
Людмила Хорунжая

Психолог,

независимая феминистская

исследовательница.

Москва

**По следам
дискуссии
о феминистской
психотерапии**

*«...therapy may be feminist so long as it meets
the criteria of supporting feminist practice —
the creation of feminist consciousness, the
development of egalitarian relationship, and
the empowerment of the client¹».*

Laura Brown¹

Феминистская психотерапия как направление психологической помощи развивается в США с конца 60-ых гг. прошлого столетия и в своем развитии прошла уже несколько этапов. Феминистские психологи на Западе организуются в сообщества, проводят конференции и договариваются об основных принципах, ценностях и практиках феминистской психотерапии. Феминистская психотерапия разрабатывается специально для психологической помощи дискриминируемым группам: женщинам, а также расовым, этническим, классовым, сексуальным

¹ «...терапия может быть феминистской до тех пор, пока она отвечает критериям поддержки феминистской практики – формирование феминистского сознания, развитие эгалитарных отношений, и расширение прав и возможностей клиента».

и квир-сообществам. Феминистской психотерапии посвящены главы учебников по психологическому консультированию [2, 3, 4]. Ключевая идея феминистской психотерапии заключается в представлении, что психологические сложности женщин во многом обусловлены социальным контекстом, а именно дискриминацией, угнетением, разного рода насилием, ограниченными финансовыми возможностями. Цели феминистской психотерапии состоят в «усилении» клиент_ки (empowerment), расширении принятия себя, в развитии феминистского самосознания (осознания различных форм дискриминации и их культурной, социальной, политической, а не личностной детерминированности). Принципы феминистской психотерапии включают рассмотрение проблем человека в социальном, культурном и политическом контексте; признание всех видов дискриминации; приверженность социальным преобразованиям; ценность различных перспектив в терапевтическом процессе; установление эгалитарных клиент-терапевтических отношений и особое внимание к дисбалансу власти в отношениях; отказ от использования патологизирующих определений и акцент на сильных сторонах человека.

А как представлена феминистская психотерапия у нас?

В феминистских и ЛГБТКИАПП+ сообществах все чаще появляются запросы о поиске психологов-феминисток и психологов, терпимо относящихся к феминизму. Сами психологи добавляют

к своему позиционированию определения себя как фем-френдли и (про)феминистских психологов. При этом совсем не очевидно, что подразумевает такое определение. Означает ли оно, что психолог не против феминизма и феминисток? Или что психолог — феминистка (профеминист)? Существуют ли отличия в методах работы фем-психолога? Будет ли психолог при этом ЛГБТКИАПП + френдли? Как он_а будет работать с ЛГБТКИАПП + парой, а с семьей? Зачем вообще гомо(би)сексуальным и гендерно-небинарным людям феминистские психологи?

В третий день Четвертой Семейной ЛГБТКИАПП + конференции состоялась дискуссия «Феминистская психотерапия для ЛГБТКИАПП + сообщества». В дискуссии удалось обсудить содержание, которое психологи вкладывают в определение себя как фем-френдли и ожидания клиент_ок_в от фем-френдли психологов. Подняли также вопрос о возможной пользе фем-френдли психологов для ЛГБТКИАПП + сообщества.

Выяснилось, что фем-френдли психологи (здесь и далее речь идет о принимавших участие в дискуссии) в таком самоопределении подразумевают, что не будут навязывать своим клиент_кам патриархальный дискурс (словно в ответ на идею, что остальные психологи как раз навязывают и именно патриархальный), а также гарантируют безопасность клиенткам-феминисткам и профем-клиент_кам. Единодушны с психологами в своих ожиданиях и клиент_ки: ключ «фем-френдли»

считывается клиент_ками как гарантия того, что психолог не будет навязывать патриархальные ценности и будет безопасно. Вообще, тема безопасности доминировала в дискуссии. Для психологов их гарантии безопасности клиент_кам выражаются в опоре на запрос клиент_ки, принятии инаковости и воздержании от навязывания своего представления о правильном. Для клиент_ок ощущение безопасности в работе с психологом опирается на ожидания, что психолог не будет осуждать феминистскую позицию клиент_ки, не будет определять клиент_ку или ситуацию в чуждых клиент_ке терминах, не будет обвинять жертву и будет принимать ценности клиент_ки. Судя по звучащей теме безопасности, определение «фем-френдли» вполне соответствует содержанию.

Однако же, в самом начале дискуссии мы заключили «фем-френдли» в кавычки как не очень комфортную формулировку. Оказывается важным не только указать свою толерантность и дружелюбие к феминисткам (жаль, что это нужно отдельно указывать, как и толерантность/дружелюбие к ЛГБТКИАПП+ клиентам). Важно обозначить в том числе и свою феминистскую позицию, разделение феминистских ценностей, владение феминистской оптикой. В то же время важно сохранять объективность и не навязывать (опять не навязывать!) феминистский взгляд или смотреть исключительно через феминистскую призму, а удерживать фокус на клиентском запросе.

