

## Radost supervizních dílen

Milí kolegové, nemohu se ubránit reakci na poslední supervizní dílnu Asociace supervizorů pomáhajících profesí s doktorkou Ivanou Veltrubskou na téma Dramatický trojúhelník.

Možná sami velmi dobře znáte to znejištění a osamocení v práci supervizorky/ra po ukončení výcviku, kdy najednou ubývá příležitostí sdílet, učit se od druhých a s druhými, objevovat a růst. Kdy se sami potýkáme s opakujícími se situacemi, kdy sami sebe slyšíme říkat druhým rady, necháme se vlákat do pastí poskytování návodů, nebo se chytáme teoretických konceptů a v dobré víře, že plníme vzdělávací funkci supervize, je svým supervidovaným předkládáme. Taky jste si všimli, že často s jediným účinkem? A to s tím, že si všichni na chvíli oddychnou, že teď nemusí vynakládat vlastní duševní práci a můžou si něco vyslechnout, nebo na druhé straně něco teoreticky vyložit, pokývat hlavou, jak teoretický koncept hezky sedí na prožívanou situaci a my tedy máme nové pojmy, jak ji popisovat... Ale co dál? Co s tím? Rozumíme jinak, než před tím? A pokud ano, dává nám toto nové porozumění také nástroje a dovednosti, odvahu a chuť, reagovat jinak?

Postupovat nově? Cítit se kompetentněji? Odložit bezmoc? Chopit se svých zdrojů?

Supervizní dílny jsou ideální příležitostí, jak znovu čerpat ze společného učení, i kterak si prohlížet svoje supervizní snažení znovu a s odstupem.

Tentokrát jsme si při zahájení setkání ve skupině supervizorek (otázku, proč tak málo mužů potkávám při podobných příležitostech ponechám stranou) povídaly o tom, kde jsme koncept dramatického trojúhelníku potkaly, jak se s ním setkáváme v supervizi a jak s ním zacházíme. Už jen tohle sdílení bylo úlevné i inspirující zároveň. Navíc nám pomohlo zpřesnit záměr dílny (chcete-li zakázku). A to v tom smyslu, že nepotřebujeme ani tolik informace o konceptu samotném, ale že se potřebujeme více zabývat tím, jak proměnit dramatický trojúhelník v trojúhelník vítězný. Jak pomoci sobě, pokud se v něm ocitneme v roli supervizora, a jak pomoci svým klientům v supervizi v jejich pracovních situacích.

Opakovaně ve výpovědích nás zúčastněných zaznívalo, že svým supervidovaným umíme koncept popsat, nakreslit a nabídnout na vysvětlenou.... a že je nám to zároveň tak nějak málo.

Byly jsme ochotné nabídnout konkrétní supervizní situace, kdy jsme se v pasti dramatického trojúhelníku ocitly a chvíli jsme u nich zůstaly, abychom na jejich příkladu hledaly účinné intervence, které mohou situaci proměnit v trojúhelník vítězný.

Pokud se tedy naši supervidovaní staví do pozice oběti, protože nemají možnost řešit svůj problém a změnit by se měl hlavně někdo jiný, nebo dané okolnosti, zároveň vysílají jasně signály ohrožení a jejich potřeby jsou velmi akutní, jak jim můžeme v supervizi pomoci?

Teoreticky víme, že oběť je třeba uschopnit, zplnomocnit, pozvednout do dospělého ego

