

Polonca Majcenovič¹

Supervizija kot vzajemni proces rasti

Supervision as a mutual growth process

Povzetek

V prispevku obravnavamo supervizijski proces kot prostor, v katerem se odvija vzajemni proces rasti supervizorja in supervizanta oz. vseh udeležencev supervizijskega procesa. Raziskave o pomenu supervizije za supervizante dokazujejo, da je supervizija nujna podpora supervizantovemu strokovnemu delu, kar je tudi osnovni namen supervizije. Pokaže se, da ima navezanost, ki se vzpostavi med supervizantom in supervizorjem, velik vpliv na učinkovitost supervizijskega procesa. Supervizijo smo opredelili kot soustvarjen profesionalni odnos, ki je namenjen varovanju javnega dobrega in pomaga k vzajemnemu strokovnemu in osebnemu razvoju supervizanta in supervizorja. Predstavljene so značilnosti slabega supervizijskega procesa. Dober supervizijski proces je prikazan s primerom iz supervizijske prakse, ki ga udeleženci ovrednotijo po sklepu s poudarkom na pomenu, ki ga je imel ta proces zanje in za vzajemno rast. Sklepna ugotovitev v prispevku je, da je supervizija vzajemni prostor rasti, kadar je to prostor varnega odnosa, v katerem udeleženci sodelujejo z odprtostjo za strokovno in osebno rast. Supervizija kot prostor vzajemne rasti bi lahko bila deležna poglobljenih raziskav, ki bi prikazale njen pomen.

Ključne besede: dobra in slaba supervizija, osebni in strokovni razvoj, vzajemni proces rasti

Summary

In this paper, we consider the supervision process as a space in which the mutual growth process of the supervisor and the supervisee, or all participants in the supervision process, takes place. Insights from research on the importance of supervision for supervisees show that supervision is a necessary support for the supervisee's professional work. The main purpose of supervision is to support the supervisee and his/her professional work. The attachment that is established between the supervisee and the supervisor has a major impact on the effectiveness of the supervision process. We have defined supervision as a

¹ mag. s. Polonca Majcenovič, zakonska in družinska terapevtka ter supervizorka, polonca@dc-mir.si

co-constructed professional relationship that aims to protect the public good and helps the mutual professional and personal development of the supervisor and supervisee. The characteristics of poor supervision process are presented. A good supervision process is illustrated by a good example from practice, which the participants evaluate after the conclusion, emphasizing the importance that this process had for them and for mutual growth. The paper concludes that supervision is a mutual space for growth under certain conditions when it is a space of secure attachment in which the participants work together with an openness to professional and personal growth. Supervision as a space for mutual growth could benefit from in-depth research that would demonstrate its importance.

Key words: good and bad supervision, professional and personal development, mutual growth process

Extended abstract

1.

Introduction

The paper discusses the supervision process as a space in which the mutual growth process of supervisor and supervisee takes place, or of all participants in the supervision process.

In the introductory part, the importance of supervision in different work environments is discussed. The results of the presented literature show that supervision is a very important element for quality work with clients. It provides important help to therapists and other counselors in their work. In the therapeutic work, it has been shown that the client's commitment upon entering the therapy and the therapist's interventions in the therapeutic work are more important than for the client. At the same time, supervision helps the therapist in critical thinking, developing the ability to understand, connect, solve problems and work creatively with clients. It should provide the supervisee with optimal conditions for the integration of his experience and theoretical knowledge. The result of supervision is a lower incidence of burnout and fewer terminations of the employment relationship. It is important that during the entire period of supervision the supervisors have an ontological formation that was named by the phrase "becoming a supervisor".

2.

Definition of supervision

Supervision, defined for the purpose of this paper, begins with Max Eitingon, who formalized and institutionalized supervision as part of psychoanalytic education. From the didactic to the relational model, there are quite a few supervision models that have been developed, and are still being developed, according to the theoretical backgrounds, experiences and needs of supervisors and researchers. The purpose of development is always to improve approaches and achieve greater efficiency. The article presents the definition of the author Kirk Honda (2017): "Clinical supervision is a co-constructed, professional relationship that aims to protect the public good and helps the supervisee's clinical and personal development" (p. 6), and supervision within the framework of the relational model, in which: "the supervisor's authority comes from his ability to participate, reflect, act out and interpret the relational themes that appear in the therapeutic or supervisory dyad" (Rožič, 2015, p. 34).

