

Tina Rahne, Tatjana Rožič

PRIKAZ ČUSTVENE DINAMIKE IN PARALELNEGA PROCESA V RELACIJSKI DRUŽINSKI SUPERVIZIJI

RELACIJE V SUPERVIZIJI

Temeljne značilnosti relacijske družinske supervizije so delo s kontratransferom, postavitev strategije specifičnih intervencij oz. prehodov med sistemsko, interpersonalno in intrapsihično ravno in sledenje strukturi z opazovanjem udeležencev in odnosov med njimi (dinamika čutenj). Ta model supervizije je bil prvič predstavljen strokovni javnosti leta 2006 na študijskemu dnevu, ki ga je organiziral Frančiškanski družinski inštitut v sodelovanju s teološko fakulteto v Ljubljani z naslovom »Supervizija v psihoterapiji in zakonski in družinski terapiji«. Predavanje z naslovom »Predstavitev vloge in modela supervizije v socialnem varstvu« so izvedli K. Kompan Erzar, T. Rožič in J. Kovač, družinski terapevti in supervizorji z licenco.

V izhodišče tega modela so postavljene relacije, saj odkrivamo odnose, v katerih živi uporabnik, odnos, ki ga ustvarjata skupaj terapevt in uporabnik, in odnos, ki se izgrajuje med terapevtom in supervizorjem. Gre torej za preplet odnosov, kjer sta pomembni tudi osebnosti terapevta in supervizorja. Frawley-O'Dea in Sarnat (2001) menita, da relacijske matrike v superviziji ne določajo le uporabnikova intrapsihična struktura in njegove izkušnje iz družine, vzorci odnosov, mišljenja, komunikacije in čustvovanja, pač pa na enak način v matriko stopata tudi terapevt in supervizor, saj sta vanjo vpeta z lastno subjektivnostjo in psihodinamiko.

Pomembnost odnosa med supervizorjem in supervizantom in njunega medsebojnega vpliva potrjujejo različne raziskave (gl. Lower

1972, Teitelbaum 1990, Summerel, Borders 1996, White, Queener 2003). Nekateri vidijo supervizijo celo kot najmočnejši odnos, ki oblikuje posameznikovo profesionalno življenje (Riggs, Bretz 2006).

Relacijski družinski model supervizije izhaja iz relacijske družinske terapije, v svojih premisah pa se opira tudi na t. i. relacijski model supervizije, ki sta ga utemeljili avtorici Frawley-O'Dea in Sarnat (2001).

Različni avtorji so različno opisovali oz. odkrivali relacije v superviziji. Tako je na primer za Bermans (1997) supervizija križišče, kjer se v matriko stekajo objektne relacije vsaj treh oseb in v katero vsaka oseba prinaša v pogajanje svojo lastno psihično realnost. Ker je kontratransfer ključ za razumevanje psihične realnosti uporabnika in ima hkrati vpliv na uporabnikov nadaljnji razvoj v terapiji (Maroda 1994), ga tudi v superviziji ne smemo zane-mariti (Ladany *et al.* 2000). Tudi supervizorji bodo tako – glede na svojo unikatno psihološko organizacijo – različno razpoložljivi za odigravanje določenih paralelnih procesov v transferno-kontratransferni matriki. Supervizantu bodo odgovorili oz. se odzvali nanj v skladu z lastnim psihodinamskim funkcioniranjem (Frawley-O'Dea, Sarnat 2001).

Greenberg (1995) meni, da je zato poskus razvoja jasnega tehničnega pristopa v superviziji brezpredmeten, saj ne more obstajati standardna tehnika. Vsaka supervizijska diada si mora izpogajati svoj lasten način delovanja. Vse to ima po mnenju Bermans (1997) velik vpliv na to, kar pričakujemo od supervizije. Nakazuje namreč, da ima didaktična supervizija

oz. zgolj poudarjanje uporabnikove dinamike ali prikazovanje pravilne tehnike omejeno vrednost. Supervizor ne more biti končni razsodnik, lahko pa postane neprecenljiv in malo manj ranljiv partner v razmišljanju.

O uporabnikovi in supervizantovi ranljivosti v procesu terapije oz. supervizije govori Slavin (1998). Ko v terapiji oz. superviziji iščeta pomoč, sta podvržena močnemu vplivu terapevta oz. supervizorja. Vendar niti terapevt niti supervizor v postmodernem razumevanju odnosov nimata več vloge »nedotakljivega strokovnjaka«, pač pa enakovrednega partnerja (Frawley-O'Dea, Sarnat 2001).

Ključ do spremembe v terapiji je tam, kjer si terapevt ob uporabniku dovoli biti nekoliko ranljiv, kjer nepričakovano in pristno prizna nezavedni vpliv, ki ga ima pacient nanj (Slavin 1998). Podobno se dogaja v odnosu med supervizorjem in supervizantom, kjer oba vzajemno vplivata drug na drugega. Če je odnos varen, se supervizant v njem prek supervizorjevega ravnanja uči biti ranljiv in prav v takem odnosu supervizant uvidi možnost spremembe, kar posredno vpliva tudi na terapevtski odnos in s tem na spremembe pri uporabniku (*ibid.*).

