



WWW.TRANZAKCIOANALIZIS.COM

ON SUPERVISION

BY

BALI POLYANKI

www.tranzakcioanalizis.com

POLYÁNKI BALÁZS

A SZUPERVÍZIÓRÓL

www.tranzakcioanalizis.com

05 JANUARY 2019

MI A SZUPERVÍZIÓ?

WHAT IS SUPERVISION?

Mi a szupervízió? Miért van rá szükség? Mi történik egy szupervíziós ülésen? Bár különböző kontextusokban eltérő dolgot jelenthet, a szupervízió fő célja a segítő szakember hatékonyságának növelése. Amikor egy tréner, coach, tanácsadó vagy terapeuta szupervízióba megy, szupervízorával olyan munkára szerződik, amely fejleszti őt szakmájának gyakorlásában. Ez a folyamat segít számára tudatosítani az esetleges "vakfoltokat", munkáját más szempontból megvizsgálni vagy a "kerék újbóli felfedezése" helyett felhasználni egy beavatkozási lehetőséget, amit esetleg a szupervízor ajánl. A segítőké segítése ez.

A szupervízió általános, a teljes életpályára kiterjedő követelmény a segítő szakma gyakorlóival szemben. Amikor például egy coach megakad valamelyik ügyfélével végzett munkájában, felkeresheti szupervízorát, hogy legyőzze a problémát. A szupervízió azonban nem értékelésről szól, sokkal inkább hasonlít a tanácsadáshoz. Lényegét tekintve egy tanulási folyamat. Egy formális megállapodás a segítő szakember (tréner / coach / tanácsadó / terapeuta) és egy másik személy között, aki gyakorlott mind a szakmai területen (tréning / coaching / tanácsadás / pszichoterápia), mind pedig a szupervízióban abból a célból, hogy a szakember munkáját rendszeresen megvitassák. Fő feladatuk az, hogy együtt dolgozva biztosítsák a szakember-kliens kapcsolat hatékonyságát.

What is supervision? Why is it necessary? What happens in a supervision session? Although it may have different meanings in different contexts, the goal of supervision is to improve the effectiveness of the supervisee. When a trainer, coach, counselor or therapist goes to supervision, a contract is formulated with their supervisor for improving their practitioner skills. This process helps becoming aware of "blind spots", seeing their work from a different perspective and also avoiding "re-inventing the wheel" and using an intervention advised by the supervisor. It is about helping the ones who help others.

Supervision is a general, career-long requirement for practitioners in any helping professions. When for example a coach gets stuck in the work with one of their clients, they can see their supervisor to overcome this issue. Supervision is not about evaluation; it is more like consultation. It is a learning process in its essence. It is a formal arrangement for practitioners (trainers / coaches / counselors / therapists) to discuss their work regularly with someone who is experienced in both the professional area (training / coaching / counselling / psychotherapy) and supervision. The task is to work together to ensure and develop the efficacy of the therapist-client relationship.

MIRE VALÓ?

WHAT IS IT FOR?

Hogyan történik mindez? Beszélgetésük tárgya a tréning / coaching / tanácsadás / terápia és az adott munkával kapcsolatos érzelmek, együtt a szupervízor reakcióival, hozzászólásaival és kihívásaival. Egyszerűen fogalmazva, a szupervízió az a folyamat, ami segít fenntartani a tréning / coaching / tanácsadás / terápia megfelelő színvonalát. Egy speciális tanácsadás, ami tágítja a tapasztalt szakember látókörét. A folyamatos szakmai fejlődés pedig nem csak tanácsos, de etikailag is szükségszerű. Ezért, amikor tréningre, coachingra, tanácsadásra vagy terápiára megyünk és tudjuk, hogy a segítő szakember rendszeresen jár szupervízióba, tudhatjuk, hogy eleget tesz a szakma megfelelő gyakorlásával támasztott ezirányú követelményeknek.

Mit ad a szupervízió a gyakorló szakembernek? Először is egy "játékos teret a reflexióra". A különféle opciók feltárása, kreatív kísérletezés, együttműködés és ötletelés a szupervízorral lehetővé teszi a jövőben tervezett beavatkozások előzetes megfontolását. A tranzakcióanalízis különösen nagy hangsúlyt fektet arra, hogy ez a munka egy kölcsönösen létrehozott szerződés keretein belül valósuljon meg szakember és szupervízor között. Úgy is értelmezhetjük, hogy a szupervíziós kapcsolat egy bizonyos szövetség, amelybe a gyakorló szakember behozza az eseteit vagy a munkájáról készült feljegyzéseket/felvételeket, hogy azokra reflektáljon, visszajelzést és ahol szükséges, útmutatást kapjon. A szövetség célja a gyakorló szakember etikai kompetenciájának, magabiztosságának, együttérzésének és kreativitásának növelése annak érdekében, hogy klienseinek a lehető legjobb szolgáltatást tudja nyújtani.