E. Wayne Hill was the first to use attachment theory in the supervisory relationship as a supervisory concept for understanding partner and family interaction. He emphasized the suitability of attachment theory for understanding the relationship between supervisor and supervisee (Watkins and Riggs, 2012).

3.

Professional and personal growth

The result of a quality supervisory relationship and work is continuous professional and personal growth. The paper presents some literature on the topic of the importance of supervision for the supervisee and his clients. It turned out that no research could be found on the importance of supervision for the supervisor. Could we conclude that the same applies to professional and personal growth in the supervisory process as it does to growth in the therapeutic process? Whether appropriate or good supervision processes also mean better quality personal and professional growth of all participants in supervision?

Based on the therapist's different responses in challenging situations, Smith et al. (2007) defined different therapeutic styles. The therapist's knowledge and awareness of his response style and therapeutic style can help him deal with challenging situations in therapy and stress as a result of psychotherapeutic work. Therapists can improve if they have adequate support, challenge and consultation. It has been shown that it is best for clients when a therapist who has a high personal self-esteem and expresses self-doubt as a therapist works with them. But it is not good when the therapist has a high personal self-esteem and has little doubt about his therapeutic work. Excessive confidence therefore does not contribute to a healthy therapeutic relationship.

4. **The characteristics of bad supervision**

Poor supervision is presented as ineffective, neglectful, unethical or harmful, and as such does not assist the supervisee in clinical and personal development, or fails to protect the public good. Typical behaviors that characterize poor supervision are:

- absence of a role model;
- closed-mindedness, defensive attitude, non-reflectiveness;
- criticality, authoritarianism, humiliation, intimidation, aggressiveness, cruelty, abuse;
- lack of interest, neglect, lack of concentration, not listening well;
- formality, detachment, non-commitment;
- racism, homophobia, sexism, other prejudices;
- demonstrating clinical incompetence;
- lack of empathy, support, encouragement;
- constant, angry power struggles;
- unresponsiveness.

5. **An example of good supervision practice**

In group supervision, the supervisee (SVE1) presented an example of a therapeutic process in which a 44-year-old woman was involved due to anxiety and panic attacks. From the age of six, she was cared for by a grandmother with social anxiety. Because of this, as a girl, the lady had no contact with her peers, except at school. From the age of 22, she began to take care of her father, who was very sick, and her mother suffered from depression as a result. Both parents have been very attached to her for all these years. They blame her if she is somewhere for a long time. They are psychologically violent towards her. She herself was diagnosed with an autoimmune disease. The client is unable to work and receives cash social assistance.

For the purpose of this paper, we have prepared a transcript of the concluding part of the supervision based on the video of the supervision and the answers of the participants of the supervision to the questions asked regarding the topic of mutual growth.

Supervisor (SV): I have the feeling that your client is very behind in her emotional development. For her, the upheavals in her youth were so strong that there was no room for development. It is sad that they still live in this family the way they do. She herself is increasingly sick and lonely, without goals in life. She stopped living because of caring for her parents.

Supervisee 1 (SVE1): No one has the power to persuade these parents that they need other help or even a nursing home.

Supervisee 2 (SVE2): Can this client say no? She came to you to be stronger.

SV: How are you now after this supervision?

SVE1: I got confirmations and directions. I will try to strengthen her so that the client starts setting boundaries and resolves her feelings of guilt. I would like to let her know that mom is responsible for dad. Maybe it will be easier for her to find her own strength and take care of herself if she accepts that she is not responsible for everything.

We evaluated the supervision process and obtained opinions about the importance of supervision and the mutual growth of the participants by interviewing all the participants of this supervision. The research was conducted according to the principles of the method of interpretive phenomenological analysis, which carefully investigates the details of a personal experience in a particular context and what meaning this person gives to this experience.

The supervisee said about the importance of this supervision: "By presenting the case, I first of all experienced relief and empowerment for further work. I received confirmation that I am working in the right direction, and I received good suggestions and directions for continuing the therapeutic process, with which I will help the client to cope with and resolve hardships and problems."

Two supervision participants were helped by supervision in one of her cases: "It helped even in one of my cases, I got some insights and encouragement to move forward." and "It was a case where guilt and injustice, anger and sadness are intertwined. I was familiar with a similar dynamic from my work with clients. It seems to me that she also expressed herself during the supervision."

