

Wielość procesów intrapsychicznych i interpersonalnych w procesie superwizji grupowej.

Kontekst rozwoju, wyzwań i obciążeń dla uczestników superwizji grupowej.

Superwizja w grupie jest ciekawą, efektywną i wielowymiarową formą rozwoju i doskonalenia zawodowego wśród psychoterapeutów. Stanowi bogatą przestrzeń uczenia się. Pomaga w procesie tworzenia przez superwizantów własnej tożsamości i niepowtarzalnego stylu pracy terapeutycznej z pacjentami. Praca w dojrzałej i bezpiecznej grupie superwizyjnej zasila rozwój wewnętrznej spójności i autentyczność wśród psychoterapeutów. Inwestowanie w powyższe jak wskazują badania (m. in. Neuropsych-February 28, 2023 „*Psychotherapy works, but we still can't agree on why*”) przekłada się na jakość i skuteczność oferowanej pomocy pacjentom. W mojej pracy odniosę się do psychoanalitycznego i psychodynamicznego rozumienia procesu i zjawisk obecnych w superwizji grupowej. Cytując Wilfreda Biona (za W. Łodej - Sobańska, 2023) „*Nie można ukształtować lekarzy lub analityków oni muszą się narodzić*”, skupię się na opisie procesu wyłaniania się psychoterapeuty w kontekście doświadczenia superwizji w grupie.

Bliski jest mi opis procesu tworzenia się i charakterystyki zjawisk zachodzących w trakcie superwizji grupowej Joanny Skowrońskiej (2023, str. 73). Według autorki grupa superwizyjna przypomina wspólnie tkaną tkaninę. Jej kolor, wzór i rodzaj splotu jest charakterystyczny dla każdej grupy i na bieżąco modyfikowany. Wspólna tkanina to wspólna przestrzeń - matryca grupowa wg S. H. Foulkesa - która ma swój początek, przebieg, zakończenie, a w niej wyłania się tożsamość psychoterapeuty. Matryca grupowa powinna być wystarczająco prawdziwa, dostępna emocjonalnie, ważna i warta zaangażowania ale też jednocześnie indywidualnie uzgodniona dla każdego z uczestników. W matrycy grupowej obecna jest warstwa matrycy dynamicznej i jest to sposób na bycie razem w trakcie superwizji grupowej. Jest to zbiór m. in. wspólnych doświadczeń, stylów komunikowania się, sposobów na poszukiwanie wspólnego celu w superwizji - pogłębienia rozumienia. Twórczo pracująca grupa superwizyjna w warstwie dynamicznej matrycy rozwija kompetencje życzliwości, odwagi do stawiania pytań, współpracy ale też pomieszczenia wielości i różnic indywidualnych.

Warstwa dynamiczna jest spleciona z drugą warstwą matrycy grupowej - matrycą podstawową. W niej dominują nieświadome procesy obecne u superwizantów i superwizora, uwarunkowane biologicznie oraz społecznie. W skrócie jest to poziom, który jest jasny, oczywisty, uwarunkowany przez wcześniejsze pokolenia i obserwowalny w grupie superwizyjnej. Obszar ten w pracy z pacjentami może być obciążony niedoszacowaniem znaczenia problemów pacjentów pochodzących np. z innej klasy społecznej, kultury, grup etnicznych czy religijnych. Matryca dynamiczna - ilustrująca w jaki sposób jesteśmy ze sobą w relacji superwizyjnej, splata się z matrycą podstawową - analogiczną do Jungowskiej nieświadomości zbiorowej. Obie warstwy zasilane są przez proces przeniesieniowo - przeciwprzeniesieniowy w trakcie superwizji grupowej.

I tak matryce komunikacyjno - relacyjne pacjentów przenoszą się w relacji terapeutycznej na psychoterapeutów. Podczas superwizji superwizanci nasyceni matrycami pacjentów, podczas przedstawiania swojej pracy z pacjentem przenoszą owe matryce na tu i teraz do procesu superwizji grupowej, czyli matrycy grupowej. Bezpieczna grupa superwizyjna - matryca grupowa - pomieszcza te wzorce, poszerza rozumienie, nadaje znaczenia i poddaje korekcji relacyjnej w relacji superwizyjnej. Ten korekcyjny proces zostaje przeniesiony do relacji terapeutycznej. Opisany powyżej proces to inaczej proces równoległy.

Przytoczona wcześniej struktura i charakter tkaniny jako grupy superwizyjnej może posłużyć do zobrazowania wymiaru intrapsychicznego i interpersonalnego obecnych w procesie superwizji grupowej. Grupa superwizyjna to grupowa sieć złożona z kilku osób. Każda z tych osób posiada określoną historię życia, stworzonych relacji, doświadczeń prywatnych i zawodowych oraz obszar aktualnych spraw czy problemów. Różne kolory, faktury, sploty „tkaniny” jako grupy superwizyjnej, to poziom intrapsychicznych procesów obecnych w superwizji grupowych, z kolei sposób łączenia ze sobą poszczególnych części owej tkaniny to wymiar interpersonalny.

