

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2023.90.37.049

## Онлайн-супервизия как фактор повышения рефлексивности у начинающих психологов

**Шорохов Александр Григорьевич**

Аспирант,  
Донской государственный технический университет,  
344002, Российская Федерация, Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1;  
e-mail: solis882008@yandex.ru

### Аннотация

Онлайн-супервизия как безопасный и удобный вариант проведения супервизии выступает значимой детерминантой повышения способности психологов-практиков к рефлексии, осознанию собственных эмоциональных переживаний, к анализу переносов, контрпереносов в процессе консультирования, то есть онлайн-супервизия воздействует на параметр рефлексивности. В ходе исследования были проанализированы интервью 58 студентов (средний возраст – 21,2 года) психологических специальностей Донского государственного технического университета, которые являются начинающими (опыт консультирования – до двух лет) психологами-консультантами в различных подходах. Респонденты основной группы в процессе исследования приняли участие в трех сессиях индивидуальной онлайн-супервизии, респонденты контрольной не участвовали в ней. Для оценки свойств восприятия применялся тест Роршаха. Было выявлено, что у респондентов основной группы повысилась частота ответов по таким направлениям фокусировки, как «психологическое состояние консультанта» и «оценка собственной компетентности», что требует рефлексивности и к состоянию во время консультации, и к общим способностям психолога-практика. Чаще встречаются ответы по направлению «планирование и анализ методов и способов коррекции», то есть формируется понимание долгосрочной перспективы консультирования, к тому же одной из главных мотиваций становится мотивация помощи клиенту. У респондентов контрольной группы до и после исследования отмечается центрация на запросе клиента, его поведенческих особенностях. Также повысилось число ответов, связанных с обеспечением целостности, гибкости восприятия.

### Для цитирования в научных исследованиях

Шорохов А.Г. Онлайн-супервизия как фактор повышения рефлексивности у начинающих психологов // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2023. Т. 12. № 2А. С. 92-97. DOI: 10.34670/AR.2023.90.37.049

### Ключевые слова

Онлайн-супервизия, супервизия, рефлексивность, рефлексия, психологи-практики, начинающие психологи, профессиональное самоопределение, профессиональная мотивация, восприятие.

---

## Введение

Онлайн-супервизия выступает безопасным и более удобным вариантом проведения супервизии. При использовании онлайн-формата супервизии от участников не требуется особых условий проведения, кроме обеспечения стабильного интернет-соединения, настройки устройств аудио- и видеосвязи и повышенного соблюдения условий конфиденциальности [Bernhard, Camins, 2021; Perrin et al., 2020]. Онлайн-супервизия обеспечивает гибкость, возможность адаптации под любой временной и географический формат, и доступность, связанную с более низкой, чем при онлайн-консультировании, стоимостью. В связи с данными факторами онлайн-супервизия является распространенной формой традиционной супервизии, особенно актуальной в транзитивном обществе в условиях пандемии, повышенных геополитических рисков. Формат онлайн-супервизии позволяет выдерживать четкую структуризацию процесса супервизии как внутри сессии, поддерживая временной регламент, так и между сессиями, сводя к минимуму возможные пропуски сессий из-за географических или пандемических причин, причин болезней или переездов, и позволяя расширить круг профессиональной коммуникации между психологами-практиками, реализующими свою деятельность в различных подходах [Boldrini et al., 2020]. Использование видеоконференции, особенно с записью, будет позволять при повторном просмотре анализировать вербальные паттерны и невербальные проявления, автоматические действия, проявляющиеся у психолога-практика, что тем самым будет побуждать к развитию процесса саморефлексии.

