

Supervízia v poradenstve a psychoterapii

Supervision in counseling and psychotherapy

Radoslava Petrik Pastvová

Recenzent/Review: Mgr. Lucia Vreštiaková

Slovenský paralympijský výbor – metodik a garant projektu

Submitted/Odoslané: 20. 01. 2022

Accepted/Prijaté: 06. 02. 2022

Abstrakt: Supervízia je dôležitým nástrojom pri práci psychoterapeuta a poradcu s klientom. Je nástrojom nielen profesijného a osobnostného rastu pomáhajúceho pracovníka ale najmä zefektívnenia psychoterapeutického či poradenského procesu s klientom. Cieľom príspevku je poukázať na špecifiká supervízie pri psychoterapeutickej práci, pričom sa zameriavam najmä na prenos, protiprenos, paralelný proces a determináciu procesu supervízie psychoterapeutickou školou z ktorej supervízor vychádza.

Kľúčové slová: poradenstvo, psychoterapia, špecifiká supervízie v psychoterapii a poradenstve

Abstract: Supervision is an important tool in the work of the psychotherapist and client's counselor. It is a tool not only for

the professional and personal growth of the helping worker, but especially for making the psychotherapeutic or counseling process with the client more effective. The aim of this report is to highlight the specifics of supervision in psychotherapeutic work, focusing in particular on the transference, countertransference, parallel process and the determination of the supervision process by the psychotherapeutic school from which the supervisor comes.

Keywords: counseling, psychotherapy, specifics of supervision in psychotherapy and counseling

Úvod:

Supervízia je jedným z dôležitých prostriedkov ako skvalitňovať vykonávanie pomáhajúcej profesie, ako umožňovať profesionálny ale aj osobnostný rast.

V psychoterapii supervízia stojí už na jej úplnom začiatku, teda už pri vzdelávaní sa v psychoterapii je povinnou súčasťou nadobúdania vedomostí a praktických zručností pri práci s klientom. Aké ďalšie špecifiká prináša supervízia v poradenstve a v psychoterapii sa snažím ponúknuť vo svojom príspevku.

Psychoterapia a poradenstvo

Psychoterapia je liečba emočných, behaviorálnych alebo osobnostných problémov psychologickými prostriedkami. Hoci môžu byť použité rozličné techniky na liečenie problému, úlohou každej psychoterapeutickej liečby je priniesť zmenu emócií, myšlienok, postojov a správania, ktoré bolo pre pacienta problémové. Liečba sa sústreďuje na zmiernenie symptómov a pomáha premýšľať človeku o sebe a byť viac spokojným so svojím životom (Hughes, Riordan, 2010, s.33).

Psychologické poradenstvo nie je psychoterapiou, má však niektoré črty psychoterapie, riadi sa psychoterapeutickými zásadami. Psychoterapia sa týka predovšetkým osobnosti človeka, poradenstvo sa venuje viac aktuálnej situácií v ktorej sa nachádza. Poradenstvo chce zmeniť predovšetkým životnú situáciu pacienta, jeho životné

postavenie a umožniť mu tým lepší vývin. Psychoterapeutický proces je dlhodobý, počíta s opakovanou návštevou klienta u psychoterapeuta. Naopak psychologické poradenstvo počíta väčšinou s jednou návštevou, je možné pozvať klientov na kontrolu efektu zavedenej metódy, či opatrenia no nie je to pravidlom (Matejček, 2011).

V psychoterapii rovnako ako v psychologickom poradenstve dochádza k vytvoreniu bezpečného a prijímajúceho vzťahu medzi klientom a psychoterapeutom či poradcom, pričom vytvorenie takéhoto vzťahu kladie nároky na schopnosti psychoterapeuta a aj poradcu. Vzťah medzi pomáhajúcim pracovníkom a klientom je jedným z najdôležitejších a zároveň najúčinnejších faktorov v terapii (Yalome, 2021). Preto je dôležité zabezpečenie supervízie v psychoterapeutickom aj v poradenskom procese.

