

Tatjana Rožič<sup>1</sup> in Miran Možina<sup>2</sup>

## **Dvoletno usposabljanje iz supervizije v psihoterapiji na SFU Ljubljana: poročilo in vabilo**

### ***Two-year training in psychotherapy supervision at SFU Ljubljana: report and invitation***

*»V procesu usposabljanja sem spoznala, da obstajajo skupni dejavniki supervizije, ne glede na supervizorjevo terapevtsko usmeritev.*

*Izhajajoč iz tega, ocenjujem, da tudi moj model supervizije vključuje pomen odnosa s supervizantom, upošteva značilnosti supervizanta in supervizorja ter zajema intervencije potrebne za delo s klientom.«*

*Iz evalvacije udeleženke usposabljanja*

#### **1. Osnovni vsebinski okvir usposabljanja**

Supervizija psihoterapije je specifična veja znotraj psihoterapevtske znanosti in zgolj mojstrsko izvajanje psihoterapije še ne pomeni nujno tudi dovolj uspešnega oz. učinkovitega izvajanja supervizije. Prav zato so se skozi čas razvili številni supervizijski modeli. Bernard in Goodyear (2019) jih delita na tri skupine in sicer na modele, ki temeljijo na psihoterapevtskih teorijah ter razvojne in procesne modele supervizije. Vsak model ima specifične, značilne za pristop oziroma za teorijo, ki je podlaga zanj.

Plodovit pisec in izvrsten poznavalec supervizije, Edward Watkins ml. (2015, 2016, 2017, 2018), pa se je ob številnih in raznolikih supervizijskih modelih lotil empiričnega raziskovanja skupnih dejavnikov v superviziji. Tako je npr. po zgledu Wampolda (Wampold in Imel, 2015), ki je empirično utemeljil kontekstualni model psihoterapije, oblikoval t. i. »kontekstualni model supervizije«, po zgledu

---

1 Doc. dr. Tatjana Rožič, univ. soc. del., specialistka zakonske in družinske terapije, ŠRCD Ljubljana in SFU Ljubljana, tatjana.rozic@guest.arnes.si

2 Mag. Miran Možina, dr. med., psihiater in psihoterapevt, SFU Ljubljana, miranmozina.slo@gmail.com

Orlinskega in Howarda (1984, 1986, 1987), ki sta znotraj polja psihoterapije empirično utemeljila generični psihoterapevtski model, pa t. i. »generični supervizijski model«. Oba modela obsegata prvine, ki so prisotne v vseh supervizijskih pristopih in so v tem smislu generične; govorimo lahko o superviziji, ki je transteoretična in temelji na skupnih dejavnikih.

## **2. Po dveh generacijah začenja na SFU Ljubljana z usposabljanjem tretja generacija**

Na ljubljanski podružnici Univerze Sigmunda Freuda z Dunaja (SFU Ljubljana) že dalj časa sledimo tovrstnim sodobnim spoznanjem o pomenu skupnih dejavnikov v psihoterapiji in superviziji, ki bolj kot posamezni terapevtski in supervizijski modeli, metode in tehnike prispevajo k izidu terapevtskega in supervizijskega procesa. V aprilu 2016 smo ustanovili Kolegij supervizorjev SFU Ljubljana, v katerem se povezujejo supervizorji različnih psihoterapevtskih pristopov (npr. psihoanalitični, sistemski, jungovski, geštalt, integrativni, relacijski družinski pristop, psihoterapija otrok in mladostnikov idr.). V okviru kolegija smo pripravili smernice za dvoletni program usposabljanja iz supervizije v psihoterapiji in v letu 2016 prvič razpisali dvoletno usposabljanje; prva generacija je usposabljanje uspešno zaključila leta 2018, druga pa v jeseni 2022. V drugem ciklu usposabljanja je bilo vpisanih kar 16 terapevtov – supervizorjev v usposabljanju. Organizatorji smo že pripravili nov dvoletni cikel usposabljanja, ki se bo začel januarja 2023. Prijavljenih je že 10 kandidatov, tako da je na voljo še par mest.

## **3. Cilji usposabljanja**

Zadali smo si naslednje cilje:

- širiti znanja in veščine s področja supervizije v psihoterapiji ter širiti mrežo supervizorjev psihoterapije v slovenskem prostoru,
- razvijati tim supervizorjev različnih psihoterapevtskih pristopov na SFU Ljubljana,
- širiti mrežo supervizorjev za potrebe Psihoterapevtske ambulante SFU Ljubljana, pa tudi širše, za vsa društva in inštitute, ki sodelujejo s SFU Ljubljana,
- spodbujati dialog med različnimi psihoterapevtskimi pristopi.

## **4. Vsebine usposabljanja**

Vsebine usposabljanja so razdeljene na skupne in specifične vsebine. V prvem desetmesečnem ciklusu se udeleženci usposabljanja v teoretičnem delu seznanijo

z naslednjimi skupnimi vsebinami (skupnimi glede na različne psihoterapevtske pristope udeležencev usposabljanja):

- transteoretični in skupni dejavniki v superviziji,
- supervizija za razvoj kompetentnosti in ekspertnosti z namerno vadbo,
- supervizija v psihoterapiji (razvoj, definicije, specifičnosti in etika),
- temeljni modeli, metode in tehnike supervizije,
- vzporedni proces in preplet odnosov v superviziji,
- osnove individualne supervizije (specifičnosti, različni modeli),
- učinki supervizije na supervizante in kliente - povratno informiranje v terapiji in superviziji (povratno informirana supervizija),
- intervencije v superviziji,
- supervizijska aliansa in supervizijski odnos; motnje v aliansi in popravljanje motenj,
- kontekstualni in generični model supervizije v luči različnih pristopov.

V drugem desetmesečnem ciklusu udeleženci usposabljanja spoznajo naslednje skupne vsebine:

- osnove skupinske supervizije (specifičnosti, različni modeli),
- spodbujajoči in omejujoči dejavniki v superviziji,
- supervizija in psihotravmatologija: pristop, ki temelji na razumevanju travme, prepoznavanje in delo s sekundarno travmatizacijo terapevtov,
- supervizija v živo,
- supervizija znotraj različnih delovnih okolij, administrativnih zahtev in struktur
- supervizija po spletu

V okviru navedenih vsebin obravnavamo tudi tematike, kot so pomembni dogodki, pomagajoči in ovirajoči dejavniki v superviziji, (samo)refleksija in razkrivanje v superviziji idr. Preostale teme drugega letnika so specifične vsebine, povezane s supervizijo v različnih psihoterapevtskih pristopih, v okviru katerih so se udeleženci izobraževanja primarno usposabljali za psihoterapevtsko delo.

