

FENOMENOLOGINIS EGZISTENCINĖS SUPERVIZIJOS TYRIMAS

Marija Vaštakė

Klinikinės psichologijos magistrė
Privati psichologo psichoterapeuto praktika
Šeimyniškių g. 16, LT-09236 Vilnius
Tel. + 370 612 27 742
El. paštas: marijavastake@gmail.com

Rimantas Kočiūnas

Socialinių mokslų daktaras (HP) profesorius
Vilniaus universitetas
Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedra
Universiteto g. 9/1, LT-01513 Vilnius
Tel. + 370 526 67 605
El. paštas: rimask@hepi.lt

Straipsnyje pristatomas fenomenologinis tyrimas, kurio tikslas yra aprašyti superviziją iš egzistencinės-fenomenologinės perspektyvos, išskiriant jos būdingus bruožus. Tyrimas remiasi dvylikos tyrimo dalyvių patirčių aprašymais iš supervizuojamo terapeuto ir iš supervizoriaus pozicijų. Rezultatai apibendrinti dviem apibrėžimais. Tyrimas atskleidė keturis fenomeno matmenis, trys iš jų sutampa iš abiejų tyrimo dalyvių pozicijų: tyrimo dalyviai kaip svarbias egzistencinės-fenomenologinės supervizijos charakteristikas išskiria supervizijos proceso ypatumus, supervizoriaus buvimo būdą bei santykį tarp supervizoriaus ir supervizuojamo terapeuto. Tyrimo dalyviai, būdami supervizuojami terapeutai, kaip vieną svarbiausių egzistencinės-fenomenologinės supervizijos charakteristikų nurodo supervizoriaus buvimo būdą, o tyrimo dalyviai, būdami supervizoriaus pozicijoje, labiau pabrėžia patį supervizijos procesą. Supervizijos rezultatas, kaip jausminis pokytis, o ne mentalinio atsakymo gavimas, buvo aprašytas kaip svarbus, tačiau rečiau pasitaikantis egzistencinės-fenomenologinės supervizijos bruožas iš supervizuojamo terapeuto perspektyvos. Tyrimo dalyviai iš supervizoriaus pozicijos aprašė supervizijoje naudojamas intervencijas (lygiagrečių procesų (angl. parallel process) ir neverbalinių procesų atspindėjimą, metaforų ir vaizdinių naudojimą ir kt.) kaip svarbią, tačiau rečiau aptinkamą egzistencinės-fenomenologinės supervizijos charakteristiką.

Pagrindiniai žodžiai: egzistencinė-fenomenologinė supervizija, supervizorius, fenomenologinis tyrimas.

Mokslinėje literatūroje **supervizija** apibrėžiama įvairiai, tačiau dažniausiai reiškia „žvilgsnį iš šalies ar viršaus“, „profesinę priežiūrą“. Tai – profesinės situacijos (psichologinės konsultacijos ar psichoterapinės situacijos) analizė. Psichologinio konsultavimo ir psichoterapijos kontekste ji suprantama kaip vieno specialisto pagalba kitam aiškinantis kylančius sunkumus (kliento supratimas, problemos, kylančios tarp terapeuto ir kliento, darbo procese kylančių jausmų įsisąmoninimas, optimalių terapijos darbo būdų parinkimas ir pan.). Supervizijos

yra vienas iš svarbiausių dalykų, rengiant konsultantus ir psichoterapeutus (toliau tekste terapeutus), nes leidžia mokytis iš labiau patyrusio specialisto (*supervizoriaus*) ir gauti profesinį palaikymą, o tai ypač svarbu pradedantiems konsultantams ir terapeutams. Supervizija apsaugo ir klientą, kai jam padeda dar tik besimokantis specialistas (Kočiūnas, 2005).

Supervizijos yra svarbus jungiamasis tiltas, dialogas tarp teorijos, praktikos ir konsultantų / psichoterapeutų ruošimo (mokymo). Per pastarąjį dešimtmetį susido-

mėjimas supervizijų tyrimais psichologijos ir psichoterapijos srityje didėja, tačiau tokių tyrimų nepakanka, jie yra neišsamūs, stokoja nuoseklumo, metodologinio griežtumo, itin mažai jų atliekama vadovaujantis kokybine tyrimo strategija, taip pat trūksta tarpkultūrinių supervizijų tyrinėjimų. Cliffe, Beinart ir Cooper (2016) teigia, kad yra profesinės priežiūros (supervizijų) tyrinėjimų „badas“, o Wheeler ir Richards (2007) pažymi, kad kokybiniai supervizijų tyrimai padėtų įsigilinti į subtilias supervizuojamųjų patirtis – suteiktų naujų išvalgų supervizijų veiksmingumui didinti.

Yra įvairių supervizijos modelių, vienas nuo kito jie skiriasi savo teoriniu kontekstu. Kol kas yra nedaug publikacijų, kuriose būtų aprašoma egzistencinės-fenomenologinės supervizijos (toliau tekste E-F supervizijos) pagrindiniai atraminiai taškai, tačiau šia tema domimasi. Rasta straipsnių, kuriuose autoriai aprašo, kaip jie supranta E-F superviziją (Adams, 2002; Deurzen & Young, 2009; Kočiūnas, 2005; Pagdin, 2013; Pett, 1995; Spinelli, 2015; Wright, 1996), tačiau kol kas yra atliktas tik vienas fenomenologinis tyrimas, bandantis atsakyti į klausimą, kas yra E-F supervizija (du Plock, 2009). Publikacijose apie E-F superviziją skirtingi autoriai išskiria ir pabrėžia įvairius E-F supervizijos ypatumus, tačiau vis dar nėra struktūruoto E-F supervizijos aprašymo, kuris padėtų geriau suprasti būdingus E-F supervizijos bruožus. Trūksta publikacijų, kurios remtųsi empiriniais E-F supervizijos tyrimais, padėtų tiek praplėsti, tiek pagilinti šio fenomeno supratimą. Keliamas klausimas, kas yra supervizija iš egzistencinės-fenomenologinės perspektyvos, kokie yra jos būdingi bruožai, kas ją

sieja su kitais supervizijų modeliais ir kas ją iš tų modelių skiria? Taip pat ką supervizoriai turi omenyje, identifikuodami save kaip egzistencinės krypties supervizorius?

Autoriai, rašydami apie E-F supervizijos ypatumus, mini, kad pats terminas „supervizija“ kelia supervizoriaus ypatingos jėgos jausmą, numato hierarchinius santykius (Mitchell, 2009; Spinelli, 2015). Remiantis šiuo terminu, santykiai supervizijoje yra nelygiaverčiai, nes kitas, esantis „virš“, geriau žino, išmano. Tačiau E-F supervizijos ypatumas yra tas, kad joje kuriami demokratiški, nehierarchiniai, lygiaverčiai, kolegiški, dialogo principu grindžiami santykiai, kuriuose abu dalyviai yra terapinio proceso ar situacijos „kotyrinėtojai“ (Kočiūnas, 2005; Pagdin, 2013; Pett, 1995; du Plock, 2009). Gebėjimas įeiti į supervizuojamo terapeuto fenomenologinį lauką priklauso nuo supervizoriaus gebėjimo klausytis, o tai padeda išgirsti ne tik tai, ką terapeutas kalba, bet ir kaip jis kalba (Kočiūnas, 2005). Supervizijos procesui iš egzistencinės-fenomenologinės perspektyvos tinkamesnis terminas būtų „apžvelgimas“ (angl. *seeing-over*), kuris nukreipia dėmesį nuo terapinio atvejo link platesnio terapeuto sunkumo apžvelgimo (Spinelli, 2015). Šią mintį galima išplėtoti pasitelkus kasinėjimo metaforą: „kasinėjimas“ – tai lyg kasimas skirtingose vietose, o tai leidžia sunkumą pamatyti visapusiškiau, plačiau ir giliau, vadinasi, teikia daugiau galimybių atsirasti naujoms išvalgoms ir idėjoms, gimi naujiems klausimams, kurie tęsia tyrinėjimo procesą. Tai reikalauja supervizoriaus lankstumo ir atvirumo. Anot Pett (1995), supervizoriaus atvirumas yra išskirtinė E-F supervizijos charakteristika. Supervizoriaus atsivėrimo vertę pabrėžia ir Wright (1996), rašydama,

kad supervizoriaus atsivėrimas padeda jam išlikti „realiam“ supervizių santykių ir leidžia terapeutui supervizių labiau pažinti tiek profesiskai, tiek asmeniškai. Madison (2009) pabrėžia, kad supervizijos procese ne mažiau reikšmingas yra atvirumas savo kūno pojūčiams, o tai gali pagilinti santykį tarp supervizoriaus ir terapeuto. Kūniškumo aspektas supervizijoje yra rečiau aprašomas publikacijose, todėl kelia norą jį geriau pažinti. E-F supervizijoje yra svarbu susitelkti į tai, kas vyksta „čia ir dabar“, šiuo momentu, o tam padeda lėta E-F supervizijos proceso tėkmė (Wright, 1996). Kyla klausimas, ar galima būtų išskirti ir sukongretinti „čia ir dabar“ ypatumus, kurie ypač svarbūs E-F supervizijoje.

