

Teoretski in metodološki problemi procesa v superviziji

Theoretical and methodological issues of process in supervision

Rudi Kotnik

Povzetek

Rudi Kotnik, dr. fil., mag. gestalt psihoterapije, Pedagoška fakulteta Maribor, Koroška 160, 2000 Maribor.

Kadar sovpadata supervizijska vsebina in proces, nastane problem, kako s tem ravnati. Članek poskuša rešiti to vprašanje tako na konceptualni kot na metodološki ravni. Na obeh ravneh teorija in metodologija gestalt terapije ponujata rešitev: supervizor mora biti pozoren na proces v odnosu s supervizantom in biti z njim v kontaktu. Zato je pojasnjen kontakt kot temeljni pojem v razmerju do nekaterih drugih temeljnih pojmov, kar v terapevtskem ali supervizijskem delu pomeni način konceptualizacije in metodološko podlago. Usmerjenost na proces prispeva k osebni in profesionalni rasti pa tudi pozornost na vsebino je boljša, če le-ta ne sovpada s procesom. Prehod na abstraktno konceptualizacijo je lahko problematičen in ovira ustrezno asimilacijo in integracijo učne izkušnje, če je prehod preuranjen. Dober kontakt je tako spet pogoj za uspešno učenje.

Ključne besede: supervizija, proces, gestalt terapija, kontakt

Abstract

When the contents and the process of supervision coincide, the question arises how to deal with this situation. This article is trying to solve the problem both conceptually and methodologically. On both levels, the solution can be found in the theory and methodology of gestalt therapy: the supervisor should pay attention to the process of his/her relationship with the supervisee and maintain contacts with him/her. Thus, the contact is defined as the basic notion in relation to some other basic notions, which is the way of conceptualization and methodological background in supervision. Focusing on the process encourages personality development and does not divert attention from the contents as long as the contents do not coincide with this process. The transition to abstract conceptualization can be problematic and constrains assimilation and integration of the learning experience if it comes too early. A sound contact is thus a requirement of a successful learning experience.

Key words: supervision, process, gestalt therapy, contact

Uvod

V procesu supervizijskega srečanja se lahko dogaja nekaj, kar ovira prehod na refleksijo izkušnje in abstraktno koceptualizacijo. Glede na znano načelo, da ima proces prednost pred vsebino, se postavlja vprašanje, kako pristopiti k temu. To je praktično vprašanje, ki zadeva uspešnost supervizije, narekuje pa tudi metodološki instrumentarij ter teoretsko osvetlitev in utemeljitev. Prispevek poskuša teoretsko osvetliti problem in podrobneje prikazati, kako je

mogoče pristopiti k temu vprašanju z vidika teorije in metodologije gestalt terapije.

Problem

Znana je dilema o tem, kje naj bi bila meja med supervizijo in psihoterapijo. Po eni strani je cilj supervizije jasen in ima zato prednost pred osebno rastjo. Če torej supervizant odpre temo, ki bi od supervizorja zahtevala terapevtsko obravnavo, se supervizor omeji na minimum ali supervizantu priporoči, da problem razreši v osebni terapiji ali kako drugače. Po drugi strani se postavlja resno vprašanje, kako se supervizijsko delo lahko uspešno nadaljuje, če dva procesa sovpadata. Alenka Kobolt (1995: 20) se v predstavitvi tematsko centrirane interakcije avtorice Ruth Cohn dotakne tudi tega vprašanja:

Naslednji teoretski element, zastopan v tovrstno usmerjeni superviziji, je tudi tematsko centrirana interakcija (living learning, lebendiges lernen), ki jo je razvila Ruth Cohn. TCI je ena izmed "metod", ki v celoti upošteva principe komunikacije in interpersonalne interakcije. Cohnova, sicer psihoterapevtka, je izhajala iz holistične filozofske misli, zagovarjajoč celovitost občutij, misli in aktivnosti. Svojo misel je razvila kot protitež zgolj vsebinsko poudarjenemu učenju in sloni na tako imenovanem izkustvenem učenju (experiential learning). Za to premiso stoji izkušnja, da je učenje posameznika učinkovitejše in celovitejše, če se v procesu učenja upošteva posameznikove emocionalne in intelektualne posebnosti. Cilji TCI pa niso le novo učenje, nizanje novih izkušenj in spoznanj, temveč tudi osebna rast. To Cohenova razume kot rastoče ozaveščanje lastne avtonomije in hkrati soodvisnosti (interdependentnosti), ter pripravljenost za aktivno poseganje v svet.

O pomembnosti tega, da se procesu namenja pozornost, govori tudi Žorga, ko obravnava vzporednost v superviziji. Citira Meadovo misel, da se "vedno zavedamo tistega, kar smo storili, nikoli pa tega, kar ta hip počnemo" (Mead, 1997, s. 22) in dodaja, da je prav zato "pomembno, da je supervizor stalno pozoren in se ustavi ter analizira situacijo takoj, ko se dogajanja (vzporednega procesa) zave" (Žorga, 2000, s. 277). Ugotavlja pa tudi, da "je vzporedni proces le eden od

mnogih pojavov, ki se dogajajo v supervizijskem procesu” (s. 279).