## 5. **Povratno informirana supervizija**

Pomembna novost programa novega cikla je uvajanje povratno informirane supervizije (PIS), ki izhaja iz meta teoretičnega koncepta povratno informirane obravnave (PIO) in se razlikuje od tradicionalne supervizije, ki običajno temelji na določenem psihoterapevtskem modelu ali teoretični usmeritvi. PIS se usmerja glede na izide in povratne informacije klientov ter se zato lahko uporablja ne glede na psihoterapevtski pristop ali metodo, na različnih področjih in za različne storitve (npr. v zdravstvu, socialnem varstvu, vzgoji in izobraževanju, kovčingu).

Vsak udeleženec usposabljanja bo imel možnost uporabe t. i. »Sinergetičnega navigacijskega sistema« (SNS) za povratno informiranje ter vodenje supervizijskega in terapevtskega procesa, ki ga je razvil Günter Schiepek s sodelavci (Schiepek, 2008; Schiepek in dr., 2005; Schiepek, Picht in dr., 2005; Schiepek in dr., 2015; Schiepek, Aas in Viol, 2016). Supervizorji v usposabljanju bodo tekom usposabljanja na podlagi pridobljenega znanja in suporta pri vsaj enem supervizijskem procesu uporabljali SNS aplikacijo, ki jim bo na podlagi procesnih podatkov in podatkov o učinkovitosti pomagala pri sledenju, načrtovanju in izboru ustreznih supervizijskih intervencij.

## 6. Učiteljski in metasupervizorski tim

Tim učiteljev, ki ga vodiva doc. dr. Tatjana Rožič in mag. Miran Možina, je sestavljen iz učiteljev in supervizorjev različnih psihoterapevtskih pristopov (npr. psihoanalitični, sistemski, integrativni, jungovski idr.), ki po eni strani podajajo vsebine, ki so povezane s skupnimi dejavniki v psihoterapiji in superviziji, po drugi strani pa poglobljene teoretične prikaze supervizijskim modelov svojih pristopov. Hkrati tim metasupervizorjev omogoča metasupervizijo za različne pristope. Me drugimi so poleg naju člani obeh timov:

- doc. dr. Emil Benedik, psihoterapevt in supervizor psihoanalitične terapije
- Jani Bras, psihoterapevt in supervizor realitetne terapije
- dr. Boštjan Čampa, psihoterapevt in supervizor relacijske družinske terapije
- doc. dr. Miha Černetič, psihoterapevt in supervizor integrativne relacijske psihoterapije
- Tatjana Verbnik Dobnikar, psihoterapevtka in supervizorka geštalt terapije
- prof. dr. Christian Gostečnik, psihoterapevt in supervizor relacijske družinske terapije
- dr. Marino Kačič, psihoterapevt in supervizor sistemske psihoterapije
- as. dr. Nuša Kovačević Tojnko, mag. psihologije, psihoterapevtka psihoanalitične psihoterapije (ECP), supervizorka pod supervizijo
- doc. dr. Anja Kozina, psihoterapevtka in supervizorka integrativne relacijske psihoterapije
- Sandra Meško, psihoterapevtka in supervizorka transakcijske analize
- dr. Katarina Možina, psihoterapevtka in supervizorka sistemske psihoterapije
- Tine Papič, psihoterapevt in supervizor jungovske psihoanalize
- Lan Pečjak, socialni delavec in psihoterapevt, supervizor psihodinamske psihoterapije
- Jerica Penko, psihoterapevtka in supervizorka sistemske psihoterapije
- Božidar Popović, psihoterapevt in supervizor sistemske psihoterapije

- doc. dr. Tina Rahne Mandelj, psihoterapevtka in supervizorka relacijske družinske terapije
- prof. dr. Jože Ramovš, psihoterapevt in supervizor logoterapije
- Natalia Retezum, psihoterapevtka in supervizorka jungovske psihoanalize
- Ksenija Širnik, psihoterapevtka in supervizorka sistemske psihoterapije
- doc. dr. Lea Šugman Bohinc, psihoterapevtka in supervizorka sistemske psihoterapije
- Zlatko Vršič, psihoterapevt in supervizor sistemske psihoterapije
- doc. dr. Maša Žvelc, psihoterapevtka in supervizorka integracijske relacijske psihoterapije

## 7. **Možnost sodelovanja v raziskavi**

V psihoterapevtski ambulanti SFU Ljubljana smo leta 2021 začeli s pilotnim projektom uvajanja sistematičnega povratnega informiranja v klinično prakso, ki sloni na Sinergetičnem navigacijskem sistemu. Hkrati smo s pomočjo SNS začeli tudi z raziskavo o superviziji in metasuperviziji (Kovačević Tojnko in Rožič, 2021). Cilj je osvetliti dinamiko terapevtskega, supervizijskega in metasupervizijskega procesa ter razviti orodje za spremljanje povratne informacije med tremi diadami (klient – terapevt, terapevt – supervizor, supervizor – metasupervizor) ter pokazati kako lahko sprotno sledenje procesa dela pripomore k izidu obravnave ter k osebostnemu razvoju supervizorjev in terapevtov. Hkrati je cilj razvijanje PIS na osnovi SNS ter razvijanje namerne vadbe odličnosti (Rousmaniere, 2017; Rousmaniere idr., 2017).

## 8. **Vstopni pogoji**

V usposabljanje se lahko vključijo kandidati, ki so:

- končali izobraževanje in usposabljanje iz psihoterapije (po merilih za samostojen poklic) in
- pridobili certifikat krovne organizacije psihoterapevtskega pristopa ali opravili zaključni izpit in
- po izpitu nabrali dve leti izkušenj oziroma opravili najmanj 600 ur psihoterapevtskega dela s klienti. Izjemoma se lahko vključijo tudi kandidati pred pretekom dveh let, v kolikor so opravili najmanj 900 ur psihoterapevtskega dela s klienti;
- izpolnili morebitne dodatne pogoje za vključitev v usposabljanje glede na svoj psihoterapevtski pristop.