stavu...Ale teprve až když si během dílny na zcela konkrétní situaci přehráváme své možné reakce, teprve tehdy doopravdy ohmatáváme svoji komunikační výbavu. A občas si s úlevou rádi půjčíme větu či intervenci své kolegyně a jsme za takovou inspiraci vděčné. Stejně tak to, jak nezachraňovat příliš a vyhnout dynamice známého dramatu proměny zachránce v pronásledovatele a následně v oběť, je teoreticky jasné: Nedělat víc než je žádáno, nedělat věci, které supervidovaní nechtějí, nepřebírat jejich myšlení (tedy že oběť smama nemůže vyřešit svůj problém). Prakticky to znamená opřít se o kontrakt a zpřesňovat zakázku, nepřekračovat svoje kompetence, ale hlavně uvědomovat si sebe sama. Na reflektované supervizní situaci se ukázalo, jak klíčové je, uvědomit si své puzení zasáhnout, převzít vedení, rozhodnout, povolát vedení k odpovědnosti.... a v takové chvíli se umět zastavit. Poznat ten bod, ten okamžik a nevydat se vyšlapanou cestou... Ale naopak, přehodit výhybku, přidat kus autenticity a sdělit, co to s námi dělá, kam nás to tlačí. Po té se otevřel zcela nový prostor pro další vývoj situace.

Už tato práce sama byla na jednu supervizní dílnu nadmíru výživným materiálem. To ale zdaleka není všechno. Možná také díky tomu, že některé z nás zažily dílny práce s tělem v supervizi s doktorkou Radanou Syrovátkovou, dokázala Iva Veltrubská trefně rozšířit tuto práci o pozorování osobních tělových zážitků, při modelování našich individuálních postojů v pozici oběti, zachránce i pronásledovatele. Nejen, že jsme si zvědomovali tyto svoje naprosto originální tělové projevy, ale velmi cenné bylo dávat jim slova v popisech a dostávat zpětnou vazbu od pozorovatelů v tom, jak na ně tato pozice působí, jakou reakci v nich vyvolává. Předpokládám, že ostatní stejně jako já, došly k propojení těchto zážitků se svými osobními příběhy do hlubin daleko přesahujících supervizní práci. To už jsou ale dozvuky, které si doprožijeme uvnitř a o samotě.

Moje velká radost ze supervizních dílen pramení z pocitu, že mají svůj vývoj, že se rozrůstají a košatí. Je to radost z tohoto tvůrčího, pracovního a živého děláni. A také velký obdiv k teaching supervizorce Českého Institutu pro Supervizi Ivaně Veltrubské, která toto setkání vedla. Chtěla bych se s vámi podělit o radost z objevného, o poznatky, ale také o svoje pozorování toho procesu učení. Z toho jak byl veden, nebo lépe řečeno, umožněn, aranžován, nabídnut, provázen, ponechán v otevřenosti kolegiálního učení, průběžně obaohacován a nabízen ke zkoumání přes další zdroj – přes vlastní tělo.

Chci to zachytit proto, že je to moje velká objednávka ke všem zkušeným vyučujícím a výcvikovým kolegům supervizorům a supervizorkám. Pojďme prosím při péči o rozvoj supervize touto cestou. Je nadmíru užitečná. Účastnila jsem se vzdělávacích akcí, které se kolegiálním učením zaštiťovaly, ale nedokázaly mu dostát. Stále nám někde vyčuhuje hluboce zakořeněný nadřazený expertní přístup. Někdy jsme do něj tlačeni projekcemi

supervidovaných, kteří k nám vzhlíží zakletí v nerovnocenné pozici. Někdy sami padáme do pasti, kdy toužíme nebohé supervidované v jejich bezmoci zachraňovat, nebo napopak propadáme roli pronásledovatele, kydy ve spravedlivém hněvu nad porušováním práv klientů, či pracovníků chceme uplatňovat kontrolu a své supervidované v té svaté válce nějak ztratíme. A když se všechno kazí cítíme se být obětí ve hrách těch druhých. Jedinou cestou z toho ven je další a další možná nekonečné prohlubování své vlastní sebereflexe. A to vždy umožněno v interakci s druhými, v dialogu, v setkání.

V Předboří 24.10.2018

Mgr. Martina Příbylová

Ráda bych také vybídla zúčastněné kolegyně k reakci, nebo doplnění mého textu, budou-li mít chuť.