

NA KRATKO O ONLINE KREATIVNI SUPERVIZIJI

Način dela:

Supervizant v kreativni superviziji na kratko predstavi svoje supervizijsko vprašanje, lahko s kratkim opisom klienta, opisom situacije ali etične dileme. Svoje vprašanje ali opis situacije lahko pripravi že vnaprej. Supervizor in kolegi v skupini poslušajo ali preberejo opis, mogoče podajo samo še kakšno dodatno vprašanje, zato da bolje razumejo celotno situacijo. V kolikor supervizijsko vprašanje ni dovolj jasno, supervizor pomaga le-to razjasniti do te mere, da je potreba supervizanta bolj jasna.

Zatem supervizor povabi supervizanta k določeni kreativni aktivnosti za katero meni, da bi supervizantu lahko pomagala pri razjasnitvi njegovega vprašanja. Supervizant je spodbujen, da se prepusti toku, da je lahko igriv in da raziskuje procese brez tega, da bi ga kdo ocenjeval ali kritiziral. Tekom te aktivnosti se supervizant osredotoči na svoje lastno doživljanje, opazuje svoje misli, čustva, potrebe po določeni akciji. Supervizor občasno facilitira, spodbuja proces, zatem pa pogosto supervizanta prepusti, da določeno aktivnost izvaja sam, pogosto v tišini.



V kolikor supervizant oceni, da mu omenjena aktivnost ni prijetna, da v njem zbuja neprijetne občutke ali sram, ker počne nekaj kar ni vajen, ima vso pravico povedati, da prekinja s to aktivnostjo. Supervizor v takem primeru spodbudi supervizanta, da zapiše kaj je doživljal in mu zatem zagotovi drugačen kreativen pristop k njegovemu supervizijskemu vprašanju.

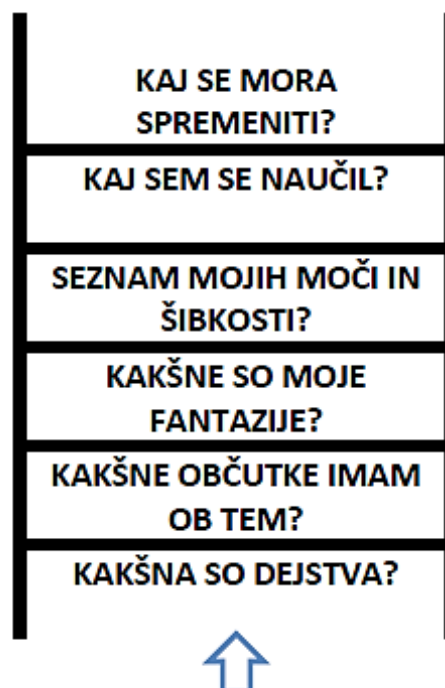
Ostali supervizanti proces opazujejo, lahko si v tišini zapisujejo svoje občutke, misli, dodatna vprašanja. Na Zoom-in platformi naj za čas, ko njihov kolega dela, pritisnejo »Mute«, zato da se jih ne sliši. Lahko jih bo supervizor tudi zaposlil, da se tekom procesa osredotočajo samo na določene segmente dela, ki ga opravlja njihov kolega.

Kreativna supervizija se od klasične razlikuje tudi v razpletu: ko supervizant zaključi s svojo aktivnostjo, je povabljen, da najprej zapiše kar se mu je dogajalo oz. kar se je iz nje naučil (včasih nekega zaključka še ne moremo narediti, se lahko pojavi kasneje in tudi to je ok). V kolikor naredi kakšen izdelek, ga fotografira za morebitno kasnejšo analizo. Zapisek in ugotovitve deli s supervizorjem in kolegi – če bo šlo za izdelek, vas bom prosila, da ga boste slikali in ga delili z vsemi v skupini ali kamero usmerili tako, da ga bomo videli.

Kolegi supervizantovo razlago samo sprejmejo in ne podajajo klasičnega feedbacka ali nekih podobnih situacij, ki so jih imeli oni sami z drugimi klienti ali v svojem življenju. Podajo pa svoj pogled na izdelek ali svoja občutenja, misli, ki so jih imeli ob njegovem opisu - observacijo npr. »Pri tvoji sliki jaz ne morem umakniti pogleda stran od, v meni sproža....« ali »ko si igral svojega klienta, se je v meni začel pojavljati.....«. Supervizant si ta opažanja zraven zapisuje. V kolikor začuti, da je zanj in za njegovo delo nekaj pomembnega, lahko ob koncu to deli.