## Основная часть

Супервизия в целом повышает способность психологов-практиков к рефлексии, осознанию собственных эмоциональных переживаний, анализу переносов, контрпереносов в процессе консультирования. В процессе общения с супервизором происходит как развитие культурной компетентности и толерантности [Gómez, 2020], так и профессиональное развитие психолога-практика. За счет лучшей проработки совместно с супервизором эмоциональных переживаний у психолога-практика расширяется понимание ответственности за исход консультирования [Ковшова, 2021], формируется профессиональное самоопределение, происходит осознание духовно-нравственных ценностей и ориентиров, что выступает значимым фактором повышения у индивида толерантности к неопределенности, что особо актуально в современных условиях [Горохова, 2021; Прокофьева, 2012]. За счет контроля и поддержки со стороны супервизора у психолога-практика вырабатывается навык самоанализа [Keum, Wang, 2021], расширяются границы саморефлексии [Ковшова, 2021], что особенно важно для начинающих психологов-консультантов [Teichman, 2022], нуждающихся в поддержке опытных коллег [Many et al., 2016]. Формируется возможность пересмотреть цели, базовую мотивацию, направления, способы и средства проведения своей профессиональной деятельности, развиваются навыки систематизации и критичности к действиям и ошибкам, что позволяет психологу-практику по-новому взглянуть на текущие сессии консультирования и прогнозировать возможные действия при будущих консультациях [Corey et al., 2020]. Проработка эмоций, внутренних конфликтов личностно-профессиональное консультирование, соединяясь с сертификационным консультированием в рамках онлайн-супервизии позволяют психологу-практику сохранить целостность и интегрированность собственной личности как одного из главных инструментов деятельности, что невозможно без сформированного процесса рефлексии [Rousmaniere et al.,

2016; Ваштаке, Скруйбис, 2021].

Цель представленной статьи связана с изучением воздействия онлайн-супервизии на рефлексивность начинающих психологов-практиков. Рефлексивность выступает обобщенным индивидуальным качеством, интегративным образованием [Карпов, Карпов, Чемякина, 2022], позволяющим «взглянуть на себя со стороны» и объективно оценить предпосылки, причины и последствия совершаемых действий.

Испытуемыми выступили 58 студентов психологических специальностей Донского государственного технического университета, которые являются начинающими психологами-консультантами в различных подходах с опытом консультирования не более двух лет. Средний возраст респондентов – 21,2 года. Далее общая выборка была разделена на основную группу и контрольную: в составе основной группы было 29 студентов, которые во время исследования приняли участие в трех сессиях индивидуальной онлайн-супервизии, в составе контрольной группы – также 29 студентов, не участвовавших в онлайн-супервизии. В качестве методик использовались контент-анализ 58 отчетов студентов, ответов на интервью, в которых опрашиваемые предоставляли подробное описание последней встречи с клиентом, своих мыслей и переживаний. Интервьюирование для основной группы проводилось два раза – до проведения исследования и после. На основе анализа данных отчетов было проведено ранжирование и оценка динамики преобладающих направлений фокусировки при работе с клиентом. Также была применена проективная методика – тест Роршаха для оценки свойств восприятия.

При анализе вербальных отчетов была проанализирована структура и состав векторов рефлексии – моментов, на которых в наибольшей степени респонденты заостряют внимание при проведении сессии с клиентом. Основными направлениями фокусировки у обеих групп респондентов до проведения онлайн-супервизии являются (по частоте проявления):

- личностные особенности пациента, его состояние, запрос;
- анализ выраженности симптомов-жалоб, особенностей проявления психологической травмы, вербальных и невербальных проявлений клиента;
- процесс консультирования: обдумывание фраз, приемов, способов воздействия на клиента;
- психологическое состояние консультанта: собственные чувства и эмоции, контрпереносы, возникающие в ответ на запросы клиента;
- оценка собственной компетентности в возможности решения данного запроса;
- планирование и анализ методов и методик коррекции, психологического сопровождения и реабилитации поведения клиента в соответствии с запросом;
- общие смысловые аспекты консультирования, анализ мотивации психотерапии.