## 9. Način dela

Delo poteka v skupini z 12 (največ 16) udeleženci. Srečanja celotne skupine so enkrat mesečno po pet šolskih ur (od 17h do 21h), razen v juliju in avgustu. Posamezna redna mesečna srečanja so sestavljena iz predavanj učiteljev, vaj supervizijskih tehnik in metod dela, predstavitev seminarских tem, ki jih udeleženci pripravijo na podlagi samostojnega dela in skupnih diskusij.

Vsak supervizor v usposabljanju ima metasupervizorja, ki deluje znotraj pristopa, v katerem se je usposabljal terapevt oz. supervizor v usposabljanju. Metasupervizor supervizorja v usposabljanju spremlja na rednih enournih (45 minut) mesečnih srečanjih skozi dve leti. Na ta srečanja supervizor v usposabljanju prinaša transkripte in/ali zvočne/video posnetke svojih seans s supervizanti.

V času dvoletnega usposabljanja mora supervizor v usposabljanju opraviti najmanj 60 supervizijskih seans (45 minut) z najmanj 2 supervizantoma in najmanj 20 ur (45 minut) z metasupervizorjem. V drugem letniku usposabljanja imajo supervizorji v usposabljanju lahko tudi supervizijske skupine s tremi supervizanti.

Na podlagi dobrih izkušenj dosedanjih usposabljanj bodo supervizorji v usposabljanju spodbujeni tudi k oblikovanju t. i. »interne intervizijske skupine« (trojke, četvorke, lahko tudi manjše skupine), v katerih bodo lahko enkrat mesečno samostojno pilili spretnosti različnih supervizijskih intervencij, ki bodo predstavljena na skupnih srečanjih.

Supervizorji v usposabljanju bodo tako v dveh letih pridobili 90 ur teorije (3 ure teorije znotraj vsakega srečanja ter 1,5 ure samostojnega mesečnega študijskega dela vsak dela) ter 140 ur izkustvenega učenja za supervizorja (na vsakem srečanju 2 uri vaj, 60 ur izvajanja supervizije, 20 ur srečanj z metasupervizorjem, 20 ur izkustvenega dela ob pripravi na metasupervizijska srečanja).

## 10. Pogoji za zaključek usposabljanja

Od supervizorjev v usposabljanju se na seminarjih pričakuje najmanj 80 % udeležba, redno izpolnjevanje obveznosti ter izdelava zaključne naloge ob koncu vsakega leta. Zaključna naloga poleg evalvacije lastnega procesa in branja strokovne literature, obsega tudi poročilo o supervizijskem procesu, na katerega poda odziv tudi metasupervizor.

Po uspešno zaključenem usposabljanju udeleženci prejmejo potrdila z navedbo vsebin in števila ur. Zaključeno usposabljanje za supervizorja v psihoterapiji še ne zagotavlja direktne pridobitve licence za supervizorja znotraj posameznih pristopov, saj imajo ti avtonomijo pri določanju ostalih potrebnih

pogojev. Kandidatom, katerih cilj je pridobitev licence za supervizorje na področju socialnega varstva, ki jih podeljuje Socialna zbornica Slovenije, bo v okviru dvoletnega usposabljanja omogočeno opravljanje dodatnih 40 ur izkustvenega učenja za supervizorja.

## 11. **Še je odprta možnost vpisa v usposabljanje, ki se pričenja januarja 2023**

V novem ciklu usposabljanja, ki ga na SFU Ljubljana pričenjamo januarja 2023, je še nekaj prostih mest, zato psihoterapevte, ki izpolnjujejo pogoje in so motivirani za usposabljanje in supervizijsko delo vabimo, da se pridružijo skupini. Več informacij je na spletni strani:

[https://www.sfu-ljubljana.si/sites/default/files/sfu\\_public\\_files/pages/sfu\\_ljubljana/Seminars/2022/supervizija/Vabilo\\_usposabljanje\\_supervizija\\_2022\\_25.pdf](https://www.sfu-ljubljana.si/sites/default/files/sfu_public_files/pages/sfu_ljubljana/Seminars/2022/supervizija/Vabilo_usposabljanje_supervizija_2022_25.pdf)

## 12. **Primer iz metasupervizije**

Supervizorka (S) je v metasupervizijo prinesla transkript delov seanse s terapevtko (T). V poševnem tisku so komentarji supervizorke.

T: Mah, ne vem. S to klientko se nekako ciklam in ciklam in ciklam in ne pridem nikamor. Sem bila že vesela, da sva imeli dve srečanji vmes, ko je bila tako pozitivna, nasmejana, radovedna, zdaj pa sva spet prišli nazaj v njen jok. Ona skozi joka, prav nekontrolirano ji tečejo te solze. Ko jo vprašam, pove: »Saj ni nič, to ni nič,« se poskuša izogniti. Noče govoriti o tem, noče risati o tem. Nekako se mi zdi, da to skriva sama pred sabo in potem še pred mano. Nisva še dosegli tega nivoja, da bi prestopili to mejo. Ker ona se čuti ful ranljivo, če joče, če govori o svojih čustvih. To je za njo znak šibkosti. To je večkrat poudarila. In potem se vrtiva v krogu. Potem malo spremeniva temo, ona neha jokati. Potem spet pride neka tema, ko začne jokati in jaz spet poskušam, pa spet nič.

In starši ..., tu gre pa samo še navzdol. Se mi vsaj zdi. Ker to kar mi pove, kar se dogaja doma, je zame grozno. Po drugi strani pa ne želi, da jih jaz skupaj povabim na srečanje. Da jim jaz kaj povem, ali sama ali skupaj z njo. Tako da ne vem, sem pred enim zidom, ne vem več, kaj bi poskusila. Ali samo biti tam zanjo, dokler ne bo pripravljena? Jaz bi tako rada šla nekam naprej, a ne vem na kakšen način.

*Supervizantka govori o svoji stiski, o občutju nemoči, ki se ji poraja ob klientki. Imela je občutek, da sta se s klientko premaknili naprej, zdaj pa spet nazadujeta. Pojavi se nemoč, strah, občutek, da ne dela dobro. Moj vzgib je, da čutenja nagovorim in jo poskušam pomiriti.*

S: Ok, dajva se za trenutek ustaviti. Kaj čutiš ob njej, ko si z njo?