The supervisor was touched by the case on a more personal level: "While conducting the supervision, this case also made me reflect on my life (what is my life like, what are my relationships like). I was also encouraged to search for different possibilities for something to change, for an individual's life to be different."

The interview was followed by a few more general questions about the importance of supervision. When asked what importance her role as a supervisor has for her personal and professional growth, the supervisor answered: "As a supervisor, I try to do my best to help the supervisee with the challenges he faces. I am not in a therapeutic relationship and am looking at the case 'from the outside'. By sharing my perspective, experience, thinking, I help the supervisee to see the larger story of his case. Of course, at the same time, I also have to be in touch with my experience. In various cases, I myself grow personally and professionally, because in other cases I can upgrade my knowledge, face certain emotional reactions, confirm my experience."

All participants answered about what supervision means to supervisees. The search for possible and new solutions and directions is important for everyone. Similarly, supervision is important to everyone as an aid in professional work. It is also important that supervision is important for clients, because a therapist with supervisory support helps them much better. Two participants said that they often see in supervision what they themselves overlook in the therapeutic process. It is also important to deepen the understanding of the therapeutic relationship with the client and the space of supervision itself, which provides security for self-disclosure.

The question most closely related to the topic of this paper was about the mutual process of growth in supervision. Supervisee: "I think that every supervision can be an opportunity for mutual growth, if only the supervisor and supervisees are open and honest enough and a safe and confidential relationship has been established between them."

Other participants: "During supervision, the mutual growth of the supervisor and the supervisees takes place. It is essential that it is safe enough to share thoughts, feelings and experiences in an honest and vulnerable way. It is a mutual exchange of thinking, which can also change when things become clearer or complementary. Everyone contributes their part, which is a piece of the puzzle in understanding," and "mutual growth in supervision takes place. The supervisor learns a lot when he is looking for solutions to an exposed problem, and during the supervision process, these solutions can be changed and supplemented based on the dynamics of the supervision, and the supervisee, of course, when she highlights himself, her role in the dynamics of the therapeutic process, gets valuable responses that they help her in her professional and, ultimately, personal growth."

The supervisor thought: "In my opinion, the mutual growth of the supervisor and supervisees is taking place at different levels. As a supervisor and supervisee, I can grow on a cognitive (I acquire new information, learn new approaches, techniques) and emotional level, when it is necessary to regulate certain feelings, emotions... at the same time, certain emotions can awaken in me, which I have to evaluate, who can teach me something new, different behaviors."

The example of good practice and the answers to the questions showed that the results of good supervision are not only better help in the implementation of therapy, which strengthens the supervisee in the role of therapist, and brings better solutions to help the client, but also the mutual growth of all supervision participants.

6.

Conclusion

In the conclusion of the paper, the author's opinion is expressed that the review of papers on the mutual process of growth in supervision did not show that this topic received attention. The presented example of good supervision practice and the evaluation of participants after completed supervision tried to demonstrate the importance of a good supervision process for the mutual growth of the participants in supervision. In order to claim that supervision is a place for mutual growth of all participants, it would be necessary to carry out in-depth research work.

1.

Uvod

Supervizija ima velik pomen v različnih delovnih okoljih. Že sam izvor besede supervizija (lat. super – nad; lat. videre – videti) nam pove, da se ali naj bi se v procesu supervizije zgodil pogled, ki ni vpet v obravnavani primer, ki ga predstavi supervizant oz. supervizanti. Terapevti in drugi svetovalni delavci potrebujejo pri svojem delu pomoč, supervizija je okolje, kjer jo redno dobimo oz. naj bi jo dobili.

Callahan idr. (2009) so pri klientih ugotavljali spremembo med vstopom v obravnavo in sklepom obravnave, in sicer spremembo simptomov depresije in spremembo samoocenjenih telesnih in psiholoških simptomov, ki se najpogosteje pojavljajo pri osebah, ki poiščejo psihološko pomoč. Supervizija se je pokazala kot pomembnejša za kliente kot klientova zavzetost ob vstopu v obravnavo in intervencije pri terapevtskem delu.