Ob koncu supervizant sam naredi zaključke oz. poišče odgovore na supervizijsko vprašanje. Supervizor izjemoma poda kakšno usmeritev in še to praviloma samo takrat, ko zazna, da bi bil lahko kdo ogrožen.

Ob zaključku si supervizant lahko pomaga z naslednjo »lestvijo« - zapiše jo v svoj dnevnik:



Različne metode kreativne supervizije:

- Delo s kreativnim materialom (postavitev situacije, odnosa, ponazoritev klienta/terapevta/odnosov preko projekcij...)
- Risanje ali oblikovanje materiala kot kolaž, glina (pri tem je v ospredju proces, ne pa sam izdelek)
- Igranje vlog
- Vizualizacije, imaginacije
- Delo s telesom
- Delo z glasbo, zgodbami, pesmimi
-

Potreben material:

- Zvezek, listi za zapisovanje svojih občutkov, misli, zaključkov
- Pisala (vsaj nekaj različnih barv)
- Če je mogoče (tudi brez tega bo šlo!):
 - o še nekaj igrač ali malih predmetov (kar iz gospodinjstva npr. nekaj različnih zamaškov, gumic, kakšni trakci ali sukanci, zobotrebc, jedilni pribor, vata iz kopalnice, palčke za čiščenje ušes, kakšen obliž, pilica ipd.... ali kakšne različne začimbe....)
 - o stari časopisi ali revije, stare voščilnice, reklame
 - o škarje, lepilo

Ureditev sobe, mize za online kreativno supervizijo (v kolikor je le mogoče):

- V kolikor sedite za pisalno mizo, naj bo poleg računalnika še prostor na mizi vsaj za dva risalna lista (ni nujno, da imate risalne liste, lahko daste skupaj dva A4 lista) - da boste imeli malo dodatnega prostora za vajo in pisanje
- V kolikor nimate tako velike mize, si lahko uredite prostor za tokratno supervizijo tudi na tleh (v tem primeru potrebujete kakšno podlogo za sedenje, pa kakšno tršo podlogo, če bi slučajno risali, pisali)
- Če je mogoče priskrbite še en dodaten stol ali dodatno blazino, podlogo za sedenje (če bi slučajno igrali igro vlog, da lahko premaknete pozicijo)
- Poskrbite za dobro svetlobo v prostoru in za dober zvok
- V kolikor so v vašem stanovanju še drugi stanovalci, poskrbite, da vas ne bodo motili in uporabljajte slušalke, zato da zaščitite druge kolege v skupini (da se ne sliši vsaj njih)
- Zoom-in platforma: v e-mailu, ki vam ga bom poslala, bo link do te platforme – če še niste uporabljali te platforme: ne potrebujete se registrirati v Zoom-in, boste pa morali namestiti program, običajno traja kaki dve minuti. Zatem nastavite še uporabo vaše kamere na računalniku in mikrofon in to je to....

Barbara Repinc Zupančič, s.p.

**Psychotherapy, counseling,
supervision and education**

+386 41 35 85 93

barbara@psihoterapevt.si

www.psihoterapevt.si

Pa še nekaj malega o meni

Barbara Repinc Zupančič, univ. dipl. pedagog. in soc. kult., certificirana transakcijska analitičarka, smer psihoterapija, certificirana integrativna supervizorka in supervizorka transakcijske analize (smer psihoterapija), članica društev Sinta in Sloventa

Izvajam psihoterapijo za mladostnike in odrasle ter sem gostujoča učiteljica in supervizorka psihoterapije v Sloveniji, VB, Indiji in na Hrvaškem. Nudim individualno in skupinsko supervizijo v različnih delovnih okoljih. Pridobila sem diplomo iz integrativne supervizije ter mednarodni naziv supervizorke in meta supervizorke transakcijske analize. Moje delo sloni na prepričanju, da je supervizija relacijski proces, kjer lahko reflektiramo in se učimo skupaj. Že več let pri svojem delu uporabljam in razvijam različne kreativne pristope (kolaž, risanje, peskovnik, igrače ...).

Veselim se srečanja z vami!

Barbara