T: (tukaj nastane premor, razmišlja) Eno stisko čutim.

S: Stisko čutiš. Ok. In kaj ti ta stiska govori?

T: Ravno to, da sva pred enim zidom in ne moreva naprej. Nemoč.

S: Ti čutiš nemoč.

T: Jaz čutim nemoč. Ja.

S: In ko ti čutiš nemoč - kaj je takrat?

T: Ja, panika. (z rokami potrese)

S: Ok, ena panika, ena nemoč, ne veš, kaj naj narediš, orodja, ki jih ponujaš, jih ne sprejme.

T: Ja, točno to. Kaj naj naredim.

*Ko prebiram transkript, vidim, da bi tukaj lahko supervizantko tudi vprašala, kako ona ravna v paniki ali ima kakšno izkušnjo, da ji je uspelo paniko obvladati, se pomiriti in ali lahko to svojo izkušnjo kako poveže s klientko.*

S: In kako bi bilo, če bi to paniko naslovila? Da bi ji rekla: Čutim eno stisko s tabo, pa ne vem, kako naprej. Kako bi se ona na to odzvala?

T: Hja, ne vem. (razmišlja)

S: A bi začela zate skrbeti?

T: Ona večkrat pove, da ona vsem greni življenje. In bi verjetno tudi meni rekla, da mori še mene. Ali pa bi šla v drugo smer in bi mi rekla: »Vi ste strokovnjak, vi mi povejte.« Ker to se je tudi že zgodilo. Ker sem ji potem rekla, da bova to pot morali skupaj prehoditi, da mi bo morala pomagati.

S: Bravo. Super si to naredila. Povabila si jo, da ti pomaga, da ji pomagaš. Občutek je, kot da te je tu malo preizkušala. Kako dolgo boš zdržala z njo. »Ti si strokovnjak, saj mi boš ti povedala.« In po tem si ji ti povedala: »Ej, držala te bom za roko in skupaj bova hodili«.

Ona tebi večkrat pove, kako rada prihaja k tebi (*preberem iz supervizantkinega zapisa, ki mi ga je poslala pred supervizijo*). Pove celo, kako je cel teden komaj čakala vajino srečanje. Tudi med počitnicami je želela srečanje.

*Supervizantko pohvalim in podprem s stavkom, ki ga preberem iz njenega zapisa z namenom, da ji osvetlim dobre strani njenega dela, pozitivne povratne informacije klientke, ki se ob njej počuti dobro.*

T: Ja, to je res. (se nasmehne)

S: Ona rada prihaja k tebi, ker se pri tebi počuti varno. In tukaj je prostor, ko se vidve lahko pogovarjata o vajinem odnosu, kaj je tisto, kar je v vajinem odnosu, kako se ona počuti s tabo, kaj ji je ok, do kje ji je varno.

T: To je smiselno. Ja.

S: Je smiselno to, kar govorim?

T: Odlično. (si oddahne, nasmehne)

S: Kot da tudi sama potrebuje neko potrditev. Ko ti tolikokrat pove, kako rada prihaja na vajina srečanja in končno en prostor, kjer je nihče ne gnjavi. Nek mir čuti pri tebi. In ti ji za ta mir daš besede. Npr.: »Ok, rada prihajaš k meni, v ta prostor, kjer se počutiš varno, kjer nihče ne prestopa tvojih mej, ... karkoli boš takrat čutila.«

*Survizantki dam predlog kako lahko nagovori klientko in njun odnos.*

T: Zdaj sem pomislila - glede na to, da sem vrhunec njenega tedna in da mi to reče šestnajstletnica, me je to zaskrbelo. In jaz sem se tako narobe odzvala in sem ji rekla, dajva najti še en vrhunec tega tedna. O moj bog. Ampak seveda. Potem nisva prišli nikamor. Ni našla več nobene stvari. Mogoče sem jaz prehitro šla naprej, bi bilo fajn, da bi se ustavila. Tako da ja, tvoja ideja se mi zdi pomembna.

S: Kako pa je tebi, ko slišiš, da si ti vrhunec tedna za nekoga?

T: Mešane občutke imam. Bojim se, da se ne bo preveč navezala name. Še zmeraj sem tako nekje vmes med njo in starši. Jaz ji poskušam približati te starše. Ampak ona pa gre v drugo smer in se name obesi.

S: Kot na starša, ki ji daje eno varnost in zaupanje, hkrati pa tudi dovoljenje za samostojnost in postopno odvezovanje. Ker v resnici je pri njej ena hladna mama, ki ima zelo visoka pričakovanja, pomembna ji je samo šola. Ta mama ne pride k njej in jo vpraša, kako je, kako je preživela dan. Ne pove ji, da vidi, kako se reže. To je pri njih tabu. Šepetajo za njenim hrbtom. Imajo družinske skrivnosti, nanjo kažejo s prstom, nobeden pa tega ne pove na glas. Popaca si majico, ki jo vidijo vsi, in nobeden je ne upa vprašati ali se je rezala ali se je popacala. In klientka ima zdaj eno drugo, nadomestno mamo, ki ji nudi drugačno izkušnjo. Uči se drugačnega odnosa.

T: Ja, se strinjam. Midve imava dober odnos. Zato sem dobila občutek, da je zaradi tega še bolj odrezala te starše. Ravno zaradi mene.

*Supervizantka govori strahu pred bližino, pred tem, da bi se klientka preveč nanjo navezala. Začutim, da je to supervizantkina tema in bi lahko ostala z njenim strahom in jo vprašala, kakšno vlogo ima ta strah v njenem življenju.*

....

S: Ampak se ti ne zdi, da gre za neko raziskovanje? Ona je pri prijateljici videla, kako zgleda družina, kakšni so odnosi, ki si jih ona želi. Hkrati pa si tega ne zmore predstavljati pri svoji družini. Veliko zamer je tam. Kako sta se starša vedla do njene sestre, kako se vedeta do nje.

Odreže, ker boli, zameri. Hkrati pa velikokrat pove, kako bi si ona želela enega stika s to mamo. In ta mama in oče bi se morala zelo potruditi za to hči.

T: Saj to. Onadva se v svojih očeh že trudita. Ampak na nepravi način.

S: Ja. In kako se ti počutiš ob teh starših?

T: Ja, jezna sem.