How does this happen? The topic of their discussion is the training / coaching / counselling / therapy and their feelings about that work, together with the supervisor's reactions, comments and challenges. To put it simple, supervision is a process to maintain adequate standards of therapy. It is a special type of consultancy to widen the horizons of an experienced practitioner. The continuous professional development is not only advisable, but also ethically necessary. So when we go to a training / coaching / counselling or therapy session and we know that the practitioner regularly goes to supervision, we know they follow the professional requirements in this regard.

What does supervision give to the practitioner? First of all a "playful space for reflection". Exploring various options, creative experimenting, collaboration and brainstorming with the supervisor all helps us to examine the planned interventions. Transactional analysis places high emphasis on that this work can happen within a mutually created contract between the practitioner and the supervisor. The supervisory relationship may be interpreted as an alliance in which the practitioner brings their cases or recording of their work to reflect on it, receive feedback and where appropriate, guidance. The object of this alliance is to enable the practitioner to gain in ethical competence, confidence, compassion and creativity in order to give her best possible service to the client.

MIÉRT?

WHY?



Mi indíthatja a szakembert arra, hogy szupervízorhoz menjen? Alapvetően három dolog miatt teheti ezt. Először is akarhat tanulni, készségeket és szakmai identitást fejleszteni. Ezt formatív szupervízióknak hívjuk. Másodszor fejlesztheti praxisa bevált alapelveit, etikai vagy jogi dolgokat vitathat meg, megvitathatja működésének megfelelőségét, néhány szervezeti eljárásmodot, vagy szakmai standardot. Ezt normatív szupervízióknak nevezzük. Harmadszor, foglalkozhat munkája rá gyakorolt hatásával, hogy megkapja a szükséges pszichológiai támogatást és megerősítést. Ez segít csökkenteni a stresszt és a munkája terheléseivel járó hatásokat, hozzájárulhat jóllétéhez. Ezt erősítő (restoratív) szupervízióknak nevezzük.

What makes the practitioner go to a supervisor? Basically there are three reasons why they do it. First of all, they might want to learn, develop a skill or their professional identity. We call it Formative Supervision. Secondly, they might want to develop best practice principles, discuss some ethical or legal considerations, find compliance with agency or discuss some organizational procedures, professional standards. We call it Normative Supervision. Thirdly, they may want to consider the impact of their work on them and get necessary psychological support and scaffolding required. It helps mitigate the stresses and impacts of the work and promote practitioner well-being. We call it Restorative Supervision.

MILYEN FÓKUSSZAL?

WITH WHAT FOCUS?

A szupervízió célja ezért meghatározza az elemzés fókuszát a munka során. A Hétszemű szupervízió modell (Hawkins, Shohet, 1985) szerint a gyakorló szakember munkájának hét jól elkülöníthető jellegére fókuszálhatunk. Az első fókusz a kliensen van. Szupervízióban a szakemberek fejleszthetik klienseik iránt mutatott empátiájukat és jobban ráhangolódhatnak motivációikra, szükségleteikre és vágyaikra az itt-és-most szakmai kapcsolatban. A második fókusz a szakember által használt beavatkozásokon van. Lehetnek itt olyan dolgok, amelyeknek nincs tudatában és kapcsolatuk rejtett jellegeit is felfedezhetik. A harmadik fókusz a szakember-kliens kapcsolaton van. Segít, hogy jobban rálássanak kapcsolatukra azáltal, hogy egy metaforát használnak vagy egyszerűen csak távolabbról szemlélik azt.

A negyedik fókusz a szakember folyamatain van. Itt megvizsgálhatók gondolatai, érzelmei, benyomásai, viselkedései és nonverbális kommunikációja kliensének viszonylatában. A cél az, hogy növeljük tudatosságát ezen a téren és „adatot” nyerjük, ami által többet tanulhatnak klienseikről, önmagukról és a kapcsolatukról. Az ötödik fókusz a szakember-szupervízor kapcsolaton van. Itt párhuzamos folyamatokat fedezhetünk fel. Ez azt jelenti, hogy ami a kliens-szakember kontextusban történik, az megjelenik a szakember-szupervízor kontextusban is. Ennek felfedezése segíthet jobban megérteni a szakember-kliens kapcsolatot. Párhuzamos folyamatok fordítva is előfordulhatnak – a szakember és kliense tükrözhetik azt, ami a szakember és szupervízora között zajlik.

The aim of supervision determines the focus of the analysis during the work. According to the Seven Eyed Supervision Model (Hawkins, Shohet, 1985) we can focus on seven distinct aspects of the practitioner's work. The first focus is on the Client. In supervision practitioners can improve their empathy towards their clients and become more attuned to their motivation, needs and desires in the here-and-now of the professional relationship. The second focus is on the interventions the practitioners use. There might be things that they are unaware of and they can discover covert aspects of their relationships. The third focus is the Practitioner-Client relationship. It helps them get perspective on their relationship by using a metaphor or simply taking a detached view of it.