Sicer pa sta na podobnosti med terapijo in supervizijo prva opozorila Ekstein in Wallerstein (1958). Pojav sta poimenovala paralelni proces in ga prepoznala v situacijah, kjer je bil terapevtov transfer odigran v terapiji in v superviziji. Zato si bomo v nadaljevanju podrobneje osvetlili fenomen paralelnega procesa.

PARALELNI PROCES

Koncept izvira iz psihodinamske supervizije, prvi ga je uporabil Searles (1955), ki ga je poimenoval reflektivni proces med terapijo in supervizijo. Opazil je namreč, da je terapevtov kontratransfer aktiviran ali zrcaljen v odnosu s supervizorjem.

Pojem kot tak sta prva uporabila Ekstein in Wallerstein (1958); paralelni proces sta prepoznala v povezanosti terapevtovih problemov v superviziji s pacientovimi problemi v psihoterapiji in narobe.

Med avtorji obstajajo različne razlage oz. prepoznavanja oblik paralelnega procesa. Bernard in Goodyear (2004) govorita o tipu »od spodaj navzgor«, pri katerem se določene karakteristike uporabnika odslkujejo skozi supervizanta med supervizijo, in tipu »od zgoraj navzdol«, kjer se terapevt identificira s supervizorjem. Baudry (1993), Gediman in Wolkenfeld (1980) in Grey in Fiscalini (1987) ga prepoznavajo skozi univerzalne teme ali podobnosti v okviru, postavitvi in procesu terapije in supervizije, Langs (1994) govori o paralelnem procesu tedaj, ko supervizant pripoveduje zgodbo o uporabniku, ta pripoved oz. komunikacija pa je nezavedno »kodirana« tako, da z njo terapevt kaže oz. govori supervizorju o nekaterih stvareh v supervizijskem odnosu.

Prvoten način gledanja na paralelni proces sta Frawley-O'Dea in Sarnat (2001) označili kot tradicionalen, kjer je vir »problema« lociran znotraj uporabnika v analitični diadi in znotraj supervizanta v supervizijski diadi. Tak pogled seveda ne da nikakršnega prostora, da bi ob paralelnem procesu govorili o vzajemnosti, odigravanju, opazovanju in interpretiranju vseh udeležencev v obeh diadah, na pomembnost česar je prva opozorila Dohermanova (1976), in sicer z raziskavo, v kateri je ugotovila, da so terapevtovi problemi v superviziji povezani z uporabnikovimi problemi v psihoterapiji in narobe. Njena raziskava je pokazala, da je bil zastoj v odnosu med supervizorjem in supervizantom zrcaljen v zastoj v odnosu med supervizantom in uporabnikom. Ko se je razrešil zastoj v supervizijskem odnosu, se je razrešil tudi v odnosu med supervizantom in uporabnikom.

Številni avtorji (prim. Baudry 1993, Berman 1997, Gediman, Wolkenfeld 1980, Grey, Fiscalini 1987) govorijo o relacijski, interpersonalni perspektivi in multiplih virih paralelnega procesa, ki ima kompleksno vzročnost in ga sestavlja matrika objektnih relacij, kjer gre za preplet psihodinamske uporabnika, terapevta in supervizorja. Frawley-O'Dea in Sarnat navajata (2001: 173–174, naš prevod):

O paralelnem procesu govorimo, kadar temeljni relacijski vzorci ene diade vplivajo na relacijsko konfiguracijo druge diade. Najverjetneje je, da

se paralelni proces odigra, kadar transferno-kontratransferna matrika v eni diadi vključuje neverbalne, nesimbolizirane relacijske konfiguracije, ki so osrednje za relacijsko funkcioniranje te diade, ampak je člani diade še niso zavestno procesirali in verbalizirali. Ker transferno-kontratransferni fenomen ni zavestno dostopen nobenemu članu diade, o njem ne morejo govoriti in ga zato tudi ne morejo predelati. Ta diada zato obtiči v neskončnem, neinterpretiranem odigravanju določene transferno-kontratransferne matrike. Članom prve diade se ponuja možnost, da razumejo pomen svojega odnosa, ko se odigra paralelni proces oz. ko se s podobnim relacijskim vzorcem prenesejo elementi njihovega odnosa v drugo diado, katere člani jih lahko bolje prepoznajo in poimenujejo.

V nadaljevanju bomo raziskali oz. prikazali dvoje:

- Model relacijske družinske supervizije, ki temelji na vzajemnosti vseh vpletenih v proces, podlaga za supervizorjeve intervencije pa so njegova čutenja. Tako si mora v superviziji supervizor ozavestiti lasten čustveni proces (kontratransfer, ki prihaja iz njegovega intrapsihičnega sveta), da lahko ta čustveni proces prepozna in ovrednoti pri supervizantu (ga poišče v njegovem intrapsihičnem svetu, v njunem medosebnem prostoru na superviziji in v medosebnem prostoru, ki ga ustvarjata supervizant in uporabnik).
- Paralelni proces kot prenos čustvene dinamike iz ene diade v drugo in nazaj, kjer eno diado sestavljata terapevt in uporabnik, drugo pa terapevt in supervizor. Pretok čustvene dinamike v eno ali drugo smer nezavedno steče prek terapevta. Prepoznavanje, verbalizacija in ovrednotenje paralelnega procesa v eni diadi omogoči drugi diadi spremembo čustvene dinamike, kar odpira možnosti za napredovanje procesa terapije in supervizije.