После прохождения трех сессий онлайн-супервизии у респондентов основной группы, в отличие от респондентов контрольной, чаще встречаются ответы категории «психологическое состояние консультанта» и «оценка собственной компетентности». Можно сказать, что повышается их осознанность к собственным эмоциональным проявлениям, к тому же формируется понимание границ компетентности, что особенно важно для профилактики выгорания. Также больше ответов отмечается по категории «планирование и анализ», то есть формируется понимание долгосрочной перспективы консультирования, что выявлено благодаря проведенному сравнительному анализу ответов контрольной и основной групп. У респондентов контрольной группы, не проходивших онлайн-супервизию, наблюдается центрация на состоянии пациента и его запросе; не отмечено увеличение внимания к собственному состоянию. У респондентов основной группы в составе отчетов чаще, чем у

респондентов контрольной, встречается тема, связанная с пониманием общих смысловых аспектов консультирования, то есть анализ собственной мотивации и оценка контрпереносов в процессе консультирования. У респондентов основной группы одной из главных мотиваций становится мотивация помощи клиенту. Причем у обеих групп планирование и анализ методов и методик коррекции происходят уже после проведенной сессии, что может быть связано с малым опытом консультирования.

### Заключение

Результаты проведенного исследования дают возможность сделать вывод о том, что до проведения онлайн-супервизии в соответствии с тестом Роршаха в общей выборке преобладала ригидность восприятия. Среднее число ответов составляло 54%, а ответов с наличием вторичной глобализации – не более 6%. Количество ответов по крупным деталям составляло 31,5%. Однако после прохождения трех индивидуальных сессий онлайн-супервизии в основной группе исследования количество ответов по крупным деталям составило 46%, снизилась численность глобальных ответов. Рост численности ответов, которые были установлены на основе анализа крупных деталей, указывает на возможность соотнесения индивидуального восприятия с общественными ожиданиями и снижения «противопоставления» себя обществу. Если изначально процедура восприятия имела ригидную основу, то после прохождения онлайн-супервизии она стала иметь последовательную характеристику. Кроме того, отмечается рост численности ответов, в составе которых есть указания на целостную человеческую сущность и структуру поведения индивида. Обращение внимания на детали в совокупности с удержанием определенной картиной происходящего позволяет обеспечивать высокий уровень гибкости в поведенческих действиях. Можно сказать, что уровень самоконтроля возрастает, а также повышается самостоятельное регулирование многих эмоциональных процессов. Однако важно учитывать ограничения, связанные с использованием проективной методики.

Благодаря проведенному исследованию можно сделать выводы по поводу того, что на основе прохождения онлайн-супервизии психологов-консультантов трансформируются особенности восприятия, формируется его последовательность, гибкость (в том числе социальная) и целостность. Благодаря контент-анализу ответов на интервью можно сказать, что после прохождения онлайн-супервизии у психологов-практиков возрастает потребность проводить рефлексию собственных действий, повышается осознанность к собственным эмоциональным переживаниям и состоянию, формируется больше осознанности к ограничениям в собственных компетенциях, что ставит перед нами вопрос разработки и поиска универсальной модели супервизии [Watkins, 2018].

### Библиография

1. Ваштаке М. Ю., Скрудис П. Изменение рефлексивности в процессе экзистенциальной супервизии // Будущее клинической психологии 2021. 2021. С. 36-39.
2. Горохова Е.Г. Личностное развитие молодых людей в условиях неопределенности внешнего мира // Северо-Кавказский психологический вестник. 2021. Т. 19. № 3. С. 27-43.
3. Карпов А.В., Карпов А.А., Чемякина А.В. Специфика структурной организации метакогнитивных компонентов рефлексивности // Российский психологический журнал. 2022. Т. 19. № 1. С. 127-142.
4. Ковшова О.С. Значение супервизии в развитии рефлексии и профессиональной идентификации клинического психолога // Психология управления персоналом и экосистема наставничества в условиях изменения технологического уклада. 2021. С. 159.
5. Прокофьева Н.В. Современный взгляд на проблему морально-нравственного самоопределения человека //