S: Jezna si. Ko si jo ti vprašala, kako ji je šlo na testu, se je zdrznila, kako si si zapomnila, da piše test. Da si izkazala zanimanje zanjo. Njenih staršev ne zanima ona, ampak njene ocene. Tebe pa je zanimala ona.

*Tukaj bi lahko dala več prostora kontratransferju, jezi in raziskovanju le te. Kaj ji ta jeza govori?*

T: Ja, to je res, ampak skrbi me ta vedno večji prepad med njo in njenimi starši.

S: Ena skrb je tukaj. En strah. Koliko je to tudi tvoj strah? Kako nevarno je zate, če se kdo naveže nate?

T: Joj, zdaj pa si me zadela. To je moja tema, definitivno. Bližina, to je nevarno.

S: Kaj je nevarno?

T: Da bom ostala sama ... Joj, zdaj razumem, koliko je ona sama. Odreže, da ne bo odrezana.

*Supervizantka ponovno ponudi svoj strah, zato ga nagovorim in imam občutek, da pride do olajšanja in razumevanja klientkinih čutenj. Strah dobi besede in se sprosti.*

T: Jaz bi ji samo rada pomagala. Se mi zdi ta stiska, da to mora biti res grozno.

S: Koliko je to tvoja stiska? Toliko srečanj sta že imeli in bi se morali pokazati že neki rezultati, zdaj pa je še s starši prekinila stik in namesto, da bi šlo na boljše, gre na slabše.

*Nagovorim stisko, nemoč, o kateri je govorila na začetku srečanja.*

T: Ja to je, ja. In na koncu je nobeden ne razume. Tudi jaz ne. Tak občutek ji dam.

S: In kako bi bilo, če bi bila samo tam za njo? Da se ni treba nič konkretno zgoditi, da je dovolj, če si samo ob njej? Da že to, da pride v en varen prostor, kjer lahko zaupa in je tisto kar je, že terapija. In da lahko govori o neki temi, o kateri ona želi.

T: No, to dovoljenje sem potrebovala. (vidno si oddahne)

....

T: Zadnjič sem res bila v paniki, ko je bežala na wc in skrivala solze. Še doma sem razmišljala, ali sem preveč naslavljalja njene solze.

S: Tam je res stiska, ko se reže vsem na očeh, vsi se pa delajo, da tega ni tam. Ignorirajo. Ker če tega ne vidijo, tega ni. Tam ni starša, ki bi rekel: »Vidim, kaj se dogaja, kako ti lahko pomagam?«. In zakaj bi pokazala to svojo ranljivost, saj nima izkušnje, da jo bo kdo potolažil.

T: Jaz sem res dolgo časa razmišljala o tem, zakaj noče govoriti. Zdaj mi je padlo na pamet, zakaj ne. Ne zna. Točno to je, ne zna. Nihče je ni naučil, niti ji dal dovoljenja za to. Nevarno je.

S: Nevarno je, tega ne sme. Moraš se skriti in sam rešiti.

T: Zdaj sem pomislila. Mene njeni starši stalno kličejo. Mogoče je ona zato previdna in mi ne želi vsega povedati. Ker jo je strah, da bi jim povedala. Jaz moram nujno z njo obnoviti najin dogovor, da to, kar se pogovarjava, vedno ostane tukaj.

In jaz moram nujno z njo govoriti o tem, kako je njej, ko me starši kličejo. In če bo povedala, da ji ni ok, jima moram postaviti mejo. Naj se potrudita za hči, za stik, naj nehata mene klicariti in spraševati o njej, naj jo direktno vprašata. Naj se potrudita, da jima bo ona kaj povedala, ne jaz.

S: Ja, ker ona ima izkušnjo, da ji za hrbtom šepetajo. In te podpiram, da daš prostor vajinemu odnosu in temam, ki jih klientka prinaša na srečanja.

T: Prav to sem rabila, eno dovoljenje, da ne rabim na terapiji imeti nekega buma. Da je ok, če sem tam za njo in jo podpiram.

S: Pa tvoj strah, kako je z njim?

T: Sem ok. Saj vem, to je moja tema, kdaj drugič o tem.

*Supervizantka nagovarja občutja nemoči, stiske, ki jih doživlja ob klientki, ker se njun proces v njenih očeh ne premakne. Ker klientka zavrača njene metode in tehnike, ji to povzroča frustracijo, občutek, da ni dovolj dobra. Ko najdeva pozitivni izid njenega dela, začne govoriti o strahu pred bližino, pred tem, da bi se klientka nanjo preveč navezala. Nagovoriva vzporedni proces, ki ga po em sicer raziskujeva v naslednjih srečanjih, vendar bi lahko dala več pozornosti čutenjem, ki jih je stalno nagovarjala že tekom tega srečanja. Verjetno sem zaradi pomanjkanja izkušenj bila v dilemi, kako ravnati, koliko odpirati supervizantkine teme, da ne bi odprla nečesa, kar ne spada v supervizijski proces. Kasneje sem spoznala, da je teme potrebno in pomembno identificirati in narediti most med tem, kaj je njeno in kaj klientkino, delati na transferju in kontratransferju, na vzporednem procesu in tudi razmejiti vsebine, ki jih potem supervizantka odnese v lasten terapevtski proces.*

13.

## **Utrinki iz evalvacij dosedanjih udeležencev izobraževanja**

»Vsako predavanje je bilo skrbno pripravljeno in predstavljeno. Predavatelji so podajali pomembne vsebine, bili pa so tudi odnosni, kar mi osebno veliko pomeni.«

»V proces izobraževanja me je vodja izobraževanja vpeljal in nagovoril kot izkušenega strokovnjaka, ki bo lahko veliko doprinesel novim terapevtom. Morda je bilo to breme, s katerim sem pristopil, v smislu prepričan, da bi moral upravičiti napovedani opis. Zadrega se je pletla okoli tega, da sem v svoji dosednji literaturi tematiko supervizije obšel in nisem imel (razen osebne izkušnje) konceptualnega okvirja, kamor bi lahko naslonil začetek učnega procesa. To je zahtevalo še eno spremembo, zaupanje vase, v proces, predanost in prisotnost. Na tak način sem sprejel proces, delo s supervizanti, mesečna srečevanja z vsebinami, ki so bile posredovane, vsebine, ki sva jih predelovala z metasupervizorjem – in v procesu dveh let je zorelo nekaj, kar bi na koncu lahko poimenoval nova identiteta vloge supervizorja.«

