

<https://doi.org/10.15388/vu.thesis.332>
<https://orcid.org/0000-0001-8975-7832>

VILNIAUS UNIVERSITETAS

Marija Vaštakė

Vyrų ir moterų refleksyvumo patirtys egzistencinės terapijos supervizijoje

DAKTARO DISERTACIJA

Socialiniai mokslai,
Psichologija (006 S)

VILNIUS 2022

Disertacija rengta 2017–2021 metais Vilniaus universitete.

Moksliniai vadovai:

prof. habil. dr. Rimantas Antanas Kočiūnas (Vilniaus universitetas, socialiniai mokslai, psichologija – (006 S). Nuo 2017– 10– 01 iki 2019– 06– 25;

doc. dr. Paulius Skruibis (Vilniaus universitetas, socialiniai mokslai, psichologija – (006 S). Nuo 2019 – 06 – 26 iki 2021– 09 – 30.

Pirmininkė – prof. dr. Ilona Laurinaitytė (Vilniaus universitetas, socialiniai mokslai, psichologija – S 006).

Nariai:

doc. dr. Asta Adler (Vilniaus universitetas, socialiniai mokslai, psichologija – S 006);

doc. dr. Neringa Grigutytė (Vilniaus universitetas, socialiniai mokslai, psichologija – S 006);

prof. dr. Dalius Jonkus (Vytauto Didžiojo universitetas, humanitariniai mokslai, filosofija – H 001);

prof. dr. Simon du Plock (Metanoia institutas, Didžioji Britanija, socialiniai mokslai, psichologija – S 006).

Disertacija ginama viešajame Gynimo tarybos posėdyje 2022 m. birželio 27 d. 15 val. Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto 214 auditorijoje. Adresas: Universiteto gatvė 9/1, Vilnius, Lietuva, tel. + 370 5 266 7616; el. paštas info@fsf.vu.lt

Disertaciją galima peržiūrėti Vilniaus universiteto bibliotekoje ir VU interneto svetainėje adresu: <http://www.vu.lt/naujienos/ivykiu-kalendorius>

<https://doi.org/10.15388/vu.thesis.332>
[https://orcid.org/ 0000-0001-8975-7832](https://orcid.org/0000-0001-8975-7832)

VILNIUS UNIVERSITY

Marija Vaštakė

Men and women's experiences of reflexivity in existential therapy supervision

DOCTORAL DISSERTATION

Social sciences,
Psychology (006 S)

VILNIUS 2022

This dissertation was written between 2017 and 2021 at Vilnius University.

Academic supervisors:

Academic supervisor – Prof. Dr. Rimantas Antanas Kočiūnas (Vilnius University, Social Sciences, Psychology – S 006). From 2017– 10 – 01 to 2019 – 06 – 25;

Academic supervisor – Assoc. Prof. Dr. Paulius Skruibis (Vilnius University, Social Sciences, Psychology – S 006). From 6– 26– 2019 to 9 – 30 – 2021

This doctoral dissertation will be defended in a public meeting of the Dissertation Defence Panel:

Chairwoman – Prof. dr. Ilona Laurinaitytė (Vilnius University, Social Sciences, Psychology – S 006).

Members:

Assoc. Prof. dr. Asta Adler (Vilnius University, Social Sciences, Psychology – S 006);

Assoc. Prof. dr. Neringa Grigutytė (Vilnius University, Social Sciences, Psychology – S 006);

Prof. dr. Dalius Jonkus (Vytautas Magnus University, Humanitarian Sciences, Philosophy – H 001);

Prof. dr. Simon du Plock (Metanoia University, United Kingdom, Social Sciences, Psychology – S 006).

The dissertation shall be defended at a public meeting of the Dissertation Defence Panel at 15:00 on 27 of June in 214 Room of the Faculty of Philosophy.

Address: Universiteto Street 9/1, Vilnius, Lithuania.

Tel. +370 5 266761; e-mail: info@fsf.vu.lt

The text of this dissertation can be accessed at the Vilnius University Library as well as on the website of Vilnius University:

<http://www.vu.lt/naujienos/ivykiu-kalendarius>

TURINYS

TURINYS.....	5
PRATARMĖ	8
1. TEORIJŲ IR TYRIMŲ APŽVALGA.....	14
1.1 Supervizijos apibrėžimas	14
1.1.1 Supervizijos funkcijos	15
1.2 Supervizijų moksliniai tyrinėjimai	18
1.2.1 Supervizijų tyrimų kryptys	18
1.2.2 Supervizijų efektyvumas. Sisteminė tyrimų apžvalga	21
1.2.3 Kultūros, lyties ir santykio su autoritetu sąsajos supervizijos procese	29
1.2.4 Supervizuojamųjų lyties ir santykio su autoritetu reikšmė supervizijoje.....	31
1.3 Egzistencinės-fenomenologinės supervizijos samprata	33
1.4 Refleksyvumo fenomeno psichoterapinėje supervizijoje samprata, jo atskyrimas nuo kitų gretutinių sąvokų	37
1.5 Tyrėjos savirefleksija apie teorinės dalies rengimą	40
1.6 Literatūros ir tyrimų duomenų apibendrinimas ir problemos formulavimas	41
1.7 Tyrimo tikslas ir uždaviniai	41
2. TYRIMO METODIKA.....	43
2.1 Tyrimo analizės ir duomenų rinkimo būdo pagrindimas	43
2.1.1 Interpretacinės fenomenologinės analizės (IFA) metodo pasirinkimas ir aprašymas.....	45
2.1.2 Giluminių pusiau struktūruotų interviu kaip duomenų rinkimo būdo pasirinkimas.....	51
2.1.3 Pasiruošimas atlikti tyrimą	55
2.2 Tyrimo dalyviai.....	57
2.2.1 Tyrimo dalyvių paieška ir atranka	57
2.2.2 Tyrimo dalyvių demografiniai duomenys.....	58
2.2.4 Homogeniškumo kriterijus	62
2.2.5 Patyrimo universalumo kriterijus	63
2.2.6 Informacija apie Humanistinės ir egzistencinės psichologijos instituto programą „Egzistencinė terapija“	64
2.3 Tyrimo eiga.....	65
2.3.1 Tyrimo vieta ir trukmė.....	65
2.3.2 Etiniai tyrimo aspektai.....	66
2.3.3 Kokybinio tyrimo kokybės užtikrinimas	67
3. TYRIMO RADINIAI.....	70
3.1 Refleksyvumo patirtys supervizijoje, atspindinčios moterų interviu: refleksyvumo plėtojimą ir slopinimą apibūdinančios temos.....	71
3.1.1 Pirmosios bangos (T1) interviu (2018 metai): tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirtys supervizijoje	71

3.1.2 Antrosios bangos (T2) interviu (2021 metai): tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirtys supervizijoje	93
3.1.3 Pirmosios (T1) ir antrosios (T2) bangos tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirčių supervizijoje palyginimas	103
3.2 Refleksyvumo patirtys supervizijoje, atsispindinčios vyrų interviu: refleksyvumo plėtojamą ir slopinimą apibūdinančios temos	107
3.2.1 Pirmosios bangos (T1) interviu (2018 metai): tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirtys supervizijoje.....	107
3.2.2 Antrosios bangos (T2) interviu (2021 metai): tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirtys supervizijoje.....	117
3.2.3 Pirmosios (T1) ir antrosios (T2) bangos tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirčių supervizijoje palyginimas	129
3.3 Moterų ir vyrų radinių palyginimas bei tyrimo radinių apibendrinimas	131
4. DISKUSIJA.....	140
4.1 Radinių aptarimas kitų tyrimų kontekste	140
4.1.1 Ilgalaikių supervizijų santykių įtaka refleksyvumui	140
4.1.2 Supervizorių buvimo būdų ir jų naudojamų atskirų supervizijų intervencijų įtaka refleksyvumui	150
4.1.3 Supervizoriaus asmenybės svarba refleksyvumui	152
4.1.4 Refleksyvumo kelias nuo „vaikystės“ link „brandos“ ir „vidinio supervizoriaus gimimas“	153
4.2. Tyrimo stiprumas, ribotumai ir tolesnių tyrimų galimybės.....	155
5. APIBENDRINIMAI.....	158
REKOMENDACIJOS	160
NAUDOTA LITERATŪRA	162
PRIEDAI	183
PADĖKA.....	204
SUMMARY	206
PUBLIKACIJOS IR PRANEŠIMAI DISERTACIJOS TEMA	235
GYVENIMO, KŪRYBINĖS IR MOKSLINĖS VEIKLOS APRAŠYMAS	236

PAGRINDINĖS SĄVOKOS

Psichoterapinė supervizija – tai oficialiai patvirtintų, supervizorių kvalifikaciją turinčių specialistų teikiama profesinė pagalba, orientuota tik į profesinių sunkumų įveikimą, vykdoma santykiškai grįstu būdu (angl. *relationship-based education*) ir nukreipta į supervizuojamųjų palaikymą, jų profesinių kompetencijų plėtojimą ir darbo vertinimą (Milne, 2007). Supervizija, kaip mokymosi iš savo patirties metodas, teorines žinias versdama praktiniais įgūdžiais, padeda praktikuojantiems specialistams vystyti savo profesinį refleksyvumą, pateikia naujų profesinių ir asmeninių įžvalgų, padeda susidoroti su profesiniais sunkumais (Žorga, 2002).

Supervizorius – labiau patyręs, didesnę patirtį turintis specialistas (supervizoriaus sertifikatą turintis specialistas).

Supervizuojamasis – asmuo, besikreipiantis į supervizorių profesinės pagalbos.

Refleksyvumas psichoterapinėje supervizijoje suprantamas kaip dinamiškas, daugiamačis fenomenas, apimantis savęs (t. y. supervizuojamojo minčių, jausmų, elgesio, kūno reakcijų), kito (supervizoriaus) ir to, kas vyksta tarp jų, įsisąmoninimą bei savo atliekamo darbo konceptualizavimą, vykstantį pačiame supervizijos procese, o ne po jo, kai visi šie išvardyti veiksmai atliekami vienu metu, simultaniškai (Vaštakė & Skruibis, 2021).

Supervizijų santykiai (supervizijų darbinis aljansas) – santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, užimantis svarbiausią vietą supervizijos procese, tačiau savo forma ir tikslu besiskiriantis nuo terapinio darbinio aljanso. Supervizijų darbinis aljansas apibūdinamas kaip emocinis ryšys tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, kur pagrindinis dėmesys tenka supervizuojamojo psichoterapinės praktikos analizei (Palomo, Beinart, & Cooper, 2010; Tangen & Borders, 2016; Wiener et al., 2006).

Supervizijų veiksniai – su supervizuojamuoju, supervizoriumi ir supervizijos procesu susiję veiksniai, padedantys supervizuojamajam profesiskai tobulėti.

PRATARMĖ

*Egzistencinės – fenomenologinės supervizijos esmė – ne pateikti
supervizuojamiesiems paaiškinimus ar atsakymus, bet padėti jiems suprasti sunkumus jų
atsiradimo kontekste.*

Todėl svarbiausia yra išgirsti...

Rimantas Kočiūnas, 2005

*Pagrindinis egzistencinės supervizijos dėmesys yra
skirtas „čia ir dabar“ procesui tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, nes supervizių
kambaryje nėra kliento, o yra tik „terapeutas, kuris sutiko klientą“.*

Simon du Plock, 2009

*Didžiausia supervizijos vertė yra tas užgimstantis jausmas,
kad visi atsakymai yra tavyje, tik jiems pasiekti
reikalingas „kitas“.*

Monika, tyrimo dalyvė

Supervizija yra neatsiejama psichologų praktikų mokymosi dalis, apimanti įvairias psichologijos sritis: klinikinę psichologiją, psichologinį konsultavimą, psichoterapiją (Pelling et al., 2017; Tugendrajch, 2021; Watkins, 2011). Supervizija sujungia teoriją ir praktiką, supervizijos procese teorinės žinios transformuojasi į praktinius įgūdžius (Kočiūnas, 2005; Overholser, 2004; Pelling et al., 2017; Watkins, 1998). Daugelis autorių teigia, kad supervizija yra pats svarbiausias būsimųjų psichoterapeutų ir konsultantų mokymosi komponentas, labiausiai plėtojantis jų profesines kompetencijas (Hill & Knox, 2013; Ladany & Inman, 2012; Watkins, 2011), ir tai nepriklauso nuo to, kur dirba psichologas ar psichoterapeutas, – ligoninėje, psichikos sveikatos centre, mokykloje ar užsiima privačia praktika (Schweitzer & Witham, 2018). Supervizija taip pat apsaugo psichoterapijos klientus, kai jiems padeda dar tik besimokantys, nepatyrę specialistai (Kočiūnas, 2005), o specialistams supervizija padeda apsisaugoti nuo profesinio perdegimo (Johnson et al., 2020) ir profesinio vienišumo (Kočiūnas, 2005). Supervizija yra integrali kiekvieno psichoterapijos atvejo dalis, nes psichoterapeutas „negydo“ kliento vienas, o tik bendradarbiaudamas su supervizoriumi (North, 2013). Psichoterapinė supervizija daugelyje pasaulio šalių laikoma pačiu veiksmingiausiu, visą psichoterapeutų gyvenimą trunkančiu profesinių įgūdžių mokymosi ir palaikymo procesu, padedančiu tapti savarankiškais refleksyviais praktikais, o jos efektyvumą patvirtina kol kas negausūs moksliniai tyrimai (Bambling et al., 2006; Gilbert & Evans, 2000; Milne & Watkins, 2014; Kühne et al., 2019; Pelling et al., 2017; Rousmaniere et al., 2016; Schweitzer & Witham, 2018; Tugendrajch, 2021; Vaštakė & Kočiūnas,

2017; Watkins, 2012a). Nepaisant supervizių svarbos praktikuojantiems specialistams, įrodymais grįsta bazė yra itin menka (Alfonsson et al., 2018; Kuhne et al., 2017; Owen, 2015; Tugendrajch, 2021), kol kas nėra gausu ir įrankių (klausimynų), kurie būtų pritaikyti tyrinėti supervizijos procesą (Schweitzer & Witham, 2018).

Pastaruoju metu mokslinėje literatūroje vis dažniau keliama klausimų apie praktikuojančių specialistų kompetencijų plėtojimą supervizijos procese, taip pat apie refleksyvųjų kompetencijų plėtojimą, tad savo darbe pasirinkome tyrinėti refleksyvumą kaip svarbiausią, tačiau itin menkai tyrinėtą psichoterapeutų gebėjimą. Moksliniuose šaltiniuose nurodoma, kad refleksyvumas turi įtakos tinkamo darbinio aljanso tarp psichoterapeutų ir psichoterapijos klientų kūrimui ir plėtojimui, dėl šios priežasties refleksyvumo plėtojimas supervizijos procese laikomas pagrindiniu ir svarbiausiu supervizijos tikslu (Beebe & Lachmann, 2003; Calvert et al., 2016; Grant et al., 2012; Haahrhoff, 2006; Fonagy et al., 2005; Neimeyer et al., 2016; Neufeldt, 1999; Plantade-Gipch et al., 2021; Safran et al., 2007). Gerai išvystytas refleksyvumas padeda praktikuojantiems specialistams geriau suprasti psichoterapinį santykį ir psichoterapijos procesą, taip pat identifikuoti bei šalinti psichoterapiniame santykiuje atsirandančius sunkumus (Fonagy et al., 2005; Plantade-Gipch et al., 2021). Refleksyvumo augimas supervizijos procese lemia supervizuojamųjų, jų psichoterapijos klientų ir paties psichoterapijos proceso suvokimo pokyčius, o tai keičia ir psichoterapinę / konsultacinę praktiką (Neufeldt et al., 1996).

Tyrimų, kuriuose būtų keliamas refleksyvumo raiškos ir raidos klausimas, supervizijos procese neaptikome, taip pat nepavyko rasti atskiro refleksyvumo fenomeno analizės supervizių teorinio modelio. Kadangi supervizija turi savo specifiką, kuri priklauso nuo teorinio modelio, savo tyrime pasirinkome refleksyvumą tyrinėti egzistencinės terapijos supervizijos kontekste.

Supervizuojamųjų lyties¹ reikšmė tiek supervizių rezultatams, tiek pačiam supervizijos procesui kol kas yra itin nedaug tyrinėjama (Doughty & Leddick, 2007; Jordan, 2007; Tarshis & Baird, 2021; Wind et al., 2021). Nors minima, kad supervizija yra vienodai naudinga tiek vyrams, tiek moterims (Borders & Leddick, 1987; Jordan, 2007; Tarshis & Baird, 2021) ir jokių esminių lyčių skirtumų, lemiančių supervizijos proceso pokyčius ar supervizijos rezultatus, plėtojant supervizuojamųjų profesines kompetencijas, neaptikta (Jordan, 2007; Tarshis & Baird, 2021), vis dėlto šiuo klausimu domimasi ir mokslinių

¹ Supervizuojamųjų ir supervizių lytis (angl. *gender*) bus suprantama kaip socialinis konstruktas, apimantis psichologinius lyčių ypatumus (Shannon, 2019).

straipsnių autoriai rekomenduoja supervizijos procese tyrinėti ir lyties klausimą.

Idomu, kad tyrimuose, analizuojančiuose psichoterapijos veiksmingumą, neretai minima psichoterapeutų ir psichoterapijos klientų lyčių reikšmė psichoterapijos procesui bei psichoterapijos rezultatams, taip pat manoma, kad kartais ir psichoterapijos specifika yra pasirenkama pagal lytį (Bieliauskienė & Gudaitė, 2014; Staczan et al., 2017). Owen su bendraautoriais (2009), taip pat Staczan ir bendraautorių atliktuose tyrimuose (2017) yra minima, kad nei psichoterapeutų, nei psichoterapijos klientų ir psichoterapeutų bei psichoterapijos klientų diadų homogeniškumas ar heterogeniškumas neturi esminių skirtumų psichoterapijos rezultatams, tačiau prie lyties prisidėjus kitiems faktoriams (pvz., psichoterapeutų asmenybės ypatumams, jų lyties kompetencijų² išsivystymo lygiui, psichoterapijos klientų psichologinių problemų sunkumų specifikai) skirtumų gali būti aptinkama.

Kadangi daugelis supervizijos tyrinėtojų pažymi, jog ateities tyrimuose verta atkreipti dėmesį į su lytimi susijusius klausimus supervizijos procese (Chung et al., 2001; Granello, 2003; Ellis & Robbins, 1993; Shannon, 2019), turėdami omenyje šią mokslinę spragą ir atsižvelgdami į tyrėjų rekomendacijas, savo tyrime nutarėme į refleksyvumo fenomeno raidą ir raišką supervizijos procese pasižiūrėti ir iš lyčių perspektyvos. Toks pjūvis, mūsų manymu, gali padėti giliau ir smulkiau pažvelgti į tyrinėjamą fenomeną. Be to, mūsų tyrime dalyvavę asmenys skiriasi ir tarpkultūriniu kontekstu (tyrime dalyvavo asmenys iš Lietuvos, Latvijos ir Rusijos), tačiau tai, mūsų manymu, tik praturtina tyrimą, nes atveria galimybę tiriama reiškini apžvelgti platesniame kontekste.

Darbo aktualumas. Nors supervizija yra kertinis akmuo plėtojant supervizuojamųjų profesines kompetencijas ir pagrindinis būsimųjų psichoterapeutų rengimo būdas, kol kas stokojama empirinių supervizijų tyrimų (Alfonsson et al., 2018; Hill et al., 2016a; Falender et al., 2014; Kennedy et al., 2018; Overholser, 2004; Watkins, 1998; Watkins et al., 2021). Yra žinoma, kad supervizija „veikia“, tačiau lieka neaišku, kaip ji „veikia“ (Watkins et al., 2021). Taip pat, nors žinoma, supervizijos yra pagrindinis psichoterapeutų rengimo būdas, daugelis per supervizijas vykstančių procesų tebėra menkai moksliskai pagrįsti, o supervizijų moksliniai tyrimai kol kas neatsako į tokius svarbius klausimus: *kaip* supervizuojamųjų profesinės kompetencijos didėja supervizijos procese, *ka* konkrečiai atlieka

² Psichoterapeutų lyties kompetencija – gebėjimas dirbti su abiejų lyčių psichoterapijos klientais. Gerai išplėtotą šią kompetenciją reiškia, kad psichoterapeutas vienodai gerai dirba ir su vienos, ir su kitos lyties psichoterapijos klientais (Owen et al., 2009).

supervizorius, kad supervizuojamųjų profesinės kompetencijos būtų ugdomos, *kaip* supervizijų patirtys perkeliamos į supervizuojamųjų darbą su jų psichoterapijos klientais ir *kokią* įtaką supervizija turi psichoterapijos klientams (Hill et al., 2016a; Watkins et al., 2021). Nors psichoterapijos tyrimuose skiriama dėmesio psichoterapijos klientų lyties sąsajoms su įvairiais psichoterapijos veiksniais, supervizijas analizuojančioje literatūroje apie tai rašoma labai mažai. Nėra aišku, kokios supervizuojamųjų lyties sąsajos su įvairiais supervizijos proceso komponentais, kaip supervisorių ir supervizuojamųjų diadų homogeniškumas ar heterogeniškumas veikia supervizijų darbinio aljanso kūrimą, kokią įtaką supervisorių ir supervizuojamųjų lytis daro supervizijos rezultatams (Jordan, 2007; Osterberg, 1996; Powell, 1994; Shannon, 2019; Trepal et al., 2008; Tarshis & Baird, 2021; Wind et al., 2021). Taip pat nėra išskiriama supervisorių lyties kompetencija ir jos vystymo galimybės, nėra ir įrankių, kurie padėtų šį klausimą tyrinėti.

Kalbant apie tyrimo aktualumą, svarbu paminėti ir tai, kad daugelio Europos kraštų, taip pat Jungtinių Amerikos Valstijų psichologų ir psichoterapeutų supervizijų praktika turi gana galias tradicijas. Pradedant praėjusio amžiaus trečiuoju dešimtmečiu, yra aiškiai nustatyta supervizijų vieta ir apimtis specialistų rengimo procese, taip pat įstatymais reglamentuota tvarka, kaip dažnai specialistas turi supervizuoti savo praktiką. Lietuvoje kol kas nėra pakankama supervizijų reikalavimų apibrėžtis, taip pat nėra pakankamai išsivysčiusi supervizijų kultūra. Skirtingos profesinės psichologų ir psichoterapeutų bendruomenės skirtingai supranta ir reglamentuoja supervizijų tvarką rengiant specialistus ir tolesnėje profesinėje veikloje.

Norėtume atkreipti dėmesį į mūsų tyrimo aktualumą Lietuvos kontekste ir paminėti kelis dalykus. Visų pirma, didėjant psichologinės pagalbos poreikiui mūsų šalyje, didėja ir kvalifikuotų specialistų poreikis. Psichoterapeutų profesionalumo problema yra kompleksinė, ji apima ne tik teorijos išmokimą ar konsultavimo technikų įvaldymą, bet ir asmeninį įsitraukimą, terapinio santykio kūrimą. Per įvairius mokymus ir seminarus nėra išmokstama kurti terapinius santykius, tam reikalingas kitoks procesas – mokymasis iš savo patirties – supervizijos. Kad supervizijos būtų efektyvios, būtini jų empiriniai tyrinėjimai. Antra, mūsų šalyje kol kas atlikti tik du supervizijos tyrimai (Kvedaravičiūtė, 2020; Vaštakė & Kočiūnas, 2017). Taigi šis tyrimas labai prisidėtų ne tik prie specialistų profesinės praktikos supervizavimosi kultūros įdiegimo ir labiau kvalifikuotų specialistų rengimo, bet ir padėtų plėtoti naują tyrinėjimų lauką. Šis tyrimas taip pat suteiktų įžvalgų apie refleksyvumo dinamiką, vertinant vyrų ir moterų imtis supervizijoje, ir leistų pamatyti, kokie refleksyvumo pokyčiai vyksta bėgant laikui. Tai galėtų būti naudinga

supervizorių mokymo programose, taip pat supervizijų praktikoje ir užtikrintų geresnę supervizijų kokybę. Šis tyrimas yra prasmingas ir dėl to, kad, atsakant į klausimą, *kaip* supervizorius galėtų padėti plėtotis supervizuojamojo refleksyvumui, atsirastų naujas supervizijoje vykstančių procesų ir jų dėsninumų matymas. Šio supratimo integravimas į profesinės priežiūros veiklą galėtų būti naudingas supervizorių veiklos efektyvumui gerinti, o tai prisidėtų prie supervizuojamųjų tapsmo refleksyviais praktikais, įsisąmoninančiais ir jaučiančiais supervizijos būtinumą kaip profesinio tobulėjimo dalį. Trečia, šis kokybinis tęstinis tyrimas, atliktas žvelgiant iš supervizuojamųjų perspektyvos, padėtų pamatyti ir tolesnių supervizijų tyrimo kryptis, o ateityje, atlikus kiekybinius tyrimus, būtų galima tirti atskirų refleksyvumo reiškinio dėmenų koreliacijas su įvairiais supervizijos proceso dėmenimis. Be to, šio tyrimo duomenys galėtų būti naudingi ir kuriant įrankius supervizijoms tirti.

Darbo mokslinis naujumas. Šis tyrimas iš kitų išsiskiria pirmiausia tuo, kad yra pirmasis kokybinio tęstinio pobūdžio darbas, nagrinėjantis kol kas Lietuvoje netyrinėtą psichologijos lauką – psichoterapinę superviziją. Tyrimas atliktas ir aprašytas remiantis kokybinių tyrimų tradicija, tad jame buvo vengiama išankstinių nuostatų ir hipotezių, kurias reikėtų patikrinti patvirtinant arba atmetant. Atliekant šį tyrimą buvo siekiama pažinti, atskleisti ir aprašyti subjektyvias tyrimo dalyvių patirtis. Tyrimas yra išskirtinis ir dėl to, kad jame tiriamos supervizuojamųjų refleksyvumo plėtojimosi patirtys supervizijos procese iš laiko perspektyvos – pirmą kartą supervizuojamieji kalbinami tada, kai dar mokosi Humanistinės ir egzistencinės psichologijos instituto (toliau tekste HEPI) profesionaliojo lygio programoje „Egzistencinė terapija“ (1 tyrimo etapas), kur jiems yra privalomos supervizijos, o antrą kartą kalbinami, kai jau yra diplomuoti specialistai, užsiimančys privačia praktika ir tęsiantys supervizijas savo numatytu reguliarumu (2 tyrimo etapas).

Ši metodologinė strategija, mūsų manymu, praplečia tiriamo fenomeno matymo lauką, nes yra nukreipta tiek į dabartį, tiek į pokyčių bėgant laikui diskursą. Kokybinio tęstinio tyrimo metodologija pagrįstų darbų supervizijos kontekste mums aptikti nepavyko. Daugelis autorių ypač akcentuoja supervizijų longitudinalinių tyrimų svarbą: daug supervizijų tyrimų buvo atlikta ir tebėra vykdoma skerspjuvio būdu, duomenis renkant vieną kartą. Tokie tyrimai yra vertingi esamo momento vaizdui pateikti, jie – tarsi momentinė nuotrauka, kuri neatspindi jokių bėgant laikui įvykusių raidos pokyčių. Todėl, norint tyrinėti supervizuojamųjų raidą supervizijų procese, būtina atlikti longitudinalinius supervizijų tyrimus (Hill & Knox, 2013; Holloway, 1987; Inman et al., 2014; Watkins & Callahan, 2019; Watkins et al., 2021).

Kitas išskirtinis šio tyrimo bruožas yra tas, kad tyrime vyrų ir moterų interviu lyginami tarpusavyje, ieškant panašumų ir skirtumų. Tyrimo metu gauti duomenys analizuojami ir aprašomi atskirai, o paskui lyginami. Tai padeda geriau suprasti tiek refleksyvumą plėtojančius, tiek slopinančius veiksnius abiejų lyčių imtyse, išskirti tiek universalius, abiem lytims būdingus ypatumus, tiek specifinius, būdingus tik kuriai nors vienai lyčiai. Tyrimas atliktas HEPI, kuriame studijuoja asmenys, atvykę iš skirtingų kultūrų šalių. Tai programos dalyviai įvardija kaip studijų pranašumą mokantis psichoterapijos. Šiame institute atliktas tyrimas dėl dalyvių kultūrų skirtingumų padeda atskleisti, kas bendro yra tarp skirtingų kultūrų tyrimo dalyvių patirčių.

1. TEORIJŲ IR TYRIMŲ APŽVALGA

1.1 Supervizijos apibrėžimas

Supervizijos apibrėžimo nepavyko rasti nė viename lietuviškame terminų žodyne. Merriam-Webster (2020) žodyne supervizija apibrėžiama kaip „procesas, apimantis kritinę peržiūrą ir nurodymus“. Kembridžo žodyne (Cambridge Dictionary, 2020) supervizija yra apibrėžiama kaip „asmens stebėjimas ir įsitikinimas, kad viskas yra atliekama teisingai, saugiai“. Supervizijos samprata daugiabariaunė, yra įvairių supervizijos apibrėžimų, kurie kiekviename moksliniame šaltinyje šiek tiek skiriasi (Park et al., 2019). Labai dažnai mokslinėje literatūroje (dažniausiai JAV) galima rasti apibrėžimą, kad supervizija yra intervencija, taikoma labiau patyrusio profesijos atstovo mažiau patyrusiam tos pačios profesijos kolegai (Park et al., 2019). Didžiojoje Britanijoje dažniausiai vartojamas kitas supervizijos apibrėžimas: supervizija yra formalus profesinio palaikymo ir mokymosi procesas, kuris įgalina praktikus plėtoti savo žinias ir kompetencijas, priimti atsakomybę už savo praktiką ir apsaugoti klientus sudėtingose situacijose (Department of Health, 1993). Milne (2007), atlikęs sisteminę literatūros apžvalgą ir atrinkęs supervizijų apibrėžimus, suformulavo tokią supervizijos apibrėžimą: *supervizija – tai oficialiai patvirtintų, supervizorių kvalifikaciją turinčių specialistų teikiama profesinė pagalba, vykdoma santykiškai grįstu būdu ir orientuota tik į profesinių sunkumų sprendimus, supervizuojamųjų palaikymą, jų profesinių kompetencijų plėtojimą ir darbo vertinimą*. Pagrindiniai supervizorių taikomi metodai šiame procese yra konstruktyvaus grįžtamojo ryšio teikimas ir bendradarbiavimu grįstas supervizuojamojo mokymas. Ši veikla skiriasi nuo mentorystės ar konsultavimo, nes turi vertinamąjį komponentą. Supervizija gali būti *normatyvinė* (angl. *normative*) (orientuota į supervizuojamojo darbo kokybės kontrolę), *atkuriamoji* (angl. *restorative*) (orientuota į supervizuojamojo emocinės būsenos atkūrimą) ir *formuojamoji* (angl. *formative*) (orientuota į supervizuojamojo profesinių kompetencijų tobulinimą).

Svarbu paminėti, kad nėra vieno „teisingiausio“ supervizijos apibrėžimo, tad psichologinio konsultavimo ir psichoterapijos kontekste jie varijuoja, nes priklauso nuo supervizijos teorinės paradigmos ir konteksto (Alfonsson et al., 2018; Kennedy, 2018). Tačiau visuose apibrėžimuose galime aptikti tokių pat supervizijų apibūdinimų.

- Supervizija, arba profesinė priežiūra, yra profesiniai santykiai tarp labiau patyrusio kolegos (supervizoriaus) ir mažiau patyrusio kolegos

(supervizuojamojo), vykstantys pagal tarpusavyje suderintą kontraktą, turintys tikslą ir struktūrą (Falender et al., 2014; Gilbert & Evans, 2000).

- Bendriausias supervizijos siekinys – padėti supervizuojamajam plėtoti savo profesines kompetencijas (Hawkins & Shohet, 2012; Falender et al., 2014; Gilbert & Evans, 2000; Kennedy, 2018; Milne, 2007).

- Per superviziją teorinės žinios transformuojasi į praktinius įgūdžius (Hawkins & Shohet, 1989; Herbert, 2018; Hess, 2008).

- Supervizija padeda teikti efektyvesnes paslaugas psichoterapijos klientams (Falender et al., 2014; Kennedy, 2018) ir apsaugo klientus, kai jiems padeda dar mažai profesinės patirties turintis specialistas (Hawkins & Shohet, 2012; Kočiūnas, 2005).

- Supervizijos apsaugo nuo „profesinės izoliacijos“ bei „profesinio perdegimo“ (Bambling et al., 2016; Kennedy, 2018; Kavanagh et al., 2003; Kočiūnas, 2005; Watkins, 2011).

Taigi galima apibendrinti, kad supervizija yra profesiniai santykiai tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, kurių pagrindinis tikslas yra plėtoti supervizuojamųjų profesines kompetencijas.

1.1.1 Supervizijos funkcijos

Supervizijas aprašančioje literatūroje dažnai išskiriamos šešios pagrindinės supervizijų funkcijos:

1) *Plėtojamoji-mokomoji funkcija* (angl. *developmental-educational function*). Dėl šios funkcijos supervizuojamieji, pristatydami savo sunkumus su psichoterapijos klientais, aptinka naujų išvalgų apie juos, geriau išsiaučia jų emocijas, o tai turi įtakos psichoterapinio darbinio aljanso gerinimui (Gilbert & Evans, 2000). Taip pat dėl šios funkcijos supervizuojamieji gali labiau įsisąmoninti savo naudojamą psichoterapines intervencijas ir patyrinti tų intervencijų tikslingumą bei prasmę (Hawkins & Shohet, 2012; Kočiūnas, 2005).

2) *Palaikomoji funkcija* (angl. *supportive function*). Ji apima tiek profesinį, tiek asmeninį palaikymą, kurį supervizuojamieji gauna supervizijos procese iš supervizoriaus. Tam labai padeda saugi supervizijos santykių atmosfera (Hawkins & Shohet, 2012). Dėl šios funkcijos supervizuojamieji gali išverti sunkius jausmus: nerimą, baimę, savikaltą, o tai ypač svarbu tik pradedantiems dirbti specialistams.

3) *Afektų reguliavimo funkcija* (angl. *affect regulation function*). Ji padeda supervizuojamiesiems reguliuoti savo emocijų intensyvumą ir trukmę (Hawkins & Shohet, 2012). Psichoterapinės supervizijos tyrimų duomenimis, supervizuojamieji dažnai patiria stiprius jausmus, susijusius su taikomomis

psichoterapijos intervencijomis, – savikaltą, abejones, taip pat jausmus, kylančius iš jų santykių su psichoterapijos klientais: nerimą, pyktį, apatiją. Empatiškas ir priimantis supervizorius padeda supervizuojamiesiems jaustis saugiai, dėl to jie tampa pajėgūs ne tik išgyventi stiprius savo jausmus, bet ir juos tyrinėti, reguliuoti. Supervizijos procese supervizuojamųjų jausmai yra normalizuojami supervizoriaus naudojamomis intervencijomis. Dėl to supervizuojamieji labiau įsisąmonina savo jausmus, kas keičia tų jausmų intensyvumą (Ogden, Minton, & Pain, 2006; Kočiūnas, 2005).

4) *Kokybės funkcija* (angl. *qualitative function*) – supervizorius, būdamas atskaitingas už supervizuojamojo darbo kokybę, rūpinasi, kad: a) supervizuojamasis tinkamai rūpintųsi psichoterapijos klientu; b) nepakenktų psichoterapijos klientui; c) tinkamai plėtotų savo profesines kompetencijas, kad galėtų teikti efektyvią pagalbą; d) supervizorius, būdamas „vartininku“, vertina supervizuojamojo profesines kompetencijas ir sprendžia, ar jis gali teikti profesionalią pagalbą, o prireikus neleidžia supervizuojamajam imtis psichoterapinės praktikos.

5) *Gebėjimas reflektuoti* (angl. *capacity for reflection*) – tai fundamentalus kiekvieno praktikuojančio specialisto įgūdis (Aasheim, 2012; Hawkins & Shohet, 2012). Hawkins ir Shohet (2012) pabrėžia, kad supervizija turi padėti supervizuojamajam tapti refleksyviu praktiku, gebančiu apmąstyti savo praktiką ne tik po įvykusio veiksmo (terapinės sesijos), bet ir jo metu, taip pat pačiame supervizijos procese. Tam antrina ir Safran su bendraautoriais (2007), teigdami, kad refleksija veiksmo metu (angl. *reflection-in-action*) arba sąmoningumas veiksmo metu (angl. *mindfulness-in-action*) yra pati svarbiausia psichoterapeuto kompetencija. Gebėjimas reflektuoti yra stiprinamas supervizijos procese ir to rezultatas – vidinės supervizijos (angl. *internal supervision*) ir vidinio supervizoriaus (angl. *internal supervisor*) atsiradimas.

6) *Profesinio identiteto funkcija* (angl. *professional identity function*) padeda supervizuojamiesiems formuoti savo individualų psichoterapijos stilių, patiems įvertinti savo naudojamų terapinių intervencijų efektyvumą (Aasheim, 2012).

Aptarus supervizijos funkcijas, svarbu apžvelgti įvairius supervizoriaus vaidmenis. Williams (2001) išskiria tokius pagrindinius supervizoriaus vaidmenis: 1) supervizorius mokytojas, 2) supervizorius fasilitatorius, 3) supervizorius konsultantas ir 4) supervizorius ekspertas.

1) *Supervizorius mokytojas* sutelkia dėmesį į supervizuojamojo pristatomą klientą, tokio supervizoriaus buvimo būdas supervizijos procese yra didaktinis. Supervizorius mokytojas padeda supervizuojamajam geriau suprasti savo kliento asmenybės ypatumus, dalijasi teorinėmis ir praktinėmis

žiniomis, moko terapinių technikų ar intervencijų, rekomenduoja supervizuojamajam profesinę literatūrą, interpretuoja supervizuojamojo klientą, parenka psichoterapinių intervencijų schemas.

2) *Supervizorius fasilitatorius* susitelkia į patį supervizuojamąjį. Jis suteikia supervizuojamajam tuo metu reikiamą emocinę paramą ir galimybę dirbti su jausmais, susijusiais su pristatomu psichoterapijos klientu, tyrinėja supervizuojamojo neįsisąmonintą identifikaciją su savo klientu, dirba su supervizuojamojo emociniais sunkumais, kilusiais jo darbe.

3) *Supervizorius konsultantas* dėmesį skiria kliento–psichoterapeuto sistemai ir savo vaidmeniui joje. Toks supervizorius nepateikia supervizuojamajam rekomendacijų, bet kartu su juo tyrinėja terapinius santykius, suteikia supervizuojamajam pakankamai laisvės, perduoda atsakomybę už supervizijos struktūravimą, eksperimentuoja įvairiausiomis intervencijomis, pateikia ne atsakymus, bet alternatyvas. Šį vaidmenį pasirinkęs supervizorius su supervizuojamuoju kuria lygiaverčius, bendradarbiavimu grįstus santykius.

4) *Supervizorius ekspertas* vertina, kokiame profesinės raidos etape yra supervizuojamasis, kontroliuoja, kaip supervizuojamasis siekia tikslų, kurie buvo suformuluoti supervizijų kontrakte, stebi per superviziją pristatomo psichoterapijos kliento pažangą, psichoterapinių santykių dinamiką, padeda supervizuojamajam įvertinti savo stiprybes ir silpnąsias vietas, kontroliuoja, ar supervizuojamasis laikosi profesinės etikos reikalavimų (Williams, 2001).

Svarbu paminėti, kad nėra vieno universalaus supervizoriaus vaidmens. Supervizoriaus vaidmuo priklauso nuo supervizijos tikslo, konteksto (supervizuojamojo, kliento, supervizoriaus ir supervizijos), supervizijos dėmesio objekto (kliento, terapeuto elgesio ar naudojamų terapinių intervencijų, terapeuto ir kliento dinamikos, supervizuojamojo savijautos, santykių tarp supervizoriaus ir terapeuto bei supervizoriaus įspūdžio apie supervizuojamąjį), supervizuojamojo profesinės raidos etapo. Gebėjimas keisti vaidmenis yra labai svarbi supervizoriaus savybė, priklausanti nuo supervizoriaus asmeninio lankstumo, jo darbo patirties ir nuostatų dėl supervizijų sistemų (Kočiūnas, 2018).

Apibendrinami galime daryti išvadą, kad supervizija yra būtina supervizuojamųjų profesiniam augimui, o lankstus supervizoriaus vaidmenų keitimas, atsižvelgiant į supervizuojamųjų poreikius, padeda vystyti visiems būtiniams supervizijos procese vykstantiems supervizuojamojo procesams, kurie yra nukreipti į tai, kad supervizuojamasis taptų refleksyviu praktiku.

1.2 Supervizijų moksliniai tyrinėjimai

1.2.1 Supervizijų tyrimų kryptys

Watkins (2021) su bendraautoriais nurodo tokias šiuo metu egzistuojančias supervizijų tyrinėjimo kryptis:

- 1) supervizijų įtaka psichoterapijos klientams;
- 2) supervizijų įtaka supervizoriaus ir supervizuojamojo interakcijoms;
- 3) supervizijų įtaka supervizuojamojo kompetencijoms;
- 4) veiksniai, moderuojantys ir medijuojantys superviziją;
- 5) supervizuojamųjų ir supervizorių charakteristikos.

Supervizijų tyrimai iš esmės bando atsakyti į tokius klausimus: *koks supervizijos poveikis supervizuojamiesiems? Koks supervizijos poveikis supervizuojamųjų psichoterapijos klientams? Kokius supervizijų aspektus – vidinius³ (angl. inside matters) ar išorinius⁴ (angl. outside matters) – geriausia tyrinėti?* (Ladany & Malouf, 2010; Park et al., 2019; Watkins, 2021).

Šiame skyriuje norime aptarti atliktas sisteminės supervizijų mokslinių tyrimų apžvalgas, kurios iliustruoja esamas supervizijų tyrimų kryptis ir problematiką.

Pirmoji sisteminė supervizijų tyrimų apžvalga buvo atlikta Ellis ir bendra autorių (1996). Jų 1981–1993 metais atliktoje apžvalgoje ($N = 144$) (į kurią buvo įtraukti ne tik klinikinės psichologijos srities, bet ir edukacinės, socialinio darbo ir kitų sričių tyrimai) teigiama, kad didžioji dauguma supervizijų tyrimų stokoja metodologinio griežtumo, yra nevalidūs, tad, atlikus šią apžvalgą, nebuvo suformuluota jokių išvadų. Milne ir James (2000) atliktoje sisteminėje literatūros apžvalgoje, kurioje dėmesys buvo skiriamas supervizijos įtakai supervizuojamiesiems ir pokyčiams, vykstantiems supervizijos procese ($N = 28$), aptikta, kad visų tyrimų metodologija buvo netinkama, tad tyrimų išvados taip pat nėra patikimos. Panašias išvadas pateikė ir Freitas (2002). Jo atliktoje sisteminėje literatūros apžvalgoje, skirtoje supervizijos įtakai psichoterapijos klientams, teigiama, kad daugelis atliktų supervizijų tyrimų turi metodologinių trūkumų, todėl šių tyrimų išvados irgi nėra patikimos. Wheeler (2003), atlikęs apimties paiešką (angl. *scoping search*), į kurią buvo įtraukti visi supervizijų tyrimai, daryti 1981–2002 metais ($N = 388$), sudarė detalų aprašomąjį žemėlapi, nurodantį supervizijų tyrimų kryptis. Svarbu atkreipti dėmesį, kad šis tyrėjas neatmetė metodologiškai nepatikimų tyrimų, tačiau pažymėjo, jog supervizijų

³ Vidiniai supervizijų aspektai – supervizijų darbinio aljanso aspektai.

⁴ Išoriniai supervizijų aspektai – supervizijos kontekstas (pvz., organizacija, kur vyksta supervizija).

moksliniuose tyrinėjimuose egzistuoja didžiulė metodologinė spraga, kurią reikia užtaisyti ateities supervizijų tyrimuose. Šis mokslininkas nurodė tokias esamas supervizijų tyrimų kryptis: supervizuojamųjų supervizijų patirtys, supervizijų santykiai, supervizijų atvejai, supervizijos procesas, etiniai klausimai, studijuojančiųjų supervizija, patyrusių praktikų supervizija, supervizorių mokymai, supervizijos būdas, tarpkultūrinės supervizijų problemos, supervizijų efektyvumas, supervizijos kitose profesijose, lyties problemos supervizijoje, supervizoriaus charakteristikos. Ši analizė ateities supervizijų tyrinėjimams buvo kaip gairės. Whittaker (2004), atlikęs supervizijų tyrimų metaanalizę ($N = 10$), kurios tikslas buvo nustatyti supervizijų poveikį supervizuojamųjų jaučiamam nerimui ir savęs efektyvumui, aptiko, kad šis tikslas nebuvo iki galo pasiektas dėl to, kad kiekviename tyrime buvo taikyta eksperimentinė tyrimo strategija – žmonės vaidino psichoterapijos klientus. Be to, mokslininkas negalėjo apibendrinti duomenų ir dėl skirtingo supervizijų formato, nes tyrimai buvo atliekami tiek individualios, tiek grupinės, tiek „gyvos“⁵ supervizijos (angl. *live supervision*) kontekstuose. Buvo padaryta išvada, kad, atsižvelgiant į kontekstą, galimas skirtingas poveikis supervizuojamųjų jaučiamam nerimui ir saviveiksmingumui ir kad supervizija gali tiek didinti, tiek mažinti nerimą ir saviveiksmingumą, tačiau nebuvo atskleista, kokie konkrečiai veiksniai turi tam įtakos. Higgins ir Green (2005) atliktoje sisteminėje literatūros apžvalgoje ($N = 25$), kurios tikslas buvo išanalizuoti supervizijos poveikį supervizuojamiesiems, psichoterapijos procesui ir psichoterapijos klientams, nustatyta, kad supervizija turi įtakos supervizuojamųjų sąmoningumui ($N = 3$), supervizuojamųjų kompetencijų plėtojimuisi ($N = 9$), saviveiksmingumui ($N = 7$), įgyto supratimo supervizijoje perkėlimui į terapiją ($N = 5$), poveikiui klientams ($N = 1$). Remiantis šios apžvalgos rezultatais, buvo padaryta išvada, kad supervizija daro teigiamą įtaką supervizuojamųjų profesiniam augimui. Šios sisteminės apžvalgos autoriai pateikia idėjų ir tolesniems supervizijų tyrinėjimams. Anot jų, tolesnių tyrinėjimų ypač reikia norint išsiaiškinti, kaip supervizijoje tobulinami supervizuojamųjų įgūdžiai, kaip didėja sąmoningumas ir kokia yra saviveiksmingumo plėtra. Taip pat svarbu analizuoti menkai tyrinėtą supervizijos įtaką psichoterapijos klientams. Daugelis šiuo metu atliktų studijų tyrinėja trumpą supervizijų laikotarpį, tad yra akivaizdus poreikis atlikti longitudinius supervizijų tyrinėjimus (Watkins et al., 2021). Pelling su bendraautoriais (2017) atliktoje mokslinių straipsnių

⁵ „Gyva“ supervizija – tokia supervizija, kai supervizorius tiesiogiai dalyvauja psichoterapinės sesijos procese (sėdi už nepermatomos sienos arba naudoja ausines ir girdi psichoterapinės sesijos procesą) (aut. pastaba).

apžvalgoje „Supervizijos padėtis XXI amžiuje“, kurios tikslas buvo išanalizuoti, kokia šiuo metu pasaulyje yra supervizijų tyrinėjimų situacija, teigiama, kad 2000–2008 metais buvo atlikti iš viso tik 43 moksliniai supervizijų tyrimai (iš jų 11 kiekybinių, 5 kokybiniai, 17 teorinių apžvalgų ir 10 tyrimo strategija iš santraukų nebuvo nenustatyta). 2008–2016 metais šis skaičius padidėjo bene šešis kartus. Šiuo laikotarpiu buvo atlikta 318 mokslinių supervizijų tyrimų (iš jų 103 kiekybiniai, 77 kokybiniai, 109 teorinės apžvalgos ir 29 tyrimo strategija iš santraukų nenustatyta). Daugiausia mokslinių supervizijų tyrinėjimų buvo atlikta JAV, Jungtinėje Karalystėje ir Australijoje. Tais pačiais metais Kühne su kolegomis (2019) atliktoje sisteminėje literatūros apžvalgoje (N = 19), kurios tikslas buvo apibendrinti supervizijos empirinių tyrinėjimų situaciją ir numatyti tolesnių supervizijų tyrimų kryptis, aptikta, kad populiariausias supervizijos būdas yra individuali supervizija, tačiau nuotoliniu būdu atliekamos supervizijos taip pat ne mažiau populiarios. Šioje apžvalgoje taip pat teigiama, kad kol kas nėra aišku, kokie supervizijų veiksniai turi didžiausią įtaką supervizuojamųjų profesinei raidai, kas diktuoja supervizijų efektyvumo tyrimų būtinybę. Šiuo metu atlikti tyrimai rodo, kad tokie supervizijų santykiai, kuriuose supervizuojamieji jaučiasi priimami ir išgyvena saugumo jausmą, plėtoja jų profesines kompetencijas. Tačiau vis dar yra didžiulė nežinia, kokie dar veiksniai didina supervizijos efektyvumą ir kokia yra supervizijos įtaka psichoterapijos klientams. Šioje apžvalgoje išryškėjo ir metodologinės atliktų tyrimų spragos – aptikta, kad daugelio tyrimų imtys pernelyg mažos, kad būtų galima formuluoti patikimas išvadas.