- Северо-Кавказский психологический вестник. 2012. Т. 10. №. 4. С. 28-32.
6. Bernhard P.A., Camins J.S. Supervision from afar: Trainees' perspectives on telesupervision // *Counselling Psychology Quarterly*. 2021. V. 34. №. 3-4. P. 377-386.
  7. Boldrini T. et al. Psychotherapy during COVID-19: How the clinical practice of Italian psychotherapists changed during the pandemic // *Frontiers in psychology*. 2020. V. 11. P. 591170.
  8. Corey G. et al. *Clinical supervision in the helping professions: A practical guide*. John Wiley & Sons, 2020. 344 p.
  9. Gómez J.M. Trainee perspectives on relational cultural therapy and cultural competency in supervision of trauma cases // *Journal of Psychotherapy Integration*. 2020. V. 30. №. 1. P. 60.
  10. Hawkins P., McMahon A. *Supervision in the Helping Professions*. 2020. 352 p.
  11. Keum B.T.H., Wang L. Supervision and psychotherapy process and outcome: A meta-analytic review // *Translational Issues in Psychological Science*. 2021. V. 7. №. 1. P. 89.
  12. Many M.M., Kronenberg M.E., Dickson A.B. Creating a "nest" of emotional safety: Reflective supervision in a child-parent psychotherapy case // *Infant Mental Health Journal*. 2016. V. 37. №. 6. P. 717-727.
  13. Perrin P.B. et al. Rapid telepsychology deployment during the COVID-19 pandemic: A special issue commentary and lessons from primary care psychology training // *Journal of Clinical Psychology*. 2020. V. 76. №. 6. P. 1173-1185.
  14. Rousmaniere T.G. et al. Supervisor variance in psychotherapy outcome in routine practice // *Psychotherapy Research*. 2016. V. 26. №. 2. P. 196-205.
  15. Teichman Y. et al. Supervisees' perspectives on the contribution of supervision to psychotherapy outcomes // *Counselling and Psychotherapy Research*. 2022. Vol. 23. Is. 2. P. 516-529.
  16. Watkins Jr. C.E. The generic model of psychotherapy supervision: An analogized research-informing meta-theory // *Journal of Psychotherapy Integration*. 2018. Vol. 28. №. 4. C. 521.

## **Online-supervision as a factor of increasing reflexivity in aspiring psychologists**

**Aleksandr G. Shorokhov**

Postgraduate,  
Don State Technical University,  
344002, 1, Gagarina square, Rostov-on-Don, Russian Federation;  
e-mail: solis882008@yandex.ru

### **Abstract**

Online-supervision is a safe and convenient way to conduct supervision. It acts as a significant determinant of increasing the reflection of practicing psychologists, it helps to realize their own emotional experiences in the process of counseling. So, online-supervision affects the reflexivity. We analyzed the interviews of 58 students (average age – 21.2 years), who are the students of psychological specialties of the Don State Technical University and are beginners (counseling experience – up to two years) psychologists-consultants in various approaches. The respondents of the main group in the course of the study took part in three sessions of individual online-supervision, the respondents of the control group did not participate in it. The Rorschach test was used to assess the properties of perception. It was revealed that the respondents of the main group had an increased frequency of responses in such areas of focus as "the psychological state of the consultant" and "assessment of their own competence", which requires reflexivity during the consultation and reflexivity of the general abilities of psychologist. "Planning and analysis of methods and methods of correction" also becomes significant. An understanding of the long-term perspective of counseling is being formed, one of the main motivations is the motivation to help the client. The respondents of the control group before and after the study showed a focus on the client's request, his behavioral characteristics. Perception has also become more holistic and flexible.

Aleksandr G. Shorokhov

**For citation**

Shorokhov A.G. (2023) Onlain-superviziya kak faktor povysheniya refleksivnosti u nachinayushchikh psikhologov [Online-supervision as a factor of increasing reflexivity in aspiring psychologists]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 12 (2A), pp. 92-97. DOI: 10.34670/AR.2023.90.37.049

**Keywords**

Online-supervision, supervision, reflexivity, reflection, practical psychologists, aspiring psychologists, professional self-determination, professional motivation, perception.

