

Основни аспекти на Фокусираната към решения супервизия

Ваня Динева

Abstract: Basic aspects of the Solution Focused Supervision: *This article outlines the concept of Solution Focused Supervision. Many of the qualities of this approach are isomorphic to the theory/therapy of the solution-focused model. The supervisory process is conceptualized as a conversation in which supervisor and supervisees are mutually shaping the meaning of the experience through their discourse.*

Key words: *Solution Focused Supervision, supervisor, supervisee.*

ВЪВЕДЕНИЕ

Супервизията е един от методите за теоретично и практическо повишаване квалификацията на специалисти в областта на помагащите професии [1, 3, 4.], който поддържа качеството и стандартите на извършваната дейност. Тя е ключов елемент на професионалното развитие [5] в образованието, здравеопазването, социалните дейности и т.н., засягащ способността за прилагане на наличното знание в интерес на клиентите към конкретна ситуация [6]. Супервизията е интервенция, осъществяваща се от опитни професионалисти (супервизори) по отношение на други такива (супервизирани), които са начинаещи и/или с недостатъчна практика в съответната работна сфера. Такива отношения имат определена продължителност, предполагат оценка и поставяне на цели за подобряване на професионалното функциониране, както и мониторинг на качеството на обслужване на клиентите [7]. В практиката се прилагат различни модели на супервизия като всеки от тях отразява концептуалната и методологическа основа на супервизора, неговите методи и подходи на работа [4] съобразно професионалната му компетентност и потребностите на супервизираните. Един от най-популярните (поради своята прагматичност) и широко използвани модели в световен мащаб е Фокусираната към решения супервизия, в чиято основа е колаборативния разговор, създаващ значения в езиков контекст чрез договаряне между супервизор и супервизиран за съ-сътворяване на една нова реалност.

ИЗЛОЖЕНИЕ

Моделът на Фокусираната към решения супервизия е повлиян от работата на Центъра за кратка семейна терапия в Милуоки, насочена приоритетно към развитието на ефективни методи за изследване в обучението/супервизията в контекста на фамилната терапия. Много от неговите характерни особености са изоморфни на Фокусираната към решения кратка терапия, която е ориентирана към използването на езиково приспособими модели за приложими решения в конкретни ситуации. Обобщено изразено тези особености включват:

1. Насърчаване и подпомагане на сътрудничеството между супервизор и супервизиран чрез идентифициране на уникални съгласувани модели за отговор в процеса на разговор;

2. Фокусиране върху силните страни (а не върху дефицитите) на супервизирания, за да се улесни неговата промяна и прогрес;

3. Преодоляване професионалната безизходица на супервизирания чрез приемането на клиента като експерт на собствените му преживявания и опит [14].

Фокусираната към решения супервизия паралелно с терапевтичната практика (таблица 1.) е ориентирана към уникалността на всеки човек, неговите интереси, цели и възможности. Най-важната ѝ особеност се състои в реализирането на разговора/диалога между супервизора и супервизирания, при който те си сътрудничат в работата по създаването на нова езикова реалност. Основният фокус е върху потенциалния хипотетичен опит отвъд проблемната ситуация. Предполага се, че всяко професионално затруднение довело до потребност от супервизия има

изключение и/или в практиката си супервизираният е преживял определена степен на успешност по отношение на някои проблемни аспекти. При това се акцентира на времето когато е постигнат успеха, изследват се възможностите за нови и различни резултати. Супервизираният се насочва към повторни опити на това, което е работило за неговата ситуация в минали периоди от време с цел да придобие увереност в способността си за бъдещи промени.

Таблица 1. Сравнителна характеристика на ФРС и ФРКТ [16]

Фокусирана към решения супервизия (ФРС)	Фокусирана към решения кратка терапия (ФРКТ)
Ориентирана към ползите за супервизирания в хода на неговата професионална работа.	Ориентирана към ползите за клиента в хода на терапията.
Фокусирана върху способностите, уменията и силните страни на супервизирания	Фокусирана върху ресурсите, силните страни и възможните решения (а не върху проблема)
Прагматична – помага на супервизирания да забележи това, което работи за него (умения, способности, творчески идеи и др.) в услуга на клиента.	Прагматична – помага на клиента да забележи това, което работи за него (добри качества, умения, способности и др.)
Сътрудничи със супервизирания в хода на професионалната му работа при зачитане на неговата автономност и свобода на избор по отношение на собственото му поведение	Сътрудничи с клиента в хода на терапията при зачитане на неговата автономност и свобода на избор по отношение на собственото му поведение
Конструктивно се вслушва в думите на супервизирания, за да открие неговите уникални страни и ресурси в оказването на помощ на клиента и в общата му практика	Конструктивно се вслушва в думите на клиента, за да открие неговите уникални страни и ресурси
Подтиква супервизирания да детайлизира своите идеи за възможното желано и предпочитано бъдеще по отношение на работата с клиента или в работния си контекст.	Подтиква клиента да детайлизира своите идеи за възможното желано и предпочитано бъдеще
Използва скалиращи и циркулярни въпроси за да се отбележи и измери прогреса на супервизирания по отношение на неговата най-добра практика, както и на всичко важно за него.	Използва скалиращи и циркулярни въпроси за да се отбележи и измери прогреса на клиента по отношение на неговите цели и предпочитано бъдеще, както и на всичко важно за него.
Стреми се към най-добра супервизираща практика. Проявява професионализъм по отношение на време, място, конфиденциалност, етични правила и норми, както и съответна отговорност и грижа за клиента.	Стреми се към най-добра терапевтична практика. Проявява професионализъм по отношение на време, място, конфиденциалност, етични правила и норми.