Senediakova (2013), ki poudarja velik pomen refleksivnosti v superviziji relacijsko družinskih terapevtov, vidi pomen supervizije v tem, da spodbuja razvoj terapevtovih veščin in terapevtovega samozavedanja. Supervizor, ki se oprijema refleksivnosti in neodvisnega učenja, pomaga terapevtu, da kritično razmišlja, razvija sposobnost razumevanja, povezovanja, reševanja problemov in ustvarjalnega dela z družinami. Refleksivnost izboljša supervizijsko delovno alianso, ki spodbuja terapevtsko alianso, kar pogosto vodi do več sočutja, zavedanja in povezanosti s klienti oz. z družino.

Szecsödy (2013) meni: »Prva naloga supervizije je, in bi morala biti, zagotavljanje optimalnih pogojev za supervizanta, ki mu pomagajo integrirati njegovo izkušnjo, teoretično znanje in njegovo osebnost za suvereno udeležbo in soočanje s psihoterapevtsko ali psihoanalitično situacijo in procesom. Namen supervizije je, da supervizant pridobi osnovne kompetence, ki mu omogočajo samostojno psihoterapevtsko ali psihoanalitično delo« (str. 2).

Avtorje sistematičnega pregleda 27 raziskovalnih člankov, objavljenih med 2000 in 2009, je zanimal učinek klinične supervizije strokovnih delavcev na rezultate dela v teh ustanovah. Največ udeležencev te raziskave je bilo iz ustanov, namenjenih skrbi za duševno zdravje. Ugotovili so, da je učinkovita klinična supervizija povezana z manj izgorelosti in manjšim odhajanjem osebja. Učinkovitost supervizorja je bila prav tako povezana z manj izgorelosti in več zadovoljstva z delom. Podobno so pokazale kvalitativne raziskave, v katerih so strokovni delavci verjeli, da lahko ustrezna supervizija zmanjša možnost za izgorevanje, spodbuja delavce, da ne zapuščajo delovnih mest, in izboljšuje delovno okolje. V ustrezni superviziji so si lahko delavci s pomočjo supervizorja razložili izzivalne delovne dogodke in pridobili več razumevanja odzivov svojih pacientov, ki so lahko stresni in lahko nekatere delavce privedejo tudi do izgorelosti (Mor Barak idr., 2009).

2.

Opredelitev supervizije

Pionirsko delo je pri uveljavljanju supervizije v psihoanalizi je opravil Max Eitingon. Supervizijo je formaliziral in institucionaliziral kot del psihoanalitičnega izobraževanja. Za »prvega supervizorja« velja Freud, čeprav ni nikoli postavil teorije supervizije, o njej malo zapisal in, kot so poročali, sam niti ni rad izvajal supervizije (Watkins, 2013). Supervizija je vse od svojih začetkov napredovala in se razvijala v različnih modelih. Prehodila je pot od didaktičnega in hierarhičnega do relacijskega modela. Vmesnih postaj je veliko, saj so se modeli razvijali glede na teoretična ozadja, izkušnje in potrebe supervizorjev in raziskovalcev, zmeraj v smeri izboljšanja pristopov in doseganja večje učinkovitosti. Za vpogled v supervizijo kot vzajemni proces rasti smo izbrali dve opredelitvi.

Honda (2017) je opredelil supervizijo na podlagi pregleda literature o superviziji: »Klinična supervizija je soustvarjen (angl. co-constructed), profesionalni odnos, ki je namenjen varovanju javnega dobrega (angl. public good), in pomaga supervizantovemu strokovnemu (angl. clinical) in osebnemu razvoju« (str. 6). Odnos je soustvarjen, ker vsi udeleženci v superviziji prispevajo k nenehnemu razvoju alianse, navezanosti in drugih supervizijskih elementov. Izraz »varovanje javnega dobrega« se nanaša na klientovo dobro, kar lahko tudi pomeni, da ukrepamo, kadar supervizant ne dela dovolj dobro s klientom ali supervizor s supervizantom.

V relacijskem modelu (Rožič, 2015, str. 34-35) »supervizorjeva avtoriteta izhaja iz njegove zmožnosti, da sodeluje, reflektira, odigrava in interpretira relacijske teme, ki se pojavljajo v terapevtski ali supervizijski diadi. Avtoriteta izvira iz sposobnosti procesiranja izkušnje, ki se odvija v supervizorju in supervizantu. Supervizor ostaja model interakcije v superviziji, vendar nima vloge avtoritete. Njegova avtoriteta je v tem, da je odgovoren, kako ravna sam s sabo, s svojim kontratransferjem do terapevta, do klienta ter s supervizantom, ki je pred njim. Vpeljava relacijskega modela v supervizijo pomeni ključen preobrat za vlogo supervizorja kot avtoritete oz. pojmovanja njegove avtoritete v procesu supervizije. Njegov doprinos v supervizijskem procesu so njegove notranje vsebine in sposobnost vzpostavljanja varnega odnosa s supervizantom in sposobnost reflektiranja paralelnih procesov v superviziji«.

