

Miran Možina¹

Analogna k rešitvi usmerjena supervizija Petra Nemetscheka

Peter Nemetschek's analog solution-focused supervision

V okviru ljubljanske založbe Univerze Sigmunda Freuda smo po izdaji knjige Tatjane Rožič z naslovom *Supervizija v psihoterapiji* (Rožič, 2015) in izdaji slovenskega prevoda Nemetschekove knjige o sistemski družinski terapiji (Nemetschek, 2016) dočakali še njeno nadaljevanje, ki kaže na možnost širjenja uporabe njegovega modela na področji coachinga in supervizije. Sistemski način dela, ki ga Peter Nemetschek in njegov učenec Klaus Theuretzbacher predstavita v svoji knjigi *Coaching in sistemski supervizija s srcem, rokami in razumom*, v veliki meri povezuje s k rešitvi usmerjeno terapijo (angl. Solution-Focused Brief Therapy), ki jo je v zadnji četrtini dvajsetega stoletja razvila skupina sodelavcev pod vodstvom Steva de Shazerja (1940-2005) in njegove soproge Insoo Kim Berg (1934-2007) v okviru Centra za kratkotrajno družinsko terapijo (angl. Brief Family Therapy Center) v Milwaukeeju v ZDA (de Shazer, 1982, 1985, 1988; Berg in Miller, 2020; Možina, 2021ab; Možina in Rebolj, 2020).

Kot velja za k rešitvi usmerjeni pristop v celoti, se tudi Nemetschekov način dela zdi na prvi pogled preprost, vendar še zdaleč ni enostaven². Od prvega srečanja s Petrom leta 1994 na mednarodnem psihoterapevtskem kongresu v Hamburgu³ ter v vseh letih intenzivnega sodelovanja in prijateljstva⁴, ki mu je sledilo, sem vse bolj spoznaval kompleksnost njegovega terapevtskega in supervizijskega dela (Možina, 2016).

- 1 Mag. Miran Možina, dr. med., psihiater in psihoterapevt, SFU Ljubljana, miranmozina.slo@gmail.com
- 2 Tudi Insoo Kim Berg je rada poudarjala, da čeprav izgleda k rešitvi usmerjeni način dela preprost, se ga ni enostavno naučiti. "Ljudje radi zamešajo preprosto in enostavno. Za preprostost je potrebno veliko disciplinirane vaje [...] Najprej so tu tehnike, ki se jih da osvojiti precej hitro. Nato pa se je potrebno naučiti umetnosti, kaj narediti kdaj. Ta del je veliko zahtevnejši." (Visser, 2004: 3)
- 3 Od leta 1994 traja najino sodelovanje do danes. Najintenzivnejše je bilo v letih 2002 do 2006, ko sem s Petrom in Mojco Kramer v Ljubljani organiziral izobraževanje iz sistemske družinske terapije za okoli dvajset kolegov in kolegic po sistemu, ki ga je Peter skupaj s sodelavci razvil v okviru Nemškega združenja za družinsko terapijo in svetovanje (VFT - Verein zur Förderung der Familientherapie und Beratung) s sedežem v Münchnu (Možina, 2016; Možina in Kramer, 2002; Možina in dr., 2011).
- 4 Od leta 1995 do 1998 mi je Peter s štipendijo velikodušno omogočil triletno izobraževanje za učitelja in supervizorja sistemske psihoterapije v okviru svoje šole družinske terapije v Münchnu. Od leta od 2002 do 2006 pa smo skupaj z Mojco Kramer, kot učiteljski tim izpeljali celotno izobraževanje po njegovem programu v Sloveniji (Možina in Kramer, 2002).

Slika 1

Peter Nemetschek (drugi z leve) z delovnim timom na supervizijski seansi, na kateri so uprizorili medsebojne odnose v kolektivu s pomočjo vrvi, lutk in raznih simbolov.



