

ИНТЕРВЬЮ

Надежда ЗУЙКОВА:

«Ни один диагноз не должен быть приговором и не может перечеркнуть жизнь»

Аннотация: Интервью с преподавателем, сертифицированным Европейской Ассоциацией Транзактного Анализа, Надеждой Зуйковой о том, как она выбрала модальность Транзактный Анализ и об особенностях своего преподавания.

Ключевые слова: сертифицированные преподаватели, EATA, суперсила, тотемное животное, студенты, обучение



СПРАВКА «ТА В РОССИИ»

Надежда ЗУЙКОВА

Предварительный тренер и супервизор в области психотерапии (PTSTA-P-EATA). Психотерапевт с двадцатилетним опытом практической деятельности. Доцент кафедры Психиатрии, Психотерапии и Психосоматической Патологии Факультета Повышения Квалификации Медицинских Работников Российского Университета Дружбы Народов (РУДН). Председатель Медицинского Объединения психотерапевтов, психологов и социальных работников Москвы и Московской обл. (МОП-объединение).

INTERVIEW

Nadezhda ZUYKOVA:

“No diagnosis should be a verdict and cannot erase life”

Abstract: an interview with Nadezhda Zuykova, a trainer certified by the European Association of Transactional Analysis, about how he chose the modality of Transactional Analysis and the particularities of his teaching.

Keywords: certified teachers, EATA, superpower, totem animal, students, teaching



Преподаватели ТА в России: кто есть кто?

Надежда ЗУЙКОВА: «Ни один диагноз не должен быть приговором и не может перечеркнуть жизнь»

— С чего начались ваши отношения с ТА:

— Первая встреча с Транзактным Анализом состоялась еще в прошлом веке, в 96-м или 98-м году. Это была конференция Профессиональной Психологической Лиги, которая тогда только начинала свою деятельность. Я была участницей одного из мероприятий, проходившего в Подмосковье. В перерывах я бродила по залам и как-то заглянула в одну из комнат, где Татьяна Сизикова работала с группой. Чисто интуитивно я решила там задержаться. Что-то из ее слов запало мне в душу и привлекла ее харизма. И группа сидела такая включенная и внимательная. Я спросила разрешения присутствовать, и мне в этом не было отказано. Вот так я зашла туда во время 15-ти минутного перерыва, а осталась, получается, на всю жизнь. На тот момент, как врач, психотерапевт, психиатр, нарколог и невролог я понимала, что в моей деятельности не хватает какой-то серьезной составляющей, которая позволила бы мне лучше понимать внутренний мир пациента, его отношения с собой и с миром. Именно в этот момент я встретила с Транзактным Анализом и осознала, что именно он даст мне это понимание.

— Ваш путь в ТА, ваши учителя:

— Это учителя первой волны Транзактного Анализа — Татьяна Сизикова, Владимир Гусаковский, Дмитрий Иванович Шустов, с которым мы сейчас хорошо сотрудничаем, Елена Соболева — я могу назвать их и своими учителями, и коллегами. Себя я больше отношу к транзактным аналитикам, так сказать, второй волны.

Так же мой учитель — профессор Марк Евгеньевич Бурно — виднейший отечественный психотерапевт с мировым именем, основатель метода Терапии творческим самовыражением (ТТС) и московской школы клинической психотерапии. Я делала диссертационное исследование и защищалась под его руководством. Считаю встречу с этим необыкновенно талантливым человеком, судьбоносным даром.

В 2005 году я защитилась и стала сертифицированным транзактным аналитиком в области психотерапии (СТА-Р), преподавала на кафедре, защитилась в медицине. Так получилось, что я была приглашена в одну из первых коммерческих поликлиник в Москве и инициировала создание психологического отделения клинической психотерапии и психологии. Мне повезло, поскольку администрацией этой поликлиники мне был дан карт-бланш на развитие психологической работы.

— Чему можно у вас научиться? Каким курсам/программам вы обучаете?

— Поскольку я не разочаровалась в Транзактном Анализе, до сих пор им увлечена, вижу его эффективность, то, наверное, я смогла бы научить своих студентов или желающих стать консультантами тому, как полюбить этот метод, помочь им разобраться в нём и начать практиковать. Моя сильная часть в том, что я даю не только теорию. Теория суха. Поэтому практика прежде всего! Я могу научить тому, как выстраивать мостик от теории к практике. Да, уже сейчас я могу не скромничать (смеется).