Apibendrinant galima daryti išvadą, kad šiuo metu egzistuoja akivaizdus supervizijų mokslinių tyrimų trūkumas, daugelio atliktų supervizijų tyrimų metodologinė dalis yra netinkama, tad sunku daryti patikimas išvadas, o aktualiausi klausimai supervizijų moksliniuose tyrinėjimuose yra susiję su supervizijų efektyvumo veiksniais ir supervizijų poveikiu psichoterapijos klientams. yrėjai taip pat kelia klausimus tiek apie tarpkultūrinius supervizijų ypatumus, tiek ypatumus, susijusius su supervizuojamųjų lytimi. Watkins su bendraautoriais (2021), taip pat Hill ir Knox (2013) pabrėžia, kad supervizijų efektyvumo moksliniai tyrinėjimai smarkiai atsilieka nuo psichoterapijos efektyvumo tyrimų. Šie autoriai, pabrėždami supervizijų tyrimų stoką, taip pat akcentuoja šių tyrimų atlikimo problematiką. Jų nuomone, supervizijų tyrimai yra tikras išbandymas tyrėjams dėl supervizijos proceso triadiškumo – supervizorius ↔ supervizuojamasis / terapeutas ↔ klientas, dėl to yra sunkiau atlikti supervizijų mokslinius tyrimus. Daugelis kitų mokslininkų taip pat pabrėžia supervizijų efektyvumo tyrimų aktualumą (Alfonsson et al., 2018; Alfonsson et al., 2020; Watkins, 2011; Inman & Ladany, 2008; Kühne

et al., 2019). Manome, kad mūsų atliekamas tyrimas prisidėtų prie minėtų spragų mokslinėje literatūroje užpildymo.

1.2.2 Supervizijų efektyvumas. Sisteminė tyrimų apžvalga

Šiuolaikinėje klinikinėje praktikoje jau keletą dešimtmečių atliekami psichoterapijos tyrimai, kurių viena iš pagrindinių užduočių yra įvertinti psichoterapijos efektyvumą ir jį lemiančius veiksnius (Gudaitė, 2008). Psichoterapinio proceso sudedamosios dalys bei psichoterapeuto ir kliento savybės, padedančios klientui keistis, vadinamos terapiniais veiksniais (Bieliauskienė, 2014). Paradoksalu, kad supervizijų efektyvumo tyrimai smarkiai atsilieka nuo psichoterapijos efektyvumo tyrimų (Hill & Knox, 2013; Watkins et al., 2021) ir kol kas nėra visiškai aišku, kokie supervizijų veiksniai padeda supervizuojamiesiems plėtoti savo profesines kompetencijas (Alfonsson et al., 2018; Alfonsson et al., 2020; Hill & Knox, 2013; Kühne et al., 2019).

Supervizijų efektyvumo tyrimai siekia atsakyti į du pagrindinius klausimus: 1) *Kokie supervizijų veiksniai turi teigiamą įtaką supervizuojamųjų profesiniam augimui?* (Alfonsson et al., 2018; Alfonsson et al., 2020; Hill et al., 2016b). 2) *Kokie supervizijų veiksniai turi teigiamą įtaką psichoterapijos klientams?* (Alfonsson et al., 2018; Hill et al., 2016b; Fernandez-Alvarez, 2016; Watkins, 2011). Atsakymai į abu klausimus kol kas yra neaiškūs. Atsakyti į pirmąjį klausimą galime vadovaudamiesi tam tikromis gairėmis. Moksliniais tyrimais yra įrodoma, kad supervizija plėtoja supervizuojamųjų profesinį augimą: didina supervizuojamųjų savimone, refleksyviąsias kompetencijas, saviveiksmingumą, supervizuojamieji įgyja ir įtvirtina profesinius įgūdžius, kuria tvaresnius psichoterapinius santykius su klientais, didėja jų pasitenkinimas savo darbu (Alfonsson et al., 2018; Beutler & Kendall, 1995; Goodyear & Guzzardo, 2000; Hill & Knox, 2013; Holloway & Neufeldt, 1995; Inman & Ladany, 2008; Wheeler & Richards, 2007), tačiau vis dar nėra aišku, kaip tai vyksta ir kokie veiksniai turi tam įtakos (Alfonsson et al., 2018; Alfonsson et al., 2020). Į antrąjį klausimą nėra atsakymo, todėl mokslinėje literatūroje lieka didžiulė spraga (Alfonsson et al., 2018; Alfonsson et al., 2020; Hill & Knox, 2013). Alfonsson (2018, 2020) su kolegomis pabrėžia, kad kol kas moksliniai tyrimai neatsako į klausimą, kokią įtaką supervizija daro psichoterapijos klientams. Tyrėjai, besidomintys supervizijų efektyvumo veiksniais, teigia, kad kol kas mokslinėje literatūroje stinga atsakymų apie supervizijų efektyvumo veiksnius arba supervizijų „aktyviuosius komponentus“, darančius teigiamą įtaką tiek

supervizuojamiesiems, tiek psichoterapijos klientams (Alfonsson et al., 2018; Hill & Knox, 2013; Kühne et al., 2019).

Siekdami susisteminti tyrimus, nagrinėjančius supervizijos efektyvumą, nutarėme, vadovaudamiesi PRISMA modeliu (Liberati et al., 2009), apibendrinti rastus kiekybinius ir kokybinius mokslinius tyrimus, analizuojančius supervizijos efektyvumą. Šiam tikslui pasiekti ieškojome 2016–2021 metais publikuotų laisvai prieinamų viso teksto mokslinių straipsnių anglų kalba.

I sisteminę literatūros apžvalgą buvo įtraukti trijose mokslinėse bazėse rasti viso teksto straipsniai, tyrinėjantys supervizijos efektyvumą. Straipsnių ieškojome šiose mokslinėse duomenų bazėse:

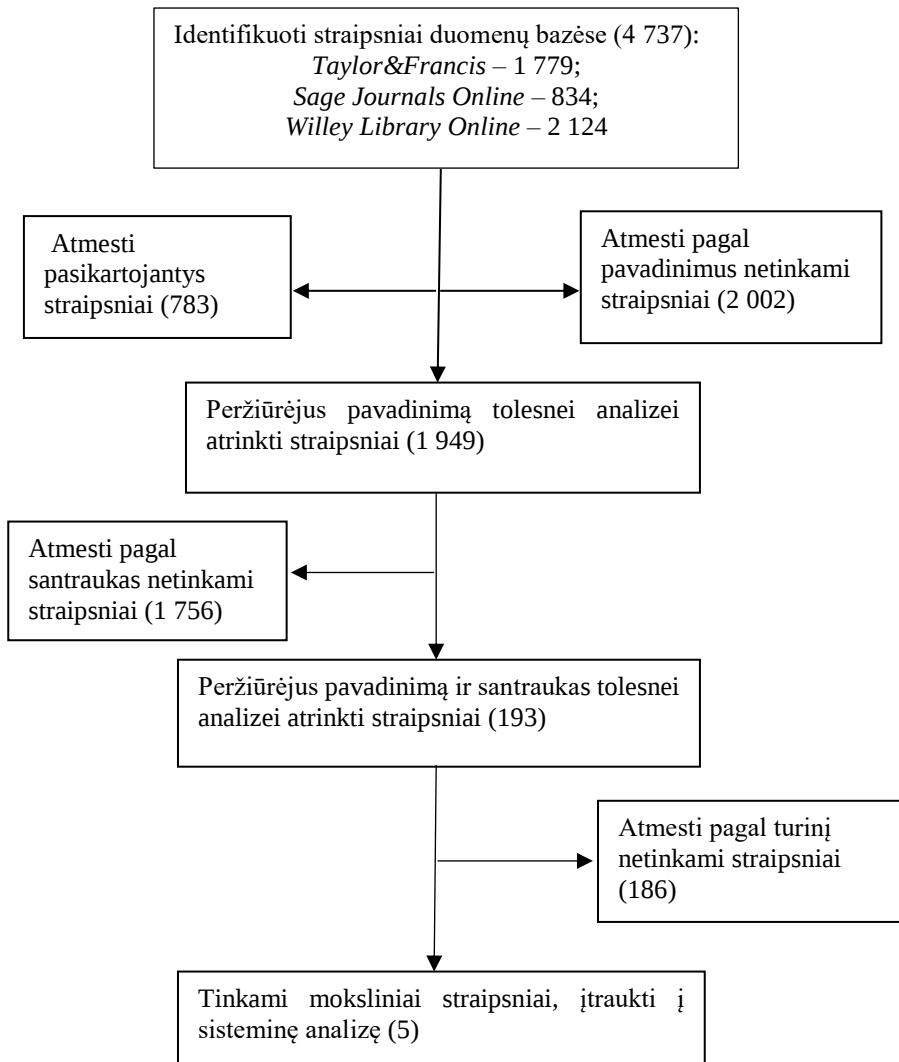
1. *Taylor & Francis*;
2. *Sage Journals Online*;
3. *Wiley Library Online*.

Trumpai argumentuosime, kodėl buvo pasirinktos būtent šios duomenų bazės. Mūsų daugiametė domėjimosi supervizijų tema patirtis rodo, kad būtent šiose mokslinėse duomenų bazėse yra daugiausia tyrimų, susijusių su supervizijų tematika. *Taylor & Francis* duomenų bazę pasirinkome dėl to, kad joje yra publikuojami labai profesionalūs moksliniai straipsniai psichoterapijos ir supervizijos sričių tematika (iš viso 108 psichologijos ir psichoterapijos krypties žurnalai), be to, čia aptikome ir žurnalą *The Clinical Supervisor*, skirtą supervizijos klausimams. *Sage Journals Online* duomenų bazėje yra 1000 įvairių mokslinių krypties žurnalų, taip pat psichologijos. Šioje mokslinėje duomenų bazėje yra subsekcija *Psychology and Counselling*, kur radome su mūsų tematika susijusių žurnalų. *Wiley Library Online* duomenų bazė buvo pasirinkta todėl, kad čia radome 212 psichologijos krypties mokslinių žurnalų. Juose publikuojami psichoterapijos ir supervizijų moksliniai tyrimai, pateikiami labai profesionalūs moksliniai straipsniai. Svarbu paminėti ir tai, kad straipsnių paieška pradėta 2016 metų rugsėjo mėnesį ir buvo periodiškai kartojama. Paskutinį kartą straipsnių ieškota 2021 metų gegužės mėnesį. Ieškodami straipsnių naudojome šiuos raktažodžius anglų kalba: *clinical supervision efficacy* ir *psychotherapy supervision efficacy*. Pagal taikytas kombinacijas buvo rastos 4 737 publikacijos.

Moksliniai straipsniai buvo nagrinėti keliais etapais:

1. pavadinimų peržiūra,
2. santraukų peržiūra,
3. viso teksto peržiūra.

Publikacijų paieškos procesas pateiktas 1 pav.



1 pav. Mokslinių publikacijų paieškos duomenų bazėse rezultatai

Į sisteminę literatūros analizę pagal nustatytus mokslinių publikacijų atrankos kriterijus pateko 5 straipsniai. Kad būtų patogiau, duomenis pateikiame 1 lentelėje.

1 lentelė. Supervizijų efektyvumo tyrimai

Nr.	Autoriai, metai, straipsnio pavadinimas	Tyrimo dalyviai, lytis	Tyrimo dalyvių priklausymas teorinei paradigmai	Tyrimo tikslas, tyrimo metodas ir perspektyva	Tyrimo aptikti supervizijų efektyvumo veiksniai
1	Hill, C., Lent, R., Morrison, A., Pinto-Coelho, K., Jackson, J., & Kivlighan, J. (2016). Contribution of supervisor interventions to client change: The therapist perspective	Tyrimo dalyvavo 15 supervizuojamųjų (11 moterų, 4 vyrai)	Psichodinaminė, humanistinė, kognityvinė-elgesio	Tyrimo tikslas buvo išanalizuoti ir suprasti, kaip supervizuojamiesiems padėjo jų supervizoriai teikiant pagalbą psichoterapijos klientams. Tyrimo metodas Konsensinė kokybinė tyrimo strategija (angl. <i>consensual qualitative research</i> , CQR), du klausimynai (Supervision Satisfaction Questionnaire, SSQ; Ladany, Hill, Corbett, & Nutt, 1996; The Supervisory Working Alliance Inventory; SWAI – supervisee version; Efstation, Patton, & Kardash, 1990) ir pusiau struktūruoti interviu. Tyrimo perspektyva Tyrimas buvo atliktas iš supervizuojamųjų perspektyvos	Supervizijų efektyvumo veiksniai: - <u>supervizoriaus vadovavimas</u> (angl. <i>provide guidance</i>); <u>modeliavimas</u> (angl. <i>modeling</i>); <u>vaidmenų žaidimai</u> (angl. <i>role-playing</i>). - <u>pagalba konceptualizuojant</u> (angl. <i>conceptualization</i>) terapinius atvejus ir <u>planuojant terapiją</u> (angl. <i>treatment planning</i>); - <u>supervizorių dėmesys pačiam terapeutui</u> , <u>klausimai apie supervizuojamųjų asmeninius sunkumus</u> ir <u>samoningumo ugdymą</u> (angl. <i>fostering self-awareness</i>); - supervizoriaus palaikymas, normalizavimas; - <u>supervizoriaus teikiamas grįžtamasis ryšys</u> apie supervizuojamojo dalyvavimą supervizijos sesijoje;

					- <u>realistiški</u> <u>supervizorių</u> <u>lūkesčiai</u>, <u>susiję</u> <u>su</u> <u>supervizuojamųjų</u> <u>psichoterapijos</u> <u>klientų</u> <u>pokyčiais</u>; - <u>supervizorių</u> <u>atsivėrimas</u> (angl. <i>self-disclosure</i>)
2	Bhola, P., Raduram, A., Dugyala, M., & Ravishan, A. (2017). Learning in the crucible of supervision: Experiences of trainee psychotherapists in India	Tyrimė dalyvavo 94 supervizuojamieji (86 proc. tyrimo dalyvių buvo moterys, 14 proc. – vyrų)	Dalis tyrimo dalyvių nepriskyrė savęs prie jokios teorinės paradigmos, kiti – prie kognityvinės krypties ir taikančiųjų hipnoterapiją	Tyrimo tikslai: 1) Išanalizuoti supervizuojamųjų patirtis supervizijos procese. 2) Išanalizuoti saugumo svarbą supervizijos procese ir suprasti, kokią įtaką saugumas turi supervizuojamųjų psichoterapiniam darbui su savo klientais. 3) Išanalizuoti ryšį tarp saugumo supervizijų procese ir supervizuojamųjų profesinio augimo. Tyrimo metodas – mišri tyrimo strategija: kokybinė ir kiekybinė. Tyrimė buvo naudojami tokie klausimynai: <i>Development of Psychotherapists – Trainee Background form</i> (DP-TPF; Orlinsky, Elliot, Grafanaki, & the Society for Psychotherapy research / Collaborative Research Network, 2010) ir <i>Process Form</i> (DP-DPF; Orlinsky, Elliot, Grafanaki, & Society for Psychotherapy Research / Collaborative research Network, 2010): The DP-TPF ir DP-DPF, kuriame buvo	Supervizijų efektyvumo veiksniai: Kokybinė tyrimo dalis atskleidė: saugių supervizijų santykių ryšius su profesinių įgūdžių tobulėjimu, didėjančiu profesiniu pasitikėjimu ir sąmoningumu, sunkių jausmų „išventiliavimu“, palaikymu, darbo esmės suradimu, minčių struktūravimu, ryšio tarp teorijos ir praktikos suradimu. Atrasta teigiama koreliacija tarp saugių supervizijų santykių ir supervizuojamųjų profesinių kompetencijų plėtojimosi. Šis tyrimas taip pat atskleidė, kad 91,2 proc. tyrimo dalyvių efektyviausia yra individuali supervizija, palyginti su grupine supervizija ar intervizių grupe

				panaudoti 370 klausimų iš <i>Development of Psychotherapists Common Core Questionnaire</i> (DPCCQ; Orlinsky et al., 2019) ir konsensinė kokybinė tyrimo strategija (angl. <i>consensual qualitative research</i>). Tyrimo perspektyva Tyrimas buvo atliktas iš supervizuojamųjų perspektyvos.	
3	Stefano, Hutman, & Gazzola (2017). Putting on the face: A qualitative study of power dynamics in clinical supervision	Tyrimė dalyvavo 9 supervizuojamieji (visos tyrimo dalyvės buvo moterys)	Nepriklausė jokiai teorinei paradigmai.	Tyrimo tikslas – išanalizuoti jėgos (angl. <i>power</i>) patirtis supervizijoje. Tyrimo metodas Tyrimė buvo taikyta konsensinė kokybinė tyrimo strategija (angl. <i>consensual qualitative research</i>). Tyrimo perspektyva Tyrimas buvo atliktas iš supervizuojamųjų perspektyvos	Supervizijų efektyvumo veiksniai. Tyrimė atsiskleidė, kad supervizuojamųjų patyrimuose <u>supervizorių jėga</u> buvo siejama su jų <u>ekspertiškumu</u>. Tai supervizuojamiesiems keldavo jausmą, kad supervizorius daugiau <u>žino ir išmano sunkius psichoterapinius atvejus</u>. Tai suteikdavo <u>saugumo jausmą</u>. Supervizuojamieji taip pat pabrėžia, kad tobulinti profesines kompetencijas jiems padėdavo supervizoriaus <u>konstruktyvus grįžtamasis ryšys</u>. Supervizoriaus jėga supervizuojamųjų patyrimuose buvo taip pat siejama su <u>pasitikėjimu supervizoriumi</u>, o tai <u>suteikdavo naujų įžvalgų apie terapines strategijas</u>; anot

					supervizuojamųjų, profesiniai įgūdžiai stiprėja, kai supervizorius <u>tiki jų gebėjimais</u>
4	Alfonsson, S., Lundren, T., & Andersson (2020). Clinical supervision in cognitive behavioral therapy improves therapists' competence: A single-case experimental pilot study.	Tyrime dalyvavo 6 supervizuojamieji (4 moterys ir 2 vyrai).	Kognityvinė	Tyrimo tikslas Išanalizuoti kognityvinės supervizijos efektyvumo veiksnius. Tyrimo metodas Vieno atvejo eksperimentinė strategija (angl. <i>a single – case experimental design</i> (SCED)), statistinei duomenų analizei buvo naudoti šie klausimynai: <i>Revised Cognitive Therapy Scale</i> (CTS-R), <i>Supervision Working Alliance Inventory</i> (SWAI), <i>Client Satisfaction Questionnaire – 8</i> (SSQ-8), <i>Copenhagen Burnout Inventory</i> (CBI). Tyrimo perspektyva Tyrimas buvo atliktas iš supervizuojamųjų perspektyvos	Supervizijų efektyvumo veiksniai: <u>saugumas, aiškus grįžtamasis ryšys ir konkrečios gairės, ką galima būtų keisti terapinėse sesijose su psichoterapijos klientais, didino</u> supervizuojamųjų profesines kompetencijas

5	Plantade-Gipch, A., Blanchet A., & Drouin, M. (2021). Can alliance – focused supervision help improve emotional involvement and collaboration between client and therapist?	Tyrime dalyvavo 30 supervizuojamųjų (90 proc. tyrimo dalyvių buvo moterys, 10 proc. – vyrai)	Nenurodyta	Tyrimo tikslas – išanalizuoti sąsajas tarp psichoterapinio darbinio aljanso, terapinės sėkmės ir į aljansą sutelktos supervizijos (angl. <i>alliance-focused supervision</i>). Tyrimo metodas Kokybinė tyrimo strategija, taip pat naudotas <i>Working Alliance Inventory</i> klausimynas. Tyrimo perspektyva Tyrimas buvo atliktas iš supervizuojamųjų perspektyvos	Supervizijų efektyvumo veiksniai. Tyrime buvo aptikta, kad į darbinį aljansą sutelkta supervizija pagerina terapeutų gebėjimus plėtoti abipusį emocinį įsitraukimą (angl. <i>mutual emotional involvement</i>), taip pat bendradarbiavimą (angl. <i>collaboration</i>) psichoterapijos procese. Visi tyrimo dalyviai parodė gebėjimą kurti darbinį aljansą su psichoterapijos klientais, siekti psichoterapijos tikslų. Šie rezultatai nebuvo aptikti kontrolinėje grupėje tų tyrimo dalyvių, kurie tuo metu nedalyvavo į aljansą sutelktos supervizijos procese
---	---	--	------------	--	--

Atlikta sisteminė literatūros analizė atskleidė, kad kol kas iš tiesų nėra daug supervizijų efektyvumo tyrimų. Visi mūsų rasti tyrimai yra atlikti iš supervizuojamųjų perspektyvos. Įdomu, kad visuose tyrimuose matomas tyrimo dalyvių disbalansas pagal lytį – dominuoja tyrimo dalyvės moterys. Taip pat atsiskleidė, kad supervizija reikšmingai prisideda prie supervizuojamųjų profesinių kompetencijų tobulinimo, o tokios supervizorių naudojamos intervencijos kaip konstruktyvus grįžtamasis ryšys, palaikymas, realistiški lūkesčiai ir atsivėrimas didina supervizuojamųjų profesines kompetencijas. Tačiau iš šios analizės nepaaiškėjo, kaip keičiasi supervizuojamųjų refleksyvumas, nes nė vienas tyrimas nebuvo sutelktas į šio reiškinio tyrinėjimą. Šioje analizėje išryškėjo ir supervizijų darbinio aljanso svarba – asmenys, dalyvavę į supervizijų darbinį aljansą sutelktoje supervizijoje, pademonstravo geresnius gebėjimus kurdami psichoterapijos darbinį aljansą ir siekdami psichoterapijos tikslų. Šioje apžvalgoje aptikta ir tai, kad supervizijų santykiuose ypač svarbų vaidmenį vaidina saugumas ir pasitikėjimas. Ši sisteminė literatūros analizė neatskleidė sąsajų tarp supervizijų efektyvumo veiksmų ir atskirų supervizijų teorinių paradigų, supervizuojamųjų lyties, tarpkultūrinių aspektų. Šie klausimai lieka atviri ir galbūt bus plėtojami ateities supervizijų moksliniuose tyrimuose.

1.2.3 Kultūros, lyties ir santykio su autoritetu sąsajos supervizijos procese

Kultūros, santykio su autoritetu ir lyties sąsajos supervizijų procesui ir supervizijos rezultatui yra svarbūs, bet supervizijos šiais aspektais menkai tyrinėtos (Burkard et al., 2006; Granello, 1996; Wind et al., 2021). Autoriteto problema psichoterapijoje yra esmingai svarbi ir gali reikšti įvairiais patirties matmenimis, pradedant konkrečia kliento problematika, terapinių santykių struktūravimu, baigiant vidinių santykių transformacijomis ir atsivėrimu viršasmėniškai patirčiai. Psichoterapeutas bent jau psichoterapijos pradžioje yra priimamas kaip ekspertas (Gudaitė, 2016), o tai gali būti pritaikyta ir supervizijų santykiui, kuriame supervizorius yra laikomas psichologinio konsultavimo ar psichoterapijos proceso ekspertu (Itzhaky, 2001). Kadangi mūsų tyrime dalyvavo skirtingų lyčių ir skirtingų kultūrinių kontekstų atstovai, trumpai apžvelgsime tiek kultūrinio konteksto, tiek lyčių sąsajas su autoritetu.

Supervizuojamųjų kultūrinio konteksto ir santykio su autoritetu reikšmė supervizijoje

Kol kas supervizorių ir supervizuojamųjų demografinių duomenų įtaka kelia daugiau klausimų nei pateikia atsakymų (Bernard, 1994; Wind et al., 2021). Bernard 1994 metais buvo iškėlęs klausimą apie kultūrinio konteksto ryšius su supervizijos procesu ir svarstė, kiek kultūrinis supervizorių ir supervizuojamųjų kontekstas gali turėti įtakos supervizijų darbinio aljanso kūrimui ar kitiems supervizijos aspektams. Vėliau Burkard su bendraautoriais (2006), taip pat Jones ir Branco (2020) pabrėžė, kad tarpkultūrinė⁶ supervizorių kompetencija yra viena svarbiausių kompetencijų supervizijų praktikoje, o Ladany su bendraautoriais (1999) akcentavo, kad supervizoriai, menkai išmanantys supervizuojamųjų kultūrinius ypatumus ir stokojantys tarpkultūrinio jautrumo supervizijos procese, praleidžia svarbius tiek supervizijų, tiek psichoterapijos santykio momentus. Constantine (1997) pažymi, kad menką tarpkultūrinę kompetenciją turintys supervizoriai mažiau pastebi supervizuojamųjų unikalumą ir kur kas rečiau inicijuoja pokalbius apie tarpkultūrinius supervizijų ypatumus. Moksliniai supervizijų tyrimai vis dar neatsako į klausimą apie supervizorių ir supervizuojamųjų diadų kultūrinių panašumų ir skirtumų ryšius su supervizijos procesu. Kol kas atliktuose tyrimuose neaptinkama reikšmingų ryšių tarp supervizorių–supervizuojamųjų diadų kultūrinių kontekstų ypatumų su supervizijos procesu (Chung et al., 2001; Hilton et al., 1995; Wind et al., 2021). Mokslinėje literatūroje teigiama, kad supervizorių sąmoningumas, gebėjimas su supervizuojamaisiais diskutuoti apie kultūrinius skirtumus, supervizorių dalijimasis savo kultūriniais ypatumais padeda kurti palankų, kultūriškai atsakingą supervizijų santykį (Ancis & Ladany, 2010; Christiansen et al., 2011; Inman, 2006; Lawless, Gale, & Bacigalupe, 2001). Ancis ir Ladany (2010) mini, kad supervizoriai turi turėti gerai išvystytą tarpkultūrinę kompetenciją, kad padėtų supervizuojamiesiems parinkti adekvačias atitinkamai kultūrai pritaikytas psichoterapines intervencijas.

Tarpkultūrinė supervizorių kompetencija apima šiuos aspektus:

1. Žinojimas tų savo kultūrinių ypatumų, kurie gali turėti įtakos supervizijos procesui, jų ribotumo įsisąmoninimas.
2. Dėmesys supervizuojamųjų kultūriniais ypatumams ir ribotumams, susijusiems su jų kultūriniu kontekstu, kalbėjimasis apie tai.
3. Pagalba supervizuojamiesiems tyrinėjant jų pasaulėžiūrą ir įsitikinimus, formuojamus jų kultūriniame kontekste.

⁶ Tarpkultūrinė supervizorių kompetencija – supervizorių gebėjimas dirbti su įvairių kultūrų supervizuojamaisiais ir reflektuoti kultūros įtaką supervizijos procesui (Ancis & Ladany, 2010; Jones & Branco, 2020).

4. Pagalba supervizuojamiesiems konceptualizuojant jų psichoterapijos klientų tarpkultūrinius ypatumus.
5. Pagalba supervizuojamiesiems parenkant tinkamas tarpkultūrinės intervencijas dirbant su jų psichoterapijos klientais.
6. Stebėjimas ir pagalba supervizuojamiesiems plėtojant jų tarpkultūrinės kompetencijas.

Mūsų tyrime dalyvavo asmenys iš skirtingų kultūrinių kontekstų, tačiau daugelis jų laiko save „dvikultūriais“, tai yra tapatinasi su kelių kultūrų vertybėmis ir gali veikti kaip kelių kultūrų socialinės veiklos subjektai. Aprašydami tyrimą svarstėme, kaip tyrimo dalyvių kultūrinės tapatybės atsiliepė tyrimo radiniams. Svarbu paminėti, kad mūsų tyrimo dalyviai iš Lietuvos, Latvijos ir Rusijos yra paveikti autoritarinio režimo, kuris gali būti juntamas net antros ar trečios kartos palikuonių (Gudaitė, 2016; Peterson & Luik, 2014). Kalinenko ir Slutskaya (2014) teigia, kad totalitarinis režimas Sovietinėje Rusijoje paveikė žmonių santykius su autoritetais taip, kad jie nepasitiki autoritetais, išgyvena ambivalentiškus jausmus, reaguoja į autoritetus kaip į pavojingus ir priešiškus. Peterson ir Luik (2014) rašo, kad patirta sovietų okupacija Baltijos šalių gyventojams atsiliepia sunkumais kuriant, palaikant artimus santykius ir atsiveriant, o tai gali turėti įtakos ir santykiams su autoritetais. Posovietinės Lietuvos žmonėms būdinga autoritetą tapatinti su agresoriumi, jo vengti, su juo kovoti (Gudaitė, 2016; Petronytė-Kvedarauskienė, 2018). Pastaruoju metu santykiai su autoritetais Rusijoje ir Baltijos šalyse keičiasi skirtingomis trajektorijomis (Baltijos šalyse labiau pasitikima autoritetu nei Rusijoje) (Special Eurobarometer 516, 2021).

1.2.4 Supervizuojamųjų lyties ir santykio su autoritetu reikšmė supervizijoje

Supervizijų moksliniuose tyimuose supervizuojamųjų lytis, kaip svarbus sociodemografinis rodiklis, visada yra minima pristatant tiek tyrimo dalyvius, tiek rezultatus. Tačiau duomenų apie tai, kokią įtaką lytis turi supervizijų santykiui, procesui ir rezultatui, turime nedaug (Doughty & Leddick, 2007; Friedlander et al., 2017; Hindes & Andrews, 2011; Jordan, 2007; Shannon, 2019; Tarshis & Baird, 2021; Wind et al., 2021). Kol kas lyties reikšmė supervizijų kontekste yra tiriama itin nedaug, ypač tas klausimas kontrastuoja su psichoterapijos efektyvumo tyrimais, kur jam skiriama kur kas daugiau dėmesio. Doughty ir Leddick (2007) pažymi, kad supervizoriams būtina turėti gerai išvystytą gebėjimą dirbti su abiejų lyčių supervizuojamaisiais ir reflektuoti, kaip lyties aspektas apriboja supervizijos procesą. Paisley (1994) teigia, kad dėl lyties supervizijų procese kylantys sunkumai gali būti siejami su kultūroje vyraujančiu patriarchaliniu arba matriarchaliniu kultu, kai

supervizuojamieji, priklausomai nuo kultūros, priskiria supervisoriams daugiau arba mažiau galios, atsižvelgdami į jų lytį. Tas pats autorius teigia, kad iš moterų supervisorių supervizuojamieji gali tikėtis daugiau empatijos ir palaikymo nei iš supervisorių vyrų. Doughty ir Leddick (2007) teigia, kad abiejų lyčių supervisoriai linkę daugiau konkrečių rekomendacijų teikti supervizuojamoms moterims nei vyrams. Granello (2003) pažymi, kad supervizijos procese abiejų lyčių supervisoriai labiau linkę klausti supervizuojamų vyrų nuomonės ir idėjų nei supervizuojamų moterų. Worthington ir Stern (1985), taip pat Robyak su bendraautorais (1986) nustatė, kad tarp supervisorių vyrų dažniau pasitaiko geriau išvystyta lyčių kompetencija, nors Shannon (2019) teigia, kad kaip tik supervisorės moterys, būdamos dėmesingesnės supervizijų santykiui, turi ir geriau išvystytą lyčių kompetenciją. Romans (1990) atliktame tyrime buvo nustatyta, kad supervizuojamos moterys yra emocionalesnės supervizijos procese nei vyrai, ir kad supervisorių moterų emocinis ekspresyvumas padeda kurti supervizijų darbinį aljansą. Granello (2003) teigia, kad supervisoriai vyrai kur kas dažniau nei supervisorės moterys supervizuojamųjų vertinami kaip ekspertai. Tas pats tyrėjas teigia, kad supervisoriai vyrai kur kas dažniau teikia neigiamą grįžtamąjį ryšį supervizuojamoms moterims nei supervizuojamiems vyrams. Supervizuojamoms moterims taip pat dažniau nei supervizuojamiems vyrams taikoma didaktinė supervizijos strategija. Granello (1996) pažymi, kad supervisoriai vyrai dažniau būna direktyvūs nei supervisorės moterys. Hindes ir Andrews (2011) atliktoje 12 empirinių supervizijų tyrimų apžvalgoje aptikta, kad lytis supervizijoje taip pat gali turėti įtakos supervizijos stiliui, santykiui su autoritetu, atsivėrimui supervizijos procese, profesinių kompetencijų plėtojimuisi ir supervizijų riboms. Autorius teigia, kad šios įžvalgos yra tik preliminaros ir reikalauja nuodugnesnių tyrimų. Neretai lyties reikšmės analizė supervizijos procese įtraukia ir santykio su autoritetais klausimą. Santykis su autoritetais yra apibrėžiamas kaip santykis su žmonėmis, pasižyminčiais didesne kompetencija, žiniomis, išmintimi ar galia (Bieliauskienė ir Gudaitė, 2016). Nors santykis su autoritetu yra universalus žmogiškas patyrimas ir supervizijų santykyje gali turėti įtakos supervizijos procesui (supervizuojamųjų atvirumui, saugumui, supervizijų darbinio aljanso kūrimui, profesinių kompetencijų vystymui), supervizijos kontekste jis labai mažai tyrinėtas (Pope & Vasquez, 2016; Stefano et al., 2017; Wind et al., 2021). Supervisoriai dažnai yra suvokiami kaip galią turinčios, autoritetingos asmenybės (Gunn & Pistole, 2012; Mehr et al., 2010; Mehr et al., 2015, Nelson et al., 2006), juolab kad supervizijų procese yra ir vertinimo aspektas, kuriantis hierarchinį santykį tarp supervisorių ir supervizuojamųjų (ypač taikant kai kurias supervizijų teorines paradigmas) (McKibben et al., 2019).

Daugelio straipsnių autoriai išreiškia nuostabą, kad šiam klausimui stinga mokslinio žvilgsnio (Jordan, 2007; McKibben et al., 2019; Milne, 2006; Watkins, Budge, & Callahan, 2015). Yra žinoma supervizijų santykių asimetrija, kai supervizuojamieji jaučia supervizijų santykių nelygiavertiškumą, hierarchiškumą, yra linkę neatsiverti, nusišlėpti informaciją nuo supervizorių, neįvardyti savo sunkumų, pasirodyti „geriau“ (Hess et al., 2008; Ladany et al., 1996; Mehr et al., 2010). Jordan (2007) atliktame tyrime paaiškėjo, kad supervizorių–supervizuojamųjų diadų homogeniškumas ar jų heterogeniškumas neturi ryšio nei su supervizijos efektyvumu, nei su kuriamais supervizijų santykiais. Panašią išvadą padarė ir Wind su bendraautoriais (2021). Jie savo atliktame tyrime aptiko, kad skirtingų lyčių supervizuojamųjų suvokimas apie supervizorių galią reikšmingai nesiskyrė. Szymanski (2003) pabrėžia, kad galios ir supervizijų hierarchiškumo klausimo iškėlimas ir aptarimas supervizijos procese įgalina supervizuojamuosius, išlygina santykius. Friedlander (2017) su bendraautoriais pažymi, kad tiek supervizoriams vyrams, tiek supervizorėms moterims yra būtina reflektuoti savo galią, kurią jie naudoja supervizijos procese. Svarbu paminėti ir tai, kad daugelyje straipsnių apie egzistencinės terapijos superviziją pabrėžiama nehierarchinių supervizorių ir supervizuojamųjų santykių svarba supervizijos procese (du Plock, 2009; Pett, 1995, van Deurzen, 2009, Kočiūnas, 2005; Kočiūnas, 2018; Krug & Schneider, 2016; Vaštakė & Kočiūnas, 2017). Mūsų tyrime dalyvavo skirtingų lyčių asmenys, tad jų lytis ir jų santykis su autoritetais lyties aspektu galėjo turėti reikšmės refleksyvumo fenomeno raidai ir raiškai supervizijos procese.

Apibendrinami galime daryti išvadą, kad tiek kultūros, tiek lyties ir santykio su autoritetais klausimas supervizijos procese dar tik pradėtas tirti ir kol kas bet kokios apibendrinamosios išvados būtų skubotos ir nepagrįstos.

1.3 Egzistencinės-fenomenologinės supervizijos samprata

Disertacijoje tirsime egzistencinės terapijos superviziją arba egzistencinę-fenomenologinę (toliau tekste *E-F supervizija*) superviziją ir šiame skyriuje ją aprašysime. Svarbu paminėti, kad kol kas yra itin mažai publikacijų, aprašančių universalius ir specifinius atskirų teorinių supervizijų modelių aspektus, atskirus supervizijų teorinių modelių bruožus (Bernard & Goodyear, 2019; Bomba, 2011; Ladany, 2004; Norberg et al., 2016; Watkins, 2017). Nėra atlikta empirinių tyrimų, galinčių įrodyti kokio nors vieno supervizijos teorijos modelio pranašumą prieš kitą. Nepaisant supervizijų teorinių modelių

įvairovės, tarp jų yra daug panašumų, tačiau nėra atlikta skirtingų supervizijų teorinių modelių metaanalizės tyrimų (Bomba, 2011).

Kol kas yra nedaug publikacijų, kuriose būtų pateikiamas E-F supervizijos apibrėžimas, tačiau šia tema domimasi (du Plock, 2009; Kočiūnas, 2005; Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Kočiūnas, 2018). Yra literatūros šaltinių ir publikacijų, kuriuose autoriai apibrėžia E-F superviziją (Adams, 2002; Deuzen & Young, 2009; du Plock, 2009; Mitchell, 2002; Kočiūnas, 2005; Kočiūnas, 2018; Krug & Schneider, 2016; Pagdin, 2013; Pett, 1995; Spinelli, 2015; Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Wright, 1996), tačiau kol kas yra atlikti tik du fenomenologiniai tyrimai, pateikiantys E-F supervizijos, kaip daugialypio fenomeno, apibrėžimus (du Plock, 2009; Vaštakė & Kočiūnas, 2017). Remdamiesi šiais autoriais ir kita literatūra, išskirsime svarbiausius E-F supervizijos bruožus.

Literatūroje apie E-F superviziją pažymima, kad pats terminas „supervizija“ kelia ypatingos supervizoriaus jėgos jausmą, numato hierarchinius, nelygiaverčius santykius, nes kitas, esantis „virš“, geriau žino, išmano (Mitchell, 2009; Spinelli, 2015). Šis terminas taip pat kelia autoritarinio santykio, kur ypatingą galią turintis supervizorius moko terapeutą tam tikrų terapinių sąveikos būdų, terapinių technikų ir strategijų, jausmą (Milton, 2009; Mitchell, 2009; Kočiūnas, 2018; Spinelli, 2015; Moja-Strasser, 2009). Supervizijos procesui iš E-F perspektyvos tinkamesnis terminas būtų „apžvelgimas“ (angl. *seeing-over*), kuris nukreipia dėmesį nuo terapinio atvejo prie platesnio terapeutui kylančio sunkumo apžvelgimo (Spinelli, 2015). Šią mintį galima išplėtoti, pasitelkus „kasinėjimo“ metaforą. „Kasinėjimas“ – tai lyg kasimas skirtingose vietose, leidžiantis su terapija susijusius sunkumus pamatyti visapusiškiau, plačiau ir giliau, taigi teikiantis daugiau galimybių atsirasti naujoms išvalgoms ir idėjoms, gimti naujiems klausimams, kurie tęsia tyrinėjimo procesą (Vaštakė & Kočiūnas, 2017).

E-F supervizijos esminis bruožas – supervizoriaus taikoma aprašomoji fenomenologinė strategija. Pagdin (2013) rašo, kad supervizorius, taikydamas šią strategiją, yra lyg „didinamasis stiklas“, kurio tikslas – kartu su supervizuojamuoju smulkiau peržiūrėti jo sunkumus, praskaidrinti tai, kas nebuvo skaidru, atrasti naujų prasmų. Būti tuo „didinamuoju stiklu“ supervizoriui padeda dialogo principu kuriami santykiai. E-F supervizija, kaip ir egzistencinė terapija, pasižymi tuo, kad turi stiprų filosofinį pagrindą. Supervizijos procese ypatingas dėmesys skiriamas tam, kokią įtaką kliento, terapeuto ir supervizoriaus gyvenimo principai turi jų gyvenimo supratimui ir kylantiems sunkumams. Tačiau supervizijos „filosofiniai potėpiai“ visiškai nereiskia filosofavimo: priešingai, supervizijoje akcentuojamas konkretumas, jos dalyviai stengiasi atskleisti visų šio proceso metu iškilusių fenomenų

prasmes, o supervizorius yra savotiškas „filosofinis palydovas“, suteikiantis terapeutui galimybę iš naujo išgyventi ir įsisąmoninti viską, kas vyksta terapijos procese ir kliento gyvenime (Kočiūnas, 2018).

Santykiai tarp supervizoriaus ir supervizuojamo terapeuto yra kolegiški, partneriški, lygiaverčiai (du Plock, 2009; Pett, 1995; van Deurzen, 2009; Kočiūnas, 2005; Kočiūnas, 2018; Krug & Schneider, 2016; Vaštakė & Kočiūnas, 2017), pagrįsti bendrumo ir abipusio susidomėjimo jausmu (Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Vaštakė et al., 2021), o supervizorius ir terapeutas yra supervizijos procese iškilusių fenomenų „kotyrintojai“ (du Plock, 2009; Vaštakė & Kočiūnas, 2017). Supervizoriaus ir supervizuojamo terapeuto santykiuose taip pat pabrėžiama tiek verbalinio, tiek neverbalinio dialogo ir tylos pauzių svarba (Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Vaštakė et al., 2021). Kuriamiems supervizoriaus ir supervizuojamojo santykiams didelę reikšmę turi atmosfera, kurioje vyksta supervizija, už tai yra atsakingas supervizorius. Jam reikia savyje suderinti labiau patyrusio kolegos, iš kurio tikimasi profesionalios pagalbos, ir tiesiog asmens, galinčio suteikti žmogišką palaikymą, vaidmenis. Tik tokioje atmosferoje supervizuojamasis gali jaustis laisvai ir atvirai dalytis viskuo, kas iškyla supervizijos procese, prisiliesti prie savo sunkumų be jokio poreikio įtikti supervizoriui (Kočiūnas, 2018; Krug & Schneider, 2016). Kočiūnas (2018), cituodamas du Plock (2017), rašo, kad E-F supervizijos procesą galima apibūdinti kaip peržiūrėjimą (angl. *re-viewing*) iš supervizuojamo terapeuto pozicijos, dėmesį sutelkiant į aktualius supervizuojamojo išgyvenimus.

Pats E-F supervizijos *procesas* yra apibūdinamas kaip lėtaeigis, kūrybiškas, kryptį turintis kruopštus tyrinėjimas, sukeliantis sustojimo, gilios pauzės ar „panirimo“ jausmus, labiau orientuotas ne į sprendimų ar atsakymų paiešką, bet į vertingų klausimų kilimą (Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Kočiūnas, 2018). E-F supervizijos procesas nėra didaktinis, nes neįmanoma išmokyti, „kaip būti“ (Vaštakė et al., 2021), tai galima tik patirti, taigi E-F supervizijoje mokomasi per patyrimą (pvz., techniškai neįmanoma išmokyti būti empatiškam, tai galima tik patirti supervizijos procese) (Krug & Scheider, 2016).

Supervizijos procese taip pat labai svarbios kai kurios fenomenologinės supervizoriaus nuostatos. Viena jų – *epoche* taisyklė. Šis pavadinimas kilo nuo graikiško žodžio „įdėti į skliaustus“. Ši nuostata – tai savo įsitikinimų, hipotezių „suskliaudimas“ (angl. *bracketing*) ir leidimas būti viskam, kas iškyla supervizijos procese (Kočiūnas, 2005; Kočiūnas, 2018; Pett, 2005; Pagdin, 2013). Ši taisyklė reiškia, kad supervizorius E-F supervizijos procese turėtų būti kuo labiau „*neutralus*“, pasirošęs būti nešališkas, nors to ir neįmanoma pasiekti visapusiškai. E-F supervizijoje ypač svarbus „ne-

žinojimo principas“, arba atsisakymas žinoti „už kitą“, kuris leidžia būti atviram visiems išskylančioms fenomenams ir tyrinėti juos be išankstinių nuostatų ar hipotezių (Kočiūnas, 2005; Pagdin, 2013).

E-F supervizijos esmė – ne pateikti supervizuojamajam paaiškinimus ar atsakymus, bet padėti suprasti vykstančius procesus, tyrinėjant išskylančius fenomenus jų atsiradimo kontekste bei praplečiant patį kontekstą (Kočiūnas, 2005). E-F supervizijoje taip pat yra svarbus *horizontalizacijos* principas – kuo smulkesnis patirties aprašymas, nebandant išskirti, kuri informacija yra vertingesnė, priimant ją visą kaip potencialiai vienodai reikšmingą (Kočiūnas, 2005; Pett, 1995).