METODA

V raziskavi sta bila poleg supervizorja udeležena terapevt in njegova uporabnica. Gre za

mlajšo žensko, pred katero je temeljna odločitev za odhod v tujino, kjer živi oče njenega predšolskega otroka. Tudi sama je odraščala brez očeta, kar jo zdaj še bolj čustveno obremenjuje, saj se že celo življenje bori za pozornost in ljubezen. Ne želi, da bi se isto ponovilo tudi njenemu otroku. Obravnava je trajala tri mesece, terapevt je bil ves čas vključen v individualno supervizijo.

Terapevtske in supervizijske obravnave so bile snemane. Vsem udeležencem je bil predhodno predstavljen namen in način raziskave, od njih smo pridobili informirana soglasja za snemanje, obdelavo in objavo podatkov.

Raziskava je kvalitativne narave. Z metodo analize vsebine (Weber 1990), nekaterimi značilnostmi študije primera (Yin 1989) in elementi »osnovane teorije« (*grounded theory*, Glaser, Strauss 1967) smo poskusili razkriti dinamiko terapevtskega oz. supervizijskega procesa ter prikazati morebitne paralelne procese.

Analizirali smo po dva zaporedna zvočna posnetka terapije in supervizije. Narejeni so bili transkripti vseh štirih obravnav. Nato sta terapevt in supervizor ponovno pregledala posnetke in vsak zase iz vsakega srečanja izbrala pet krajših izsekov, kjer sta najmočneje čutila spremembo ali čustven preboj. Stopnja strinjanja med terapevtom in supervizorjem v izbiri izsekov je bila 8/10, torej je šlo za 80-odstotno ujemanje.

Izseki so bili poslani trem neodvisnim opazovalcem, ki so iz njih z analizo vsebine identificirali in izoblikovali pomenske kode. Raziskovalni tim je nato na podlagi strinjanja vsaj dveh opazovalcev poenotil posamezne pomenske sorodne izraze v kategorije. Supervizorju, terapevtu in uporabniku so bili hkrati poslani vprašalniki z vprašanji odprtega tipa, ki so bili prirejeni za vsakega posebej. Tričlanski raziskovalni tim je iz odgovorov določil širše vsebinske sklope v obliki kategorij, pri čemer je pri odgovorih na vprašalnike upošteval kode zunanjih opazovalcev in pojavljajoče se vzorce in odnose med kategorijami. Na ta način se je oblikovala osnovana teorija (Corbin, Strauss 1990, Glaser, Strauss 1967).

REZULTATI IN RAZPRAVA

V nadaljevanju predstavljamo tisti del rezultatov, ki se nanašajo na temo našega prispevka.

Pojem *proces* v sistemski družinski teoriji pomeni ponavljanje, odvečnost in hkrati predvidljivost sistema, kar je klinično vidno v zaporednih akcijah in interakcijah med družinskimi člani. Vse to je pogosto v nasprotju z vsebino ali podatki, ki jih dobimo od družine (Everett 2000). Če torej prenesemo pojem v model relacijske družinske supervizije, lahko pri paralelnem procesu govorimo o ponavljajočih se in predvidljivih odnosih med člani obeh diad, kjer odnose opazujemo skozi čustveno dinamiko, ne pa skozi vsebino oz. temo.

Čustveno dinamiko ustvarjajo različna čutenja, ki se pojavljajo skozi odnose. Tako npr. v družinah govorimo o dinamiki zakonske interakcije (Gostečnik 1997), v terapiji pa o vzajemni dinamiki med analitikom in pacientom (Kompan Erzar 2001).

Sledi predstavitev odgovorov terapevta, supervizorja in neodvisnih opazovalcev. Ti so po izsekih iz posamezne terapije in supervizije poimenovali čutenja, ki jih po njihovem mnenju doživljajo uporabnica, terapevt in supervizorka, in opisali čustveno dinamiko v obeh diadah.

