

## Prehľadová práca

### Dynamická supervízia – prieniky a variácie

Martin Chylík

Dynamická psychoterapia sa zaoberá hlavne nevedomými determinantmi našej existencie, prenosom, protiprenosom, odporom. Rovnako dôležitou súčasťou terapeutického procesu sú psychogenetické faktory, ktoré formovali osobnosť. Hľadáme príbeh, červené nitky, ktoré sa tiahnu z minulosti a vysvetľujú, resp. osvetľujú súčasnosť. Odkrývame začiatok, kontext, kde to všetko začalo...

Pri slove supervízia samozrejme mnohých napadne významová zloženina tohto slova – super a vízia. Ide o iné videnie, nad – videnie, hlbšie videnie? Ide o to budhistické „Tretie oko“, alebo judaistické „Da-át-“, čiže poznanie? Asi dôležitý začiatok každej vízie je emócia – to čo nás vzruší, zapáli, vzbudí záujem, zvedavosť. Jednoducho bez emócie na začiatku to asi nejde.

Začiatkom 90. rokov, keď som sa začal vzdelávať v psychoterapii, som sa dozvedel, že existuje psychoterapeutická supervízia. So zvedavosťou a vzrušením začiatovníka som prvýkrát prichádzal na tzv. balintovské skupiny, ktoré sa uskutočňovali na bývalom „doškoľováku.“ Toto obdobie by som trocha s odľahčením nazval jaskynné obdobie slovenskej psychoterapie - neexistovali žiadne inštitúty, psychoterapeutické smery naberali iba prvé kontúry. A čo bolo zaujímavé, že v jednej supervíznej skupine sedeli vedľa seba „rogerián“, „behaviorista“, „SUR-ák“, „geštaltista“... no väčšina z nás boli vtedy ešte takí nediferencovaní, „freestyloví“, nazvúc to súčasnou hantírkou - a nikomu táto rôznorodosť nevadila. Každý účastník prispieval podľa svojho osobnostného a psychoterapeutického naturelu.

Až keď prišiel na Slovensko v polovici 90. rokov János Harmatta so svojimi kolegami, prináša videnie - psychoanalytické, hlbinné resp. psychodynamické a pri ňom som jasne pochopil, že keď dvaja robia to isté, tak to nie je isté... Tiež som sa dozvedel, že anglický psychoanalytik Michael Balint, ktorý koncept balintovských skupín vymyslel, bol vlastne Mihail a Maďar, ako občas s hrdosťou podtrhol Harmatta.

V príspevku by som chcel poukázať na prelínanie sa individuálnej terapie a psychoterapeutických konceptov v rámci balintovskej supervíznej skupiny. Na podobnosti a hranice, limity.

V prvom rade je cenné na „Balintovi“ to, že má pevnú a jasnú štruktúru, ktorá i vo svetle novších poznatkov nestráca zo svojej sviežosti a aktuálnosti. Môžeme aplikovať prvky klasického psychoanalytického prístupu, no i zapojenie modernejšie - s teóriou objektových vzťahov.

Príkladom je v tomto prípade americký psychoanalytik Otto Kernberg a jeho prínos okrem iného v liečbe hraničných pacientov. Z jeho cenných podnetov, ktoré môžeme aplikovať v práci balintovskej supervíznej skupiny, vyberám – Clarkin a kol (2001):

1. Vôľová kontrola inhibície.
2. Vôľová kontrola pozornosti.
3. Vôľová kontrola aktivity.

V prvej fáze, keď supervidovaný prináša svoj prípad, tak celá skupina i supervízor sú ticho, nesmú vstupovať nijakým spôsobom do prezentácie. Je to zdanlivo maličkosť, no tu sa trénujeme - radi by sme skočili do reči, podotkli niečo - na to je však čas až v ďalšej fáze – klarifikačnej - keď sa už môžeme pýtať. Čiže musíme sa trénovať v inhibícii a prehovoriť až keď príde čas. A podobne sa vôľovo trénuje aj ten supervidovaný, keď v predposlednej fáze musí byť ticho a skupina hovorí o svojich protiprenosoch, fantáziách, paralelách. Aj keby najradšej do toho vstúpil, vyskočil zo stoličky a niekedy vyhrkol - nie je to tak, inak to vidím, aj keď prudko somatizuje, červenie - nemôže. Musí sa vôľovo inhibovať, pretože jeho chvíľa príde až v nasledujúcej fáze. Tu sa učíme všeci trpezlivosti, regulácii. Čiže **vôľovej kontrole inhibície**, čo veľmi účinne funguje v liečbe borderline osobností, ako postuluje Kernberg. A tento princíp je veľmi aktuálny v súčasnej spoločnosti – tradičný judaisticko- kresťanský koncept žitia a hodnôt, založený okrem iného aj na potlačení, je v rozklade a miesto toho nastupujú liberálne, cezhraničné, uvoľňujúce tendencie - so svojimi pozitívami i rizikami, tak ako to postuluje nemecký neurológ a psychiater Manfred Spitzer v knihách Digitálna imbecilita a Kybernemoc. Alebo spisovateľ Michael Hollenbeque vo svojich románoch. Stále podľa mňa platí to staré Freudovo, že kvalitná kultúra i charakter bez potlačenia sa asi ťažko zaobíde...

No okrem vôľovej kontroly môžeme aplikovať v balintovskej štruktúre opačný princíp – **oslabenie vôľovej kontroly** s cieľom dostať sa bližšie k primárnemu procesu. Tento princíp môžeme využiť vo fáze, kedy členovia skupiny obvykle k prípadu asociujú, dávajú hypotézy, vyjadrujú svoje protiprenosy. Uvoľnenie a tvorivý proces môžeme prehľbiť, ak

skupine navodím stav zmeneného vedomia a ponúknem významný fragment zo sna, či imagináciu z nejakej vzťahovej scény z prezentovaného prípadu. Takýmto spôsobom sa dostaneme bližšie k primárnemu procesu a v zjavených symboloch uchopíme bazálnu osobnostnú problematiku.