E-F supervizijoje taip pat svarbus supervizoriaus *buvimo būdas* (Vaštakė & Kočiūnas, 2017). E-F supervizorius apibūdinamas kaip nedirektyvus, demokratiškas, neinterpretuojantis, dalyvaujantis supervizijos procese visa savo esybe – savo jausmais, žiniomis, patirtimi (Vaštakė & Kočiūnas, 2017), jis nėra ekspertas, bet labiau palydovas, padedantis terapeutui tyrinėti jo sunkumus. Supervizorius E-F supervizijoje yra realistiškai nusiteikęs terapeuto norų, lūkesčių, užsakymo supervizijai atžvilgiu, gebantis įvertinti, kiek terapeuto tikslai gali būti įgyvendinti per supervizijai skirtą laiką, taip pat išlaikantis dėmesį keliamiems klausimams, gebantis abejoti, užuot be išlygų, kategoriškai, ekspertiškai vertinęs, ar „žinoti, kaip geriau“. Ekspertinės pozicijos atsisakymas padeda kurti „gyvą“ dialogą tarp abiejų supervizijos dalyvių (Kočiūnas, 2018). Supervizuojamiesiems lygiavertiškai, kolegiskai bendrauti su supervizoriumi padeda pastarojo ramumas, visiškas atsipalaidavimas, dėmesingumas, susidomėjimas (Vaštakė & Kočiūnas, 2017). Vertingiausi momentai supervizijose, daugelio terapeutų nuomone, yra tie, kai supervizorius atvirai dalijasi savo patirtimi. Terapeuto atvirumas padeda kurti dialogišką santykį, labiau suprasti supervizijos procese pasireiškiančius lygiagrečius procesus (Kočiūnas, 2018). Būti E-F supervizoriumi reiškia būti empatiškam, priimančiam, kongruentiškam, autentiškam ir sąžiningam (Krug & Schneider, 2016).

Atliktame kokybiniame tyrime (Vaštakė & Kočiūnas, 2017) buvo rasta, kad E-F supervizijoje yra svarbios tokios supervizoriaus taikomos *intervencijos*: a) susitelkimas į „čia ir dabar“ supervizijos procese (ypač svarbūs buvo supervizoriaus supervizuojamų terapeutų neverbalinių reakcijų, jų vartojamų žodžių, balso intonacijų pokyčių, kalbos greičio, tylos pauzių, lygiagrečių procesų atspindėjimai); b) dėmesys supervizijos procese iškilusiems vaizdiniais ir metaforoms; c) užduodami klausimai, kurie suteikdavo procesui kryptingumo, bet neapribodavo laisvės. Taip pat itin svarbus yra supervizoriaus gebėjimas dėmesingai klausytis ir įsiklausyti. Tai

leidžia patekti į supervizuojamojo pristatomo atvejo fenomenologinį lauką (Kočiūnas, 2005; Kočiūnas, 2018).

E-F supervizoriaus pagrindinis darbo tikslas – ne atlikti kliento diagnostiką ar nustatyti, kokių sunkumų jam kyla, bet suprasti, kas vyksta „terapinėje sistemoje“ tarp supervizuojamo terapeuto ir jo kliento bei „supervizijų sistemoje“ tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo pristatomo atvejo (Kočiūnas, 2018). E-F supervizijoje nėra mokoma specialių technikų ar metodikų, kaip dirbti su klientais, ką daryti. Supervizoriaus užduotis yra padėti terapeutui atrasti savo unikalius sąveikos su klientais būdus, įsisąmoninti savo sunkumus, galimybes ir ribotumus, o tai pavyksta, kai supervizorius pripažįsta, kad jo galimybės suprasti taip pat yra ribotos.

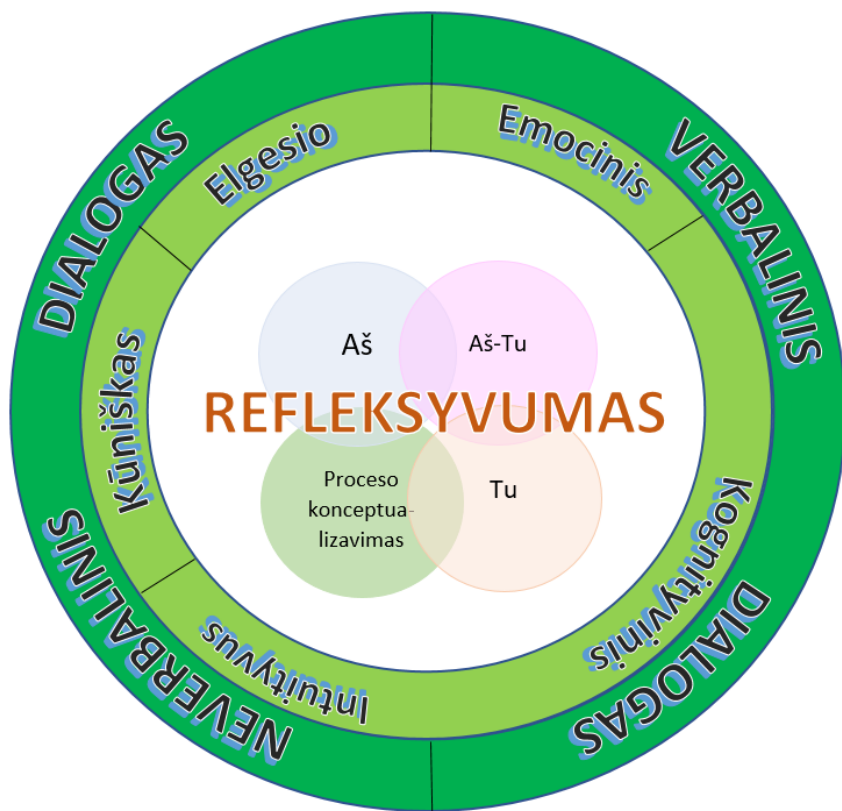
E-F supervizija yra labiau orientuota į procesą nei į rezultatą, vertingu supervizijos rezultatu laikomas ne gautas mentalinis atsakymas, o emocinis pokytis arba iškilęs svarbus klausimas, kuris tęsia tyrinėjimo procesą ir pasibaigus supervizijai (du Plock, 2009; Kočiūnas, 2018; Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Vaštakė et al., 2021). E-F supervizijos tikslas nėra išmokyti terapeutą būti „labiau žinančiu“, tačiau E-F supervizijos metu supervizuojamasis išmoksta savo darbą pamatyti „iš viršaus“, jį peržiūrėti ir koreguoti (Kočiūnas, 2018).

1.4 Refleksyvumo fenomeno psichoterapinėje supervizijoje samprata, jo atskyrimas nuo kitų gretutinių sąvokų

Kadangi psichologinėje literatūroje nėra nuoseklios terminų „refleksija“, „savirefleksija“, „refleksyvumas“, „savirefleksyvumas“ vartojimo tradicijos ir jie vartojami kaip sinonimai, nesusimąstant apie jų gilesnes prasmes ir reikšmes, o terminas „reflektuoti“ neretai suprantamas siaurąja prasme, gretinant jį tiesiog su mąstymo, galvojimo procesu, šiame skyrelyje refleksyvumo fenomeną norėtume apibrėžti psichoterapinės supervizijos kontekste ir atskirti nuo kitų gretutinių sąvokų.

Šiame darbe refleksyvumas psichoterapinėje supervizijoje bus apibrėžtas iš supervizuojamojo perspektyvos ir suprantamas kaip dinamiškas, daugiamatis fenomenas, apimantis savęs (supervizuojamojo), kito (supervizoriaus) ir to, kas vyksta tarp jų, įsisąmoninimą bei savo atliekamo darbo konceptualizavimą, vykstantį pačiame supervizijos procese, o ne po jo, ir kur visi šie išvardyti veiksmai atliekami vienu metu, simultaniškai (Vaštakė & Skruibis, 2021).

2 pav. pateikiame grafinį refleksyvumo psichoterapinėje supervizijoje fenomeno atvaizdą.



2 pav. Refleksyvumo fenomeno psichoterapinėje supervizijoje struktūra (Vaštakė & Skruibis, 2021)

2 pav. matome, kad refleksyvumas susideda iš keturių matmenų, kur „Aš“ matmuo reiškia supervizuojamojo sutelktumą į save (savo minčių, jausmų, elgesio, kūno reakcijų įsisąmoninimą), „Tu“ matmuo apima supervizuojamojo buvimą su supervisoriumi, kur dėl „Kito“ – supervisoriaus – dalyvavimo supervizuojamasis pradeda geriau suprasti savo psichoterapijos klientus, „Aš–Tu“ matmuo reiškia supervizuojamojo ir supervisoriaus santykį, o „Savo darbo konceptualizavimo“ matmuo – supervizuojamojo žvilgsnį „iš šalies“ į savo darbą su psichoterapijos klientais (savo buvimo būdą, naudojamas terapines intervencijas). Refleksyvumas yra plėtojamas tiek verbaliniame dialoge, kuriam priskiriami kognityvinis ir emocinis komponentai, tiek neverbaliniame dialoge, kuriam priskiriami elgesio, kūniškasis ir intuityvusis komponentai (Vaštakė & Skruibis, 2021).

Dažnai refleksyvumas yra painiojamas su terminu refleksija (angl. *reflection*), šie terminai kaip sinonimai vartojami dėl to, kad turi gimininę šaknį (lot. *reflexio* – „atsigręžimas“), tačiau jų reikšmė skiriasi. Refleksija yra tikslingas ir sutelktas mąstymas apie savo patirtis – mintis, jausmus, elgesį jau įvykus veiksmui. Schön (1987) refleksiją vadina *veiksmo refleksija* (angl. *reflection-on-action*) – tai veiksmų, priežasčių ir pasekmių apmąstymas atlikus veiklą, rengiantis naujiems jos etapams. Veiksmo refleksiją apibrėžia ir kiti mokslininkai, pridurdami, kad tai yra sutelktas savo patirties apmąstymas, kai patirtis yra analizuojama, įprasminama ir daromi apibendrinimai (Hewson & Carroll, 2016; Finlay & Gough, 2003; Freda et al., 2015). Husserlis (2005) mini, kad dėl refleksijos pirminis išgyvenimas nėra tiesiog prisimenamas, jis kinta, nes jame atsiranda esmė. Taigi refleksija padeda patirtį įprasminti ir iš čia išsigrynina veiksmo refleksijos (angl. *reflection-on-action*). Refleksyvumas, arba *refleksija veikiant*, yra ne retrospektyvus, o pasireiškia atliekamo veiksmo metu. Tokie ir yra pagrindiniai skirtumai tarp refleksijos ir refleksyvumo.

Savirefleksija – kitas svarbus terminas, kuris dažnai apibrėžiamas kaip refleksyvumo ir refleksijos sinonimas ir sunkiai atskiriamas nuo jų abiejų. Savirefleksija – tai savita refleksijos forma, kai refleksijos turinys yra sutelktas į save: savo mintis, jausmus, kūno pojūčius, elgesį, įsitikinimus (Jenkins, 2010; Nagata, 2006). Savirefleksijos vystymas yra ypač akcentuojamas egzistencinėje psichoterapijoje ir egzistencinėje supervizijoje (van Deurzen, 2009). Svarbu pažymėti, kad savirefleksija, kaip ir refleksija, yra retrospektyvus savęs įsisąmoninimas.

Savirefleksyvumas – kitas svarbus terminas, apibrėžiamas kaip dialektinis, intersubjektyvus, besivystantis tarpasmeninėje sąveikoje su „kitu“ procesas, kuriame vyksta savęs kaip subjekto patyrimas ir kartu savęs kaip objekto apmąstymas (Aron, 2003). Plėtojantis savirefleksyvumui, asmuo įsisąmonina savo vertybes ir nuostatas, kurios lemia jo patirtis. Savirefleksyvumas nėra galimas be „kito“ dalyvavimo, jam būtinas yra dialogas (Alvesson & Sköldberg, 2009), o savirefleksijai „kitas“ nėra būtinas. Galima sakyti, kad savirefleksija yra tarsi dvimatis reiškiny, apimantis vidinį dialogą su savimi, o savirefleksyvumas yra trimatis reiškiny, apimantis dialogą su savimi, su kitu ir pačios sąveikos tarp šių dviejų reflektavimą.

Taigi išgryninus, kas sieja ir kas skiria refleksyvumą nuo gretimų terminų, tampa aišku, kam skiriamas pagrindinis šio tyrimo dėmesys.

1.5 Tyrėjos savirefleksija apie teorinės dalies rengimą

Visą teorinę disertacijos dalį rengiau jau atlikusi tyrimo duomenų analizę. Planuodama disertacijos tyrimą (2016 metais), dar prieš studijoms į doktorantūros studijas, domėjausi egzistencinės terapijos supervizija (tai daryti paskatino podiplominės studijos Humanistinės ir egzistencinės psichologijos instituto programoje „Egzistencinė supervizija“), tad savo susidomėjimą realizavau atlikdama empirinį egzistencinės supervizijos tyrimą ir publikuodama mokslinį straipsnį kartu su prof. Rimantu Kočiūnu „Egzistencinė supervizija. Fenomenologinis tyrimas“ (Vaštakė & Kočiūnas, 2017). Kad mano turimos žinios netrūkdytų pastebėti tyrimo dalyvių patirčių, pradėjau rašyti tyrėjos dienoraštį, kuriame apmaščiau savo turimas žinias, nuostatas ir praktinę patirtį, susijusią su egzistencinės terapijos supervizija. Tyrėjos dienoraščio rašymas padėjo „suskliausti“ jau turimas žinias apie supervizijas, jų metu sukauptas patirtis, geriau jas įsisąmoninti ir nuo jų nutolti, ir taip pasiruošti susitikimams su unikaliomis disertacijos tyrimo dalyvių patirtimis.

Refleksyvumo fenomenas, kuris ir tapo disertacijos tyrimo objektu, man buvo šiek tiek žinomas iš psichoterapijos literatūros. Su refleksyvumu supervizijoje nebuvo nuodugnai susipažinusi, be to, aptikau ir šio fenomeno apibrėžties spragą mokslinėje literatūroje. Svarbu paminėti ir tai, kad kartu su disertacijos vadovu Pauliumi Skruibiu rašant publikaciją „Refleksyvumo fenomenas psichoterapinėje supervizijoje: sisteminė literatūros analizė“, man padėjo kritiškesnis disertacijos vadovo žvilgsnis iš šalies, nes jam refleksyvumo reiškinys nebuvo žinomas ir tai buvo labai naudinga formuluojant šio reiškinio apibrėžimą ir išlaikant nešališkumą. Tai mums – man, kaip tyrėjai, ir mano disertacijos vadovui – leido išlikti nešališkiems, suformuluoti refleksyvumo psichoterapinės supervizijos kontekste teorinį modelį ir jį aprašyti.

Vis dėlto reikia pripažinti, kad kokybiniais tyrimams keliamo reikalavimo teorijos analizę atlikti tik išanalizavus tyrimo duomenis visiškai įvykdyti nepavyko dėl formalių doktorantūros studijų reikalavimų – privalomų publikacijų disertacijos tematika ir pranešimų rengimo. Kita vertus, refleksyvumo fenomeno supratimas, jo matmenų išskyrimas, teorinio modelio formulavimas, publikacijos rengimas buvo būtini suplanuotam empiriniam tyrimui atlikti, nes neturint aiškaus supratimo apie tyrinėjamą reiškinį nebūtų įmanoma jo tyrinėti.

1.6 Literatūros ir tyrimų duomenų apibendrinimas ir problemos formulavimas

Mūsų atlikta literatūros apžvalga visų pirma leido prieiti prie išvados, kad mus dominantis refleksyvumo fenomenas, kaip vienas iš supervizijų efektyvumo rodiklių, neturi savo aiškos tapatybės ir aiškių ribų su gretutinėmis sąvokomis, tad negali būti empiriškai tyrinėjamas. Tai paskatino mus suformuluoti ir aprašyti refleksyvumą psichoterapinės supervizijos kontekste (Vaštakė & Skruibis, 2021).

Taip pat mūsų atlikta supervizijų efektyvumo sisteminė literatūros analizė išryškino, kad kol kas supervizijų tyrimų atliekama itin nedaug ir egzistuoja ryški spraga mokslinėje literatūroje apie supervizijų „aktyviusius komponentus“. Refleksyvumas yra vienas iš svarbiausių supervizijos „aktyviųjų komponentų“ ir kol kas lieka atviras klausimas, kokia refleksyvumo raida ir raiška supervizijos procese.

Be to, atlikta literatūros apžvalga iškėlė klausimą apie vyrų ir moterų refleksyvumo raiškos ir raidos trajektorijas supervizijos procese. Psichoterapijos efektyvumo tyrimuose kur kas dažniau nei supervizijų tyrimuose keliamas klausimas apie psichoterapijos klientų lyties sąsajas su psichoterapijos veiksniais, tad klausimas apie supervizuojamųjų lyties sąsajas su supervizijos proceso veiksniais taip pat yra aktualus. Kyla klausimas, kas konkrečiai plėtoja ir kas slopina refleksyvumą psichoterapinės supervizijos procese tiek vyrų, tiek moterų imtyse, kas jiems yra bendro ir kas juos skiria.

Tad, turėdami omenyje šias mokslinėje literatūroje atrastas spragas, visų pirma suformulavome ir aprašėme refleksyvumo fenomeną psichoterapinės supervizijos kontekste. Antra, taikydami kokybinės analizės metodus, gilinomės tiek į supervizuojamų vyrų, tiek į supervizuojamų moterų refleksyvumo raidą, raišką ir dinamiką supervizijos procese. Atlikdami kokybinį tęstinį tyrimą, refleksyvumo fenomeną pažinome nuodugniau ir iš laiko perspektyvos.

1.7 Tyrimo tikslas ir uždaviniai

Šio tyrimo tikslas – atskleisti ir aprašyti vyrų ir moterų refleksyvumo patirtis egzistencinės terapijos supervizijoje.

Tyrimo uždaviniai:

1) Atskleisti vyrų ir moterų refleksyvumo patirtis egzistencinės terapijos supervizijoje, kai supervizuojamieji studijuoja psichoterapiją (1 tyrimo etapas).

- 2) Atskleisti vyrų ir moterų refleksyvumo patirtis egzistencinės terapijos supervizijoje, kai supervizuojamieji jau yra baigę psichoterapijos studijas (2 tyrimo etapas).
- 3) Atlikti refleksyvumą egzistencinės terapijos supervizijoje skatinančių ir slopinančių veiksnių analizę.

2. TYRIMO METODIKA

2.1 Tyrimo analizės ir duomenų rinkimo būdo pagrindimas

Kadangi savo tyrimu siekiame atskleisti ir aprašyti tyrimo dalyvių refleksyvumo patirtis egzistencinės terapijos supervizijoje ir šis fenomenas nėra išsamiai tyrinėtas nei Lietuvoje, nei pasaulyje, o mes siekiame aptikti naujų įžvalgų apie refleksyvumo dinamiką supervizijos procese, tam pasirinkome **kokybinę** tyrimo strategiją. Kokybinė tyrimo strategija ypač tinka tada, kai tyrimo objektas yra mažai tyrinėtas, esami tyrimai prieštaringi ir turima per mažai duomenų apie tiriamą sritį, todėl hipotezių iškelti neįmanoma (Barker et al., 2002). Be to, savo tyrime norime atskleisti jo dalyvių patirtis, o ne priežastinius ryšius, kurių atrasti šiuo atveju ir nebūtų įmanoma, nes mūsų tyrime keliamas klausimas yra naujas. Smith (2009) atkreipia dėmesį į tai, kad kiekybiniai tyrimai remiasi makrožiniomis, nes kuria visapusiškai apibendrintus elgesio modelius, o kokybiniai tyrimai siekia išskirtinio mikrodetalumo, esant labai konkrečiai problemai. Smith & Osborn (2015) taip pat akcentuoja, kad kokybinė paradigma pasitelkiama tada, kai tyrimo klausimas yra atviras ir tyrimu siekiama atskleisti bei suprasti, *kaip* tyrimo dalyviai išgyvena ir įprasmina fenomeną, o tyrėjų siekis yra pateikti neutralų, nuodugną ir smulkų tiriamo reiškinių patyrimo aprašymą, o ne jo paaiškinimą. Kokybinė tyrimo strategija buvo pasirinkta ir todėl, kad mūsų tiriamas fenomenas yra žmogiškasis patyrimas, kurį norisi pažinti, sudarant sąlygas šios patirties „ekspertams“ jį įžodinti, o tyrėjas užima paskui tyrimo dalyvį einančiojo poziciją ir tampa jo patirties „interpretatoriumi“, siekiančiu suprasti, kokią prasmę savo patirtims suteikia tyrimo dalyvis. Kokybinės tyrimo strategijos pasirinkimą lėmė ir mano pačios, kaip tyrėjos, vidinė nuostata – labai artimas požiūris į tyrimo dalyvį kaip į vienintelį savo patirties ekspertą ir su juo kuriamą lygiavertį santykį, pačiai liekant „ne eksperto“ pozicijoje, pripažįstant savo subjektyvumą. Šiuo tyrimu norėjome atsiveriančius fenomenus pamatyti tokius, kokie jie pasirodo (Heidegger, 2014) per tyrimo dalyvių subjektyvias patirtis. Anot Husserlio (1989), gamtos mokslai seka eksperimento rezultatais, eliminuodami subjektyvumą, o fenomenologiniu požiūriu – žmonių subjektyvios patirtys yra suvokimo pagrindas, kur subjektyvumas, paliekantis erdvės fono kaitos įtakos rezultatams, padeda išlaikyti mokslinį objektyvumą, išvengiant objektyvizmo ribotumą. Mūsų manymu, kalbant apie žmonių patirtis, nėra vienos tiesos, kurią galime objektyviai pamatuoti, ją galima tik pažinti ir suprasti, tad kelias, vedantis link to supratimo, eina per dialogišką ir lygiavertį „Aš–Tu“ santykį. Būtent tokį santykį kokybiniuose tyrimuose ir kuria kokybinių tyrimų tyrėjas

su tyrimo dalyviais. Be to, fenomenologiniu požiūriu, norint pažinti žmogaus patirtį, būtina išlaikyti nuolat abejojančiojo poziciją, susilaikant nuo išankstinio, objektyvaus žinojimo, tad tokią poziciją ir išlaiko kokybinio tyrimo tyrėjas.

Svarbu atkreipti dėmesį ir į tai, kad mūsų tyrimas yra **kokybinio tęstinio** pobūdžio. Kokybinės tęstinės tyrimo strategijos pasirinkimą, kai interviu su tyrimo dalyviais yra pakartojami, lėmė tai, kad savo tyrimu norėjome suprasti, kaip *keičiasi* tyrimo dalyvių refleksyvumas laikui bėgant, ir aptikti bei sugretinti laike įvykusius pokyčius skirtingais tyrimo etapais. Anot Sheard ir Marsch (2019), pagrindinis kokybinių tęstinių tyrimų tikslas – patirčių pokyčiai bėgant laikui, o anot McCoy (2017), kokybiniai tęstiniai tyrimai leidžia ne tik fiksuoti bėgant laikui įvykusius pokyčius, bet ir labiau palyginti skirtingais etapais atliktus interviu duomenis bei sustiprinti interpretacijas. Todėl kokybinio tęstinio tyrimo strategija ir leidžia tiriamą fenomeną suprasti vertinant jo dinamiką, praplečiant klasikinę kokybinių tyrimų traktavimo galimybę, nes tokiu atveju tiriamo fenomeno supratimas jau nebėra orientuotas tik į dabartį, bet ir į pokyčio bėgant laikui diskursą, kas vyko toliau. Anot mokslininkų (Corden & Millar, 2007; McLeod & Thomson, 2009; Saldana, 2003), kokybiniai longitudinaliniai tyrimai padeda aptikti tiriamo fenomeno pokyčius bėgant laikui, jo dinamiką ir pamatyti atsiskleidžiantį reiškinio daugiasluoksniškumą, o taip pat tokie tyrimai yra ypač tinkami žmogaus raidai tyrinėti, kas aktualu mūsų tyrime, kuomet analizuojame būsimųjų psichoterapeutų profesinę raidą. Tasca ir Gallop (2009) akcentuoja, kad psichoterapijos efektyvumo tyrimuose, kai tyrėjus dominantis klausimas yra nukreiptas į tai, kokie psichoterapijos klientų pokyčiai vyksta psichoterapijos metu, tokie tyrimai yra ypač sveikintini. Taigi, mūsų manymu, norint tirti refleksyvumo ir kitus dinamiškus fenomenus supervizijos procese, kokybiniai tęstiniai tyrimai yra ypač tinkami.

Norėtume pabrėžti, kad mūsų tyrimas yra atskleidžiamojo pobūdžio, tad tai diktavo **indukcinę** radinių logiką – tyrimo duomenų prasmės buvo išryškinamos nenutolstant nuo tyrimo dalyvių patirčių ir griežtai jomis remiantis, o tyrėjo išankstinės nuostatos ir žinios buvo „suskliaudžiamos“ ir atidedamos, kad tyrimo dalyvių patirtis būtų galima pamatyti „šviežiu žvilgsniu“, o jų įžodinamos patirtys nebūtų nukreiptos tyrėjui suprantamu ir žinomu keliu.

Mūsų tyrimas sudarytas iš dviejų dalių (pirmosios ir antrosios bangos interviu). Abiejų tyrimo dalių duomenų rinkimas ir analizės metodas buvo tokie patys.

2.1.1 Interpretacinės fenomenologinės analizės (IFA) metodo pasirinkimas ir aprašymas

Interviu duomenys buvo analizuojami remiantis interpretacinės fenomenologinės analizės metodu (angl. *Interpretative phenomenological analysis*), autorius J. A. Smith, 2009. Pagrindinis interpretacinės fenomenologinės analizės tikslas yra ne tik atskleisti unikalios tyrimo dalyvių patirčių prasmės (fenomenologinė dalis), bet ir atverti tų prasmų turinį ir daugiasluoksniškumą (interpretacinė dalis) (Smith et al., 2009). Prieš atliekant tyrimą buvo svarstyti ir kiti kokybinio tyrimo metodai. Anksčiau taikytas (Vaštakė & Kočiūnas, 2017) fenomenologinės analizės metodas (Giorgi & Giorgi, 2003) buvo atmestas dėl to, kad šiuo tyrimu nesiekiamo suformuluoti reiškinio apibrėžimo ir jo aprašyti, bet norime suprasti, kaip tyrimo dalyviai suvokia tiriamo fenomeno (refleksyvumo) pokyčius konkrečiame kontekste (supervizijos procese). Taip pat buvo atmestas diskursinės analizės metodas, nes mūsų tyrimo tikslas nėra koncentruotis į pačios kalbos analizę, o grindžiamoji teorija buvo atmesta dėl to, kad savo tyrimu nesiekiamo sukurti apibendrinančios vienos tiesos.

Interpretacinės fenomenologinės analizės metodą, turintį dvejopą paskirtį – duomenų rinkimo ir kokybinės duomenų analizės (Smith et al., 2009), – pasirinkome dėl šių priežasčių:

1. Mūsų tyrimo klausimas yra atviras ir iki šiol nebuvo tirtas psichoterapinės supervizijos kontekste, tad šis metodas kaip tik yra tinkamas naujiems, netyrinėtiems fenomenams nagrinėti (Smith & Osborn, 2015).
2. Šis duomenų analizės būdas turi konkrečius žingsnius, todėl yra gana aiškus ir struktūruotas, be to, jis palieka laisvės ir tyrėjo interpretacijoms, o tai suteikia tyrimo analizei gylio ir gyvumo (Smith et al., 2009; Nizza et al., 2021).
3. Šis tyrimo metodas yra pritaikytas atlikti kokybinius testinius tyrimus, tai yra tyrinėjamo fenomeno pokyčiams interpretuoti, kas ypač aktualu mūsų tyrime (McLeod & Thomson, 2009; Nizza et al., 2018).
4. Jis yra vis populiarėjantis sveikatos ir klinikinės psichologijos srityse (Kajokienė, 2013; Matulaitė, 2013; Smith et al., 2009).
5. Šis metodas siekia pateikti naujų įžvalgų diskusijoje su jau egzistuojančia psichologine teorija (Kajokienė, 2013).

Interpretacinės fenomenologinės analizės metodas leidžia atverti tyrimo dalyvių patirtis, pamatyti jas tyrimo dalyvių akimis ir atskleisti tų patirčių daugiasluoksniškumą. Šio metodo tikslas yra parodyti, *kaip* tyrimo dalyvis suteikia prasmę savo patyrimui (Larkin & Thomson, 2012; McLeod &

Thomson, 2009, Smith et al., 2009), veikiamam įvairių gyvenimo kontekstų, vidinio pasaulio, nuostatų, vertybių. Interpretacinės fenomenologinės analizės metodas apima dvi fenomenologinės filosofijos tradicijas – *aprašomąją fenomenologiją* bei *hermeneutiką*. Tai leidžia ne tik aprašyti žmogaus patyrimą, bet ir žengti už to patyrimo suvokimo ribų. *Aprašomoji fenomenologija* – tai filosofo Husserlio (2005) sukurtas filosofijos metodas, kuriuo siekiama aprašyti sąmonės turinį, atskleisti fenomenų reikšmes bei prasmes ir jas aprašyti. Anot autoriaus, šis metodas padeda atskleisti prasmes, glūdinčias pasakojimuose, naudojant interpretacinį išitraukimą į tekstus ir transkriptus (Smith et al., 2009). Fenomenologinis šio metodo aspektas pasireiškia ir tuo, kad tyrėjas nekelia jokių išankstinių hipotezių ir nesiekia sukurti kokio nors objektyvaus fenomeno vaizdo, o pasitelkdamas Husserlio „epoche“ stengiasi kuo labiau „suskliausti“ visas savo turimas žinias ir „grįžti prie daiktų esmės“, tai yra atsiriboti nuo savo turimų žinių ar nuostatų, kurios gali turėti įtakos tyrimo procesui. Savo turimų žinių „suskliaudimas“ ir „grįžimas prie daiktų esmės“ reiškia ir stabtelėjimą, kuris reikalingas, norint susigaudyti aplinkoje, tai įprasto žvilgsnio pakeitimas nuostaba. Pasitelkti „epoche“ reiškia neutralizuoti objektyvų požiūrį ir susitelkti į savo individualius išgyvenimus bei pasireiškiančias duotybes. Anot Mickūno ir Jonkaus (2015), Husserlio „epoche“ pašalina įvairius tarpininkus, įterpiamus tarp patiriančios sąmonės ir jos objekto, ar tas tarpininkas būtų projektai, kalba ar nebūties galimybės. Taigi „epoche“ galime suprasti kaip būdą atskleisti subjektyvumo reikšmę, tad „suskliaudimas“ nėra suvokimo apribojimas – atvirkščiai, jis padeda atverti sąmonę patyrimui. Anot Šabašinskaitės (2016), „suskliaudimas“ ir atsiribojimas nuo savo patirties bei turimų žinių nėra skirtas mokslo klaidingumui pabrėžti, bet šitaip siekiama pažvelgti į modernaus mokslo pateikiamą informaciją ir ją palyginti su intersubjektyvia patirtimi. Metodo *hermeneutinė kryptis*, arba interpretacijos teorija, čia atsiskleidžia kaip interpretacinis procesas, kuriame ne tik siekiama suprasti, kokią prasmę tyrimo dalyvis suteikia analizuojamam fenomenui, bet tame procese dalyvauja ir tyrėjas, kuris yra aktyvus ir mėgina interpretuoti tyrimo dalyvio patirtis, taip suteikdamas savo prasmes tyrinėjamam fenomenui. Šį metodą taikantis tyrėjas kaip duomenų rinkėjas yra gana laisvas turėti savo interpretuojančias išvalgas į tyrimo dalyvio išgyvenamą santykį su savimi ir supančiu pasauliu (Kajokienė, 2013; Matulaitė, 2013). Šis metodas taip pat remiasi *idiografiniu* principu, kurio esmė – suvokti, kaip konkretus žmogus supranta konkretų fenomeną konkrečiame kontekste, taigi idiografija nurodo giluminę kiekvieno tyrimo dalyvio patyrimo analizę (Smith et al., 2009), kur tyrimo rezultatai yra pristatomi kaip panašumų ir skirtumų tarp dalyvių

pasisakymų rinkiniai, nes tyrėjas siekia atrasti, kas yra bendra ir kas individualu kiekvieno tyrimo dalyvio patyrimo (Smith & Osborn, 2015).

Tyrimo duomenų analizė buvo atliekama laikantis metodologinių reikalavimų (Smith et al., 2009) ir vykdoma etapais.

Interviu atlikimas ir transkribavimas

Duomenys apie supervizuojamųjų refleksyvumo patirtis supervizijoje šiame tyrime buvo renkami individualiu pusiau struktūruoto interviu būdu. Remiantis Smith (2009) rekomendacijomis, interviu klausimai turi būti suformuluoti taip, kad tyrimo dalyviai galėtų ilgai ir asmeniškai dalytis savo patirtimis. Interviu su rusakalbiais tyrimo dalyviais vyko rusų kalba, o su lietuviškai kalbančiu tyrimo dalyviu – lietuvių kalba. Kiekvieno interviu buvo daromas garso įrašas.

Kiekvienas interviu garso įrašas buvo transkribuojamas – perrašomas pažodžiui originalo kalba, paskui kiekvieno interviu transkripcija buvo verčiama į lietuvių kalbą, numeruojant kiekvieną transkribuoto interviu eilutę. Nėra standartizuotų procedūrų, padedančių įvertinti, kiek transkripcijų vertimas į kitą kalbą turi įtakos kokybinio tyrimo patikimumui, taip pat nėra konkrečių nurodymų, kaip dirbti su išverstomis iš originalo kalbos transkripcijomis, bet kokybinių tyrimų tyrėjai pateikia tam tikras rekomendacijas, kurių buvo laikomasi (Chen & Boore, 2009; Halai, 2007). Transkripcijos originalo kalba buvo skaitomos keletą kartų, paskui verčiamos į lietuvių kalbą, o vėliau vėl į tą kalbą, kuria buvo kalbėta (angl. *back-translation*), siekiant įsitikinti, kad neatsiranda neatitikimų tarp originalo ir išversto teksto (Chen & Boore, 2009; Bracken & Barona, 1991). Vertimo patikimumą buvo prašoma įvertinti profesionalios vertėjos, kad būtų galima suprasti, ar neišsikreipė tyrimo dalyvio patirties prasmė. Buvo dirbama tiek su originaliu, tiek su išverstu į lietuvių kalbą tekstu, siekiant išvengti tyrimo dalyvių patirčių iškraipymo.

Transkripcijos buvo atspausdinamos ir, remiantis Smith ir kolegų (2009) nurodymais, kairėje ir dešinėje jų pusėje buvo paliekamos plačios paraštės fenomenologiniams ir interpretaciniams komentarams rašyti. Tyrėja šiuos komentarus rašydavo ranka. Interviu transkribavimas ir vertimas yra laikui imlus procesas, kuris susideda ne tik iš pažodinio interviu perkėlimo, bet ir interviu peržiūrėjimo, patikslinimo bei neverbalinės kalbos (balso intonacijų, juoko, tylos pauzių) pažymėjimo. Vieno interviu transkribavimas, peržiūrėjimas, patikslinimas, neverbalinės kalbos sužymėjimas ir vertimas užtrukdavo apie savaitę. Tyrėja visus interviu atliko, transkribavo ir vertimus atliko pati.

Kad interviu tekstas būtų kuo informatyvesnis ir kuo labiau atspindėtų tyrimo dalyvių patirtis, tyrėjui reikia ypač susitelkti dirbant su interviu medžiaga, perteikti ne tik tyrimo dalyvių patirčių turinį, bet ir tai, kas slepiasi už pasakytų žodžių, kad būtų jaučiama, *kaip* jis dalijasi savo patirtimis, kuriuos aspektus labiau akcentuoja, o kuriuos praleidžia kaip mažiau reikšmingus, kokius jausmus patiria pokalbio metu. Taigi tyrėjo jautrumas ne tik tyrimo dalyvio pasakojamam turiniui, bet ir neverbalinėms apraiškomis transkribuojant interviu yra ypač svarbus. Anot Smith ir Osborn (2015), interviu transkripcijoje turi būti sužymėta tyrimo dalyvių neverbalinė kalba ir kitos interakcijos (juokas, verksmas, nutaikos pasikeitimas ar kt.).

Gauta medžiaga buvo analizuojama remiantis metodo autorių rekomendacijomis (Smith et al., 2009):

1. Vienos interviu transkripcijos skaitymas keletą kartų

Tam, kad būtų galima panirti į tyrimo dalyvių patirtis, interviu transkripcija buvo skaitoma keletą kartų. Tyrėja skaitydavo interviu tekstą ir tuo pat metu klausydavosi interviu garso įrašo, pažymėdama iki tol nepažymėtas svarbias neverbalinės kalbos apraiškas ar kitas interakcijas, jei tokių aptikdavo, taip pat užsirašydavo savo pamąstymus, pastabas, kilusius jausmus. Transkripcijos skaitymas ir interviu garso įrašo klausymas padeda prisiminti tyrimo dalyvio balso intonacijas, jo nuotaiką tyrimo metu (Smith et al., 2009) ir įeiti į dialogą su tyrimo dalyviu. Toks daugkartinis sutelktas skaitymas ir garso įrašo klausymas leisdavo geriau pajauti tyrimo dalyvių patirtis, į jas įsigilinti bei „pasinerti“ ir labiau „prisijaukinti“ transkripciją. Šiame „panirimo į gelmę“ etape buvo laikomasi pagrindinių fenomenologinio tyrimo nuostatų: atvirumo interviu transkripcijos medžiagai ir savo išankstinių nuostatų dėl fenomeno suskliaudimo ir atidėjimo.

2. Fenomenologinių komentarų (Smith et al., 2009), arba kodų (Smith & Osborn, 2015), rašymas

Perskaičius kiekvieną transkripciją nuo pradžos iki galo keletą kartų, buvo išryškinama subjektyviai išgyvenama kiekvieno tyrimo dalyvio patirtis, o tyrėja, būdama atvira ir dėmesinga kiekvienai eilutei, transkripcijos kairėje parašėje pažymėdavo tyrimo dalyvio pasisakymo esmę, tiesiogiai susijusią su tyrinėjamu klausimu. Toks „linija po linijos“ kodavimas leido išryškinti pagrindines svarbias tyrimo dalyvio idėjas, jų reikšmes, pastebėti, kokius žodžius tyrimo dalyviai vartoja vienai ar kitai minčiai apibrėžti.

Nėra griežtų taisyklių, ką tyrėjas turi žymėti, tačiau svarbiausia nenuolai nuo tyrimo dalyvio patirties turinio esmės (Smith et al., 2009). Šiame etape vertinga nuolat savęs klausti, ar vienas arba kitas komentaras, įžvalga ar pastebėjimas būtų prasmingi tyrimo dalyvei. Šį tikslą pasiekti tyrėjui padeda tokie klausimai: Apie kokį savo patyrimą kalba tyrimo dalyvė (-is)? Kokie yra pagrindiniai šio patyrimo bruožai? Ką tyrimo dalyvei (-iui) šis patyrimas galėtų reikšti? (Matulaitė, 2013). Anot metodo autorių, nereikia siekti visame transkribte vienodai dažnai rašyti komentarus ar komentuoti kiekvieną teksto dalį. Visiškai natūralu, jei vienoje teksto dalyje bus kur kas daugiau komentarų nei kitoje (Smith et al., 2009; Smith & Osborn, 2003). Šiame etape buvo išskirti svarbiausi tyrimo dalyvių patirčių aspektai, emociniai išgyvenimai, aptiktos pasikartojančios, labiausiai akcentuojamos temos. Šiame etape atsiranda pirmosios hipotetinės įžvalgos, kurios analizės metu dar yra tikslinamos. Tyrėja, dirbdama su interviu transkripcija, išryškėjusias temas žymėdavo skirtingų spalvų rašikliais, kaip ir rekomenduoja metodo autorius (Smith et al., 2009). 20 priede yra pateikiamas šio etapo pavyzdys.

3. Interpretacinių komentarų rašymas

Interpretacinių komentarų rašymo tikslas – sudaryti pagrindinių temų sąrašą. Remiantis užrašytais fenomenologiniais komentarais, buvo sudarytos pirminės temos, kurios buvo užrašomos transkripcijos dešinėje paraštėje. Smith (2009) nuomone, tema gali būti išskiriama tada, kai ji atsispindi pusės dalyvių interviu. Analizuodami interviu duomenis, laikėmės šio nurodymo: kiekviena mūsų išskirta tema atsispindi pusės arba daugiau nei pusės tyrimo dalyvių interviu. Iškilusios temos atskiriamos nuo teksto citatomis arba nuorodomis į citatas ir toliau analizuojamos atsitraukus jau nuo visos interviu transkripcijos.

Šiame etape induktyviai ieškoma to, kas bendra tarp kelių fenomenologinių komentarų ir kaip juos galima būtų integruoti, prasmingai konceptualizuoti (Kajokienė, 2013). Čia vis daugiau atsiranda tyrėjo, tačiau jis yra „įtrauktas“ į tyrimo dalyvio patirtis, tad iškilusios temos yra tyrėjo ir tyrimo dalyvio bendradarbiavimo rezultatas (Smith et al., 2009). Formuluodama temas, tyrėja nuolat klausė savęs, kiek užfiksuotos temos atitinka tyrimo dalyvių patirtį ir kiek pati prisidėjo prie to, kad viena ar kita tema atsirastų, kaip dar gali būti suprastas tyrimo dalyvio patyrimas? Šiame etape yra naudinga ir „validacija“ – kiek tokias pat temas įžvelgia kitas, kokybinius tyrimus išmanantis tyrėjas. Šiame tyrime validacija buvo atliekama tiek su pirmu, tiek su esamu disertacijos vadovu, o taip pat individualiose ir grupinėse kokybinių tyrimų supervizijose.

4. Temų jungimas į „temines kekes“⁷

Iškilusias temas vieno tyrimo dalyvio transkripcijoje tyrėja surašydavo ant atskiro lapo, atspausdindavo, kiekvieną atskirai iškirpdavo ir grupuodavo. 21 priede yra pateikiamas šio etapo pavyzdys.

Grupuojant dėliojosi kiekvieno tyrimo dalyvio temų struktūra, lygiagretūs ir hierarchiniai ryšiai tarp išskirtų temų. Temų grupavimo procese tyrėja nuolat grįždavo prie interviu transkripcijos pasitikrinti, ar yra ryšys tarp atsiradusių temų ir interviu teksto, ar temos yra pagrindžiamos interviu citatomis, buvo tikslinami ir koreguojami temų pavadinimai taip, kad formulotė kuo geriau atspindėtų temos esmę. Galiausiai buvo sudaroma hierarchinių ryšių temų lentelė. „Temų kekių“ sudarymas yra aukščiausias kiekvieno tyrimo dalyvio abstrahavimo lygmuo (Kajokienė, 2013), kekių sudarymo tikslas – susieti tarpusavyje temas, kurios „traukia viena kitą kaip magnetai“ (Smith et al., 2009). Svarbu paminėti ir tai, kad, baigusi struktūruoti vieno tyrimo dalyvio temas, tyrėja padarydavo dviejų trijų dienų pertrauką, kad galėtų „nauju žvilgsniu“ pradėti analizuoti kitą transkripciją.

5. Kitų interviu analizė

Šiame etape buvo kartojami 1, 2, 3 ir 4 žingsniai dirbant su kitų tyrimo dalyvių interviu. Į kiekvieną naują interviu buvo stengiamasi pasižiūrėti naujai, o savos mintys ar įžvalgos iš kitų interviu tyrėjos buvo reflektuojamos dienoraštyje.

6. Interviu analizių integracija

Šis tyrimo etapas yra pats sudėtingiausias, jame kiekvieno tyrimo dalyvio medžiaga yra integruojama į kitų tyrimo dalyvių medžiagą, taip ieškant pasikartojančių elementų interviu transkripcijose ir formuluojant metatemas. Metatemos atitinka ypatumus, esmingai atspindinčius tyrimo klausimą ir tiriamą fenomeną. Formuluodama metatemas tyrėja nuolat klausdavo savęs, kokie ryšiai yra tarp atskirų interviu, kokie interviu tekstuose matomi bendri bruožai ir kokie skirtingi? Šiame etape tyrėja atmesdavo tas temas, kurios nebuvo tinkamos naujai besiformuojančiai struktūrai. Remiantis interpretacinės fenomenologinės analizės metodo principais, duomenų analizės tikslas – ne tik sudaryti paprastą temų sąrašą, bet ir sukurti hierarchinę temų

⁷ Teminių kekių terminą pirmoji pavartojo A. Matulaitė (2013).

(reikšmių) struktūrą, kurioje išryškinamos trys keturios esminės temos (metatemos) (Kajokienė, 2013).

Teksto analizės procese yra nuolat „žingsniuojama“ į priekį, atgal ir vėl į priekį, pradedant fenomenologiniais komentarais ir baigiant metatamų formulavimu. Kiekviename žingsnyje yra vis grįžtama prie ankstesnio, siekiant įsitikinti, kiek viena ar kita citata atitinka temą. Jei reikia, tenka pergrupuoti citatas, temas ir metatemas. Šiame procese tyrėja nuolat užima abejojančiojo poziciją, kuri neleidžia pamesti tyrimo dalyvio patirties prasmės ir autentiškumo.

7. Galutinis aprašymas

Šiame žingsnyje metatemos buvo grąžinamos atgal į nuoseklų tekstą, iliustruojamos tyrimo dalyvių citatomis iš interviu, pažymint tyrimo dalyvio pseudonimą ir transkribuoto teksto eilutės numerį. Šiame etape buvo kuriama fenomeno rašytinė interpretacija, kuri vėliau buvo lyginama su kitų autorių darbais.

Svarbu paminėti, kad analizuojant IFA duomenis nėra būtina komentuoti kiekvieną teksto dalį ir tekstas neskirstomas į prasmines dalis. Yra priimtina, kad vienos teksto dalys būna savaime turtingesnės savo prasme ir dėl to analizuojant komentuojamos daugiau nei kitos. IFA rezultatai gali būti pristatomi ne tik kaip metatemos su temų kekėmis bei citatomis, bet tyrimo rezultatai pristatomi ir nuosekliai vieno tyrimo dalyvio arba iš išskirtinių tyrime įžvelgtų atskirų tyrimo dalyvių perspektyvų (Matulaitė, 2013; Kajokienė, 2013; Kurapkaitienė, 2019).

2.1.2 Giluminių pusiau struktūruotų interviu kaip duomenų rinkimo būdo pasirinkimas

Duomenys apie supervizuojamųjų refleksyvumo patirtis šiame tyrime buvo renkami pusiau struktūruoto interviu būdu. Interviu klausimus formulavo šio darbo autorė, paskui juos peržiūrėjo disertacijos vadovas, ir jie buvo pakoreguoti (3, 4, 5, 6 priedai). Pusiau struktūruoti interviu su kiekvienu tyrimo dalyviu buvo atliekami po du kartus. Pusiau struktūruotas interviu yra tarpinis variantas tarp nestruktūruoto (kai pateikiama tik bendra pokalbio tema) ir struktūruoto (kai visiems tyrimo dalyviams klausimai užduodami tam tikra seka). Anot Gudaitės (2008), šis duomenų rinkimo būdas yra tinkamiausias, norint gauti daugiausia informacijos ir sukurti bendradarbiavimo santykį tarp tyrėjo ir tyrimo dalyvio. Mes šį duomenų rinkimo būdą pasirinkome dėl kelių priežasčių:

1) savo tyrimu siekiame atskleisti tyrimo dalyvių subjektyvias patirtis, o ne patvirtinti ar paneigti iki šiol jau turimas žinias;

2) šis duomenų rinkimo būdas padeda tyrimo dalyvio sąmonei išlaikyti tam tikrą kryptį, išlikti intencionaliai;

3) visi interviu klausimai yra pritaikyti šiai konkrečiai tyrimo dalyvių grupei.

