

Сикати-Журавлева Наталья Евгеньевна

руководитель Городской службы медиации, заместитель директора по УВР

МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной

помощи»

г. Владимир, Владимирская область

Фомина Елена Вячеславовна

председатель, руководитель проекта «Центр семейной медиации»

«Владимирская региональная ассоциация медиаторов»

г. Владимир, Владимирская область

НЕРВНАЯ СИСТЕМА ПРОФЕССИИ. СУПЕРВИЗИЯ И ИНТЕРВИЗИЯ КАК ФАКТОР ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ МЕДИАТОРА

Аннотация: в статье рассматривается роль супервизии и интервизии как системообразующих элементов профессиональной деятельности медиатора на основе актуальных исследований 2020–2025 гг. Анализируются механизмы влияния супервизорской поддержки на рефлексивные процессы специалиста, профилактику профессионального выгорания и формирование устойчивой профессиональной идентичности. Особое внимание уделяется эмпирическим данным о связи супервизионной практики с качеством профессиональной жизни медиаторов. Обосновывается тезис о том, что регулярная практика супервизии и интервизии выступает не только инструментом контроля качества, но и механизмом, обеспечивающим психологическую устойчивость специалиста в условиях высокой эмоциональной нагрузки.

Ключевые слова: медиация, супервизия, интервизия, профессиональное выгорание, системная рефлексия, профессиональная идентичность, школьная медиация, профессиональная поддержка.

Профессиональная деятельность медиатора по своей природе герменевтична. Каждый конфликт представляет собой уникальную навигационную карту, где сталкиваются субъективные реальности сторон. Медиатор входит в это пространство как посредник, но его присутствие неизбежно оказывает воздей-

ствие на саму ткань конфликта – он становится частью системы, которую пытаются исследовать и трансформировать.

Современные исследователи подчеркивают, что профессиональный рост медиатора неразрывно связан с развитием рефлексивных способностей. В работах, опубликованных в журнале «Консультативная психология и психотерапия» (2019), показано, что специалисты помогающих профессий, систематически проходящие супервизию, демонстрируют значительно более высокий уровень системной рефлексии – способности видеть профессиональную ситуацию целостно, во взаимосвязи всех её элементов. При этом исследователи выявили, что преобладание системной рефлексии и отсутствие симптомов профессионального выгорания напрямую связаны с систематическим прохождением супервизий.

В этом контексте супервизия и интервизия выступают механизмами метапозиции – способности выйти за пределы собственных когнитивных схем для объективации профессионального взаимодействия. Они представляют собой внешние референсные точки, позволяющие медиатору увидеть себя со стороны, восстановить утраченную объективность и вернуть себе статус нейтрального, рефлексизирующего наблюдателя. Без этих институтов профессиональное развитие медиатора оказывается замкнутым в герметичном круге самореференции, где ошибки и искажения не только не исправляются, но и укрепляются с каждым новым случаем.

В современном медиативном сообществе супервизия рассматривается как фундаментальный элемент профессиональной культуры, а не факультативное дополнение. Как отмечают эксперты Комитета по медиации Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги (ОППЛ), супервизия «обеспечивает качество работы медиатора» и является «базой профессионализма».

Особое внимание в современных исследованиях уделяется связи супервизии с профилактикой профессионального выгорания. Медиация относится к «помогающим» профессиям, но имеет специфическую особенность, так как медиатор всегда работает в конфликтном поле. Это создает высокий риск синдро-

ма эмоционального выгорания, а у начинающих посредников – также и синдрома самозванца.

Эмпирические исследования последних лет подтверждают эти наблюдения. В работе Ногейро и соавторов (2022), опубликованной в *Social Work & Social Sciences Review*, было установлено, что у испанских медиаторов наблюдаются умеренно высокие уровни как удовлетворенности состраданием (*compassion satisfaction*), так и выгорания (*burnout*) и усталости от сострадания (*compassion fatigue*). Ключевым выводом исследования стала положительная корреляция между практиками самопомощи (*self-care*), включающими супервизионную поддержку, и качеством профессиональной жизни медиаторов.