Zavajajoče preproste so lahko na prvi pogled tudi objave de Shazerja, Insoo Kim Berg in drugih članov njunega milwaškega tima, saj so bile namerno pisane v vsakdanjem pogovornem jeziku, čim bolj neposredno, praktično, pragmatično, s kar se da minimalnim sklicevanjem na velike teorije in z najmanjšo možno uporabo strokovnega žargona. Zvesta takemu stilu sta napisala knjigo tudi Theuretzbacher in Nemetschek, prav v takem duhu pa sem bil deležen dolgotrnega usposabljanja za supervizorja in učitelja sistemske psihoterapije v okviru Nemetschekove sistemske šole v Nemčiji (Možina, 2016). S svojim domiselnim naborom raznobarnih vrvi, simbolov in lutk, s pomočjo katerih je na časovnici (»reki življenja«, kot jo je poimenoval) s klienti insceniral njihovo zgodovino, aktualno življenjsko situacijo in vizijo, me je Nemetschek v hipu pritegnil. Ker sem bil v času najinega prvega srečanja leta 1994 že relativno dobro podkovan v sistemske in hipnoterapevtske načine dela, je bila zame dodana vrednost njegovega načina dela ta, da je možno s tako preprostimi pripomočki že znotraj ene same seanse ustvariti tako barvit in navdihujoč večdimenzionalni terapevtski prostor.

Predvsem v okviru družinskih seans sem se z uporabo slikovitih pripomočkov naučil, kako je mogoče otroke in mladostnike veliko lažje motivirati za soustvarjanje terapevtskega procesa. Njih namreč za razliko od odraslih, ki jim ni težko uro in več samo sedeti in govoriti, bolj pritegne, v kolikor lahko nekaj aktivno naredijo oziroma primejo v roke. Tako sem kmalu spoznal, da je bilo prevladovanje sedenja in govorjenja na mojih seansah bolj povezano z mojim priučenim stilom, kot pa da bi to bila njihova želja. Takoj ko sem bodisi kliente bodisi supervizante in študente, s katerimi sem delal kot učitelj, povabil, so praktično brez izjeme prav radi vstali, položili svoje časovnice ter izbirali razne simbole in lutke za ponazoritev svojih stisk in rešitev. Kmalu sem tudi ugotovil, kako uporabne so Nemetschekove analogne metode in tehnike za moje supervizijsko delo v raznih institucijah, kot so šole, centri za socialno delo, vzgojni zavodi, bolnice, domovi upokojujencev, varstveno delovni in rehabilitacijski centri, dnevni centri za skupnostno psihiatrijo, stacionarne enote za obravnavo zasvojenih idr.

V izobraževanjih iz sistemske psihoterapije ter psihoterapije otrok in mladostnikov na SFU Ljubljana, k razvoju katerih je Nemetschek veliko prispeval, smo potrdili uporabnost metode »reke življenja« (Možina in Kramer, 2002) in drugih tehnik, ki jih je integriral v svoj sistemski model. Po eni strani predstavlja del osnovnega menija praktičnih veščin, ki se jih (na)uči vsak sistemski študent, po drugi strani pa so se kot »posladek« obnesle supervizije v živo, kakor jih je v naše izobraževanje uvedel prav Nemetschek. S prevodom knjige o superviziji in coachingu smo tako dobili sistemski učitelji in supervizorji v roke prepotraben priročnik, s katerim se bomo lažje orientirali pri svojem pedagoškem in supervizorskem delu.

Prav tako pa bo dobrodošel tudi kot študijsko gradivo za izobraževanje iz supervizije v psihoterapiji.

Ob relativno skromni izbiri strokovnih publikacij v slovenskem jeziku o superviziji v psihoterapiji (npr. Rožič, 2015; Žvelc, 2017), psihološki praksi (Podlesek, 2016; Zabukovec in Podlesek, 2010), coachingu (Kobolt, 2013; Kobolt in Žorga, 2014), socialnem delu (Milošević Arnold in dr., 1999), socialni pedagogiki (Kobolt, 2013; Kobolt in Žorga, 1999; Žorga, 2002) in drugih oblikah psihosocialne pomoči (Možina, 2000; Možina in Bonač, 1999; Vodeb Bonač in Možina, 2000) bo ta knjiga lahko zanimiva tudi izven okvirov coachinga in sistemske psihoterapije za vse, ki jih zanima supervizija, saj gre za integrativni model, katerega temeljna načela presegajo okvirje posameznega psihoterapevtskega oziroma coaching pristopa.

Nemetschekov model, ki je predstavljen z obilico primerov iz prakse, je uporaben v različnih kontekstih psihosocialne pomoči, saj je neločljivo povezan z razvojem postmodernizma in narativnih pristopov, za katere je značilen premik od individualne k relacijski, interakcijski in kontekstualni perspektivi ter od

patologije k salutologiji, uveljavljanje aktivnejše vloge terapevta oziroma svetovalca, premik težišča obravnave s klientove preteklosti na sedanost in prihodnost, opuščanje velikih teorij na račun večjega upoštevanja razlag vsakega posameznega klienta oziroma klientskega sistema, predvsem pa prizadevanje za opolnomočenje klientov v vlogi soustvarjalcev terapevtskega oz. svetovalnega procesa in ključnih akterjev spremembe (Gostečnik, 2010; Možina, 2011; Možina in dr., 2011; Rus Makovec in Trampuž, 2016).