Interviu klausimai pirmiausia buvo užduoti bandomojo tyrimo metu (su viena tyrimo dalyve). Bandomuoju tyrimu siekėme išsiaiškinti, ar sukurtas interviu „pasiekia“ tiriamo fenomeno gelmes. Tik įsitikinęs, kad interviu klausimai yra tinkami ir jais „pasiekiamas“ tiriamą fenomeną, buvo pradėtas pagrindinis tyrimas. Svarbu paminėti ir tai, kad bandomojo interviu metu tapo aišku, jog klausimai yra tinkami ir atveriantys tyrimo dalyvės patirtis, tad jų formuluotės nebuvo koreguojamos, o bandomasis interviu buvo įtrauktas į bendrą tyrimo analizę. Visiems tyrimo dalyviams buvo užduodami septyni aštuoni klausimai. Tyrimo antrosios bangos interviu metu tyrimo dalyviams buvo užduodami tie patys klausimai, kaip ir pirmojo interviu metu (nekeičiant jų formuluočių). Pirmosios ir antrosios bangos interviu galėtume suskirstyti į tris dalis:

Pirmoje interviu dalyje tyrėja prisistatydavo, pristatydavo tyrimo tikslą ir paklausdavo, kaip tyrimo dalyvis ar dalyvė jaučiasi ir ar turi kokių nors klausimų. Dažniausiai tyrimo dalyviai neturėdavo klausimų, tad tyrėja aptardavo konfidencialumo klausimą ir tai, kad tyrimo dalyvis ar dalyvė bet kuriame interviu etape gali atsisakyti dalyvauti tyrime arba ateityje rezultatų analizės etape turi teisę nesutikti, kad jo ar jos interviu duomenys būtų įtraukiami į analizę. Taip pat tyrimo dalyvių buvo prašoma leisti daryti interviu garso įrašą.

Šioje interviu dalyje buvo siekiama surinkti tyrimo dalyvių demografinius duomenis – koks jų amžius, įgytas išsilavinimas, psichoterapinės praktikos apimtis, supervizijų kiekis (kiek supervizijų yra turėta iki šio interviu ir su keliais supervizoriais), taip pat buvo klausiama, kokia dabartinio supervizoriaus lytis. Paskui tyrimo dalyvių buvo pasitikslinama, ar jie supranta, kas yra refleksyvumo fenomenas, ir prašoma šį fenomeną apibrėžti taip, kaip supranta. Tyrimo dalyviai refleksyvumo fenomeną apibrėždavo dažniausiai painiodami jį su refleksija arba paminėdami ne visus refleksyvumą sudarančius dėmenis. Tada tyrėja pristatydavo refleksyvo fenomeną ir akcentuodavo, kad jis bus interviu dėmesio objektas.

Toliau pateikiamas pavyzdys:

Tyrėja: „*Prašau pasidalyti, kaip Jūs suprantate refleksyvumą.*“

Tyrimo dalyvė Erika: „<...> refleksyvumas – tai lyg savęs įsisąmoninimas ir gilesnis savo psichoterapinio darbo supratimas, tai augantis sąmoningumas iš esmės <...>.“⁸

Tyrėja: „Kaip Jums atrodo, kas dar sudaro refleksyvumą?“

Tyrimo dalyvė Erika: „<...> mano manymu, refleksyvumas – tai savęs įsisąmoninimas, taip pat ir kito – savo psichoterapijos kliento supratimas, pajautimas, o kartu ir pačio psichoterapijos proceso <...>.“

Tyrėja: „Jūs labai gerai apibūdinote. Refleksyvumas yra savęs, kito, paties psichoterapijos proceso įsisąmoninimas bei kartu savo darbo konceptualizavimas atliekamame veiksmo, o ne po jo.“

Tyrimo dalyvė Erika: „<...> taip, man viskas aišku, tai lyg keturi „sluoksniai“ – savęs, kito, proceso įsisąmoninimas ir pačio atliekamo darbo ir viskas vyksta vienu metu. Aš taip ir supratau, tik sunku buvo tai sudėlioti žodžiais iš karto <...>.“

Taigi šiame interviu fragmente matome, kad tik tada, kai tyrimo dalyviui tapdavo aišku, kas yra refleksyvumas ir ką jis apima, buvo pereinama prie klausimo apie superviziją. Tyrėja domėjosi, ką tyrimo dalyviui reiškia supervizija.

Tyrėja: „Norėčiau, kad pasidalintumėte, kas Jums yra supervizija.“

Tyrimo dalyvis Mykolas: „Supervizija – tai galimybė pasižiūrėti į savo darbą kito žmogaus akimis, kuris iš dalies nėra suinteresuotas, asmeniškai neįsitraukęs, tačiau norintis pateikti atspindį to, kas vyksta, iš savo perspektyvos <...>.“

Po šių klausimų apie refleksyvumą ir apie superviziją buvo pereinama prie antrosios (pagrindinės) interviu dalies, kurioje buvo užduodami šie klausimai:

- Gal galėtumėte pasidalinti, kaip keitėsi / keičiasi refleksyvumas supervizijos procese? Pasidalinkite kuo plačiau.
- Gal galėtumėte daugiau papasakoti, kas tuos pokyčius lėmė?
- Kaip Jūsų minimi refleksyvumo pokyčiai supervizijoje atsispindėjo Jūsų savęs įsisąmoninime? Suprantant klientą? Suvokiant patį terapinį procesą?
- Kas padėjo labiausiai vystyti Jūsų refleksyvumui?
- Kokius pokyčius pastebėjote savo darbe su psichoterapijos klientais po supervizijos? Pasidalinkite daugiau ir pateikite pavyzdžių.
- Kas trukdė refleksyvumo plėtrai supervizijos procese? Pasidalinkite kuo daugiau ir pateikite pavyzdžių.

Trečioji dalis buvo skirta interviu užbaigti, tyrėja užduodavo vieną klausimą:

⁸ Čia ir toliau tyrimo dalyvių kalba netaisyta (red. past.)

- Ar yra, ko Jūsų nepaklausiau, bet kas dar būtų svarbu kalbant apie refleksyvumo pokyčius supervizijos procese?

Interviu pabaigoje tyrėja padėkodavo tyrimo dalyviams už skirtą laiką ir paklausdavo, ar jie norėtų paskaityti jos publikaciją ir (ar) parašytą disertaciją.

Svarbu paminėti, kad šie klausimai nebuvo užduoti visiems tyrimo dalyviams tokia pačia seka, kai kurie klausimai kai kuriems dalyviams visai nebuvo užduoti, nes jie patys, kalbėdami apie refleksyvumo pokyčius, apimdavo visus refleksyvumo „sluoksnius“. Taip pat šie interviu klausimai buvo tarsi interviu gairės, bet ne būtinas įvykdyti planas. Daugiausia dėmesio interviu buvo skiriama tyrimo dalyvių patirimams, atveriant galimybę jiems pasisakyti kaip vieninteliams savo patirties ekspertams, o tyrėja, atlikdama interviu, stengėsi priartėti prie tyrimo dalyvių patirčių. Interviu metu buvo keliamas tikslas kuo visapusiškiau ir išsamiau atskleisti tyrimo dalyvių patirtis, tad, pasitelkiant aktyvaus klausymosi būdą, tyrimo dalyviai buvo skatinami dalytis patirtimis, interviu metu buvo užduodami patikslinantys, gilinantys ir atveriantys klausimai, reaguojama į tyrimo dalyvių neverbalinę kalbą. Tyrimo dalyviai turėjo galimybę nukrypti nuo klausimo, o jų patirtys nebuvo vertinamos kaip daugiau ar mažiau vertos dėmesio, bet priimamos kaip turinčios vienodą vertę. Tačiau, nepaisant tokios tyrimo eigos, tyrimo dalyviams buvo užduodami visi pagrindiniai klausimai, laikomasi laiko ribų, o pabaigoje leidžiama papildyti interviu neišsakytomis mintimis, pasidalyti jausmais. Norėtume pabrėžti ir tai, kad pats interviu procesas buvo suvokiamas kaip „su-būti“, dialogas, kurio metu atsiveria fenomenai, tai unikalios dviejų asmenų sąveika, savotiškas kūrybos procesas. Jo metu fenomenai suteikiama reikšmė yra tos sąveikos rezultatas. Tad ir tyrimo duomenys turėtų būti suvokiami ne kaip vieninteliai bei tiesioginiai realybės atspindžiai, bet kaip viena iš daugelio galimų gyvenimiškos realybės interpretacijų (Smith et al., 2009).

Svarbu paminėti, kad atliekant interviu teko susidurti su kai kuriais sunkumais. Kadangi esu praktikuojanti psichoterapeutė ir supervizorė, turinti tiek asmeninės patirties, tiek teorinių ir praktinių žinių apie supervizijos procesą, nebuvo lengva visa tai „suskliausti“ ir išlikti neutraliai. Tam padėdavo refleksyvaus dienoraščio rašymas, grupinės ir individualios kokybinio tyrimo supervizijos, konsultacijos su disertacijos vadovais, taip pat neskaičiau naujos literatūros apie supervizijas. Tai leisdavo išlaikyti neutralumą ir atvirai be išankstinių nuostatų priimti kiekvieno tyrimo dalyvio patirtį. Vienas iš pagrindinių praktinių uždavinių atliekant interviu buvo išlaikyti sutelkus dėmesį į refleksyvumo fenomeną ir nesekti pasakojančiojo emocinės būsenos, žvelgiant į tyrimo dalyvius kaip į tyrimo medžiagą perteikiančius, bet ne į besidalijančius psichologiniais sunkumais. Atsitikdavo

ir taip, kad kai kurie tyrimo dalyviai pasakodami panirdavo į gilius išgyvenimus ir pasireiškėdavo jų jausmai, jie lyg prarasdavo dėmesio koncentraciją, tad tikras išbandymas buvo nenukrypti į jų jausmų analizę ir grąžinti tyrimo interviu kryptį. Fenomenologinio hermeneutinio tyrėjo pozicija pabrėžia būtinybę nenutolti nuo tyrimo dalyvio patirties, tačiau nepereiti prie konsultanto vaidmens atliekant interviu (Kajokienė, 2013).

Norėčiau priminti, kad tyrimo dalyviai iš Latvijos ir Rusijos buvo kalbinami rusų kalba.

2.1.3 Pasiruošimas atlikti tyrimą

Vidinis pasirengimas atlikti tyrimą

Kokybiniuose tyrimuose tyrėjui yra ypač svarbu išlaikyti neutralumą tiriamo fenomeno atžvilgiu, kad atvirai ir be išankstinių nuostatų priimtų tyrimo dalyvių pasaulį. Tai buvo nelengva užduotis, nes pati daug metų supervizuojau savo psichoterapijos praktiką pas egzistencinės krypties supervizorių, dirbu supervizore ir esu atlikusi kelis mokslinius tyrimus supervizijos tema.

Siekdama išlikti kuo labiau nešališka tyrinėjamam fenomenui, nuolat naudojausi Husserlio (2005) suformuluotu „suskliaudimo“ principu, pagal kurį rekomenduojama turimą patirtį „suskliausti“ ir atidėti į šalį, kad šviežiu žvilgsniu galėtum pamatyti kitų patirtis. van Deurzen (2009) teigia, kad savo nuostatų „suskliaudimas“ padeda tapti atviresniems kitų pasauliams ir prie jų priartėti. Taigi turėjau savo profesinę patirtį „suskliausti“, kad galėčiau ją atskirti nuo tyrimo dalyvių patirčių ir interviu metu jų nenukreipti, išlikti kuo labiau neutrali. Kad tai būtų pasiekta dar iki tyrimo atlikimo pradžios, tyrėjos dienoraštyje aprašiau visas savo nuostatas, patyrimus, jausmus, susijusius tiek su tiriamu fenomenu, tiek su supervizijos procesu.

Kokybinių tyrimų tyrėjas turėtų kuo mažiau skaityti literatūros tyrimo tema, tačiau studijuojant doktorantūroje reikia rašyti mokslines publikacijas ir rengti pranešimus konferencijoms, tad visiškai neskaityti apie supervizijas buvo neįmanoma, todėl stengiausi tai daryti kuo mažiau, o rastą informaciją kaupiau atskirame aplanke. Be to, savo mintis ir jausmus, nuostatas reflektavau tyrėjos dienoraštyje: užrašydavau savo įžvalgas, kaip tam tikros teorinės žinios, asmeniniai supervizijų patyrimai, išankstinės ir besikeičiančios nuostatos gali paveikti tyrimą. Hermeneutiniame tyrime tyrėjas yra duomenų rinkėjas, tad savirefleksija – būdas pažinti galimą subjektyvumo poveikį iškylantiems radiniams (Kajokienė, 2013). Toks savistabos dienoraštis buvo rašomas iki pat disertacinio tyrimo aprašymo

pabaigos. Nuolatinė savirefleksija padėjo turimas teorines žinias „suskleisti“, kad tyrimo dalyvių patirtys nebūtų priimamos kaip jau turimų teorinių žinių patvirtinimas ar atmetimas. Tenka pripažinti ir tai, kad visiškai įgyvendinti kokybinių tyrimų principą „teorinę literatūros analizę atlikti tik po radinių aptarimo“ nepavyko dėl nuolatinio publikacijų ir pranešimų rengimo.

Išorinis pasirengimas atlikti tyrimą

Mano, kaip tyrėjos, pasiruošimas atlikti disertacijos tyrimą prasidėjo nuo kokybinių tyrimų mokymų. Fenomenologinių tyrimų institute mokiausi atlikti kokybinius tyrimus ir giluminius interviu, lankiau individualias ir grupines kokybinių tyrimų supervizijas (vadovė A. Matulaitė). Dėl kokybinio tyrimo strategijos, tyrimo imties ir kitų metodologinių klausimų konsultavausi tiek su pirmu, tiek su esamu disertacijos vadovu, taip pat kai kuriais metodologiniais klausimais el. paštu tariausi su interpretacinės fenomenologinės analizės metodo autoriumi J. Smith.

Kalbos įtaka tyrimui atlikti

Anot Heideggerio (2014), žmogus pasirodo kaip buvinys, kuris šneka, o čiabūtis turi kalbą, tad kalbėdami būname „Būtyje-su“, kuriai reikalingas „kitas“, bent jau tas, kuris kalba ta pačia kalba ir yra tame pačiame erdvėlaulyje. Gebėjimas suprasti kitą yra pamatinė žmogaus galia, kuria remiasi jo bendras gyvenimas su kitais ir kuris dažniausiai realizuojasi per kalbą ir pokalbį su „kitu“ (Simonova, 2011). Neretai nesusimąstome apie tai, koks yra mūsų ryšys su kalba, kaip viena ar kita kalba galime priartėti prie pašnekovų gyvenamojo pasaulio, jį suprasti. Heideggeris (2014) mums vis primena, kad žmogui yra itin svarbu atrasti dermę su kalba, nes nuo to priklauso ir žmogaus ryšys su žmogumi. Anot Smith ir kolegų (2009), taip pat Mook (2011), atliekant kokybinius tyrimus būtinas ne tik gebėjimas kalbėti tyrimo dalyvių gimtąja kalba, bet ir suprasti tos kalbos niuansus, tyrimo dalyvių kultūrinį kontekstą, gebėti su kalba rezonuoti, tai yra kalbėti tyrimo dalyviams būdinga kalba, suprasti perkeltines prasmes, metaforas. Gebėjimas kalbėti kalba kaip gimtąja – pats svarbiausias kokybinio tyrimo tyrėjo įgūdis (Hennink, 2008; Shimpuku & Norr, 2012). Visi (išskyrus vieną) mūsų tyrimo dalyviai buvo kalbinti rusų kalba, paskui interviu transkripcijos buvo verčiamos į lietuvių kalbą. Klausimas, kaip aš, kaip tyrėja, rezonuojau su tyrimo dalyvių kalba ir ar viską tiksliai perteiksiu skaitytojams, atlikdama interviu transkripcijų vertimus į lietuvių kalbą, kilo nuolat. Esu tikra

dvikalbė⁹, vienodai moku rusų ir lietuvių kalbas. Dalis tyrimo dalyvių taip pat buvo dvikalbiai, kiti – rusakalbiai, vienas tyrimo dalyvis buvo lietuvis. Tad, atliekant interviu, kalbos barjeras nebuvo juntamas. Dalies tyrimo dalyvių supervizijos taip pat vyko rusų kalba. Svarbu paminėti ir tai, kad tiek man, kaip tyrėjai, tiek tyrimo dalyviams kalbėti rusų kalba buvo įprasta dėl to, kad studijos Humanistinės ir egzistencinės psichologijos institute vyko rusų kalba, tad ji buvo nuolat vartojama, „prijaukinta“. Tačiau, nepaisant to, keletą kartų kreipiausi į profesionalią vertėją, kad ji padėtų išversti kai kurias frazes ir kad nešališkai pasakytų, ar versdama tiksliai perteikiu vieną ar kitą mintį. Tokia pagalba leido jaustis užtikrinčiau.

Disertacijos vadovo pasikeitimas

Svarbu paminėti ir tai, kad atlikus pirmosios bangos interviu pasikeitė disertacijos vadovas. Juo tapo doc. dr. Paulius Skruibis. Pas naują disertacijos vadovą atėjau su dviem idėjomis apie tyrimo tęsinį: atlikti kokybinį tęstinį tyrimą su tais pačiais tyrimo dalyviais arba tyrinėti tarpkultūrinius skirtumus ir tęsti tyrimą su supervizuojamaisiais kitose šalyse. Apsistojome prie kokybinio tęstinio tyrimo idėjos, nes nebuvo tikri, kiek pavyks išlaikyti imties homogeniškumą tęsiant tyrimą svetur. Didžiausia abejonė iškilo dėl skirtingos programos kitoje psichoterapijos mokykloje, nes tai keltų klausimą dėl imčių palyginimo galimybes.

2.2 Tyrimo dalyviai

2.2.1 Tyrimo dalyvių paieška ir atranka

Mūsų tyrime dalyvavo HEPI profesionaliojo lygio programos „Egzistencinė terapija“ kursantai. Tyrėja, gavusi HEPI direktoriaus leidimą, kursantams elektroniniu paštu išsiuntė kvietimą dalyvauti tyrime, nurodydama visą informaciją (2 ir 3 priedai). Tyrimo dalyviai turėjo atitikti šiuos kriterijus:

- 1) turėti bazinį psichologinį išsilavinimą;
- 2) būti baigę bazinio lygio programos „Egzistencinė terapija“ studijas;
- 3) būti baigę profesionaliojo lygio programos „Egzistencinė terapija“ pirmą supervizijų ciklą (15 supervizijų);

⁹ Dvikalbystė – individo gebėjimas vienodai gerai kalbėti ir mąstyti dviem kalbomis. Tikrasis dvikalbis gali laisvai net nuo pusės sakinio pereiti iš vienos kalbos į kitą (Hintas, 1989).

4) turėti ketinimų tęsti studijas bei supervizuoti savo praktiką ir užbaigę studijas.

Kadangi buvo keliamas tikslas tyrinėti tiek vyrų, tiek moterų patirtis, į tyrimą buvo kviečiami abiejų lyčių asmenys.

2.2.2 Tyrimo dalyvių demografiniai duomenys

Tyrimo pirmosios bangos interviu atlikti 2018 metais. Tyrime dalyvavo 8 savanoriškai į skelbimus atsiliepę asmenys – 4 moterys ir 4 vyrai. Interviu metu tyrimo dalyviai buvo HEPI profesionaliojo lygio programos „Egzistencinė terapija“ kursantai, baigę pirmą supervizijų ciklą (15 supervizijų). Verta paminėti, kad visi tyrimo dalyviai iki įstodami į profesionaliojo lygio programą „Egzistencinė terapija“ bazinio lygio programoje baigė privalomų supervizijų ciklą, kuriame turėjo supervizuoti visą savo konsultacinę praktiką. Nedidelė tyrimo imtis nebuvo pasirinkta atsitiktinai, pasirinkimą lėmė metodologinė logika: kiekvienas atvejis turi būti analizuojamas išsamiai (idiografinis principas), o tyrimo dalyviai turi reprezentuoti „perspektyvą“, o ne „populiaciją“ (Smith et al., 2009).

Tyrimo antrosios bangos interviu atlikti 2021 metais su tais pačiais tyrimo dalyviais. Antrame etape dalyvavo 7 asmenys (viena moteris pasitraukė iš tyrimo) – 3 moterys ir 4 vyrai. Interviu atlikimo metu tyrimo dalyviai jau buvo baigę studijas HEPI profesionaliojo lygio programoje „Egzistencinė terapija“ ir tapę sertifikuotais egzistencinės krypties psichoterapeutais, turinčiais savo privačią psichoterapijos praktiką, kurią reguliariai supervizuoja egzistencinės krypties supervizorius.

2 lentelėje pateiksime pagrindinę informaciją apie tyrimo dalyvius: vardus (pakeisti), amžių, išsilavinimą, gyvenamą šalį, psichoterapinio darbo apimtį (kas savaitinis priimamų klientų skaičius¹⁰ pirmojo ir antrojo interviu metu), supervizijų skaičių (pirmojo ir antrojo interviu metu), supervizoriaus lytį ir tyrimo dalyvių gimtąją kalbą (interviu buvo atliekami tyrimo dalyvių gimtąja kalba).

¹⁰ Šis skaičius parodo tik tą savaitę, kai buvo atliekamas interviu, priimamų klientų skaičių (jis yra kintantis).

2 lentelė. Informacija apie tyrimo dalyvius

Vardas	Amžius	Išsilavinimas ¹¹	Gyvenamoji vieta	Psichoterapinio darbo apimtis (klientų skaičius per savaitę) interviu atlikimo metu		Supervizijų skaičius interviu metu		Supervizoriaus lytis		Gimtoji kalba	Interviu trukmė (min.)	
				T1	T2	T1*	T2**	T1	T2		T1	T2
Erika	40 m.	Aukštasis, psichologijos magistrė	Latvija	10	20	95	23	M	M	Rusų	60	77
Monika*	35 m.	Aukštasis, psichologijos mokslų daktarė	Rusija	5		86		M		Rusų	76	
Odetė	32 m.	Aukštasis, Psichologijos magistrė	Rusija	5	15	87	25	M	M	Rusų	55	76

¹¹ Tyrime dalyvavo asmenys, turintys aukštąjį psichologinį išsilavinimą. Nors psichologijos mokymo programos Baltijos šalyse ir Rusijoje gali skirtis, mums svarbiausia buvo, kad tyrimo dalyviai turėtų toje šalyje pripažintą psichologo kvalifikaciją.

Sofija	37 m.	Aukštasis, psichologijos magistrė	Latvija	12	17	103	33	M	M	Rusų	67	55
Moterų vidurkis	36			8	17,3	92,7	27				64,5	69,3
Mykolas	35 m.	Aukštasis, psichologijos magistras	Latvija	23	25	115	18	M	V	Rusų	70	82
Petras	38 m.	Aukštasis, psichologijos magistras	Rusija	15	15	110	21	M	M	Rusų	50	56
Edas	28 m.	Aukštasis, psichologijos magistras	Lietuva	30	22	100	19	M	M	Liet.	69	73
Stasys	55 m.	Aukštasis, psichologijos magistras	Rusija	11	15	90	23	M	M	Rusų	48	43
Vyrų vidurkis	39			19,7	19,2	103,7	20,2				59,2	63,5
Bendras vidurkis	37,5			13,8	18,4	98,2	23,1				61,8	66

Paaiškinimas:

* Šis skaičius rodo tyrimo dalyvių supervizijų skaičių nuo studijų HEPI bazinio lygio iki profesionaliojo lygio 1 supervizijų ciklo.

** Šis skaičius rodo tyrimo dalyvių supervizijų baigus studijas HEPI skaičių.

Iš 2 lentelėje pateiktų duomenų matyti, kad jauniausiam tyrimo dalyviui buvo 28 metai, vyriausiam – 55 metai. Tyrimo dalyvių moterų imties vidurkis buvo 36 metai, vyrų – 39 metai, visos imties vidurkis – 37,5 metų. Visi tyrimo dalyviai turi aukštąjį psichologinį išsilavinimą ir magistro kvalifikacinį laipsnį, viena tyrimo dalyvė turi psichologijos mokslų daktaro laipsnį. Didžiausia tyrimo dalyvių psichoterapinio darbo apimtis pirmame tyrimo etape buvo 30 klientų, mažiausia – 5 klientai. Tyrimo dalyvių moterų imties vidurkis – 8 klientai, vyrų – 19,7, visos imties vidurkis – 13,8 kliento. Antrajame tyrimo etape didžiausia tyrimo dalyvių psichoterapinio darbo apimtis buvo 25 klientai, mažiausia – 15 klientų. Tyrimo dalyvių moterų imties vidurkis – 17,3 kliento, vyrų – 19,2, visos imties vidurkis – 18,4. Interviu atlikimo metu pirmame tyrimo etape didžiausias tyrimo dalyvių supervizijų skaičius buvo 115, mažiausias – 86. Tyrimo dalyvių moterų imties vidurkis buvo 92,7, vyrų – 103,7, visos imties vidurkis – 98,2. Antrame tyrimo etape interviu atlikimo metu didžiausias imties supervizijų skaičius buvo 33, mažiausias – 18. Tyrimo dalyvių moterų imties vidurkis buvo 27, vyrų – 20,2, visos imties vidurkis – 23,1. Trumpiausias interviu laikas pirmame tyrimo etape buvo 48 minutės, ilgiausias – 76 minutės. Tyrimo dalyvių moterų imties vidurkis – 64,5 minutės, vyrų – 59,2 minutės, visos imties vidurkis – 61,8. Antrame tyrimo etape trumpiausias interviu atlikimo laikas buvo 43 minutės, ilgiausias – 82 minutės. Tyrimo dalyvių moterų imties vidurkis – 69,3 minutės, vyrų – 63,5 minutės, visos imties vidurkis – 66 minutės.

Trys tyrimo dalyviai buvo Latvijos piliečiai, keturi – Rusijos piliečiai ir vienas tyrimo dalyvis – Lietuvos pilietis. Su tyrimo dalyviais iš Latvijos ir Rusijos interviu buvo atliekami rusų kalba. Interviu pirmame tyrimo etape buvo atliekami tiesiogiai, antrame – per per nuotolį dėl COVID-19 pandemijos. Interviu buvo atliekami naudojantis „Skype“ programa.

2.2.3 COVID-19 pandemijos poveikis tyrimui

COVID-19 pandemija turėjo įtakos tam, kaip bus atliekamas disertacijos tyrimo antrasis etapas. Visų pirma, antrosios bangos interviu su tyrimo dalyviais buvo atliekami nuotoliniu būdu. Iki pandemijos su tyrimo dalyviais buvo planuojama antrą kartą taip pat susitikti tiesiogiai. Antra, prieš gilinantis į tyrimo dalyvių patirtis, susijusias su refleksyvumu supervizijoje, interviu „apšilimo“ dalyje tyrimo dalyviai minėjo, kaip pandemija paveikė jų asmeninį gyvenimą, psichoterapijos praktiką ir supervizijų patirtis. Kai kurių tyrimo dalyvių emocinė būsena pablogėjo dėl mirčių artimoje aplinkoje. Kai kurie tyrimo dalyviai minėjo, kad jų psichoterapinėje praktikoje padažnėjo

gyvenimo baigtinumo tematika. Vienas tyrimo dalyvis paminėjo, kad pandemijos metu jo refleksyvumas supervizijos procese tapo labiau juntamas kūno pojūčiais, tyrimo dalyvis tapo pastabesnis ir jautresnis neverbaliniams supervizijos aspektams. Kai kurie tyrimo dalyviai teigė, kad nerimauja dėl prarastos laisvės su supervizoriais susitikti tiesiogiai. Tai buvo ypač svarbu.

Tačiau verta pasakyti, kad negalėjimą susitikti su savo supervizoriais minėjo ne visi tyrimo dalyviai, nes kai kurie jų nuolat su savo supervizoriais susitikdavo nuotoliniu būdu, mat jų supervizoriai gyvena kitame mieste arba kitoje šalyje. Šie tyrimo dalyviai, kalbėdami apie supervizijas nuotoliniu būdu, sakė, kad jiems toks supervizijų formatas yra įprastas, nes mokantis Humanistinės ir egzistencinės psichologijos instituto tarptautinėje programoje buvo įprasta su savo terapeutais ir supervizoriais bendrauti nuotoliniu būdu.

Gilinantį tyrimo dalyvių refleksyvumo patirtis antros bangos interviu etape nesinorėjo užduoti papildomo nukreipiančio klausimo, kaip pandemija paveikė, jei paveikė, refleksyvumo patirtis supervizijos procese, tad šis klausimas nebuvo užduotas. Toks klausimas prieštarautų fenomenologinio tyrimo principui „sekti tyrimo dalyvių patirtis“.

2.2.4 Homogeniškumo kriterijus

Savo darbe siekėme atskleisti tyrimo dalyvių subjektyviai išgyvenamas refleksyvumo patirtis egzistencinės terapijos supervizijoje, tad, kad šis tikslas būtų pasiektas, pasirinkome tikslinę tyrimo dalyvių atranką. Anot Smith ir kolegų (2009), analizuojant duomenis interpretacinės fenomenologinės analizės metodu ir siekiant kuo tikslesnių rezultatų, tyrimo dalyvių imtis turi būti kuo labiau homogeniška.

Atliekant kokybinius tyrimus, į homogeniškumo kriterijų kiekviename tyrime žvelgiama labai individualiai, tai priklauso nuo tyrimo tikslų ir keliamų klausimų (Smith, 2019; Sousa, 2014; Robinson, 2013), nuo tyrimo konteksto ir tiriamo fenomeno (Larkin et al., 2019; Sousa, 2014). Kokybiniuose tyrimuose svarbiausia suprasti žmogaus patirtis, tad galvojant apie tyrimo dalyvių homogeniškumą reikia sudaryti tokią imtį, kuri kuo labiau atskleistų tiriamą klausimą (Robinson, 2013; Sousa, 2014). Anot Robinson (2013), imtis tampa labiau homogeniška, jei yra aiškiai išgryninami įtraukimo į ją ir pašalinimo iš jos kriterijai. Imties homogeniškumas gali būti: demografinis (angl. *demographical homogeneity*), grafinis (angl. *graphical homogeneity*), fizinis (angl. *physical homogeneity*), psichologinis (angl. *psychological homogeneity*) arba gyvenimo istorijos (angl. *life history homogeneity*). Tad, atsižvelgiant į tyrimo klausimą, galima remtis vienu ar kitu homogeniškumo kriterijumi. Savo tyrimo imtį surinkome pagal gyvenimo istorijos

homogeniškumą (visus tyrimo dalyvius siejo bazinis psichologinis išsilavinimas, panaši profesinė psichologinio konsultavimo / psichoterapijos patirtis, panaši savo praktikos supervizavimo patirtis, ta pati psichoterapijos teorinė paradigma).

Taigi, pasitelkę tikslią atranką, pagal keletą tarpusavyje panašių požymių surinkome tyrimo dalyvių imtį.

Visi tyrimo dalyviai turėjo aukštąją psichologinį išsilavinimą ir privačią psichoterapijos praktiką:

- 1) Visi tyrimo dalyviai buvo Humanistinės ir egzistencinės psichologijos instituto profesionaliojo lygio programos „Egzistencinė terapija“ kursantai, pirmame etape išėję pirmą privalomų supervizijų (minimalus supervizijų skaičius 15) kursą, o antrame etape – baigę studijas Humanistinės ir egzistencinės psichologijos institute ir tapę sertifikuotais egzistencinės krypties psichoterapeutais, turinčiais psichoterapijos praktiką ir supervizuojančiais savo psichoterapinį darbą pas egzistencinės krypties supervizorius.
- 2) Visi tyrimo dalyviai turėjo panašią psichologinio konsultavimo / psichoterapijos patirtį.
- 3) Visi tyrimo dalyviai turėjo panašią savo psichoterapinės praktikos supervizavimosi patirtį.
- 4) Visi tyrimo dalyviai tyrimo metu dalyvavo ilgalaikėse supervizijose.
- 5) Visi tyrimo dalyviai dalyvavo tyrime savanoriškai, buvo susidomėję savo refleksyvumo potyriais supervizijos procese ir norėjo į juos gilintis, visi puikiai gebėjo verbalizuoti savo patirtis.

Svarbu paminėti ir tai, kad visų tyrimo dalyvių (išskyrus Mykolo antrame tyrimo etape) supervizorės buvo moterys.

Kokybiniai tyrimai patys savaime nepretenduoja į didelį apibendrinimą (Matulaitė, 2013), tačiau mūsų tyrimą bus galima lyginti su prieš tai atliktais arba papildyti naujais radiniais. Pagal interpretacinės fenomenologinės analizės metodo idiografinį principą tyrimo dalyviai turi reprezentuoti perspektyvą, bet ne populiaciją (Smith et al., 2009).

2.2.5 Patyrimo universalumo kriterijus

Mūsų tyrimo dalyviai ir jų supervizoriai buvo iš skirtingų šalių – Lietuvos, Latvijos ir Rusijos, tačiau juos siejo priklausymas vienai profesinei bendruomenei (HEPI), o tai galime vadinti priklausymu vienai profesinei kultūrai. Demografinis tyrimo dalyvių skirtingumas padeda aptikti, kas bendro, esmiško yra tarp tyrimo dalyvių. Husserlis (2005), rašydamas apie fenomenologinę redukciją, mini, kad „reikia sugrįžti prie pačių „daiktų“, tai

yra suprasti, kaip vieni ar kiti „daiktai“ egzistuoja, pasireiškia. Atliekant redukciją yra suskliaudžiamas objektyvus pasaulis ir persiorientuojama prie subjektyvios patirties duoties, stengiantis suprasti, kas toje patirtyje yra esminio, laikinai nekreipiant dėmesio į tai, kas yra atsitiktinio. Siekiant esminius fenomeno bruožus atskirti nuo atsitiktinių ir susijusių su konkrečiomis aplinkybėmis, filosofijoje pasitelkiama „laisvos vaizduotės variacija“: siekiama įsivaizduoti ir apmąstyti kuo įvairesnius fenomeno pasireiškimus, leidžiančius išskirti tai, kas tarp jų yra bendro, kas juos jungia (Matulaitė, 2013). Taigi mūsų atlikto tyrimo dalyviai iš skirtingų geografinių vietovių padeda atskleisti tiriamo fenomeno universalumą. Apibendrinami norime pabrėžti, jog suprasdami, kad kultūriniai ypatumai gali turėti įtakos refleksyvumo pokyčiams supervizijos procese, kol kas šį kriterijų atidėjome ir susitelkėme į tyrimo dalyvių patyrimo bendrumus.

2.2.6 Informacija apie Humanistinės ir egzistencinės psichologijos instituto programą „Egzistencinė terapija“

Šiame skyrelyje norėtume trumpai pristatyti HEPI ir apžvelgti, kaip klausytojai priimami į Instituto mokymo programą „Egzistencinė terapija“.

HEPI buvo įsteigtas 1995 metais Vilniuje. Svarbiausias Instituto tikslas – plėtoti egzistencinę fenomenologinę psichologiją ir terapiją, ruošti šios srities mokymo programas, rengti specialistus. 2015 metų birželį Europos psichoterapijos asociacijos (EPA) Mokymo akreditavimo komitetas suteikė Institutui Europos akredituotos psichoterapijos mokymo įstaigos (EAPTI) statusą. Instituto gyvenime reikšmingiausia yra tarptautinė dvipakopė (pradinis ir profesionalusis lygiai) „Egzistencinės terapijos“ mokymo programa. Ji patvirtinta Lietuvos psichoterapijos draugijos ir Vilniaus universiteto Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedros. Savo turiniu ir apimtimi (įskaitant ir savarankišką klausytojų darbą) programa atitinka Europos psichoterapijos sertifikatui keliamus reikalavimus. Sėkmingai baigus mokymo programos pradinį lygį, Institutas išduoda pažymėjimą, liudijantį apie įgytus egzistencinės terapijos pagrindus. Baigus profesionaliojo lygio studijas, išduodamas psichoterapeuto (egzistencinė terapija) diplomą (Humanistinės ir egzistencinės psichoterapijos institutas, 2021).

Į HEPI profesionaliojo lygio programą „Egzistencinė terapija“ priimami asmenys, sėkmingai baigę pradinio lygio programą, kurią sudaro penki seminarai po 12–14 dienų, pristatę ir apgynę baigiamuosius darbus, taip pat išėję ne mažiau kaip 40 valandų asmeninės psichoterapijos su Instituto rekomenduojamais egzistencinės krypties psichoterapeutais kursą ir

supervizavę visą savo psichoterapijos praktiką pas Instituto rekomenduojamus supervisorius (Humanistinės ir egzistencinės psichoterapijos institutas, 2021).

Profesionaliojo lygio programa skirta siekiantiems psichoterapeuto diplomo. Joje, be teorinių dalykų, pagilinančių egzistencinės psichologijos, terapijos ir filosofijos sampratą, daugiausia laiko skiriama praktiniam profesinės priežiūros darbui ir psichoterapijos atvejų analizei. Per mokymosi laiką papildomai reikia atlikti 60 valandų individualią asmeninę psichoterapiją su Instituto rekomenduojamais aukštos kvalifikacijos psichoterapeutais. Tyrimo dalyviai, mokydamiesi profesionaliojo lygio programoje, laikosi šios HEPI reglamentuotos savo psichoterapinio darbo supervizavimo tvarkos: profesionaliojo lygio studijų metu privaloma atlikti ne mažiau kaip 30 individualių supervizių pas du pasirinktus supervisorius (po 15 supervizių pas kiekvieną). Supervisoriumi negali būti buvęs arba esamas asmeninis terapeutas. Supervizijos turi vykti nenutrūkstamai – pertraukos tarp jų turi būti ne ilgesnės kaip mėnuo.

2.3 Tyrimo eiga

2.3.1 Tyrimo vieta ir trukmė

Tyrimas vyko nuo 2018 m. liepos 1 d. iki 2021 m. kovo. Bendra tyrimo trukmė – dveji metai ir aštuoni mėnesiai.

Pirmosios bangos individualūs interviu su kiekvienu tyrimo dalyviu vyko 2018 metų liepą, HEPI gavus programos vadovo sutikimą (1 priedas). Likus daugiau nei mėnesiui iki tyrimo pradžios, tyrimo dalyviams elektroniniu paštu buvo išsiųsta informacija apie planuojamą atlikti tyrimą ir kvietimas jame dalyvauti (2 ir 3 priedai). Su atsakiusiais į laišką tyrimo dalyviais buvo sutartas interviu atlikimo laikas, vieta, atsakyta į papildomus klausimus. Interviu buvo atliekami tuo metu, kai tyrimo dalyviai buvo atvažiavę į HEPI seminarą Birštone. Interviu vyko HEPI patalpose. Kiekvienam sutikusiam atlikti interviu tyrimo dalyviui buvo dar kartą pristatytas tyrimo tikslas, eiga, konfidencialumo klausimas (tyrėjos įsipareigojimas apsaugoti atskleistą privačią informaciją), taip pat priminta, kad interviu metu užduodami klausimai neturi nei teisingo, nei klaidingo atsakymo ir tyrėjai labiausiai rūpi dalyvių patirtys. Pats tyrimas buvo pristatytas apibūdžiai, nepaliekant jokių dviprasmybių, tyrimo tikslas aiškiai suformuluotas, tyrimo dalyviams taip pat buvo pasakyta disertacijos tema, suderintas duomenų publikavimo klausimas (gauti tyrimo dalyvių raštiški sutikimai publikuoti duomenis). Taip pat buvo pasiteirauta, ar tyrimo dalyviams nekils diskomfortas, jei jų supervisoriai skaitys disertaciją. Visi tyrimo dalyviai atsakė savo supervisoriams

papasakoję, kad planuoja dalyvauti šiame tyrime, jų santykis su esamais supervizoriais yra atviras, tad diskomforto dalydamiesi savo patirtimi jie nejaučia. Tyrimo dalyviai buvo supažindinti ir su tuo, kad bet kuriame tyrimo etape gali iš tyrimo pasitraukti arba vėliau nesutikti, kad jų interviu duomenys būtų įtraukti į analizę. Tik aptarus minėtus klausimus ir užmezgus su tyrimo dalyviais šiltą, darbinį santykį, buvo pradedami interviu.

Antrosios bangos individualūs interviu su kiekvienu tyrimo dalyviu vyko 2021 metų sausį–kovą. Kadangi antrosios bangos interviu buvo atliekami COVID-19 pandemijos metu, jie vyko nuotoliniu būdu naudojantis „Skype“ programa. Likus mėnesiui iki antrosios bangos tyrimo pradžios, tyrimo dalyviams buvo išsiųsti elektroniniai laiškai, kuriuose buvo klausiama, ar jie sutinka dalyvauti antrame tyrimo etape. Jei sutikdavo, jiems būdavo siunčiamas kvietimas dalyvauti tyrime (4 ir 5 priedai), su kiekvienu tyrimo dalyviu sutariamas interviu atlikimo laikas. Esant pandeminei situacijai, kai kurių tyrimo dalyvių atsakymų teko palaukti ilgiau (dėl nelaimių artimoje aplinkoje kai kurie dalyviai negalėjo atsakyti greitai). Galiausiai su visais tyrimo dalyviais buvo suderintas interviu atlikimo laikas. Susitikus antrą kartą tyrimo dalyviams buvo primintas tyrimo tikslas, disertacijos tema, aptarta tyrimo eiga, konfidencialumas ir galimybė pasitraukti iš tyrimo.

2.3.2 Etiniai tyrimo aspektai

Rūpinantis tyrimo dalyvių gerove, atliekant šį tyrimą buvo laikomasi mokslinių tyrimų atlikimo etikos reikalavimų, vadovaujantis patikimumo, sąžiningumo, pagarbos ir atskaitomybės principais. Visų pirma, įgyvendinant patikimumo principą disertacijos tyrimas buvo kruopščiai suplanuotas, siekiant užtikrinti jo kokybę ir nuoseklumą (tai plačiau aprašyta 2.3.3 skyriuje „Kokybinio tyrimo kokybės užtikrinimas“).

Antra, įgyvendinant sąžiningumo principą, tyrimas buvo atliekamas nepraleidžiant nė vieno iš numatytų mokslinio tyrimo etapų, prisiimant visą atsakomybę už mokslinio tyrimo rezultatus ir jų publikavimą.

Trečia, laikantis pagarbos principo, visi asmenys tyrime dalyvavo savanoriškai, žinojo, kad bet kuriame tyrimo etape, kad ir kokia būtų to priežastis, gali pasitraukti iš tyrimo ir nesutikti, kad jų duomenys būtų įtraukti į tyrimo analizę. Tyrimo dalyviai taip pat buvo informuoti apie visą tyrimo eigą, tikslą, žinojo disertacijos pavadinimą, duomenų publikavimo ypatumus, su tyrimo dalyviais buvo aptartas konfidencialumo ir anonimiškumo klausimas. Visi tyrimo dalyviai žodžiu davė informuotą sutikimą dalyvauti tyrime (sutikimas užfiksuotas garso įraše). Laikantis griežto anonimiškumo – visi tyrimo dalyvių vardai buvo pakeisti, o jų supervizorių vardai nebuvo

minimi tyrimo dalyvių interviu citatose. Su tyrimo dalyviais buvo aptarta, ar jiems nekils diskomforto jausmo, jei jų supervizoriai susipažins su publikacijomis ir disertacija, nors, kaip minėta, informacija apie tyrimo dalyvius buvo pakeista tiek, kad jie negalėtų būti identifikuoti, tai yra tik patys tyrimo dalyviai interviu citatose galėtų save atpažinti. Visi tyrimo dalyviai taip pat buvo informuojami, kad bus atliekamas interviu garso įrašas ir jį darbo autorė saugos iki disertacijos rašymo pabaigos. Interviu klausimai nebuvo nukreipti į kokius nors jautrius ar skausmingus išgyvenimus, kurie tyrimo dalyviams galėtų sukelti nemalonių potyrių. Taip pat svarbu pabrėžti, kad nė su vienu tyrimo dalyviu šio darbo autorė neturėjo jokių kitų asmeninių ar profesinių ryšių.

Ketvirta, laikantis atskaitomybės principo, prieš planuojant tyrimą, buvo kreiptasi į HEPI direktorių ir gautas leidimas atlikti tyrimą.

2.3.3 Kokybinio tyrimo kokybės užtikrinimas

Šiame skyrelyje aptarsime tyrimo radinių kokybės užtikrinimą. Yra įvairių tyrimo radinių tikėtinumo patikros metodų (Kajokienė, 2013). Šiame darbe vadovausimės Elliot ir kolegų (1999, cit. pagal Barker et al., 2002) ir Yardley (2000) tyrimo kokybės užtikrinimo kriterijais, taip pat keturiais Nizza ir kolegų (2021) interpretacinės fenomenologinės analizės kokybės indikatoriais.

Yardley (2000, 2008) ir Elliot su kolegomis (1999) išskiria tokius tyrimo patikimumo kriterijus:

- 1) *Jautrumas esamai situacijai ar kontekstui*. Jautrumas kontekstui apima konteksto, kuriame yra atliekamas tyrimas, supratimą, nagrinėjamos temos aktualumo suvokimą, tyrimui atlikti tinkamai parinktą tyrimo metodą, tyrimo metodologijos išmanymą, pasirūpinimą tyrimui atlikti reikalingais įgūdžiais (Yardley, 2008) bei tyrimo dalyvių kalbos, individualių ir kultūrinių skirtumų pažinimą (Matulaitė, 2013). Kadangi priklausau tai pačiai profesinei bendruomenei kaip tyrimo dalyviai, esu studijavusi tame pačiame institute (HEPI), tai tyrimo dalyvių buvau priimama kaip „sava“, ir tai padėdavo jiems atsiverti. Siekdama užtikrinti atliekamo tyrimo kokybę kaip tyrėja labai kruopščiai išanalizavau tiriamo fenomeno lauką, tiriamos temos aktualumą, permąsčiau radinių teorinį ir praktinį pritaikymą. Prieš atlikdama tyrimą, Fenomenologinių tyrimų institute (vadovė dr. A. Matulaitė) mokiausi kokybinių tyrimų metodų, taip pat atlikti giluminius interviu. Be to, kaip praktikuojanti psichologė psichoterapeutė, turinti privačią praktiką ir medicinos psichologės darbo patirties psichikos sveikatos centruose, esu atlikusi nemažai klinikinių interviu, kurie yra gana artimi pusiau

struktūruotiems interviu. Tyrimo kokybė rūpinausi lankydama individualias ir grupines kokybinių tyrimų supervizijas.