Описанные закономерности становятся особенно очевидными, если проанализировать практику специалистов в области школьной, семейной и бракоразводной медиации. В отличие от корпоративного или коммерческого сектора, такие посредники неизбежно оказываются в эпицентре чужого эмоционального кризиса.

Им приходится работать с глубокими психологическими травмами всех участников процесса, включая детей. Школьные конфликты, развод или затяжные споры о детях вызывают у сторон мощные аффективные вспышки: от глубокой обиды и вины до агрессии.

Чаще всего в такой атмосфере медиатор рискует столкнуться со своей эмоциональной вовлечённостью и неосознанной реакцией на ситуацию или на поведение сторон – эффектом контрпереноса, – а также потерять объективность, растративая собственные внутренние ресурсы. Именно поэтому супервизионное сопровождение в подобной сфере – это не просто формальный элемент контроля за качеством работы специалиста, а важнейший базовый инструмент психологической гигиены, помогающий специалисту сохранять профессиональные границы и оставаться нейтральной, поддерживающей стороной.

Современные психологические исследования вносят важный вклад в понимание механизмов, через которые супервизия влияет на профессиональное благополучие специалиста. В исследовании, опубликованном в журнале «Кон-

сультативная психология и психотерапия» (2019), были выделены три типа рефлексивных процессов.

1. Системная рефлексия – способность видеть профессиональную ситуацию целостно, анализировать связи между её элементами;
2. Интроспективная рефлексия – погруженность в собственные переживания, склонность к самоанализу без выхода на уровень системного видения;
3. Квазирефлексия – уход в размышления о возможном развитии ситуации при отсутствии реальных фактов для этих размышлений.

Результаты исследования показали, что системная рефлексия является ведущим протективным фактором профессионального выгорания. При этом специалисты, систематически проходящие супервизию, демонстрируют значительно более высокий уровень системной рефлексии и гораздо менее подвержены тревоге по поводу собственных профессиональных достижений, профессиональному цинизму и эмоциональному истощению по сравнению со специалистами, редко проходящими супервизию.

Авторы исследования делают важный вывод: «Перестройка рефлексивных процессов (снижение деструктивных и наращивание конструктивных способов совладания) в процессе прохождения супервизии и интервизии способна препятствовать развитию профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий».

Если супервизия представляет собой вертикальное взаимодействие с более опытным специалистом, то интервизия – это горизонтальная форма профессиональной поддержки, где стираются иерархические различия, и каждый участник признается равноправным носителем профессионального знания.

В 2020 году вышел специализированный методический инструмент «Методы для интервизии» (Methoden für die Intervision), изданный Hogrefe Verlag – одним из ведущих издательств в области психологии (перевода на русский язык пока нет). В этом издании представлены двадцать эффективных рабочих методов для интервизорских групп, включая решение-ориентированные, креативные, активирующие и рефлексивные формы работы. Инструмент предназначен

для участников интервизорских групп, супервизоров, коучей, психотерапевтов и медиаторов, что свидетельствует о признании интервизии как полноценного профессионального инструмента в помогающих профессиях.

Исследования показывают, что интервизия выполняет критически важную функцию восстановления социальных и эмоциональных ресурсов. В условиях изолированной работы медиатор растрчивает свой эмоциональный капитал в одиночку. Интервизорская встреча предоставляет медиатору возможность высказать эти переживания, озвучить фрустрирующие чувства, поделиться тревогой и неуверенностью в безопасной, профессиональной среде.

Как отмечают практикующие медиаторы и супервизоры, интервизия позволяет:

- получить обратную связь по технике проведения медиации;
- разобрать сомнения в своей работе;
- получить поддержку в ситуациях, когда возникают сложности эмоционального или технического характера;
- увидеть альтернативные подходы к работе с кейсом.

Современные исследования вносят важные уточнения в понимание различий между супервизией и интервизией. В работе российских исследователей (2019) было установлено, что супервизия и интервизия по-разному влияют на рефлексивные процессы специалистов.

Супервизия способствует развитию системной рефлексии – способности видеть профессиональную ситуацию во взаимосвязи всех её элементов, анализировать свои действия и их последствия. Исследователи отмечают, что специалисты, систематически проходящие супервизию, приобретают «системное видение профессиональных ситуаций и многогранных возможностей их разрешения».