Pagdin (2013) supervizių E-F supervizijoje lygina su didinamuoju stiklu, kuris padeda supervizuojamajam nuodugniau pamatyti savo sunkumus, praskaidrinti tai, kas nebuvo skaidru, atrasti naujų prasmų. O pagrindinė figūra E-F supervizijoje yra supervizuojamas terapeutas (Farber, 2010; Mitchell, 2002; Kočiūnas, 2005; Pett, 1995; Wright, 1996; Spinelli, 2015) su savo hipotezėmis, jausmais, įsitikinimais, iliuzijomis ir baimėmis, taip pat jo santykis su klientu, to santykio dinamika (Kočiūnas, 2005).

Du Plock (2009), ieškodamas atsakymo į klausimą, kas yra E-F supervizija, atliko kokybinį tyrimą, kuris atskleidė, kad E-F supervizijoje yra ypač svarbus supervizoriaus buvimo būdas supervizijos procese, kuris pasireiškia jo nedirektyvia ir nevertinančia nuostata. Santykiai supervizijos procese yra lygiaverčiai, supervizijos procese svarbiausias yra supervizuojamas terapeutas, kuris kartu su supervizoriumi tiria savo sunkumus, o pats supervizorius yra kaip kolega ar asistentas.

Šis tyrimas, atliktas beveik prieš dešimtmetį, sukėlė norą jį pakartoti mūsų šalyje, palyginti rezultatus ir papildyti E-F apibrėžimą naujais elementais. Iki šiol akademiinių supervizių tyrimų Lietuvoje psichologijos / psichoterapijos kontekste nebuvo atlikta. Mūsų tyrimas turi ne tik praktinę reikšmę besimokantiems ir dirbantiems psichologijos ar psichoterapijos specialistams, susipažįstant su E-F supervizijos ypatumais bei jos pritaikymo galimybėmis, bet ir atveria naujas erdves tolesniems šios srities tyrinėjimams.

Metodika

Metodologinis ir vidinis pasirengimas tyrimui

Kaip praktikuojanti egzistencinės krypties terapeutė (11 metų patirtis), ir supervizorė (1,5 metų patirtis), nuolat supervizuojanti savo praktiką pas egzistencinės krypties supervizių, turėjau savo nuostatas dėl egzistencinės supervizijos. Mano manymu, svarbiausia E-F supervizijos charakteristika yra dialogo principu kuriamas supervizoriaus ir terapeuto santykis. Jis leidžia jaustis saugiai ir prisiliesti prie pačių sunkiausių terapinio darbo dalykų. Kad tai turėtų mažiau įtakos tyrimo rezultatams, aš, kaip ir priklausau kokybinių tyrimų tyrėjai, ėmiausi tokių veiksmų: pirmiausia mokiausi A. Giorgi metodo (26 akad. val.) Fenomenologinių tyrimų institute (vadovė dr. A. Matulaitė), lankiau individualias ir grupines supervizijas. Antra, nuo tyrimo suplanavimo dienos nustojau skaityti literatūrą apie egzistencines supervizijas, trečia, nuolat reflektuodavau savo nuostatas ir galimą jų įtaką savo kaip tyrėjos dienoraštyje.

Tyrimo dalyviai

Tyrimė dalyvavo dvylika asmenų – 10 moterų ir 2 vyrai. Atsižvelgiant į nagrinėjamą klausimą, tyrimo dalyviai buvo atrinkti tikslingai, remiantis tokiais kriterijais: a) tyrimo dalyvis turi būti sertifikuotas egzistencinės krypties supervizorius; b) tyrimo dalyvis turi turėti nuolatinę psichoterapinio ir supervizinio darbo praktiką. Siekiant užtikrinti tyrimo dalyvių atsakymų anonimiškumą, tyrimo dalyvių buvo prašoma užrašyti tik savo amžių, kiek metų dirba psichoterapeutu ir kiek metų dirba supervizoriumi. Jauniausiam tyrimo dalyviui – 38 metai, vyriausiam – 61 metai. Tyrimo dalyvių amžiaus vidurkis – 46,9 metų. Ilgiausias darbo psichoterapeutu stažas – 35 metai, visos imties vidurkis – 17,8 metų. Ilgiausias darbo supervizoriumi stažas – 17 metų, visos imties vidurkis – 5,8 metų. Tyrimė dalyvavo asmenų iš Lietuvos, Latvijos ir Rusijos. Tyrimo dalyviai iš Latvijos ir Rusijos savo atsakymus pateikė rusų kalba. Siekiant užtikrinti tyrimo dalyvių anonimiškumą, jiems buvo suteikti pseudonimai.

Tyrimo metodas

Surinkti raštu interviu buvo analizuojami A. Giorgi fenomenologiniu tyrimo metodu, kuris leidžia aprašyti patiriamų ir išgyvenamų fenomenų žmogiškuosius aspektus (Giorgi, 1985). Šio metodo pasirinkimą lėmė tai, kad savo tyrimo metu siekėme surinkti kokybinius duomenis, juos suprasti, struktūruoti ir sudaryti galutinį fenomeno apibrėžimą. Savo tyrimė sudarėme du fenomeno apibrėžimus, remdamiesi tyrimo dalyvių patirtimis iš supervizuojamo terapeuto ir iš supervizoriaus pozicijų. Tyrimo metodą sudarė šie etapai: a) *teksto perskaitymas*,

įsigilinimas į jį (tyrėjas daug kartų skaito tekstą, kad jį kuo geriau suprastų); b) *prasminių teksto vienetų išskyrimas* (tyrimo dalyvio patirties aprašymas suskirstomas į prasminius vienetus, išlaikant jo subjektyvią autentišką kalbą. Šis žingsnis reikalingas tam, kad tyrėjas atskirtų tyrimo dalyvio atskirų minčių esmę ir jausminius pokyčius); c) *tyrimo dalyvio kalbos perrašymas trečiuoju asmeniu* (šis žingsnis reikalingas, kad tyrėjas save „atitolintų“ nuo tyrimo dalyvio patirties ir pažvelgtų į tai iš šono); d) *teksto transformavimas į psichologinę kalbą* (šio žingsnio reikia tam, kad būtų galima atskleisti patyrimo giluminę prasmę); e) *dvių apibrėžimų suformulavimas kiekvienam tyrimo dalyviui* (apibrėžimai buvo sudaromi sintetinant transformuotus prasminius vienetus į nuoseklų tekstą, tekstas pateikiamas psichologine kalba); f) *dvių galutinių apibrėžimų sudarymas* (apibrėžimo sudarymas remiantis ne vieno, o visų tyrimo dalyvių patirtimis).

Verta paminėti, kad tyrimo dalyviai, atvykę iš Latvijos ir Rusijos, savo patirtis aprašė rusų kalba. Dalyvių patirčių aprašymai buvo išversti į lietuvių kalbą (esu dvikalbė).

Tyrimo eiga

Tyrimas buvo atliktas 2016 m. gruodžio 2 d. Humanistinės ir egzistencinės psichologijos institute Birštone. Tyrimo dalyviai, likus vienam mėnesiui iki susirinkimo, buvo informuoti elektroniniu paštu apie planuojamą atlikti tyrimą. Dalyvavimas tyrimė buvo savanoriškas.

