

Paralelní proces v supervizi: kvalitativní výzkum

autoři: Joanna Hewitt Taylor, Stella Poole, Rosalind Rodway & Rob Tyson

zpracovala Blanka Stanovská - překlad a shrnutí článku

**Zdroj: European Journal for Qualitative Research in
Psychotherapy
ISSN 1756-7599, 2006, Issue 1**

Fenoménem paralelního procesu se ve své studii zabývala skupina čtyř gestaltových a integrativních psychoterapeutů a čtyř supervizorů. S tímto procesem ve svém supervizorském výcviku často setkávali, považovali ho za důležitý a jejich cílem bylo spojit nápady a myšlenky, které se k paralelnímu procesu vztahují, aby mu pak dokázali lépe porozumět a mohli své poznatky využít v praxi.

Při svých bádáních vycházeli z dřívější literatury, která se paralelním procesem zabývala. V raném období byl paralelní proces považován za nonverbální komunikaci, kdy terapeut přenášel události terapeutického vztahu do supervize a hledal tak způsob, jak se se situací vypořádat. Byl považován za nevědomý proces, který v supervizorovi vyvolával emoce stejné, jako cítil terapeut, který se identifikoval se svým klientem. Důraz byl kladen na přenos a protipřenos, projevy byly považovány za jednosměrné, z terapeutické do supervizní dyády. V dalším období byl rozšířen popis paralelního procesu na dvousměrný a u některých autorů až vícesměrný. Literatura s humanistickým pohledem popisovala paralelní proces jako interakční pole terapeut – pacient, které bylo replikováno do pole terapeut – supervizor, považovali ho za nevyhnutelný. V literatuře je též často zmiňován význam silného prožitku buď pouze supervizorem či ve vzájemné interakci terapeut - supervizor, které mohou být možnými ukazateli paralelního procesu. Dále také objevující se neobvyklé chování může pomoci k rozpoznání paralelního procesu. V literatuře je vyzdviženo nebezpečí posunu od supervize k terapii při práci s paralelním procesem, je doporučeno hraní rolí a modelování. Interpretace ve chvíli, kdy terapeut zažívá silné emoce, mohou vést k tomu, že se terapeut cítí nepochopen nebo souzen.

V metodologii studie byl zvolen fenomenologický výzkum vycházející z existencialismu, zahrnoval zkušenosti všech zapojených, jejich vlastní pohledy s cílem prozkoumat fenomen do hloubky. Účastníci se snažili porozumět prožitkům pomocí získaných dat, ve kterých se soustředili na významy a popis procesu, důležitost byla připisována objektivnímu pozorování. Při sběru dat byl použit model kooperativního šetření a v rámci kvalitativního výzkumu byla data analyzována induktivně. Na úvod byla prováděna skupinová diskuze, kdy jedna osoba zajistila záznam a přepis souvisejících zkušeností každého zúčastněného, následně si všichni poslechli nahrávky a společně se dohodli na převládajících motivech. Na jejich

základech pak byly formulovány semistrukturované rozhovory, které udržovali rovnováhu mezi flexibilitou a soustředěním a zároveň zvýšili porovnatelnost dat. Každý výzkumník pak provedl rozhovor s vybraným supervizorem, který měl zájem o paralelní proces a s účastí ve studii souhlasil. Následovala hlubší diskuze, ve které se objevovaly nové myšlenky a praktické zkušenosti. Řešené otázky se zaměřovali na témata: definice paralelního procesu, jeho možné ukazatele, vnímané dopady na supervizora a terapeuta a funkce přisuzované paralelnímu procesu. Tyto byly postupně rozvinuty a doplněny zkušenostmi celé skupiny, zahrnuty byly reakce na jednotlivé rozhovory, účastníci též navázali na údaje již dříve uvedené v literatuře a vzájemně je porovnávali.