Pomen varnega odnosa bolje razumemo tudi s pomočjo teorije navezanosti. Hill naj bi, po mnenju Watkinsa in Riggsa (2012), prvi uporabil teorijo navezanosti

v supervizijskem odnosu kot supervizijski koncept za razumevanje partnerske in družinske interakcije. Prav tako naj bi bil prvi, ki je poudaril primernost torije navezanosti za razumevanje odnosa med supervizorjem in supervizantom. Menil je, da poznavanje stilov navezanosti klienta, terapevta in supervizorja da pomembne informacije za razumevanje terapevtskega konteksta in da je supervizorjev ideal, da zagotavlja varno osnovo, ki pospešuje terapevtov učni proces.

3. **Strokovna in osebna rast v superviziji**

Rezultat kakovostnega supervizijskega odnosa in dela je nenehna strokovna in osebna rast. Za namen tega prispevka navajamo prispevke na temo pomena supervizije za supervizanta in njegove kliente. Raziskav na temo pomena supervizije za supervizorja ni bilo mogoče najti. Bi lahko sklepali, da velja za strokovno in osebno rast v supervizijskem procesu podobno kot za rast v terapevtskem procesu? Ali ustrezni oz. dobri supervizijski procesi pomenijo tudi bolj kakovostno osebno in strokovno rast vseh udeležencev v superviziji?

Smith idr. (2007) so z raziskavo terapevtovih odzivov v zahtevnih situacijah opredelili različne terapevtske stile. Najprej so razbrali tri različne zahtevne situacije: travmatično, interakcijsko in bivanjsko situacijo. Druga druge ne izključujejo, a je vsaka povezana s posebnim odzivnim vzorcem. Travmatične situacije so izzvale šok in tesnoba. Terapevt se počuti preobremenjenega in destabiliziranega. V interakcijskih situacijah se terapevt počuti nemočnega in da ga klient bodisi izziva bodisi z njim manipulira. Bolj kot običajno se klient čustveno angažira. Klientovi bivanjski problemi povzročijo, da se terapevt počuti zelo odgovornega za klienta. Ti odzivi oblikujejo terapevtov osebni terapevtski stil, ki ga izraža položaj v dvodimenzionalnem modelu. Prvo dimenzijo predstavlja terapevtovo aktivno poseganje v odnosu s klientom. Terapevti, ki kažejo v tej dimenziji nižje rezultate, se bolj ukvarjajo s tem, kako prikriti svoja čustva, kot se ukvarjati s klientovimi. Drugo raven predstavlja kontinuirana odgovornost. Bolj kot se terapevt čuti odgovornega za klienta v terapevtskem procesu, bolj se osredotoča na klientov način soočanja, torej na vedenje kot na čustva. Terapevtovo poznavanje in zavedanja lastnega stila odzivanja in terapevtskega stila mu lahko pomaga pri soočanju z zahtevnimi situacijami v terapiji in stresom kot posledico psihoterapevtskega dela.

Raziskava, ki je poskušala odgovoriti na vprašanje, ali so psihoterapevti boljši zaradi izkušenj in delovne dobe, je pokazala, da se terapevti lahko izboljšajo, če imajo ustrezno podporo, izzive in konzultacijo. S sledenjem rezultatov, obravnavanjem primerov, ki se ne izboljšujejo, in z zavestnim vključevanjem terapevtskih veščin v prakso lahko terapevti postanejo boljši pri svojem delu

(Goldberg, Rousmaniere in Wampold, 2022).

V raziskavi z naslovom »Ljubi se kot osebo, dvomi vase kot terapevt« so Nissen-Lie idr. (2017) raziskovali povezanost terapevtove osebne in strokovne samopodobe na spremembo pri klientih. Za kliente je najbolje, kadar z njimi dela terapevt, ki ima visoko osebno samopodobo in kot terapevt izraža dvom vase. Ni pa dobro, kadar ima terapevt visoko osebno samopodobo in le malo dvomi v svoje terapevtsko delo. Pretirana samozavest torej ne pripomore k zdravemu terapevtskemu odnosu.