Supervízia ako neoddeliteľná súčasť vzdelávania v psychoterapii

Supervízia je pevnou súčasťou psychoterapeutickej praxe už na jej začiatku, teda už počas štúdia psychoterapie. Supervízor v procese učenia sa snaží svojich supervidantov naučiť uvažovať o psychoterapeutickom procese

spôsobom, ktorý maximalizuje jeho efektívnosť (Gabbard, 2005). Supervízor by sa mal zamerať na odborný a klinický rozvoj študenta a všímať si akékoľvek bloky – spôsobené či už nedostatkom vedomostí ale aj protiprenosom. Je nutné udržiavať rovnováhu medzi výcvikom a terapiou. Alonso (in Yalome, 2021, str.646) doporučuje aby supervízor načúval ako terapeut ale hovoril ako učiteľ.

Supervízia vyžaduje nadviazanie supervízneho spojenectva, ktoré je na úrovni terapeutického spojenectva. Supervízia ponúka nielen odbornosť a teoretické znalosti ale je tiež modelom profesijných hodnôt a etiky. Preto sa supervízory musia snažiť o súlad, a teda by mali jednať so študentmi s rovnakým rešpektom a starostlivosťou ako by mali študenti poskytovať klientom. „Pokiaľ chceme aby naši študenti jednali s klientmi s rešpektom, súcitením a dôstojnosťou, musíme sa tak ku nim sami správať (Yalome, 2021, str.646)“.

Na Slovensku sa psychoterapeutické vzdelávanie realizuje prostredníctvom akreditovaných inštitútov. Slovenský inštitút vzdelávania v psychoterapii, zastrešujúci všetky akreditované psychoterapeutické inštitúty, uvádza

rozsah a obsah požadovaných vedomostí a zručností v rámci ktorých požaduje absolvovanie supervízie minimálne v rozsahu 200 hodín. Ako príklad uvádzam niektoré psychoterapeutické inštitúty a ich zadefinovanie supervízie v procese vzdelávania

(<https://psychoterapeuti.org/sivp/zdroj/sivp-projekt-2016.pdf>):

Slovenský inštitút psychodynamickej psychoterapie

Supervízia (10 víkendov po 20 hodín, spolu 200 hodín). Samostatná práca účastníkov s kazuistikami pod vedením lektora v malej skupine s dôrazom na stanovenie psychodynamickej diagnózy, štruktúry osobnosti, intrapsychickej dynamiky, fokusu a prognózy v jednotlivých prípadoch, s využitím skupinových procesových fenoménov.

Slovenská spoločnosť pre katatýmne imaginatívnu psychoterapiu

Supervízia 200 hod.

1. rok 20 hod. supervidovanie prvých terapií frekventanta, úvodné interview, začiatok terapie

2. rok 60 hod. práca s imagináciou a symbolom

3. rok 60 hod. práca s problematikou

obrán, odporu, prenosu, protiprenosu
4. rok 60 hod. komplexné vedenie terapie

Dialóg - Slovenský inštitút pre výcvik v
Gestalt psychoterapii

Supervízia 200 hodín.

1.rok, 10 hod. – nácvik nadväzovania
kontaktu a vedenie dialógu s klientom
v rámci skupiny pod priamou supervíziou
lektorov.

2.rok, 31 hod. – uplatnenie nadobudnutých
vedomostí teórie poľa a fenomenológie
v trojiciach pod priamou supervíziou
lektorov.

3.rok, 32 hod.- nácvik rozvoja
a prehľbovania terapeutického dialógu
v trojiciach pod supervíziou lektorov.

4.rok, 47 hod.- prehĺbenie osvojenia
uplatnenia teórie poľa, dialógu
a fenomenológie terapeutického procesu
v trojiciach pod priamou supervíziou
lektorov

80 hodín supervízie si frekventanti
zabezpečujú samostatne u individuálneho
supervízora

ABC Slovenský Inštitút pre výcvik v
kognitívno-behaviorálnej psychoterapii

Supervízia 200 hod.