Čeprav Hawkins in Shohet (2000) svoj model poimenujeta procesni model supervizije, uporabljata izraz v širšem smislu in se omejeta na splošne ugotovitve. Nas zanima po eni strani proces brez vnaprejšnje klasifikacije oziroma omejitve na paralelizem ali kaj drugega, po drugi strani pa konkreten proces, ki se dogaja tu in zdaj.

Če se supervizorka odloči, da bo poleg vsebine pozorna tudi na proces, potem je pomembno, da opazi, kaj se s supervizantko ali v njunem odnosu v določenem trenutku dogaja in se situaciji ustrezno odzove. Kako naj se odzove? Kako naj ve, kaj se v procesu pravzaprav dogaja? Kako posamezne psihoterapevtske šole konceptualizirajo proces, kakšen pomen mu pripisujejo in kako razvijajo senzibilnost za proces? Vzemimo si za primer, kako bi si pri konceptualizaciji lahko pomagali s pojmom intersubjektivnosti in pri odzivu s pojmom uglašenosti (*attunement*).

Teoretski vpogled v tradicijo

Najprej velja omeniti, da se pomembnosti procesa zavedajo tudi znotraj psihoanalitične tradicije. Tako je Shafer (1976) za zamenjavo freudovskih metapsiholoških pojmov, ki obravnavajo subjektivna stanja kot postvarele entitete, predlagal nov ‘akcijski jezik’ oziroma procesne termine.

Ko Kohut (1990) poudarja pomembnost odnosa s starši in drugimi pomembnimi osebami v zgodnjem otroštvu, posebej izpostavlja pomembnost ustreznega, se pravi uglašene (*attuned*) odzivanja na otrokove potrebe. Za to funkcijo, ki jo opravljajo skrbniki za ohranjanje in razvijanje otrokovega občutka sebe in samo-koherence, ima Kohut poseben izraz: *self-objekt*. Te potrebe so potrebe po grandioznosti, idealiziranju in podvajanju. Če niso zadovoljene, otrok razvije to, kar Kohut imenuje “fragmentirani self”. Fragmentirani self ponovno vzpostavlja svojo kohezijo v analitični situaciji (terapiji) z empatičnim vživljanjem analitika v analizantovo doživljanje in z ustreznimi tremi tipi transferja kot odnosa. Kohutov pojem uglašenosti se torej zdi nekaj, kar bi bilo s teoretskega vidika zanimivo tudi za supervizijsko situacijo, zlasti

če upoštevamo možnost, da supervizantka v superviziji podoživlja nekaj, kar nekoč ni dobilo ustreznega odziva iz okolja.

Stolorow in Atwood (1992) se v svoji kritiki freudovske psihoanalitične teorije osredotočita na to, da Freud vedno govori o zavesti kot mentalnem aparatu, ki kanalizira gonske vzgibe (str. 12). S tem problematizirata dve temeljni predpostavki tradicionalne psihoanalize: izoliranost zavesti in gone kot razlagalno načelo človeške narave. To pa sta tudi dva temeljna nastavka teorije intersubjektivnosti. V drugi polovici dvajsetega stoletja se je tako zunaj kot znotraj psihoanalize razvijala težnja po zamenjavi teorije gonov s teorijo odnosa. Eden od teh pristopov je teorija intersubjektivnosti, z vidika katere so tudi drugi poskusi znotraj psihoanalize nezadostni.

Stolorow in Atwood (1992) tako Kernbergu kot predstavniku teorije objektnih odnosov očitata, da je videti, da se njegova afektivna stanja kot nadomestek za gone "začnejo obnašati kot goni, ki se gibljejo znotraj meja izolirane zavesti in sprožajo vse deformirajoče obrambne dejavnosti" (str. 16). Self psihologija kot predhodnica intersubjektivne teorije je razvila pojem "funkcije self-objekta", ki poudarja, da je "organizacija doživljanja sebe vedno sodeterminirana s tem, kako občuti odzivnost drugega" (str. 16). To je pomembno za bistveno drugačen terapevtski odnos, ki se zgleduje po Planckovi fiziki, kjer "opazovano polje po nujnosti vključuje tudi opazovalca" (Kohut, 1984: 41). V tem smislu je "analitikov vpliv ... resnično pomembna človeška navzočnost" (str. 37). Čeprav Stolorow in Atwood priznavata Kohutu, da je njegov osrednji doprinos "priznanje, da je *doživljanje sebe* vedno organizirano znotraj konstitutivnega intersubjektivnega konteksta" (Stolorow and Atwood, 1992: 17), pa menita, da Kohut ni pripravljen sprejeti teorije odnosa, "ker hoče verjetno ohraniti vez z intrapsihično tradicijo freudovske psihoanalize" (str. 18).

Stolorow in Atwood (prav tam: 18) menita, da perspektiva intersubjektivnosti ponuja rešitev za te probleme:

Pojem intersubjektivnega sistema postavlja v središče oboje, posameznikov svet notranjega doživljanja in povezanost s podobnimi svetovi v kontinuiran tok recipročnega vzajemnega vplivanja.