От посочените по-горе сравнителни характеристики е видна голямата близост на супервизиращата с терапевтичната практика. В този смисъл структурата на Фокусираната към решения супервизия е подобна на тази на една терапевтична

сесия и включва:

1. Отваряне на сесията с полезните за супервизирания теми за обсъждане;
2. Поставяне на реалистични, конкретни и достижими цели, имащи смисъл за супервизирания в неговата конкретна ситуация;
3. Изследване на изключенията от проблемната ситуация;
4. Разработване на други възможности с очертаване на стъпките за постигане на целта и оценка на постигнатата промяна;
5. Даване на обратна връзка с признаване и подкрепяне на постигнатите до момента успехи;
6. Предложения за специфични поведенчески активности.

В хода на интеракцията се използват и специфични техники на терапевтичния модел, които са адаптирани за практиката на супервизията с насоченост към изграждането на контекстуалната реалност на компетентност [10, 11, 12], допринасят за постигането на поставените цели и включват:

1. Въпрос за чудото, който променя не само времето, но и интеракцията по посока на решението. Говоренето за проблема е в минало и сегашно време, но решенията винаги са в бъдеще. Затова супервизора говори за това, което още не се е случило, но ще се случи:

„Представте си, че сте работили по-добре с вашия клиент и настоящите затруднения са преодоляни. Кои ще бъдат първите признаци за Вас, че това чудо се е случило?“ [13].

„Какво ще бъде по-различно за Вас и/или вашия клиент, когато това вече не е проблем?“

„Ако ние работехме на оптимално ниво (на нивото на най-добрата супервизия) как биха изглеждали нещата за Вас?“ [16].

По този начин супервизираният се подпомага към изграждането на позитивна визия за бъдещето на професионалната си работа с клиента. Той се отклонява от стария си начин на мислене, защото ако може да си представи промяната, след това ще започне да мисли как да я направи. Така му се предоставя възможност да си изясни и конкретизира целите, да се фокусира върху тях, да изгради убедителна представа за реализацията на предпочитаните действия, както и да допусне, че успехът ще се случи. От тук нататък следва формулиране и съответно осъществяване на действени малки стъпки, които биха могли да създадат едно такова предпочитано бъдеще.

2. Въпроси за скалиране, които подчертават, че промяната е непрекъснат процес и позволяват идентифицирането и разграничаването на постигнатите малки промени:

„По скалата от 0 до 10, в която 0 означава, че вашата ефективност с клиента е на най-ниско ниво, а 10 – на възможно най-доброто, къде се намирате днес по тази скала?...До къде бихте искали да стигнем?...Как ще изглеждат нещата когато сте там?... Какво ще бъде първото нещо, което трябва да направите?... Какво ще бъде по-различно, когато се придвижите с една стъпка по-напред?“ [13, 16].

Тези въпроси се използват не само за детайлизирани отговори на „чудото“, но и за измерване на прогреса, готовността за действие, вероятността за успех (надеждата) и всичко важно за супервизирания. Те конструират идеята, че от проблема до решението има „път“, последователност от малки и конкретни стъпки. По този начин се признава постигнатият прогрес, който е не само забележим, но и измерим.

3. Въпроси за изключения, които са ориентирани към идентифициране на примери за решението в минал период от време:

„Кога за последен път това чудо беше факт във вашата работа?“

„Разкажете ми за времето, в което този проблем не съществуваше?“

„Как се справяхте досега?...Кое беше най-успешно?...Кой и как Ви помогна?“

Супервизорът се интересува кой какво е правил в тези моменти, кой друг е присъствал, кой е бил най-изненадан от липсата на затруднението, кой пръв е забелязал разликата, кога и къде се е случило това малко “чудо”. С подобни въпроси супервизирият се насочва към периодите/събитията, в които промяната е била очевидна (но незабелязана) с цел да се фокусира върху това, което работи за него в услуга на клиента.