1.rok, 50 hod.- supervízia s dôrazom na
KBT vyšetrenia (zvládnutie formulácie

prípadu, screening, behaviorálna,
kognitívna a funkčná analýza)

2.rok, 50 hod- supervízia s dôrazom na
aplikovanie terapeutických spôsobilostí
(konceptualizácia prípadu, formulovanie
hypotéz a cieľov, vytvorenie
terapeutického vzťahu, použitie
psychoterapeutických techník)

3.rok, 50 hod- supervízia s dôrazom na
používanie KBT metód, analýza
terapeutického vzťahu, prenosových
a protiprenosových mechanizmov

4.rok, 50 hod- supervízia s dôrazom na
používanie KBT metód, analýza
terapeutického vzťahu, prenosových
a protiprenosových mechanizmov,
paralelné procesy

Spôsob práce a údaje supervidovaného
prípadu a spôsob ich prezentácie sa líšia od
jedného výučbového centra k druhému.
Niektorí vyžadujú používanie
videonahrávok, iní audionahrávok
a niektoré školy používajú detailné
písomné záznamy z procesu (Gabbard,
2005).

Supervízia je dôležitým aspektom
tréningu mladého personálu a praktikantov.
Supervízia od skúseného psychoterapeuta
môže byť užitočná v pomoci začínajúcim
psychoterapeutom v rozpoznávaní, čo bolo
nevedomky stvárnené vo vzťahu

s klientom (Hughes, Riordan, 2010). Supervidovanie psychoterapeutickej praxe môže spočívať v detailnom opise obsahu sedenia (čo povedal klient, čo terapeut), opise pocitov vyjadrených pacientom a reakciou terapeuta na toto prežívanie. Klinický záznam sa potom spolu so supervízorom rozoberá s cieľom identifikovania projekcií pacienta a porozumeniu vzájomnej dynamiky medzi klientom a terapeutom (Hughes, Riordan, 2010).

Viacere inštitúty majú dlhoročné nemenné systémy supervízneho vzdelávania, pričom vyžadujú aby supervízia prebiehala u supervízorov ich vlastného inštitútu. Z hľadiska zamerania supervízie na techniky a inštrumentárium tej ktorej školy, ide o objektívnu požiadavku, zároveň sa pre frekventanta stráca možnosť širšieho pohľadu a možnosti vidieť rôzne prístupy pri práci s klientom (Michlerová, 2018).

Vo výcvikovej supervízii by mal supervízor pravdivo informovať o schopnostiach a zručnostiach frekventanta psychoterapeutického výcviku (Michlerová, 2018). Pre začínajúcich psychoterapeutov je supervízor často rolovým modelom s ktorým sa identifikujú a tak sa často

stáva, že terapeuti vo výcviku internalizujú supervízora do tej miery, že majú pocit akoby ho počas terapie hrali. V skutočnosti terapeuti vo výcviku prinášajú supervízora so sebou do svojej kancelárie ako vnútornú reprezentáciu, ktorá ich vedie cez zložité momenty v terapii (Gabbard, 2005, str.185).

Ako bude prebiehať supervízia počas psychoterapeutického výcviku, determinuje aj budúcnosť jej využívania, teda či supervidovaní budú vo svojich profesionálnych životoch vyhľadávať konzultácie a supervízie aj dlho potom ako ukončili svoj výcvik (Gabbard, 2005).