**References**

1. Bernhard P.A., Camins J.S. (2021) Supervision from afar: Trainees' perspectives on telesupervision. *Counselling Psychology Quarterly*, 34, 3-4, pp. 377-386.
2. Boldrini T. et al. (2020) Psychotherapy during COVID-19: How the clinical practice of Italian psychotherapists changed during the pandemic. *Frontiers in psychology*, 11, pp. 591170.
3. Corey G. et al. (2020) *Clinical supervision in the helping professions: A practical guide*. John Wiley & Sons.
4. Gómez J.M. (2020) Trainee perspectives on relational cultural therapy and cultural competency in supervision of trauma cases. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30, 1, p. 60.
5. Gorokhova E.G. (2021) Lichnostnoe razvitie molodykh lyudei v usloviyakh neopredelennosti vneshnego mira [Personal development of young people in the conditions of the uncertainty of the external world]. *Severo-Kavkazskii psikhologicheskii vestnik* [North-Caucasian psychological bulletin], 19, 3, pp. 27-43.
6. Hawkins P., McMahon A. (2020) *Supervision in the Helping Professions*.
7. Karpov A.V., Karpov A.A., Chemyakina A.V. (2022) Spetsifika strukturnoi organizatsii metakognitivnykh komponentov refleksivnosti [Specifics of the structural organization of metacognitive components of reflexivity]. *Rossiiskii psikhologicheskii zhurnal* [Russian Journal of Psychology], 19, 1, pp. 127-142.
8. Keum B.T.H., Wang L. (2021) Supervision and psychotherapy process and outcome: A meta-analytic review. *Translational Issues in Psychological Science*, 7, 1, p. 89.
9. Kovshova O.S. (2021) Znachenie supervizii v razvitiie refleksii i professional'noi identifikatsii klinicheskogo psikhologa [The value of supervision in the development of reflection and professional identification of a clinical psychologist]. In: *Psikhologiya upravleniya personalom i ekosistema nastavnichestva v usloviyakh izmeneniya tekhnologicheskogo uklada* [Psychology of personnel management and the ecosystem of mentoring in conditions of changing technological order].
10. Many M.M., Kronenberg M.E., Dickson A.B. (2016) Creating a "nest" of emotional safety: Reflective supervision in a child-parent psychotherapy case. *Infant Mental Health Journal*, 37, 6, pp. 717-727.
11. Perrin P.B. et al. (2020) Rapid telepsychology deployment during the COVID-19 pandemic: A special issue commentary and lessons from primary care psychology training. *Journal of Clinical Psychology*, 76, 6, pp. 1173-1185.
12. Prokof'eva N.V. (2012) Sovremenniy vzglyad na problemu moral'no-nravstvennogo samoopredeleniya cheloveka [A modern view on the problem of moral self-determination of a person]. *Severo-Kavkazskii psikhologicheskii vestnik* [North Caucasian Psychological Bulletin], 10, 4, pp. 28-32.
13. Rousmaniere T.G. et al. (2016) Supervisor variance in psychotherapy outcome in routine practice. *Psychotherapy Research*, 26, 2, pp. 196-205.
14. Teichman Y. et al. (2002) Supervisees' perspectives on the contribution of supervision to psychotherapy outcomes. *Counselling and Psychotherapy Research*, 23, 2, pp. 516-529.
15. Vashtake M. Yu., Skruibis P. (2021) Izmenenie refleksivnosti v protsesse ekzistentsial'noi supervizii [Change of reflexivity in the process of existential supervision]. In: *Budushchee klinicheskoi psikhologii 2021* [The Future of Clinical Psychology].
16. Watkins Jr. C.E. (2018) The generic model of psychotherapy supervision: An analogized research-informing meta-theory. *Journal of Psychotherapy Integration*, 28, 4, pp. 521.