4. **Značilnosti slabega supervizijskega procesa**

Kako so s prostorom vzajemne rasti, ki lahko postane pomemben del supervizijskega procesa, povezani dobri oz. slabi supervizijski procesi? V tuji literaturi najdemo izrazoslovje: dobra/slaba supervizija; učinkovita/neučinkovita supervizija. Za namen tega prispevka smo izbrali dvojico dobra/slaba (Honda, 2017), ker se ne osredotoča samo na učinkovitost, temveč je širši pojem, ki posveča pozornost tudi interpersonalnemu dogajanju v supervizijskem procesu ter njegovih posledicah.

Slaba supervizija je neučinkovita, zanemarjajoča, neetična ali škodljiva, in kot takšna ne pomaga supervizantu pri kliničnem in osebnem razvoju, ali pa zgreši varovanje javnega dobrega. Na podlagi raziskav, v katerih so preučevali vedenja, ki so povezana s slabo supervizijo, so opredelili naslednja značilna vedenja:

- odsotnost vloge vzornika;
- zaprtost, obrambna drža, nerefektivnost;
- kritičnost, avtoritarnost, poniževanje, zastrahovanje, agresivnost, krutost, zlorabljanje;
- nezanjemanje, zanemarjanje, nezbranost, ne dobro poslušanje;
- formalnost, distanciranost, nepredanost;
- rasizem, homofobija, seksizem, drugi predsodki;
- razkazovanje klinične nekompetentnosti;
- pomanjkanje empatije, podpore, opogumljanja;
- nenehni, jezni boji moči;
- neodzivnost.

5. **Primer dobre prakse**

Supervizantka (SVN1) v skupinski superviziji predstavi primer terapevtskega procesa, v katerega se je 44 let stara gospa vključila zaradi anksioznosti in paničnih napadov. Za njo je od šestega leta naprej skrbela babica s socialno anksioznostjo.

Zaradi tega gospa kot deklica ni imela stikov s sovrstniki, razen v šoli. Od 22 leta naprej je začela skrbeti za zelo bolnega očeta, mama je zaradi tega zbolela za depresijo. Oba starša jo že vsa ta leta zelo vežeta nase. Očitata ji, če je kje dlje časa. Do nje sta psihično nasilna. Tudi sama je dobila diagnozo avtoimune bolezni. Klientka je delovno nesposobna in prejema denarno socialno pomoč.

Za namen tega prispevka smo pripravili transkript sklepnega dela supervizije na podlagi posnetka supervizije in odgovore udeležencev supervizije na zastavljena vprašanja glede teme vzajemne rasti.

SV: Ostaja mi občutek, da je tvoja klientka zelo zaostala v čustvenem razvoju. Zanja so bili pretresi v mladosti tako močni, da ni bilo prostora za razvoj. Žalostno je, da še živijo v tej družini tako, kot živijo. Tudi sama je vedno bolj bolna in osamljena, brez ciljev v življenju. Zaradi skrbi za starša je nehala živeti.

SVN1: Nihče nima moči, da bi ta starša pripravil do tega, da potrebujeta drugo pomoč ali celo dom za ostarele.

SVN2: Zna ta klientka sploh reči ne? K tebi je prišla, da bi bila bolj močna.

SV: Kako si zdaj ti po tej superviziji?

SVN1: Dobila sem potrditve in usmeritve. Poskušala jo bom okrepiti, da bo začela klientka postavljati meje, in da bo razrešila svoje občutke krivde. Rada bi ji dala vedeti, da je mama odgovorna za očeta. Mogoče bo lažje prišla do svoje moči in skrbi zase, če bo sprejela to, da ni ona odgovorna za vse.

Ovrednotenje supervizijskega procesa in pridobivanje mnenj o pomenu supervizije in vzajemni rasti udeležencev, smo naredili z intervjuvanjem vseh udeležencev te supervizije. Raziskava je potekala po načelih metode interpretativne fenomenološke analize, ki natančno razišče podrobnosti osebne izkušnje v posameznem kontekstu in kakšen pomen daje ta oseba tej izkušnji.