Čutenja, ki se prebudijo v terapevtu ob uporabniku in nato ob supervizorki, so v obeh relacijah enaka. V vzorec teh čutenj pa se »ujame« tudi supervizorka, kar ji pravzaprav

Tabela 1: Čustva pri terapevtu in uporabnici v prvi terapiji

Katera čustva doživlja uporabnica?	Katera čustva doživlja terapevt?
<ul style="list-style-type: none"> • Strah (pred izpostavljenostjo in globljimi občutji) • Žalost (ob bolečini zaradi osamljenosti) • Jeza (kot obramba pred ranljivostjo ob terapevtu, ker še ni varno) 	<ul style="list-style-type: none"> • Strah (pred zavrženostjo), negotovost • Nemoč (ker ga uporabnica odriva) • Žalost • Jeza (ker se uporabnica izmika bolečini oz. ranljivosti)

Tabela 2: Čustvena dinamika v prvi terapiji

Katero čustvo blokira uporabnico?	Kaj terapevt naredi s tem? Opišite čustveno dinamiko
Vsi trije opazovalci so pri uporabnici prepoznali, da je strah tisto čutenje, ki jo blokira in žene v vsesplošno prilagodljivost in ustrežljivost, po drugi strani pa ji daje varen prostor, v katerem ji ni treba spregovoriti o ranjenosti in globljih občutjih.	Opazovalci prepoznajo, da terapevt v uporabničini globini zazna bolečino, pred katero se uporabnica brani, in to v njem zbujajo občutke jeze in hkrati nemoči. Terapevt poskuša najti varnost zase tako, da se prilagaja uporabnici, hkrati pa neprenehoma »vrta« vanjo in išče oporo zase.

Tabela 3: Čustva pri terapevtu in supervizorki v prvi superviziji

Katero čustva doživlja terapevt?	Katera čustva doživlja supervizorka?
<ul style="list-style-type: none"> • Jeza • Negotovost in strah (pred nemočjo in nesposobnostjo) • Sram (zaradi nepristnosti) • Žalost 	<ul style="list-style-type: none"> • Strah (da supervizanta čustveno ne bi izgubila). • Sram in krivda zaradi nesposobnosti oz. nemoči nagovoriti supervizanta. • Krivda • Jeza (ker se terapevt umika)

Tabela 4: Čustvena dinamika v prvi superviziji

Katero čustva blokira terapevta?	Kaj supervizorka naredi s tem? Opišite čustveno dinamiko.
Terapevt je nemočen in jezen, ko supervizor odkrije pri njem sram, še preden je on kaj odkril pri uporabnici; zato se umakne, čuti se osramočenega, sram sicer prepozna, ampak se ne ve, kako ga bo vnesel v terapijo.	Supervizorka zazna terapevtovo nemoč in obup, pod tem začuti sram in ga naslovi, na kar supervizanta sram dobesečno čustveno odnese (se umakne). Nato začne supervizorka govoriti o svoji jezi, strahu in občutkih krivde, kar spremeni vzdušje med njima.

omogoči, da lahko razume supervizanta in posredno tudi uporabnico. Prav prepoznavanje lastnih čutenj v odnosu s supervizantom in delo s kontratransferom je ena od temeljnih značilnosti supervizorjevega dela v modelu relacijske družinske supervizije (Kompan Erzar *et al.* 2006).

Glede čustvene dinamike v prvi terapiji opazimo med uporabnico in terapevtom izogibanje ali, kot to dinamiko poimenuje eden izmed opazovalcev, »jo-jo efekt«. Četudi terapevt prepozna določena čutenja (npr. jezo), jih ne ovrednoti direktno, pač pa se začnejo v njem ta čutenja nekontrolirano nabirati. Tako pride na prvo supervizijo s čutenji, ki jih z uporabnico nista uspela predelati oz. ovrednotiti. Tukaj lahko prepoznamo tip paralelnega procesa, ki ga opisuje Searles (1955): ko je pacientov nezavedni material prenesen v terapevta in ga ta ne predela, se v superviziji obnaša na zase netipičen način – analogno pacientu. Supervizor lahko prepozna projektivni proces ali pa je tudi sam pod njegovim vplivom.

Ko ob vseh čutenjih, ki se prebudijo tudi v superviziji, supervizorka ovrednoti prav jezo in

sram, to v terapevtu sproži čustven umik; začne se obnašati tako, kot se je čustveno vedla ob njem uporabnica na terapiji. Ne umakneta pa se le uporabnica in supervizant; v nadaljnjem procesu supervizije lahko prepoznamo enako dinamiko tudi pri supervizorki. Prav to naredi relacijo v supervizijski diadi paralelno relaciji v terapevtski diadi; paralelni proces pomeni prenos temeljne čustvene dinamike iz ene diade v drugo. Ob tem pa nas bo v nadaljevanju zanimala tudi povratna pot, namreč, ali in kako se je čustvena dinamika prenesla v naslednjo terapijo.

Pred tem pa si do konca oglejmo še dogajanje v prvi superviziji. Ko se je supervizorka najprej čustveno umaknila, prepoznamo njeno naslednjo akcijo, verbaliziranje čutenj, ki jih v sebi oz. v odnosu s supervizantom prepozna kot temeljna, kar sproži spremembe v čustveni dinamiki tako med njima v superviziji kot tudi v naslednji terapiji.