— В чем ваша суперсила, как преподавателя?

— Моя позитивная энергетика и реалистичный оптимизм. Глубокая вера в человека, его ресурсы и способности. Человек — венец творения Божьего, и я это вижу. Я вижу и открываю эти грани в людях, независимо от диагноза. Очень важно, и это мое убеждение, которое я могу и хочу передать и медикам, и психологам-консультантам, и психотерапевтам, что ни один диагноз не должен быть приговором. Ни один диагноз не может перечеркнуть жизнь. Потому что диагноз у человека, у личности, а не наоборот. С диагнозом надо считаться, его надо учитывать, но ни в коем случае он не должен быть ярлыком или чем-то блокирующим личность. Это не приговор, не клеймо. Я так живу, и я учу своих студентов подходить именно с этой позиции. Тогда мы видим личность во всей ее глубине и многообразии и видим ее ресурс. Мы, психотерапевты, прежде всего должны сами видеть свет в конце тоннеля и помогать нашим пациентам увидеть его.

— Кто ваши студенты? Опишите их?

— Это врачи и студенты, закончившие медицинский институт, которые приходят в клиническую ординатуру к нам на кафедру, врачи психиатры и психотерапевты, которые приходят на переподготовку, врачи разных специальностей, которые решили стать психотерапевтами, выйдя из какой-то другой медицинской специальности. Моими студентами, учениками являются не-психологи, люди, которые в достаточно зрелом возрасте увлеклись психологией и решили сменить прежнюю профессию на деятельность психолога-консультанта. Приходят также мои бывшие клиенты, которые смогли восстановить себя, встать на уверенный жизненный путь с тем, чтобы дальше, понимая, как им помогли, тоже помогать другим людям через Транзакт-



Преподаватели ТА в России: кто есть кто?

Надежда ЗУЙКОВА: «Ни один диагноз не должен быть приговором и не может перечеркнуть жизнь»

ный Анализ. Моими учащимися могут быть люди как юные, так и зрелые. Есть студенты 50+, которые не стоят на месте, продолжают самореализовываться и используют для этого современные направления психологии и психотерапии, к которым относится Транзактный Анализ.

— Как думаете, что ваши студенты ценят в вас больше всего?

— Чаще всего звучит, что я вдохновляю, даю вдохновляющую энергетику. Видимо, моя увлеченность работой с человеком передается моим студентам. А также искренность моих убеждений, естественность, эмпатия. Мои занятия, я думаю, терапевтичны. Потому что каждый мой студент — личность, контакт с которой во многом определяет успех обучения. Пусть это не долгосрочные привязанности преподаватель-студент, но всё равно они создаются. И чем эти привязанности эффективнее, интереснее и содержательнее, тем, конечно, результат обучения лучше.

— А с чем они испытывают сложности в отношении вас?

— Я допускаю, что может возникнуть какая-то антипатия ко мне, к моей жизненной позиции. Может быть, кому-то покажется, что она идеализированная. Я человек верующий. Конечно, я не читаю проповеди, но иногда напоминаю о духовной жизни. О том, что зрелость и развитие невозможно без наполнения духовной жизни. Это не обязательно воцерковленность или какая-то глубокая религиозность — для меня это так, но есть люди, для которых подходит светская вера. Может быть иногда в этом плане я бываю более настойчивой, чем они хотели бы. Для меня работа психотерапевта — это искусство. Мы лечим своей личностью, наш ресурс — это личность, и чем она богаче, интереснее, разнообразнее, одухотвореннее, тем, конечно, этот ресурс целебнее.

— Какой ваш драйвер активнее всего проявляется в преподавании?

— Я думаю, они все у меня есть — и драйвер Спешу, и Будь совершенным, и Радуй других. Наверное больше всего сейчас Радуй других и Спешу. А так, я обнаруживаю в себе всего понемножку.

— Какая модель ТА ваша самая любимая?

— Это зависит от того, с каким человеком я встречаюсь, какой запрос он формулирует и какой цели хочет добиться. Если он задает тему кон-

фликта отношений и хочет наладить отношения, будь то развод, детско-родительские отношения, семейные или служебные вопросы, то это анализ транзакций. Если человек приходит по вопросам здоровья, физического или психосоматического, то я применяю структуру личности. Например, задаю вопрос: «Вы пришли лечиться или выздороветь?». Так сразу появляется установка на взрослые решения. Если человек приходит запутавшийся, в трагичной ситуации, то концепция игр. Если человек хочет глубоко разобраться в себе, в здоровье, ситуации, жизни, судьбе то, конечно, тема сценария. Зависит от целесообразности.