2) *Tyrimo skaidrumas ir vientisumas.* Šiame tyrime skaidrumas ir vientisumas buvo užtikrinami kruopščiai aprašant tyrimo atlikimo žingsnius ir duomenų analizės eigą. Tyrimo radiniai buvo aprašomi iliustruojant citatomis, nurodant konkrečios citatos transkripcijos eilutės numerį. Siekiant užtikrinti tyrimo skaidrumą, buvo pasitelkta ir tyrimo ekspertų pagalba. Formuluojamas temas peržiūrėjo nešališkas, kokybinį tyrimą išmanantis specialistas, kuris (-i) pateikdavo savo įžvalgas apie tai, ar išryškintos temos paremtos parinktomis citatomis. Tad tyrėja, lankydama individualias ir grupines kokybinių tyrimų supervizijas, nuolat auditavo temas. Dalis pirmosios bangos interviu medžiagos buvo panaudota publikacijai ir pranešimui rengti, tad ši dalis duomenų buvo audituojama tyrėjos pirmojo ir antrojo disertacijos vadovo, dviejų nepriklausomų eksperčių ir aptarta grupinėje supervizijoje. Tyrėja, atlikusi pirmosios bangos interviu, supažindino su interviu transkripcijomis pirmąjį disertacijos vadovą ir buvo atskirai apmąstytos, o paskui bendrai aptartos iškilusios interviu temos. Vėliau, rengiant publikaciją, iškilusios temos buvo audituojamos su antruoju disertacijos vadovu. Antrosios bangos interviu medžiagos duomenys buvo peržiūrėti tyrėjos disertacijos vadovo, aptarti trijose individualiose kokybinių tyrimų supervizijose. Toks auditas buvo reikalingas tyrimo nuoseklumui ir išskirtų temų tikslumui užtikrinti. Anot Elliot ir kolegų (1999), duomenys turi būti grindžiami ištraukomis iš interviu, kad skaitantieji apie radinius suprastų, kurie tyrimo dalyvio žodžiai buvo interpretuojami.

3) *Rūpestingumas.* Šis kriterijus apima tyrėjo rūpestį tyrimo dalyviais, nes jie, dalydamiesi savo patirtimi, yra pažeidžiami. Norėdama tai užtikrinti, tyrėja rūpinosi patogia tyrimo atlikimo vieta (atliekant pirmosios bangos interviu), patogiu tyrimo dalyviams laiku, geru interneto ryšiu (atliekant antrosios bangos interviu), taip pat kiekvieno tyrimo dalyvio konfidencialumo ir saugumo užtikrinimu, rėmėsi tyrimo atlikimo ir jo aprašymų etiniais reikalavimais. Anot Elliot ir kolegų (1999), tyrimo vientisumui užtikrinti yra svarbu siekti teorinio ir loginio vientisumo – nurodyti iškeltas prielaidas, tų prielaidų patikrinimo būdus ir kelią, kaip buvo prieita prie išvadų. Tuo buvo remtasi ir šiame darbe.

4) *Tikslumas ir kruopštumas.* Šiam kriterijui užtikrinti buvo kruopščiai atrenkama tyrimo dalyvių imtis, laikomasi visų tyrimo atlikimo ir analizės metodologinių žingsnių.

5) *Tyrimo aktualumas.* Šis kriterijus yra aptariamasis disertacijos pratarmėje, nusakantis disertacinio tyrimo teorinį bei praktinį pritaikomumą, tyrimo naujumą ir naudingumą.

6) *Prieinamumas skaitytojui*. Kad tekstas būtų suprantamas plačiam skaitytojų ratui, darbo pradžioje pateikėme išsamią teorinę dalį, kurioje pristatėme pagrindines sąvokas, taip pat supažindinome skaitytojus su refleksyvumo fenomenu ir supervizijos procesu. Vėliau, analizuodami duomenis, operavome jau pristatytomis sąvokomis, tyrimo duomenis pristatėme nuosekliai ir struktūruotai.

Nizza su kolegomis (2021) suformulavo keturis interpretacinės fenomenologinės analizės kokybės indikatorius:

- 1) *Įtikinamo, atskleidžiančio naratyvo suformulavimas*. Radinių analizė turi būti įtikinama ir nuosekli. Joje turi būti aiškiai susietos temos ir potėmės, pagrįstai naudojamos citatos.
- 2) *Tyrimo dalyvių patirčių prasmės atskleidimas*. Geri interpretacinės fenomenologinės analizės radiniai atskleidžia, kaip tyrimo dalyviai suteikia prasmes savo patirtims.
- 3) *Tyrėjo interpretacijos nėra nutolusios nuo tyrimo dalyvių citatų*. Tyrėjo interpretacijos nėra nutolusios nuo tyrimo dalyvių perteikiamų patirčių, tačiau jas praplečia, nes yra interpretuojamos visame tyrimo kontekste.
- 4) *Dėmesingumas tiek tyrimo dalyvių patirčių panašumams, tiek skirtumams*. Geriausiuose interpretacinės fenomenologinės analizės radiniuose aiškiai juntama pusiausvyra tarp tyrimo dalyvių patirčių panašumų ir individualumų.

Apibendrinant norisi pabrėžti, kad savo tyrime vadovavomės anksčiau minėtų kokybinių tyrimų kokybės užtikrinimo principais bei interpretacinės fenomenologinės analizės metodo keturiais kokybės indikatoriais.

3. TYRIMO RADINIAI

Prieš pateikdami atlikto kokybinio tęstinio tyrimo rezultatus, norime pristatyti jų aprašymo tvarką. Nėra vienos taisyklės ar formulės, kuri nusakytų, kaip tiksliai turi būti pristatomi kokybinių tęstinių tyrimų rezultatai (Sheard & Marsh, 2019), o pasirinkimą dažniausiai lemia tyrimo klausimai, tyrėjo kūrybiškumas ir atskleistų radinių pobūdis (Kajokienė, 2019). Anot Matulaitės (2013), kiekvienam tyrėjui reikia atrasti tokį būdą, kuris labiausiai atitinka jo asmeninį stilių, tačiau svarbu galėti jį pagrįsti ir laikytis darbo reikalavimų. Ne itin galias tradicijas turinčiuose kokybiniuose tęstiniuose tyrimuose paprastai laikomasi dviejų radinių chronologinės tvarkos (T1 ir T2 – sinchroninis kelias – klasikinis būdas) arba radiniai pristatomi taip, kaip medžiaga buvo renkama (atvejis po atvejo). Sinchroninis kelias leidžia atrasti pačias bendriausias „artimas“ arba, priešingai, labiausiai nutolusias ir subjektyvias temas, tai yra šiame kelyje susitelkiama į patirčių atskleidimą konkrečiu laiko momentu. O diachroninis kelias padeda sutelkti dėmesį į pasirinkto fenomeno pokyčius. Diachroninė chronologija leidžia analizuoti laikui bėgant kintančius tęstinius procesus (Thomson, 2007; Neale, 2012, cit. pagal Kajokienė, 2013). Anot Sheard ir Marsh (2019), taip pat McCoy (2017), kokybinių longitudinalinių tyrimų paskirtis yra atskleisti kelias tyrinėjamo fenomeno perspektyvas: pamatyti fenomeną dviejuose ar daugiau laiko intervalų, taip pat įvertinti tyrinėjamo fenomeno pokyčius ir palyginti jo raišką viename ir kitame laiko intervale. Savo darbe tyrimo radinius pristatysime ir sinchroniniu, ir diachroniniu būdu. Pradžioje pateiksime pirmosios tyrimo bangos (T1) tyrimo dalyvių moterų radinius, pristatysime jų patirčių hierarchinę struktūrą, paskui – antrosios tyrimo bangos (T2) tyrimo dalyvių moterų radinius, aprašydami jų patirčių hierarchinę struktūrą. Paskui pagal tą pačią schemą aprašysime tyrimo dalyvių vyrų T1 ir T2 radinius. Toliau palyginsime tyrimo dalyvių moterų ir tyrimo dalyvių vyrų radinius T1 ir T2 etapuose, galiausiai pristatysime radinių tarp lyčių skirtumus ir panašumus.

Norime pažymėti ir tai, kad, susipažinus su tyrimo rezultatais, bus galima pastebėti, jog mūsų išskirtos temos yra viena su kita susijusios, jų ribos susiliečia. Siekdami išvengti dirbtinumo jas atskirdami, tarp temų leidome būti slankioms riboms, tad skaitytojas gali pastebėti pasikartojančius kai kurių aspektų „potėpius“.

Kad būtų patogiau, tyrimo radinius pristatysime toliau nurodyta tvarka. Pradžioje pristatysime tyrimo dalyvių moterų pirmosios ir antrosios bangos interviu radinius, paskui palyginsime tyrimo dalyvių moterų pirmosios ir antrosios bangos interviu radinius. Vėliau pristatysime tyrimo dalyvių vyrų

pirmosios ir antrosios bangos interviu radinius, paskui palyginsime tyrimo dalyvių vyrų pirmosios ir antrosios bangos interviu radinius. Galiausiai palyginsime vyrų ir moterų abiejų tyrimo etapų radinius.

3.1 Refleksyvumo patirtys supervizijoje, atspindinčios moterų interviu: refleksyvumo plėtojimą ir slopinimą apibūdinančios temos

Šiame skyriuje pristatysime pirmosios (T1) ir antrosios (T2) bangos tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirtis supervizijoje atspindinčias temas.

3.1.1 Pirmosios bangos (T1) interviu (2018 metai): tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirtys supervizijoje

Šiame skyrelyje pristatysime tyrimo dalyvių moterų, kurios interviu metu dar mokėsi psichoterapijos ir buvo baigusios pirmą privalomų supervizijų ciklą HEPI programoje „Egzistencinė terapija“ pas egzistencinės krypties supervizores (visų tyrimo dalyvių supervizorės buvo moterys), interviu duomenis. Apibendrinus visus pirmosios bangos tyrimo dalyvių interviu duomenis išryškėjo, kad tyrimo dalyvių refleksyvumo patirtys supervizijos procese susigrupuoja į dešimt teminių kekių, kurias suskirstėme į tris radinių grupes – metatemas. Dviejose iš metatemų atsiskleidė tiek refleksyvumą plėtojantys, tiek slopinantys veiksniai. 3 lentelėje pristatysime, kaip tyrimo dalyvių transkripcijose pasireiškė pirmosios bangos interviu išskirtos teminės kekės.

3 lentelė. Teminių kekių pasireiškimas tyrimo dalyvių moterų pirmosios bangos interviu

Nr.	Teminė kekė	Interviu, kur rasta tema
1.	Ilgalaikio supervizijų santykio svarba refleksyvumo plėtrai	Erika, Monika, Odeta, Sofija
a)	Supervizijų santykių baigtinumo išgyvenimo svarba	Erika, Monika, Odeta
b)	Tylos pauzių išgyvenimo svarba	Sofija, Erika, Monika
2.	Tarpusavio pasitikėjimo, bendrumo ir kolegialumo supervizijų santykyje išgyvenimo svarba	Erika, Monika, Odeta, Sofija
a)	Domėjimasis supervizuojamosios gyvenimo kontekstu	Sofija, Erika, Odeta
b)	Rūpinimasis jaukia supervizijos atmosfera	Sofija, Erika, Monika

3.	Frustruojantys išgyvenimai supervizių santykyje – refleksyvumo „paleidžiamasis mechanizmas“	Erika, Monika, Sofija
4.	Supervizių santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	Erika, Monika, Odeta, Sofija
a)	Supervizuojamosios jausmas, kad yra nelaukiama	Erika, Odeta
b)	Pernelyg didelis fizinis atstumas tarp supervisorės ir supervizuojamosios supervizijos procese	Erika, Odeta
c)	Supervizuojamosios patiriama gėda ir stiprus nerimas	Erika, Monika, Odeta, Sofija
d)	Didaktinis supervizijos pobūdis	Erika, Monika, Odeta
5.	Supervisorės dėmesys supervizuojamosios emociniam išgyvenimams	Erika, Monika, Odeta, Sofija
a)	Dėmesingumas supervizuojamosios jausmams, kylantiems klientui / klientei	Sofija, Monika, Erika
b)	Dėmesingumas supervizuojamosios jausmams, kylantiems „čia ir dabar“ supervizijos procese	Monika, Sofija
6.	Supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas	Monika, Erika, Odeta
7.	Supervisorės „ne-žinojimo“ pozicija	Erika, Sofija, Odeta
8.	Supervisorės intervencijos, slopinančios refleksyvumo plėtrą	Erika, Monika, Odeta, Sofija
a)	Dalijimasis asmenine, o ne profesine patirtimi	Erika, Odeta, Sofija
b)	Supervisorės nelankstumas	Monika, Erika, Odeta
9.	Refleksyvumo vystymosi etapai: perėjimas nuo „vaikystės“ prie „brandos“	Erika, Monika, Odeta, Sofija
10.	„Vidinio“ supervisoriaus gimimas	Erika, Monika, Odeta, Sofija

4 lentelėje pristatysime pirmosios bangos hierarchinę tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirčių supervizijoje metatemų struktūrą ir kiekvieną metatemą sudarančią teminę kekę, kurias smulkiau ir išsamiau aprašysime tekste bei iliustruosime ištraukomis iš kiekvienos tyrimo dalyvės interviu.

4 lentelė. *Pirmosios bangos interviu tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirčių supervizijoje hierarchinė struktūra*

Metatema ir ją sudarančių teminių kekių pavadinimai	Kekę sudarančių temų pavadinimai
I METATEMA. Supervizijų santykiai: refleksyvumo pokyčių pagrindas	
1. Ilgalaikio supervizijų santykio svarba refleksyvumo plėtrai:	a) supervizijų santykio baigtinumo išgyvenimo svarba; b) tylos pauzių išgyvenimo svarba
2. Tarpusavio pasitikėjimo, bendrumo ir kolegialumo supervizijų santykyje išgyvenimo svarba:	a) domėjimasis supervizuojamosios gyvenimo kontekstu; b) rūpinimasis jaukia supervizijos atmosfera
3. Frustruojantys išgyvenimai supervizijų santykyje – refleksyvumo „paleidžiamasis mechanizmas“	
4. Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą:	a) supervizuojamosios jausmas, kad yra nelaukiama; b) pernelyg didelis fizinis atstumas tarp supervisorės ir supervizuojamosios supervizijos procese; c) supervizuojamosios patiriama gėda ir stiprus nerimas; d) didaktinis supervizijos pobūdis
II METATEMA. Supervisorės buvimo būdo ir jos naudojamų intervencijų įtaka refleksyvumo raiškai	
5. Supervisorės dėmesys emociniams supervizuojamosios išgyvenimams:	a) dėmesingumas supervizuojamosios jausmams, kylantiems klientui / klientei; b) dėmesingumas supervizuojamosios jausmams, kylantiems „čia ir dabar“ supervizijos procese
6. Supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas	
7. Supervisorės „ne-žinojimo“ pozicija	

8. Supervizorės intervencijos, a) dalijimasis asmenine, o ne profesine slopinančios refleksyvumo patirtimi; plėtrą: b) supervizorės nelankstumas

III METATEMA. Refleksyvumo pokyčiai: subjektyviai išgyvenamos vidinės transformacijos

9. Refleksyvumo vystymosi etapai: perėjimas nuo „vaikystės“ prie „brandos“

-
10. „Vidinio supervizoriaus“ užgimimas

I METATEMA. Supervizijų santykiai: refleksyvumo pokyčių pagrindas

Ši radinių grupė siejama su įvairiais supervizijų santykių aspektais, kurie sukelia refleksyvumo pokyčius supervizijos procese. Šioje radinių grupėje išryškėjo, kad supervizijų santykyje gali būti tiek refleksyvumą plėtojančių, tiek jį slopinančių aspektų. Toliau pristatysime dvi pagrindines šią metatemą sudarančias temų kekes ir tas temines kekes sudarančias temas. Jas iliustruosime citatomis iš tyrimo dalyvių interviu.

1 teminė kekė: ilgalaikio supervizijų santykio svarba refleksyvumo plėtrai

Ši teminė kekė suformuota norint pabrėžti visų tyrimo dalyvių minimų ilgalaikių supervizijų santykių svarbą refleksyvumo vystymuisi, ji susideda iš dviejų smulkesnių vienetų: „*supervizijų santykio baigtinumo išgyvenimo svarbos*“ ir „*tylos pauzių išgyvenimo svarbos*“.

Visos tyrimo dalyvės savo pasakojimuose nurodo, kad refleksyvumas yra dinamiškas, laikui bėgant kintantis fenomenas, o pokyčiams vykti yra būtini atviri, pasitikėjimu grįsti santykiai, kuriems sukurti reikia nemažai laiko („*Refleksyvumo vystymuisi tiek terapiniuose, tiek supervizijų santykiuose yra svarbus santykių ilgalaikiškumas – tik ilgalaikiuose supervizijų santykiuose atsiranda pasitikėjimas, dialogiškumas ir gilios vidinės transformacijos*“ (Sofija, 742)). Tyrimo dalyvės akcentuoja, kad ilgalaikiai supervizijų santykiai yra kertinis refleksyvumo vystymosi akmuo („*Tik ilgalaikis supervizijų santykis geba „paleisti“ refleksyvumą – gilesnę sąvoką, kito bei tarpusavyje vykstančio dialogo įsisąmoninimą. Šis „paleistas“ procesas yra toliau plėtojamas terapiniame darbe su klientais bei turi didžiulės reikšmės psichoterapeuto tapimui*“ (Erika, 302–303; 323–324)). Refleksyvumas

ilgalaikiuose supervizijų santykiuose vystosi dėl to, kad per ilgesnį laiką supervizorius gali pamatyti tam tikrus neefektyvius supervizuojamojo modelius arba nuolat kartojamas klaidas, kurių neįmanoma būtų užfiksuoti trumpalaikiame supervizijų santykyje („*Po kurio laiko supervizorius aptiko mano neefektyvius paternus, kuomet aš kartoju nuolat tas pačias klaidas terapiniame darbe su klientais. Esu tikra, kad to niekaip negalima būtų aptikti trumpalaikiame supervizijų santykyje*“ (Odet, 295–299)). Pateiktos citatos autorė tęsdama mintį pabrėžia, kad plėtojant refleksyvumą ypač svarbu aptikti neefektyvius modelius, nes taip atrandami keliai, kurie nuveda prie tų pačių klaidų, o aptikus tuos kelius, atrandami ir išėjimo iš jų būdai. Taigi, remiantis tyrimo dalyvių patirtimis, refleksyvumo plėtrai yra būtini ilgalaikiai supervizijų santykiai.

Trys tyrimo dalyvės mini, kad refleksyvumą plėtoja ilgalaikiai supervizijų santykiai, tačiau tik tada, kai įsisąmoninamas jų baigtinumas, pajuntami refleksyvumo pokyčiai. Supervizijų santykių baigtinumo įsisąmoninimo momentas yra tarsi refleksyvumo vystymosi „mikroprocesas“, suteikiantis naujų prasmų. Viena tyrimo dalyvė mini, kad perėjimas iš bazinio psichoterapijos mokymų lygio į profesionalų lygį ir supervizijų kontrakto peržiūrėjimas su supervizore leido suprasti, jog supervizijų santykis netruks amžinai, kad jis yra baigtinis. Šis momentas buvo itin reikšmingas įsisąmoninant kai kuriuos terapinio darbo aspektus („*Refleksyvumas auga ilgalaikiuose supervizijų santykiuose, tačiau įsisąmoninant jų baigtinumą <...>. Labai įdomus dalykas gavosi – supratu, kad supervizijų santykiai yra baigtiniai, aš labiau įsisąmoninau terapinių santykių baigtinumo vertę, kas įnešė naujų įžvalgų ir prasmų į terapinio darbo procesą*“ (Sofija, 48–51; 65–70; 152–154)). Kita tyrimo dalyvė mini, kad, įvykus „amžinų supervizijų santykių iliuzijos“ griūčiai, ji pajuto esminius pokyčius refleksyvumo vystymosi procese („*Kaip pajutau, kad supervizijų santykiai yra baigtiniai laike, aš pradėjau kur kas ryškiau įsisąmoninti save supervizijos procese, o tai padėjo man geriau pajauti kliento sunkumus ir savo reakcijas į jas, darbas tapo kur kas efektyvesnis*“ (Odet, 216–225)). Taigi, remiantis tyrimo dalyvių patirtimis, galima daryti išvadą, kad ilgalaikiai supervizijų santykiai, kai suvokiamas jų baigtinumas, yra išgyvenami visapusiškiau, į juos labiau pasineriama, ir tai persikelia į psichoterapinį darbą su klientais – terapeutas labiau apmąsto tiek save, tiek kliento sunkumus, tiek patį psichoterapijos procesą.

Kitas aspektas, kurį pažymi tyrimo dalyvės, kalbėdamos apie ilgalaikius supervizijų santykius, yra tylos pauzių išgyvenimo svarba. Tyrimo dalyvės pažymi, kad tylos pauzėse supervizijoje jos išgyvena itin gilų dialogą su supervizore. Trys tyrimo dalyvės pažymi, kad ilgalaikių supervizijų

santykių vertė yra ta, kad per juos vystosi gebėjimas būti tylos paūzėse pasineriant į save ir į supervizijos procesą bei išneriant iš jo su vertingais radiniais („Ilgalaikiame supervizijų santykyje tampa saugu pasinerti į tylius dialogus su savimi, kuriuose vystosi refleksyvumas – gilesnis savės ir proceso įsisąmoninimas <...>. Iš tylos išnyri jau kitokia, nei buvai iki panirimo“ (Odeta, 175–180)). Kita tyrimo dalyvė mini, kad ilgalaikiame supervizijų santykyje pagerėjo jos tolerancija tylos paūzėms, o tai persikėlė į jos darbą su klientais („Ilgalaikiame supervizijų santykyje išmokau būti tyloje, o tai man buvo labai sunku darbe su klientais. Tylos paūzėse supervizijos metu jatau gilius dialogus su savimi, prisiliesdavau prie labai jautrių išgyvenimų, kurie žodžiais buvo neprieinami“ (Sofija, 87–90)). Tylos paūzėse yra išjudinami „giluminiai klodai“, kurie plėtoja refleksyvumą („Besivystant supervizijų santykiams, pajatau, kad galiu ramiau pasinerti į tylos paūzes, ir supervisorė leidžia joms būti <...>; tai ypač vertingi išgyvenimai, nes tokių tylių dialogų metu tampa sąmoningesnė savo jausenai, labiau jaučiu supervisorių ir procesą, vykstantį tarp mūsų, kas įneša naujų įžvalgų atsinešto sunkumo supratimui <...>“ (Erika, 384–390)). Ši tyrimo dalyvė taip pat mini, kad tyliuose dialoguose ji prisiliečia prie savo gilių išgyvenimų. Jie padeda jai labiau įsisąmoninti savo sunkumus („Tylos paūzėje gimęs gailestis sau bei nuostaba padidino sąmoningumą – labiau supratau savo sunkumą darbe su tuo klientu“ (Erika, 392–395)). Ši tyrimo dalyvė taip pat dalijasi įdomiu pastebėjimu, kad giliems tyliesiems supervizijų dialogams „Skype“ formato supervizijos nėra kliūtis („Ilgalaikis supervizijų santykis tampa tokiu, kad jame laikui bėgant nebejauti tarp savės ir supervisoriaus esančio monitoriaus, todėl tylėti ir panirti į gilius dialogus yra saugu net ir nebūnant „gyvame“ ryšyje“ (Erika, 381–384)). Tyrimo dalyvė Monika pažymi, kad gebėjimas būti tylos paūzėse per supervizijas yra padidėjusio refleksyvumo požymis („Paaugusį refleksyvumą pajatau gebėjime būti tylos paūzėje su supervisorė“ (Monika, 468–469)).

2 teminė kekė: tarpusavio pasitikėjimo, bendrumo ir kolegialumo supervizijų santykyje išgyvenimo svarba

Šioje teminėje kekėje atsispindi tarpusavio pasitikėjimo, bendrumo ir kolegialumo supervizijų santykyje išgyvenimai, kurie reikšmingai plėtoja tyrimo dalyvių refleksyvumą. Ši teminė kekė sujungia du smulkesnius vienetus: „supervisorės domėjimasis supervizuojamosios gyvenimo kontekstu“ ir „supervisorės rūpinimasis jaukia supervizijos atmosfera“.

Visos tyrimo dalyvės sako, kad refleksyvumo pokyčius pajuto dėl tarpusavio pasitikėjimo supervizijų santykyje išgyvenimo („Refleksyvumas

vystosi tarpusavio pasitikėjimu grįstuose santykiuose: kuomet supervizijos procese galiu dalintis savo pačiais tamsiausiais psichoterapinio darbo klystkeliais ir neišgyventi gėdos ir nerimo, kad būsiu nesuprasta“ (Monika, 408–410); („Pasitikėjimas supervizijų santykiuose slopina gėdą, stiprų nerimą ir baimę, kas labai efektyviai plėtoja refleksyvumą – pradedi labiau suprasti save supervizijos procese ir terapiniame santykiyje“ (Sofija, 742–743); („Tik pasitikėjimo pagrindu kuriamame supervizijų santykiyje galimas pilnas atsivėrimas, ko pasėkoje išgyvenamas augantis savo atliekamo darbo įsisąmoninimas“ (Erika, 286–288)). Tyrimo dalyvė Odeta pabrėžia, kad pasitikėjimas, bendrumas ir kolegialumas yra esminiai refleksyvumą plėtojantys supervizijų santykių aspektai („Refleksyvumo patirtims reikalingas atsivėrimas, kuris neįmanomas be trijų dalykų: pasitikėjimo, kuomet gali dalintis viskuo be baimės, bendrumo – jausmo, kad esi su supervisoriumi bendroje esmės paieškoje ir kolegialumo – jausmo, kad esi lygiavertis savo sunkumo tyrinėtojas“ (Odeta, 66–71)).

Tyrimo dalyvės teigia, kad iš pasitikėjimo ir kolegialumo jausmų randasi artumo išgyvenimas, kuris ypač juntamas tada, kai supervisorė domisi ne tik supervizuojamosios pristatomu atveju, bet ir jos pačios gyvenimo kontekstu. Trys tyrimo dalyvės mini, kad jų sunkumų tyrinėjimas, susijęs su tuometiniu gyvenimo kontekstu, buvo išgyvenamas kaip ypatingas refleksyvumo „šuo“ („Tuo metu man nesisėkė praplėsti savo praktikos, o supervisorė, besidomėdama mano gyvenimo kontekstu, atspindėjo iš jo kylantį vidinį chaosą, kuriame aš gyvenu, tai padėjo man išeiti iš saviapgaulės spąstų: paaugo savęs įsisąmoninimas, išsiskleidė iškreiptas sunkumo ir savęs vaizdas“ (Sofija, 107–112)). Tyrimo dalyvė Erika sako, kad supervisorės domėjimasis jos gyvenimo kontekstu ir jo sugretinimas su sunkumais, kylančiais psichoterapiniame darbe, labai prisidėjo prie jos refleksyvumo plėtros („Iš tiesų mano sunkumas sudarant psichoterapinį kontraktą su klientais buvo susijęs su tuometine gyvenimo situacija, kurioje niekaip negalėjau brėžti tinkamų ribų. Supervisorės šio aspekto atspindėjimas paskatino sustoti ir įsisąmoninti save pamatant to sunkumo pusę, kuris iki šiol nebuvo matomas. Šis įsisąmoninimas ženkliai subrandino refleksyvumą“ (Erika, 200–205)).

Remiantis tyrimo dalyvių patirtimis, pasitikėjimas, bendrumas ir kolegialumas supervizijų santykiuose yra kur kas stipriau išgyvenami, jei supervisorė pasirūpina jaukia supervizijos atmosfera. Tyrimo dalyvės mini, kad pasitikėjimas, bendrumas ir kolegialumas gali būti „formalūs“ dėl to, jog taip yra „teoriškai reikalaujama“, ir gali būti apgaubti nuoširdžiu „šilumos šydu“, kuris suteikia tikrumo supervizijų santykiams ir lemia refleksyvumo pokyčius („Kuomet jaučiu supervisorės žmogišką šilumą,

tas mano viduje augina „vidinį stebėtoją“, kuris padeda man dirbti su mano klientais įsisąmoninant pilnai save, klientą, procesą ir suteikiant visiems šiems procesams naujas prasmes“ (Sofija, 707–712)). Tyrimo dalyvė Erika pabrėžia, kad supervizoriaus kuriamas „šilumos apvalkalas“ yra refleksyvumo plėtojimosi pagrindas, nes jauki atmosfera teikia saugumo jausmą, kuris padeda atvirai priimti visus supervizijos procese iškilusius fenomenus, o vėliau tai perkelti į psichoterapinį darbą su klientais („Supervisorės kuriamas „šilumos apvalkalas“ atveria galimybes būti atvirai viskam, kas iškyla, ir tyrinėti, o tai neabejotinai prisideda prie savęs ir kito įsisąmoninimo“ (Erika, 263–265)). Toks bendravimo būdas supervizijų santykį, anot tyrimo dalyvių, paverčia unikaliu, ypač palankiu profesiniam augimui. Šis santykio ypatumas persikelia ir į psichoterapijos erdvę, kai tyrimo dalyvės, dirbdamos su savo klientais, kuria pasitikėjimu ir bendrumu grįstą santykį ir palaiko jaukią atmosferą, kurioje tampa atviros viskam, kas joje iškyla.

3 teminė kekė: frustruojantys išgyvenimai supervizijų santykyje – refleksyvumo „paleidžiamasis mechanizmas“

Ši teminė kekė mums pasirodė ypač įdomus ir vienas labiausiai nustebinusių radinių. Ją išskyrėme remdamiesi trijų tyrimo dalyvių patirtimis. Trys tyrimo dalyvės mini frustruojančius išgyvenimus, kuriuos patyrė supervizijų santykyje ir kurie reikšmingai prisidėjo prie patiriamų refleksyvumo pokyčių ir buvo išgyvenami kaip „galingi vidiniai transformuojantys potyriai“. Tyrimo dalyvė Sofija mini kelis frustruojančius išgyvenimus supervizijų santykyje, kurie tapo lyg virsmu, po kurio prasidėjo „tikrasis supervizijos procesas“ („Mano supervisorė atspindėjo man tuos būdus, kuriais aš save apgaudinėjau, kas sukėlė man ypatingai skausmingus išgyvenimus, <...> tada aš labai pykau ir kaltinau ją, maniau, kad ji manęs nesupranta, tačiau tuomet ji suprato mane labiau, nei aš pati save, <...> tai buvo milžiniškas postūmis refleksyvumui“ (Sofija, 131–135)), („Supervisorė sąmoningai pasirinko skausmingą intervenciją – atvirą atspindėjimą to „kokono“, kuriame aš buvau, <...> tuo metu sugriuvo visos iliuzijos, kad supervizorius yra gailėstingas mokytojas, glostantis per galvą ir sakantis, kad viskas bus gerai, <...> šios skausmingos intervencijos dėka mano viduje užgimė tvirtas žinojimas, kad „aš esu terapeutė“, tai yra tapau kur kas labiau įsisąmoninanti save ir savo atliekamą darbą“ (Sofija, 171–176)). Sofijos patyrimai atskleidė, kad frustruojantys išgyvenimai supervizijų santykyje jai buvo vieni svarbiausių tiek plėtojant refleksyvumą, tiek išgyvenant savo, kaip psichoterapeutės, tapsmą. Tyrimo dalyvė pabrėžia, kad šis momentas buvo itin reikšmingas dėl to, kad suteikė vidinio tikrumo, supratimo, kad „ji yra

terapeutė“, jausmą. Šis atsiradęs vidinio užtikrintumo jausmas padėjo tapti atviresnei darbe su savo klientais. Tyrimo dalyvė Erika pasakoja, kad terapeutės užduotas klausimas apie tai, ką jai primena jos klientas, buvo ypač nemalonus ir nepatogus, nes teko susidurti su savo jausmais, kurie buvo neįsisąmoninti („*Supervizorės klausimas man sukėlė didelį diskomfortą, nes teko prisiliesti prie kontrperkėlimo jausmų klientui, <...> tai buvo nemalonu, bet to klausimo dėka aš realiau pamačiau save, savo klientą ir procesą, vykstantį tarp mūsų, <...> tas sąmoningumas pridėjo man stiprybės, nes juk „trolio drąsa atsiskleidžia pažvelgus jam į akis“* (Erika, 385–386)). Taigi tyrimo dalyvė Erika šiuo pavyzdžiu, kurį sustiprina pavartodama metaforą apie trolį, iliustruoja, kaip susidūrimas su frustruojančiais išgyvenimais supervizijos procese plėtoja refleksyvumą ir lemia pokyčius terapiniame procese. Minėtoji tyrimo dalyvė dosniai dalijasi dar vienu frustruojančiu išgyvenimu, kuris jai padėjo įsisąmoninti savo baimes terapiniame procese („*Supervizorė taikliai parodė, kad aš darbe su klientu vyru slepiu savo moteriškumą, <...> išgyvenau tokių insaitų, tokias vidines transformacijas! Jų dėka supratau, kad aš bijau klientų vyrų, nes nesu tikra, ar sugebėsiu išlaikyti tinkamas terapines ribas“* (Erika, 272, 312)). Tyrimo dalyvė Monika pasakoja, kad ypač stiprius frustruojančius išgyvenimus patirdavo, kai supervizorė „vis nesuprasdavo“ jos užklausos („*Supervizorė vis tikslindavosi užklausos ir vis nesuprasdavo, kame yra mano sunkumas. Tai keldavo ypač nemalonių jausmų, jaučiausi visiškai kvaila! Bet to dėka vystėsi mano savirefleksija, vis labiau ir labiau įsisąmonindavau, kas gi man sunku <...>. Savirefleksijos pokyčiai atsispindėjo mano užduodamų klausimų supervizijoms pokyčiuose – pradėjau juos užduoti iš „Aš“ pozicijos“* (Monika, 667–671)). Minėtoji tyrimo dalyvė priduria, kad anksčiau jos klausimai buvo labai „primityvūs“ ir skambantys kaip „ką daryti su klientu?“, bet vykstant savirefleksijai pasikeitė klausimų pobūdis, jie tapo labiau nukreipti į save, o ne į klientą („*Dėl supervizoriaus „nesupratimo manęs iš pusės žodžio“ keitėsi optika – tapau labiau įsisąmoninanti save tiek supervizijos, tiek terapijos procese <...> darbas tiek supervizijose, tiek terapijoje tapo kur kas efektyvesnis“* (Monika, 673–678)). Taigi, kaip matome, frustruojantys išgyvenimai supervizijos procese yra refleksyvumo „paleidžiamieji mechanizmai“, suteikiantys reikšmingų transformuojančių pokyčių tiek supervizijos, tiek terapijos procesams. Tačiau, mūsų manymu, šie frustruojantys išgyvenimai pasižymi tokiu teigiamu efektu tik ilgalaikiam, atvirame, pasitikėjimu ir kolegialumo principais grindžiamame supervizijų santykių, kai jau yra tam tikras supervizoriaus ir supervizuojamojo bendro darbo įdirbis ir šios drąsios supervizoriaus intervencijos yra panaudotos ypač taikliai ir apgalvotai.

4 teminė kekė: supervizių santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą

Ši teminė kekė suformuota remiantis tyrimo dalyvių patirtimis, susijusiomis su supervizių santykių veiksniais, kurie subjektyviai išgyvenami kaip slopinantys refleksyvumo plėtrą arba prie jos neprisidedantys. Šių aspektų tyrimo dalyvių pasakojimuose aptinkama įvairiose interviu vietose, tačiau, skaitytojų patogumui, nutarėme šiuos radinius sujungti ir suskirstyti į keturis smulkesnius vienetus: „*supervizuojamosios jausmas, kad ji yra nelaukiama*“, „*pernelyg didelis fizinis atstumas tarp supervisorės ir supervizuojamosios supervizijos procese*“, „*supervizuojamosios gėdos ir stipraus nerimo išgyvenimai*“ ir „*didaktinis supervizijos pobūdis*“. Smulkiau vieną po kito aptarsime visus šiuos išskirtus vienetus.

Dvi tyrimo dalyvės tvirtina, kad jautėsi, lyg būtų nelaukiamos supervizijoje, tai labai mažino supervizijos efektyvumą. Tyrimo dalyvė Erika pasakoja, kad jai ypač svarbu, kai supervisorė jos laukia, nes tai liudija supervisorės rūpestį jos sunkumu ir intenciją įsitraukti į supervizijos procesą. Supervisorės nerūpestingumą tyrimo dalyvė patirdavo, kai atėjusi į superviziją rasdavo atidarytas kabineto duris, pro kurias įėjusi turėdavo supervisorės ieškoti ir ją kviešti („*Kaip įeidavau ir man tekdavo jos [supervisorės] ieškoti, tai būdavo pateikimas lyg į „never land“¹². Tu įsivaizduoji – įeini į tuščią erdvę, kurioje nieko nėra ir niekas tavęs nepasitinka ir pačiai reikia ieškoti! <...> Aš tik dabar įsisąmoninau priežastį, kodėl aš nenorėdavau eiti į supervizijas ir kodėl jos neįnešdavo giluminių transformacijų!*“ (Erika, 487–488; 493–494)). Minėtas patyrimas Erikai trukdė „panirti“ į supervizijos procesą „visą esybę“, nes jausmas, kad supervisorė jos nelaukia, keldavo abejonių dėl supervisorės įsitraukimo į supervizijos procesą („*Jei ji [supervisorė] manęs nelaukia, kiek ji gali būti įsitraukusi į supervizijos procesą, <...> man regis, giluminiai pokyčiai vyksta tik abiem pusėms giliai įsitraukus*“ (Erika, 505)). Anot tyrimo dalyvės, tai reiškia, kad giluminiai, neįsisąmoninti klodai tokioje supervizijoje likdavo nepalieti, supervizijos procesas „plūduriuodavo“ kažkur paviršiuje („*Jos [supervisorės] nelaukimas manęs man trukdydavo atsiskleisti ir tyrinėti save, <...> jausdavausi nemaloniai, užsirašinėdavau kažkokius neaktualius sau dalykus, nebuvo jokios savirefleksijos*“ (Erika, 102; 431–434)). Kitoje citatoje tyrimo dalyvė aptarė, kokį poveikį turi pasibeldimas ar paskambinimas į kabineto duris („*Pasibeldus ar paskambinus į kabineto duris, kuomet supervisorė pasitinka, tai lyg „welcome“, lyg pirmas žingsnis į dialogišką susitikimą*“ (Erika, 508–510)).

¹² „Never land“ (angl.) – Niekados šalis. (Disertacijos autorės vertimas.)

Kita tyrimo dalyvė pasakoja, kad kai supervisorė „nelaukdavo“, ji jausdavosi lyg palikta („*Kartais kyla jausmas, kad supervisorė tavęs nelaukė, tai pasireiškia jos neįsitraukimu į supervizijos procesą, tuomet išgyveni empatijos savo sunkumui stoką, kyla paliktumo jausmas, <...> tokie išgyvenimai apsunkina refleksyvumą – tai yra savęs įsisąmoninimą supervizijos procese, nes kūniškai jautiesi esanti čia, bet giluminiame lygmenyje susitikimas su supervisorė neįvyksta*“ (Odetė, 593–597)). Taigi mūsų tyrimo dalyvių patirtys atskleidė labai svarbų supervizijų santykių aspektą – supervizuojamojo laukimas, tai yra „įėjimas“ ar „priartėjimas“ prie supervizijos proceso jam dar neprasidėjus ir „panirimas“ į jį lemia reikšmingus refleksyvumo plėtros pokyčius. Galima daryti išvadą, kad refleksyvumas supervizijos procese gerokai mažėja, kai supervisorė nelaukia supervizuojamosios, tai mažina įsitraukimo į supervizijos procesą lygmenį, o tai reiškia, kad supervisorė neatlieka „katalitinės“ funkcijos – savo neįsitraukimu ir „nepasinėrimu“ nepaskatina giluminių supervizijos procesų, supervizija teka labiau paviršiniu lygmeniu.

Kitas mūsų išskirtas vienetas, kurį aptarsime, yra fizinio atstumo tarp supervisorės ir supervizuojamosios įtaka refleksyvumui. Tyrimo dalyvė Erika ypač emociškai pabrėžia, kad refleksyvumui plėtotis reikšmės turi tinkamas fizinio atstumo tarp supervisorės ir supervizuojamosios parinkimas („*Ta supervisorė, su kuria lėčiau vystėsi mano refleksyvumas, palaikydavo per didelį fizinį atstumą tarp manęs ir savęs. <...> Ji sėdėdavo per toli. Buvo jausmas, kad ji nedalyvaudavo „pilnai“ supervizijos procese, ji nebuvo „pilnai“ pasinėrusi, lyg susitikimas mūsų neįvykdavo*“ (Erika, 420–423)). Erika pabrėžia fizinio atstumo tarp supervisoriaus ir supervizuojamojo poveikį refleksyvumui („*Man atrodo, kad per didelis fizinis atstumas tarp supervisoriaus ir supervizuojamojo turi neigiamos įtakos refleksyvumo vystymuisi*“ (Erika, 425–426)). Tyrimo dalyvė Odetė taip pat dalijasi savo patyrimu, kaip pernelyg didelis atstumas tarp jos ir supervisorės atspindėjo refleksyvumo plėtroje („*Kuomet supervisorė pernelyg nutolusi fiziškai, nesu tikra, kiek ji yra įsigilinusį į tai, ką aš sakau, kiek ji „išjaučia“ mano sunkumą*“ (Odetė, 175–176)). Taigi, kaip matome, subjektyviai išgyvenamas pernelyg didelis atstumas tarp supervisoriaus ir supervizuojamojo kelia abejonių dėl supervisoriaus „pasinėrimo“ į supervizijos procesą ir gebėjimo dalyvauti jame „visiškai įsitraukus“, būnant fiziškai taip toli.

Kitas vienetas, kurį aptarsime, yra supervizuojamųjų gėdos ir stipraus nerimo išgyvenimai supervizijos procese. Sofija mini, kad gėda ir stiprus nerimas slopina sąmoningą buvimą supervizijos procese („*Kuomet supervizijoje jauti stiprų nerimą, tai slopina sąmoningą buvimą supervizijos procese, kyla noras „kažką daryti“ vietoje „sustoti ir labiau suprasti*“ (Sofija,

610–613)). Tyrimo dalyvė priduria, kad stipraus nerimo išgyvenimas kyla tais supervizijos momentais, kai apima jausmas, kad prarandamas supervizijos dialogiškumas („*Stiprus nerimas kyla, kuomet jaučiu, kad supervisorė kažkiek nutolusi nuo manęs ir mano sunkumo, tai išgyvenu kaip Dialogo nutrūkimą, kas tikrai slopina tiek savęs, tiek kito, tiek proceso įsisąmoninimą*“ (Sofija, 620–623)). Tyrimo dalyvė Odeta pasakoja, kad stipraus nerimo ir baimės jausmai supervizijos procese kyla tada, kai ji jaučia nelygiavertį santykį su supervisorė ir jaučiasi vertinama („*Anksčiau daugiau, dabar kiek mažiau, bet vis tiek jaučiu nerimo „šuoį“, kuris yra paralyžiuojantis bet kokį sąmoningumą! (juokiasi) <...> Kartais supervisorės žvilgsnis būna trikdantis, keliantis baimę, kad esu vertinama kaip bloga terapeutė*“ (Odeta, 440–442; 453–455)). Taigi šios tyrimo dalyvių patirtys kalba apie tai, kad stiprus nerimas ir baimė slopina refleksyvumą ir keičia judėjimo kryptį nuo „sustojimo ir buvimo“ link „bėgimo ir darymo“.

Paskutinis vienetas šioje teminėje kekėje yra didaktinis supervizijos pobūdis. Trys tyrimo dalyvės mini, kad didaktinis supervizijos pobūdis neplėtoja refleksyvumo ir kad loginis paaiškinimas be emocinio išgyvenimo sukelia tik trumpalaikes, greitai užsimirštančias žinias. Tyrimo dalyvė Monika dalijasi patirtimi („*Loginis paaiškinimas, tiesiog atsakymas nepasiekia gelminių išgyvenimų, <...> gelminius išgyvenimus reikia pasiekti buvimu kartu, nuimant sluoksnį po sluoksnio, kol pasieksi esmę, <...> juk refleksyvumo funkcija ir yra pasiekti esmę ir įprasminti. Tai išgyvenu kaip vertybę supervizijos procese*“ (Monika, 754–759)). Ta pati tyrimo dalyvė pabrėžia ir kitą įdomų aspektą („*Loginis paaiškinimas ir didaktinė supervizija nekelia nuostabos, tačiau atsakymo atradimas pačiai savyje sukelia nuostabą bei išgyvenama emociškai, kas padeda labiau įsisąmoninti save supervizijoje*“ (Monika, 763–764)). Tyrimo dalyvė Odeta dalijasi savo patirtimi, kad psichoterapinių įgūdžių neįmanoma išmokyti („*Didaktinė supervizija „moko“ įgūdžių, bet psichoterapinių įgūdžių neįmanoma išmokyti, juos reikia atrasti, patirti ir išgyventi. Tik atrandant ir patiriant tai galima perkelti į terapinį darbą su klientais. Tam padeda supervizija. Ne didaktinė, o patyriminė*“ (Odeta, 965–968)). Tyrimo dalyvė Erika didaktinį supervizijos pobūdį prilygina „negyvai supervizijai“ („*Kuomet supervisorius tiesiog moko, jis nesuteikia galimybės mokytis pačiai, būti aktyviai savo sunkumo tyrinėtojai. Tuomet kažkas sustingsta, supervizija negyva kažkokia tampa. Ko gero, refleksyvumas sustoja*“ (Erika, 423–425)). Mūsų tyrimo dalyvės pabrėžia, kad „tradicinis mokymasis“, sutelktas į didaktinius metodus, nepasiekia jų sunkumų esmės ir nesukelia giluminių transformuojančių pokyčių, taigi nep prisideda prie refleksyvumo plėtojimo. Šios tyrimo dalyvių patirtys skatina mąstyti apie supervizijos efektyvumo didinimo būdus, kurie skatintų

supervizuojamuosius pačius ieškoti atsakymų, judėti link savo vidinių išteklių, nepateikiant jiems „negyvų“ atsakymų. Tyrimo dalyvė Monika apibendrina („*Didžiausia supervizijos vertė yra tame užgimstančiame jausme, kad visi atsakymai yra tavyje, tik jiems pasiekti reikalingas „kitas“*“ (Monika, 600–605)).

II METATEMA. Supervizorės buvimo būdo ir naudojamų intervencijų įtaka refleksyvumo raiškai

Pristatysime šios radinių grupės temas, siejamas su supervizorės buvimo būdu ir jos naudojamomis intervencijomis supervizijos procese. Šioje metatemoje refleksyvumo pokyčiai atsiskleidė kaip intersubjektyvūs išgyvenimai. Toliau pristatysime šešias metatemą sudarančias temines kekes ir tas kekes sudarančias temas, kurias iliustruosime ištraukomis iš tyrimo dalyvių interviu. Šioje metatemoje atsiskleidė tiek refleksyvumą plėtojantys, tiek jį slopinantys veiksniai.