Supervízia a jej špecifiká v psychoterapii a poradenstve

Zákon 448/2008 Z.z, §9 ods. 12 zákona, ukladá povinnosť poskytovateľovi sociálnej služby, ktorý je povinný na účel zvýšenia odbornej úrovne a kvality poskytovanej sociálnej služby vypracovať a uskutočňovať program supervízie. Psychoterapiu je zo zákona na Slovensku možné vykonávať len ako certifikovanú pracovnú činnosť v rámci zdravotníckych zariadení. Tým chcem poukázať na to, že supervízia je povinná v zariadení sociálnych služieb, zákon ktorý ju ukladá ako povinnosť, hovorí o sociálnych službách, no poradenstvo a psychoterapia

sa týkajú zdravotníctva a školstva. Supervízia je teda v školských a zdravotníckych zariadeniach dobrovoľná a je len na sebareflexii poradenských psychológov a psychoterapeutov pracujúcich v zdravotníctve, či supervíziu ako spôsob zvyšovania svojej profesijnej zručnosti využijú.

Po absolvovaní psychoterapeutického výcviku teda supervízia nie je povinná, mnoho pomáhajúcich pracovníkov, ktorí sa rozhodli pre túto cestu, môžu mať nevedomú potrebu úspechu vo výlučnom vzťahu psychoterapeut-klient, chránenom profesionálnou zodpovednosťou radikálnej formy súkromia. Toto usporiadanie ktoré vylučuje tretiu vonkajšiu stranu, môže vytvárať situáciu rizikóvu pre porušenie hraníc. Práve toto porušenie pravidiel a hraníc vo vzťahu je vždy prítomné riziko v živote terapeutov a podrobné preskúmanie treťou stranou (supervízorom) je podstatnou súčasťou prevencie takýchto prešľapov. Supervízor môže slúžiť ako istý druh pomocného superega, ktoré pomáha terapeutovi myslieť jasne o vhodných hraniciach v terapii a vyhnúť sa racionalizácií odchýlok od hraníc (Gabbard, 2005).

Dobrovoľnosť poradcov a psychoterapeutov je prvé špecifikum pri

supervízií, kedy na rozdiel od sociálnych služieb nie je povinná zo zákona ale dobrovoľná.

V supervízií pracujeme podobne ako v psychoterapii s reguláciou napätia, kedy pozorne sledujeme emotivitu a somatopsychické napätie supervidovaného. Cieľom sedenia je okrem iného odbremeniť klienta, ktorý by mal odchádzať menej úzkostný ako keď na terapiu prišiel. Podobne by to malo byť na supervízií a na jej konci by mal byť supervidovaný zbavený záťaže a napätia. Zároveň by mu malo byť na konci supervízie zrejmé, aká je osobnostná štruktúra klienta, ktorého do supervízie priniesol, kde sú jeho komplexy, aké má obranné mechanizmy, kde sú zdroje o ktoré sa možno oprieť (Chylík, 2018).

Zeľo(2010) poukazuje na dve hlavné riziká prekročenia hraníc supervízie v psychoterapii: Jedným z nich je priveľké zaujatie pacientom, prílišná orientácia na jeho problém, chorobu. Supervízor je potom vtiahnutý do procesu ako konzultant. Aby k tejto chybe nedochádzalo, je potrebné si uvedomiť, že cieľom záujmu nie je pacient ale terapeut, jeho pocity, myšlienky či zámery. Pacient je len akýmsi pozadím, potrebným pre

poznanie procesov prebiehajúcich v supervidovanom psychoterapeutovi. V prípade, že supervízor venuje pozornosť pacientovi, zo supervízie sa stáva odborná konzultácia a uniká tu osobnostný vklad supervidovaného psychoterapeuta.

Chybou sú aj neprimerané otázky, ktoré pátrajú po pôvode postojov, snažia sa vysvetliť osobné motívy správania sa psychoterapeuta v psychoterapii. Neprimeraná je aj potreba ošetriť chybné konanie, alebo korigovať postoje u supervidovaného psychoterapeuta. Zo strany supervízora by ale išlo o psychoterapiu a prekračuje sa tak hranica supervízie, čo narúša pravidlo rovnocennosti v supervízii.