Stolorow in Atwood (1992) navajata, da sta uvedla pojem

intersubjektivnosti skupaj z drugimi 1978. leta neodvisno od razvojnih psihologov in tudi v svojem specifičnem pomenu, ki se nanaša na "katerokoli psihološko polje, formirano z interakcijo doživljajskih svetov, ne glede na to, na kateri razvojni stopnji so organizirani" (str. 3). Pri tem morata, če hočeta ostati v okviru psihoanalitične paradigme, preformulirati tudi pojem nezavednega oziroma "pojem nezavednih mentalnih procesov" (str. 29). Pojem predzavednega postavita v kontekst "subjektivnih svetov otroka in skrbnikov" (str. 30), kjer se formirajo organizacijska načela, ki so tradicionalno zajeta v izrazu superego. Dinamično nezavedno "ne tvorijo potlačeni instinktivni gonski derivati, pač pa afektivna stanja, ki so bila defenzivno izločena, ker niso uspela priklicati uglašene odziva iz zgodnjega okolja" (str. 31). Ta pomembni preskok "od gonov k afektivnosti" v razumevanju dinamičnega nezavednega pomeni, da je "meja med zavestnim in nezavednim vedno produkt specifičnega intersubjektivnega konteksta" (str. 31). Tako kot je artikulacija otrokovih doživljanj v predverbalni dobi mogoča z uglašenostjo med skrbniki in otrokom, so tudi "nezavedni procesi rezultat situacij neuglašenosti ali razglašenosti" (str. 32). V verbalni dobi nastopi možnost simbolizacije, simbolne artikulacije in komunikacije. Tu postanejo nezavedna tista doživetja, ki ne dočakajo ustreznega odziva pripoznanja. To slednje imenuje nepripoznano nezavedno. Vsi trije primeri nezavednih procesov pa so "izpeljani iz specifičnega formativnega intersubjektivnega konteksta" (str. 33).

Ta kratek vpogled v tradicijo nas spomni, da je s tega vidika tudi supervizijska situacija odnos, ki mu je vredno nameniti posebno pozornost in da je ta proces lahko tudi proces podoživljanja preteklosti, ki za uspešno delo terja ustrezen odziv. Zlasti je teorija intersubjektivnosti videti uporabna za supervizijski odnos, ko gre za transfer ali kontratransfer, saj ju obravnava kot nekaj, kar je v procesu soustvarjeno. Zato nekateri celo uporabljajo le spremenjeni izraz: sotransfer (co-transference) (Sapriel, 1998: 42).

Kako bi konceptualizirali proces z uporabo transakcijske analize? Z ego stanji, transakcijami, igrami. Supervizija je učinkovita, če supervizorka in supervizantka komunicirata iz ego stanja odraslega. Če imamo kakšno drugačno transakcijo, je vloga supervizorke, da opazi, za kakšno transakcijo gre in jo postopno spet privede v stanje odrasli – odrasli. Zelo izčrpen prikaz koncepta iger iz transakcijske

analize (Berne, 1964) najdemo pri Tanji Rupnik Vec (2000).

Teoretski okvir gestalt terapije

V samem supervizijskem procesu gestalt supervizorji ponavadi sledijo načelom gestalt terapije, zato glede naših uvodnih vprašanj z vidika gestalt terapije ni nobene dileme. To pomeni, da je učenje v superviziji lahko učinkovito le, če je lahko supervizant s polno pozornostjo navzoč v tem procesu. Ker bi sovpadanje dveh procesov to oviralo, pristopajo gestalt supervizorji k tem vprašanjem s posebno pozornostjo.

Vendar pa je govoriti o enotnem gestalt pristopu k superviziji nasploh nemogoče, saj se posamezni pristopi razlikujejo, razlike pa so lahko kar precejšnje. Že v samem temeljnem delu gestalt terapije (Perls, Hefferline in Goodman: *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*), ki je izšlo 1951. leta v ZDA (od tu naprej PHG) in je v teoretičnem delu skupno delo dveh avtorjev (po Perlsovih zapiskih ga je napisal Goodman), najdemo precej protislovij. Kažejo se razlike med Perlsom, ki čeprav je nasprotoval psihoanalizi, je vendar izšel iz nje, in Goodmanom, ki je bil socialni filozof s širokim ozadjem v humanistični tradiciji. Prevladuje prepričanje, da je to v bistvu Goodmanovo delo, kar je treba posebej poudariti. Kmalu po izidu dela so se njune poti razšle in ustvaril se je vtis, da se bistvena razlika kaže med Perlsovim zahodnim pristopom (preselil se je na zahodno obalo ZDA in se na to delo ni nikoli več skliceval) in Goodmanovim vzhodnim pristopom (kjer je ostala tudi Perlsova žena Laura).