5 teminė kekė: supervizorės dėmesys emociniams supervizuojamosios išgyvenimams

Ši teminė kekė suformuota, norint pabrėžti supervizorės dėmesio svarbą trijų tyrimo dalyvių emociniams išgyvenimams. Joje išskyrėme du smulkesnius vienetus: „*dėmesingumas supervizuojamųjų jausmams, kylantiems jų klientams*“ ir „*dėmesingumas supervizuojamųjų jausmams, kylantiems „čia ir dabar“ supervizijos procese*“. Smulkiau aptarsime šiuos išskirtus vienetus. Tyrimo dalyvė Monika pabrėžia supervizorės dėmesingumo jausmams, kylantiems klientų atžvilgiu, svarbą („*Vienas svarbiausių dalykų, kurie vystė refleksyvumą supervizijos procese – tai dėmesingumas mano jausmams klientui, <...> klausimas „kaip aš jaučiuosi su šiuo klientu?“ yra kertinis, padedantis suprasti mano nuostatas kliento atžvilgiu, pamatyti tuos „akinius“, per kuriuos aš žiūriu į klientą*“ (Monika, 103–107)). Erika labai emociškai pasakoja, kad taiklus supervizorės klausimas apie jos išgyvenamus jausmus klientui „paleidžia“ refleksyvumo procesą („*Vidinis procesas pasileido, kuomet supervizorė paklausė apie mano jausmus klientui, kas leido sustoti ir įsisąmoninti <...> šis atradimas pakeitė mano buvimo būdą su tuo klientu*“ (Erika, 170, 206–207)). Tyrimo dalyvė Sofija teigia, kad priartėti prie supervizuojamojo jausmų klientui padeda supervizoriaus jautrumas ir empatija („*Savo jautrumo ir empatijos dėka ji [supervizorė] priartėdavo prie tuo metu man sunkiai įsisąmoninamų jausmų, kuriuos aš jaučiau klientui, <...> jos buvimo būdas su manimi tuo metu padėjo*

man aptikti tą „akląją terapinio santykio dėmę“ (Sofija, 296–304)). Taigi matome, kad tyrimo dalyvių pasakojimai atskleidžia, jog supervizoriaus dėmesingumas supervizuojamųjų jausmams klientui paskatina vidinių transformacijų procesą, o tai „paleidžia“ refleksyvumo procesą ir padeda įsisąmoninti neįsisąmonintus terapinio proceso aspektus. Šiame teminiame viename buvo aptiktas dar vienas labai įdomus dalykas – tai supervizoriaus pastabumas neverbalinėms supervizuojamojo emocinėms apraiškoms klientui. Iliustruosime tai keliais pavyzdžiais iš tyrimo dalyvių interviu („Ji [supervizorė] pastebėdavo mano neverbalinę kalbą, kaip aš pasakojau apie klientą. Aš pati to nepastebėdavau, bet supervizoriaus dėmesys tam padėdavo pagauti jausmą, kurį imdavau tyrinėti, įsisąmoninti“ (Monika, 135–139)). Tyrimo dalyvė Erika sako, kad supervizorė pastebėjo, kaip paraudo jos veidas, kai pristatė klientą. Tai labai padėjo įsisąmoninti tuos nejaukius momentus, kurie iškildavo kalbant tam tikromis temomis su klientu („Supervizorė pradžioje normalizavo, panaudojusi metaforą apie Bonapartą, kas padėjo man sumažinti gėdos jausmą dėl savo raudonio supervizijos metu, <...> paskui aš labiau įsisąmoninau, apie ką mano raudonis man sako. Atradome, kad man nejaukios seksualumo temos su tuo klientu“ (Erika, 346–347; 351–352)). Tyrimo dalyvė Sofija mini, kad jausmus, kuriuos buvo sunku įsisąmoninti, ji jautė kūne, ir supervizorės dėmesingumas neverbalinei kalbai padėjo plėtoti savirefleksijai („Aš prisiartindavau tada prie savo kūniškų išgyvenimų, kuomet supervizorė klausė: o kaip tu ten įsitempusi? <...> supervizorės tyrinėjimas mano kūniškų potyrių padėjo sujungti racionalią ir jausminę dalis“ (Sofija, 437; 438–439)). Šis supervizorės pastabumas fizinėms apraiškoms lėmė Sofijos terapinio darbo su klientais pokyčius („Dabar aš pastebiu kliento kūno ir jo neverbalines apraiškas ir galiu su tuo būti, aš galiu tylėti su juo be jokio nerimo. Anksčiau dėl to „susiklijavimo“ buvo vidinis nelaisvumas, vidinių procesų nejudrumas, tad refleksyvumo nebuvo arba jis buvo silpnas“ (Sofija, 622–627)). Taigi tyrimo dalyvės patirtis rodo, kad supervizorės dėmesingumas supervizuojamosios neverbalinei kalbai persikelia į jos darbą su klientais: atsiranda vidinis laisvumas stebint neverbalinę klientų kalbą, būnant su jais tyloje. Kai neverbalinės reakcijos nėra įsisąmoninamos, refleksyvumo procesas stabdomas.

Dabar pereisime prie kito vieneto – dėmesingumo supervizuojamųjų jausmams, kylantiems „čia ir dabar“ supervizijos procese, aptarimo. Tyrimo dalyvė Monika prisimena, kad refleksyvumo pokyčius supervizijos procese pradėjo jausti, kai supervizorė atkreipdavo dėmesį į jos jausmus, kylančius tiesiogiai supervizijos sesijos metu („Supervizorė pastebėdavo mano gėdą, nerimą ir kitus jausmus, atspindėdavo, sustodavo. Tai padėdavo labiau

įsisąmoninti tiek save, tiek supervizijų santykio procesą. Be to, tai padėdavo ir suteikti naujas prasmes, suprasti, apie ką kalba mano šie atsiradę jausmai“ (Monika, 824–828)). Tyrimo dalyvė Sofija pasakoja, kad ji taip pat pajuto refleksyvumo pokyčius, kai supervisorė atkreipė dėmesį į jos jausmus, kilusius „čia ir dabar“ („Supervisorės ramumas būnant su mano jausmais, jos didinga „figūra, esanti virš manes“, jausmas, kad ji stipri ir galinga, padėjo man priimti savuosius jausmus ir juos įsisąmoninti <...>. Ji buvo mentalizuojanti – mano būseną, procesą ir terapinių santykių procesą“ (Sofija, 137–139; 147–149)). Taigi supervizuojamųjų patirtys atskleidžia, kad supervisorės dėmesingumas supervizuojamųjų emocinėms reakcijoms yra ypač svarbus plėtojant refleksyvumą: tai padeda supervizuojamosioms labiau suprasti ir įsisąmoninti save, supervizijų ir terapinių santykių aspektus. Be to, supervizuojamųjų išgyvenamas supervisorių dėmesys jų jausmams padeda pakeisti jų darbą su klientais – supervizuojamosios tampa atidesnės tiek savo jausmams terapiniame santykyje, tiek kliento verbalinėms ir neverbalinėms jausminėms apraiškoms.

6 teminė kekė: supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas plėtoja refleksyvumą

Trijų tyrimo dalyvių patirtys, perteikiančios, kaip svarbu išlaikyti supervizijos ir psichoterapijos ribų neperžengimo svarbą, atrodo itin išskirtinės bei įdomios. Tyrimo dalyvės keliose savo interviu vietose pabrėžia šio aspekto svarbą plėtojant refleksyvumą. Toliau pateikiamos kelios iliustracijos iš tyrimo dalyvių interviu. Tyrimo dalyvė Sofija ypač pabrėžia supervizijų ir psichoterapijos ribų išlaikymą plėtojant refleksyvumą („Supervizijų santykių „kontūras“ persikeldavo į mano darbą su klientais. Ir šiam persikėlimui tarnavo aiškos supervizijų santykio ribos, nes aš aiškiai jaučiau, kad mes čia neužsiimame mano psichoterapija. <...> Šis „kontūras“ padėjo man vystyti refleksyvumui supervizijų santykyje“ (Sofija, 320; 325–328)). Tyrimo dalyvė Monika taip pat pažymi supervizijų ir terapinio santykio ribų išlaikymo svarbą plėtojant refleksyvumą („<...> ir visgi tai nebuvo terapija, nes buvo kreipiamas dėmesys, kas vyksta su manimi santykio su klientu kontekste“ (Monika, 207–208)). Tyrimo dalyvė Erika sako, jog labai svarbu, kad supervisorė pastebi jos jausmus, juos įvardija, tačiau tai nepereina į psichoterapinį procesą („Susitikimui su savimi supervisoriaus mokėjimas laikyti supervizijų ir terapijos santykių ribą taip, kad aš žinau, kad ten nebus terapijos. Man labai svarbu žinoti, kad ten nebus terapijos! <...> tačiau tu pat metu ypatingai svarbu, kuomet supervisorė pastebi mano jausmus, pajaučia intuityviai, bet tai nevirsta terapija“ (Erika, 451–451; 460–461)).

Taigi interviu duomenys atskleidė supervizijos ir terapijos ribų išlaikymo svarbą supervizijos procese ir tos ribos išlaikymo poveikį refleksyvumo plėtrai.

7 teminė kekė: supervizorės „ne-žinojimo“ pozicija

Kita teminė kekė, kurią išskyrėme, yra supervizorės „ne-žinojimo“ pozicija. Ši tema pasikartoja trijų tyrimo dalyvių interviu. Tyrimo dalyvė Monika pasakoja, kaip supervizorės „ne-žinojimo“ pozicija prisidėjo plėtojant refleksyvumą („*Supervizorės „ne-žinojimas“! (juokiasi). Tai visada taip smagu būdavo! <...> aš klausdavau, ar viską aiškiai paaiškinau. Ji [supervizorė] pasakydavo, kad aiškiai, ir vis klausdavo, kad kame čia yra klausimas jai? Tokiu būdu ji atskirdavo esminius dalykus nuo neesminių. Savo tokiu „ne-žinojimu“ (Monika, 616–621)). Toliau minėtoji tyrimo dalyvė samprotauja, jog tam, kad suprastų save ir kitą, labai svarbu išsigrįninti sunkumus, juos tyrinėti, o tam padeda kito „nežinojimas“ („*Gebėjimas išryškinti sunkumą susijęs su refleksyvumu. Tai yra aš turiu tiksliai suprasti, kas man yra sunku. Aš turiu tai suformuluoti. Aš turiu tai aiškiai pateikti kitam žmogui. Tokia redukcija gaunasi, <...> nuolatinis redukcijos, tikslinimosi procesas. Ir šis procesas privesdavo prie sprendimo“ (Monika, 629–630; 632–635)). Tyrimo dalyvė Odeta pasakoja, kad supervizorės neskubėjimas suprasti praplečia tyrinėjimo lauką ir atveria galimybę supervizuojamajai rasti savo vietą tame lauke („*Supervizorės tokia pozicija suteikia man daugiau erdvės, randu vietą savo, <...> atsiranda daugiau erdvės man padiskutuoti, suabejoti, pasamprotauti“ (Odeta, 934–935; 937–939)). Tyrimo dalyvė Sofija pasakoja, kad supervizorės „neskubėjimas suprasti“ padėdavo suprasti save ir savo sunkumus („*Ne-žinodama“ už mane ji tyrinėdavo. Aš atnešdavau, o ji tyrinėdavo savo klausimais mano pačios pagalba. Ji tyrinėdavo, o aš mokiausi, <...> vėliau manyje tai užgimė“ (Sofija, 547–548; 552–553)). Taigi, remiantis tyrimo dalyvių patirtimis, tampa akivaizdu, kad supervizorių „ne-žinojimo“ pozicija skatina sulėtėti, įsigilinti, nukreipti supervizuojamųjų dėmesį į save.****

8 teminė kekė: supervizorių intervencijos, slopinančios refleksyvumo plėtrą

Šioje teminėje kekėje apžvelgsime refleksyvumo plėtrai kliudančius veiksnius. Ši teminė kekė susideda iš dviejų smulkesnių vienetų – „*supervizorės dalijimasis asmenine, o ne profesine patirtimi*“ ir „*supervizorės nelankstumas*“. Tyrimo dalyvė Erika pasakoja („*Mano prieš*

tai buvusi supervisorė labai dalijosi asmenine patirtimi. Asmeninės patirties buvo daug. <...> Dalijimasis profesine patirtimi man padėjo įsisąmoninti mano kontrperkėlimo jausmus klientui. Dalijimasis asmenine patirtimi nebuvo vertingas“ (Erika, 159–160; 164–165)). Tyrimo dalyvė Odeta nėra patyrusi supervisorės dalijimosi savo asmenine patirtimi, bet ji samprotauja šiuo klausimu („*Viskas likdavo supervizijos rėmuose, nepaisant to, kad mes jau dirbame ilgą laiką. Jei ji [supervisorė] dalintųsi savo asmenine patirtimi, tai būtų kažkokios ribos peržengimas, kažkas supervizijų santykių būtų prarasta“* (Odeta, 1010–1014)).

Kitas aspektas, slopinantis refleksyvumą, yra *supervizorių nelankstumas*. Tyrimo dalyvė Monika pasakoja, kad supervisorės nelankstumas pasireiškė tuo, kad ji susidarė tam tikrą supervizuojamosios vaizdinį, tačiau laikui bėgant supervizuojamoji pajuto savyje vykstančius pokyčius, o supervisorė liko prie to pradinio susikurto vaizdinio („*Supervizijos procese kažkokias mano reakcijas ji [supervisorė] galėjo „pripaišyti“ tam vaizdiniui, kurį buvo susikūrusi pradžioje. Tas pirminis matymas kažkiek išliko ir tai galėjo kai kada slopinti refleksyvumą“* (Monika, 894–897)). Tyrimo dalyvė Erika supervisoriaus nelankstumu vadina tai, kai supervisorius „neauga“ kartu su supervizuojamuoju ir supervizijų santykis taip ir lieka „mokytojo ir mokinio“ statuso („*Kažkoks santykio nelankstumas, nuolatos jos [supervisorės] požiūris į mane kaip į mokinę neįnešdavo vidinės ramybės ir stabdė refleksyvumą“* (Erika, 406–407)).

III METATEMA. Refleksyvumo pokyčiai: subjektyviai išgyvenamos vidinės transformacijos

Šioje radinių grupėje apžvelgsime, kaip tyrimo dalyvės išgyveno refleksyvumo pokyčius. Toliau pristatysime tris pagrindines šią metatemą sudarančias temines kekes ir tas kekes sudarančius smulkesnius vienetus.

9 teminė kekė: refleksyvumo vystymosi etapai: perėjimas nuo „vaikystės“ prie „brandos“

Visos tyrimo dalyvės išskiria refleksyvumo vystymosi etapus, kuriuos tiesiogiai ar netiesiogiai vadina *perėjimu nuo „vaikystės“ prie „brandos“*. Šioje teminėje kekėje aptarsime, kokie refleksyvumo pokyčiai yra išgyvenami skirtinguose refleksyvumo raidos etapuose, nuosekliai pateiksime kiekvienos tyrimo dalyvės išgyvenamus refleksyvumo plėtros etapus, iliustruodami juos ištraukomis iš interviu.

Tyrimo dalyvė Odeta pasakoja, kad kai ji tik pradėjo lankyti supervizijas, jos atrodė panašios į „klausimus–atsakymus“, buvo labiau informuojančio pobūdžio, menkai plėtojančios refleksyvumą. Tačiau, anot tyrimo dalyvės, tuo metu tai buvo jai tinkama („*Baziniam lygyje aš tiesiog klausdavau, man atsakydavo. Jokių gilių refleksijų nevykdavo. Supervizijos būdavo labiau informuojančio, didaktinio pobūdžio. Bet tuomet man tai tikdavo, nes tada ir daugiau nerimo buvo. Dabar man tai nepatiktų*“ (Odeta, 76–81)). Tyrimo dalyvė sako, kad nerimo jausmas mažėjo, kai kaupėsi jos terapinio darbo su klientais patirtis ir didėjo supervizijų bagažas („*Kuomet patirties buvo nedaug, nerimas buvo didesnis – kad tik nepakenkčiau klientui. Reikėjo labiau prisiimančio atsakomybę supervizoriaus. Didėjant praktikai bei supervizijų skaičiui, supervizijos poreikis modifikavosi*“ (Odeta, 87–96)). Odeta pasakoja, kad atsirandant atsakomybės pasiskirstymo pusiausvyrai tarp jos ir supervizoriaus, pasijuto ir refleksyvumo pokyčiai („*Galiu pasakyti, kad refleksyvumo pokyčiai pradedami jausti vėliau. Sumažėjus nerimui, gali pilnai, sąmoningai dalyvauti supervizijos procese ir pradėti liestis prie savo giluminių išgyvenimų*“ (Odeta, 117–120)). Odeta išskiria ir kitą refleksyvumo vystymosi etapą, kai ji supervizijos procesą visiškai priima kaip pagalbos būdą profesiskai augti, ir mini, kad tik tada atsiranda gebėjimas ne tik kažką daryti, bet tuo pačiu metu įsiamoninti atliekamą veiksmą („*Tik daug vėliau supervizijoje pradėjau dalyvauti „pilnai“ – kalbėti ir tuo pačiu metu jausti, ką sakau, ir kūrą jausti, tuo pačiu metu ir matyti save iš šalies. Tas persikėlė ir į terapinį santykį. Kuomet atlieku intervenciją ir tuo pačiu metu įsiamoninu ją, išlaikant fokuse save ir klientą*“ (Odeta, 174–180)). Tyrimo dalyvė Odeta taip pat pabrėžia, jog tam, kad refleksyvumas plėtotųsi kiekviename jo etape reikalingas „kitas“ („*Refleksyvumas, kuomet aš save matau iš šono, vystosi dėka to, kad šalia yra kitas, kuris irgi mato mane, ir tarp mūsų kažkas vyksta, <...> tai savęs stebėjimas ir to, kas vyksta tarp mūsų*“ (Odeta, 212–213; 216–217)).

Tyrimo dalyvė Monika taip pat išskiria refleksyvumo vystymosi etapus. Visų pirma, ji pažymi, kad refleksyvumo vystymasis yra lėtaeigis procesas, kuris pradedamas jausti tik vėlesniuose vystymosi tarpsniuose. Ši tyrimo dalyvė mini, kad refleksyvumo vystymuisi ir vieno etapo perėjimui į kitą įtakos turi besikeičiantys supervizijų santykiai, kurie taip pat lemia refleksyvumo kaitą („*Supervizijų santykiai nuolat keičiasi augant refleksyvumui. Tarp manęs ir supervizoriaus atsiranda bendra „kalba“, lyg bendras naudojamas „žodynas“. <...> laikui bėgant dėl didėjančio pasitikėjimo supervizore jaučiausi vis komfortiškiau, todėl tapau atviresnė viskam, kas iškyla supervizijos procese*“ (Monika, 403–405; 407–410)). Refleksyvumo pokyčius Monika išgyveno lyg judėjimą nuo vaikystės link

brandos, kuris ypač jautėsi, kai supervisorė buvo „ne-žinojimo“ pozicijoje (*„Pradžioje susidūrusi su supervisoriaus „ne-žinojimu“ jaučiausi lyg vaikas, kuris vaikšto ir kažką murmena vaikišku balseliu. Ir pojūtis savęs buvo visiškai mažos. <...> vėliau, pojūčiai keitėsi. Tai tapo man įprasta. Pradėjau tai vertinti, nes supervisorės „ne-žinojimo“ dėka susitikdavau su savimi, lyg brėsdavau“* (Monika, 659–660; 676–678)). Savo „vaikišką“ poziciją tyrimo dalyvė iliustruoja dar vienu pavyzdžiu (*„Kuomet refleksyvumas yra silpnas, tada supervisoriaus atgalinį ryšį priimi ne kaip pagalbą, o kaip kritiką. Tik bręstant supranti, kad tai pagalba, <...> tai resursas ir atsiveriančios naujos galimybės darbe su klientais“* (Monika, 381–383; 411)). Tyrimo dalyvė Monika taip pat pasakoja, kaip ji patiria refleksyvumo pokyčius šiuose etapuose (*„Augant refleksyvumui supervizijos procese tapau gebanti labiau įsisąmoninti savo jausmus, kas padėjo man labiau suprasti tiek savo jausmus, tiek ir kliento emocines patirtis terapiniame darbe“* (Monika, 302–304)); (*„Refleksyvumo pokyčiai vėlesniame etape išgyvenami atvirumu išgirsti viską, ką sako supervisorius, nesiginant, taip pat drąsa išgirsti ir save“* (Monika, 467–469)). Tyrimo dalyvė taip pat pabrėžia, kad „brandos“ etapo požymis yra tai, jog atsiradęs savirefleksijos gebėjimas supervizijos procese pasidaro galimas perkelti į terapinius santykius (*„Savęs įsisąmoninimas supervizijų santykiuose perkeltas į terapinį santykį“* (Monika, 497)).

Tyrimo dalyvei Eikai refleksyvumo vystymosi etapai juntami judėjimu nuo „mokinės“ pozicijos prie kolegialių, lygiaverčių santykių (*„Buvimas mokinio pozicijoje neplėtoja refleksyvumo. Pereinant prie lygiaverčių, kolegialių santykių juntamas refleksyvumo vystymasis“* (Erika, 408; 411–414; 445)). Ši tyrimo dalyvė priduria, kad kolegialūs, lygiaverčiai santykiai visada „paleidžia“ refleksyvumo procesą, nesvarbu, kokia yra supervisorės asmenybė (*„Refleksyvumą plėtoja lygiaverčiai santykiai. Jie yra ypatingai svarbūs (tylos pauzė). Net jei ir supervisoriaus asmenybėje „kažkas ne taip“, refleksyvumo procesas jau paleistas ir juda“* (Erika, 445–450)). Tyrimo dalyvė taip pat mini, jog tam, kad vyktų refleksyvumo pokyčiai, kiekviename etape reikalingas „kitas“ (*„Refleksyvumas visada vystosi tik dialoge su „kitu“* (Erika, 484)), ir kad refleksyvumo pokyčiai išgyvenami kaip vidinės transformacijos (*„Supervizijos metu gauta patirtis yra paleistas procesas, sukeliantis vidinės transformacijas <...>, kurios neretai išgyvenamos kaip nuostaba, <...> kaip kūno, jausmų ir minčių susietumas“* (Monika, 337–338; 388; 476)).

Tyrimo dalyvė Sofija mini, kad refleksyvumo plėtojimosi etapus galima suskirstyti pagal besikeičiančius supervizuojamojo (turėjo omenyje save) poreikius (*„Aš, kaip supervizuojamoji, ir mano poreikiai bei lūkesčiai supervizijos atžvilgiu labai pasikeitė nuo to momento, kai aš pradėjau*

supervizijas, ir iki šios dienos momento <...> anksčiau aš ieškojau supervisorėje palaikymo ir atramos į jos ekspertinę nuomonę <...>, dabar man svarbus kolegialumas ir ta erdvė, kurią mes sukuriame kartu“ (Sofija, 4–6; 15–17)). Šią mintį Sofija papildė, kad didėjant refleksyvumui keičiasi ir supervisoriaus vaidmuo („Pradžioje, kuomet man reikėjo paramos, man reikėjo mentoriaus, mokytojo, o dabar man svarbu, kad mes kalbėtume apie mano lūkesčius, taigi, labiau kolegos“ (Sofija, 11–14)). Ši tyrimo dalyvė taip pat mini, kad refleksyvumo pokyčius ji juto kaip perėjimą nuo savo jausmų išgyvenimo bei jų įsisąmoninimo ir įprasminimo prie sąmoningo jų priėmimo ir prasmų suteikimo („Taigi, jei paimti pirmą mūsų darbo etapą, aš buvau „susiklijavusi“ tais jausmais, buvau juose neįsisąmoninant jų <...> supervisorės dėka pradėjau labiau suprasti tuos jausmus, tuos „klijus“ ir pradėjau iš jų išsivadinti“ (Sofija, 102–104; 128–129)). Sofija savirefleksijos pokyčius supervizijos procese metaforiškai vadina „gimdymo skausmais“, šie pojūčiai buvo jaučiami fiziškai („Anksčiau aš negalėjau įsisąmoninti, kaip aš jaučiuosi su klientu (juokiasi). Nebuvo savirefleksijos, <...> buvo visiškas nesąmoningas buvimas. Ir kuomet supervisorius nukreipdavo tam išjautimui, savirefleksijos pokyčiai buvo išgyvenami kaip „gimdymo skausmai“ (juokiasi)“ (Sofija, 410–413; 418–419)).

Tyrimo dalyvė sako, kad plėtojantis refleksyvumui keitėsi jos savęs priėmimas („Jei kalbėti apie sąmonės „raštą“, kuris pas mus su supervisorė buvo, tai supervizijų santykiuose aš įsisąmoninau „aš–klientas“ santykį per sąmoningesnį kontaktą su savimi“ (Sofija, 311–314)). Šią mintį tyrimo dalyvė pokalbyje metaforiškai papildė („Santykis su supervisoriumi padėjo atlikti pirmus „dygsnius“. Žinai, kaip siuvimo procese darai pirmus dygsnius tokius, pirmą siūlę, kaip „kontūrą“ tokį. Šis „kontūras“ buvo išnešamas į darbą su klientais“ (Sofija, 315–317; 320–321)). Taigi, tyrimo dalyvių patirtys atskleidė, kad refleksyvumo pokyčiai yra laikui imlus procesas, kuris išgyvenamas kaip besikeičiantis tam tikrais etapais, lyg judėjimas iš „profesinės vaikystės“ link „profesinės brandos“. Galime pažymėti, kad šiam judėjimui yra labai svarbus kolegialus santykis tarp supervisorės ir supervizuojamosios, daugiausia dėmesio skiriama supervizuojamosios sunkumams tyrinėti.

10 teminė kekė: „vidinio supervisoriaus“ gimimas

Kitas vienetas, kurį aptarsime, yra „vidinio“ supervisoriaus „gimimas“. „Vidinio“ supervisoriaus „gimimas“ yra minimas visų tyrimo dalyvių kaip labai svarbus besiplėtojančio refleksyvumo raidos būdas, padedantis būsimoms terapeutėms tapti labiau autonomiškoms. Remiantis tyrimo dalyvių

patirtimis, vystantis refleksyvumui, ima formuotis „vidinis“ supervizorius, kuris tampa „vidine“ atrama, padedančia reflektuoti save, kitą ir patį procesą tiesiogiai terapinio darbo su klientu metu. Be to, besiformuojantis „vidinis“ supervizorius suteikia supervizuojamosioms autonomiją. Tyrimo dalyvės nurodo, kad „vidinis“ supervizorius suteikia vidinę profesinę laisvę, ramybę, padeda atrasti savo buvimo būdą, autentiškumą. Tyrimo dalyvei Sofijai „vidinis“ supervizorius yra tarsi „vidinis“ stebėtojas (*„Supervizijos metu yra auginamas „vidinis“ stebėtojas, kuris padeda nesielgti kažkaip spontaniškai, nesąmoningai, neapgalvotai. Bet jis atspindi ir pirminį impulsą, ir tuo pat metu vyksta to atspindžio refleksija“* (Sofija, 77–81)). Refleksyvumą kaip „vidinį“ stebėtoją Sofija apibūdina taip: *„Refleksyvumas, kaip „vidinis“ stebėtojas, reiškia, kad aš tampu labiau matanti, girdinti, ir tai pasireiškia ne tik žodžiais, bet ir prasmėmis, esančiomis už jų. Netgi tyloje, kuomet žodžių nėra. Taip pat refleksyvumas man yra sąmoningumas: sąmoningumas manęs pačios, kliento, nepametant iš matymo lauko to, kas vyksta tarp mūsų, <...> taip pat tai ir kūno sąmoningumas“* (Sofija, 83–91; 93). Mąstydamą apie tai, kokių būdu užgimęs „vidinis“ supervizorius yra perkeliamas iš supervizijų į terapinius santykius, Sofija pasakoja: *„Tas būdas, kuriuo supervizorė tyrinėjo mano užsakymą supervizijai, kaip ji judėjo link problemos, kuri mane jaudino, įskaitant konkrečius jos vartojamus žodžius ir akcentus, tapdavo tuo vidiniu „raštu“, kurį aš vėliau naudodavau savarankiškai“* (Sofija, 346–350). Tyrimo dalyvė ypač akcentuoja „kaip“ (*„Kaip supervizorius juda prie problemos, tampa mano nuosavu „vidiniu introjektu“* (Sofija, 353–354)). Savo interviu pabaigoje tyrimo dalyvė vėl grįžta prie besiformuojančio „vidinio introjekto“ ir papildo išvalgomis (*„Kaip stebėtojas iš vienos pusės, bet ir kaip „jaučiantis“ taip pat. <...> Aš jaučiantis žmogus – ar vienu metu ir subjektas, kuris išjaučia, ir subjektas, kuris stebi. Tai, man regis, ir yra refleksyvumas!“* (Sofija, 640–642; 643–645)). Tyrimo dalyvė taip pat pabrėžia autonomijos aspektą (*„Dėka besiformuojančio „vidinio“ stebėtojo atsiranda sąmoningumas, kuris įneša autonomiją. Autonomijos dėka atsiranda vidinė ramybė ir galimybė remtis į save <...> tampa pati sau instrumentu, atpažįstančiu klaidingą kelią“* (Sofija, 645; 648–649; 653–654)).

Tyrimo dalyvei Monikai „vidinis“ supervizorius yra refleksyvumas atliekant veiksmą, o ne jį atlikus, ir autonomijos išgyvenimas. Anot tyrimo dalyvės, iš pradžių supervizijose buvo sunku iš esmės įvardyti jausmus klientui, po terapinės sesijos atsirado tų jausmų refleksija, o dabar ji juos įsisąmonina tiesiogiai terapinės sesijos metu. Iliustruosime tai ištrauka iš interviu (*„Jei anksčiau aš reflektuodavau savo jausmus klientui supervizoriaus pagalba, tai dabar tai tampa kažkokia savarankiška dalimi, tai labai natūrali užduotis terapinio darbo. Dėl to, kad aš pati išmokau būti*

dėmesinga tam. Va taip va. Dėmesinga sau, savo jausmams“ (Monika, 313–318)). Tyrimo dalyvė šią mintį paaikšina tuo, kad jos minimas dėmesingumas savo jausmams tiesiogiai terapinės sesijos metu atsirado ne dėl to, kad „taip reikia“, bet jis tapo būtinu terapinio darbo „instrumentu“ („*Aš tapau „instrumentu“, į kurį galima atsiremti, kuris yra būtinas, kad galėčiau padėti klientui. <...> Tas „instrumentas“ padeda pajauti save, klientą bei sąmoningai parinkti terapines intervencijas, o taip pat neįnešti kažko „savo“ bei atskirti savo jausmus nuo kliento išgyvenimų*“). <...> tapau tokiu, kaip čia pasakius, diagnostiniu instrumentu ir tokiu autonomišku, <...> taip, toks buvimo būdas gavosi“ (Monika, 329–336; 339)). Monika kiek vėliau interviu vėl grįžta prie „vidinio“ supervizoriaus gimimo temos ir ją papildo („*Dialogiškumas supervizijos santykiuose padeda išgirsti ne tik supervizorių, bet ir save <...> tam, kad išgirsti save, yra reikalingas „kitas“, <...> kad mūsų su supervizoriumi susitikimas įvyktų, aš turiu atsitraukti nuo savęs, bet ir būti kontakte su savo jausmais ir juos įsisąmoninti*“ (Monika, 430–432; 438–440)). Supervizijų santykiuose atsiradęs gebėjimas atsitraukti nuo savęs, nuo savo matymo, įsitikinimų, bet tuo pačiu metu būti, išlaikant kontaktą su savimi – su savo jausmais, mintimis, kūnu, anot tyrimo dalyvės, padeda ne tik sąmoningai dalyvauti supervizijos ir terapijos procese, bet ir įprasminti, pamatyti kitaip („*Galbūt nieko naujo čia nepasakiau, galbūt apie tai rašo visi vadovėliai, bet akcentuoju, kad „kito“ dalyvavimas padeda vystyti ir plėtoti tai. Ir tai tampa neatsiejama tavo dalimi*“ (Monika, 588–592)).

Pasak tyrimo dalyvės Erikos, refleksyvumas, kuris tampa „jos dalimi“, yra išgyvenamas kaip fizinis patyrimas, kai žvilgsnis nukreipiamas į save, tačiau matymo lauke matomas ir „kitas“, taip pat santykis tarp savęs ir kito. Tyrimo dalyvė mini ir tai, kad besiplėtojantis refleksyvumas sukelia ir autonomijos jausmą („*Refleksyvumas – tai žvilgsnio nukreipimas į save <...>, kūniškai išgyvenamas kaip judėjimas ratu. Viskas prasideda krūtinėje, tuomet slenka iki pilvo apačios ir vėl kyla (juokiasi) <...> jausmas autonomijos tokios, kuomet aš lyg ir panyru, bet tuo pačiu lieku kontakte*“ (Erika, 54–56; 58–61)). Erika taip pat teigia, kad supervizijų patirtys, tapusios „nuosava dalimi“, lemia vidinius transformacinius pokyčius, kurie yra perkeliama į terapinį darbą su klientais („*Savirefleksijos procesas, kuris „pasileido“ supervizijos procese, turi tęsinį mano darbe su klientais, tai yra tapę mano „dalimi“; man regis, refleksyvumas ir transformacija – panašūs fenomenai, įtakojami vienas kito. Refleksyvumas įneša transformacinius vidinius pokyčius. Va, dabar aš įsisąmoninau tą ryšį!*“ (Erika, 300–302; 314–319)). Tyrimo dalyvė Erika ypač pabrėžia, kad refleksyvumas turi emocinį atspalvį. Tik išgyventos supervizijos patirtys, lėmusios emocinius pokyčius, yra įsisąmonintos, įprasmintos ir perkeltamos į terapinį darbą su klientais. Taip pat Erikai ypatingos svarbos

turi tylos pauzės supervizijos procese, nes jose susitinkama su savimi ir jose ji išgyvena sąmoningą buvimą („*Toje tylos pauzėje vyko vidinis dialogas. Kažkoks įsisąmoninimas per nuostabą. Ir buvo toks sąmoningumas toje tyloje*“ (Erika, 387–390)).

Tyrimo dalyvei Odetai supervizijose įgyta patirtis tampa „jos nuosava“ („*Jei tai tapo mano įgūdžiu, tai pasireikš visur. Taip tikiuosi, <...> taip lyg aš „pasisavinu“ tai ir tai jau tampa mano. „Akiniai“ tokie gaunasi. Ir dabar per juos aš irgi galiu žiūrėti*“ <...> *naujas mano šokio judesys*“ (Odeta, 435–437, 439–441)). Tyrimo dalyvė priduria, kad ji negali supervizijoje nieko įsisąmoninti, kol tai nėra išgyventa emociškai („*Aš negaliu nieko pasisavinti, kol tai nėra išgyventa emociškai. Pažinimas toks labai emocinis yra, tik tada jis „nusėda*“ (Odeta, 654–655; 665–666)).

Apibendrinant galima pasakyti, kad, remiantis tyrimo dalyvių patirtimis, darosi akivaizdu, jog supervizijų santykyje besiplėtojantis refleksyvumas tampa supervizuojamųjų „vidine“ dalimi, atliekančia tarsi ramsčio funkciją terapiniame darbe su klientais. Svarbu ir tai, kad toji užgimusi vidinė dalis kaip „vidinis stebėtojas“, „vidinis supervisorius“ ar „vidinis introjektas“ padeda sujungti visus pojūčius, jausti save ir kitą, taip pat matyti patį procesą lyg „iš šalies“.

Šiame disertacijos skyriuje pristatėme tris išryškėjusias tyrimo dalyvių moterų interviu atskleistas metatemas: 1) Supervizijų santykiai: refleksyvumo pokyčių pagrindas. 2) Supervisorės buvimo būdo ir jos naudojamų intervencijų įtaka refleksyvumo raiškai. 3) Refleksyvumo pokyčiai: subjektyviai išgyvenamos vidinės transformacijos.

Kitame skyriuje pristatysime tyrimo dalyvių moterų antrosios tyrimo bangos interviu radinius, pirmosios ir antrosios bangų interviu radinius gretinsime tarpusavyje.

3.1.2 Antrosios bangos (T2) interviu (2021 metai): tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirtys supervizijoje

Kad būtų lengviau įsigilinti į refleksyvumo pokyčius supervizijoje, pristatome tyrimo dalyvių moterų antrosios bangos interviu radinius. Antrosios bangos interviu duomenys papildė ir pagilino refleksyvumo fenomeno pokyčių supervizijoje supratimą. Apibendrinus visus antrosios bangos tyrimo dalyvių interviu duomenis išryškėjo, kad tyrimo dalyvių refleksyvumo patirtis supervizijos procese galima sugrupuoti į dvylika teminių kekių, jas suskirstėme į tris radinių grupes – metatemas. Dviejose iš metatamų atsiskleidė veiksniai, tiek plėtojantys, tiek slopinantys

refleksyvumą. 5 lentelėje pristatysime, kaip antrosios bangos interviu išskirtos teminės kekės pasireiškė tyrimo dalyvių transkripcijose.

5 lentelė. Teminių kekių pasireiškimas tyrimo dalyvių moterų antrosios bangos interviu

Nr.	Teminė kekė	Interviu, kur rasta tema
1.	Ilgalaikio supervizijų santykio dvilypumas	Erika, Odeta, Sofija
a)	Pasikeitusi patikėjimo patirčių ilgalaikiame supervizijų santykyje kokybė	Erika, Odeta
b)	Padidėjęs kūno sąmoningumas	Erika, Sofija
c)	Besivystanti autonomija	Erika, Odeta, Sofija
d)	„Šalutinis“ ilgalaikio supervizijų santykio efektas: „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas, sumažėjusi supervizijų santykio įtampa	Erika, Sofija, Odeta
2.	Supervizorės buvimo būdo svarba	Erika, Odeta, Sofija
a)	Supervizorės dėmesys supervizuojamajai kaip žmogui	Erika, Sofija, Odeta
b)	Supervizorės rūpinimasis „mes“ erdvės kūrimu	Odeta, Sofija
c)	Supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas	Sofija, Odeta
3.	Supervizorės asmenybės svarba	Erika, Odeta, Sofija
a)	Supervizorės paprastumas	Erika, Sofija
b)	Supervizorės ekspertiškumo dvilypumas	Erika, Odeta, Sofija

6 lentelėje pristatysime antrosios bangos hierarchinę tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirčių metatamų struktūrą ir kiekvieną metatamą sudarančią teminę kekę, kurias detaliau ir išsamiau aprašysime tekste bei iliustruosime ištraukomis iš kiekvienos tyrimo dalyvės interviu.

6 lentelė. Antrosios bangos interviu tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirčių supervizijoje hierarchinė struktūra

Metatema ir ją sudarančių teminių kekių pavadinimai	Kekę sudarančių temų pavadinimai
I METATEMA. Ilgalaikių supervizijų santykių dvilypumas	
1. Ilgalaikio supervizijų santykio svarba refleksyvumo plėtrai:	a) pasikeitusi pasitikėjimo patirčių ilgalaikiame supervizijų santykyje kokybė; b) padidėjęs kūno sąmoningumas; c) besivystanti autonomija
2. „Šalutinis“ ilgalaikių supervizijų santykių poveikis – „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas:	a) supervizorės „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas; b) supervizijų darbinės įtampos sumažėjimas
II METATEMA. Supervizorės buvimo būdo svarba refleksyvumo plėtrai	
3. Supervizorės dėmesingumas supervizuojamajai kaip žmogui	
4. Supervizorės rūpinimasis „mes“ erdvės kūrimu:	a) dėmesingumas fizinei erdvei; b) dėmesingumas supervizijos procesui
5. Supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas	
III METATEMA. Supervizorės asmenybės svarba	
6. Supervizorės paprastumas	
7. Supervizorės ekspertiškumo dvilypumas	

I METATEMA. Ilgalaikių supervizijų santykių dvilypumas

Ši radinių grupė siejama su ilgalaikių supervizijų santykių dvilypumu, ir tai galima laikyti itin unikaliu radiniu. Pirmosios bangos interviu metu tyrimo dalyvės kalbėjo apie ilgalaikio supervizijų santykio poveikį refleksyvumo plėtrai, tačiau antrojoje interviu bangoje išryškėjo ilgalaikio supervizijų santykio dvilypumas. Šioje radinių grupėje išryškėjo, kad, nors ilgalaikis supervizijų santykis yra vienas svarbiausių supervizijų aspektų, didinančių

refleksyvumą, jis gali turėti ir „šalutinių“ poveikių, kurie slopina refleksyvumą. Toliau pristatysime dvi pagrindines šią metatemą sudarančias temų kekes ir tas temines kekes sudarančias temas. Jas iliustruosime ištraukomis iš tyrimo dalyvių interviu.

1 teminė kekė: ilgalaikio supervizijų santykio svarba refleksyvumo plėtrai

Ši teminė kekė suformuota, norint pabrėžti ilgalaikio supervizijų santykio svarbą refleksyvumo plėtrai. Tyrimo dalyvės, praėjus dvejiems metams po pirmojo interviu, vis dar akcentuoja ilgalaikio supervizijų santykio svarbą refleksyvumo pokyčiams, tačiau išryškina naujus aspektus. Šioje teminėje kekėje suformulavome tris ją sudarančius vienetus: „*pasikeitusi pasitikėjimo patirčių ilgalaikiame supervizijų santykyje kokybė*“; „*išaugęs kūno sąmoningumas*“ ir „*besivystanti autonomija*“.

Pirmuose interviu tyrimo dalyvės minėjo, kad pasitikėjimas, bendrumas ir kolegialumas yra esminiai refleksyvumą plėtojantys supervizijų santykių aspektai ir kad pasitikėjimas atsiranda tik ilgalaikiame supervizijų santykyje. Antroje tyrimo dalyje visos tyrimo dalyvės pabrėžia pasitikėjimo supervizijų santykyje svarbą, bet išryškina ir kitą pasitikėjimo aspektą: tyrimo dalyvė Erika mano, kad ilgalaikiame supervizijų santykyje ne tik randasi tarpusavio pasitikėjimas tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, bet ir keičiasi to pasitikėjimo kokybė („*Ilgalaikiame supervizijų santykyje pasikeičia pasitikėjimo supervizore kokybė. Aš galiu ne tik būti atvira ir žinoti, kad nebūsiu smerkiama, tačiau atsiverti padeda ir gilus žinojimas, kad galiu „čia ir dabar“ būti visokia: pykti, nesutikti, ginčytis. Tai atveria dar gilesnes refleksyvumo gelmes. Aš galiu net ir pasibarti (juokiasi)*“ (Erika, 37–40)). Tyrimo dalyvė Odeta antrina, kad laikui bėgant pasitikėjimas ne tik įsitvirtina ir stiprėja, bet jis transformuojasi, tampa kokybiškesnis („*Laikui bėgant pajutau, kad mano refleksyvumą, tai yra didesnę savęs suvokimą, augina pasitikėjimas supervizore. Aš ja besąlygiškai tikiu, kad ji yra atvira ir, jei aš kažką ne taip darau „čia ir dabar“ arba „ten ir tada“ su klientu, ji apie tai man pasakys, neglobos manęs ir bus atvira*“ (Odeta, 21–23)). Taigi, kaip matome, ilgalaikiame supervizijų santykyje, remiantis tyrimo dalyvių patirtimis, refleksyvumo plėtra yra siejama ne tik su atsirandančiu pasitikėjimu tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo (tai buvo akcentuojama pirmosios bangos interviu), bet ir su besikeičiančia pasitikėjimo kokybe.

Kitas aspektas, kuris išryškėjo šioje teminėje kekėje, yra padidėjęs tyrimo dalyvių kūno sąmoningumas ilgalaikiame supervizijų santykyje. Įdomu, kad pirmame tyrimo etape tyrimo dalyvės minėjo, jog supervizorių dėmesingumas

supervizuojamųjų neverbalinei kalbai (per supervizuojamųjų kūno kalbos atspindėjimą) padeda joms vystyti savirefleksiją ir persikelia į jų darbą su psichoterapijos klientais (supervizuojamosios akcentavo, kad tampa laisvesnės, stebėdamos ir atspindėdamos psichoterapijos klientų neverbalinę kalbą ir būdamos su jais tyloje). Antrame etape tyrimo dalyvės akcentuoja kiek kitokį aspektą – pabrėžia, kad ilgalaikiame supervizijų santykyje vystosi ne tik kūno savirefleksija, bet ir *kūniškasis savirefleksyvumas*. Tyrimo dalyvė Erika pasakoja: „*Ilgalaikiame supervizijų santykyje pradėjau stebėti supervisorės kūną, pavyzdžiui, supervisorės judėjimą jos kėrsele. Tas padeda labiau suprasti, kas vyksta tarp mūsų „čia ir dabar“ – savirefleksuoju save duotuoju momentu. Tas padeda ir terapijoje – ta „išjautrinta“ kūniškumo dimensija padeda įsisąmoninti save ir klientą „čia ir dabar“* (Erika, 88–91). Sofija, antrindama Erikai, ją dar papildo: „*Savo kūno sąmoningumas, reflektavimas vystosi ir per kūnišką dialogą su supervisorė, kuomet matau, kaip ji su manimi bendrauja kūnu. Jos kūnas yra nukreiptas į mane, matau jos kūnišką susifokusavimą tik į mane tuo metu, <...> ji aplinkoje atsisėda nukreipdama save man <...> atvira supervisorės kūno poza kelia „atvirų durų jausmą“ – tai jausmas, kad galiu atsiverti, tuo metu atslūgsta nerimas*“ (Sofija, 106–109; 115–117)). Besivystantis kūno savirefleksyvumas ilgalaikiame supervizijų santykyje akivaizdžiai gerina supervizuojamųjų buvimo su savo psichoterapijos klientais kokybę („*Savo kūno refleksyvumas padeda labiau suprasti klientą per jo kūną, tai daugiau jau nei stebėjimas. <...> Kliento kūno kalbos supratimas per išaugusį savo kūno sąmoningumą padeda kurti / atkurti kontaktą su klientu, formuoti darbinį aljansą* (Sofija, 28–30; 32)). O Erika mini, kad dėl ilgalaikių supervizijų santykių išsiplėtojęs kūno refleksyvumas padeda „apčiuopti“ kai kuriuos supervizijos procesus pačiame supervizijos procese („*Kūno sąmoningumas padeda „pagauti“ „šalutinius“ supervizijų efektus ir juos šalinti. Pavyzdžiui, jei atsiranda nesutikimas su supervisorė, tačiau, dar logika nesuveikia, bet jau reaguoja kūnas, ir aš pajėgi tai įsisąmoninti*“ (Erika, 100–102)).

Trečias teminis vienetas šioje radinių grupėje yra besivystanti supervizuojamųjų autonomija. Tyrimo dalyvė Sofija teigia („*Ilgalaikiame supervizijų santykyje vystosi mano, kaip terapeutės, autonomija. Aš tampa nebepricklausoma. Tai priešingybė vaikų–tėvų santykiams, <...> autonomija vystosi, kuomet iš supervisoriaus gaunu žinutę (verbalinę ar neverbalinę) – kad tu gerai susidoroji su sunkumais*“ (128–129; 131–133)). Tyrimo dalyvė Erika pabrėžia: „*Ilgalaikiame supervizijų santykyje atsiranda „tu–tu“, be kreipinio Jūs. Tas man labai svarbu, nes tas... (pauzė) augina autonomiją!!! <...> superviziniame santykyje kreipinys „tu“ prideda simetriškumo <...> „tu–tu“ santykio magija yra tame, kad sumažėja distancija, ji tampa*

optimalia profesiniam augimui. Ir paradoksas tame, kad ši distancija iškelia iš priklausomo nuo supervizoriaus, vaikiško santykio“ (53–55; 59; 65–66)).