Интервизия, в свою очередь, создает условия для социального сравнения и децентриции. Участие в интервизорских группах позволяет медиатору увидеть, что его трудности не уникальны, что снижает тревогу и способствует формированию реалистичной профессиональной самооценки. Современные исследова-

ния также выявляют риски, связанные с искажением супервизорской позиции. В работах по изучению токсичной супервизии показано, что негативное восприятие супервизорских отношений может приводить к чувству унижения, снижению академической успеваемости и выгоранию. В контексте медиации это означает, что качество супервизорских отношений критически важно. Супервизор должен создавать безопасное пространство, основанное на принципах бережной обратной связи, поддержки и конфиденциальности.

Несмотря на различия в механизмах воздействия, и супервизия, и интервизия служат единой цели – профилактике профессионального выгорания. Современные исследования в организационной психологии (2024–2025) показывают, что выгорание является медиатором между негативными аспектами профессиональной деятельности и её результатами. Регулярная супервизорская и интервизорская поддержка может рассматриваться как критический ресурс, снижающий негативные последствия профессионального стресса и способствующий сохранению качества работы специалиста. Современные исследования позволяют рассматривать супервизию и интервизию не как изолированные практики, а как взаимодополняющие элементы системы профессиональной поддержки.

В России институт супервизии и интервизии в медиации находится на этапе активного становления, создания образовательных программ, и разработки методических материалов. Однако, как отмечают эксперты, это новая, еще формирующаяся сфера, и ее дальнейшее развитие требует как научного осмысления, так и практической апробации.

Клуб практикующих школьных медиаторов, созданный на базе Городской службы медиации города Владимира при партнерской поддержке Владимирской региональной ассоциации медиаторов (ВРАМ), представляет собой уникальную экспертную площадку, где теория встречается с практикой.

С 2021 года здесь проходят ежемесячные встречи в интерактивном формате, которые постепенно трансформируются в коллективную (и индивидуальную) супервизию и интервизию. Участниками клуба выступают педагоги-психологи, социальные педагоги и школьные медиаторы – специалисты, еже-

дневно работающие с конфликтами в образовательной среде. Такие встречи становятся пространством восстановления смыслов и помогают специалистам не терять себя среди чужих эмоций. Регулярное участие школьных психологов и педагогов-медиаторов в супервизорских и интервизорских сессиях в рамках Клуба дает целый ряд профессиональных и личностных эффектов, таких как проработка «слепых зон» и профессиональных сомнений. В формате супервизии специалист получает бережную обратную связь от более опытных коллег и находит ответы на эти вопросы, что повышает уверенность в собственной компетенции.

Опыт работы Клуба практикующих школьных медиаторов во Владимире, действующего при методическом участии ВРАМ, доказывает, что регулярные супервизии можно превратить в прикладной и эффективный инструмент поддержки. Логика таких ежемесячных встреч выстроена вокруг трех последовательных этапов.

1. Эмоциональная разгрузка (интервизия). В безопасном кругу коллег специалисты могут открыто высказать накопившиеся тревоги, поделиться сомнениями и снять первичное напряжение. Это помогает преодолеть чувство изоляции, в котором часто оказывается практикующий психолог или медиатор.

2. Экспертный разбор (супервизия). Под руководством опытного наставника участники детально разбирают сложные кейсы. Фокус внимания смещается со слепого самоанализа и чувства неуверенности («синдрома самозванца») на системное видение ситуации: оценку мотивов сторон, динамику семейного конфликта и поиск скрытых «слепых зон» самого специалиста.

3. Практическое закрепление. На этой фазе участники осваивают новые медиативные алгоритмы, техники деэскалации и саморегуляции, которые они могут сразу применить в текущей работе.

В таком формате Клуб превращается из обычной дискуссионной площадки в живую практическую лабораторию, которая защищает специалистов от выгорания и переводит их личный опыт в устойчивые навыки».