Ďalším dôležitým špecifikom supervízie v poradenstve a psychoterapii je práca s prenosom, protiprenosom a paralelným procesom.

Prenos:

Samotný začiatok supervíznej činnosti otvára problém a otázku prenosu, podobne ako v psychoterapeutickom procese s klientom. Aj napriek tomu, že supervidovaný je v danej problematike prenosu poučený a tiež skúsený z vlastnej praxe, nebráni to objaveniu sa vedomým no najmä nevedomým prenosom voči supervízorovi (Oláh,2005).

Prenos je nevedomý proces, pomocou ktorého sú pacientove duševné reprezentácie očakávaného správania prisudzované terapeutovi, ktorý je potom prežívaný a zaobchádza sa s ním ako s postavou z pacientovho vnútorného sveta (Hughes, Riordan, 2010, str.75). Prenos je opakovaním vzťahu v súčasnosti s relevantnou osobou z minulosti (Wöller, Kruse, 2011). Prenos sa ale neobjavuje len v práci medzi psychoterapeutom, poradcom a klientom ale môže tvoriť významnú časť práce medzi supervízorom a supervidovaným.

V supervízii pracujeme s prenosom klienta na terapeuta, poradcu, ale tiež prenosom supervidovného na supervízora. Zároveň sa objavuje aj prenos supervízora na klienta o ktorom supervidovaný referuje. Supervízor by mal byť schopný tieto prenosy reflektovať. (Michlerová, 2018).

Rola authority supervízora môže vo vzťahu k supervidovanému vyvolávať nevyriešené konflikty vo vzťahu k rodičovskej postave. Prenosovo môže supervízor zaujať rolu ochraňujúceho alebo naopak prísneho rodiča. Najmä počas výcviku môže byť z dôvodu nerovnovážneho vzťahu študent-autorita, aktivovaná dynamika očakávania kritiky,

devalvácie alebo naopak pomoci. Ani samotný supervízor nie je imúnny voči prenosovým reakciám supervidovaného (Marlinová, 2017 in Michlerová, 2018).

Protiprenos:

Protiprenos pozostáva z pocitov, že terapeut má k pacientovi niečo, čo sa bude vzťahovať k terapeutovým vlastným psychickým modelom a skúsenostiam a niečo, čo bude vyvolané pacientovými projikovanými očakávaniami (Hughes, Riorda, 2010, s.75). Pod protiprenosom rozumieme súhrn všetkých pocitov poradcu, psychoterapeuta, ktoré vznikajú v kontakte s klientom, bez ohľadu na to, či je ich pôvod v klientovi alebo v poradcovi (Wöller, Kruse, 2011).

Protiprenos je nosný moment nielen v terapii ale aj v supervízií. Často je práve dôvodom objednávky k supervízií, kedy pacient v terapeutovi vyvoláva prežívanie, ktorému je potrebné porozumieť. Podpora supervízora k porozumeniu protiprenosu, môže viesť k uvoľneniu supervíznej situácie a upevneniu supervízneho vzťahu (Michlerová, 2018).

Rovnako ako supervidant ani supervízor nie je odolný voči protiprenosu, no čím viac je táto skutočnosť zvedomovaná, tým prospešnejšia pre

samotný proces supervízie môže byť a lepšie sa s ňou pracuje (Oláh, 2005).

V priebehu samotnej supervízie môže dôjsť k odhaleniu dôležitého protiprenosu, kedy príde k emočnej reakcii s poznaním, že klient supervidovanému terapeutovi pripomína niekoho vzťahovo blízkeho, po prípade ku klientovi prechováva pocity, ktoré si doteraz neuvedomoval. Počas supervízie vždy paralelne prebieha proces spoznávania seba, no je dôležité aby supervidovaný terapeut mal za sebou kvalitnú cvičnú terapiu. Vtedy je predpoklad, že do terapie nebude vnášať vlastné nespracované konflikty. „Supervízia by nemala byť miestom riešenia nespracovaných osobnostných fokusov supervidovaného, ale miestom porozumenia klientovi prineseného cez kazuistiku (Chylík, 2018, s.23).“