Procesy grupowe, w tym superwizji grupowej powinny zawierać dostrojoną analizę indywidualnych uwarunkowań psychoterapeutów tworzących grupę superwizyjną. Dostrojenie to winno uwzględniać, że superwizja grupowa nie może przerodzić się w proces terapii indywidualnej superwizantów na tle grupy. Z drugiej strony niektóre istotne informacje z życia superwizanta mogą przełożyć się na owocniejszą pracę samego superwizanta jak i grupy superwizyjnej. Optymalne zogniskowanie superwizora i grupy superwizyjnej na superwizancie, wzmacnia przymierze superwizyjne, czyli zespala poszczególne elementy „tkaniny” jako grupy superwizyjnej.

Superwizor pracujący grupowo spotyka się z indywidualnymi reakcjami superwizantów na osobę superwizora i innych uczestników grupy. Towarzyszy superwizantom w rozwojowym procesie korzystania z superwizji, w tym m.in. budowania poczucia bezpieczeństwa, zaufania i więzi

grupowej, doświadczania grupowego wsparcia, umiejętności przyjmowania od innych pomocy, pomieszczania zależności, przyjmowania wiedzy i technik terapeutycznych, wzmocnienia swoich osobistych i zawodowych kompetencji, pomieszczania silnych i trudnych uczuć towarzyszących pracy z pacjentami. Z innego punktu widzenia grupa superwizyjna uczestniczy w indywidualnym procesie superwizanta mierzenia się z trudnościami wpisanymi w etap wyłaniania się tożsamości psychoterapeuty. Etapami tymi są m. in. stany zawstydzenia, lęku przed oceną i zdemaskowaniem niewiedzy, trudności w przyjmowaniu informacji zwrotnych, opisywane jako narcystyczne zranienie oraz momenty dzielenia się w grupie superwizyjnej osobistymi wątkami. Grupa superwizyjna doświadcza reakcji konkretnych superwizantów na naturalnie występujące siły międzyludzkie, takie jak: rywalizacja, władza i konflikty.

D. Stern (za J. Skowrońska, 2023), rozróżnił dwie perspektywy rozumienia pracy psychoterapeuty z pacjentami, które są obecne w każdym procesie superwizji psychodynamicznej. Pierwsza dotyczy tego co jawne i dostępne, co można poddać symbolizacji, rozumieniu i nazwaniu w relacji z pacjentem i grupą superwizyjną. Druga perspektywa to sposób bycia psychoterapeuty z pacjentami i z grupą superwizyjną. Jest to suma nieświadomych procesów oraz wewnętrznych ograniczeń terapeuty, która wyłania się podczas pracy z pacjentem i w procesie superwizji. Badacze z Bostońskiej Grupy Badawczej Procesu Zmiany (za J. Skowrońska, 2023) podkreślają, że w świetle najnowszych badań to właśnie nieświadomy obszar pracy w relacji z pacjentem najbardziej stanowi o zmianie. Zatem analiza tego wymiaru w bezpiecznej przestrzeni grupy superwizyjnej przekłada się na jakość pracy superwizanta z jego pacjentami ale też jest ucząca i rozwijająca dla całej grupy superwizyjnej.

Wymiar interpersonalny superwizji grupowej to sposób w jaki łączą się elementy „tkaniny” grupy superwizyjnej. Każda tkanina, tak jak grupa superwizyjna, ma swoją historię i tło. Grupy superwizyjne przechodzą podobne fazy rozwoju, jakich doświadczają grupy terapeutyczne. W początkowym czasie poznawania się uczestnicy doświadczają wysokiego poziomu lęku. Manifestuje się on zazwyczaj wycofaniem, rezerwą, zablokowaniem naturalnej ekspresji, lub po przeciwnej stronie hiperaktywnością - jedna lub kilka osób wykazuje dużą aktywność. Ustalenie ram kontraktu superwizyjnego stanowi bezpieczną ramę do dalszego rozwoju grupy superwizyjnej. Regularność spotkań oraz jasność i przejrzystość zasad, a także zadbanie o każdego z uczestników buduje poczucie bezpieczeństwa, zwiększa otwartość i pozwala uczestnikom superwizji bezpiecznie odkrywać różnice. Czas ten wyłania konfrontację, a bywa, że także silne konflikty. Wzbudzenie i wzmocnianie zasobów grupy superwizyjnej oraz jednoczesna eksploracja destrukcyjnych sił grupowych, pomagają pomieścić siły intrapsychiczne i interpersonalne, rozpoczynając fazę

współpracy. Ostatnią naturalną fazą jest żegnanie, opracowanie procesu strat w grupie superwizyjnej. Straty mogą dotyczyć zmian składu grupy, osoby superwizora, czy też rozpadu grupy superwizyjnej. Grupy różnią się czasem przechodzenia przez kolejne etapy. Podczas kryzysów obserwuje się też regres, czyli cofnięcie się do wcześniejszej fazy. Podobne zjawiska można zaobserwować w grupach superwizyjnych.