Tyrimo dalyvės apie besivystančią autonomiją ilgalaikiame supervizijų santykyje kalbėjo ir pirmosios bangos interviu metu, minėdamos, kad besiformuojantis „vidinis“ supervizorius suteikia supervizuojamosioms vidinę autonomiją, kuri tuo metu buvo išgyvenama kaip vidinė profesinė laisvė, ramybė ir savo buvimo būdo atradimas, autentiškumas. Šiame tyrimo etape išryškėjo dar vienas aspektas – kad autonomija vystosi „tu–tu“ santykyje, kai jaučiamas simetriškumas, distancijos tarp supervizorės ir supervizuojamosios sumažėjimas – tai išėjimo iš „vaikų–tėvų“ supervizijų santykių į „kolega–kolega“ santykius kelias.

Taigi antroje interviu bangoje atsiskleidė radiniai, kurie papildė ir padidino ilgalaikių supervizijų santykių reikšmę refleksyvumo plėtrai supervizijos procese.

2 teminė kekė: „šalutinis“ ilgalaikių supervizijos santykių poveikis: „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas

„Šalutinis“ ilgalaikių supervizijos santykių poveikis išryškėjo antros tyrimo dalyvių bangos interviu. Visos tyrimo dalyvės mini, kad ilgalaikis supervizijų santykis turi ir „šalutinių“, refleksyvumą slopinančių aspektų. Šiuos aspektus tyrimo dalyvės įvardijo kaip supervizorės „ne-žinojimo“ pozicijos praradimą ir supervizijų darbinės įtampos sumažėjimą. Šie radiniai mus labai sudomino, nes pirmoje interviu bangoje tyrimo dalyvės nebuvo aptikusios ilgalaikių supervizijų santykių „šalutinių“, refleksyvumą slopinančių efektų.

Tyrimo dalyvė Erika mini, kad ilgalaikiai supervizijų santykiai turi ir „šalutinių“ efektų (*„Ilgalaikiame supervizijų santykyje neretai dingsta supervizinių santykių įtampa, lyg prarandama fenomenologinė pozicija, epoche <...>, atsiranda daugiau „žinojimo“ iš supervizorės, pavyzdžiui, supervizorė gali pamatyti mano kontrperkėlimo jausmus, kur jų realiai nėra“* (Erika, 19–20; 23–34; 30–31)). Jai antrina Sofija – prideda supervizijų santykio įtampos mažėjimą ilgalaikiame supervizijų darbe (*„Ilgalaikiame supervizijų santykyje atsiranda daugiau „aiškumo“ – supervizorė man tampa „aiškia“ ir aš jai. Tas supratimas „pagal nutylėjimą“ nevysto refleksyvumo, <...> darbas vyksta komforto zonoje, tuose rėmuose, kuriuos mes pastatėme ilgų supervizijų santykių eigoje, dingsta nukreiptumas į tyrinėjančią poziciją, patirčių naujumą, tas sumažina supervizijų įtampą ir slopina refleksyvumą“* (Sofija, 200–203; 210–212)). Apie naujumo praradimą ir su tuo susijusį supervizijų proceso įtampos mažėjimą ilgalaikiame supervizijų santykyje,

kuris būtinas refleksyvumo plėtrai, kalba ir Odeta („*Ilgalaikiame supervizijų santykių tarsi dingsta naujumas, kuris palaiko reikiamą supervizijų santykio įtampą, kuri augina refleksyvumą, darbas tampa lyg pernelyg komfortiškas, įrėmintas mums jau žinomuose ir komfortiškuose rėmuose*“ (Odeta, 40–43)).

Taigi apibendrinant šią metatemą norisi akcentuoti įdomius radinius, kurie buvo aptikti atliekant tęstinį tyrimą. Atradome, kad ilgalaikiai supervizijų santykiai turi ne tik refleksyvumą plėtojančių, bet ir slopinančių elementų.

II METATEMA. Supervisorės buvimo būdo svarba refleksyvumui

Šioje radinių grupėje apžvelgsime, kaip tyrimo dalyvių refleksyvumą supervizijos procese paveikia supervisorės buvimo būdas. Šioje radinių grupėje išskirtos trys teminės kekės: *supervisorės dėmesingumas supervizuojamajai kaip žmogui, supervisorės dėmesingumas „mes“ erdvės sukūrimui bei supervizijos ir psichoterapijos ribų neperžengimas.*

3 teminė kekė: supervisorės dėmesingumas supervizuojamajai kaip žmogui

Šioje teminėje kekėje visos trys tyrimo dalyvės mini, kad supervisorės dėmesingumas joms yra ypač svarbus ne tik kaip „supervizuojamosioms, pristatančioms terapinius atvejus“, bet ir kaip žmonėms, ir padeda plėtoti refleksyvumą. Tyrimo dalyvė Erika dalijasi mintimis: „*Labai svarbu yra tai, kaip tavo supervisorė sutinka, jos svetingumas, šypsena, kaip mane pamato, klausimai ne vien apie profesinius, bet ir apie asmeninius dalykus, <...> jausmas, kad rūpi kaip žmogus, mažina nerimą, augina refleksyvumą, nes lyg daugiau erdvės tuomet atsiranda būti su savimi supervizijoje*“ (61–64; 95). O Sofija akcentuoja, kad labai svarbus refleksyvumui plėtoti yra jos kaip žmogaus svarbumo išgyvenimas („*Svarbumą išgyvenu per tai, kaip mane supervisorė sutinka: jos šypsena, kaip ji išeina mane pasitikti, svarbu, apie kokias knygas mes kalbame arba tiesiog apie mūsų bendrą kelią. <...> Tas jausmas, kad esame viena kitai ne tik „vaidmenys“, bet ir žmogus žmogui*“ (81–84; 85–86)). Odeta pabrėžia: „*Labai svarbus supervisorės dėmesingumas ir dialogiškumas. Ir dėmesingumas ne tik mano pristatomam atvejui, bet man kaip žmogui*“ (32–33). Sofijos interviu buvo paminėtas dar toks įdomus aspektas, kurį norime aptarti („*Paradoksalu gal, bet refleksyvumą vysto ir žinojimas, kokią arbatą mėgsta mano supervisorė, ir tada, kaip ji man siūlo arbatos, <...> supervisorė rūpinasi tinkamu fiziniu atstumu tarp jos ir savęs ir manęs, ir man tas svarbu. Atstumas toks, kad aš ją gerai matau visą. Ir tai vysto refleksyvumą*“ (87–89; 102–105)). Įdomu, kad pirmosios bangos

interview tyrimo dalyvės taip pat pažymėdavo, jog refleksyvumui plėtoti yra svarbus supervisorės domėjimasis ne tik supervizuojamųjų pristatomais atvejais, bet ir jų gyvenimo kontekstu, taip pat šiltos supervizijų atmosferos kūrimas, rūpinimasis tinkamu fiziniu atstumu tarp savęs ir supervizuojamųjų. Viena vertus, tai skamba lyg ir panašiai į antrosios bangos tyrimo dalyvių interview, tačiau čia atsiskleidžia dar vienas svarbus dalykas – antrame tyrimo etape tyrimo dalyvės kalba apie savo, kaip žmogaus, svarbos patyrimą supervizijų santykiuose, o pirmame tyrimo etape apskritai buvo labiau akcentuojama supervisorių domėjimosi supervizuojamųjų gyvenimo kontekstu svarba.

4 teminė kekė: supervisorės rūpinimasis „mes“ erdvės kūrimu

Dvi dalyvės mini, kad refleksyvumo plėtrai ypač svarbus supervisorės rūpinimasis „mes“ erdvės kūrimu. „Mes“ erdve supervizuojamosios vadina ne tik supervizijos procesą, bet ir tai, kas kuriasi „tarp“ supervisorių ir supervizuojamųjų jų tarpusavio sąveikos metu. Ką turi omenyje supervizuojamosios, pailiustruosime ištraukomis iš jų interview. Sofija mini, kad supervizijų santykiuose susiformuoja „mes“ erdvė: *„Supervizijų santykiuose susiformuoja „mes“: tai ne tik supervizijos procesas ir mūsų santykis, bet tai kažkas daugiau, tai būseną tam tikra „mes“, kurioje plėtojasi savės, kito ir pačio proceso sąmoningumas“, „<...> tas „mes“ – tai daugiau nei bendrumas, tai ypatingas sąmoningumo lygis, kuomet supervisorė mano klientą pradeda pažinti per mane ir atspindi jį per sukurtą „mes“ (66–69; 74–76; 200–202). Odeta, tęsdama šią mintį, pabrėžia: „Būnant su supervisorė, atsiranda ir atsakymai, kaip kurti santykius su „kitu“. Tas randasi per mūsų sukurtą „mes“ erdvę“ (29–30).*

Taigi šioje teminėje kekėje atsiskleidė, kad supervizijos procese susiformuoja „mes“ erdvė, kuri apima kur kas daugiau nei įvairius supervizijų santykių aspektus ir „mes“ yra daugiau nei bendrumo patyrimas. Kol kas „mes“ kelia dar nemažai neaiškumų ir šį fenomeną vertėtų daugiau patyrinėti ateityje.

5 teminė kekė: supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas

Dvi tyrimo dalyvės akcentuoja, kad supervizijos procese labai svarbu neperžengti supervizijos ir psichoterapijos ribos. Tyrimo dalyvė Odeta paaiškina: *„Refleksyvumas auga, kuomet gali būti saugi ir atsipalaidavusi. Tuomet gali labiau pajauti save, procesą „tarp“, mąstyti apie savo klientą. Tam padeda supervisorės išlaikoma riba – supervizijos ir terapijos ribos*

neperžengimas“ (70–74). Sofija pritaria, kad saugi jaučiasi, kai yra tikra, jog supervizorė neperžengs supervizijos ir terapijos ribos („Refleksyvumą augina saugumas, kuris kyla iš žinojimo, kad supervizorė niekada neperžengs supervizijos ribos ir supervizija netaps terapija“ (53–54)). Tyrimo dalyvė Sofija taip pat pabrėžia, kad supervizorės darbas „ant“ supervizijos ir terapijos ribos kelia įtampą ir slopina refleksyvumą („Įtampą, kuri slopina refleksyvumą, įneša supervizorės darbas „ant supervizijos ir psichoterapijos ribos“ (49–50)). Taip pat norime pateikti dar vieną svarbią tyrimo dalyvės Sofijos išvalgą apie tai, kaip svarbu neperžengti supervizijos ir psichoterapijos ribos („Žinojimas, kad riba nebus peržengta, leidžia man būti pažeidžiamai. To dėka jaučiuosi „normalizuojama“, nes supervizorė tiesiog atspindi ryšius tarp mano asmeninių sunkumų ir sunkumų darbe su klientais“ (60–64)).

Šis radinys nėra naujas ir taip pat skambėjo pirmosios bangos tyrimo dalyvių patyrimuose, vis dėlto pirmame tyrimo etape šioje teminėje kekėje buvo labiau akcentuojama tai, kad supervizijų santykis tampa tam tikru „modeliu“, pagal kurį yra kuriamas ir terapinis santykis, ir tai, kad labai svarbu patirti, jog supervizorė išjaučia supervizuojamųjų jausmus, juos pažymi, bet tai neperauga į psichoterapiją. Laikui bėgant ši teminė kekė kiek transformavosi. Antrame tyrimo etape tyrimo dalyvės labiau pabrėžia saugumo jausmą, kuris kyla iš žinojimo, kad supervizijos ir psichoterapijos riba nebus peržengta, o tai, anot tyrimo dalyvių, leidžia būti atviroms, pažeidžiamoms ir plėtoja refleksyvumą supervizijos procese.

Taigi apibendrinant antrą metatemą norisi pabrėžti, kad antrame tyrimo etape aptikome naujų radinių, o kai kurie prieš tai pirmajame tyrimo etape aptikti radiniai transformavosi ar pasipildė naujais aspektais.

III METATEMA. Supervizorės asmenybės svarba

Šioje metatemoje tyrimo dalyvės akcentuoja kai kurių supervizorių asmenybės bruožų, kurie didina ir kartu slopina refleksyvumą, svarbą. Šioje radinių grupėje išskyrėme dvi temines kekes: *supervizorės paprastumas* ir *supervizorės ekspertškumo dvilypumas*. Jas paeiliui ir aptarsime.

6 teminė kekė: supervizorės paprastumas

Supervizorės paprastumas, kaip svarbi supervizorės asmenybės dalis, padedanti plėtoti refleksyvumą, atsiskleidė dviejų tyrimo dalyvių interviu. Tyrimo dalyvė Sofija dalijasi patirtimi: „*Supervizorės paprastumas ir ramumas, būnant su viskuo, ką aš atnešiu į superviziją. Tai padeda atsiverti ir mažina nerimą. Supervizorė ramiai klausosi, neskuba dalintis išvalgomis,*

ji būna labai paprastai tame. Paprastumas įneša ramybės. Paprastumas apie buvimą, bet ne apie darymą. Tas augina refleksyvumą“ (123–129). Tyrimo dalyvė Erika taip pat dalijasi įžvalgomis apie supervisorės paprastumą šiame interviu fragmente: *„Labai svarbus supervisorės „paprastumas“: ji natūrali, tokia, kokia yra. Imponuoja tai, kad ji nesiruošia supervizijoms, ji yra spontaniška, man svarbu, kad ji ne perfekcionistė. Paprastumas man buvimas fenomenologinėje pozicijoje. Man tas padeda reflektuoti save*“ (80–81; 92–93).

Taigi supervisorės paprastumas yra naujas, antrame tyrimo etape atsiskleidęs aspektas, kuris, anot tyrimo dalyvių, didina jų refleksyvumą. Pirmame tyrimo etape dalyvė Sofija kalbėjo apie supervisorės ramumo svarbą priimant jos jausmus. Šiame tyrimo etape paprastumas ir ramumas aptinkami kaip dvi gretimos supervisorės būsenos, didinančios refleksyvumą.

7 teminė kekė: supervisorės ekspertiskumo dvilypumas

Šis radinys, atsiskleidęs antrame tyrimo etape, itin stebina. Dvi tyrimo dalyvės, kalbėdamos apie supervisorės ekspertiskumą supervizijoje, akcentuoja jo dvilypumą, kurį vadina ekspertiskumo paradoksu. Ekspertiskumas, anot tyrimo dalyvių, gali tiek plėtoti, tiek slopinti refleksyvumą. Iliustruosime tai ištraukomis iš tyrimo dalyvių interviu (*„Labai svarbu, kad supervisorė yra ekspertė – aš pasitikiu jos žiniomis ir kompetencijomis, bet ji nesielgia kaip ekspertė. Tai yra ekspertiskumo paradoksas, <...> man nesinori, kad supervisorė elgtųsi kaip ekspertė, bet man svarbu, kad ji yra ekspertė, <...> ekspertiskumas padeda auginti refleksyvumą <...>*“ (Erika, 51–53; 55–56; 71–72)). Erikos įžvalgos priverčia prisiminti pirmą tyrimo etapą, kai interviu skambėjo, kad ekspertiskumas didina refleksyvumą tik pradinuose būsimojo psichoterapeuto tapsmo etapuose, tačiau vėliau jo poreikis mažėja. Vis dėlto antrame tyrimo etape atsiskleidžia skirtumas tarp buvimo ekspertu ir ekspertinio elgesio. Tyrimo dalyvė Sofija supervisorės ekspertiskumą gretina su didaktine supervizija ir papildo tyrimo dalyvės Erikos mintį (*„Didaktinis supervizijos pobūdis man siejasi su ekspertiniu supervisorės elgesiu, kas nesuteikia žinioms gyvybės, tokioje supervizijoje nėra reikiamos supervizijos įtampos, kuri iššauktų refleksyvumo šuolį*“ (193–198)). Taigi apibendrinant šį radinį norisi akcentuoti, jog tai, kad supervisorės yra ekspertės (turi reikiamų žinių), sukelia supervizuojamosioms pasitikėjimo jomis jausmą, tai tarsi profesinė atrama, plėtojanti refleksyvumą. Tačiau ekspertinis elgesys, kuris supervizijoje gali pasireikšti kaip didaktiskumas, neplėtoja refleksyvumo.

Taigi šioje disertacijos dalyje pristatėme tris išryškėjusias tyrimo dalyvių moterų interviu atskleistas metatemas: 1) Ilgalaikių supervizijų santykių dvilypumas. 2) Supervisorės buvimo būdo svarba refleksyvumui. 3) Supervisorės asmenybės svarba.

Kitame skyriuje palyginsime tyrimo dalyvių moterų pirmosios (T1) ir antrosios (T2) bangos interviu radinius.

3.1.3 Pirmosios (T1) ir antrosios (T2) bangos tyrimo dalyvių moterų refleksyvumo patirčių supervizoje palyginimas

Šiame skyrelyje norime palyginti pirmosios ir antrosios bangos interviu radinius, atsiskleidusius tyrimo dalyvių moterų interviu. Šis palyginimas leis giliau pažvelgti į tai, kokie refleksyvumo raiškos ir raidos pokyčiai įvyko laikui bėgant.

Ilgalaikiai supervizijų santykiai

Tiek pirmosios, tiek antrosios interviu bangos tyrimo dalyvės moterys pabrėžė, kad refleksyvumas supervizijų procese plėtojasi ilgalaikiame supervizijų santykyje. Pirmame tyrimo etape buvo akcentuojama supervizijų santykio baigtinumo įsisąmoninimo ir tylos pauzių išgyvenimo svarba. Antrame tyrimo etape buvo aptikta, kad ilgalaikiuose supervizijų santykiuose pradeda rasti dvilypumas, tai yra ilgalaikiai supervizijų santykiai gali turėti tam tikrų „šalutinių efektų“, kurie slopina refleksyvumo plėtrą. „Šalutiniai“ ilgalaikių supervizijų santykių efektai, išryškėję antrame tyrimo etape, pasireiškia supervizorių „ne-žinojimo“ pozicijos ir *epoche* taisyklės susilpnėjimu. Ilgalaikiame supervizijų santykyje gali atsirasti daugiau „žinojimo“, „aiškumo“. Visa tai mažina reikalingą produktyvią „supervizijų įtampą“. Antrame tyrimo etape taip pat pasikeitė tyrimo dalyvių aprašoma pasitikėjimo supervizijų santykyje svarba. Pirmame etape tyrimo dalyvės minėjo, kad refleksyvumas plėtojasi, kai santykiai tarp supervizorių ir supervizuojamųjų yra grįsti pasitikėjimu, o antrame tyrimo etape atsirado ir naujas aspektas. Pasitikėjimu grįsti santykiai laikui bėgant transformuojasi į geresnę kokybę, kurią tyrimo dalyvės apibūdina kaip atsiradusį tikrumo jausmą, kad už savo klaidas ar požiūrį jos nebus smerkiamos supervizorių ir kad supervizijos procese gali kilti įvairių jausmų, o supervizuojamosios gali nesutikti su supervizore ir konfrontuoti.

Antras tyrimo etapas taip pat išryškino ilgalaikiame supervizijų santykyje atsirandantį fizinį kūno savirefleksyvumą. Pirmame etape

supervizorių dėmesingumas supervizuojamųjų neverbalinei kalbai vystė savirefleksiją (dėmesio į savo kūną sutelkimą per supervizorių neverbalinės kalbos atspindėjimus), o antrame etape tyrimo dalyvės pradėjo labiau pastebėti supervizorių kūno kalbą – supervisorės tapo tarsi labiau „matomos“. Tai paskatino supervizuojamąsias atkreipti dėmesį į savo kūno pojūčius „čia ir dabar“ supervizijos procese ir įsisąmoninti savo kūno judesių ar pojūčių prasmes esamu momentu. Tokį padidėjusį fizinį kūno savirefleksyvumą tyrimo dalyvės perkėlė į savo darbą su psichoterapijos klientais ir gerino jų bendrabuvimo kokybę.

Antrame tyrimo etape ilgalaikiame supervizijų santykių pradėjo rasti supervizuojamųjų autonomija, kuri pasireiškė ne tik „vidinio“ supervisoriaus užgimimu, kuris buvo akcentuojamas pirmame tyrimo etape, bet tyrimo dalyvės minėjo ir išėjimą iš priklausomų supervisoriaus–supervizuojamojo santykių ir besivystančios supervizijų santykio simetrijos.

Pirmame tyrimo etape tyrimo dalyvių minimi refleksyvumą plėtojantys frustruojantys išgyvenimai, tokie kaip taiklūs supervisorės atspindėjimai, „nepatogūs“ klausimai ir „ne-žinojimo“ pozicija, kėlė diskomfortą, bet kartu buvo auginantys ir transformuojantys supervizijos procese aspektai, o antrame tyrimo etape visi šie aspektai nebuvo išgyvenami kaip frustruojantys, jie buvo minimi kaip būtini reikiamą supervizijų proceso įtampą keliantys potyriai, kuriais reikia rūpintis, kad nedingtų ilgalaikiame supervizijų santykių.

Supervisorės buvimo būdo svarba

Tiek pirmojo, tiek antrojo tyrimo etapo metu buvo pastebėta, kad refleksyvumą plėtoja supervizorių domėjimasis supervizuojamosiomis kaip žmonėmis, o ne tik jų pristatomais atvejais. Pirmame tyrimo etape buvo labiau akcentuojamas supervizorių dėmesingumas supervizuojamųjų gyvenimo kontekstui, o antrame etape akcentuota savo (supervizuojamųjų) patirčių svarba. Taip pat reikia pasakyti, kad tiek pirmame, tiek antrame etape buvo minima atstumo pasirinkimo tarp supervizorių ir supervizuojamųjų svarba. Netgi dėl COVID-19 pandemijos pradėjus nuotolinį darbą, supervizorių pasirūpinimas fizinio buvimo erdvėje kokybe, tuo, kaip gerai supervizuojamosios jas mato, koku kampu ir koku planu, buvo svarbus.

Pirmame etape tyrimo dalyvės akcentavo supervizorių dėmesingumo emociniams išgyvenimams svarbą – tiek jų jausmams psichoterapijos klientams, tiek jų jausmams, kylantiems „čia ir dabar“ supervizijos procese.

Tai buvo mažiau akcentuojama antrojo tyrimo etapo metu. O antrame tyrimo etape išryškėjo, kad refleksyvumo plėtrai labai svarbu sukurti „mes“ erdvę tarp supervisorių ir supervizuojamųjų. „Mes“ erdvė buvo apibūdinama kaip savęs, kito ir paties proceso įsisąmoninimas. Ši ypatinga erdvė, intersubjektyvus buvimas su „kitu“ supervizuojamosioms padėjo atrasti atsakymus, kaip kurti santykius su psichoterapijos klientais.

Tiek pirmame, tiek antrame tyrimo etape tyrimo dalyvės pabrėžė, kad svarbu neperžengti supervizijos ir psichoterapijos ribos. Tačiau šis aspektas pasikeitė bėgant laikui. Pirmame tyrimo etape buvo labiau akcentuojama, kad šios ribos aptikimas ir išlaikymas padeda supervizuojamosioms nubrėžti terapinio santykio su savo psichoterapijos klientais ribas ir kad supervisorė šiuo klausimu tampa tam tikru pavyzdžiu, o antrame tyrimo etape buvo labiau akcentuojama saugumo svarba – žinojimas, kad supervizijos procesas netaps terapiniu procesu, leidžia saugiai dalytis sunkumais ir būti pažeidžiamoms. Antrame tyrimo etape buvo pabrėžiama ir ribinė būsena, kai supervisorė tarsi balansuoja tarp supervizijos ir terapijos, atspindėdama supervizuojamųjų jausmus, aptikdama lygiagrečius ryšius tarp supervizuojamųjų darbo su savo psichoterapijos klientais ir jų buvimo „čia ir dabar“ supervizijos procese. Dėl to atsirado pojūtis, kad supervizijos metu gimę jausmai yra pastebimi, pažymimi, bet su jais nederbama. Tai supervizuojamosioms kėlė mintį, kad šie jausmai normalizuojami, nes tarsi yra suteiktas leidimas jiems būti.

Supervisorės ekspertiškumo dvilypumas atsiskleidė tik antrame tyrimo etape. Šis aspektas išryškina, kad supervizių santykių pradžioje, kai refleksyvumas yra menkai išvystytas, ekspertiškumas gali padėti. Tačiau refleksyvumui plėtojantis ekspertinės pozicijos supervizių santykyje turi mažėti. Taip pat pats ekspertiškumas gali pasireiškti kaip „supervisorės buvimas eksperte“ ir „ekspertinis supervisorės elgesys“. Supervisorės buvimas eksperte supervizuojamųjų yra išgyvenamas kaip tam tikrų žinių turėjimas, tai kelia pasitikėjimo supervizore jausmą. O ekspertinis elgesys yra siejamas su didaktine supervizija, kuri neprisideda prie refleksyvumo plėtos.

Supervisorės nelankstumas pirmame tyrimo etape buvo tyrimo dalyvių akcentuojamas kaip refleksyvumą slopinantis veiksnys, kaip ir dalijimasis asmenine, o ne profesine patirtimi. Šie aspektai nebuvo minimi antrame tyrimo etape.

Supervisorės asmenybės svarba

Supervizorės asmenybės svarba išryškėjo tik antrame tyrimo etape. Refleksyvumą plėtoja tokios supervizorių savybės kaip paprastumas ir buvimas eksperte. Pastaroji savybė buvo aptarta anksčiau, o supervizorių paprastumas yra apibūdinamas kaip natūralumas, polinkio į perfekcionizmą nebuvimas, spontaniškumas ir ramumas. Visa tai tyrimo dalyvių yra išgyvenama kaip ramus buvimas šalia supervizorės, neskubus, fenomenologinis sunkumų tyrinėjimas.

Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą

Pirmame tyrimo etape išryškėję refleksyvumą slopinantys veiksniai, tokie kaip supervizuojamųjų jausmas, kad yra nelaukiamos supervizijoje, pernelyg didelis fizinis atstumas tarp supervizorės ir supervizuojamosios, supervizuojamųjų gėdos ir stipraus nerimo išgyvenimai ir didaktinis supervizijos pobūdis, laikui bėgant keitėsi. Supervizuojamųjų jausmas, kad yra nelaukiamos supervizijoje, kaip refleksyvumą slopinantis veiksnys nebuvo pabrėžiamas antrame tyrimo etape. Tačiau tiek pirmame, tiek antrame tyrimo etape išliko svarbus fizinis atstumas tarp supervizorių ir supervizuojamųjų, taip pat didaktinis supervizijos pobūdis. Didaktinis supervizijos pobūdis abiejuose tyrimo etapuose buvo pabrėžiamas kaip neplėtojantis refleksyvumo, tačiau antrame tyrimo etape buvo papildyta, kad supervizuojamųjų darbo pradžioje didaktiškumas gali padėti, o kai supervizuojamosios tobulėja profesiskai, didaktinis supervizijos stilius nebeplėtoja refleksyvumo.

Refleksyvumo vystymosi etapai

Pirmame tyrimo etape tyrimo dalyvės minėjo, kad refleksyvumas supervizijos procese plėtojasi laikui bėgant ir pereina raidos stadijas nuo „vaikystės“ iki „brandos“. Šie išskirti refleksyvumo plėtros etapai padeda pamatyti supervizuojamųjų poreikius kiekviename iš jų. Pavyzdžiui, vaikystės etape labai svarbu remtis autoritetu, gauti palaikymą, o brandos etape svarbus kolegialus ir simetriškas santykis. Šiuose etapuose reikšmingas ir supervizorių lankstumas – gebėjimas pastebėti profesinį augimą ir orientuotis į besikeičiančius supervizuojamųjų poreikius. Apie refleksyvumo plėtojimosi etapus nebuvo kalbama antrojo tyrimo etapo metu. Taip pat tik pirmame etape buvo išskirtas „vidinio“ supervizoriaus gimimas kaip labai svarbus besiplėtojančio refleksyvumo raiškos būdas, kuris padeda rasti supervizuojamųjų autonomijai. Tiek refleksyvumo vystymosi etapai, tiek „vidinio“ supervizoriaus gimimas buvo minimi tik pirmame tyrimo etape.

Taigi, palyginę tyrimo dalyvių moterų pirmosios ir antrosios tyrimo bangos radinius, aptikome, kad refleksyvumas yra laikui bėgant besiplėtojantis fenomenas. Antras tyrimo etapas išryškino nemažai refleksyvumo pokyčių aspektų, kurie nebuvo aptikti pirmo tyrimo etapo metu.

3.2 Refleksyvumo patirtys supervizijoje, atsispindinčios vyrų interviu: refleksyvumo plėtojamą ir slopinimą apibūdinančios temos

Šiame skyriuje pristatysime pirmosios (T1) ir antrosios (T2) tyrimo bangų tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo plėtojamą ir slopinimą atspindinčias temas.

3.2.1 Pirmosios bangos (T1) interviu (2018 metai): tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirtys supervizijoje

Šiame skyrelyje pristatysime tyrimo dalyvių vyrų interviu duomenis. Interviu atlikimo metu jie buvo būsimieji egzistencinės krypties psichoterapeutai, baigę pirmą privalomų supervizijų ciklą HEPI programoje „Egzistencinė terapija“ pas egzistencinės krypties supervizorius. Apibendrinus visus pirmosios bangos tyrimo dalyvių interviu duomenis, išryškėjo, kad tyrimo dalyvių refleksyvumo patirtis supervizijos procese galima sugrupuoti į aštuonias temines kekes, kurias dar suskirstėme į tris radinių grupes – metatemas. Vienoje metatemoje atsiskleidė tiek refleksyvumą plėtojantys, tiek slopinantys veiksniai. 7 lentelėje pristatysime, kaip pirmosios bangos interviu išskirtos teminės kekės pasireiškė tyrimo dalyvių vyrų transkripcijose.

7 lentelė. Teminių kekių pasireiškimas tyrimo dalyvių vyrų pirmosios bangos interviu

Nr.	Teminė kekė	Interviu, kur rasta tema
1.	Aiškios supervizijų santykio ribos	Edas, Petras, Mykolas
a)	Supervizijos ir terapijos ribų neperžengimas	Edas, Mykolas
b)	Dalykinio santykio išlaikymas	Edas, Stasys
2.	Tylos pauzių svarba	Edas, Petras, Mykolas
3.	Saugios atmosferos kūrimas	Edas, Petras, Mykolas
a)	Nevertinanti supervizorės (-iaus) nuostata	Edas, Petras, Mykolas
b)	Supervizorės (-iaus) rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį	Edas, Mykolas

4.	Supervizijų santykių aspektai, slopinantis refleksyvumą	Edas, Petras, Stasys, Mykolas
a)	Supervizorės (-iaus) „daugžodžiavimas“	Petras, Mykolas, Edas
b)	Didaktinis supervizijos pobūdis	Stasys, Edas, Mykolas
5.	Supervizorės (-iaus) sutelktumas į „čia ir dabar“	Petras, Mykolas, Stasys
a)	Supervizuojamųjų „čia ir dabar“ jausmų atspindėjimas	Stasys, Petras, Mykolas
b)	Kūno reakcijų atspindėjimas	Petras, Mykolas
c)	Supervizorės (-iaus) dėmesys santykiui tarp supervizorių ir supervizuojamųjų	Stasys, Petras, Mykolas
6.	Supervizorės (-iaus) „ne-žinojimo“ pozicija	Edas, Stasys
7.	Supervizorės (-iaus) dalijimasis savo profesine patirtimi	Edas, Petras, Mykolas, Stasys
8.	Supervizorės (-iaus) asmenybės svarba	Petras, Edas, Stasys
a)	Supervizorės (-iaus) autentiškumas	Petras, Edas, Stasys
b)	Supervizorės (-iaus) lankstumas	Edas, Petras, Stasys

8 lentelėje pristatysime pirmosios bangos hierarchinę tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirčių metatemų struktūrą ir kiekvieną metatemą sudarančią teminę kekę, kurias smulkiau ir išsamiau aprašysime tekste bei iliustruosime ištraukomis iš kiekvieno tyrimo dalyvio interviu.

8 lentelė. Pirmosios bangos interviu tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirčių supervizijoje hierarchinė struktūra

Metatema ir ją sudarančių teminių kekių pavadinimai	Kekę sudarančių temų pavadinimai
I METATEMA. Supervizijų santykių aspektai, plėtojantis ir slopinantis refleksyvumą	
1. Aiškios supervizijų santykio ribos:	a) supervizijos ir terapijos ribų neperžengimas; b) dalykinio santykio išlaikymas
2. Tylos paūzių supervizijų santykyje svarba	
3. Saugios atmosferos kūrimas:	a) nevertinanti supervizorės (-iaus) nuostata; b) supervizorės (-iaus) rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį

4. Supervizijų santykių aspektai, a) supervizorės (-iaus) slopinantys refleksyvumą: „daugžodžiavimas“;
d) didaktinis supervizijos pobūdis.

II METATEMA. Supervizorės (-iaus) naudojamų intervencijų įtaka refleksyvumo raiškai

5. Supervizorės (-iaus) sutelktumas a) supervizuojamųjų į „čia ir dabar“: „čia ir dabar“ kilusių jausmų atspindėjimas;
b) kūno reakcijų atspindėjimas;
c) supervizoriaus dėmesys santykiams tarp supervizorių ir supervizuojamųjų

-
6. Supervizorės (-iaus) „ne-žinojimo“ pozicija
-

7. Supervizorės (-iaus) dalijimasis savo profesine patirtimi
-

III METATEMA. Supervizorės (-iaus) asmenybės svarba

8. Supervizorės (-iaus) autentiškumas
-

9. Supervizorės (-iaus) lankstumas
-

I METATEMA. Supervizijų santykių aspektai, plėtojantys ir slopinantys refleksyvumą

Ši metatema suformuota norint atskleisti tyrimo dalyvių patirtis, atspindinčias refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius supervizijų santykyje. Šioje radinių grupėje išskyrėme keturias temines kekes: *aiškios supervizijų santykio ribos, tylos pauzių supervizijų santykyje svarba, saugios atmosferos kūrimas ir supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą*. Šias temines kekes paeiliui ir aptarsime.

1 teminė kekė: aiškios supervizijų santykių ribos

Ši teminė kekė suformuota, norint pabrėžti aiškių supervizijos santykių ribų svarbą. Šioje teminėje kekėje tyrimo dalyviai akcentuoja du svarbius aspektus, susijusius su supervizijų santykių ribomis: supervizijų ir psichoterapijos santykio ribos neperžengimo svarba bei dalykinio supervizijų santykio svarba. Todėl šioje teminėje kekėje ir išskyrėme šiuos smulkesnius teminės kekės vienetus: *supervizijos ir terapijos ribų neperžengimą ir dalykinio santykio išlaikymą*.

Trys iš keturių tyrimo dalyvių pabrėžia, kad refleksyvumo pokyčiams didelę įtaką turėjo aiškos supervizijos ribos (*„Man labiau įsisąmoninti save bei suprasti savo klientą supervizijų santykyje padėjo jausmas, kad supervizija turi aiškias santykio ribas: supervisorius nėra draugas, kuriam turiu patikti, bet ir nėra terapeutas, kuris giliai „kapstys“ mano jausmus. Tas kėlė saugumo jausmą“* (Mykolas, 599–603)).

Du tyrimo dalyviai pažymi, kad jie jautėsi ramūs, jog gali dalytis įvairiais savo jausmais, nes žinojo, kad supervizijų santykis gali prieiti prie supervizijos ir terapijos ribos, bet niekada jos neperžengs (*„Tame gyvenimo etape, kuomet mano praktika pradėjo „byrėti“, išgyvenau jausmų „miksą“, jaučiausi chaotiškai, sunku buvo suprasti tiek save, tiek savo klientus. Supervisorė labai gerai balansavo ant psichoterapijos ir supervizijos ribos, bet niekada jos neperžengdavo. Tas leido ramiai gilintis į save santykyje su supervisorė ir padėjo labiau suprasti tiek save, tiek savo klientus“* (Petras, 200–203)). Mykolas priduria: *„Supervisorius tik atspindėdavo mano baimes bei įvardindavo, kad jos man trukdo įsisąmoninti save psichoterapiiniame santykyje su klientu, bet niekada tų jausmų negilindavo. Manau, kad padėjo mano savirefleksijai“* (100–102). Du tyrimo dalyviai taip pat pabrėžia, kad svarbu, jog supervizijų santykių ribos nepereitų į draugišką ar kitokį santykį, ir jausmą, kad supervizijų santykis visų pirma yra dalykinis santykis. Šio santykio ribos neperžengimas, anot tyrimo dalyvių, padeda koncentruotis tiek į save, tiek į santykį su supervisoriais ir reflektuoti savo patyrimus. Tyrimo dalyvis Edas apibūdina: *„Nėra santykio kaip su drauge, o santykis kaip su profesionalia supervisorė, jautria, empatiška moterimi, bet labiau kaip su supervisorė. Kuomet yra toks dalykiškumas tame santykyje, atsiranda daugiau erdvės jausmams tyrinėti nežinau... tada atsiranda ir mažiau skubėjimo, nes aš gyvenime toks skubantis esu“* (124–128). (*„Supervisorė buvo kolegiali, tačiau visada išlikdavo santykis su autoritetu – tas padėdavo susikaupti ir gilintis į save ir savo sunkumus ir per tai pamatyti save santykyje su klientu“* (Stasys, 488–490)).

Taigi, apibendrinami tyrimo dalyvių patirtis, matome, kad supervizijų santykyje yra ypač svarbios ribos – tiek riba, skirianti superviziją ir psichoterapiją, tiek riba, skirianti dalykinį supervizijų santykį nuo bet kokio kitokio. Supervizijų santykių ribos, anot tyrimo dalyvių, kelia saugumo jausmą supervizijų procese, taip pat padeda labiau įsisąmoninti ir save, ir savo pristatomą psichoterapijos klientą.

2 teminė kekė: tylos pauzių supervizijų santykyje svarba

Trys iš keturių tyrimo dalyvių pažymi, kad svarbu išgyventi nerimą, susijusį su buvimo tylos pauzėse supervizijos metu svarba. Tai padėjo įsisąmoninti tiek save, tiek supervizijos procesą ir išjausti psichoterapijos klientą.

Tyrimo dalyviai pažymi, kad tylos pauzėse patirdavo įžvalgą per išgyvenamo nerimo jausmo ypatingumą (*„Daugiausia insaitų esu patyręs tylos pauzėse su supervizore, kuomet sustoji, nerimauji kažkaip ypatingai, nieko nesakai, jauti tylą, tačiau kontaktas išlieka. Pradedi geriau jausti save, lyg labiau „užčiuopi“ savo klientą, bet aiškesnis tampa psichoterapijos procesas“* (Petras, 186–190)). Tyrimo dalyvis Edas, pratęsdamas įžvalgą apie buvimą tyloje, sako: *„Man supervizija yra galimybė pamatyti save santykyje su klientu ir supervizoriumi iš „šono“. Tai unikalūs patyrimas, kuris neįvyksta būnant vienumoje. Būtina sąlyga tam – „kito“ buvimas šalia (supervizorius). Ir gal paradoksaliai nuskambės, tačiau tas matymas iš šono geriausiai yra patiriamas tyloje su supervizoriumi, kuomet lyg įsibėgėji ir sustoji, paneri gilyn. Panirimas būna nerimastingas, bet tas nerimas nebūna paralyžiuojantis... o išnirimas būna su insaitu!“* (Edas, 4–8)). Apie patyrimus tylos pauzėse kalba ir Mykolas (*„Mano refleksyvumas auga tylos pauzėse su supervizoriumi. Tyloje pajausdavau, kokias mano vertybes „užkabina“ manyje klientas, taigi kur kas geriau suprasdavau tiek save, tiek klientą, tiek pati procesą. Nerimą jaučiu tada“* (Mykolas, 233–237)).

Taigi šioje teminėje kekėje atsiskleidė tylos pauzių svarba plėtojant refleksyvumą supervizijų santykyje: tylos pauzėse supervizijos procese tyrimo dalyviai išgyvena ypatingą nerimo būseną, kuri suteikia įžvalgų giliau įsisąmoninant save ir savo psichoterapijos atvejus.

3 teminė kekė: saugios atmosferos kūrimas

Ši teminė kekė suformuota, norint pabrėžti saugios supervizijos atmosferos svarbą supervizijų santykyje. Saugiai supervizijos atmosferai kurtis, remiantis tyrimo dalyvių patirtimis, padėjo nevertinanti supervizorių nuostata ir supervizorių rūpestingumas, teikiant grįžtamąjį ryšį supervizuojamiesiems.

Trys iš keturių tyrimo dalyvių pažymi, kad nevertinanti supervizorių pozicija yra svarbus aspektas kuriant saugią supervizijos atmosferą. Iliustruosime tai citatomis iš tyrimo dalyvių interviu (*„Supervizorius buvo kantrus ir labai rūpestingas, jis nevertino neigiamai mano pačių naiviausių klausimų. Taip atsirasdavo saugumas, kuriame nebijojau suklysti. Kuomet saugu, tai ir reflektuoti gali laisvai“* (Mykolas, 43–46)). Kitas tyrimo dalyvis

pasakoja: „Supervizijoje pavyko pamatyti ir „pasisavinti“ supervisorės žvilgsnį tarsi iš „šalies“ – tai nevertinanti, bet atspindinti pozicija, kur visada yra laisvė rinktis – priimti ar ne. Tas nevertinimas, bet „atspindėjimas“ padėjo „pasisavinti“ tas „linzes“ ir pro jas žvelgti į save betarpiškai pačios supervizijos eigoje, o paskui ir darbe su klientais. Taigi, toms linzėms „gimti“ buvo reikalingas „kitas“ (supervisorė)“ (Petras, 182–186), („Ji (supervisorė) buvo tokia priimanti, neteisianti. Man nebuvo baimės suklysti ar save kažkokį kitokį parodyti, nebuvo poreikio kažkaip kažką iškreipti. Manau tas padėjo realistiškiau išjausti save ir klientą“ (Edas, 101–104)). Du tyrimo dalyviai pažymi, kad refleksyvumo pokyčiams didelę įtaką turėjo supervisorių rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį („Supervisorė pasitikslingavo, kaip aš jaučiuosi. Rūpinimasis, atsargumas irgi prisidėjo prie refleksyvumo pokyčių. Ji atgalinį ryšį teikdavo atsargiai, su rūpesčiu. Buvo klausimai dažnai: kaip tau? kaip atgalinis ryšys? Tas padėdavo prisiliesti prie savo jausmų, „pasimatuoti“ atgalinį ryšį. Tai perkėliau į psichoterapinį santykį su savo klientais“ (Edas, 105–109)). Mykolas priduria: „Supervizoriaus rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį – taiklių žodžių parinkimas, neskubėjimas, nedaugžodžiavimas, atsigrėžimas kaip aš „valgau“ / ar „valgau“, atgalinis ryšys padėjo man labiau išjausti ne tik patį santykį su supervisorė, bet ir pažvelgti giliau į save ir per tai pamatyti naujai savo klientą. Toks grįžtamas ryšys „įgalindavo“, gaudavau lyg instrumentą, kurio dėka tobulėjau. Buvo saugu“ (702–706)).

Apibendrinant tyrimo dalyvių patirtis, išryškėjo saugios atmosferos supervizijų santykyje svarba. Saugumą supervizijų santykyje tyrimo dalyviai išgyveno bendraudami su nevertinančiais supervizoriais ir tai padėjo tyrimo dalyviams būti atviriems supervizijos procese ir dėl to labiau suprasti save ir savo klientus. O supervisorių rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį būdavo „įgalinantis“ ir padedantis giliau pažvelgti tiek į save, tiek į savo klientus. Visa tai turėjo teigiamą įtaką refleksyvumo plėtrai supervizijų procese.

4 teminė kekė: supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą

Ši teminė kekė suformuota, norint išryškinti supervizijų santykių aspektus, kurie tyrimo dalyvių yra išgyvenami kaip slopinantys refleksyvumo plėtrą. Šioje teminėje kekėje išskyrėme du vienetus: *supervisorės (-iaus)* „daugžodžiavimas“ ir *didaktinis supervizijos pobūdis*.

Trys iš keturių tyrimo dalyvių mini, kad dažnai supervisorių komentarai būdavo per gausūs žodžių ir ta gausa lemdavo sutrikimą ir slopindavo sąmoningumą. Pateiksime keletą tai iliustruojančių citatų („Supervisorė sėdi ir ją „užkabina“ kažkokia mano mintis, ji tada taip emociškai pradeda kalbėti

ir plėstis. Atsiranda skubėjimo, daug žodžių, dingsta jausmai. Ir dingsta sąmoningumas, tuo pačiu ir refleksyvumas, ko gero“ (Petras, 98–102)). Tyrimo dalyvis Mykolas tęsia: „*Man nepatikdavo bei susierzindavau dėl supervizoriaus skubėjimo tylą pildyti žodžiais. Tai kažką lyg užblokuodavo“* (600–603).

Didaktinį supervizijos pobūdį kaip refleksyvumą slopinantį aspektą taip pat iškiria trys iš keturių tyrimo dalyvių. Iliustruosime šį aspektą interviu citatomis („*Kartais supervizorė man pamokslavo. Ji sakydavo, kaip reikia daryti, kad egzistencinėje supervizijoje mes nemažiname nerimo, kad reikia daryti taip ir taip. Buvo duodamos konkrečios instrukcijos. Jausdavausi lyg paskaitoje, pajausdavau, kad mano mintys nuklysdavo nuo manęs, lyg „išskrisdavau“* (Petras, 134–138)). Mykolas susierzinęs prisimena: „*Mano supervizorius kartais aiškindavo. Tas pedagoginis momentas nublokšdavo nuo paties savęs išgyvenimo, nebuvo jausmo, kažkas pradingdavo. Ko gero, tai liečia refleksyvumą arba savirefleksiją“* (303–305). „*Refleksyvumas neuž gimsta paskaitų tempu..., <...> savi-supervizijos užuomazgos gali rasti tik ne didaktinėje supervizijoje!“* – akcentuoja Stasys (392–393).

Taigi apibendrinant šią teminę kekę norisi pabrėžti, kad supervizorių „daugžodžiavimas“ tyrimo dalyvių patyrimuose skamba kaip priešingas tylos pauzės fenomenas. „Daugžodžiavimas“ slopina refleksyvumą, o tylos pauzės refleksyvumą plėtoja. Taip pat labai svarbus atrodo didaktinis supervizijos aspektas, kuris tyrimo dalyvių patyrimuose priskiriamas prie refleksyvumą stabdančių veiksmų ir tyrimo dalyvių, kaip jie sakė, erzindavo.

II METATEMA. Supervizorių naudojamų intervencijų įtaka refleksyvumo raiškai

Šioje radinių grupėje pristatysime temas, siejamas su supervizorių naudojamomis intervencijomis supervizijos procese. Toliau pristatysime keturias šią metatemą sudarančias temines kekes: *supervizorių dėmesingumas supervizuojamųjų jausmams „čia ir dabar“ supervizijos procese, supervizorės (-iaus) „ne-žinojimo“ pozicija ir dalijimasis savo profesine patirtimi*. Viską iliustruosime ištraukomis iš tyrimo dalyvių interviu. Šioje metatemoje atsiskleidė tik refleksyvumą plėtojantys veiksniai.

5 teminė kekė: supervizorių sutelktumas į „čia ir dabar“

Šioje teminėje kekėje išskyrimė tris smulkesnius vienetus: *supervizorių jausmų atspindėjimas „čia ir dabar“ supervizijos procese, „kūno reakcijų*

atspindėjimas“ ir supervizorių dėmesys santykiams tarp supervizorių ir supervizuojamųjų.