— А с какой моделью или концепцией ТА чувствуете сложность или меньше ее используете?

— Концепция адаптации. Последнее время не только я говорю о том, что эту концепцию не стоит абсолютизировать и нужно ей пользоваться с большей осторожностью. Поскольку я психиатр и врач, то понимаю личность более широко и интегративно. Мне нравится идея дверей терапии, но я не поддерживаю идею о том, что теория адаптации может использоваться в диагностике и претендовать на понимание того, как личность адаптируется. Здесь не могу не сказать о своем первом и главном учителе — Марке Евгеньевиче Бурно, докторе медицинских наук, психотерапевте с мировым именем, который создал отечественный метод Терапии Творческим Самовыражением (ТТС), успешно применимом при разных нозологиях. Его определение характера — это телесно-душевное своеобразие человека. В диагностике мне ближе клиническое понимание характера, нежели теории адаптации.

Еще тема депрессии. Сейчас эта тема активно обсуждается, например, Марк Видоусон ведет семинары и исследования об эффективности Транзактного Анализа в лечении депрессии. Моя врачебная практика не совсем согласуется с этим. Как врач я не могу смотреть на депрессию только как на психологический феномен. Но также я не могу рассматривать это только как физиологические и биологические процессы. Я сторонница интеграции. Думаю, что современный век — век интеграции. Помочь личности в столь сложное время и со столь сложным устройством в рамках одной концепции невозможно. Поэтому я использую клиническую психотерапию, Транзактный Анализ, психосоматику. Сейчас занимаюсь интегративной



Преподаватели ТА в России: кто есть кто?

Надежда ЗУЙКОВА: «Ни один диагноз не должен быть приговором и не может перечеркнуть жизнь»

медициной, продолжаю углублять знания. Нет предела для понимания личности!

— Расскажите о вашей зоне ближайшего развития?

— Сейчас я приглашена в несколько онлайн-проектов преподавать Транзактный Анализ и психотерапию. Сейчас мне нравится то, чем я занимаюсь — я работаю психотерапевтом в «Семейном Докторе» и одновременно курирую недавно открывшееся отделение постстрессовых расстройств и расстройств сна. Это такое замечательное отделение, где я провожу супервизии, Балентовские группы на регулярной основе. Я очень довольна, что врачи-психиатры, психотерапевты этого отделения с самого начала своей профессиональной деятельности находятся в правильном сопровождении — работают, учатся, проходят супервизии и Балентовские группы. Мне нравится быть наставником, и я думаю это моя перспектива — быть наставником. Собственное развитие — я не стою на месте, каждый раз чему-нибудь учусь. Учю сейчас английский язык! Участвую в конференциях, исследованиях, пишу руководства. Есть чем заняться!

— Ваше кредо/motto/девиз, как преподавателя?

— «Позитив, креатив и динамика!» — это мой девиз как человека. Но если сузиться до преподавателя, то «Дорогу осилит идущий!» и «Сквозь тернии к звездам!»

— Если бы у вас было (а может быть есть) ваше тотемное животное — кто это, опишите его?

— Мое тотемное животное — это тоже человек! Это любой человек, который с которым сейчас. Я с вами работаю — вы мой тотем. Когда с собакой гуляю — собака мой тотем.

— Сколько у вас сейчас студентов на контракте и сколько уже защитились?

— На контракте у меня сейчас двое, защитившихся пока нет.

— Где можно у вас учиться? Какая периодичность набора студентов?

— Врачи-медики могут учиться у меня на кафедре психиатрии, психотерапии и психосоматической патологии РУДН (<https://fnmo.rudn.ru/departament/psihiatrui-psihoterapii-i-psihosomaticheskoi-patologii/>).

Также можно учиться 202-м курсе — 4х летняя программа.

Кроме того, сейчас готовим новый проект при Высшей Школе Экономики — курс для не-психологов (1,5 года) и для психологов (1 год). Он стартует в октябре. Это очная школа практических навыков, по окончании которой будет выдаваться диплом. Это прецедент, такого раньше не было: студенты, которые успешно сдадут экзамены, получают диплом о профессиональной переподготовке «Психологическое консультирование с применением техник ТА».