

## **КОНТРПЕРЕНОС: ОШИБКА ИЛИ РЕСУРС ПСИХОТЕРАПЕВТА**

Рожественская Н.В.

магистрант 1 курса Академии гуманитарных  
технологий факультета «Клиническая психология»

ЧОУ ВО ЮУ (ИУБиП)

e-mail: nataly-rozh@yandex.ru

Научный руководитель: Петренко Е. А.

к.ф.н., доцент кафедры «Психология и управление персоналом»

ЧОУ ВО ЮУ (ИУБиП)

e-mail: petrenko19789@mail.ru

**Аннотация:** В статье представлены определения понятия контрпереноса различных психологических школ. Освещены разные сравнительные подходы к проблеме присутствия контрпереноса в психотерапевтической практике. Дан анализ позитивного и негативного влияния контрпереноса на взаимоотношения терапевта и клиента. Предложены условия, при которых в процессе терапии возникновение контрпереноса может принести пользу.

**Ключевые слова:** контрперенос, перенос, ресурс терапевта, психотерапевтическая практика

## **COUNTERTRANSFERENCE: A MISTAKE OR A PSYCHOLOGIST 'S RESOURCE**

Rozhdestvenskaya N.V.

**Abstract:** The article presents definitions of the concept of countertransference of various psychological schools. Various comparative approaches to the problem of the presence of countertransference in psychotherapeutic practice are highlighted. The analysis of the positive and negative impact of countertransference on the relationship between therapist and client is given. The conditions under which the occurrence of countertransference can be beneficial in the course of therapy are proposed.

**Keywords:** countertransference, transference, therapist's resource, psychotherapeutic practice.

В процессе терапии как психолог, так и его клиент сталкиваются с проявлением самых различных человеческих чувств. В результате у обоих формируются определенные представления о собеседнике. Во время сессии у терапевта при соприкосновении с личностью клиента и анализе его

жизненной ситуации вырисовываются персональные внутренние переживания и бессознательный опыт, которые могут демонстрироваться в общении с клиентом. Это и есть контрперенос.

Явление контрпереноса было обнаружено более ста лет назад З. Фрейдом и вплоть до наших дней трактовка в психоаналитической терапии претерпевает изменения: от негативного фактора, мешающего работе терапевта, до одного из необходимых элементов терапевтического процесса. Без учета возникновения таких понятий, как перенос и контрперенос, в ситуации консультирования не может происходить адекватное эмоциональное взаимодействие с клиентом [2].

Независимо от зрелости личности консультанта он – человек и непременно имеет неразрешенные внутренние конфликты. Болезненные темы и порождают контрперенос, если клиент невольно их затрагивает.

Контрперенос (контртрансфер) в психоанализе понимается как перенесение бессознательных чувств и реакций аналитика на пациента. В широком смысле — как эмоциональное отношение аналитика к пациенту, испытываемое им в процессе анализа чувства к нему, его реакции на психическое состояние и поведение больного. В узком смысле — как бессознательные процессы, связанные с реакцией аналитика на перенос пациента [1].

Согласно традиционному определению, «истинным контрпереносом» называют то, что включает бессознательную реакцию аналитика на перенос пациента. Эта реакция достаточно специфична и берет свое начало в неразрешенных конфликтах, дополняющих реакции пациента.

Тем не менее, большинство авторов придерживаются того определения контрпереноса, которое предложили Эпштайн и Файнер (Epstein and Feiner, 1983): они рассматривают контрперенос как вклад терапевта в терапевтическую ситуацию. Это неизбежное, нормальное и естественное межличностное взаимодействие, в которое вовлекается терапевт, являющийся подлинным участником данного процесса [4].

В Гештальт-терапии контрперенос хоть и не является одним из ключевых значений, однако все же определяется как реакция терапевта на перенос клиента. Контрперенос здесь выступает понятием, относящимся к процессу, в котором реакции терапевта по отношению к клиенту могут находиться в том числе под воздействием так называемых «бессознательных» (неосознаваемых) желаний, чувств, реакций, фантазий и т.д., которые берут начало в раннем детском опыте терапевта, но которые теперь без осознания терапевтом нарушают качество терапевтических отношений [8].

Известный британский психоаналитик Мелани Кляйн рассматривала контрперенос как препятствие для анализа. Немецкий психиатр и психоаналитик Паула Хайманн, напротив установила феномен контрпереноса как важный инструмент психоаналитического лечения. Она писала: «меня слишком потрясло широко распространенное среди кандидатов мнение о том, что контрперенос всегда является лишь источником беспокойства». По ее мнению, «если аналитик не будет обращаться в своей работе к своим чувствам, то его интерпретации станут бессодержательными» [5, с. 143].

Если контрперенос вызывает у терапевта лишь негативные эмоции, это может свидетельствовать о профессиональной деформации, под которой понимается изменение структуры и психических качеств личности под воздействием осуществления профессиональной деятельности (Г.В. Шишкова, Н.И. Шаталова, А.А. Каргузова) [9].