Naj na kratko pojasnimo razliko med tema dvema pristopoma z razumevanjem ključnega pojma kontakt. Perlsovo razumevanje kontakta kot oralne agresije še kaže sledi njegovega psihoanalitičnega ozadja. Organizem gre v okolje in si vzame nekaj za svojo rast, kar pomeni, da jaz obstaja že pred kontaktom. Goodman razume kontakt kot kreativno prilagoditev razmeram okolja, kjer pa jaz hkrati preoblikuje okolje. V njegovi obravnavi vedno opazimo vzajemnost med organizmom in okoljem. Pri Perlsu je izraz 'self' razumljen bolj kot entiteta, Goodman ga obravnava kot proces. Če je za Perlsa eden od ciljev terapije samopodpora (self-support), je za Goodmana podpora že v samem procesu kontaktiranja. Slednje

ima pomembne implikacije za terapevtsko delo. Ker je bilo Perlovo delo usmerjeno predvsem intrapsihično, se je tega pristopa oprijel izraz individualistična paradigma, za razliko od paradigme polja, ki sledi Goodmanovemu pristopu, kjer je vključen tudi terapevt s svojo osebnostjo, doživljanjem in delovanjem.

Z nadaljnjim razvojem so z zunanjimi vplivi nastale tudi nove razlike, kot je na primer orientacija, ki črpa iz self-psihologije (Kohut, 1984) in teorije intersubjektivnosti (Stolorow in Atwood, 1992) ter še več drugih. Če smo pri pojavljanju gestalt terapije v evropskem prostoru pozorni na to, kateri vidiki so v posameznih primerih poudarjeni, lahko ugotovimo, od kod in kdaj so jih posamezniki prinašali iz ZDA. Tako lahko ugotavljamo, ali gre za celostni pristop, ki sledi načelom ene izmed orientacij, ali za posamezne tehnike (eklektično združene s kakšnim drugim pristopom), ki nimajo podlage v načelih¹⁰ gestalt terapije.

Če se bom pri predstavitvi teoretskega izhodišča gestalt terapije opiral na omenjeno temeljno delo, imam za to tri razloge. Prvi je v tem, da je to lahko v največji meri neka skupna podlaga, drugi v tem, da mi je ta linija orientacije osebno¹¹ bližja, tretji pa v tem, da se mi zdijo izhodiščni pojmi tega konceptualnega aparata za naš namen didaktično najustreznejši.

Za predstavitev samo temeljnih pojmov si kot izhodišče vzemimo Perlovo izjavo, da "živali in rastline ne preprečujejo svoje rasti – le ljudje to delamo" (citirano po Clarkson, 1989, s. 41). Ta nas seveda navede k vprašanju, kako to delamo. Odgovor je, da takrat, ko ni kontakta, ker organizem lahko dobi hrano za svojo rast le v stiku z okoljem. Avtorji omenjenega dela izrecno poudarijo, da se ta interakcija, se pravi doživljanje, dogaja **v polju** organizem/okolje (Perls in drugi, 1951, s. 258):

Vsako dejanje kontaktiranja je celota zavedanja, motoričnega odgovora in občutka – sodelovanje senzornih, muskularnih in

¹⁰ Kot primer omenimo znano in v gestalt terapiji danes le še redko uporabljano tehniko dveh stolov, ki je služila le za ozaveščanje internaliziranih dialogov oziroma internaliziranih pomembnih oseb, nikakor pa ne za treniranje dialoga z realnimi osebami.

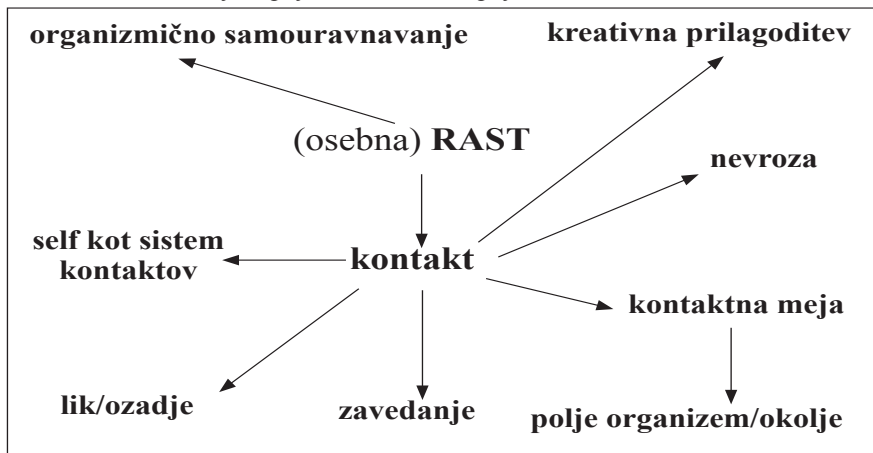
¹¹ Moj študij gestalt terapije: institut Metanoia v Londonu, treningi instituta GATLA iz Los Angelesa v Evropi, Institut Miriam in Erving Polster v San Diegu, gostovanja M.V. Millerja (Boston, New York) v Sloveniji. To pomeni, da sem imel priložnost poglobljeno spoznati temeljne orientacije, ki trenutno na tem področju obstajajo.

vegetativnih sistemov – in kontaktiranje se dogaja na površini-ločnici v polju organizem/okolje.