Prieš atliekant tyrimą, jo dalyviams buvo trumpai papasakota apie tyrimo tikslą, jo atlikimo būdą, numatomą tyrimo trukmę ir paprašyta aprašyti vieną konkrečią super-

vizijos situaciją. Tyrimo duomenys buvo renkami raštu. Tyrimo dalyviams buvo pateikti du atviri klausimai, atspausdinti ant atskirų lapų. Tik atsakę į vieną klausimą, tyrimo dalyviai pereidavo prie antrojo. Tyrimo dalyviai savo atsakymus į pirmą ir į antrą klausimus aprašė atskirai.

Tyrimo dalyviams buvo pateikti šie atviri klausimai:

1. *Prašau prisiminti vieną konkrečią superviziją, kurioje Jūs buvote SUPERVIZUOJAMASIS TERAPEUTAS ir jautėte, kad esate egzistencinėje-fenomenologinėje supervizijoje. Kas, Jūsų manymu, šią superviziją darė egzistencinę-fenomenologinę?*

Kuo išsamiau aprašykite savo patirtį šioje supervizijoje. Aprašant nėra teisingų ar klaidingų minčių. Svarbiausia – Jūsų patirtis.

2. *Prašau prisiminti vieną konkrečią superviziją, kurioje Jūs buvote SUPERVIZORIUS ir jautėte, kad Jūsų supervizija yra egzistencinė-fenomenologinė. Kas, Jūsų manymu, šią superviziją darė egzistencinę-fenomenologinę?*

Kuo išsamiau aprašykite savo patirtį šioje supervizijoje. Aprašant nėra teisingų ar klaidingų minčių. Svarbiausia – Jūsų patirtis.

Tyrimo dalyviai savo patirtis aprašė nuo 20 iki 40 minučių.

Rezultatai ir jų aptarimas

1) Išanalizuoti 24 tekstai (kiekvieno tyrimo dalyvio po du tekstus); 2) aptikti keturi fenomeno matmenys; 3) rasti trys bendri fenomeno matmenys, kuriuos tyrimo dalyviai aprašo iš abiejų pozicijų; 4) rezultatai apibendrinti dviem apibrėžimais (iš super-

vizuojamo terapeuto ir iš supervizoriaus pozicijos).

Skaitytojų patogumui rezultatus pateiksime suskaidę juos į dvi dalis. Pradžioje apžvelgsime rezultatus iš supervizuojamo terapeuto pozicijos, paskui iš supervizoriaus pozicijos, kiekvienos dalies pabaigoje pateiksime galutinį tiriamo fenomeno apibrėžimą. Tačiau norisi pažymėti, kad skaitant vieną, paskui kitą dalį gali kilti sutapimo ar susipynimo jausmas, nes yra rasta bendrų fenomeno matmenų, kuriuos tyrimo dalyviai aprašo iš abiejų pozicijų, bet akcentuodami skirtingus dalykus.

Gautus rezultatus aptarsime lygindami juos su literatūros šaltiniais ir su kol kas vieninteliu du Plock 2008 metais atliktu fenomenologiniu tyrimu¹. Mūsų tyrimo naujumas yra tas, kad jis yra antras apskritai ir pirmas Lietuvoje, mėginantis aprašyti egzistencinę-fenomenologinę superviziją. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad svarbiausi E-F supervizijos matmenys yra šie: supervizoriaus buvimo būdas supervizijoje, supervizoriaus ir terapeuto santykis bei supervizijos procesas. Tyrimo dalyviai iš supervizuojamo terapeuto pozicijos labiau pabrėžia supervizoriaus buvimo būdo svarbą, o tyrimo dalyviai iš supervizoriaus pozicijos labiau išskiria patį supervizijos procesą. Supervizijos rezultatas (jausminis pokytis vietoj mentalinio atsakymo; vertingo klausimo kilimas vietoj sprendimo radimo) buvo svarbus, bet rečiau pasitaikantis matmuo (aprašytas tyrimo dalyvių iš terapeuto pozicijos). Taip pat nutiko ir

¹ 2008 metais prof. S. du Plock (Jungtinė Karalystė, Londonas) atliko fenomenologinį tyrimą „Egzistencinis-fenomenologinis klinikinės supervizijos tyrinėjimas. Ką mes turime omenyje, kalbėdami apie egzistencinę-fenomenologinę superviziją?“

su supervizoriaus naudojamomis intervencijomis (lygiagrečių procesų ir neverbalinių apraiškų atspindėjimas, sustojimas prie vaizdinių ir metaforų, daug laisvės suteikiantys klausimai, supervizijos kryptingumo išlaikymas). Šis matmuo taip pat buvo svarbus, bet rečiau aptinkamas (aprašytas tyrimo dalyvių iš supervizoriaus pozicijos).

du Plock 2008 metais atliktas tyrimas atskleidė keturis E-F supervizijos matmenis: filosofinio požiūrio palaikymas supervizijoje, santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, supervizoriaus buvimo būdas supervizijoje, supervizorius kaip kolega ar mentorius. Šie matmenys atsiskleidė tiek iš supervizuojamo terapeuto, tiek iš supervizoriaus pozicijos. Dėl straipsnio apimties ribotumo negalime išsamiai supažindinti su du Plock 2008 metais atlikto tyrimo radiniais, tačiau rezultatų aptarime bus matomas šių tyrimų palyginimas. Mūsų tyrimas gali papildyti prieš tai atliktą tyrimą didesniu aspektų kiekiu kalbant apie supervizoriaus buvimo būdą supervizijos procese. Buvimo būdas pasireiškė supervizoriaus ramumu ir giliu atsipalaidavimu, neverbalinio dialogo svarba, vaizdinių ir metaforų pasitelkimu supervizijos procese, paties supervizijos proceso apibūdinimu kaip „panirimo“ būseną. Prieš tai atliktas tyrimas papildė mūsų tyrimą tuo, kad jame labiau matoma tokia intervencija kaip supervizuojamųjų paskatinimas labiau pažinti savo klientų stiprybes ir talentus, o ne susitelkti į silpnybes ir kad buvimas „realiems“ supervizijos procese yra iššūkis abiem pusėms – tiek terapeutui, tiek supervizoriui. Tačiau šis kelias veda link didesnio autentiškumo, o tai yra egzistencinės terapijos ir egzistencijos supervizijos pagrindas.

I. Svarbiausi E-F supervizijos matmenys ir jų ypatumai iš supervizuojamo terapeuto pozicijos

Supervizoriaus buvimo būdas supervizijos procese

Tyrimo dalyviai iš supervizuojamo terapeuto pozicijos supervizoriaus buvimo būdą supervizijos procese išskiria kaip svarbiausią E-F supervizijos charakteristiką, pabrėždami supervizoriaus ramumą, gilų atsipalaidavimą, laisvą ir spontanišką buvimą supervizijos procese (Rimas, Tania, Olga, Ieva, Lina): „*Tai buvo sustojimas ir susitikimas manęs su pačia savimi ir su savo klientu. Tam padėjo supervizoriaus ramus buvimas šalia*“ (Olga); „*Padėjo supervizoriaus laisvė, spontaniškumas, nedirektyvi nuostata, jo lankstumas*“ (Lina). Toks supervizoriaus buvimo būdas supervizijos procese buvo padedantis susitikti terapeutui su pačiu savimi ir su supervizoriumi. Susitikimo svarbos reikšmė iškeliami ir du Plock (2009) atliktame tyrimo. Supervizoriaus ramumas ir gilus atsipalaidavimas padėdavo supervizijos procesui įgyti lėtą eigą, o jo dalyviams panirti, susitelkti į *čia ir dabar* vykstančius procesus. Tai yra mūsų tyrimo dalyvių patirčių aprašymų panašumas į du Plock (2009) tyrimo aprašytus atradimus, kur E-F supervizija yra apibūdinama kaip tyrinėjimo procesas. Mūsų tyrimo dalyviai pažymi, kad dėmesys telkiamas į *čia ir dabar* vykstančius procesus buvo svarbus E-F supervizijos skiriamasis bruožas, kuriame atsiskleidė įvairūs aspektai: jausmai, kylantys supervizijos procese, įvairios metaforos ir vaizdiniai, neverbalinės reakcijos. Visa tai turėjo teigiamą įtaką santykio tarp supervizoriaus ir terapeuto kūrimui. Šie atradimai sutampa

su E-F supervizijos aprašymais, rastais literatūros šaltiniuose, kuriuose pabrėžiama, kad egzistencinės krypties supervizorius išnaudoja „čia ir dabar“ buvimą supervizijos procese tiek pilnai, kiek tai įmanoma, o pats supervizorius yra susitelkęs į priešais jį esantį terapeutą (Kočiūnas, 2005; Pett, 1995; Wright, 1996).