Prelínanie individuálneho psychoterapeutického a skupinového supervízneho môžeme vidieť i v prístupe Bacala a Newmana (1990), ktorí hovoria o **5 selfobjektových funkciách** medzi terapeutom a pacientom v interakcii:

1. Afektívne naladenie.
2. Regulácia napätia.
3. Validizácia.
4. Rozpoznávanie organizácie self.
5. Rozpoznávanie jedinečnosti self.

A podobne v supervízii pracujeme v skupine i so supervidovaným. Napríklad v zmysle **2. regulácie napätia** pozorne sledujeme emotivitu a somatopsychické napätie supervidovaného. Cieľom terapeutického sedenia je okrem iného odbremeniť klienta - po sedení by mal odchádzať menej úzkostný a napätý ako prichádzal na terapiu. Podobne v supervízii na konci by byť mal supervidovaný zbavený napätia a záťaže a mal by to na konci sedenia i skupiny jasne prezentovať - verbálne i rečou tela. Vtedy vieme, že sme mu s prípadom pomohli. Ak po supervízii odchádza s rovnakým napätím, či tlakom v hlave, či v hrudi, je to jasný signál tela, že sme niečo nepreskúmali, nespozorovali.

Podobne je to aj s **4. rozpoznávaním jedinečnosti self a 5. organizácie self** - na konci supervízie by supervidovanému malo byť zrejmé – aká je osobnostná štruktúra prineseného klienta, kde sú jeho komplexy, kde zdroje, o ktoré sa môžeme v terapii oprieť a pod. Vyjadruje to na konci supervízie slovami – „mal som v tom zmätok, chaos, hneď mi je to jasnejšie, viem, ktorou cestou sa dať, ako uchopiť klienta a pod.“

Veľmi účinné v psychodynamickej skupinovej supervízii je oprieť sa o **OPD (Operacionalizovaná psychodynamická diagnóza)**. Na základe scénických prvkov, prenosov a protiprenosov aj imaginácie v skupine, môžeme veľmi dobre abstrahovať bazálne osobnostné konflikty u klienta supervidovaného. Ak supervidovaný získa túto vedomosť, tak výrazne sa mu uľahčí a zefektívni jeho práca sa klientom.

Na záver načrtnem problém s **prenosom a protiprenosom supervízii**. Sú 2 krajné koncepcie - jedna hovorí o tom, že protiprenos je kreácia klienta a najlepšou cestou porozumieť, čo a v ňom deje. Na druhej strane je protiprenos považovaný za akýkoľvek pocit v terapeutovi vzniknutý v priebehu terapie. Niektorí kolegovia nerozlišujú v zásade medzi prístupom ku klientovi či k supervidovanému. V supervízii

supervidovaný môže prísť na dôležitý protiprenos, kedy príde k emočnej abreakcii s poznaním, že klient mu pripomína niečím niekoho vzťahovo blízkeho. Alebo prechováva ku klientovi pocity či impulzy, ktoré si dovtedy neuvedomoval. Na supervízii prichádza dosť často k takýmto procesom, no tu by sme nemali zabudnúť na to, že kvalitná dynamická supervízia by mala byť hlavne o tom, ako pochopiť vnútorný svet klienta a nie seba samého (aj keď v procese supervízie samozrejme vždy paralelne prebieha proces spoznávania seba). Tu je veľmi dôležité, aby supervidovaný mal za sebou kvalitnú individuálnu cvičnú terapiu, resp. bol už v procese vlastnej terapie či už individuálnej, alebo skupinovej. Vtedy je predpoklad, že v terapii nebude vláčený vlastnými nespracovanými konfliktami. V supervízii sa tento jav prejavuje takým spôsobom, že supervidovaný nevedome prináša klientov s podobnou tematikou. Napr. jeden kolega v supervízii z 3 prípadov priniesol všetky o tom, ako je jemnými prenosovými signálmi „zvádzaný klientkami“. Samozrejme je to v tomto prípade okrem iného problém jeho sexuálnej frustrácie, problém s hranicami, čiže je to o ňom a nie o klientkach. Alebo ak supervidovaná prináša opakovane tému súboja s tým, kto má mať v terapii navrch, tak pravdepodobne jedným z jej nevedomých problémov je konflikt kontroly.

Čiže supervízia by podľa môjho chápania nemala byť miestom riešenia nespracovaných osobnostných fokusov supervidovaného, ale miestom porozumenia klientovi prineseného cez kazuistiku.

## Záverom

Na záver nosné tézy:

1. Michael Balint bol britský psychoanalytik maďarského pôvodu. Z toho vyplýva, že balintovské supervízne skupiny majú **psychoanalytické základy**.

2. Keď dvaja robia to isté, nie je to to isté a keď to robia traja, tak je to čosi úplne iné – týka sa to ako psychoterapie tak aj supervízie.

V efektívnej supervízii i psychoterapii by mali mať podporčné zastúpenie **pevná štruktúra i kreatívny proces**. Proces bez funkčnej štruktúry môže vyústiť v konfúziu, či chaos a naopak štruktúra bez vnímania kreatívneho procesu smeruje k schematizmu a prázdnote.\*

\* Referát v skratenej podobe odznel na Česko-Slovenskej psychoterapeutickej konferencii v Piešťanoch 2017.

**Použitá literatúra je u autora.**