4. Въпроси свързани с успехите на супервизирият, които подчертават значимостта на изключенията от проблемната ситуация:

“Как успяхте?...Как го направихте?...Как го постигнахте?“

Разбирам, че Ви е много трудно с този клиент, но как успяхте да направите така, че той да продължава да идва при вас всяка седмица?“

„Как мислите, какво е забелязал вашият клиент относно промяната?...Какво отчитате при тази промяна?“

В отговорите на тези въпроси се откриват много признаци за постигнат успех и супервизора се стреми да ги подчертае като се фокусира върху личната отговорност и персоналните ресурси на супервизирият за справяне със затрудненията му. Акцентът е да се обърне внимание на успешните опити, които могат да се повторят, затвърдят и превърнат в правило.

В края на всеки разговор супервизора отправя послание към супервизирият, включващо комплименти към всичко направено до момента в опитите за разрешаване на проблемната ситуация. Признава се нейната трудност и се отправят предложения са последващи специфични поведенчески активности.

Продължителността на супервизията е пряко детерминирана от нуждите и потребностите на супервизирият, т. е. когато той заяви удовлетворението си от постигнатия прогрес процесът приключва.

Фокусираната към решения супервизия, прилагаща се в индивидуален и групов формат е получила широка популярност като изключително практичен и ефективен модел, който води до успешни резултати в работната сфера на помагачите професии [8, 15, 16]. Тя осигурява структурирана рамка и поставяйки акцент върху дискурса, предоставя възможност на супервизора и супервизирият да се ангажират с висока степен на рефлексивност за техните собствени практики.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Моделът на Фокусираната към решения супервизия предлага радикална трансформация на взаимоотношението супервизор-супервизирият, което не се основава на йерархичен принцип, а на пълна колаборация и сътрудничество. При това на супервизирият не се налага да бъде в ролята на не-знаещ и не-можещ в усилията си да се справи с проблемната ситуация, в която е попаднал, а точно обратното – супервизора с фасилитаторската си роля го насърчава като акцентира на неговите желаниа, цели, умения, възможности, силни страни и успехи, подчертаващи личната му отговорност и персонални ресурси за справяне със затрудненията. В този смисъл промените в хода на супервизията се разглеждат като случващи се в езика, защото те се генерират от това, за което говорим и начина, по който говорим.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Бурлачук, Л., А. Кочарян, М. Жидко. Психотерапия. Москва, Питер, 2007.
- [2] Динева, В. За възможностите на Фокусираната към решения кратка терапия при зависимост към психоактивни вещества. Научни трудове, Русенски университет, т. 52, с. 6.2, 138 -141, 2013.
- [3] Карвасарский, Б. Психотерапия. Москва, Питер, 2007.
- [4] Кулаков, С. Супервизия в психотерапии. Санкт-Петербург, 2004.
- [5] Младенова, М. Клинична супервизията в психиатричната практика. В Клинична супервизия в психиатрията – част 2. БПА, 2002.
- [6] Младенова, М. Основи на супервизията в психиатричната практика. В Клинична супервизия в психиатрията – част 1. БПА, 2002.
- [7] Bernard, J., R. Goodyear. Fundamentals of clinical supervision (3rd ed.). Boston: Allyn & Bacon, 2004.
- [8] Briggs, J., G. Miller. Success enhancing supervision. Journal of Family Psychotherapy, Vol. 16, 1/2, 199-222, 2005.
- [9] Dineva, V. Origin and Philosophy of the Solution Focused Brief Therapy. Современные проблемы гуманитарных и естественных наук, XVIII Международной научно-практической конференции, Москва, 435-438, 2014.
- [10] Geyerhofer, S., Y. Komori. Integrating poststructuralist models of brief therapy. Brief Strategic and Systemic Therapy European Review, №1, 46–64, 2004.
- [11] Knight, C. Integrating solution-focused principles and techniques into clinical practice and supervision. The Clinical Supervisor, Vol. 23 (2), 153–173, 2004.
- [12] Koob, J. The effects of solution-focused supervision on the perceived self-efficacy of therapists in training. The Clinical Supervisor, Vol. 21 (2), 161–183, 2002.
- [13] O'Connell, B., C. Jones. Solution focused supervision. Counselling, Vol. 8 (4), 289-292, 1997.
- [14] Rudes, J., L. Shilts, I. Berg. Focused supervision seen through a recursive frame analysis. Journal of Marital & Family Therapy, Vol. 23 (2), 203-215, 1997.
- [15] Seleman, M., T. Todd. Co-creating a context for change in the supervisory system: The solution-focused supervision model. Journal of Systemic Therapies, Vol. 14 (3), 21-23, 1995.
- [16] Waskett, C. The pluses of solution-focused supervision. Healthcare Counseling and Psychotherapy Journal, Vol. 6 (1), 9-11, 2006.

За контакти:

д-р Ваня Динева, психолог, Център за психично здраве - Русе, Отделение за лечение на зависимости, консултант по метода „Фокусирана към решения кратка терапия“, тел.: 0898 266 832, e-mail: vania_dineva@abv.bg