Mūsų tyrimo dalyviai, aprašydami savo patirtis, pažymi, kad jiems ypač svarbus buvo supervizoriaus *dėmesingumas, išitraukimas, smalsumas, domėjimasis* (Rimas, Roma, Rūta): „Supervizorius manęs įdėmiai klausosi, nepertraukinėja, niekur nenukreipinėja. Galbūt tik kartais patikslina. Per tai galiu „panirti“ į atvejį“ (Rimas); „Supervizorius domėjosi ir tyrinėjo. Man jautėsi gyvas, aktyvus jo smalsumas, noras suprasti mano klausimus, sunkumus“ (Roma). Ir tai, ko gero, visiškai nestebina, nes tik buvimas šalia besidominčio, išitraukusio, smalsaus supervizoriaus gali padėti atsiverti, dalyvauti supervizijoje visa savo esybe. Apie tai rašo Watkins (2013) – kad niekas taip negriauna supervizijos, kaip neįsitraukęs ir nesuinteresuotas supervizorius, o du Plock (2009) pabrėžia supervizoriaus smalsumo svarbą.

Tyrimo dalyviai, aprašydami savo patirtis, mini *supervizoriaus poziciją ne „iš viršaus“, bet „šalia“* (Roma, Ieva): „Fenomenologiškumo jausmas buvo tame komferte, kurį jaučiau būnant šalia su žmogumi. Būnant šalia ne su „super“ žmogumi, ne su žmogumi, esančiu kažkur „virš manęs“, nesančiu „malūnsparnyje“, bet esančiu kartu ir arti...“ (Ieva); „Supervizorius buvo žmogiškas, paprastas, natūralus, aš nejutau, kad būtų koks nors „rėmas“ ar „sostas“, kuriame jis sėdėtų: gyvos reakcijos į tai, kas vyksta (vyko) tiek supervizijos erdvėje, tiek

su manimi (pastebėdavo mano reakcijas)“ (Roma). Buvimas „šalia“ padeda terapeutui kalbėti apie viską, kas jam svarbu supervizijos metu: užduoti rūpimus klausimus, dalytis savo išgyvenimais (Kočiūnas, 2005).

Nestebina ir tai, kad *supervizoriaus kritiškumo, direktyvumo nebuvimas* buvo padedantys susitikti (Tania, Rūta): „Supervizoriaus žodžiai nėra ekspertiški ir kategoriški. O labiau kaip pamąstymai (Tania); „Nebuvo kaltinimų ar interpretacijų. Nors savo požiūrį supervizorius išlaikydavo. Bet tai buvo pateikiama kaip jo požiūris, situacijos matymas, o ne kaip koks nors paaiškinimas, „kas iš tikrųjų vyksta“ (Rūta). Mūsų manymu, supervizoriaus ne-direktyvi nuostata atveria platesnes erdves tyrinėjimui, kuria emocijų ryšį.

Tyrimo dalyviai aprašo *supervizoriaus drąsą būti savimi ir dalytis viskuo, kas iškyla „čia ir dabar“ supervizijos procese: savo patirtimi, jausmais, mintimis* (Artūras, Inga): „Superviziją išgyvenau kaip E-F dėka gilaus supervizoriaus atsipalaidavimo, jo geranoriškumo bei drąsos būti savimi“ (Artūras); *Superviziją jaučiau kaip E-F, nes buvo kreipiamas dėmesys į mano santykius su supervizoriumi, tam, kas vyksta šiuo metu tarp mūsų supervizijoje*“ (Inga). Kaip matome, tyrimo dalyviams ypač svarbus buvo supervizoriaus atvirumas ir drąsa dalytis viskuo, kas betarpiškai iškyla supervizijos procese, ir tai žavi, nes tik atviras santykis gali tiesti kelius gilesniam savęs ir kito supratimui.

Santykis tarp terapeuto ir supervizoriaus

Mes aptikome, kad E-F supervizijoje yra ypač svarbus supervizoriaus ir supervizuo-

jamo terapeuto santykis, kuris yra lygiavertis, kolegiškas, kuriamas dialogo principu. Kitų autorių darbuose taip pat pabrėžiama santykio tarp supervizoriaus ir terapeuto svarba E-F supervizijoje (Kočiūnas, 2005; Pett, 1995; Pagdin, 2013; Spinelli, 2015; Wright, 1996). Tyrimo dalyviai aprašo lygiavertčius, dialogu grindžiamus santykius supervizijoje (Rimas, Artūras, Rita, Olga, Ieva, Lina): „Galimybė pabūti toje sudėtingoje man vietoje, lyg kartu pamedituoti“ (Rita); „Fenomenologinės supervizijos jausmą kėlė ir tai, kad supervizorius nebuvo interpretuojantis, nebuvo iš jo pusės jokių taisyklių, kaip „turi būti“, kaip teisinga“ (Olga); „Jis [supervizorius] norėjo būti išgirstu ir buvo lankstus, dėl to ir vyko dialogas“ (Ieva); „Supervizijos metu aš radau savąjį „Aš“ kaip terapeuto ir jį pasisavinau (radau savo stilių) per dialogą su kitu“ (Lina). Tyrimo dalyviai taip pat mini, kad supervizorius ir terapeutas supervizijų santykyje yra iškilusio fenomeno „kotyrinėtojai“: „Aš jaučiausi esanti terapinio atvejo „ko-tyrinėtoja“ (Lina). Iš tiesų, E-F supervizija yra susitikimas, kuriame svarbiausia ne apsikeisti informacija, bet išarti pamatinį žodį „Tu“. Kaip rašo Buberis (1998), „[a]š tampu aš tik tavajame Tu; tapdamas Aš sakau Tu. Tikras gyvenimas visuomet yra susitikimas“. Tokio santykio susidarymui įtakos turi supervizoriaus buvimo būdas: *atviras ir nedirektyvus, geranoriškas*, todėl supervizoriaus buvimo būdas ir supervizoriaus ir terapeuto santykis yra glaudžiai susipynusios E-F supervizijos charakteristikos. Mūsų radiniai sutampa su du Plock (2009) atradimais, kuriuose atsiskleidė, kad E-F supervizijos dėmesio centre yra santykiai (bu-

vimas su kitu, „su-būtis^{2c}“): supervizoriaus ir terapeuto, terapeuto ir kliento bei terapeuto paties su savimi (savęs suvokimas, savimone), o supervizorius šiame santykyje yra geranoriškas, kolegiškas. Esame labai nustebę dėl to, kad aptikome naują labai svarbią E-F supervizijos ypatybę – kūniškumo svarbą terapeuto ir supervizoriaus santykyje. Atsivėrė ne tik verbalinio, bet ir neverbalinio dialogo svarba E-F supervizijoje. Pailiustruosime tai kelių tyrimo dalyvių citatomis (Roma, Rūta, Inga): „Labai svarbi buvo palaikanti neverbalika supervizoriaus: jo pasilenkimas į priekį link manęs, jo kūno pozos pokyčiai tuomet, kai aš keisdavau kūno pozą, mūsų kūno judesių sinchroniškumas“ (Inga); „Buvo svarbūs mano jausmai ir visa mano neverbalika. Fokusas į tai padėjo man labiau įsisąmoninti sunkumą“ (Rūta). Neverbalinis dialogas, kuris pasireiškė supervizoriaus ir terapeuto kūno judesių sinchroniškumu, kėlė bendrumo jausmą, o supervizoriaus palaukiantis žvilgsnis padėjo terapeutams išgyventi priėmimo jausmą supervizijos procese. Taip pat tokios supervizoriaus kūniškumo apraiškos kaip rankų trynimasis padėjo pamatyti jį kaip „gyvą“ ir „realų“, išgyvenantį nerimą supervizijos procese, o supervizoriaus rankos paspaudimas terapeutui po supervizijos kėlė draugiškumo ir paprasto žmogiškumo jausmus. Kūniškumas yra rečiau aprašoma E-F supervizijos charakteristika kitų autorių darbuose. Madison (2009) rašo, kad atvirumas kūno pojūčiams gali pagilinti santykį tarp supervizoriaus ir terapeuto. Šis atradimas sukėlė mums begalinio smalsumo jausmą ir norą patyrinėti atvirumą kūno pojūčiams kitame tyrime.