Ne rečejo torej na ločnici med organizmom in okoljem, ampak na ločnici oziroma kontaktni meji v polju, saj je kontaktna meja tisto, kar hkrati združuje in ločuje. Kontaktna meja tako postane organ zavedanja tega, kar je novo v polju, saj le kontakt z nečim novim omogoča rast. Tako pridemo do temeljnega pojma – kontakt. Na samem začetku teoretskega dela omenjenega dela namreč zasledimo izjavo, da je “kontakt prva in najbolj preprosta realnost” (Perls in drugi, 1951, s. 227). Povedano najsplošneje, kar v določenem smislu (metaforično) velja tudi za psihološko področje, namreč organizem dobiva hrano za svojo rast v stiku z okoljem. Če vzamemo za primer organizem, kot je rastlina, je kontaktna meja osmotska membrana, skozi katero celica, ko je v stiku z okoljem, dobiva hrano, pri čemer sta obe strani aktivni. Če to poskušamo prenesti v kompleksnost doživljanja pri človeku, je ta preprosta biološka razlaga v funkciji metafore lahko le delen približek k razumevanju kontakta kot izhodiščnega temeljnega pojma. In vendar moramo priznati, da se tako človeška narava nasploh kot tudi doživljanje kot celosten fenomen izmikata znanstvenemu diskurzu – sicer ne bi imeli toliko teorij človeške narave, ki vse pretendirajo k univerzalnosti in neprotislovnosti razlage, pa nobeni to ne uspeva. Vzemimo zato to metaforo in prek nje poskušajmo dojeti preproste življenjske situacije iz osebnega življenja, na delovnem mestu itn. Ali si v vsakokratni situaciji dovolim, da dobim iz okolja tisto, kar rabim za svojo rast? Ali ta hip, ko pišem, izbiram besede zato, da ustrezno izrazim svoje misli, ali pa jih mogoče izbiram tudi zato, da ne bi kdo podvomil v mojo strokovnost, da bi naredil vtis, da bi dobil pohvale, ki jih nisem kot otrok itn.? Ko sem v stiku s študenti, ali postavljajo vprašanja, če sem nejasen? Ali izrazijo nestrinjanje? Ali klient v terapiji zmore reči ne, če predlagam spremembo urnika? Ali mu uspe nasprotovati eksperimentu? To nas pripelje do vprašanja, kaj se dogaja na kontaktni meji oziroma, kaj doživljam. S tem se dotaknemo mehanizmov prekinjanja kontakta ali pa motenj v kontaktiranju. Temu, kar se običajno imenuje nevroza, se je Perls izogibal in raje uporabljal izraz motnje rasti (Perls, 1969, s. 32).

Poskušajmo zdaj shematično pokazati pojem kontakta kot podlago za izpeljevanje drugih pojmov gestalt terapije. Kot izhodišče za pojasnitev razumevanja procesa nam to zadostuje.

Slika 1: Skica temeljnih pojmov vezanih na pojem kontakta



Od teorije k metodologiji in aplikaciji na supervizijo

Kaj to konkretnije pomeni za psihoterapevtsko delo in za aplikacijo teh psihoterapevtskih načel na druga področja kot so supervizija, izobraževanje itn?

Pozornost terapevta je usmerjena (tudi) na proces, na proces tu in zdaj, kajti to, kar se dogaja zunaj terapije, se ponavadi dogaja tudi v terapevtskem procesu. Dileme proces ali vsebina ni, saj je v procesu 'tu in zdaj' tudi vsebina, ki jo ponavadi klient prinaša s seboj od 'tam in prej'. Terapevtu je najbolj neposredno dano ravno tisto, kar se pojavlja v odnosu s klientom, se pravi tako pri klientu kot pri njem samem. Klient sam ponavadi ni pozoren na preproste stvari, kot je to, da nekaj zadržuje v sebi (kar se na zunaj kaže kot napetost v telesu), da dela nekaj sebi, kar bi sicer drugim (samokritika, samokaznovanje), da torej energijo namesto v okolje obrača proti sebi, kar je opredelitev retrofleksije kot načina prekinjanja kontakta. Če s terapevtom začneta raziskovati tu, če je klient za to odprt in če terapevt ravna na ustrezen način, potem je to lahko podlaga za raziskovanje, kaj so projekcije te retrofleksije in kaj so izvorni introjekti. Če bi bili dosledni, bi morali uporabljati glagolniško obliko, ki izraža proces, torej retrofleksiranje, projiciranje, introjektiranje. Razvojno gledano je tendenca procesa introjeksijska, projekcija in retrofleksijska; terapevt pa začneja s procesom, ki se

dogaja v zadnji sekvenci, kar doživljamo na kontaktni meji – kar je neposredno dano in česar ni potrebno interpretirati. Slednje je lahko zelo pomembno za ohranjanje terapevtovega stika s klientom, kar pomeni, da je senzibilen za to, za kaj je klient v določenem trenutku odprt in za kaj še ni pripravljen. To je v metodologiji hkrati fenomenološko načelo, ki klientu olajša ponovno vzpostavitev kontakta kot pogoja zavedanja in rasti, kajti “kontakt je primarno zavedanje novosti in vedénje k novosti, ki jo je moč asimilirati” (Perls in drugi, 1951, s. 230).

Pri vsem tem je vredno posebej opozoriti, da je pozornost usmerjena na celostno doživljanje in ne le na posamezne dele, kot so recimo emocije.

