зумовлених початком повномасштабного вторгнення: 1) різке зростання об'єму робочого навантаження, оскільки «множиться число запитів і складність випадків» (27% згадувань); 2) збільшення кількості звернень з приводу окремих дитячих психоемоційних проблем (зокрема, тривожності й страхів (22%); психотравм війни й посттравматичних станів (22%)); 3) потреба у додатковій освіті/ самоосвіті, бо «війна постійно вимагає від психологів нових знань й умінь» (11%); 4) відсутність адекватних умов для надання фахової допомоги на базі закладу освіти, бо «змішана форма навчання та онлайн-робота часто демотивує і учнів, і психолога», «важко проводити групові заняття в укритті, під час повітряних тривог» (11%).

Поряд з тим, є й невелика частина фахівчинь (5%), які вбачають в нинішній непростій ситуації певний ресурс: «війна підштовхнула до змін й підвищення професійних компетенцій», «я відкрила у собі нові резерви і новий досвід», «потреба у самоосвіті привела до пошуку нових можливостей», «скоригувала профіль роботи: була цивільним психологом у військовій частині, стала практичним психологом у школі» тощо.

Повномасштабне вторгнення розширило спектр індивідуальних та групових запитів до спеціалістів. Так, з'явилися нові групи, що потребують постійної уваги психолога (напр., діти й дорослі, постраждали від збройного конфлікту, ВПО, ті, хто втратили близьку людину (34%); батьки й педагоги, травмовані війною (29%); підлітки і юнаки з недиференційованими життєвими цілями, відчуттям розгубленості й невизначеності (17%); діти з психоемоційними порушеннями (14%) та ін.)

Серед індивідуальних звернень, як зазначають респондентки, найбільш розповсюдженими наразі є: 1) страхи (в т.ч. смерті, гучних звуків, вибухів, обстрілів, повітряних тривог) – 13%; 2) низька стресостійкість – 12%; 3) висока тривожність – 11%; 4) труднощі взаємин у колективі (булінг, токсичні стосунки, проблеми з дотриманням особистих кордонів) – 11%; 5) потреба у психоемоційній підтримці учасників освітнього процесу (демотивація, апатія, немотивована агресія, неврівноваженість, розгубленість та ін.) – 11%.

Зважаючи на вищезазначене, недивно, що 44% фахівчинь часто відчувають потребу у відновленні власних сил, ще 40% – потребують відновлення у ситуаціях виконання «авральних» об'ємів роботи і лише 16% – майже не томляться від інтенсивних щоденних навантажень, «бо звикли».

56% респонденток відмічає у себе стійке зниження ефективності професійного функціонування, яке, на їхню думку, спричиняється переважно: 1) відсутністю можливості своєчасно набувати нових знань, емоційної і фахової підтримки колег-психологів (41% відповідей); 2) втому, що межує з емоційним вигоранням й апатією (32%); 3) відсутністю сил і бажання йти на роботу (27%).

При безперервному психоемоційному тиску, якому різною мірою піддаються психологи у про-

цесі робочого спілкування з учасниками освітнього процесу, особливо в умовах воєнного часу, однією з внутрішніх опор фахівця та інструментом захисту від втрати професійних навичок, може стати практика постійних супервізій. Підтверджують цю думку відповіді 90% опитаних, які вважають супервізію формою професійної підтримки, причому: для 45% з них супервізія – це змога підвищити власні компетенції, обговорити з колегами актуальні робочі питання, а ще для 45% – це спосіб відновити особистісний ресурс, запобігти емоційному вигоранню.

Особливості розуміння практики супервізії психологинями з різним досвідом супервізанток. Зважаючи на нечисельність емпіричних розвідок, націлених на розуміння практичними психологами системи освіти феноменології супервізійного процесу, ми зауважили за доречне дослідити означений аспект становлення вітчизняної супервізійної практики.

Детальніше особливості уявлень психологинь освітніх закладів, котрі мають різний досвід супервізанток, про супервізію та професійного супервізора наводяться у Таблицях 1 і 2. Нижче описуються результати порівнянь відповідей двох груп респонденток: 1) тих, хто має досвід супервізанта та 2) тих, хто не має досвіду супервізанта.