² Su-būtis (būtis drauge) – svarbiausias žmogiškosios egzistencijos kontekstas. Egzistenciniu požiūriu, žmogų galima pažinti ir suprasti tik jo tarpasmeniniame, susietume su kitais būdų kontekste (Kočiūnas, 2009).

Supervizijos procesas

Kalbant apie patį supervizijos procesą, jį tyrimo dalyviai aprašo kaip „sustojimą“, „gilia pauzę“, „lėtaeigį tyrinėjimą ar „panirimo“ į procesą būseną (Artūras, Lina, Ieva, Olga): „Tą kartą supervizijos fenomenologiškumą išgyvenau sustabdytame laiko pojūtyje, jame atvirumas pasauliui, nuostaba. Kažką patyriau labai netikėtai, kažką naujo ir labai svarbaus“ (Artūras); „Tai buvo sustojimas ir susitikimas manęs su pačia savimi ir su savo klientu“ (Olga); „Sustojimo metu, gilios pauzės akimirkoje pasinerdavau ir iš giliau suprasdavau savo sunkumo esmę, viską labiau įsisąmoninau, išgyvenau“ (Lina). Esame nuoširdžiai nustebę supervizijos proceso apibūdinimu iš tyrimo dalyvių lūpų, skambančiu kaip „panirimo“ būsenos išgyvenimas, ir tai yra vienas iš vertingiausių mūsų atradimų. „Panirimo“ jausmo išgyvenimui, mūsų manymu, įtakos turi dialogas, kuriame abu supervizijos dalyviai yra įsitraukę į procesą visiškai, visa esybe. Tik tokiaime buvime kartu galima patirti gelmes. Buberis (1998) rašo: „Pamatinis žodis Aš-Tu gali būti pasakytas tik visa esybe. Pamatinis žodis Aš – Tai negali būti pasakytas visa esybe“ (p. 60). Tai reiškia, kad tokiaime procese svarbiausias momentas yra ne supratimas, o dalyvavimas, bet toks, kuris reiškia santykį su Būtimi. E-F supervizijos lėtaeigiškumas, anot Wright (1996), yra vienas skiriamųjų jos bruožų. Autorė aprašo tą bruožą: „Lėtumas yra būdingas fenomenologiniam metodui, jis padeda atsiverti ir įsigilinti, o greita supervizijos eiga kitose supervizijų kryptyse sukelia svaigulio jausmą, lyg būtum traukinių stotyje ir vis nespėtum įlipti į traukinį.“

Šie atradimai panašūs į du Plock (2009) aprašytus savo tyrimo rezultatus, kurie

atskleidė, kad E-F supervizijos procese yra svarbus susitikimas, kuriame sunkumai tiriami mezgant supervizoriaus ir terapeuto santykį, o dėmesys yra nukreiptas į tai, kaip „būti“, o ne ką nors „daryti“. Tam padeda nehierarchiniai santykiai tarp supervizoriaus ir terapeuto. Kitų autorių publikacijoje taip pat randame panašumų į mūsų atradimus, kur pabrėžiama dialogiško susitikimo svarba (Deurzen & Young, 2009; Kočiūnas, 2005; Pett, 1995; Wright, 1996). Esame kiek nustebę, kad mūsų tyrimo dalyviai mini, jog supervizijoje jiems buvo kur kas svarbiau ne gauti atsakymą ar rasti sprendimą, bet kad kiltų vertingas klausimas, kuris tęsdavo vidinius procesus supervizijai pasibaigus (Tania, Olga, Inga). Pailiustruosime tai: „Į daugelį klausimų atsakymų nerasdavau, jie liko manyje skambėti, kas labai vertinga, nes tokiu būdu tyrinėjimo procesas tęsėsi ir po supervizijos proceso“ (Inga). Šis atradimas sutampa su kitų autorių nuomone – E-F supervizijoje svarbiau, kad kiltų vertingų klausimų, o ne rasti sprendimą (Kočiūnas, 2005).

Norisi pažymėti ir tai, kad tyrimo dalyviai superviziją išgyvena kaip laisvą, bet kryptį, tikslą ir fokusą turintį tyrinėjimą (Rimas, Roma, Dora): „Konkretumas ir realybės įvardinimas – ten, kur savo apmąstymuose nuklysdavau, „užsiveldavau“, supervizorius visuomet mėgino konkretinti, prašydavo įvardinti, kaip aš matau ir suprantu, kas vyksta“ (Roma).

Supervizijos rezultatas

Mus ypač sudomino tai, kad tyrimo dalyviai vertingu supervizijos rezultatu laiko emocinį pokytį (Rimas, Rūta, Olga, Ieva, Roma): „Pamenu, kad su pora dalykų nesutinku. Jis [supervizorius] įdėmiai išklauso ir atsiima

vieną savo išvalgą. Pastebiu, kaip keičiasi mano jausmai. Klientas tampa kažkoks simpatiškesnis“ (Rimas). „Po supervizijos išliko jausmas, ne mentalinis atsakymas, o jausmas ir išgyvenimas, kas man padėjo surasti sąlyčio taškus su mano klientu“ (Rūta). Emocinis pokytis yra išgyvenimas, kuris padeda geriau įsisąmoninti savo sunkumą ir situaciją pamatyti naujai (Rimas, Artūras, Rūta): „Kažką patyriau labai netikėtai, kažką naujo ir labai svarbaus“ (Artūras). Tyrimo dalyviai kaip specifinę E-F supervizijos ypatybę išskiria emocinį pokytį, o ne mentalinio atsakymo gavimą. Jie pabrėžia, kad emocinis pokytis kaip supervizijos rezultatas sužadino norą padėti klientui bei pamatyti save, klientą ir visą kontekstą naujomis akimis. Tai reiškia, kad išgyvenimas padėjo atrasti naujų prasmų, suprasti. Emocinis pokytis, nesuprantant jo gilesnės prasmės, t. y. tam tikro „kognityvaus įrėminimo“, gali būti mažai efektyvus (Kočiūnas, 2009). Kaip rašo Adams (2002), įgūdžiai gali tapti įkūnyti ir įsisąmoninti tik dėl dėmesingumo, atkaklumo ir klaidų supratimo, bet ne atsiminimo būdu. du Plock (2009) tyrimo rezultatuose atrandame panašumų: naujos perspektyvos pamatymas, susitelkimas į emocinius pokyčius supervizijos metu. Kitų autorių publikacijose taip pat yra panašumų į mūsų atradimus, nors mažai kur supervizijos rezultatas yra išskiriamas kaip atskira E-F supervizijos charakteristika. Literatūros šaltiniuose skaitome, kad E-F supervizija yra skirta ne atsakymams rasti, o tam, kad išmoktum klausti (Kočiūnas, 2005; du Plock, 1997). Mūsų tyrimo dalyvė rašo: „Į daugelį klausimų atsakymų nerasdavau, jie liko manyje skambėti, kas labai vertinga, nes tokiu būdu tyrinėjimo procesas tęsėsi ir po supervizijos proceso“ (Olga).

1 apibrėžimas. Galutinis egzistencinės-fenomenologinės supervizijos, esant supervizuojamo terapeuto pozicijoje, apibrėžimas.

Egzistencinę-fenomenologinę superviziją tyrimo dalyviai, būdami supervizuojami terapeutai, visų pirma išgyvena kaip susitikimą su žmogumi. Tame susitikime ypač svarbus **supervizoriaus buvimo būdas** supervizijos procese. Tada kuriamas **santykis** tarp supervizoriaus ir terapeuto; pats supervizijos **procesas** yra lėtaeigis ir kruopštus tyrinėjimas.