»Začutila sem, da se študiju supervizije želim posvetiti v svojem življenjskem obdobju, ko bom imela več prostora zase, za poglobljeno integracijo svojih izkušenj ter znanj. Pred tremi leti je prišel ta čas, a kljub temu, da študij še ni bil razpisan, sem pričela z raziskovanjem sveta supervizije. Prebirala sem literaturo, pričela načrtovati zmanjševanje obremenitev dela s klienti, posvečala se več novi vlogi predavateljice v odnosu do študentov. Ko je študij bil razpisan, sem se ga zelo razveselila. Bil je čas za razvijanje svoje nove vloge. Zelo sem hvaležna za možnost vključitve v skupino izkušenejših supervizorjev, ki so aktivni že dalj časa tudi v okviru SFU. Prisostvovanje na srečanjih mi je pomagalo, da sem se še bolj opogumila in lažje poglobila v delo.«

»Kljub temu da sem pred začetkom usposabljanja imela kar nekaj supervizijskih izkušenj, sem svojo supervizorsko vlogo v začetku doživljala bolj kot veliko breme in strokovno odgovornost (da ne bom delala kaj narobe, s tem sem se veliko ukvarjala, prav anksiozna sem bila). Menim, da sem se zavedala deleža odgovornosti in se bala napak. Ko sem naredila v glavi spremembo v razumevanju in temu, da ni razloga za ogroženost, ko sem se znašla v okviru nove resničnosti (hvala vsem) in sodelovanja, izmenjav izkušenj, je bilo res osvobajajoče zame. Ko nisem bila več prepričana, da so drugi veliko boljši, sem tudi svoje ravnanje spremenila, moja drža je postala bolj samozavestna in spremenila se je tudi moja interakcija do supervizantov. Bolje sem prepoznala svoja močna področja, več sem se spraševala o svojem delu. Ob veliki podpori in spodbudi (hvala Tatjani) sem pričela sebi bolj zaupati. Ob pomoči metasupervizorja sem postala pri delu s supervizantkama bolj spontana.«

»Moram priznati, da sem se v izobraževanje potapljal (predajal) z rezervirano zadržanostjo. Nekaj dilem in zadržkov je bilo v zavedanju. Ali bomo v sestavi domala celotnega cvetobera predstavnikov najrazličnejših terapevtskih modalitet, lahko navezali stik? Ali bomo morda našli skupne točke, da bi vzpostavili skupnost terapevtov v sicer sodelovanju nenaklonjenih razmerah? Ali bomo razumeli jezik različnih teoretskih konceptov? Ali se bodo pokazala razhajanja, ki bodo vplivala (in kako?), ali bomo našli povezovalne momente? Velika želja po povezovanju in izkušnje, da so podobne ideje v preteklosti na teh tleh klavrno propadale. Koliko navlake v prepričanjih!«

»Pred vstopom v to izobraževanje je bila moja lastna izkušnja supervizantke predvsem v individualni superviziji, da je supervizor strokovna in tudi siceršnja avtoriteta, supervizant pa tisti, ki se uči in se oglasi le takrat, ko je k temu pozvan. V tem izobraževanju pa sem že v skupinskih oblikah supervizije spoznala bolj sproščeno in enakovredno sodelovanje v supervizijskem srečanju. Prva teoretična znanja iz supervizije pa so moj fokus dodatno obrnile na supervizanta, njegovo držo v psihoterapevtskem procesu in njegovo počutje tako v odnosu s klientom kot tudi

v najinem odnosu. Srečala sem se z zame manj poznanim načinom, da se pozornost supervizorja usmerja tudi na počutje supervizanta. Ni torej pomembna le supervizantova strokovnost, pač pa tudi to, kako se počuti v svoji terapevtski vlogi. Psihoterapevt, torej naš supervizant, bo svoje delo opravljal strokovno, če bo tudi sam opolnomočen in stabilen v svoji terapevtski drži. Pomembni so torej supervizantovi občutki, ki jih v terapevtskem procesu zazna tudi klient in pomembno vplivajo na njun odnos in uspeh terapije. Takšen način mi je blizu in temu sedaj v celoti sledim.«

»Kar se tiče vsebine in predaje znanja, se mi zdi, da smo v supervizijskem izobraževanju dobili kvaliteten program, še posebej v relaciji cena/vsebina. Zelo sem uživala v večini predane strokovne vsebine, ki je resnično nadgradila moja znanja in v meni odprla tudi vprašanja, ki jih prej še nisem videla. Vsebina je bila lahko razumljiva, a kljub temu dovolj zahtevna za mojo stopnjo znanja, da imam dober občutek napredovanja. Navdušena sem tudi nad bdečim očesom dr. Tatjane Rožič, ki je skrbela za večinski delež predanih strokovnih vsebin in organizacijo, hkrati pa nam je dejala občutek dostopnosti.«

»Z usposabljanjem sem zadovoljna. Pridobila sem veliko materiala, člankov, strokovne literature. Vsak predavatelj je doprinesel svoj delež k celoti. Dobra je bila kombinacija predavanj, vaj, praktičnih primerov in delitev naših izkušenj. Tudi osebno sem se obogatila z odnosi, ki so se spletli med nami. Občudovala sem našo podobnost v različnosti: našo podobnost v želji delati dobro, biti dovolj dober supervizor, psihoterapevt in človek, ob različnosti modalitet in naših osebnosti. Hvaležna sem za možnost tega usposabljanja.«

»Študij supervizije je bil zame dodatno neprecenljiv in obogatitev. Doživljam, da sem lahko res odprto razvijala svojo novo vlogo in da sedaj bolje ločim vlogo učiteljice, mentorice in supervizorke od psihoterapevtke. V začetkih supervizije sem vstopala v odnos s supervizanti preveč 'terapevtsko', za kar mi je kasneje prav metasupervizorka veliko pomagala k razvijanju bolj supervizijske drže.«