Таблиця 1

Особливості уявлень про супервізійну практику психологинь з різним досвідом супервізанток

Розуміння практики супервізії	% відповідей фахівців, які*	
	Мають досвід (N=25)	Не мають досвіду (N=25)
Потреба у супервізії для практичних психологів		
Потрібна, оскільки це ресурс (надає фахову й емоційну підтримку)	58%	43%
Потрібна, оскільки це реальна можливість обговорити актуальні робочі питання у професійній спільноті	42%	36%
Не мала змоги подумати про це	–	21%
Частота супервізій		
1 раз на місяць	44%	32%
2 рази на місяць	31%	9%
1 раз на три місяці	4%	46%
Основна мета супервізії		
Фахова підтримка і професійний розвиток	28%	15%
Розгляд кейсів	17%	–
Відновлення професійного ресурсу	13%	–
Емоційна підтримка фахівців	13%	25%
Методичний супровід (нові техніки роботи)	–	19%
Скерування діяльності психолога	–	19%
Найбільш пріоритетні завдання супервізії		
Створення умов для розвитку професійної рефлексії	36%	20%
Практичне застосування отриманих знань, умінь	24%	48%
Формування й удосконалення навичок, необхідних для самостійної професійної діяльності	40%	32%

* наведено відповіді на питання, які посіли перші три позиції за частотою згадування.

Особливості уявлень про професійного супервізора психологинь з різним досвідом супервізанток

Уявлення про професійного супервізора	Мають досвід (N=25)	Не мають досвіду (N=25)
Професійно-важливі якості ефективного супервізора*		
Професійна компетентність	23%	18%
Досвідченість як супервізора	19%	8%
Неупередженість	17%	7%
Емоційна врівноваженість	–	12%
Розуміння і підтримка	–	12%
Доброзичливість	–	10%
Основні функції супервізора**		
Наставницька	41%	21%
Консультативна	41%	32%
Підтримуюча	16%	28%

* наведено відповіді, частота яких становить не менше 10% від загальної кількості;

** наведено відповіді на питання, які посіли перші три позиції за частотою згадування.

Отже, як видно з Таблиці 1, психологині обох груп беззаперечно визнають необхідність супервізій, розуміючи їх переважно: як спосіб фахової та емоційної підтримки, особливо у военний час; і як метод навчання на досвіді, можливість обміну інформацією з колегами в комфортній атмосфері.

Оптимальною частотою таких інформативно-підтримуючих зустрічей, на думку психологинь із досвідом супервізанток, є 1–2 рази на місяць; для психологинь без досвіду – така потреба менша (1 зустріч на 3 місяці).

Психологині з досвідом супервізанта чіткіше уявляють собі мету і завдання супервізії. Мета: можливість відпрацювання стратегії й тактики надання фахової допомоги, що й пояснює потребу в підтримці супервізора, власному професійному зростанні, аналізі кейсів. Завдання: вдосконалення своєї професійної ефективності шляхом супервізорської підтримки.

Психологині без досвіду супервізанта мету супервізії вбачають у наданні методичної та емоційної підтримки; завданням – спрямовуючу, керуючу діяльність супервізора, націлену на супровід супервізанта у практичному застосуванні отриманих ним знань.

Слід наголосити, що психологи нерідко не розрізняють специфіки функціонування супервізійних та інтервізійних груп, можливо через нерозуміння підходів щодо їх проведення. Оскільки практичні фахівці часто вважають супервізійною роботою обмін інформацією, знайомство з новими техніками й досвідом роботи інших, розгляд кейсів, пропрацювання своїх негативних емоційних станів у групі, в якій присутні досвідченіше колеги.

Особливості уявлень психологинь з різним досвідом супервізанта про професійно-важливі якості ефективного супервізора. Неможливо

оминути питання впливу особистості супервізора на професійне становлення супервізованого ним фахівця; деякі особливості уявлень психологів двох опитаних груп про ефективного супервізора, наведені у Таблиці 2.

Як видно з Таблиці 2, психологині з досвідом супервізантів, особливої ваги надають професійній компетентності, досвідченості й неупередженості супервізора, що максимально сприяє виконанню ним наставницької та консультативної функцій. Для психологинь без досвіду супервізантів висока кваліфікація супервізора обов'язково розглядається у поєднанні із його здатністю емоційно підтримати, зрозуміти й доброзичливо супроводжувати супервізанта. Означені професійно-важливі риси супервізора також сприяють виконанню ним консультативної та підтримуючої функцій.