Supervizoriaus buvimas pasireiškėdavo jo ramumu ir giliu atsipalaidavimu. Tai suteikdavo procesui sustojimo, gilios pauzės, „panirimo“ į procesą pojūtį. Jausmą, kad esi egzistencinėje-fenomenologinėje supervizijoje, kėlė supervizoriaus dėmesingumas ir jo susidomėjimas ne tik pristatomu atveju, bet ir pačiu terapeutu, taip pat jo smalsumas ir įsitraukimas, atvirumas bei drąsa dalytis savo jausmais, mintimis ir viskuo, kas išky-la „čia ir dabar“ supervizijos metu. Tyrimo dalyviai taip pat pažymi, kad produktyviam tyrimo procesui įtakos turėjo laisvas ir spontaniškas supervizoriaus buvimo būdas, jo pozicija „šalia“ (ne „iš viršaus“ ar „iš aukštai“). O supervizoriaus neskubėjimas, kruopštus žodžių parinkimas, terapeuto neverbalinių apraiškų pastebėjimas ir atspindėjimas supervizijos metu kėlė buvimo šalia rūpestingo supervizoriaus jausmą. Taip pat svarbu buvo nekritikuojanti ir nedirektyvi supervizoriaus nuostata.

Egzistencinės-fenomenologinės supervizijos pojūtį kėlė ir besikuriantis **santykis** tarp supervizoriaus ir supervizuojamo terapeuto – tas santykis buvo lygiavertis (buvimas „ko-tyrinėtojai“) ir dialogiškas: pažymima tiek verbalinio, tiek neverbalinio

dialogo svarba (į tyrinėjimą nukreipti klausimai, supervizoriaus ir supervizuojamo terapeuto neverbalinių apraiškų sinchroniškumas).

Tyrimo dalyviai egzistencinės-fenomenologinės supervizijos **procesą** taip pat išgyvena kaip lėtaeigį ir kruopštų tyrinėjimą, kuris sukelia sustojimo, gilios pauzės ar „panirimo“ jausmus, yra orientuotas labiau ne į sprendimų ar atsakymų paiešką, bet į vertingų klausimų kilimą. Tai palikdavo supervizijos tąsos jausmą ir jai pasibaigus. Tyrinėjimas supervizijos procese buvo laisvas, tačiau turintis kryptį ir fokusą. Galiausiai tyrimo dalyviai pažymi, kad vertingiausias supervizijos **rezultatas** buvo ne naujos informacijos ar mentalinio atsakymo gavimas, bet jausminis pokytis, kuris padėdavo giliau įsisąmoninti savo sunkumus, tiriamą terapinę situaciją pamatyti naujai, atgimdavo noras padėti klientui.

II. Svarbiausi E-F supervizijos matmenys ir jų aspektai iš supervizoriaus pozicijos

Supervizijos procesas

Mes aptikome, kad, tyrimo dalyviams aprašant savo patirtis iš supervizoriaus pozicijos, supervizijos procesas yra svarbiausia E-F supervizijos charakteristika. Tyrimo dalyviai supervizijos procesą aprašo kaip neskubantį tyrinėjimą plačioje tyrinėjimo erdvėje, „lėtai tekančio laiko“ pojūtį, „panirimo“ į supervizijos procesą būseną (Ieva, Artūras): „*Pamenu, man tuomet laikas slinko labai lėtai, o terapeutė sakė, kad jos viduje vyksta intensyvūs procesai*“ (Ieva); „*Tai yra supervizijos mistika, kurioje pagrindinis dalykas buvo „panirimas*“. „*Panirimą*“ išgyvenau kaip abipusį atviru-

mą ir saugumą“ (Artūras). Kaip matome, supervizijos procesas kaip „panirimas“ yra aprašomas tiek iš terapeuto, tiek iš supervizoriaus pozicijų, o tai kelia jausmą, kad tai yra ypatinga, specifinė E-F supervizijos charakteristika.

Tyrimo dalyviai iš supervizoriaus pozicijos aprašo, kad E-F supervizijos jausmą jiems kėlė supervizijos proceso metu kylantys vertingi klausimai (Rūta): „*Labai svarbi buvo supervizijos pabaiga ir jausmai joje bei iškilę klausimai, kurie buvo susiję su tuo, kaip terapeutė dabar naujai mato situaciją*.“ Tai buvo minima ir tyrimo dalyvių iš supervizuojamo terapeuto pozicijos.

Kad supervizijos procesas nukreiptas ne į galutinį tikslą ar rezultatą, buvo svarbi E-F supervizijos ypatybė (Roma): „*Nors atsakymas nebuvo surastas, terapeutė išsakė jaučianti palengvėjimą. Tai irgi matau kaip egzistencinį momentą, kada pavyksta ne problemą įveikti, situaciją išspręsti, o ją suprasti ir išgyventi*.“ Taigi, mes aptikome, kad supervizijos procesas yra svarbi E-F supervizijos charakteristika, kurioje ypač pabrėžiama „panirimo“ būseną, vertingo klausimo kilimas vietoj sprendimo ar atsakymo radimo, ir paties proceso kryptingumas – ne į tikslą ar rezultatą, bet į buvimo „šalia“ išgyvenimą.

Santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo

Tiek iš supervizuojamo terapeuto pozicijos, tiek iš supervizoriaus pozicijos tyrimo dalyviams buvo svarbus neverbalinis dialogas. Mus tai nustebino, tai labai naujas ir netikėtas atradimas. Norime pacituoti tyrimo dalyvio patirties išgyvenimą, parodantį neverbalinio dialogo svarbą (Rimas): „*Ne*

ji suprasti, bet ji jausti: emociškai, kūniškai, atrodo, kad tuomet taip ir jaučiau. Būtent jausti.“

Kitas svarbus dalykas, kurį norisi paminėti, yra bendrumo ir abipusio susidomėjimo jausmas (Rimas): „*Jei aš jaučiu, kad terapeutas nėra su manimi „ant vienos“ bangos, jei jis nėra visa esybe tame atvejuje, aš negaliu įsijausti. Tuomet visa esybe buvau paniręs.*“ Kaip matome, bendrumo, abipusio susidomėjimo jausmas padeda jaustis kartu ir pasinerti į galias atvejo refleksijas. Kyla klausimas, kas padeda kurti tą bendrumo jausmą, o kas jam trukdo? Tai galėtų būti klausimas kitiems tyrinėjimams.

Tyrimo dalyviai ir iš supervizoriaus pozicijos, ir iš supervizuojamo terapeuto pozicijos mini lygiaverčio, kolegiško, atviro, dialogu paremto santykio svarbą (Roma, Rimas): „*Dar egzistencinį aspektą matau tame, kad terapeutei suteikiau daug erdvės tyrinėjimui, nemėginau kreipti ar vesti į kurią nors pusę*“ (Roma); „*Čia buvo labai svarbus emocinis komponentas, jis gimė mūsų su terapeutu emociniame ryšyje. Tai koleginių paslaptingo proceso tyrinėjimas ir atskleidimas*“ (Rimas). Nenorėdami kartoti, nes apie tai rašėme pirmiau, apsiribosime tik šių citatų pateikimu.

Supervizoriaus buvimo būdas

Supervizoriaus buvimo būdas supervizijos procese mūsų tyrimo dalyvių yra aprašomas kaip supervizoriaus susitelkimas į „čia ir dabar“ (Roma, Dora, Olga, Lina, Rimas, Artūras): „*Labai svarbus buvo supervizoriaus dėmesio fokusas į mano jausmus, kylančius „čia ir dabar“ supervizijos procese*“ (Dora); „*Supervizoriui ypatingai svarbu pajauti supervizuojamojo terapeuto sunkumą „čia ir dabar“ supervizijos proce-*

se, kas suteikia supervizijai kryptingumo“ (Rimas); „*Šis posūkis įvyko man pasidalinus savo matymu ir klausimais. Manau, galėdama būti gyva ir atvira – tai padeda kurti egzistencinę erdvę*“ (Roma).

Mūsų tyrimo dalyviai aprašo savo dalyvavimą supervizijos procese iš supervizoriaus pozicijos kaip dalyvavimą visa savo esybe: savo žiniomis, jausmais, patirtimi (Rita, Roma, Rūta, Dora, Inga, Ieva): „*Prisimenu superviziją, kuomet klausiausi terapeuto, t. y. „ne tik ausimis“, bet ir jausmais, žiniomis, patirtimi, nuoširdžiai ir atvirai*“ (Rita); „*Prisimenu superviziją, kur ypatingai jautėsi, kad aš esu E-F supervizijoje. Tą jausmą kėlė supervizoriaus susidomėjimas. Jo susidomėjimas buvo matomas, aš mačiau supervizoriaus lengvą azartą*“ (Ieva). Dalyvavimas visa esybe yra kaip pirmiau aprašytas „panirimas“, todėl tai kelia jausmą, kad dalyvavimas visa esybe ir „panirimas“ yra du panašūs išgyvenimai.