Neodvisni opazovalci so prepoznali, da je v drugi terapiji terapevt drugačen in poskuša ovrednotiti čutenja, ki jih prepozna kot močna. Nič več se ne umakne, temveč poskuša

Tabela 5: Čustva pri terapevtu in uporabnici v drugi terapiji

Katera čustva doživlja uporabnica?	Katera čustva doživlja terapevt?
<ul style="list-style-type: none"> • Jeza ob izpostavljenosti • Sram in občutki nevrednosti • Osamljenost • Strah pred ranljivostjo, ki ga spretno prekrije z zmedo in nepristnostjo 	<ul style="list-style-type: none"> • Strah, da se ne bo mogel bolj približati uporabnici • Jeza • Občutek nesposobnosti v povezavi s sramom

Tabela 6: Čustvena dinamika v drugi terapiji

Katero čustvo blokira uporabnico?	Kaj terapevt naredi s tem? Opišite čustveno dinamiko
<p>Ko terapevt pri uporabnici naslovi čustvo, ki je zanjo preveč boleče, se pri uporabnici pojavi odpor.</p> <p>Ko pa terapevt vztrajno išče, kaj bolečina in strah pomenita za uporabnico in ob tem zdrži njen odpor, uporabnica spregovori o srčiki problema, kamor nikogar ne spusti, zgradi zid in naredi vse, da ji ljudje ne pridejo preblizu.</p>	<p>Terapevt poskuša na vsak način nasloviti uporabnico, a ne gre; vedno zgreši, frustracija se vleče in občasno naraste.</p> <p>V nadaljevanju pa je vidno, da odpor uporabnice pri terapevtu sicer zbudi jezo, ki pa jo v sebi ovrednoti, predela in vrne na njej bolj sprejemljiv način (začne olepševati stvari).</p>

Tabela 7: Čustva pri terapevtu in supervizorki v drugi superviziji

Katero čustva doživlja terapevt?	Katera čustva doživlja supervizorka?
<ul style="list-style-type: none"> • Jeza • Sram, izpostavljenost, nesposobnost • Žalost, obup 	<ul style="list-style-type: none"> • Jeza • Sram • Zmeda, negotovost, izgubljenost • Strah

Tabela 8: Čustvena dinamika v drugi superviziji

Katere čustva je blokiralo terpevt?	Kaj supervizor naredi s tem? Opišite čustveno dinamiko.
Terapevt zelo močno občuti izgubljenost. Kot supervizant se čuti prestrašenega, negotovega, zmedenega, izpostavljenega, kar se prepozna skozi njegove umike v zmedo in izgubljenost.	Supervizorka začuti strah pri supervizantu, saj se ta vedno, ko bi moral postati ranljiv, umakne. Pod tem strahom prepozna občutja žalosti in strahu pred njo, saj se pred tema dvema čutenjema skriva. Supervizorka ga zato skuša z razlagami pomiriti.

nasloviti uporabnika, četudi pri tem olepšuje; lahko celo preveč pazi na uporabnika in skrbi zanj (postane ga strah, da mu ne bi ponovno čustveno ušel – sedaj ima namreč tudi sam to izkušnjo iz prve supervizije). Prav zato lahko rečemo, da je terapevt moč oz. model verbaliziranja čutenj prenesel iz supervizije oz. se je tega »naučil« ob supervizorki. Tako se je dinamika od prve do druge terapije spremenila.

Če v nadaljevanju podrobneje pogledamo še čustveno dinamiko druge supervizije, lahko vidimo, da se je tudi ta prenesla iz druge terapije. Tam se je namreč uporabnica ob verbalizaciji terapevtovih čutenj čustveno umaknila, hkrati pa tudi povedala, da v svojo »kamrico« ne spusti nikogar. Ob tem je terapevt postal previden, začel je skrbeti za uporabnico, prav tako pa se je v superviziji začel obnašati tudi supervizor, saj je poskušal pomiriti supervizanta z razlagami, kar pomeni, da ga je postalo strah (zase in za supervizanta).

Ko je supervizor ponovno spregovoril o bolečih čutenjih (ni odnehal, kot terapevt ni odnehal ob uporabnici), se je supervizant najprej sicer branil z zmedo in izgubljenostjo, potem pa je vendar spregovoril tudi o sebi, konkretno o svojem strahu pred izgubo kontrole.

Razlog, da se je to lahko zgodilo, spoznamo skozi terapevtov odgovor na vprašanje o supervizorjevem odzivu na njegov umik; opisal ga je kot spoštljiv, korekten, profesionalen, razmejen, direkten, hkrati pa je doživljal, da ga je supervizorka vzela zares.

Torej lahko rečemo, da je čustvena dinamika, ki sta jo vzajemno zgradila supervizorka in supervizant, omogočila terapevtu drugačen (potencialno boljši) odnos do uporabnice v naslednji terapiji, kjer pa se bo hkrati že odprlo spet nekaj novega za vzdušje v naslednji

superviziji. Tako verjamemo v vzajemnost in recipročnost odnosov, kjer so vsi vključeni tudi enaki, če si priznajo in dovolijo, da so ranljivi in da stopijo v stik s seboj in drugim.