Ker je v gestalt terapiji in superviziji posebna pozornost namenjena procesu, vidimo možnosti za aplikacijo načel gestalt terapije v superviziji, vendar ne v obliki izdelanih metod in tehnik, saj bi bilo to v neskladju s temeljnimi načeli gestalt terapije. Zato je smiselno izhajati iz temeljnega pojma kontakt in se osredotočiti na vsakokratni pomen v konkretni situaciji. Kaj to pomeni?

Biti v kontaktu s supervizantko pomeni za supervizorko najprej, da je poleg vsebine ves čas pozorna tudi na proces, se pravi na še tako drobne detajle v dogajanju, ki so lahko znak, da nekaj interferira z vsebino in ovira polno pozornost vsebini. Če se to zgodi, potem biti v kontaktu pomeni presoditi, ali je smiselno v delu preusmeriti se na proces in mu slediti. Če to je smiselno, to pomeni biti s supervizantko tam, kjer je ona (v fenomenološkem in eksistencialnem smislu), biti olajševalka procesa, v katerem se mora figura¹², ki vznikne iz ozadja, šele ojačati, da bi supevizantka prišla v kontakt s pomenom. Včasih je to že dovolj, saj je “močan gestalt že sam na sebi celjenje¹³” (Perls in drugi, 1951, s. 232). Podobno v primeru paralelnega procesa Žorga (2000: 276) ugotavlja:

Ko se namreč udeleženci supervizije enkrat ozavestijo tega, da so v vzporednem procesu, rešitev supervizijskega problema ni več daleč.

¹² V ‘zdravem’ procesu kontaktiranja je odnos med likom in ozadjem nenehno toda smiselno vznikanje in umikanje, kot je recimo pojav potrebe in njena zadovoljitev. Motnja v kontaktiranju je tudi motnja v elastičnosti formiranja, pojavljanja lika iz ozadja in njegovega umikanja. Če je lik šibak, terapevt lahko pripomore k njegovemu ojačanju.

¹³ Izraz celjenje sicer še ni dovolj uveljavljen, vendar je v tem smislu zaradi dvojnega pomena bolj ustrezen kot zdravljenje.

Z vidika načel gestalt terapije se zdi posebej pomembno ohranjanje kontakta v prehodu iz ene v drugo fazo: iz konkretne izkušnje k refleksiji ali iz refleksije k abstraktni konceptualizaciji (Kolb, 1984), zlasti v primeru, ko gre pri konkretni izkušnji za doživljanje tu in zdaj v samem supervizijskem procesu. Gre za vprašanje, ali je supervizantka že pripravljena na prehod v naslednjo fazo ali pa rabi čas za asimilacijo novosti. Že medicinski pomen izraza asimilirati hrano – “presnavljati jo v nove spojine, ki postanejo telesna sestavina” (Černič in drugi, 1987, s. 55) - nas opozori, da nekaj lahko usvojimo, ko postane del nas, za kar je potreben ne le ustrezen čas, ampak tudi potek, ki ni moten. Tako z vidika gestalt terapije kot tudi gestalt supervizije ima zaradi načela organizmičnega samournavanja, ki se praviloma izkazuje kot neka zakonitost, vsekakor prednost dovršitev procesa, ki se dogaja. Izkušnje kažejo, da supervizorjeve analize ali teoretske razlage takrat, ko je supervizant še v svojem procesu, bodisi ovirajo ta proces, ga celo prekinejo, ali pa supervizant preprosto ne sledi supervizorju. Če kot terapevt, supervizor, učitelj itn. opazim, da mi sogovornik ne sledi ali ni pozoren, imam dobre razloge, da preverim, če sem izgubil stik z njim. Zadostuje, da se ustavim in vprašam sogovornika, kaj se z njim dogaja. Izkušnje kažejo, da je še bolj pomembno, da je supervizor pozoren na to, ali je supervizant v kontaktu s seboj, če sam preide ali želi preiti v naslednjo fazo. Lahko se zgodi, da supervizant prekinja stik s seboj ravno s tem, ko analizira ali teoretizira, ker s tem zmanjša neprijetno vznemirjenost v organizmu, ki izhaja iz doživljanja v konkretni izkušnji. S tem bi se lahko učinkovitost izkušnjskega učenja zmanjšala. Z vidika gestalt terapije namreč “zavedanje ni misel o problemu, ampak je že sama kreativna integracija problema” (Perls in drugi, 1951, s. 232) in za “zavedanje je kontakt neizogiben” (s. viii).

Seveda se pri teh vprašanjih zaradi koceptalnih pristopov mnenja različnih šol lahko razlikujejo.

Ponazoritev s primeri kot navezava na teorijo

Navedel bom nekaj primerov (imena so spremenjena) z neke devetdesetminutne delavnice, katere namen je bil udeležencem predstaviti delo s skupino, kjer je pozornost usmerjena predvsem na proces, da bi preverili, ali bi bila načela takega dela lahko uporabna

pri njihovem delu.