»Supervizanti so bili zelo različni po preteklih izkušnjah in svojih kompetencah ... Pri vseh sem sicer svoje delo oprl na jasno strukturo: dogovor, definiranje poteka supervizijskega srečanja, izpolnjevanje protokola kot obveza, da lahko spremljam proces supervizantove refleksije in odnosa s posameznim primerom, hkrati je bilo izhodišče vsakega srečanja supervizantovo vprašanje, s katerim je prišel na srečanje. Vendar bi lahko rekel, da je izkušnja supervizijskega dela bolj povezana z gradnjo tega, kar spada v kategorijo 'odnos'. V zavedanju sem imel empatično odzivnost, občutek varnosti, poskuse, da bi dileme, strahove in druga duševna dogajanja supervizantov pomagal artikulirati, jih poimenovati v čustvenih kategorijah in jim pomagal pri pozicioniranju sebe kot terapevtov praktikov in kot strokovnjakov do določene teme.«

»Program je bil krasno prilagojen našim potrebam, imela sem občutek, da sem res dobro podprta, spremljana in da se zaupa vame. Ob tem pa sem dobila tudi konkretne kritike, ki so mi bile dodatna spodbuda.«

»Všeč mi je razlika, ki sem jo doživela od prvega na drugi letnik. Če sem v prvem letu delovala še kar prestrašeno in nesamozavestno, zelo sem tipala teren in bila kar nesigurna, sem se v drugem letniku osvobodila nekaterih omejujočih prepričanj in notranjega kritika, ki je želel, da delam pravilno, bolj sem vključila metasupervizorja, svojo intuicijo in zaupanje v to, da supervizant dela zadovoljivo in da smo skupaj ekipa, ki si pomagamo pri podpori klienta.«

»Metasupervizije so mi pomenile varno pristanišče pri mojem delu in nujni oporni del, da sem se lahko razvijal, naslavljal svoje dileme, prikazal svoj način dela, odpiral vprašanja, ki so se mi pojavljala. Z metasupervizorjem sva imela stalno strukturo, skoraj vzporedno mojemu supervizijskem delu: za vsako srečanje sem pripravil in naslovil metasupervizorju vprašanje, pogledala sva delček posnetka moje supervizije in nadaljevala z diskusijo. V več situacijah sem dobil konkretno usmeritev in predlog (kako zahtevati protokol ali na kakšen način naj supervizanti poročajo o svojem delu, komunikacija v konkretnih primerih z zunanjimi ustanovami), v drugih sem bil hvaležen za refleksijo in razširitev svojega zornega polja, odpirala sva vprašanja, ki zadevajo teoretične teme, pa tudi vprašanja preverjanja učinkov supervizije. Od nekega momenta dalje sem po navdihu najinih diskusij vpeljal redno vprašanje svojim supervizantom, kaj je bilo na zadnji superviziji v pomoč, kaj je supervizant od tega, kar je dobil, uporabil tudi v svoji praksi. Lahko rečem, da sva z metasupervizorjem razvila poglobljen odnos, tako kot strokovna kolega kot na osebni ravni.«

»Metasupervizija zame pomeni neprecenljivo in nujno podporo v supervizijskem procesu. Sama sem v proces sprva vstopala na eni strani s previdnostjo, strahom, na drugi strani pa z radovednostjo in željo po učenju. Spoznavala sem pomen in vrednost odnosa med menoj in metasupervizorjem, iz katerega sem črpala izkušnjo odnosa, znanja, odkrivanja in analiziranja transferja in kontra-transferja ter znanje prenašala v odnos med menoj in supervizanti. Spoznavala sem, kako se v supervizijskem odnosu odvijajo vzporedni procesi in kako pomembno jih je identificirati, nagovoriti in jih umestiti v pravi okvir. V procesu metasupervizije sem dobila občutek varnosti in večje pripravljenosti za delo s supervizanti. Več si dovolim tvegati, uporabljati različne metode in tehnike, ki jih bolj suvereno vnašam v supervizijski proces in posledično opolnomočam in učim supervizante za delo z njihovimi klienti. Metasupervizija mi pomaga pri mojem strokovnem napredovanju in je prostor kamor se vedno znova lahko vračam.«

»Kar se tiče samega praktičnega dela v supervizijski vlogi, me je bilo nekako strah začeti, saj sem se čutil odgovornega, da lahko naredim kaj narobe in so lahko

zaradi tega tudi posledice. Spomnim se svoje prve supervizije, ki je bila nekako podobna prvi terapiji, kjer se nenehno ukvarjaš seboj in s svojim odzivanjem na neko situacijo v procesu. Deloval sem zelo previdno in se nenehno ukvarjal s svojimi paralelnimi procesi. Nekako je bilo veliko mešanih občutkov, iz katerih ne moreš izluščiti nič pametnega, vsaj tako se mi je zdelo. Ko sem dobil še več supervizantov in nekako že zajadral v te vode supervizije, sem se lahko z nekaterimi zelo dobro povezal in so supervizije bile nekoliko lažje kot pri nekaterih drugih, kjer nikakor ni steklo. Pri nekaterih sem začutil nenehno ogroženost in strah. Spet pri drugih je prišlo do občutka, da bi prevzeli vlogo in začeli voditi supervizijo, zato sem vedno moral biti nekako zelo previden in pozoren na svoje odzivanje. Vmes sem imel že idejo, da mi supervizija gre lahko od rok, seveda je bilo to navidezno in moje navdušenje je hitro zbledelo ... Nikakor mi ni enostavno, saj je veliko dinamik in paralelnih procesov ter regulacije notranjih napetosti, ki so prisotna vsako minuto. Skozi samo izobraževanje sem se lahko zanesel na metasupervizorja, ki mi je stal ob strani pri vseh mojih idejah in občutkih, ki sem jih skozi te procese doživljal ... Mislim, da sem na podlagi tega študija tako osebno kot poklicno zelo napredoval.«

»Študijski kolegi smo med seboj po mojem mnenju vzpostavili veliko povezanost (podelitev medsebojnega znanja, dopolnjevanje in podpora različnih smeri - holističnost, izmenjava medsebojnih izkušenj, odprtost za nove priložnosti, dvig samozaupanja, podelitev tudi težkih vsebin) veliko je bilo sodelovanja in dragocenega zaupanja. Neverjetno lepo se med seboj strokovno dopolnjujemo, ta študij nam res daje dodano vrednost. Vse svoje odpore, strahove, šibke točke lahko predelamo v varnem in spodbudnem okolju. V tem času smo dobili izjemno veliko dobrih izkušenj, kako delati z ljudmi, študenti, sodelavci, tudi z najtežjimi primeri. Veliko sem zrasla, napredovala, dodatno pridobila na diagnostičnem znanju in prepoznavanju procesnega vidika, pa tudi na odnosnem delu.«