Paralelni proces je tako potrjen, in sicer kot prenos čustvene dinamike iz ene diade v drugo in nazaj, kjer prepoznavanje, verbaliziranje in ovrednotenje tako razumljenega paralelnega procesa odpira potenciale za napredovanje v terapiji in superviziji. Ranljivost, odprtost za svoja čutenja in čutenja, ki se prebujajo v interpersonalnem prostoru ene ali druge diade, hkrati pa rahločutnost in vztrajnost v zrcaljenju in verbaliziranju (tudi bolečih) čutenj odpirajo možnost za nov oziroma drugačen stik s sabo, pogled vase in odnose z drugimi.

SUPERVIZIJA KOT POMOČ V TERAPEVTSKEM PROCESU

V drugem delu se bomo osredotočili na delo s kontratransferom tako pri supervizorki kot pri supervizantu ter prikazali pomembnost uporabe sebe oz. stika s svojimi intrapsihičnimi vsebinami za razumevanje in proces spremembe v superviziji in terapiji. Podlaga za supervizorjevo intervencijo v superviziji je njegovo lastno čutenje. Tako mora supervizor v superviziji postati ranljiv in odprt za vsa čutenja, ki se mu prebujajo ob supervizantu in posredno uporabniku, ter jih ozavestiti in verbalizirati.

Naslednja vinjeta ponazarja, kako supervizorjeva ranljivost odpira pot tudi terapevtovi ranljivosti:

Izsek 4, supervizija 1

S: Zdaj me je kar malo strah (smeh). [Supervizor je v zadregi, občuti sram. Tu je zelo ranljiv,

iskren. Prvič spregovori o svojem strahu, izgubljenosti.]

T: Jaz sem ti zelo dal ta strah, vse te stvari, sem te zelo popeljal tukaj noter. [Terapevt ga poskuša potolažiti, zaščititi.]

S: Ja, sva čisto brez kontrole midva [smeh kot odraz sramu] in mi gre na živce, ker ne moreva stvari zastavit. [Jeza, nemoč.]

T: Ja.

S: V tem smislu se sprašujem, koliko je to – nekaj je najino, seveda, ampak koliko to prihaja od tukaj, ker tukaj nimaš nobene kontrole. Otrok se zgodi, otrok se zgodi, oče odide, očeta ni, prideš na terapijo, nekaj blefiraš, igraš, saj bi nekaj naredil, ampak te tudi on tam ne dojame čisto zares. Pa ne da je ti ne vzameš zares, ampak sebe zares težko daš noter. [Supervisor je znova ranljiv.]

T: Meni ostaja, ja, ta moja žalost in s solzami, tukaj noter sem te mogoče najbolj slišal, koliko sem se jaz tukaj notri zares sposoben srečat, no. Pa si lahko rečem, saj vem, da sem postal v tem momentu žalosten, imam bolečino, ne (nasmihanje). [Ranljivost, žalost, ki ju zdaj izraža terapevt.]

S: Tako racionalno veš, za kaj se gre, ne?

T: Ja. V mojem svetu pa to pomeni eno veliko nemoč, lahko, in spodaj ogromno ene jeze. [Terapevt je še vedno ranljiv, spregovori o jezi in nemoči, ki sta pod žalostjo.]

S: To je tisto čisto tvoje.

T: Ja, tisto čisto moje.

S: In jaz, kar bi obdržala to, ker to je edina podlaga, da boš ti prišel do nje, ker tukaj ti čutiš, tukaj ti sebe čutiš.

T: Ja.

Zdaj pa si oglejmo še čustveno dinamiko celotne supervizije:

Po terapevtovih besedah je sprememba v superviziji nastala, ko sta »se oba s supervizorko izgubila, ko je nastala zadrega, čutiti je bilo malo sramu«. Iz odgovorov supervizorke je razvidno, da je takrat najmočneje občutila strah, da se terapevt ne bi umaknil, sram ob nemoči, ujetosti, ker je nihče ni zaščitil, poskrbel zanjo. V tem trenutku sta bila oba zelo ranljiva. Supervizorka je najprej pazljivo naslovila ranljivost pri supervizantu, čutila je

njegov strah, zato ga je želela zelo zavarovati. Vendar je to peljalo zopet v umik supervizanta in tako znova zbudilo supervizorkino jezo, strah in nemoč. Neodvisni opazovalci so dinamiko med supervizorko in supervizantom opisali takole:

Supervizorka zazna v supervizantu nemoč in obup, pod tem začuti sram, ki ga naslovi, nakar terapevt dobesedno čustveno odnese, tako kot čustveno odnese uporabnico na terapiji ob terapevtu [paralelni proces]. Tudi tukaj se je supervizorka počutila nekoliko krivo, ker je povedala preveč direkt, ko pa je spregovorila o vsesplošni nepristnosti, se vsa dinamika nekoliko spremeni.

Šele ko je supervizorka začela govoriti o svojem strahu in jezi ob izgubi kontrole, o občutkih krivde ob izmikanju terapevtu, o lastni nesposobnosti ob tem, da se nikamor ne premakneta (sram), ko je vzela ta čutenja pri sebi in v njunem medsebojnem odnosu zares (glej zgoraj predstavljeni izsek), je bilo mogoče spregovoriti tudi o nepristnosti in izgubljenosti supervizanta; ta je lahko pri sebi začutil sram, jezo in strah in se ni več izmikal (prepoznal je svojo obrambo, nepristnost in žalost pod tem, tako v superviziji kot v terapiji).