Slika 2

Peter Nemetschek (desno), ki s pomočjo lutke dramatizira supervizantov notranji dialog.



Nenazadnje naj omenim, da sta dodana vrednost knjigi dve spremni študiji. Doc. dr. Daša Grajfoner, direktorica Centra za poslovno psihologijo in psihološki trening na Heriot Watt Univerzi v Edinburghu prikaže, kako je možno sistemski coaching, ki je opisan v knjigi, umestiti v širši okvir coachinga in kako se povezuje z drugimi sorodnimi pristopi. Sam pa sem prispeval tekst, v katerem osvetlim dve ključni značilnosti Nemetschekovega supervizijskega modela: poudarek na analognih metodah in usmerjenost k rešitvam. Ker pa bo prevod knjige Theuretzbacherja in Nemetscheka služil tudi kot učbenik za supervizorje, ki izhajajo iz različnih psihoterapevtskih pristopov, je namen članka tudi dopolnitev

vsebine njune knjige s kratkim pregledom raziskav o k rešitvi usmerjeni superviziji in o superviziji nasploh. Na njihovi podlagi sem tudi povzel praktična vodila za supervizorje.

Ernest Hemingway je nekoč izjavil, da smo »vsi vajenci v večini, kjer nihče nikoli ne postane mojster« (Hemingway v Miller, Hubble in Chow, 2018). Če pri tem upoštevamo, da je avtor nesmrtna knjige *Starec in morje*, v kateri »vsaka beseda nekaj pove in ni nobene preveč« (Kužnik, 2015), mislil na večino pisanja, za katero je prejel Nobelovo nagrado, gre za neverjetno skromnost. Vendar se glede terapevtskih in supervizijskih veščin zlahka uglašim na njegovo mnenje, saj se vedno znova doživljam kot vajenec. Za vse, ki doživljajo podobno, bo knjiga Theuretzbacherja in Nemetscheka lahko dobrodošla spremljevalka v novi epizodi vajeništva.