»Po zaključenem ciklu izobraževanja za supervizorja se spominjam svoje impulzivne odločitve, da se pridružim programu. In res mi ni žal, da sem v tistem trenutku naredila ta intuitivni korak in se zaupala SFU-jevem izobraževanju. Moram poudariti, da je SFU zavzel posebno pozicijo v mojih očeh, kot ustanova, ki se trudi za visoko strokovno uveljavitev psihoterapevtske znanosti na slovensko področje. Tako rekoč pionirska ustanova, ki se srečuje z ogromno izzivi ob svoji misiji in ob tem nima zaledja ne v zakonodaji, ne v povezovanju z drugimi izobraževalnimi ustanovami na našem področju, saj je gotovo vodilna med njimi. Navkljub temu pa nisem imela občutka, da bi bila rigidna in neprilagodljiva. Ravno nasprotno, dobila sem občutek, da se sprti in pogumno odziva na vedno nove nepredvidene ovire na poti do regulacije te stroke.«

»Zelo veliko mi pomeni tudi možnost povezovanja s kolegi, saj smo na naši nacionalni ravni tako razdrobljeni. Narava psihoterapevtskega poklica se običajno odvija v najemu terapevtske sobe ali v preurejeni garaži in le malokdaj promovira združevanje terapevtov. Za celovito obravnavo bo v prihodnosti izjemno pomembno povezovanje terapevtov in študij mi je nudil dobro osnovo, da imamo ne samo kot supervizorji, ampak tudi kot terapevti že poznane povezave, na katere se lahko obrnemo s spoštovanjem. Možnost spoznavanja različnih pristopov je ena od glavnih prednosti tega študija, saj ne skrbi za raznolikost v ponujeni vsebini le SFU, temveč tudi sami udeleženci študija, ki s svojimi različnimi znanji doprinesemo k bogastvu pristopov pod eno streho.«

»Študij mi je kar prehitro minil, zdaj ko to pišem, čutim kar nekaj žalosti in hkrati želje, da bi se program nadaljeval. Zdi se mi, da je moja vpetost in zavezanost psihoterapevtskemu delu zasedla večino moje pozornosti, ta skupinska dinamika in program pa mi je omogočil, da izkusim, kako je biti del skupine, ki gre skupaj skozi nek učni proces. To je meni prineslo in prebudilo nek poznan občutek, ki sodi v obdobje, v katerem se počutim mlado in s tem neko živost, vznemirjenje, radovednost.«

## Viri

- Bernard, J. M. in Goodyear, R. K. (2019). *Fundamentals of Clinical Supervision* (6. izd). Pearson Education.
- Kovačević Tojnko, N. in Rožič, T. (2021). Povezava med metasupervizijskim, supervizijskim in psihoterapevtskim procesom s pomočjo uporabe metode Sinergetičnega navigacijskega sistema. SFU Ljubljana.
- Orlinsky, D. E. in Howard, K. I. (1984). *A generic model of psychotherapy*. Paper presented at the 1st annual meeting of the Society for the Exploration of Psychotherapy Integration (SEPI), Annapolis, MD.
- Orlinsky, D. E., in Howard, K. (1986). Process and outcome in psychotherapy. V S. L. Garfield in A. E. Bergin (ur.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (3. izd., str. 311–381). Wiley.
- Orlinsky, D. E., in Howard, K. I. (1987). *A generic model of psychotherapy*. *Journal of Integrative & Eclectic Psychotherapy*, 6, 6–27.
- Rousmaniere, T. (2017). *Deliberate Practice for Psychotherapists: A Guide to Improving Clinical Effectiveness*. Routledge.
- Rousmaniere, T., Goodyear, R. K., Miller, S. D. in Wampold, B. E. (2017). *The Cycle of Excellence: Using Deliberate Practice to Improve Supervision and Training*. John Wiley & Sons.
- Schiepek, G. (2008). Psihoterapija kot z dokazi podprt proces upravljanja. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 2(1-2), 7-32.
- Schiepek, G., Aas, B. in Viol, K. (2016). The Mathematics of Psychotherapy: A Nonlinear Model of Change Dynamics. *Nonlinear Dyn Psychol Life Sci*, 20(3), 369-399.
- Schiepek, G., Eckert, H., Aas, B., Wallot, S. in Wallot, A. (2015). *Integrative Psychotherapy: A Feedback Driven Dynamic Systems Approach*. Hogrefe.
- Schiepek, G., Ludwig-Becker, F., Helde, A., Jagdfeld, F., Petzold, E.R. in Kröger, F. (2005). Sinergetika za prakso. V J. Bohak in M. Možina (ur.), *Sodobni tokovi v psihoterapiji: od patogeneze k salutogenezi* (str. 25-33). SKZP.
- Schiepek, G., Picht, A., Spreckelsen, C., Altmeyer, S. in Weihrauch, S. (2005). Računalniško podprta procesna diagnostika dinamičnih sistemov. V J. Bohak in M. Možina (ur.), *Sodobni tokovi v psihoterapiji : od patogeneze k salutogenezi* (str. 34-51). SKZP.
- Wampold, B. E. in Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. Routledge.
- Watkins, C. E. Jr. (2015). Extrapolating Gelso's tripartite model of the psychotherapy relationship to the psychotherapy supervision relationship: A potential common factors perspective. *Journal of Psychotherapy Integration*, 25(2), 143–157.
- Watkins, C. E. Jr. (2016). A unifying vision of psychotherapy supervision: Part II—Pan-theoretical markers and modules for supervision practice and supervisor education. *Journal of Unified Psychotherapy and Clinical Science*, 5(1), 23–40.
- Watkins, C. E., Jr. (2017). Convergence in psychotherapy supervision: A common factors, common processes, common practices perspective. *Journal of Psychotherapy Integration*, 27, 140–152.
- Watkins, E. C. Jr. (2018). The generic model of psychotherapy supervision: An analogized research-informing meta-theory. *Journal of Psychotherapy Integration*, 28(4), 521–536.
- Watkins, E. C. Jr. (2019). Psychotherapy Supervision: The Educational Practice of Hope, Promise, and Possibility. *International Journal of Supervision in Psychotherapy*, 1, 7–13.