Групповая интервизия, по признанию участников Клуба, становится пространством, где можно «выдохнуть», поделиться сомнениями и получить поддержку. Участие в супервизорских группах способствует формированию у специалистов системного видения профессиональных ситуаций и многогранных возможностей их разрешения. Современные исследования показывают, что именно системная рефлексия является ведущим протективным фактором профессионального выгорания. Участники могут говорить о профессиональном, которое становится личным, в безопасной, поддерживающей среде.

Таким образом, опыт Владимирского Клуба практикующих школьных медиаторов «Круг сообщества» наглядно подтверждает, что супервизия и интервизия – это не просто теоретические концепции, а действенные, востребованные инструменты профессиональной поддержки, помогающие школьным психологам и медиаторам сохранять качество работы, справляться со стрессом и развиваться как профессионалам. Интеграция таких форматов в регулярную практику становится важнейшим условием для формирования устойчивой и эффективной системы школьной медиации в целом.

Подводя итог, важно подчеркнуть: развитие системы супервизий и интервизий в медиации – это насущная необходимость, продиктованная временем и высокой социальной турбулентностью. Психологическое благополучие и осознанность медиатора напрямую определяют качество его работы с людьми. Если говорить о семейных спорах, которые непременно и очевидно влияют на образовательный процесс и атмосферу в школе, то эмоциональная устойчивость и «чистота» самого специалиста становятся ключевым фактором безопасности для ребенка. Только защищенный от выгорания, рефлексирующий профессионал способен оградить детскую психику от деструктивного эха родительских конфликтов и помочь сохранить для ребенка стабильное семейное окружение.

Современные исследования и практика убедительно демонстрируют, что супервизия и интервизия являются не просто дополнительными инструментами профессионального развития медиатора, а фундаментальными элементами,

обеспечивающими качество работы и психологическое благополучие специалиста.

Эмпирические данные последних лет показывают, что систематическое прохождение супервизии связано с более высоким уровнем системной рефлексии и меньшей подверженностью профессиональному выгоранию, интервизия выполняет важную функцию восстановления социальных и эмоциональных ресурсов, снижая чувство изоляции и профессиональную тревогу, а качество профессиональной жизни медиатора напрямую коррелирует с практиками самопомощи, включающими супервизионную поддержку. Супервизия и интервизия являются нервной системой профессии медиатора, обеспечивающей её жизнеспособность, самоочищение и непрерывную эволюцию.

Список литературы

1. Супервизия в медиации в таблицах и схемах / Р. Г. Аксенфельд, Г. В. Воловодова, Н. В. Голубева [и др.] . – Москва : ОППЛ, 2025.
2. Воловодова, Г. В. Супервизия в медиации – новые горизонты в профессии или очередной тренд? / Г. В. Воловодова, П. А. Воробьева // Медиатор.рф. – 2022. – URL: <https://xn--80ahcnrqoo.xn--p1ai/archive/05-22-shkola-mediatorov/superviziya-v-mediatsii-novye-gorizonty-v-professii-ili-ocherednoy-trend/> (дата обращения: 28.09.2026). Текст электронный.
3. Грачева, О. Е. Формирование доверия к процедуре семейной медиации / О. Е. Грачева, В. В. Кривоусков, И. В. Мкртумова // Цифровая социология / Digital Sociology. – 2023.
4. Лаврова, Н. М. Медиация как метод регулирования конфликтов и её интеграция в психотерапевтическую практику / Н. М. Лаврова, В. В. Лавров // Антология российской психотерапии и психологии : сетевое научно-практическое издание. – Выпуск 12 : Материалы Итогового международного научно-практического конгресса ОППЛ. – Москва : Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига, 2022. – С. 142–145. – Текст : электронный.

5. Зезюлинская, И. А. Супервизия как пространство развития профессиональной идентичности и профилактики выгорания / И. А. Зезюлинская // Психотерапия : научно-практический журнал. – 2021. – № 4 (220). – С. 54–59.

6. Матюшкина, Е. Я. Профессиональное выгорание и рефлексия специалистов помогающих профессий / Е. Я. Матюшкина, А. А. Кантемирова // Консультативная психология и психотерапия. – 2019. – Т. 27, № 2. – С. 50-68. – DOI 10.17759/cpp.2019270204. – EDN VU UWZY.