Viri

- Berg, I. K. in Miller, S. D. (2020). *K rešitvi usmerjena psihoterapija: Kako pomagati zasvojenim z alkoholom*. UMco in Fakulteta za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani.
- de Shazer, S. (1982). *Patterns of Brief Family Therapy: An Ecosystemic Approach*. The Guilford Press.
- de Shazer, S. (1985). *Keys to solution in brief therapy*. Norton.
- de Shazer, S. (1988). *Clues: Investigating solutions in brief therapy*. Norton.
- Gostečnik, C. (2010). *Sistemske teorije in praksa*. Ljubljana: Frančiškanski družinski inštitut.
- Kobolt, A. (2013). *Supervizija in koučing*. Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Kobolt, A. (2013). *Metode in tehnike supervizije*. Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Kobolt, A. in Žorga, S. (1999). *Supervizija: proces razvoja in učenja v poklicu*. Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Kobolt, A. in Žorga S. (2014). Tematska številka: supervizija in koučing. *Socialna pedagogika*, 18(3-4), 149-323.
- Kužnik, B. (2015). Ernest Hemingway Starec in morje. Dostopno na: <https://www.dobreknjige.si/Knjiga.aspx?knjiga=1061> (pridobljeno 25. 8. 2020)
- Miller, S. D., Hubble, M. A. in Chow, D. L. (2018). The Question of Expertise in Psychotherapy. *Journal of Expertise*, 1(2), 1-9.
- Milošević Arnold, V., Vodeb Bonač, M., Metelko Erzar, D. in Možina, M. (1999). *Supervizija - znanje za ravnanje*. Socialna zbornica Slovenije.
- Možina M. (2000). Črne luknje, samopomoč in osebnostna rast prostovoljcev. V Martelanc, T. in Samec, T. (ur.). *Prostovoljno delo včeraj, danes in jutri* (str. 57-74). Slovenska filantropija.
- Možina, M. (2011). Prispevek sistemske psihoterapije k evoluciji psihoterapije. V Žvelc, M., Možina, M. in Bohak, J. (ur.). *Psihoterapija* (str. 503-536). IPSA.
- Možina, M. (2016). Od učnih let do sopotništva s Petrom Nemetschkom. V Nemetschek, P. *Sistemska družinska terapija z otroki, mladostniki in starši: model reke življenja in analogne metode* (str. 401-438). Sigmund Freud University Press.
- Možina, M. (2021a). Analogna k rešitvi usmerjena supervizija Petra Nemetscheka s srcem, rokami in razumom. V Theuretzbacher, K. in Nemetschek, P., *Koučing in sistemska supervizija s srcem, rokami in razumom: Na delovanje usmerjen pristop, razvijanje sistemov* (str. 259-304). Sigmund Freud University Press.
- Možina, M. (2021b). K rešitvi usmerjena supervizija: zgodovina, raziskave, tehnike, vodila in bodoči razvoj. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 15(3-4), 237-272.
- Možina, M. in Kramer, M. (2002). Reka življenja; prikaz modela sistemske družinske terapije po Petru Nemetschku. V Bohak, J., Možina, M. (ur.). *Dialog. Zbornik prispevkov 1. študijskih dnevov Slovenske krovne zveze za psihoterapijo* (str. 56-67). SKZP.
- Možina, M. in Rebolj, A. B. (2020). Od k rešitvi usmerjenega modela kratkotrajne psihoterapije do namerne prakse za doseganje psihoterapevtske odličnosti. V I. K. Berg in S. D. Miller, *K rešitvi usmerjena psihoterapija: Kako pomagati zasvojenim z alkoholom* (str. 315-439). UMco in SFU Ljubljana.
- Možina, M., Štajduhar, D., Kačič, M. in Šugman Bohinc, L. (2011). *Sistemska psihoterapija*. V Žvelc, M., Možina, M. in Bohak, J. (ur.). *Psihoterapija* (str. 415-501). IPSA.
- Možina, M. in Vodeb Bonač, M. (1999). Kako naj izpraznim svoj nahrbtnik: porajanje novih svetov v skupinski superviziji mentorjev prostovoljnega dela. V Milošević Arnold, V., Vodeb Bonač, M., Erzar Metelko, D. in Možina, M. *Supervizija – znanje za ravnanje* (str. 127-142). Socialna zbornica Slovenije.
- Nemetschek, P. (2016). *Sistemska družinska terapija z otroki, mladostniki in starši: Model reke življenja in analogne metode*. Ljubljana: Sigmund Freud University Press Ljubljana.

- Podlesek, A. (2016). *Razvoj sistema supervizirane prakse psihologov v Sloveniji*. Oddelek za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani. Dostopno na: <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-Q41HWYFQ/b43858ab-cdff-4be2-8de3-d16ee3bb56cd/PDF> (pridobljeno 25. 8. 2020)
- Rožič, T. (2015). *Supervizija v psihoterapiji*. Sigmund Freud University Press Ljubljana.
- Rus Makovec, M. in Trampuž, D. (2016). *Sistemska družinska terapija*. Inštitut za družinsko in sistemsko psihoterapijo.
- Theuretzbacher, K. in Nemetschek, P. (2020). *Coaching in sistemska supervizija s srcem, rokami in razumom: na delovanje usmerjen pristop, razvijanje sistemov*. Fakulteta za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani.
- Thomas, F. N. (2013). *Solution-Focused Supervision: A Resource-Oriented Approach to Developing Clinical Expertise*. Springer.
- Visser, C. (2004). Interview with Insoo Kim Berg. Dostopno na: <http://interviewscoertvisser.blogspot.com/2007/11/interview-with-insoo-kim-berg.html> (pridobljeno 6. 9. 2020)
- Vodeb Bonač, M. in Možina, M. (2000). Vem, da ne veš, da veš – kako se učimo v superviziji za mentorje prostovoljnega dela z otroki. V Martelanc, T. in Samec, T. (ur.). *Prostovoljno delo včeraj, danes in jutri* (str. 75-84). Slovenska filantropija.
- Zabukovec, V. in Podlesek, A. (2010). *Model supervizirane prakse psihologov*. Univerza v Ljubljani: Filozofska fakulteta.
- Žorga, S. (2002). *Modeli in oblike supervizije*. Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Žvelc, M. (2017). *Razvoj modela spodbujajočih in ovirajočih dejavnikov v superviziji psihoterapije*. Doktorska disertacija. Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.