Вильгельм Райх замечал, что пока отношение к пациенту осознается терапевтом, оно не имеет отношения к контрпереносу. Если же чувства делаются более интенсивными, то можно утверждать, что собственный перенос психоаналитика в сторону пациента (контрперенос) начинает оказывать влияние на психоаналитический процесс [6].

Так все же что есть контрперенос – ошибка или ресурс терапевта? Может ли он помочь в процессе консультирования, или только мешает его течению? Может ли он нести позитив в отношения терапевт-клиент? Ответить на этот вопрос однозначно невозможно, так как это будет зависеть

от того, проявляется ли контрперенос во внешних действиях терапевта, или представляет собой только его переживания. В первом случае возникший контрперенос необходимо вынести на супервизию, в связи с тем, что он совершенно точно будет препятствием объективности терапевта. В качестве же внутренних переживаний контрперенос может принести пользу, так как благодаря таким переживаниям специалист сможет лучше понять специфику влияния поведения клиента на него самого и на окружающих его людей. Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что влияние контрпереноса на процесс терапии будет зависеть от готовности терапевта увидеть и проработать свои истинные чувства к клиенту. Как призывал Карл Юнг, в работе терапевту «о своих потребностях нужно знать и по возможности удовлетворять их в другом месте, а иногда и жертвовать ими» [3, с.168].

Майкл Кан указывал важные условия полезного контрпереноса: контрперенос вызван самим клиентом и терапевт способен осознавать, поддерживать или сохранять оптимальную дистанцию в чувстве [7].

Дональд Вудс Винникотт в своей работе «Ненависть в контрпереносе» (Winnicott, 1947) предложил рассматривать контрперенос как терапевтически полезный источник информации о межличностных отношениях и как важный инструмент для понимания особенностей личности пациента. Он описывает также два вида контрпереноса: первый представляет собой патологическую реакцию со стороны терапевта (точка зрения, близкая к традиционной), а второй, названный «объективным контрпереносом», определяется как «любовь и ненависть аналитика, проявляемые по отношению к реальной личности и конкретному поведению пациента» [4].

Краткий обзор подходов к проблеме контрпереноса показывает, что достаточно длительное время контрперенос рассматривался как препятствие в процессе терапевтического взаимодействия между клиентом и терапевтом. Однако сегодня можно говорить о признании значения контрпереноса как помощника терапевта при оценке клинической ситуации и как полезного инструмента, помогающего понять клиента и эффективно помочь ему

разрешить проблемы и внутренние противоречия. Главное в использовании контрпереноса как ресурса – умение терапевта управлять своими реакциями на клиента и своевременно осуществлять психогигиену в виде групповых и индивидуальных супервизий.

### Библиографический список

1. Емельянова Е.В. Кризис в созависимых отношениях: принципы и алгоритмы консультирования. – Санкт-Петербург: Речь, 2004. – 367 с.
2. Зембински З. Перенос и контрперенос в гештальт-терапии / Московский гештальт институт. – URL: [https://www.psychol-ok.ru/lib/ziembinski\\_z/pikvgt/pikvgt\\_01.html](https://www.psychol-ok.ru/lib/ziembinski_z/pikvgt/pikvgt_01.html)).
3. Калмыкова О.Ю. Применение практик осознанности в психотерапии в условиях цифровизации [Электронный ресурс] // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2021. – № 2. – С. 182-187. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46659157> (дата обращения: 21.03.2022)
4. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. – Москва: Академический проект, 1999. – 240 с.
5. Контрперенос в психоаналитической психотерапии детей / под ред. Дж. Циантиса, А-М. Сандлер, Д. Анастасопулоса, и др.; пер. с англ. – Москва: Когито-Центр, 2005. – 149 с.
6. Кузьменко, В.А. Проявление профессиональной деформации у педагогических работников / В. А. Кузьменко // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2020. – № 1. – С. 100-103. – EDN QQBTVI.
7. Лейбин В.М. Психоанализ: учебное пособие. – СПб.: Питер, 2002. – 576 с.
8. Сандлер Дж., Дэр К., Холдер А. Пациент и психоаналитик: основы психоаналитического процесса / пер. Зеленский В. В.– Москва: Изд: Академический проект, 2018. – 192 с.
9. Сэдживик Д. Раненый целитель: Контрперенос в практике юнгианского анализа / пер. Лагутина Л. – Москва: Добросвет, 2012. – 199 с.
10. Хайманн П. Антология современного психоанализа. Т. 1 / под ред. А.В. Рассохина. – Москва: Институт психологии РАН, 2000. – 488 с.
11. Яхина А.А. Цифровая психотерапия: как новые технологии меняют индустрию психологической помощи [Электронный ресурс] // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2021. – № 1. – С. 240-244. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46220773> (дата обращения: 10.04.2022).