Supervízor venuje pozornosť predovšetkým svojmu vlastnému prežívaniu tu a teraz v supervízií – aké pocity, myšlienky a predstavy v ňom materiály z terapie prebúdajú. Supervízor tieto reakcie využíva na to, aby terapeutovi ponúkol reflektívne osvetlenie. Nevedomý materiál z terapeutického sedenia, ktoré terapeut na vedomej úrovni nepočul, nevidel sa môže vynoriť v myšlienkach, pocitoch a predstavách supervízora (Hawkins, Shohet, 2016, s.78).

Pri protiprenose je práve v supervízií dôležité aby terapeut všetky typy protiprenosu preskúmal, aby získal väčší priestor k odozve na klienta, namiesto toho aby na neho nevedome reagoval. Zároveň protiprenos môže ukrývať vodítka k lepšiemu pochopeniu terapie klienta a samotná práca s ním môže byť užitočným terapeutickým nástrojom (Hawkins, Shohet, 2016).

Paralelný proces

Ide o situáciu, v ktorej sa proces odohrávajúci v terapeutickom vzťahu, odohrá aj v situácii supervízie. Cez správne porozumenie situácie, môže supervízor pomôcť supervidovanému porozumieť terapeutickému procesu (Michlerová, 2018).

„Supervízne sedenie je mikrosvetom rovnako ako terapeutická skupina. Supervízor by mal byť schopný získať množstvo informácií o správaní sa terapeuta v terapeutickej skupine tým, že bude venovať pozornosť jeho správaniu pri supervízií (niekedy sa tomu hovorí paralelný proces v supervízií), (Yalome, 2021, s.648)“.

Hawkins a Shohet (2016) o paralelnom procese hovoria ako o zameraní sa na proces tu a teraz ako zrkadlo k procesu tam a vtedy. Ako príklad paralelného procesu

uvádzajú klienta, ktorý sa voči terapeutovi prejavoval pasívno - agresívne a pri supervízií takéhoto klienta terapeut voči svojmu supervízorovi nevedome prežíva a tiež sa správa pasívno-agresívne. Teda proces z terapeutického sedenia sa nevedome odohráva aj na tom supervíznom.

Supervidovaní sa môžu pri zdieľaní procesu terapie so supervízorom začať vzťahovať k supervízorovi rovnako ako sa pacient vzťahuje k nim. Rovnako ako môžu pacienti opakovať vo svojom správaní to, čomu sa bránia pri spomínaní, tak môžu supervidovaní skôr stvárniť než verbalizovať niečo z procesu terapie. Prostredníctvom týchto znovustvárnení sa môže terapeut nevedome identifikovať s pacientom a replikovať aspekt prenosu so supervízorom (Gabbard, 2005).

Supervízie opierajúce sa o psychoterapeutický prístup

V kontexte psychoterapie využíva supervízia poznanie a skúsenosti psychoterapeutickej školy na ktorú nadviazala, ktorej princípy využila aj v samotnej supervízií. Supervízia v takomto prípade vyzerá ako prirodzené rozšírenie samotnej terapie vybraného psychoterapeutického smeru. Supervízia, ktorá je orientovaná v rámci vybranej

psychoterapeutickej školy, zároveň určuje čo je v supervízií dôležité. Teda psychodynamická škola bude klásť dôraz na iné princípy ako kognitívno-behaviorálna psychoterapia. Príklad uvádzam nižšie.

Psychodynamický prístup k supervízií, je typický tým, že proces supervízie sa zameriava na odpor a obranné mechanizmy, úzkosť, intrapsychický konflikt, poznanie osobnostnej štruktúry klienta a tiež prípadné problémy supervidovaného s klientom. Supervízor je v roly autoritatívneho no nezaujatého experta. Psychodynamická supervízia podnecuje rast supervidovaného ako výsledok poznania vlastných psychických procesov.