Висновки. Професійне становлення, функціонування і зростання фахівця-практичного психолога наразі неможливо уявити без запровадження європейських психотерапевтичних практик, зокрема, – супервізії. Наші опитані розуміють супервізію, з одного боку, як засіб підвищення професійної компетентності, напрацювання майстерності у сфері надання фахових послуг; а з іншого, – як спосіб відновлення особистісного благополуччя самого психолога, екологічного наснаження різноманітними ресурсами, дбайливого супроводу у складних психоемоційних обставинах.

Перспективою, на нашу думку, є глибока теоретико-методологічна розробка інтегративної моделі супервізії, максимально орієнтованої як на роботу практичного психолога з різними віковими групами клієнтів, так і на розвиток професійної майстерності й збереження ментального здоров'я самого фахівця-представника найзапитанішої з допомагаючих професій.

Список літератури:

1. Ісаков Р.І., Герасименко Л.О., Дзюба Т.М. Супервізія як психоемоційна підтримка та вдосконалення фахової майстерності осіб, які працюють у сфері ментального здоров'я. *Актуальні питання лінгвістики, професійної лінгводидактики, психології і педагогіки вищої школи* : зб. статей VIII Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Полтава, 22-24 листопада 2023 р.). Полтава : Видав-во «Астрія». 2024. С. 171–174. URL: <https://repository.pdmu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/6fa62ac8-cef9-47f8-a202-94a9b22fe335/content>
2. Несмашна Г.Є. Досвід організації інтерв'язійних груп у формуванні професійної ідентичності практичного психолога навчального закладу. *Психологічна культура вчителя в контексті викликів сучасності*: зб. мат-лів Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (м. Тернопіль, 5–6 квіт. 2017 р.) / уклад. В.Є. Кавецький, А.В. Вихрущ, О.Я. Жизномірська. Тернопіль : Тайп, 2017. С. 190–196. URL: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/21126/1/190-196.pdf>
3. Сазонова О.В. Актуальні питання супервізійних моделей у психологічній практиці. *Габітус*. 2020. Вип. 19. С. 71–75. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/14.pdf>
4. Спіцина Л.В. Соціально-психологічні особливості проведення супервізійних груп для психологів-початківців. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*. 2021. Vol. 7. Issue 4 (48). P. 38–47. URL: <https://pdfs.semanticscholar.org/2163/f93a09e8ecde1a82284cdba84646ef5b4dfb.pdf>
5. Усатенко О. Супервізія як метод підвищення професіоналізму психолога-практика. *Психологія і суспільство*. 2008. № 2. С. 168–172.
6. Хараджи М.В., Іващенко А.І. Супервізія як метод професійного зростання психолога. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Психологія*. 2022. Вип. 1. С. 23–26. URL: <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/79/174>

Liakhovets L.O., Nyzovets-Kropta O.A. UNDERSTANDING THE PRACTICE OF SUPERVISION IN THE WORK OF PSYCHOLOGISTS OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS IN THE CONDITIONS OF WAR

The article is devoted to the topical issue of psychological practice – supervision as a method of improving the professional efficiency of a specialist.

The state of supervisory practice in the national science is revealed, local problems that impede its effective and efficient implementation are outlined.

Attention is focused on the analysis of studies that show that: the practice of supervision in Ukraine remains an under-researched area of psychological activity; the status of the supervision institute is not clearly differentiated; understanding of the phenomenology of the supervision process by practicing psychologists is almost not disclosed.

The article presents the results of studying the perceptions of psychologists-practitioners (who have experience as supervisors and those who do not) about: 1) the specifics of performing professional tasks and organizing work activity in wartime; 2) the peculiarities of understanding the practice of supervision; 3) the idea of a professionally effective supervisor.

It has been established that the vast majority of practical psychologists of the education system we interviewed consider supervision as: a form of professional support; a means of improving their own competence; a way to restore personal resources, prevent emotional burnout, and work stress.

Psychologists who have experience as supervisors see the purpose of supervision as providing informative, strategic, and emotional support to solve the problem of effective professional improvement and self-development. Psychologists without experience as supervisors see the purpose of supervision as emotional support and providing methodological guidance to clearly direct their professional activities.

Qualified supervisor: for psychologists with experience as supervisors, this is a competent, experienced, impartial specialist who is expected to provide mentoring and counseling support; for psychologists without supervisory experience, this is a competent, emotionally balanced, understanding, friendly specialist who is ready to provide advice and support.

Key words: supervision, supervision group, intervention group, supervisor's experience, improvement of psychologist's professional skills.