Při hodnocení výsledků výzkumu se všichni účastníci shodli na definici paralelního procesu – jedná se o proces z jednoho vztahu, který je přehráván do druhého vztahu, zapojenými osobami jsou terapeut a supervizor. Část zúčastněných zakotvila paralelní proces v přenosu a zpětném přenosu. Všichni výzkumníci spojovali paralelní proces s teorií pole a to tak, že to, co se stane v jednom systému v jednom bodě v určitém čase může být přehráno v jiném systému, jindy a s jinou osobou. Paralelní proces vyvstává z konfigurace vzájemně integrujících zážitků, které zahrnují klienta, terapeuta a supervizora, objevující se zážitek je umístěn v čase jako moment, který může mít elementy z několika předchozích zážitků. Účastníci studie vnímají paralelní proces jako nevyhnutelný, spolu vytvořený a spolu se objevující, nedá se přesně určit, čím je spouštěn. Považují ho za nepatologický, neodvratný a není brán jako nedostatek terapeuta či supervizora. Prodromálním indikátorem paralelního procesu bývají silné emoce v supervizi projevující se zmateností, iritací, smutkem, beznadějí, paranoiou, úzkostí, izolací či pocitem zahlcení. Mohou být přítomny i tělesné doprovodné příznaky jako např. zvýšení tepové frekvence, únava, pocit napětí nebo neklidu. Dalším indikátorem může být nedostatek empatie jak u terapeuta, tak u supervizora, pocit terapeutické neschopnosti, změna v řeči či chování (např. náhlá neobvyklá neochota nebo trestání, což běžně nepatří k dané osobě). Všechny tyto projevy mohou u terapeutů vyvolávat pocit hanby, jehož zvládnutí závisí na jeho zkušenostech, začínající terapeuti se častěji cítili, jako by udělali něco špatně. Jedna z úloh supervizora je vytvořit dostatečné bezpečí, aby tyto nepříjemné prožitky vymizely, čímž je pak terapeut schopen vytvořit obdobný pocit bezpečí i pro klienta. Techniky práce s paralelním procesem se zaměřovali na prozkoumávání „tady a teď“ a práci s pocitem hanby a zmatení, snažili se pomáhat zúčastněným vyrovnat se s problémy, které z paralelního procesu vyvstali. Vycházeli z potřeb a zkušeností terapeuta s cílem naplnění potřeb klienta, doporučovali pěstovat „vnitřního supervizora“. Za hlavní funkci paralelního procesu je považováno předávání informací, „nevědomých zpráv“ z jedné konfigurace pole do druhé, což pomáhá supervizorovi i terapeutovi pochopit, co se mohlo dít s klientem. Tato informace byla vnímána jako nevědomá a proto obtížná na přenos jiným způsobem. Účelem je vyjádřit něco, co je mimo vědomí a může být odhaleno např. přehráváním. Výzkumníky též bylo zvažováno, zda dochází k paralelnímu procesu v případě, kdy se organismické potřeby a pudy dožadují pozornosti, jejich uvědomění je potenciálně příliš bolestivé či hanlivé a jsou tedy přesunuty do jiné konfigurace, kde by mohla být šance na jejich uvědomění a jsou tedy vyjádřeny ve vztahu k jiné osobě. Během

terapeutického sezení mohou být některé věci nesprávně „zaškatulkováno“ a objeví se v pravém světle až při supervizi v rámci paralelního procesu. Tímto lze paralelní proces využít jako indikátor problémů, které by supervizor či terapeut mohli užitečně probrat na svých terapiích ne proto, že udělali něco špatně, ale aby dali příležitost k dalšímu růstu. Všichni účastníci výzkumu se shodli na důležitosti toho, aby supervizor reagoval přiměřeně úrovni a schopnostem terapeuta, aby nedošlo k patologizování terapeuta či klienta. Paralelní proces může pomoci řešit nevědomé problémy, které by mohli bránit plnějším kontaktu či vztahu a tím vést k jejich zlepšení.

Závěrem výzkumu byla provedena diskuze k výsledkům bádání s podrobnějším rozvinutím daných témat. Pozitivně byla hodnocena možnost kombinování nápadů účastníků studie s nápady zkušených supervizorů, porovnání jejich myšlenek, sledování pohledů terapeutů i supervizorů, kteří byli ochotni prozkoumat svou úlohu v tomto procesu a odhalit sami sebe. Celkové shrnutí bylo zaznamenáno v esenci zážitku/zkušenosti, kde je paralelní proces hodnocen jako fenomen normální, nevyhnutelný, vždy přítomný, ale ne vždy figurální. Jedná se o nevědomý proces, který je přehráván, nabízí možnost pojmenovat nepojmenované, dát smysl přinášejícím informacím, které posouvá z dimenze „tehdy a tam“ do „tady a teď“. Jedná se o spolu se objevující proces, který nabízí možnost léčení. Často je doprovázen silnými nebo naopak žádnými pocity, změnami v projevech či tělesných funkcích na straně terapeuta či supervizora. Je to proces s nevyhnutelnou dynamikou pole a nelze určit počáteční bod jeho vzniku. Vzpomínky na paralelní proces mohou být rozmazány hanbou a vyžadují citlivost na straně supervizora, který by měl vymodelovat přístup zvědavosti, přijetí a propojenosti, neboť hanba se jeví indikátorem toho, že osoba očekává nedostatek podpory v poli. S paralelním procesem se lze vyrovnat použitím plného spektra přístupů dostupných supervizorovi, jejich výběr by měl být ovlivněn úrovní vývoje a vyspělosti terapeuta a jeho odolnosti vůči hanbě. Protlačení paralelního procesu do povědomí přináší možnost pochopení deficitů na straně klienta, terapeuta i supervizora, lze ho vidět jako reparativní přenos, kdy přenosové fenomény jsou prolomeny a kontakt je prohlouben.