Что же собственно феминистского в феминистской психотерапии?

Психологи отмечают владение феминистской оптикой (что позволяет предложить отличный от доминирующего в обществе взгляд на ситуацию), возможность делиться своими знаниями из феминистской теории. Клиент_ки же ожидают, что психолог разделяет феминистскую позицию, осведомлен_а («в теме») и в работе не возникнет дополнительных сложностей из-за несовпадения взглядов или недостаточных познаний психолога в феминистской теории («не нужно будет объяснять»). Клиент_ки надеются получить поддержку в формировании феминистской позиции и освоении новых ролей, побыть в обществе единомышленницы (гомогенной феминистской среде), получить от психолога подтверждение «со мной все ок», нормализацию феминистской позиции и даже «снятие стигмы». Клиентские же ожидания от профессиональной квалификации психолога состоят в умении работать с «феминистскими темами» (последствия насилия, дискриминации, сексизма и т.д.) и способности учитывать социальный контекст, в котором возникла и существует проблема. Желательно (но не обязательно в текущей ситуации), чтобы психолог сама была феминисткой (или профем), и уж совсем на грани фантастики совпадение феминистских взглядов клиент_ки и психолога.

Сложным оказался вопрос о возможной пользе феминистской психотерапии для ЛГБТКИАПП+ клиент_ов. Очевидно, что среди сообщества есть

феминистки, фем-френдли люди, профеминисты и феминистская психотерапия может быть интересна им по этому признаку. Феминистская (особенно интерсекциональная) оптика весьма уместна в понимании социального контекста ЛГБТКИАПП+ клиент_ов. И если феминистский психолог снимает стигму, то тоже может пригодиться. Мало обсудили, и не только из-за лимита времени. Возможно, сейчас мы еще не можем увидеть. Дискуссия показала, что феминистская психотерапия как таковая еще не востребована в сообществе и тема «Феминистская психотерапия для ЛГБТКИАПП+» преждевременна. Востребована скорее феминистская оптика и феминистские ценности в психотерапии в противовес патриархальным. Наибольшее внимание и психологи, и их клиент_ки уделяют безопасности и принятию в пространстве психологической сессии. Ключевая идея феминистской психотерапии не прозвучала в обсуждении, цели феминистской психотерапии не были артикулированы и их актуальное отсутствие означает актуальную же невозможность увидеть потенциал феминистской психотерапии в помощи ЛГБТКИАПП+ сообществу.

Похоже, что феминистская психотерапия в России не особенно распространена и находится на одной из начальных стадий своего развития. Психологи осторожно добавляют к своему самоопределению (зачастую никак не поясняя) фем-психолог, фем-френдли психолог или рассказывают о своих феминистских взглядах в той или иной сте-

пени публично. Осторожность связана с опасениями потерять клиент_ов или оказаться востребованными очень малой частью общества. Осторожность звучит в повторяемых «не навязывать». «Не навязывать» как девиз, сродни «не навреди». (Хорошо, не навредим, а помочь-то можем?) Словно у нас в руках есть инструмент — современный и мощный, который мы готовы иногда демонстрировать, говорить о его наличии в арсенале психологических средств, но не совсем понимаем и возможно еще не умеем им пользоваться. Что дает клиент_ке взгляд через феминистскую призму и рассказы психолога о феминистской теории? Можно ли отложить в сторону феминистское сознание как инструмент (и инструмент ли оно), отменить его, или оно существует как бы «над» нашими психологическими практиками (или пронизывает их)? Имеет ли смысл выражать свою феминистскую позицию более явно, следовать феминистским ценностям или же стремиться к идеалу объективности и непредвзятости?

Список литературы:

1. *Laura S. Brown. Feminist therapy // In: Twenty-first century psychotherapies: contemporary approaches to theory and practice / Ed. by Jay L. Lebow. Wiley & Sons, Inc., 2008. pp. 277-306.*
2. *Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия / Методы, теории и техники: практическое руководство. М. 1999. 487 с.*
3. *Barbara Herlihy, Gerald Core. Feminist therapy // In: Theory and*

По следам дискуссии о феминистской психотерапии

Practice of Counseling and Psychotherapy / Ed. by Gerald Corel. Thomson Brooks/Cole, 2009. pp. 339-372.

4. *Feminist Therapy: A Multicultural Approach // In: Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy: Concepts and Cases / Ed. by Richard S. Sharf. BrooksCole/Cengage Learning, Inc., 2012. pp. 484-532.*