Mes aptikome, kad supervizoriaus „nežinojimo“ pozicija buvo svarbi E-F supervizijos ypatybė (Milda, Inga): „*Tyrinėjimas vyko „ne-žinojimo“ metodu: tam, kad kažką sužinoti [sužinotum], reikia nežinoti. Aš nesistengiau nieko žinoti, mes kartu su terapeutu, būdami „ne-žiniukais“, „ne-žinojimo“ metodu padarėme atradimų, kuriuos terapeutas išsinešė iš supervizijos*“ (Inga). Tai labai įdomu, nes „ne-žinojimas“ už kitą, o domėjimasis, tyrinėjimas yra labai svarbus tiek egzistencinės terapijos, tiek egzistencinės supervizijos momentas, kuris atsivėrė ir mūsų tyrime.

Tyrimo dalyviai pripažino, kad supervizoriaus „neutralumas“ padėdavo tyrimo procesui (Milda): „*Aš užėmiau neutralią poziciją ir stengiausi „ne-suprasti“ už kokias „nuodėmes“ jos klientė gauna tokius apibū-*

dinimus. Mes kartu su terapeute leidomės į tyrinėjimą ir „įrodymų“ paiešką, ar tikrai ši klientė atitinka tokį jos aprašymą.“ Kočiūnas (2009) rašo, kad neutralumas reiškia terapeuto, o šiuo atveju supervizoriaus pasiryžimą būti nešališkam, kur svarbiausia ne interpretuoti ar siekti paaiškinti (tai apskritai nepriimtina egzistencinėje paradigmoje), o fenomenologiškai atspindėti.

Supervizoriaus naudojamos intervencijos

Tyrimo dalyviai iš supervizoriaus pozicijos aprašo supervizijoje naudojamas intervencijas kaip svarbias E-F supervizijos charakteristikas. Mūsų tyrimo dalyviai rašo, kad *lygiagrečių procesų atspindėjimas buvo svarbi E-F supervizijos charakteristika* (Rūta, Inga, Lina): „Fenomenologiniu aspektu buvo paralelinio proceso pastebėjimas – supervizijoje ir terapijoje. Pastebėjau, kad tai, kas vyksta „ten ir tada“ terapijoje, labai aiškiai matoma „čia ir dabar“. Sustojau ties šiuo momentu, atspindėjau...“ (Rūta); „Aš pasidalinau savo susierzinimu atvirai ir tai padėjo mano terapeutui įsisąmoninti paralelinį procesą tarp to, kas vyksta terapijoje, ir to, kas vyksta šiuo metu supervizijos procese“ (Lina). Tai, kad supervizorius atspindi lygiagrečius procesus, siejančius tai, kas vyksta „čia ir dabar“ supervizijos procese ir „ten ir tada“ terapinėje situacijoje, buvo svarbus momentas tyrimo dalyviams, nes padėjo jų supervizuojamiems terapeutams geriau įsisąmoninti savo sunkumus. Atspindėti lygiagrečius procesus padėjo atviras supervizoriaus buvimas supervizijos procese ir pasidalijimas savo jausmais. du Plock (2009) tyrime lygiagretūs procesai

nera išskiriami kaip atskira E-F supervizijos charakteristika, tačiau susitelkimas į terapeutą, abiejų supervizijos dalyvių buvimas „realiais“ supervizijos procese, atvirumas visiems išskylantiems fenomenams sukelia panašumo į mūsų tyrimo rezultatus jausmą. Kitas svarbus mūsų tyrimo dalyvių išskirtas dalykas – *tai daug laisvės suteikiantys klausimai* (Rimas, Rita, Olga): „*Prašiau daugiau papasakoti ir kantriai buvau šalia besiskleidžiančio paveikslo, t. y. neskubėjau su klausimais, savo įspūdžiais, mintimis ir pan., lyg atidėdama visa tai šiek tiek į šoną. Tik klausiau ir padėjau klausimais terapeutui atverti probleminę vietą. Daugiau nieko*“ (Rita) bei *sustojimas prie vaizdinių ir metaforų* (Ieva, Lina): „*Mes dirbome su terapeute ir staiga pas terapeutę atsirado vaizdinys. Ir tuomet aš pajutau, kad viskas, ką aš galiu duoti terapeutei – tai pabūti tame vaizdinyje... Aš pajutau didelį palengvėjimą, kuomet terapeutė pasakė, kad jai buvo vertingas vaizdinio atsiradimas...*“ (Ieva). Daug laisvės suteikiantys klausimai, nukreipti į tyrinėjimą, tačiau išlaikantys kryptingumą, tyrimo dalyvių buvo aprašomi metaforiškai kaip „pagauta laisvė“ arba „laisvė, nepraradusi tikslo“. Tam įtakos turėjo nedirektyvi supervizoriaus pozicija, taip pat jo „ne-žinojimas“ ir „neutralumas“. du Plock (2009) tyrimo rezultatuose randame supervizijos aprašymą kaip laisvą tyrinėjimo procesą, kuris yra ne kur nors kreipiantis, ne didaktinis, o supervizorius – demokratiškas ir nedirektyvus, ne interpretuojantis. Mūsų tyrime keli tyrimo dalyviai taip pat pažymėjo neinterpretavimo svarbą, o tai suteikė tyrimo procesui erdvės ir laisvės, tačiau vienas tyrimo dalyvis parašė, kad laisvės pojūtį kėlė supervizoriaus drąsa ir spontaniškumas dalytis savo interpretacijomis.

Įdomu tai, *kad neverbalinių reakcijų atspindėjimas buvo svarbi E-F supervizijos charakteristika ir iš supervizoriaus pozicijos* (Rūta, Inga): „Dėka šio neverbalinio dialogo mano terapeutė pradėjo labiau įsisažmoninti savo sunkumą, jį išpainioti“ (Rūta); „Paralelės tapdavo matomomis, kuomet aš užaštrindavau savo dėmesį į terapeuto neverbaliką: jo balso toną, intonacijas, žodžius, kuriuos jis parenka“ (Inga).

Mums pavyko atverti neverbalinių apraiškų, kurios padėdavo pamatyti ir lygiagrečius procesus, ir atkreipti supervizuojamų terapeutų dėmesį ne tik į tai, ką jie pasakoja apie savo terapinius atvejus, bet ir į tai, kaip jie tai daro, atspindėjimo svarbą E-F supervizijos procese. Šie mūsų pastebėjimai sutampa ir su aprašytaisiais literatūros šaltinių (Pett, 1995; Wright, 1996). *Sustojimas prie vaizdinių ir metaforų* supervizijos procese yra mūsų atradimas, kuriuo galime papildyti du Plock (2009) tyrimą. Tyrimo dalyviai aprašo vaizdinių ir metaforų naudojimą supervizijos procese kaip labai vertingą intervenciją, kuri padeda geriau suprasti ir išgyventi savo sunkumą. Vaizdiniai ir metaforos supervizijos procese yra rečiau pasitaikantis ir aprašomas E-F supervizijos bruožas.

Taigi, atliktas tyrimas padėjo geriau suprasti E-F supervizijos fenomeną, išskirti jo būdingus bruožus. Abu tyrimai papildė vienas kitą, o tai, mūsų manymu, yra labai vertinga, norint geriau pažinti E-F supervizijos esmę. Mūsų tyrimas iškėlė klausimų naujiems tyrinėjimas. Norisi geriau suprasti ir pasigilinti į kūniškumo išgyvenimus supervizijos procese. Taip pat kyla klausimas, kas keistųsi tyrimo dalyvių patirčių aprašymuose, jei būtų aprašoma patirtis tik iš vienos pozicijos? Kaip E-F

superviziją aprašytų tyrimo dalyviai, kurie nėra egzistencinės krypties supervizoriai, o tik praktikuojantys terapeutai? Kokius būdingus supervizijos bruožus išskirtų kitų psichoterapijos mokyklų tyrimo dalyviai?

2 apibrėžimas. Galutinis egzistencinės-fenomenologinės supervizijos, esant supervizoriaus pozicijoje, apibrėžimas.

Egzistencinę-fenomenologinę superviziją tyrimo dalyviai, dirbdami supervizoriais, pirmiausia išgyvena kaip **neskubantį, laisvą ir kryptingą tyrinėjimo procesą** plačioje tyrimo erdvėje, kuriame yra svarbus **santykis** tarp terapeuto ir supervizoriaus, **supervizoriaus buvimo būdas** ir jo naujajoms **intervencijoms**.