Kolejnym czynnikiem, który określa sposób łączenia poszczególnych elementów tkaniny, jako metafory grupy superwizyjnej, jest kontekst społeczny i geopolityczny superwizantów, struktura instytucji/organizacji, w której wykonują praktykę zawodową. Zawiera się w tym także aspekt relacji zespołowych, kontekst pacjentów z którymi pracują, oraz poziom indywidualnych cech superwizantów. Grupy superwizyjne dzielą się na grupy szkoleniowe, zespołowe w ramach określonej organizacji lub instytucji oraz grupy skupiające superwizantów pracujących w różnych miejscach. Jest to obszerny temat, szeroko i różnorodnie opisywany w literaturze przez cenionych superwizorów. Współcześnie coraz popularniejsze stają się grupy superwizyjne w ramach grup pracowniczych. Wynika to ze zwiększenia świadomości o korzystnym wpływie superwizji na jakość pracy zespołów terapeutycznych, a także coraz większej dbałości instytucji oferujących pomoc w zakresie ochrony zdrowia o jakość oferowanej pomocy. Morris Nitsun (za A. Zemło, 2023) podkreśla, że w grupach pracowniczych obecne są konstruktywne oraz destrukcyjne siły. Te drugie występują w obszarach: przywództwa, rywalizacji, zawiści, seksualności, orientacji na jednostkę i orientacji na grupę. W trakcie superwizji grupowej brak eksploracji sił destrukcyjnych stworzy antygrupę, która blokuje kreatywny potencjał grupy, tworząc impas i przekładając się na obniżenie jakości pracy zespołu specjalistów. Z kolei Howard S. Schwartz (za A. Zemło, 2023) używa dwóch porównań: pierwsze to organizacja lub instytucja przypominająca sprawnie działający mechanizm zegarkowy. Zarządzający są skupieni na realizowaniu misji oraz wyznaczonych celów i zadań, pracownicy czują się bezpiecznie, są w przewadze zadowoleni. Poziom niepokoju i lęku jest niski, obecne są kreatywne siły i współpraca między pracownikami. Drugie porównanie odnosi się do metafory kłębowiska żmij. To miejsce, w którym panuje ogromny chaos, nikt nie wie za co jest odpowiedzialny i co właściwie się dzieje, choć każdy chciałby się tego dowiedzieć. Wśród pracowników panuje wysoki poziom lęku i niepewności o bycie obciążonym odpowiedzialnością za obecną sytuację. Pracownicy nie czują satysfakcji ze wzajemnych relacji, żyją w dużym stresie. A. Nitsun uważa, że organizacje chcące podtrzymać złudzenie własnej wielkości i wyjątkowości w oderwaniu od rzeczywistości, są zablokowane na konstruktywną pracę zespołową z pacjentami. W wyniku tego, bardzo utrudniona jest realizacja celów służących pacjentom. Uwikłani w ten destrukcyjny proces terapeuci wnoszą ten obszar w materię superwizji

grupowej. A. Zemło z kolei używa pojęcia niewidziany klient odnosząc się do świadomych i nieświadomych oczekiwań, które instytucja kieruje do zespołu specjalistów. Rolą superwizora jest wówczas odkrycie i nazwanie nienazwanego, udrożnienie w grupie superwizyjnej pełniejszego rozumienia i kontekstu. Analiza procesów antygrupowych rozumianych jako nieświadomych, nienazwanych sił pozwala grupie superwizyjnej konstruować, dekonstruować i rekonstruować grupę, by uwolnić rozwojowy potencjał grupy i superwizantów.

Wykorzystując analogię tkaniny jako grupy superwizyjnej rolę superwizora w nurcie analitycznym i psychodynamicznym można spostrzegać jak element całości ale i współtwórcę tej całości. Części tkaniny to każdy z superwizantów i superwizor. Różne barwy i faktury to różnice indywidualne uczestników superwizji, a doświadczenie superwizora pomaga w odpowiednim doborze różnych nici zespalających tkaninę grupową. Nici tej tkaniny to: kompetencje superwizora i siły procesu grupowego wspierające i rozwijające psychoterapeutę. W tej wielości wyłania się tożsamość psychoterapeuty otulającego z kolei cierpienie i problemy pacjentów.

Literatura:

Gilbert M. C., Evans K. *Superwizja w Psychoterapii*, GWP 2004;

Neuropsych-February 28, 2023 „*Psychotherapy works, but we still can't agree on why*”

Łodej-Sobańska W. *Psychoanalityczne inspiracje superwizora grupowo-analitycznego w Superwizja psychoterapii* pod red. Skowrońska J., Łodej-Sobańska W., PWN, 2023

Nitsun M. *Antygrupa LP i Humani* 2015;

Skowrońska J. *Przeplatające się matryce - model superwizji grupowo-analitycznej opartej na swobodnie płynącej dyskusji grupowej w Superwizja psychoterapii* pod red. Skowrońska J., Łodej-Sobańska W., PWN, 2023

Zemło A. „*Niewidzialna organizacja*”- znaczenie konteksty procesu psychoterapii superwizji w *Superwizja psychoterapii* pod red. Skowrońska J., Łodej-Sobańska W., PWN, 2023