Na človeka zameraná supervízia alebo aj PCA vychádza z presvedčenia, že supervidovaný má zdroje na to, aby bol efektívnym terapeutom, poradcom. Supervízor slúži skôr ako pomocník než autorita, jeho rola je zabezpečiť prostredie, v ktorom môže byť supervidovaný otvorený voči svojmu prežívaniu a byť plne prítomný pre klienta. Supervízor autenticky vytvára prostredie plné empatického porozumenia a prijatia.

Kognitívno-behaviorálna supervízia, vychádza z toho, že supervízor sprostredkováva postoje, metódy

a techniky KBT filozofie. Tiež využíva kognície a správanie, venuje sa téme profesionálnej identity skúma reakcie supervidovaného. Techniky ktoré využíva sú najmä zameranie pozornosti supervidovaného na relevantné témy súvisiace s jeho učením a rozvojom, plánovanie terapeutických procesov, zadávanie domácich úloh. KBT supervízia je cieľovo zameraná, štruktúrovaná, sústreďí sa na konkrétne problémy (Hambálek, 2014).

Supervízor a supervidovaný v psychoterapii a poradenstve

Zraniteľnosť supervidovaného v supervíznom vzťahu je v mnohých ohľadoch podobná pacientovej zraniteľnosti v terapeutickom vzťahu. Preto môžeme hovoriť o supervíznom spojení, ktoré má mnoho spoločného s terapeutickým spojení (Lomax in Gabbard, 2005). Pozornosť venovaná pevnému spojení na začiatku supervízie, môže vytvoriť prostredie, v ktorom sa obavy supervidovaného zo zahanbenia minimalizujú a supervízia tak môže byť efektívnejšia (Gabbard, 2005).

Výber supervízora môže byť podmienený rôznymi vedomými ale aj nevedomými okolnosťami. Geografická a finančná dostupnosť sú významným

motivačným faktorom, tu možno hovoriť o vedomej zložke výberu supervízora. Nevedomou zložkou môže byť výber pri ktorom si vyberá supervidovaný supervízora, ktorý je matersky ochraňujúci, otcovsky prísny, nenáročný alebo zastáva významnú pozíciu v odborných kruhoch. Súčasťou supervízie teda môže byť aj porozumenie prečo si supervidovaný vybral toho konkrétneho supervízora (Michlerová, 2018).

Vlastnosti supervízora v procese supervízie psychoterapeutického procesu sú najmä zdržanlivosť v hodnotení, zrkadlenie procesu, podpora zdrojov a vytvorenie priestoru pre nové poznanie (Zel'o, 2010).

„Úlohou supervízora je byť zrkadlom. Ako dobré zrkadlo má odhaliť chybu, skreslenie, slepú škvrnu, má ich ukázať. Má vytvoriť poznanie, ktoré môže viesť ku korekcii. Má však dôverovať supervidovanému, že poznanie samotné je postačujúce pre žiaducu zmenu. To čo môže urobiť navyše je pomôcť supervidovanému objaviť jeho vnútorné zdroje a tie podporiť (Zel'o, 2009, s.71).“

Odhalením vlastných skúseností a klinických problémov supervízori znižujú hierarchiu moci a pomáhajú študentovi aby videl, že nie je hanba

nepoznať všetky odpovede. Odhaľujúci a nebrániaci prístup, ovplyvní druh materiálu, ktorú si supervidovaný prinesie do supervízie (Yalome,2021). Zároveň musí byť supervízor ostražitý, aby sa neprekročila hranica medzi učiteľom, supervízorom a terapeutom supervidovaného (Gabbard, 2005).