Supervizijos **procesą** ir jo ypatumus tyrimo dalyviai nurodo kaip svarbiausią egzistencinės supervizijos charakteristiką. Supervizijos procesą tyrimo dalyviai aprašo kaip sustojimą ir panirimą, kuriame jų supervizuojamiems terapeutams kyla vertingų klausimų, metaforų, vaizdinių.

Supervizijos **santykį** tarp supervizoriaus ir supervizuojamo terapeuto tyrimo dalyviai aprašo kaip lygiavertį, kolegishką, kuriamą dialogo principu, pagrįstą bendrumo ir abipusio susidomėjimo jausmu.

Be to, egzistencinės supervizijos jausmą tyrimo dalyviams kėlė ir **supervizoriaus buvimo būdas**: „ne-žinojimo“, „neutralumo“ pozicijoje ir dalyvavimo supervizijos procese visa savo esybe – savo jausmais, žiniomis, patirtimi.

Kaip svarbią, nors rečiausiai minimą egzistencinės-fenomenologinės supervizijos charakteristiką tyrimo dalyviai, dirbdami supervizoriais, iškiria supervizijos metu naudojamas **intervencijas**. Tai supervizoriaus susitelkimas į „čia ir dabar“

supervizijos procese (ypač svarbūs buvo supervizoriaus atspindėjimai: supervizuojamų terapeutų neverbalinių reakcijų – jų vartojamų žodžių, balso intonacijos pokyčiai, kalbos greitis, pauzės pristatant savo atvejį ar aprašant sunkumą, lygiagretūs procesai), taip pat supervizorių dėmesys supervizijos metu iškilusiems vaizdiniais ir metaforoms. Didelę reikšmę turėjo ir užduodami klausimai, kurie suteikdavo procesui kryptingumą, bet neapribodavo laisvės.

Apibendrinimai

Egzistencinė-fenomenologinė supervizija yra daugialypis fenomenas, kuris gali būti aprašytas kaip:

- Lėtaeigis tyrimo procesas, kuriame svarbus santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamo terapeuto bei supervizoriaus buvimo būdas.
- Supervizoriaus ramumas, gilus atsipalaidavimas, dėmesingumas, susidomėjimas, įsitraukimas į supervizijos procesą padeda kurti kolegiškus, lygiaverčius, nehierarchinius, dialogiškus santykius.
- Procesas, kuriame svarbiausia ne rasti

atsakymą ar sprendimą, bet kad kultū vertingas klausimas.

Mūsų tyrimo atradimai:

- Neverbaliniai procesai (kūniškumo aspektas) supervizijos metu (jų pamatymas ir atspindėjimas) vaidina svarbų vaidmenį santykiui tarp supervizoriaus ir supervizuojamo terapeuto sukurti ir padeda supervizuojamam terapeutui įsisąmoninti savo sunkumą.
- Egzistencinės-fenomenologinės supervizijos rezultatas – jausminis pokytis, o ne mentalinis atsakymas padeda situaciją ir sunkumą pamatyti naujai.
- Egzistencinė supervizija yra išgyvenama kaip „panirimas“.

Mūsų atliktas tyrimas iškėlė klausimų naujiems tyrinėjimams. Būtų įdomu atlikti tyrimų kitų psichoterapijos kryptių mokyklose ir palyginti tyrimo rezultatus, siekiant geriau suprasti, kokios yra universalios supervizijos charakteristikos, o kurios yra būdingos tik konkrečios psichoterapijos krypties mokyklai. Taip pat įdomu būtų patyrinėti tarpkultūrinius supervizijų ypatumus.

LITERATŪRA

Adams, M. (2002). Reflections on reflection. *Existential Analysis*, 13 (2), 204–213.

Buber, M. (1998). *Dialogo principas I: Aš ir Tu*. Vilnius: Katalikų pasaulis.

Cliffe, T., Beinart, H., & Cooper, M. (2016). Development and validation of a short version of Supervisory Relationship Questionnaire. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 23, 77–86.

Deurzen, E., & van Young, S. (2009). Existential supervision in practice. Introduction. In E. Deurzen, S. van Young (Eds.), *Existential Perspectives on Supervision: Widening the Horizon of Psychotherapy and Counselling* (pp. 79–83). Basingstoke: Palgrave Macmillan.

du Plock, S. (1997). Clinical supervision from the humanistic and existential perspectives: A comparison. In *Humanistic Psychology Towards the XXI Century* (pp. 49–51). Vilnius.

du Plock, S. (2009). An existential-phenomenological inquiry into the meaning of clinical supervision: What we mean when we talk about ‘existential-phenomenological supervision’? *Existential Analysis*, 20 (2), 299–300.

Farber, E. (2010). Humanistic-existential psychotherapy competences and the supervisory process. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 47 (1), 28–34.

Giorgi, A. (1985). Sketch of a psychological phenomenological method. In A. Giorgi (Ed.), *Phe-*

nomenology and Psychological Research (pp. 8–22). Pittsburgh: Duquesne University Press.

Kočiūnas, R. (2005). Protess supervizii: Ekzistencialjnii vzgliad. In J. Abakumova-Kočiūnienė (Ed.), *Ekzistencialjnoc izmerenie v konsultirovanii i psichoterapii*. T. 2 (pp. 97–108). Birštonas–Vilnius: REETA.

Kočiūnas, R. (2009). *Egzistencialinis patyrimas ir grupinė terapija. Habilitacijos procedūrai teikiamų mokslo darbų apžvalga*. Vilniaus universitetas, Vilnius.

Madison, G. (2009). Evocative supervision: A non-clinical approach. In E. Deurzen, S. van Young (Eds.), *Existential Perspectives on Supervision: Widening the Horizon of Psychotherapy and Counselling* (pp. 184–195). Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Mitchell, D. (2002). Is the concept of supervision at odds with existential thinking and therapeutic practice. *Existential Analysis*, 13 (1), 91–97.

Mitchell, D. (2009). Responsibility in existential supervision. In E. Deurzen, & S. van Young (Eds.),

Existential Perspectives on Supervision: Widening the Horizon of Psychotherapy and Counselling (pp. 167–171). Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Pagdin, S. (2013). An existential phenomenological model of supervision. *Existential Analysis*, 24 (1).

Pett, J. (1995). A personal approach to existential supervision. *Existential Analysis*, 6 (2), 117–126.

Spinelli, E. (2015). On existential supervision. *Existential Analysis*, 26 (1), 168–178.

Watkins, C. (2013). What matters in psychotherapy supervision? Some crucial features of international import. *International Journal of Psychotherapy*, 17 (2), 63–73.

Wheeler, S., & Richards, K. (2007). The impact of clinical supervision on counsellors and therapists, their practice and their clients. A systematic review of the literature. *Counselling and Psychotherapy Research*, 7, 54–65.

Wright, R. (1996). Another approach to existential supervision. *Existential Analysis*, 7 (1), 149–158.

PHENOMENOLOGICAL RESEARCH OF EXISTENTIAL-PHENOMENOLOGICAL SUPERVISION

Marija Vaštakė, Rimantas Kočiūnas

S u m m a r y

The article presents phenomenological research, the aim of which is to describe supervision from the existential-phenomenological perspective by distinguishing its characteristic features. The research is based on a description of the experience of 12 research participants acting as supervisees and supervisors. The results are summarized in two definitions. The research has revealed four dimensions of the phenomenon, three of which coincide from both of the research participants' positions: the peculiarities of the supervision process, the way of the supervisor's presence and the relationship between the supervisor and the supervisee have been distinguished as important characteristics of existential-phenomenological supervision by the research participants. The way in which the supervisor

is present has been named as one of the most important characteristics of existential-phenomenological supervision by the research participants acting as supervisees. Meanwhile, the research participants, acting as supervisors, placed stronger emphasis on the supervision process itself. The result of the supervision as a sensuous change and not the reception of a mental answer has been described as an important feature of phenomenological supervision. Meanwhile, research participants, acting from a supervisor's position, described interventions used in the supervision as an important, yet a least-frequently met characteristic of existential-phenomenological supervision.

Keywords: existential-phenomenological supervision, supervisor, phenomenological research.

Iteikta 2017-03-08