Na razumevanje terapevtskega procesa in svoje mesto v njem je imelo to po terapevtovih besedah naslednji vpliv:

Odrplo me je za to, da sem lahko pristno začutil svoj lasten odziv ob uporabničinih solzah in nemoči, da sem si želel to vrniti nazaj v terapevtski proces (čutenja sramu, nemoči, jeze, prezira, ker teh solz ni nikoli konec).« (Odgovor na vprašalnik.)

Ko je terapevt v terapiji naslovil ta čutenja in s tem pokazal tudi ranljivost, se je s tem dal na voljo. Po Slavinu pacient iz te drugačne terapevtove drže zasluči, da je terapevt resnično ob njem, mogoče tako, kot starši ali drugi nikdar niso bili. Tam se porodi temeljni občutek varnosti, odprtosti in zaupanja drugemu, kar vpliva na obe strani (Slavin 1998). Terapevt pravi tudi, da ga je pristen in ranljiv odziv, ki ga je prejel od supervizorja (ko je ta

spregovoril o svojem strahu in izgubljenosti in naslovil nepristnost pri terapevtu), tako pomiril in razbremenil, da se je lahko spustil globlje k sebi, se bolj vzela zares in začel govoriti o sramu: »V meni sram prebudi vsa občutja, ko postanem nepristen, ko se začnem prilagajati, ko živim nepristne odnose, ko je v ozadju strah.« Supervizant je začutil, da »ju je to povežalo, da je dalo določeno ranljivost in s tem pristnost«.

Pri supervizorju in terapevtu opazimo podobne čustvene vsebine, ki so zelo kompleksne in prepletene. Ob tem sta sovplivala drug na drugega, a sta na začetku ostajala vsak pri svojem, v tem se nista mogla povezati. Če supervizor in terapevt ne bi bila pozorna na svoje čustvene procese in odzive in tega ne bi naslovila, bi ostal neprepoznan tudi v terapiji za uporabnico in bi se vedno znova poustvarjal, vse dokler ga eden iz diade (terapevt–supervizorka ali uporabnica–terapevt) ne bi naslovil (Frawley-O'Dea, Sarnat 2001, Slavin 1998, Maroda 1994, Kompan Erzar *et al.* 2006, Cramer 2002).

SKLEP

Zaradi narave raziskovalnih metod (uporaba »osnovane teorije«, nestandardiziranih vprašalnikov, omejenost le na štiri posnetke ene same potekajoče terapevtske oz. supervizijske obravnave) moramo upoštevati, da so rezultati vezani na specifično situacijo in jih ne moremo posplošiti. Veljavnost in zanesljivost podatkov smo poskusili povečati z uporabo multiplih metod raziskovanja, triangulacijo pridobivanja podatkov in uporabo zunanjih raziskovalcev za kodiranje vsebine (prim. Moon, Dillon, Sprenkle 1990, Patton 1990).

Z raziskavo smo osvetlili model relacijske družinske supervizije z dveh pomembnih vidikov – supervizorjevih intervencij na podlagi njegovih čutenj in vidik paralelnega procesa kot prenosa čustvene dinamike. Obe temeljni značilnosti modela povezuje zavedanje pomena odnosov in čutenj, ki jih posameznik doživlja v sebi (prim. Gostečnik 2004). Prav čutenja so namreč ključ do nas samih in do

odnosov, ki jih izgrajujemo. Odnos v prvi vrsti pomeni vzajemno stopanje v svet drugega, kjer hkrati dajemo in prejemamo (Erzar, Kompan Erzar 2006).

Kot mora biti terapevt v terapiji pripravljen poleg uporabnika spoznavati tudi sebe v svojih odnosih (Rožič 2004), tako mora tudi relacijski supervizor skrbno slediti dogajanju v svoji notranjosti in se hkrati zavedati, da je s tem povezan oz. da na to vpliva odnos s terapevtom. Ta je hkrati s supervizorjem še v odnosu s svojim uporabnikom. Tukaj dobi svoje mesto tudi paralelni proces – ne zgolj kot tehnični pojem, pač pa kot fenomen, ki se zgodi v odnosu in se prenaša skozi odnose. Prepoznamo ga v čustveni dinamiki, ki kot nevidna nit prepleta, včasih tudi zapleta odnose med vsemi tremi, enako pomembnimi v supervizijski matriki – uporabnikom, terapevtom in supervizorjem. Skozi tenkočutnost in stik s seboj bo kdo v matriki prepoznal zaplet, zaradi odgovornosti za odnos o njem spregovoril in v odnosu z drugim ovrednotil, kaj se dogaja. Prav to bo odprlo nova vrata za pot iz slepe ulice odnosov.