Potem ko sem se dokaj obširno predstavil, sem rekel, da o temi ne želim predavati, ampak delati izkustveno oziroma izkušnjsko o doživljanju tu in zdaj. Zato me je zanimalo, ali želijo, da to počnemo skupaj v celotni skupini ali z manjšo skupino znotraj večje (fish bowl). Jasnega odgovora skupina ni dala, pač pa se je eden od udeležencev – Marko – s stolom prestavil v sredino kroga. Ostal je sam in nastala je tišina. Zame je bil to že dogodek, o katerem bi se lahko pogovarjali. Ravno ko sem Marka nameraval vprašati, kaj doživlja ob tem, ko je sam v sredini kroga, se je s stolom vred vrnil na svoje prejšnje mesto. Na moje vprašanje, kaj doživlja, je rekel, da je jezen. Veliko več ni želel govoriti, kar sem tudi spoštoval.

Spet je nastala tišina in izrabil sem jo, da sem povedal nekaj o svojem doživljanju: to so bili mešani občutki prijetne vznemirjenosti ob nečem novem, hkrati pa neka tesnoba v trebuhu ob dejstvu, da skupine še ne poznam in ne vem, kaj od vsega že vedo in poznajo in kaj jim lahko ponudim novega. Ko sem to povedal, se je neprijetni občutek v meni zmanjšal. Tako samorazkritje (self disclosure) je v nekaterih orientacijah gestalt terapije običajno. Pomeni pa naravnost v skladu s teoretsko perspektivo polja, da sem sam tudi del dogajanja in nanj sovplivam in se ne postavljam v vlogo 'eksperta' zunaj dogajanja.

Ponovno tišina in Ines, ki je sedela blizu vrat, je rekla: "Kaj pa zdaj?" in omenila tudi svoj strah. Videti je bilo, kot da je s tem, ker ni bilo male skupine, nastal problem. Rekel sem, da se zame stvari že dogajajo, da me zanima proces, se pravi to kar JE, in se lahko pogovarjamo ravno o tem. Tisti hip so se zaradi prepriha odprla vrata, Ines jih je šla zapret in povedala, da jo je to sprostilo. Tudi to bi lahko bila zanimiva tema o tem, kako napetost v telesu zmanjšamo s telesno aktivnostjo in na ta način prekinemo kontakt s tem, kar se v nas dogaja in kar nam mogoče prinaša pomembno sporočilo.

Potem je Maša, ki je sedela malo dlje od Ines, rekla, da bi si želela sedeti bližje vrat, da bi jih lako tudi ona zapirala. Ko sva izmenjala nekaj besed, je ugotovila, da zdaj nima več te potrebe. To je lep primer za pojasnitev pojma organizmičnega samouravnavanja oziroma procesa, ki se dogaja tu in zdaj: vznik figure iz ozadja, ki teži k razrešitvi in z ozaveščenjem omogoči zadovoljitev potrebe in s tem zaključitev gestalta. Primer tudi kaže, da pozornost na proces lahko olajša delo, saj se vse tisto, kar se pojavi kot moteče za delo, lahko

zaključiti in umakne po naravni poti. Energija je namreč ponavadi v tistem, kar je tukaj in zdaj.

Čisto na koncu se je še enkrat oglasil Marko, ki je omenil, da prvotno ni nameraval sodelovati v mali skupini, ampak se je želel učiti z opazovanjem drugih. Javil pa se je, da bi spodbudil druge. Ko sem najprej preveril, če je bila potreba, da se uči od drugih, njegova, je bil moj odziv vprašanje, ki se je navezovalo na v vmesnem času obravnavano teorijo: kako Marko preprečuje svojo rast? Če se vrnemo na teorijo in poskušamo konceptualizirati proces, lahko tudi predvidimo možno metodologijo ravnanja. Marko je povedal, kaj je bila njegova potreba, kar je rabil za svojo rast (opazovanje drugih). In vendar je s tem, ko je šel v sredino, naredil nekaj proti sebi. Ta, sicer zelo razširjen vzorec, je v PHG opisan takole (ohranjam tudi izvornik¹⁴):

Kajti v nevrozi je najpomembnejša potreba po zmagi in glede na to potrebo je na voljo pripravljena žrtev: self. Nevrozo lahko štejemo za poraženje samega sebe.

To je torej proces, ki se dogaja tukaj in zdaj, nekaj, kar Marko doživlja na kontaktni meji in je dano tudi nam, z njegovim dejanjem (proti sebi) in njegovimi besedami in kar imenujemo sicer retrofleksija. To je tisto, kar je v terapevtski ali supervizijski situaciji dano, seveda če smo na to pozorni. Kaj je mogoče s tem storiti, kako nadaljevati? Za gestalt terapevta ali supervizorja je veliko možnih poti, merilo pa je kontakt. Vsakršna shema je nevarnost, da se terapevt ravna po njej in ne po načelu ohranjanja kontakta: korak za korakom slediti procesu in olajšati klientu vzpostavljati stik s tistim, kar potrebuje za svojo rast. Slednje hkrati lahko pomeni srečanje s klientom kot osebo. Iz teorije in izkušenj gestalt terapije vemo, da je podlaga retrofleksije projekcija. Z Markom je nisva raziskovala, tako lahko o njej samo ugibam (mogoče: če jaz ne bom, ne bo nihče). Prav tako nisva raziskovala introjektov. Kaj bi lahko bil introjekt? Tudi ne vem (mogoče: moram pomagati, sodelovati). Vsekakor nekaj, kar projicira na situacijo in se zaradi tega umakne. Tako bi lahko z Markom raziskovala, če bi bilo to smiselno raziskovati, njegov proces prekinjanja kontakta oziroma motnje na kontaktni meji. Ni pa raziskovanje edina možnost. Lahko raziskujeva in razvija najin