Záver

V článku som sa zaoberala supervíziou v psychoterapii a v poradenstve. Poukázala som na to, že supervízia stojí už na začiatku cesty psychoterapeuta či poradcu v procese jeho prípravy na vykonávanie profesie. Následne je však na sebareflexii samotného poradcu či psychoterapeuta či supervíziu bude alebo nebude využívať ako nástroj skvalitňovania svojej práce s klientom. Supervízia v psychoterapii a poradenstve je často determinovaná samotným psychoterapeutickým smerom, pričom každý smer kladie dôraz na iné konštrukty, spoločná ale je práca s prenosom, protiprenosom či paralelným procesom.

Zoznam bibliografických odkazov:

- [1] CHYLÍK, Martin. 2018. *Dynamická supervízia - prieniky a variácie*. In Psychiatria-psychotherapia- psychosomatika. ISSN 1338-7030, 2018, 25, č. 4, 22-23s.
- [2] GABBARD, O. Glen. 2005. *Dlhodobá psychodynamická psychotherapia*. Trenčín: Vydavateľstvo F, 2005. 217 s. ISBN 808-89-522-98.
- [3] HAMBÁLEK, Vladimír. 2014. *O supervíznych modeloch a mentorovaní*. Coachingplus. [online]. [cit. 2022-01-20]. Dostupné na internete: <https://www.coachingplus.org/texty/c+news56_jul2014.pdf>.
- [4] HAWKINS, Peter, - SHOHET, Robert. 2016. *Supervize v pomáhajících profesích*. Praha: Portál. 2016. 202 s. ISBN 978-80-262-0987.
- [5] HUGHES, Patricia, - RIORDAN, Daniel. 2010. Trenčín: Vydavateľstvo F, 2010. 173 s. ISBN 978-80-88952-62-6.
- [6] MATĚJČEK, Zdeněk. 2011. *Praxe dětského psychologického poradenství*. Praha: portál. 2011. 342 s. ISBN 978-80-262-0000-0.
- [7] MICHLEROVÁ, Zita. 2019. *Dynamika výcvikovej supervízie*. In Psychiatria-psychotherapia- psychosomatika. ISSN 1338-7030, 2019, 26, č.1-2, 25-27s.
- [8] OLÁH, Miroslav.2005. *Supervízia v sociálnej práci – jej filozofia, formy, školy, ciele a súčasný stav*. Prešov: Prešovská univerzita. 85s. ISBN 80-8068-307-7.
- [9] *Projekt. Certifikačný študijný program v certifikovanej pracovnej činnosti psychotherapia*. [online]. [cit. 2022-01-20]. Dostupné na internete: <<https://psychoterapeuti.org/sivp/zdroj/sivp-projekt-2016.pdf>>.
- [10] SCHAVEL, Milan, - HUNYADUOVÁ, Stanislava, - KOZYŠIN, Bohuslav. 2013. *Supervízia v sociálnej práci. Teória, prax a výskum*. Bratislava: Spoločnosť pre rozvoj sociálnej práce. 2013. 207 s. ISBN 978-80-971445-0-0.
- [11] YALOME, D.Irvine. 2021. *Teorie a praxe skupinové psychotherapie*. Praha: Potrál, 2021. 736 s. ISBN 978-80-262-1848-7.
- [12] Zákon č. o 448/2005 Z.z., Zákon o sociálnych službách
- [13] ZEĽO, Peter. 2010. *Supervízia len ako zrkadlo*. In Psychiatria-psychotherapia- psychosomatika. ISSN 1338-7030, 2010, 17, č.1, 70-72 s.

- [14] WÖLLER, Wolfgang, - KRUSE, Johannes. 2011. *Hlbinná psychoterapia. Základy a návody pre prax*. Trenčín: Vydavateľstvo F. 2011. 536 s. ISB 978-80-88952-65-7.

Kontakt na autora:

PhDr. Radoslava Petrik Pastvová
Centrum pre deti a rodiny Rimavská
Sobota
Cukrovarská 127/17, 979 01 Rimavská
Sobota
e-mail: radka.pastvova@gmail.com