The fourth focus is the practitioner's processes. It is about examining the thoughts, emotions, sensations, behaviors and non-verbal communication the practitioner has in response to the client. The goal is to improve awareness of the practitioner's processes to get "data" that will allow them to learn much about the client, themselves and their relationship. The fifth focus is on the Practitioner-Supervisor relationship. Parallel processes can be identified here. This means that what happens in the Practitioner-Client context happens in the Practitioner-Supervisor context too. It helps us understand the Practitioner-Client system better. Parallel process may also operate in reverse – the relationship between the Practitioner and their client may mirror what happens between the practitioner and their supervisor.

MILYEN FÓKUSSZAL?

WITH WHAT FOCUS?

A hatodik fókusz a szupervízor folyamatain van. Ez a szupervízor képzeletéről szól, amelyben a kliens megjelenik és arról, hogy ő miképpen lépne vele interakcióba, ha a szakember helyében lenne. Ez abban segíti a szakembert, hogy a kliensével való kapcsolatában különféle aspektusokat fedezzen fel. (Megjegyzés: a kliensnek is lehetnek fantáziái a szupervízorral kapcsolatban – ha egyáltalán tudomása van róla.) Végül, a hetedik fókusz a szélesebb kontextuson van. Ez a kliens-szakember-szupervízor kapcsolat aktuális és történeti háttérével áll kapcsolatban. Itt léteznek ún. "Résztevők", akik befolyással bírnak erre a kapcsolatra: szervezetek, csoportok, a kliens élete és az abban szereplő emberek stb. Továbbá vannak az ún. "Szellemeik", amelyek szintén befolyásoló erővel bírnak. Ezek: egykori tanárok, már eltávozott családtagok, jelentős életesemények, de még a szakember saját történetei is ide tartoznak.

Összegzésképpen elmondhatjuk, hogy sikeres szupervízió egy formális, szerződéssel szabályozott kapcsolatban tud megvalósulni, amelyet kölcsönös bizalom és elismerés jellemez. Lényegében a kliens jólléte, a szakember szakmai fejlődése és a szakmába újonnan belépő és azt folytató szakemberek felügyelete érdekében van rá szükség.

A TA-s szakemberek kiképzéséhez és praxisához kapcsolódó szupervízió egyik legfontosabb eleme a Felnőtt-Felnőtt tranzakció. Ez egyenrangú viszonyt és partnerséget teremt a szupervízor és a szakember között, ami segít elkerülni a szimbiotikus kapcsolódást.

The sixth focus is on the Supervisor's processes. It is about the supervisor's imagination about the client, the way how they would interact with the client if they were in the Practitioner's place. It helps the Practitioner identify aspects of their relationship with the client. (Note: The Client might imagine the Supervisor – if aware of them – and can have fantasies about them too.) Finally, the seventh focus is on the wider context. It is about the current and historical background of the client-practitioner-supervisor relationship. There are so called Stakeholders who can influence this relationship: organizations, groups, the client's life and people in it etc. And there can be so called Ghosts with their influence too: schoolteachers in the past, deceased family members, significant life events and even the practitioner's personal histories.

In summary, to have a successful supervision, it should occur in the context of a formal, contracted relationship characterized by mutual trust and respect. It primarily exists for the welfare of the client, the professional development of the supervisee and gatekeeping for those who enter and continue to work in the profession.

One of the key elements of supervision for TA students and practitioners is the Adult-Adult transaction. This creates an equal relation and partnership between the supervisor and the practitioner that helps to avoid the symbiotic connection.

AZ "OKÉ ++" SZAKEMBER

THE "OK++" PRACTITIONER



Szupervízióban a hangsúly nem a hozott eset tartalmi vonatkozásain van, hanem a gyakorló szakemberrel történő kommunikáción, énállapot-határainak, viselkedésének, hiedelmeinek, szimbiotikus csábításainak és parazita érzelmeinek, esetleges kontaminációinak elemzésén. A szakember mások segítségével akkor válik kompetenssé miután saját énállapotainak határproblémáit kezelni tudja, a munkáját megzavaró játszmáival leszámolt, érzéseit hitelesen, nyíltan képes kifejezni, sorskönyvének destruktív elemeit karban tartja - azaz, amikor ő maga válik autonóm, lelkileg egészséges emberré. Elfogadja önmagát, nyitott, őszintén bízik a kliensben, és mindig tudja, mi történik vele és körülötte, azaz létepozíciója "OKÉ VAGYOK - OKÉ VAGY (OK++)".

In supervision the emphasis is not on the contents of the given case but on the communication with the practitioner, their ego state boundaries and the analysis of their behavior, beliefs, symbiotic invitations, parasite emotions and possible contaminations. The practitioner becomes competent in helping others when they are able to handle their own ego state boundary problems, overcome the games disturbing their work, express their emotions genuinely and openly and maintain the destructive components of their script - in other words when they become an autonomous, mentally healthy person. They accept themselves, they are open, they trust themselves and their clients, always know what is happening to them and around them, that is their existential position is "I AM OK YOU - ARE OK (OK++)".