¹⁴ For in the neuroses, the need for victory is central; and given this need, there is a readily available victim, the self. Neurosis may be regarded as a self-conquest (Perls in drugi, 1951, s. 353).

odnos tu in zdaj, eksperimentirava in iščeva nove možnosti. Ko se je namreč ta vzorec izoblikoval, je bila to kreativna prilagoditev, ki je omogočala preživetje. Zgolj intelektualni uvid (ki še ni zavedanje) v terapiji ponavadi ne prepreči nadaljnjega ponavljanja vzorca. Kar klientu omogoča spremembo, zaradi katere ponavadi pride po pomoč, je eksperimentiranje z nečim novim tu in zdaj in to je vzvod, ki ga uporablja gestalt terapija. Opozoriti pa je treba, da se ta pojem eksperimenta ne ujema popolnoma z eksperimentiranjem v Kolbovem konceptu izkušenskega učenja (Kolb, 1984).

Seveda ima za omenjeni primer transakcijska analiza zelo razdelan koncept, ki pa pristopa na drugačen način.

Sklep

Ali torej v teoriji in metodologiji gestalt terapije lahko najdemo kaj koristnega za supervizijsko delo? To bi sicer lahko sodili negestaltisti, vendar pa iz obravnavanega lahko potegnemo vsaj štiri sklepe:

1. Pozornost na proces se dolgoročno ne izkaže kot odmik od 'vsebine' in izguba časa. Tudi v procesu je gradivo za supervizijsko delo in pozornost nanj lahko prispeva k osebni in profesionalni rasti udeležencev.
2. Še več, če nanj nismo pozorni, zaradi sovpadanja dveh ali več figur s tisto 'vsebino', ki je predmet obravnave, ne moremo biti v polnem stiku, kar pomeni manj uspešno delo.
3. Abstraktna konceptualizacija, ki je preuranjena, lahko prekine proces organizmičnega samournavanja. To bi pomenilo, da kadar posežemo v proces z novo fazo, ko zelo pomembna faza procesa, namreč asimilacija tega, kar se je zgodilo v sami izkušnji, v doživljanju, v kontaktiranju z nečim novim, še ni dokončana, lahko s tem oviramo proces integracije. Tudi zato je razvijanje senzibilnosti za to, kar se v procesu dogaja, toliko bolj pomembno.
4. Ne nazadnje: Če je Mead še verjel, da se nikoli ne zavedamo tega, kar tisti hip delamo, pa je gestalt terapija s pozornostjo na proces usmerjena ravno v to. Ne ponuja pa izdelanih tehnik, ki bi jih bilo mogoče preprosto prenesti v supervizijo.

Literatura:

- Berne, E. (1964). *Games People Play*. New York: Grove Press.
- Clarkson, P. (1989). *gestalt Counselling in Action*, London: Sage Publications.
- Černič, M., Držečnik, J., Pertl E. in Smerdu F. (1987). *Slovenski zdravstveni besednjak*, Maribor: Založba Obzorja.
- Hawkins, P., Shohet, R. (2000). *Supervision in the Helping Professions*, Buckingham: Open University Press.
- Kobolt, A. (1995). Supervizija: metoda spremljanja in suporta v socialnih in pedagoških poklicih. V B. Dekleva (ur.), *Supervizija v izvendružinski vzgoji: izbrane študije primerov*, Ljubljana: Inštitut za kriminologijo pri Pravni fakulteti v Ljubljani, 14 - 33.
- Kohut, H. (1984). *How Does Analysis Cure?*, ed. A. Goldberg, and P. Stepansky, Chicago: University of Chicago Press.
- Kohut, H. (1990). *Analiza sebstva*. Zagreb: Naprijed.
- Kolb, A. D. (1984). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Eglewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, Inc.
- Mead, G. H. (1997). *Um, Sebstvo, Družba*. Ljubljana: Krtina.
- Perls, F. S., Hefferline, R. F., and Goodman, P. (1951). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. New York: A Delta Book.
- Perls, F.S. (1969). *Gestalt Therapy Verbatim*. New York: Bantam Books.
- Rupnik Vec, T. (2000). Psihološke igre v supervizijski situaciji. *Socialna pedagogika* 4 (3), 309-340.
- Sapriel, L. (1998). Can gestalt Therapy, Self-Psychology & Intersubjectivity Theory be Integrated? *British Gestalt Journal*, 7(1), 33-44.
- Shafer, R. (1976). *A New Language for Psychoanalysis*. New Haven: Yale University Press.
- Stollorow, R. D. in Atwood, G. (1992). *Contexts of Being: The Intersubjective Foundations of Psychological Life*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
- Žorga, S. (2000). Vzporedni proces (paralelizem v superviziji). *Socialna pedagogika* 4 (3), 271-281.