Supervizantka je o pomenu te supervizije povedala: »S predstavitvijo primera sem v prvi vrsti doživela razbremenitev in opolnomočenje za nadaljnje delo. Dobila sem potrditev, da delam v pravi smeri, za nadaljevanje terapevtskega procesa pa sem dobila dobre predloge in usmeritve, s katerimi bom klientki pomagala pri soočanju in razreševanju stisk in težav.«

Dvema udeleženkama supervizije je supervizija pomagala pri enem od njenih primerov: »Pomagal mi je tudi pri enem mojem primeru, mi prinesel neke uvide, spodbudo za naprej.« in »Šlo je za primer, kjer se prepletata krivda in krivica, jeza in žalost. Podobna dinamika mi je bila znana iz svojega dela s klienti. Zdi se mi da se je na superviziji tudi izrazila.«

Supervizorka se je primer dotaknil na bolj osebni ravni: »Ta primer mi je ob vodenju supervizije prebudil tudi refleksijo mojega življenja (kakšno je moje življenje, kakšni so moji odnosi). V okviru supervizije pa iskanje različnih možnosti, da se nekaj spremeni, da mora življenje posameznika biti drugačno.«

V intervjuju je sledilo še nekaj splošnih vprašanj o pomenu supervizije. Supervizorka je na vprašanje, kakšen pomen ima za njeno osebno in strokovno rast njena vloga supervizorka, odgovorila: »Kot supervizorka poskušam po svojih močeh pomagati supervizantu pri izzivih s katerimi se srečuje. Nisem v terapevtskem odnosu in gledam primer 'od zunaj'. S tem ko delim svoj pogled, doživljanje, razmišljanje, supervizantu pomagam, da vidi širši zgodbo svojega primera. Seveda ob tem moram biti tudi v stiku s svojim doživljanjem. Ob različnih primerih tudi sama osebno in strokovno rastem, ker lahko ob drugih primerih nadgrajujem svoja znanja, se soočam z določenimi čustvenimi odzivi, potrjujem svoje doživljanje.«

O tem, kaj supervizantom pomeni supervizija, so odgovarjale vse udeleženske. Iskanje možnih in novih rešitev ter usmeritev je pomembno vsem. Podobno je vsem supervizija pomembna kot pomoč pri strokovnem delu. Pomembno je še, da je supervizija pomembna za kliente, ker jim terapevt s supervizijsko podporo veliko bolj kakovostno pomaga. Dve udeleženki sta povedali, da v superviziji pogosto vidita, kar sami spregledata v terapevtskem procesu. Pomembna je še poglobitev razumevanja terapevtskega odnosa s klientom in sam prostor supervizije, ki nudi varnost za samorazkrivanje.

Vprašanje, ki je najbolj povezano s temo tega prispevka, je bilo o vzajemnem procesu rasti v superviziji. Supervizantka: »Menim, da je vsaka supervizija lahko priložnost za vzajemno rast, če so le supervizor in supervizanti dovolj odprti in iskreni ter se je med njimi vzpostavil varen in zaupen odnos.«

Druge udeleženske: »Med supervizijo se dogaja vzajemna rast supervizorja in supervizantov. Bistveno je, da je dovolj varno, da se lahko na iskren in ranljiv način podelijo misli, čutenja in doživljanje. Gre za vzajemno izmenjavanje razmišljanja, ki se lahko tudi spreminja, ko postanejo stvari bolj jasne oziroma se dopolnjuje. Vsak prispeva svoj del, ki je košček sestavljanke v razumevanju,« in »vzajemna rast na superviziji se dogaja. Supervizor se veliko nauči, ko išče rešitve za izpostavljen problem in tekom procesa supervizije se te rešitve lahko spreminjajo in dopolnjujejo na podlagi dinamike na superviziji. Supervizant pa seveda ob tem, ko izpostavi sebe, svojo vlogo v dinamiki terapevtskega procesa, dobi dragocene odzive, ki so mu v pomoč pri strokovni in navsezadnje tudi osebni rasti.«

Supervizorka je menila: »Po mojem mnenju se dogaja vzajemna rast supervizorja in supervizantov na različnih ravneh. Kot supervizorka in supervizantka lahko rastem na kognitivni (pridobivam nove informacije, se učim novih pristopov, tehnik) in čustveni ravni, ko je treba regulirati določena čutenja, emocije ... ob tem se lahko v meni prebudijo določena čustva, ki si jih moram ovrednotiti, ki me lahko učijo nekaj novega, drugačnih ravnanj.«

Primer dobre prakse in odgovori na vprašanja so pokazali, da rezultati dobre supervizije niso samo boljša pomoč pri izvajanju terapije, kar okrepi supervizanta v vlogi terapevta, in prinese boljše rešitve za pomoč klientu, ampak tudi vzajemna rast vseh udeležencev supervizije.