VIRI

- BAUDRY, F.** (1993), The personal dimension and management of the supervisory situation with a special note on the parallel process. *Psychoanalytic Quarterly*, 62, 4: 588–614.
- BERMAN, E.** (1997), Psychoanalytic supervision as the crossroads of a relational matrix. V: Rock, M.H. (ur.), *Psychodynamic Supervision*. Northvale, New Jersey: Jason Aronson (167–188).
- BERNARD, J. M., GOODYEAR, R. K.** (2004), *Fundamentals of clinical supervision*. Pearson: Allyn and Bacon (tretja izdaja).
- CORBIN, J., STRAUSS, A.** (1990), Grounded theory method: Procedures, canons, and evaluative criteria. *Qualitative Sociology*, 13: 3–21.
- CRAMER, M. A.** (2002), Under the influence of unconscious process: Countertransference in the treatment of PTSD and substance abuse in women. *American Journal of Psychotherapy*, 56, 2: 194–210.
- DOEHRMAN, M. G.** (1976), Parallel processes in supervision and psychotherapy. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 40: 9–104.

- EKSTEIN, R., WALLERSTEIN, R. S.** (1958), *The Teaching and Learning of Psychotherapy*. New York: International Universities Press.
- ERZAR, T., KOMPAN ERZAR, K.** (2006), The idea of mutual affect. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 3, 3: 242–254.
- EVERETT, C. A.** (ur.) (2000), *Family Therapy Glossary*. Washington: American Association for Marriage and Family Therapy.
- FRAWLEY-O'DEA, M. G., SARNAT, J. E.** (2001), *The Supervisory Relationship: A Contemporary Psychodynamic Approach*. New York, London: The Guilford Press.
- GEDIMAN, H., WOLKENFELD, F.** (1980), The parallelism phenomenon in psychoanalysis and supervision: Its reconsideration as a triadic system. *Psychoanalytic Quarterly*, 49: 234–255.
- GLASER, B. G., STRAUSS, A. L.** (1967), The discovery of grounded theory: strategies for qualitative analysis. New York: Aldine.
- GOSTEČNIK, C.** (1997), *Človek v začaranem krogu*. Ljubljana: Brat Frančišek, Frančiškanski družinski center.
- (2004), *Relacijska družinska terapija*. Ljubljana: Brat Frančišek, Frančiškanski družinski inštitut.
- GREENBERG, J.** (1995), Psychoanalytic technique and the interactive matrix. *Psychoanalytic Quarterly*, 64: 1–22.
- GREY, A., FISCALINI, J.** (1987), Parallel process as transference-countertransference interaction. *Psychoanalytic Psychology*, 4: 131–144.
- KOMPAN ERZAR, L. K.** (2001), *Odkritje odnosa*. Ljubljana: Brat Frančišek, Frančiškanski družinski inštitut.
- LADANY, N., CONSTANTINE, M. G., MILLER, K., ERICKSON, C. D., MUSE-BURKE, J. L.** (2000), Supervisor countertransference: A qualitative investigation into its identification and description. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 1: 102–115.
- LANGS, R.** (1994), *Doing Supervision and Being Supervised*. London: Karnac Books.
- LOWER, R. B.** (1972), Countertransference resistances in the supervisory situation. *American Journal of Psychiatry*, 129: 156–160.
- MARODA, K. J.** (1994), The power of countertransference: Innovations in analytic technique. Northwale: Jason Aronson Inc.
- MOON, S. M., DILLON, D. R., SPRENKLE, D. H.** (1990), Family therapy and qualitative research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 16: 357–374.
- PATTON, M. Q.** (1990), *Qualitative Evaluation and Research Methods*. Newbury Park: Sage.
- RIGGS, S., BRETZ, K.** (2006), Attachment processes in the supervisory relationship: An exploratory investigation. *Professional Psychology: Research and Practice*, 37, 5: 558–566.
- ROŽIČ, T.** (2004), Vpliv izvajanja sistemsko relacijske terapije na terapevta in nastajanje novega sistema pacienta. *Psihološka obzorja*, 13, 3: 85–97.
- SEARLES, H. F.** (1955), The informational value of the supervisor's emotional experiences. *Psychiatry*, 18: 135–146.
- SLAVIN, J. H.** (1998), Influence and vulnerability in psychoanalytic supervision and treatment. *Psychoanalytic Psychology*, 15, 2: 230–244.
- SUMMEREL, M., BORDERS, L.** (1996), Addressing personal issues in supervision: Impact of counselors' experience level on various aspects of the supervisory relationship. *Counselor Education & Supervision*, 35: 268–286.
- TEITELBAUM, S. H.** (1990), Supertransference: The role of the supervisor's blind spots. *Psychoanalytic Psychology*, 7: 243–258.
- WEBER, R. P.** (1990), *Basic content analysis*. Newbury Park: Sage (druga izdaja).
- WHITE, V., QUEENER, J.** (2003), Supervisor and supervisee attachments and social provisions related to the supervisory working alliance. *Counselor Education & Supervision*, 42: 203–218.
- YIN, R. K.** (1989), *Case Study Research: Design and Methods*. Beverly Hills: Sage (druga izdaja).