6.

Zaključek

Pomen supervizije za strokovno rast supervizantov je prikazan v številnih raziskavah, od katerih smo jih nekaj navedli v uvodnem delu prispevka. Pri obravnavi strokovne in osebne rasti udeležencev v superviziji smo postavili vprašanje, če velja podobno kot za terapevtske tudi za supervizijske procese, kadar gre za bolj kakovostno osebno in strokovno rast vseh udeležencev.

Pregled prispevkov o vzajemnem procesu rasti v superviziji ni pokazal, da bi bila ta tema deležna pozornosti. S primerom dobre prakse smo poskušali prikazati pomen dobrega supervizijskega procesa za vzajemno rast udeležencev v superviziji. Za trditev, da je supervizija prostor vzajemne rasti vseh udeležencev, bi bilo potrebno opraviti poglobljeno raziskovalno delo.

Viri

- Callahan, J. L., Almstron, C. M., Swift, J. K., Borja, S. E. in Heath, C. J. (2009). Exploring the Contribution of Supervisors to Intervention Outcomes. *Training and Education in Professional Psychology*, 3(2), 72-77. doi: 10.1037/a0014294
- Davis, D. E., Hook, J. N., Worthington, E. L., Jr, Van Tongeren, D. R., Gartner, A. L., Jennings, D. J. in Emmons, R. A. (2011). Relational humility: conceptualizing and measuring humility as a personality judgment. *Journal of personality assessment*, 93(3), 225-234. doi.org/10.1080/00223891.2011.558871
- Goldberg, S. B., Rousmaniere, T. in Wampold, B. E. (2022). Do psychotherapists improve with time and experience? Pridobljeno s: <https://div12.org/do-psychotherapists-improve-with-time-and-experience/>
- Halse, C. (2011). 'Becoming a supervisor': The impact of doctoral supervision on supervisors' learning. *Studies in Higher Education*, 36(5), 557-570. doi/full/10.1080/07325223.2019.1624996
- Honda, K. (2017). *Multitrole Clinical Supervision: Evidence, Reflections, and Best Practices*. Psychology in Seattle.
- Mor Barak, M. E., Travis, D. J., Pyun, H. in Xie, B. (2009). The Impact of Supervision on Worker Outcomes: A Meta-analysis. *Social Service Review*, 83(1), 3-32. Pridobljeno s <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260156>
- Nissen-Lie, H. A., Rønnestad, M. H., Høglend, P. A., Havik, O. E., Solbakken, O. A., Stiles, T. C. in Monsen, J. T. (2017). Love Yourself as a Person, Doubt Yourself as a Therapist?. *Clinical psychology & psychotherapy*, 24(1), 48-60. doi.org/10.1002/cpp.1977
- Rožič, T. (2015). *Supervizija v psihoterapiji: regulacija afekta v relacijski superviziji in terapiji*. Sigmund Freud University Press.
- Senediak, C. (2013). Integrating reflective practice in family therapy supervision. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 34, 338-351. doi: 10.1002/anzf.1035
- Smith, A. J. M., Kleijn, W. C., Hutschemaekers, G. in Hutschemaekers J. M. (2007). Therapist reactions in self-experienced difficult situations: An exploration. *Counselling and Psychotherapy Research*, 7(1). doi: 10.1080/14733140601140865
- Szecsödy, I. (2013). Supervision should be a Mutual Learning experience. *Scandinavian Psychoanalytic Review*, 36(2), 126-129. doi: 10.1080/01062301.2013.857924
- Watkins C. E. in Riggs S. A. (2012). Psychotherapy Supervision and Attachment Theory: Review, Reflections, and Recommendations, *The Clinical Supervisor*, 31(2), 256-289. doi.org/10.1080/07325223.2012.743319
- Watkins C. E. (2013). The Beginnings of Psychoanalytic Supervision: The Crucial Role of Max Eitingon, *The American Journal of Psychoanalysis*, 73, 254-270. doi:10.1057/ajp.2013.15