Visus šiuos smulkesnius vienetus jungia supervizoriaus naudojama atspindėjimo intervencija, kuri akivaizdi kiekviename iš jų. Ryškiausiai atspindėjimo vertę mini tyrimo dalyvis Petras: „Galiu apibendrinti, kad supervizorių taiklūs atspindėjimai yra vertingiausia supervizijos intervencija, nes tai lyg „nušvietimas“ tų tamsiųjų pusių, kurios nebuvo matomos. Atspindėjimų dėka patirdavau ypatingus jausminius bei kūniškus potyrius, kurie buvo kelias link insaito“ (159–164). O Stasys akcentuoja: „Supervizija, išgyventa emociškai, „pasėja“ savi-supervizijos užuomazgas supervizuojamojo viduje“ (357–360).

Trys iš keturių tyrimo dalyvių mini, kad supervizorių dėmesingumas jų jausmams, nuoširdžiai kylantiems „čia ir dabar“ supervizijos procese, padėdavo sustoti ir, tai priklausė nuo to, kur tada buvo nukreiptas supervizijos dėmesys, giliau išjausti save, savo klientą ar net konkrečiai „ten ir tada“ panaudotą intervenciją bei jos prasmę. Iliustruosime tai citatomis („Mano supervizorė buvo jautri. Ji pastebėdavo mano jausmą, kuris man kildavo supervizijos procese. Jaučiau įvairius jausmus: džiaugsmą, nusivylimą, liūdėsį, kartais pats nesuprasdavau, ką jaučiu. Pats sustojimas ir jausmo atspindėjimas įnešdavo vidines transformacijas, po jų išeidavau kitoks – tapdavau įžvalgesnis ir labiau reflektyvus“ (Stasys, 186–190)). Tyrimo dalyvis Mykolas tęsia: „Savirefleksija augo, kuomet supervizorius atspindėdavo, kas su manimi vyksta, kaip aš pasakoju apie klientą. Fokusas į save, į mano pojūčius. Užsikosėju. Jis klausia – kas vyksta dabar?“ (118–123).

„Fokusas į „čia ir dabar“ man buvo lyg ritualas, tas lyg įsišaknijo ir buvo tokiu gilesniu savęs pajautimu, kas padėdavo geriau pamatyti ir sunkumus savo ir klientą“ (Petras, 31–34)).

Kūno reakcijų atspindėjimas mums atrodo labai įdomus ir unikalus smulkusis vienetas, kuris yra svarbus refleksyvumui plėtoti. Iliustruosime tai ištraukomis iš interviu („Ar tu pastebi, Mykolai, kad kai tu pasakoji apie šią klientę, tavo kūnas lyg įsitempia ir rankų gestikuliacija tampa intensyvesnė. Man būdavo šokas, kiek daug naujų klodų atsirasdavo tame sustojime ir dėmesio sutelktume į kūną!“ (Mykolas, 640–643)).

„Anksčiau supervizijoje būdavau lyg „be kūno“, tačiau, supervizorei atkreipus dėmesį į mano kūnišką buvimą, tapau kur kas sąmoningesnis savo jausmams“, – dalijasi Petras (50–53).

Trečiasis smulkusis vienetas šioje teminėje kekėje yra supervizorių dėmesys supervizoriaus ir supervizuojamojo santykiui. Dviem iš trijų supervizuojamųjų tai atrodė vertinga („Pasakysiu įdomų man dalyką. Aš

niekada taip atvirai neaptarinėjau savo santykių ir supervisorius buvo pirmas žmogus, kuris pastebėdavo svarbius mūsų santykių aspektus ir atvirai juos aptardavo. Pradžioje buvo baisu, bet paskui supratau, kad šie aptarimai padėjo man labiau pasitikėti supervisoriumi, geriau jausti save ir labiau suprasti terapinį procesą bei geriau suprasti kliento jausmus taip pat“ (Mykolas, 52–55)). („Man atrodo, kad refleksyvumas vystosi santykiuose tarp supervisoriaus ir supervizuojamojo ir tas „tarp“ yra labai svarbus elementas. Mano supervisorė buvo linkusi sustoti ir aptarti mūsų „tarp“, šis sustojimas įnešdavo man naujų įžvalgų apie save, apie supervisorę, apie procesą tarp mūsų ir apie mano psichoterapijos procesą“ (Stasys, 44–51)).

Taigi apibendrinami šios teminės kekės radinius, galime daryti išvadą, kad supervisorių darbas, sutelktas į „čia ir dabar“, yra supervizuojamųjų refleksyvumą plėtojanti intervencija.

6 teminė kekė: supervisorės (-iaus) „ne-žinojimo“ pozicija

Dviejų tyrimo dalyvių interviu atsiskleidė, kad supervisorės (-iaus) „ne-žinojimas“ padeda plėtoti supervizuojamųjų refleksyvumą. Tyrimo dalyvis Edas teigia: *„Man tai yra labai vertinga, kuomet supervisorė yra neskubanti suprasti, bet užima „ne-žinančiosios“ ir tyrinėjančiosios poziciją, aš su tuo būnu, pradedu tyrinėti savo sunkumą. Nerių gilyn. Tą bandau integruoti, pritaikyti ir į darbą su savo psichoterapijos klientais (153–155). Tyrimo dalyvis Stasys supervisorės „ne-žinojimo“ poziciją išgyvena neretai kaip ypač nerimastingą, bet refleksyvumą plėtojančią būvimą („Jaučiu nerimą, kuomet supervisorė neskuba suprasti, ką noriu pasakyti. Ji sustoja lyg. Tyrinėja užduodama klausimus. Tyrinėjimo neįmanoma išmokti kitaip, tik per būvimą tyrinėjančiu „kitu“ (supervisoriumi – autorių pastaba)“ (107–110)).*

Apibendrinant tyrimo dalyvių patirtis, tampa akivaizdu, kad supervisorių „ne-žinojimas“ sukelia ypač jautrią, panašią į nerimą būseną, kuri priverčia sustoti ir tyrinėti savo sunkumus. Labiau susitelkiama į save, o tai persikelia ir į darbą su psichoterapijos klientais. Mūsų manymu, tai yra labai vertingas radinys, nes, anot tyrimo dalyvių, būti „ne-žinančiuoju“ negalima išmokti niekaip kitap, tik būnant su „kitu“.

7 teminė kekė: supervisorės dalijimasis savo profesine patirtimi

Visi tyrimo dalyviai mini, kad jiems supervizijos procese ypač svarbu, kai supervisoriai dalijasi savo profesine patirtimi. Ypatingos vertės turėjo supervisorės (-iaus) dosnumas dalijantis nesėkmingais psichoterapijos atvejais iš psichoterapijos praktikos. Iliustruosime tai keliais pavyzdžiais

(„Refleksyvumo plėtra yra svarbi tuo, kad ji nematomus dalykus paverčia matomais. Minėjau, kad supervizija, kurios metu patiriu jausminius potyrius, tikrai plėtoja refleksyvumą, bet ji padidina tai, jei supervisorė dalinasi iliustracijomis iš savo nesėkmingos patirties su klientais, tas suvirpina dar labiau“ (Stasys, 435–437)). („Įsisąmoninti savo nesėkmes padėdavo supervisorės atviras pasidalijimas, kas jai sekėsi sunkiausiai jos psichoterapinio tapimo procese. Tai padėdavo dar aiškiau pamatyti save ir suprasti savo sunkumus“ (Mykolas, 209–211)). Tyrimo dalyvio Edo citatoje aptinkama, kad tiek supervisorės dalijimasis savo patirtimi, tiek nuorodos į literatūrą ar filmus plėtoja refleksyvumą („Man padėjo geriau išjausti klientus supervisorės rekomendacijos konkrečių knygų ar filmų, kur apie tai rašoma ar rodoma, o taip pat kuomet supervisorė supervizijoje pateikia savo kažkokio kliento pavyzdį, tai yra kaip jai buvo, kaip ji dirbo, o ypač kas nesisėkė ir kaip ji buvo su tuo“ (51–55)). Tyrimo dalyvis Petras priduria: „Man labai padeda, kaip klausydamasi mano sunkumo su psichoterapijos klientu, supervisorė dalijasi savo panašiu atveju arba kažkokiu vaizdiniu iš filmo ar nurodo, kur apie tai galėčiau paskaityti daugiau. Tai sudomina ir duoda rezultatą – labiau pamatau save ir savo klientą tarsi iš šono“ (155–157).

Taigi šioje teminėje kekėje atsiskleidė, kad supervizorių dalijimasis savo asmenine patirtimi, taip pat knygų ar filmų rekomendacijos plėtoja refleksyvumą, tačiau svarbu, kad nebūtų nukrypstama nuo supervizuojamojo sunkumo tyrimo.

III METATEMA. Supervisorės (-iaus) asmenybės svarba

Šioje metatemoje trys tyrimo dalyviai akcentuoja supervizoriaus asmenybės įtaką refleksyvumui. Šioje radinių grupėje išskyrėme dvi temas: *supervisorės (-iaus) autentiškumas* ir *supervisorės (-iaus) lankstumas*.

8 teminė kekė: supervisorės (-iaus) autentiškumas

Supervizorių autentiškumas trims tyrimo dalyviams atrodo ypač svarbus plėtojant refleksyvumą. Tyrimo dalyvis Edas mano, kad: „Supervizorių asmenybės persiduoda į supervizijas, čia mano subjektyvi nuomonė, <...> ji (supervisorė – darbo autorių pastaba) tokia su aiškiomis ribomis, turinti savo darbo stilių, ji tikrai autentiška, o autentiškumas padeda man reflektuoti save, ieškoti savęs“ (29; 32–36). Tyrimo dalyvis Petras pabrėžia, kad refleksyvumą plėtoti jam padeda supervisorės autentiškumas, kai supervisorė turi savo aiškų „braižą“ – savo supervizijos ir kartu terapijos stilių („Man kelia saugumo ir pasitikėjimo jausmą, kuomet supervisorė yra autentiška. Ji tuomet tampa

atrama, į kurią remiantis tampa labiau įsisąmoninantis save santykyje su klientu“ (92–95)). Tyrimo dalyvis Stasys, kalbėdamas apie supervisorės autentiškumo svarbą, prisimena: „Supervisorės autentiškumas, kuris buvo juntamas viso supervizijų ciklo metu, padėjo man taip pat tapti autentiškam, sąžiningiau pažvelgti į save ir savo darbą su psichoterapijos klientais“ (100–103).

Apibendrinant šią teminę kekę, norisi atkreipti dėmesį, kad supervisorių autentiškumas padeda supervizuojamiesiems plėtoti refleksyvumą, o tai yra kelias į jų autentišką buvimą su pačiais savimi ir su savo psichoterapijos klientais.

9 teminė kekė: supervisorės (-iaus) lankstumas

Šioje teminėje kekėje tyrimo dalyviai kalba apie supervisorių lankstumo svarbą plėtojant refleksyvumą. Tyrimo dalyvis Stasys akcentuoja: „Supervisorės lankstumas man yra gebėjimas susitikti su mano pasauliu, su mano „kitoniškumu“ ir nebandymas manęs perdaryti pagal save. Lankstumas man leidžia susitikti ir su jos „kitoniškumu“. Tuomet tarp mūsų jau būna dialogas, jame ir vyksta refleksyvumo plėtra“ (54–57). Tyrimo dalyvis Edas dalijasi savo įžvalgomis: „Supervisorės lankstumas padeda plėsti požiūrį ir neprisirišti prie vienos idėjos matymo, tas padeda rasti tyrinėjimo pozicijai“ (69–70). Petras prideda: „Susitikimas supervizijų santykyje yra įmanomas tik su lanksčia asmenybiškai supervisorė. Supervisorės lankstumas padeda labiau patyrinėti save ir savo sunkumus, tas neabejotinai vysto refleksyvumą“ (121–123).

Apibendrinant šiuos radinius, akivaizdu, kad supervisorės lankstumas padeda kurti dialogiškus supervizijų santykius, kuriuose plečiasi savo ir kliento sunkumų tyrinėjimo laukas, o dėl to didėja ir refleksyvumas.

Šiame disertacijos skyriuje pristatėme tris išryškėjusias tyrimo dalyvių vyrų interviu atskleistas metatemas: 1) Supervizijų santykių aspektai, plėtojantys ir slopinantys refleksyvumą. 2) Supervisorių naudojamų intervencijų įtaka refleksyvumo raiškai. 3) Supervisorės (-iaus) asmenybės svarba.

Kitame skyriuje pristatysime tyrimo dalyvių vyrų antrosios tyrimo bangos interviu radinius, pirmosios ir antrosios interviu bangų radinius gretinsime tarpusavyje. Šitaip mėginsime parodyti refleksyvumo fenomeno pokyčius bėgant laikui.

3.2.2 Antrosios bangos (T2) interviu (2021 metai): tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirtys supervizijoje

Šiame skyriuje pristatysime tyrimo dalyvių vyrų antrosios bangos interviu radinius. Antrosios bangos interviu duomenys pagilino refleksyvumo fenomeno pokyčių supervizijoje supratimą, leido apčiuopti kai kurių refleksyvumo fenomeno aspektų kitus kampus, kurie išryškėjo antrojoje tyrimo bangoje. Apibendrinant visus antrosios bangos tyrimo dalyvių interviu duomenis, išryškėjo, kad tyrimo dalyvių refleksyvumo patirtis supervizijos procese galima sugrupuoti į devynias temines kekes. Jas suskirstėme į tris radinių grupes – metatemas. Metatemose atsiskleidė refleksyvumą supervizijos procese plėtojantys ir slopinantys veiksniai. 9 lentelėje pristatyta, kaip antrosios bangos interviu išskirtos teminės kekės pasireiškia tyrimo dalyvių transkripcijose.

9 lentelė. Teminių kekių pasireiškimas tyrimo dalyvių vyrų antrosios bangos interviu

Nr.	Teminė kekė	Interviu, kur rasta tema
1.	Ilgalaikių supervizijų santykių svarba, refleksyvumo plėtrai	Edas, Mykolas, Petras, Stasys
a)	Ypatingo buvimo su supervizore (-iumi) patyrimas	Edas, Mykolas, Stasys
b)	„Mes“ atsiradimas supervizijų santykyje	Edas, Petras
2.	Saugios atmosferos kūrimas	Edas, Mykolas, Petras, Stasys
a)	Supervizorės (-iaus) rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį	Edas, Mykolas, Petras, Stasys
b)	Nevertinanti supervizorės (-iaus) pozicija	Edas, Mykolas, Stasys
c)	Priėmimo patyrimas	Edas, Mykolas, Petras,
3.	Ilgalaikių supervizijų santykių „šalutiniai“ efektai	Edas, Mykolas, Petras, Stasys
a)	Supervizorės (-iaus) „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas	Edas, Mykolas, Petras, Stasys
b)	Reikiamos supervizijų įtampos mažėjimas	Edas, Mykolas, Petras, Stasys
4.	Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	Edas, Petras, Mykolas
a)	Supervizorės (-iaus) kritiškumas	Edas, Petras
b)	Supervizorės (-iaus) neįsitraukimas	Mykolas, Petras

5.	Domėjimasis supervizuojamuoju kaip žmogumi	Edas, Mykolas, Petras
6.	Supervisorės (-iaus) atviri pasipasakojimai	Edas, Mykolas, Petras, Stasys
a)	Supervizoriaus pasidalijimai savo matymu	Edas, Mykolas, Stasys
b)	Supervisorės (-iaus) pasidalijimai savo profesine patirtimi	Mykolas, Stasys
7.	Reikiamos supervizijos „įtampos“ palaikymas	Edas, Mykolas, Petras
8.	Supervisorės (-iaus) autentiškumas	Edas, Mykolas
9.	Supervisorės (-iaus) lankstumas	Mykolas, Petras

10 lentelėje pateikta antrosios bangos hierarchinė tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirčių metatamų struktūra ir kiekvieną metatamą sudaranti teminė kekė. Jas smulkiau ir išsamiau aptarsime tekste bei iliustruosime ištraukomis iš kiekvieno tyrimo dalyvio interviu.

10 lentelė. Antrosios bangos interviu tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirčių supervizijoje patirčių hierarchinė struktūra

Metatema ir ją sudarančių teminių kekių pavadinimai	Kekę sudarančių temų pavadinimai
I METATEMA. Supervizijų santykių aspektai, plėtojantys ir slopinantys refleksyvumą	
1. Ilgalaikio supervizijų santykio svarba refleksyvumo plėtrai:	a) ypatingo buvimo su supervisorė (-iumi) patyrimas; b) „mes“ atsiradimas supervizijų santykyje
2. Saugios atmosferos kūrimas:	a) supervisorės (-iaus) rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį; b) nevertinanti supervisorės (-iaus) pozicija; c) priėmimo patyrimas
3. Ilgalaičių supervizijų santykių „šalutiniai efektai“:	a) supervisorės (-iaus) „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas; b) reikiamos supervizijos darbinės įtampos mažėjimas
4. Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą:	a) supervisorės (-iaus) kritiškumas; b) supervisorės (-iaus) neįsitraukimas
II METATEMA. Supervisorės (-iaus) buvimo būdo svarba refleksyvumui	

5. Domėjimasis supervizuojamuoju kaip žmogumi

6. Supervizorės (-iaus) atviri pasidalijimai:	a) supervizorės (-iaus) pasidalijimai savo matymu; b) supervizorės (-iaus) pasidalijimai savo profesine patirtimi
---	--

7. Reikiamos supervizijos „įtampos“ palaikymas

III METATEMA. Supervizorės (-iaus) asmenybės svarba

8. Supervizorės (-iaus) autentiškumas.

9. Supervizorės (-iaus) lankstumas

I METATEMA. Supervizijų santykių aspektai, plėtojantys ir slopinantys refleksyvumą

Ši metatema suformuota, norint atskleisti tyrimo dalyvių patirtis, atspindinčias refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius supervizijų santykyje. Šioje radinių grupėje išskyrėme keturias temines kekes: *ilgalaikio supervizijų santykio svarba refleksyvumo plėtrai, saugios atmosferos kūrimas, ilgalaikių supervizijų santykių „šalutiniai efektai“ ir supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą*. Šias temines kekes paeiliui ir aptarsime.

1 teminė kekė: ilgalaikio supervizijų santykio svarba refleksyvumo plėtrai

Ši teminė kekė suformuota, norint pabrėžti ilgalaikio supervizijų santykio svarbą refleksyvumo plėtrai. Visi tyrimo dalyviai savo patyrimuose akcentuoja ilgalaikio supervizijų santykio svarbą refleksyvumo plėtrai. („*Man tie dveji metai buvo labai svarbūs pagal tai, kaip supervizorė kuria santykius su manimi. Tai buvo man labai svarbu*“). „*Tie metai supervizijų priduoda integraciją kažkokią, tarsi labiau moko ne mąstyti, o išjausti. Tokio labiau ne mąstymo apie klientą, bet supratimo, išbuvimo, empatijos jam ir akcentacijos santykio kūrimo prasme*“ (Edas, 8–9; 19–21)); „*Per tuos dvejus savo praktikos supervizavimo metus aš klientų asmenybinius sunkumus nesieju su savimi, „nesusiklijuoju“ su jais. Tai ilgalaikių supervizijų efektas*“ (Petras, 16–18)).

Tyrimo dalyvių patyrimuose apie ilgalaikius supervizijų santykius ryškiausias yra dvi temos: ypatingo buvimo su supervizore (-iumi) patyrimas ir „mes“ atsiradimas supervizijų santykyje.

Tyrimo dalyvis Edas ypač emocionaliai kalba apie ypatingo buvimo su supervizore svarbą, pabrėždamas, kad šis patyrimas lėmė didžiulius asmenybinius bei profesinius pokyčius („<...> buvimas su manimi ir tai, kaip ji užduoda klausimus apie klientą, apie Tyrimo dalyvis Edas ypač emocionaliai kalba apie ypatingo buvimo su supervizore svarbą, pabrėždamas, kad šis patyrimas lėmė didžiulius asmenybinius bei profesinius pokyčius („<...> buvimas su manimi ir tai, kaip ji užduoda klausimus apie klientą, apie mano santykį su juo, ir tas žinojimas, ji parodo, kad jis svarbu, bet ne svarbiausia. Svarbiausia, kaip tu jautiesi, kaip tu kuri santykį, kaip tu išgyveni. Ir tai keičia mano gyvenimą“ (Edas, 25–28)). Šis tyrimo dalyvis išryškina ypač svarbu aspektą, kad supervizorė ne tik pabrėžia pristatomą atvejį supervizijos procese, bet daug dėmesio skiria ir pačiam supervizuojamajam („Akcentas – kaip aš jaučiausi, kad taip su manimi buvo, kas tai apie mane <...>. Man svarbiau gauti ne informaciją, bet kaip supervizorė būna su mano klaidomis. Svarbus jos buvimo būdas“ (Edas, 50–52; 62–64)). Ypatingą supervizoriaus buvimą mini ir tyrimo dalyvis Mykolas („Supervizoriaus buvimas nepatogiu yra kažkoks ypatingas buvimas, kartais tai lyg šaltas dušas, kuris įneša daug realistiškesnį matymą, ko pasėkoje atsiranda daugiau saugumo ir stabilumo. Tomis akimirkomis tikrai reflektuodavau save ir procesą!“ (73–76)).

Dalydamiesi savo patyrimais, tyrimo dalyvai iškiria „mes“ radimosi supervizijų santykyje svarbą ir akcentuoja jo reikšmę refleksyvumo plėtrai. Pateiksime kelias citatas iš tyrimo dalyvių interviu. Tyrimo dalyvis Edas labai dosniai pasakoja apie „mes“ patyrimo svarbą: „<...>supervizorės tokio buvimo dėka aš juntų tarp savęs ir supervizorės „mes“ ir su klientais man pavyksta kurti tą „mes“. Be supervizijų tas nebūtų pasiekta. Taigi, fokusas nuo darymo pasikeitė į buvimą“ (81–83). Tyrimo dalyvis Petras tvirtina: „Supervizijos turi „kaupiamąjį“ efektą. Jis pasireiškia tuo, kad kuriasi kažkoks „mes“, kuris padeda man labiau įsisaugininti save, o taip pat klientą ir tuo pačiu būti „čia ir dabar“ supervizijos procese <...>“ (36–38). Šio vieneto aprašymą norime iliustruoti dar vienu dosniu tyrimo dalyvio Edo pasidalijimu, kokia yra „mes“ patyrimo svarba („Mes“ buvimas su supervizore mane „pagavo“ <...>, „įvyko lūžis ir man atrodo, kad supervizija pakeitė mano gyvenimą“ <...>, „aš pradėjau ne tik kitaip matyti save ir kitus, bet ir jausti“, „atsirado mažiau pasimetimo tiek asmeniniame gyvenime, tiek profesiniame – tai neabejotina refleksyvumo plėtra“ (103–107)).

Apibendrinant tyrimo dalyvių patirtis, norisi pabrėžti, kad ilgalaikiame supervizijų santykių plėtojasi supervizuojamųjų refleksyvumas dėl ypatingo supervizorių buvimo su supervizuojamaisiais ir „mes“ atsiradimo, dėl kurio supervizuojamieji labiau įsisąmonina save ir savo psichoterapijos klientus.

2 teminė kekė: saugios atmosferos kūrimas

Šioje teminėje kekėje norime apžvelgti saugios atmosferos kūrimo svarbą refleksyvumo plėtrai. Ši teminė kekė sudaryta iš trijų vienetų: supervizorės (-iaus) rūpestingumo teikiant grįžtamąjį ryšį, nevertinančios supervizorės (-iaus) pozicijos ir priėmimo patyrimo. Mums ši teminė kekė labai įdomi, nes tyrimo dalyviai apie ją kalbėjo ir pirmoje tyrimo dalyje, tačiau pastebėjome ir kai kuriuos pokyčius.

Supervizorių rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį kelia saugumo jausmą, apie tai kalba visi tyrimo dalyviai. Iliustruosime tai ryškiausiomis citatomis („Supervizorė grįžtamąjį ryšį teikia visada atsargiai, rūpestingai. Per jį jaučiu tokią žmogišką meilę ir tas patyrimas yra transformuojantis <...>, ji visada įsigilins į tai, kaip aš tada jaučiausi, kaip ta klaida įvyko <...>, teikdama grįžtamąjį ryšį ji visada pasitikrina manęs, ar ne per tiesiai, ar ne per kategoriškai“ (35; 48; 70)). Tyrimo dalyvis Mykolas mini, kad tik saugiai jaučiantis galima plėtoti savo profesines kompetencijas („Teikiant net ir kritiką vis vien buvo juntamas supervizoriaus palaikymas, niekada nebuvo nuvertinimo, tą išgyvenau kaip padedantį profesiskai tobulėti“ (16–17)). Taigi, kaip ir pirmame tyrimo etape, tyrimo dalyviai saugumą supervizijų procese išgyvena per supervizorių rūpestingumą teikiant grįžtamąjį ryšį. Rūpestingas grįžtamasis ryšys akivaizdžiai didina supervizuojamųjų refleksyvumą.

Kitas vienetas, kurį aptarsime, yra supervizorių nuostatos nevertinti svarba refleksyvumui. Tyrimo dalyvis Edas pabrėžia, kad grįžtamasis ryšys padeda augti tik tada, kai supervizorė nevertina jo kaip blogo terapeuto, bet gilinasi į jo sunkumus („Man padeda Kitas vienetas, kurį aptarsime, yra supervizorių nuostatos nevertinti svarba refleksyvumui. Tyrimo dalyvis Edas akcentuoja, kad grįžtamasis ryšys padeda augti tik tuomet, kai supervizorė nevertina jo kaip blogo terapeuto, bet gilinasi į jo sunkumus („Man padeda labiau įsisąmoninti save ir viską, kas vyksta tiek su manimi ir mano klientu, tiek supervizijos procese tai, aš nesu vertinamas supervizorės kaip blogas terapeutas, jei padariau kokią klaidą“ (46–49)). Edui pritaria tyrimo dalyvis Mykolas, kuris taip pat akcentuoja nevertinimo svarbą supervizijos procese („Grįžtamajame ryšyje labai svarbūs buvo tiek momentai, kuomet

supervizorius „nušviesdavo“ tuos tamsiuosius kampus, kurių aš nematydavau. Tai liesdavo tiek mane patį, tiek procesą tarp manęs ir kliento“ (18–19)). Tyrimo dalyviui Mykolui antrina Stasys: „Kuomet supervisorė vietoje vertinimo padaro matomu tai, kas anksčiau nebuvo matoma“ (20–21).

Paskutinis vienetas, kurį norime aptarti šioje teminėje kekėje, yra priėmimo patyrimas. Svarbu paminėti, kad tai naujas radinys antrame tyrimo etape. Pirmame tyrimo etape šis aspektas tyrimo dalyvių patirtyse nebuvo pabrėžiamas. Tyrimo dalyvis Edas sako: Paskutinis vienetas, kurį norime aptarti šioje teminėje kekėje, yra priėmimo patyrimas. Svarbu paminėti, kad tai naujas radinys antrame tyrimo etape. Pirmame tyrimo etape šis aspektas tyrimo dalyvių patirtyse nebuvo akcentuojamas. Tyrimo dalyvis Edas dalijasi: *„Išgyvenu tokį atvirumą, šiltumą, rūpestį, priėmimą.. Priėmimą, kuomet aš darau klaidas, priėmimą, kuomet aš įvardinu silpnumus kažkokius. Ir visi jos pastebėjimai yra per priėmimą“ (33–35).* Jam antrina tyrimo dalyvis Petras, kuris pasakoja, kad kai esi priimamas, viduje atsiranda ramybė ir gali labiau gilintis į save, į psichoterapijos procesą ir į savo klientus (*„Vienas iš svarbiausių dalykų supervizijų santykyje yra supervisorės priėmimas. Tai plėtoja refleksyvumą, nes gali tuomet ramiai sustoti ir gilintis tiek į save, tiek į psichoterapijos procesą, tiek į klientus“ (200–203)).*

Taigi, apibendrinant šią teminę kekę ir visus jos teminius vienetus, norisi akcentuoti, kad tik saugioje atmosferoje galimas supervizuojamųjų profesinis augimas. Saugumą supervizijų santykyje tyrimo dalyviai pabrėžė tiek pirmame, tiek antrame tyrimo etapuose.

3 teminė kekė: ilgalaikių supervizijų santykių „šalutiniai efektai“

Ši teminė kekė suformuota, norint pabrėžti ilgalaikio supervizijų santykio dvilypumą. Prieš tai aptarėme, kaip ilgalaikis supervizijų santykis plėtoja refleksyvumą, tačiau tyrimo dalyviai pastebi, kad ilgalaikis supervizijų santykis gali ir slopinti refleksyvumą. Šią teminę kekę sudaro du teminiai vienetai: supervisorės (-iaus) „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas ir reikiamos supervizijų įtampos mažėjimas. Norime pabrėžti ir tai, kad apie ilgalaikių supervizijų santykių „šalutinius efektus“ tyrimo dalyviai kalba tik antrame tyrimo etape. Mums šis radinys atrodo labai įdomus, nes jį pavyko „užčiuopti“ tik dėl tęstinės tyrimo strategijos. Ilgalaikių supervizijų santykių „šalutinius efektus“ mini visi tyrimo dalyviai, tačiau iliustruosime tai tik ryškiausiomis citatomis (*„Ilgalaikiame supervizijų santykyje kartais pasireiškia supervisorės nelankstumas. Kai ji jau turi kažkokį susiformavusį terapeuto matymą ir visą laiką tai mato, tai yra supervisorė praranda „ne-žinojimą“ (Petras, 67–69)). Tyrimo dalyvio Mykolo įžvalga: „Šalutinį ilgalaikio*

supervizijų santykio aspektą matau tame, kad galima prarasti tyrinėjimo poziciją ir per daug pasitikėti autoritetu“ (106–107)). Taigi, kaip matome, anot tyrimo dalyvių, ilgalaikių supervizijų santykių rizika pasireiškia tuo, kad supervizoriai tampa pernelyg „žinantys“, praranda „ne-žinojimo“ poziciją. Šis teminis vienetas yra susijęs su kitu, kurį išskiria tyrimo dalyviai. Jie interviu teigia, kad ilgalaikiame supervizijų santykyje silpnėja arba gali silpnėti reikiama supervizijų santykių įtampa. Iliustruosime tai citatomis iš tyrimo dalyvių interviu („Ilgalaikiame supervizijų santykyje pradedi lyg mažiau jausti supervizoriaus „nepatogumą“, kuris įneša reikiamą supervizijų santykio įtampą, kuri fokusuoja į save, klientą ir procesą“ (Mykolas, 67–71)). Mykolui antrina ir tyrimo dalyvis Stasys („Ilgalaikiame supervizijų santykyje galime pernelyg „įsipatoginti“, tuomet tikrai savęs, kito ir proceso refleksavimas supervizijos eigoje mažėja, nes tam, kad šis procesas vyktų, reikalinga įtampa“ (105–107)).

Apibendrinant norisi pabrėžti, kad, remiantis tyrimo dalyvių patyrimais, ilgalaikis supervizijų santykis gali turėti ir nepageidaujamų „šalutinių efektų“: ilgalaikiame supervizijų santykyje gali ne tik didėti, bet ir mažėti refleksyvumo plėtra dėl mažėjančios reikiamos supervizijų santykio įtampos, supervizoriaus „ne-žinojimo“ pozicijos praradimo.

4 teminė kekė: supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą

Ši teminė kekė suformuota, norint aprašyti supervizijų veiksnius, kurie tyrimo dalyvių patyrimuose buvo išgyvenami kaip refleksyvumą slopinantys. Šią metatamą suskirstėme į du vienetus: supervizorės (-iaus) kritiškumas ir supervizorės (-iaus) neįsitraukimas. Svarbu pažymėti, kad tyrimo dalyviai pirmame tyrimo etape vienoje iš metatamų minėjo supervizijų veiksnius, kurie slopina refleksyvumą (buvo nurodytas supervizorės (-iaus) „daugžodžiavimas“ ir didaktinis supervizijos pobūdis). Šį kartą tyrimo dalyviai mini kitus aspektus.

Edas ir Petras mini supervizorių kritiškumą kaip veiksnį, slopinantį refleksyvumą. Mus labai sudomino Edo įžvalgos („*Kategoriškumas kuria distanciją. Bet pasidalijimas su rūpesčiu, su atsargumu, kelia jausmą, kad mano matymas irgi vertingas, aš tarsi gaunu patvirtinimą, kad aš irgi vertingas, esu priimamas. Aš tame išgyvenu lygumą. Atsiranda partneriškumo jausmas. Tai augina refleksyvumą, ko niekada nebūtų būnant su kritišku supervizoriumi diadoje*“ (162–166)). Petras priduria: „*Refleksyvumą slopina supervizoriaus kritiškumas. Tai kelia baimę, ko pasėkoje pradedi nesąmoningai kopijuoti supervizoriaus stilių, kad „įtiktum“. Tuomet pameti autentiškumą*“ (69–72).

Labai įdomiais pastebėjimais dalijosi tyrimo dalyviai, kalbėdami apie supervizorių neįsitraukimą kaip apie refleksyvumą slopinantį veiksnį. Iliustruosime tai citatomis („*Esu pastebėjęs, kad refleksyvumą slopina supervizoriaus neįsitraukimas. Tarkim, kuomet jaučiu, kad supervizoriui neįdomu tai, ką aš pasakoju. Tai paveikia net asmeniškai, joks refleksyvumas, patikėk, tada nevyksta (juokiasi)*“ (100–103)). Tyrimo dalyvis Mykolas sako, kad kai mato, jog supervizoriui neįdomu, tai kelia jausmą, kad jis nepakankamai įsitraukęs, ir neleidžia ir pačiam įsitraukti, reflektuoti („*Kartais jaučiu, lyg supervizoriui nėra įdomu tai, ką aš pasakoju, lyg jam nuobodu, jis liūdi. Tas kelia ir man nuobodulio jausmą, refleksyvumas mažėja*“ (188–191)).

Apibendrinant svarbu pažymėti, kad supervizoriaus kritiškumas i neįsitraukimas yra refleksyvumą slopinantys veiksniai supervizijos procese: supervizorių kategoriškumas kuria distanciją, mažėja partnerystės jausmas, o supervizorių neįsitraukimas slopina ir pačių supervizuojamųjų įsitraukimą, kyla nuobodulio jausmas, visa tai trukdo refleksyvumo plėtrai supervizijos procese.

II METATEMA. Supervizoriaus buvimo būdo svarba refleksyvumui

Ši metatema suformuota, norint aprašyti tyrimo dalyvių refleksyvumo pokyčius supervizijoje, kuriuos jie sieja su supervizoriaus buvimo būdo ypatumais. Šią metatemą suskirstėme į tris temines kekes: domėjimasis supervizuojamuoju kaip žmogumi, supervizorių atviri pasidalijimai ir reikiamos supervizijų įtampos palaikymas.

5 teminė kekė: domėjimasis supervizuojamuoju kaip žmogumi

Trys iš keturių tyrimo dalyvių pažymi supervizorių domėjimosi jais ne tik kaip supervizuojamaisiais, bet ir tiesiog kaip žmonėmis, svarbą, ir teigia, kad tai turi įtakos refleksyvumo pokyčiams. Tyrimo dalyvio Petro citata: „*Kuomet supervizorė domisi ne tik mano pristatomais klientais, bet ir manimi kaip žmogumi, tai suteikia daugiau galimybių, augina refleksyvumą. Tokia supervizija yra gilesnė, emocingesnė. Mano manymu, refleksyvumas auga tik dėka emocinio pokyčio* (59–61). Edas labai jautriai pasakoja: „*<...> aš ateinu ir pradedu dalintis, kaip aš pavargau darbe ir ji į mane pasižiūrėjo su tokiu rūpesčiu, tokiu atviru ir skausmo kupinu žvilgsniu ir ji tame taip išbuvo ir man tai buvo taip jautru ir aš tuo metu apsiverkiau*“ (11–13). Kitoje interviu dalyje tyrimo dalyvis Edas dar papildė supervizorės domėjimosi juo kaip žmogumi svarbą („*Rūpestis manimi kaip žmogumi yra labai efektyvus ir padedantis*

buvimas ir jis persikelia į mano darbą su psichoterapijos klientais. Pavyzdžiui, ateina moteris klientė, kuri išsiskyrusi, tai būdavo kažkada, kad skauda jai, bet ne mums, aš galvoju – reikia daryti taip, paskui reikia daryti kitaip. Dabar ji ateina, jai skauda, o aš tiesiog būnu su ja, skauda mums, randasi „mes“ (76–80)). Tyrimo dalyvis Mykolas taip pat labai jautriai prisimena: „Tas išbuvimas, supervizoriaus ramumas, ką aš beatsineščiau, supratimas ir tas pojūtis, kad mes susitikome supervizijoje, o ji rūpinasi manimi“ (111–113).

Taigi, kaip matome, tyrimo dalyvių patyrimuose minima supervizoriaus domėjimosi jais kaip žmonėmis svarba, o tai neabejotinai didina refleksyvumą supervizijos procese, tampa transformuojančiu veiksmu, keičiančiu jų būvimą su savo psichoterapijos klientais.

6 teminė kekė: atviri supervizorės (-iaus) pasidalijimai

Šioje teminėje kekėje pristatysime tyrimo dalyvių patirtis, susidūrus su atvira supervizorių pasidalijimais savo matymu ir patirtimi supervizijos procese. Šią teminę kekę padalijome į du smulkesnius vienetus: supervizorės (-iaus) pasidalijimai savo matymu ir supervizorės (-iaus) pasidalijimai savo profesine patirtimi. Itin įdomu tai, kad pirmame tyrimo etape tyrimo dalyviai labiau akcentavo supervizorių dalijimosi profesine patirtimi svarbą, ypač kalbėdami apie nesėkmingus psichoterapijos atvejus. Antrame tyrimo etape tyrimo dalyviai mini, kad supervizorių dalijimasis profesine patirtimi yra svarbus, tačiau ne mažiau svarbus yra ir jų atviras dalijimasis savo matymu.

Kalbėdami apie supervizorių pasidalijimo savo požiūriu svarbą, tyrimo dalyviai akcentuoja, kad atviri supervizorių pasidalijimai tuo, kaip jie mato supervizuojamąjį, jo klientą, psichoterapijos ar supervizijos procesą, daro teigiamą transformuojančią įtaką jų Kalbėdami apie supervizorių pasidalijimo savo požiūriu svarbą, tyrimo dalyviai akcentuoja tai, kad atviri supervizorių pasidalijimai tuo, kaip jie mato supervizuojamąjį, jo klientą, psichoterapijos ar supervizijos procesą, daro teigiamą transformuojančią įtaką jų refleksyvumui. Tyrimo dalyvis Stasys pasakoja: „*Jaučiu, kaip keičiuosi, kuomet supervizorė atvirai dalinasi savo matymu, nieko nenuslėpdama ir pernelyg neglobodama manęs. Man regis, kad tai turi efektyvų poveikį man kaip terapeutui*“ (46–48). Tyrimo dalyvis Edas teigia, kad kai supervizorė dalijasi savo požiūriu, jam labai svarbus pats būdas, kaip ji tai daro („*Kuomet supervizorė dalinasi savo matymu – mano sunkumo, kliento ar procesu, man nėra svarbu gauti informaciją, man kur kas svarbiau matyti ir jausti, kaip ji tai daro. Tame kinta mano refleksyvumas, nes jis yra daugiau nei protinis*

procesas“ (112–116)). Tyrimo dalyvis Mykolas vertina sąžiningą supervizoriaus pasidalijimą savo matymu („*Sąžiningas žvilgsnis iš šalies augina refleksyvumą. Refleksyvumo plėtrai svarbus abipusis atvirumas*“ (24–25)).

Ne mažiau svarbūs yra supervizorių pasidalijimai su supervizuojamaisiais savo profesine patirtimi, o tai taip pat turi įtakos refleksyvumo pokyčiams. Tyrimo dalyvis Stasys akcentuoja: „*Buvo situacija, kuomet mane klientas pradėjo šantažuoti, tad supervizorės* Ne mažiau svarbūs yra supervizorių pasidalijimai su supervizuojamaisiais savo profesinėmis patirtimis, o tai taip pat turi įtakos refleksyvumo pokyčiams. Tyrimo dalyvis Stasys akcentuoja: „*Buvo situacija, kuomet mane klientas pradėjo šantažuoti, tad supervizorės pasidalijimas savo profesine patirtimi ir normalizavimas, kad tas gali nutikti visiems terapeutams, labai „normalizavo“, padėjo išeiti iš tuometinės profesinės krizės*“ (16–20). Tyrimo dalyvis Mykolas taip pat išvelgia supervizoriaus atviro pasidalijimo savo psichoterapinės praktikos pavyzdžiais vertę („*Supervizoriaus pasidalijimas savo praktikos pavyzdžiais buvo juntamas kaip kolegiškas buvimas, kurdavo lygiavertį santykį, suartindavo. Tas padėjo man labiau suprasti save ir savo daromas klaidas*“ (160–163)). Tyrimo dalyvis Edas prisimena: „*Buvo labai naudinga, kaip supervizorė dalijosi savo patyrimu su savo klientu. Aš gaudydavau ir „valgiau“ viską. Tai nėra, kad aš kopijuočiau jos patyrimą, bet man buvo svarbu su tuo susiliesti ir perklausti savęs, o kaip aš matau, toks fokusas per jos patirtį į mane augimo refleksyvumą*“ (154–157).

Taigi, apibendrinant šią metatamą, norisi pabrėžti, kad tyrimo dalyvių akcentuojama supervizorių pasidalijimų savo matymu bei savo patirtimi svarba plėtojo refleksyvumą.

7 teminė kekė: reikiamos supervizijų „įtampos“ palaikymas

Šioje teminėje kekėje trys tyrimo dalyviai tvirtina, kad supervizijos procese būtina reflektavimo sąlyga yra reikiama „įtampa“. Įdomu, kad tai naujas tyrimo radinys, kuris nebuvo aptiktas pirmajame tyrimo etape. Iliustruosime šį radinį tyrimo dalyvių interviu citatomis. Tyrimo dalyvis Mykolas sako: „*Man atrodo, kad refleksyvumas kinta, kuomet supervizijoje jaučiama įtampa. Aš jaučiu labai resursinę įtampą, kuomet supervizorius yra autentiškas, kuomet jis yra savimi: teikia atvirą grįžtamąjį ryšį, konfrontuoja, naudoja humorą ar net sarkazmą*“. „*Kuomet supervizorius nieko nevaidina, o yra koks yra, tas gerąją prasmę užkrečiama!*“ (juokiasi) (32–33; 40–42). Tyrimo dalyvis Edas reikiamą supervizijų įtampą taip pat sieja su supervizorės

atvirumu, tačiau įvardija kiek kitoki jos aspektą („*Jaučiau grąžinančią į save įtampą, kuomet aš jos akyse mačiau skausmą, jos akys pradėjo ašaroti, aš pajutau, kad jai skauda, nes man skauda. Mačiau jos skausmą ir tai pasireiškė neverbaliniame dialoge, ne žodžiais. Tai patirti tą patį skausmą kartu. Aš to nebuvau patyręs ir tokį buvimą pirmą kartą išjaučiau*“ (124–129)). Tyrimo dalyvio Petro patirtys („*Supervisorės „ne-žinojimo“ pozicija visada kuria reikiamą įtampą supervizijoje. Ji reikalinga tam, kad labiau fokusuotu žvilgsniu galėtum žiūrėti į tai, ko anksčiau nematei. Tai augina refleksyvumą. Reikiamą įtampą kuria ir tylos pauzės supervizijos procese*“ (82–85; 87)). Tyrimo dalyvis Mykolas, gana emociškai kalbėdamas apie supervizijų įtampą, priduria: „*Humoro naudojimas irgi įnešdavo reikiamos įtampos, auginančios refleksyvumą. Perėmiau, kad ir aš galiu būti nepatogus, naudoti humorą su klientais, nes ir pats akivaizdžiai tame pajausdavau naudą*“ (96–99).

Taigi, remiantis tyrimo dalyvių patirtimi, supervizijų procese turi būti įtampa, kurią tyrimo dalyviai, akcentuodami įvairius jos aspektus, vadina „reikiama“ įtampa, plėtojančia refleksyvumą.

III METATEMA. Supervisorės (-iaus) asmenybės svarba

Šioje metatemoje tyrimo dalyviai pabrėžia supervisoriaus asmenybės svarbą plėtojant refleksyvumą. Šioje radinių grupėje išskyrėme dvi temines kekes: supervisorės (-iaus) autentiškumas ir supervisorės (-iaus) lankstumas. Svarbu paminėti, kad pirmame tyrimo etape, remiantis tyrimo dalyvių patyrimais, buvo suformuota tokia pat metatema su tokiomis pat teminėmis kekėmis.

8 teminė kekė: supervisorės (-iaus) autentiškumas

Tyrimo dalyviai Edas ir Mykolas pažymi supervisorės (-iaus) autentiškumo svarbą, plėtojant refleksyvumą supervizijos procese („*Supervisorės autentiškumas, tai yra jos buvimas savimi be vaidybos, tas leidžia mums susitikti. Prieš tai mane lydėjo bazinis vienišumo jausmas. O to susitikimo dėka tai pradingo. Autentiškas buvimo būdas su žmonėmis, su klientais, turi įtakos pasaulio izoliacijos, vienišumo išgyvenimui. Supervizija suteikia tą patyrimą, o per tą patyrimą aš bandau tai perteikti ir klientams*“ (134–138)). Tyrimo dalyvis Mykolas taip pat pabrėžia supervisoriaus autentiškumo svarbą („*Labai svarbu supervisoriaus autentiškumas, kuomet supervisorius nesistengia man įtikti, o būna savimi: teikia atvirą grįžtamąjį ryšį, konfrontuoja, naudoja humorą ar sarkazmą*“ (32–33)).

Abu tyrimo dalyviai buvimą su autentiškais supervizoriais išgyvena kaip buvimą, lemiantį transformuojančius pokyčius, kurie persikelia ir į jų darbą su psichoterapijos klientais.

9 teminė kekė: supervizorės (-iaus) lankstumas

Buvimas su lanksčiu supervizoriumi buvo refleksyvumą didinantis patyrimas tyrimo dalyviams Petru, Mykolui ir Edui. Petras dalijasi savo patirtimi: „*Supervizoriaus lankstumą jutau jo abejojančioje pozicijoje. Kuomet jis dalinasi atsargiai, abejodamas ir jei paaiškėja, kad „prašovė“, gali koreguotis. Tas padeda man labiau gilintis į save ir išlikti abejojančiam ir psichoterapijos procese su klientais*“ (176–178). Apie abejones kaip apie lankstumo išraišką kalba ir tyrimo dalyvis Edas („*Man lankstus supervizorius – abejojantis supervizorius. Supervizorius turi abejoti. Kaip supervizorė abejoja, tas veda į diskusiją ir domėjimąsi, kaip aš tą matau, kaip aš tame jaučiuosi. Tas priverčia reflektuoti*“ (168–172)). Tyrimo dalyvis Mykolas prisimena: „*Supervizoriaus lankstumą jutau tame, kad jis suteikdavo man laisvės pasiimti iš jo grįžtamojo ryšio tai, kas man atrodo naudingiausia, tas irgi augino refleksyvumą*“ (43–44).

Taigi šioje teminėje kekėje atsiskleidė lankstumo svarba refleksyvumo plėtrai supervizijos procese.

Apibendrinant šią teminę kekę, svarbu priminti ir tai, kad supervizorės (-iaus) asmenybės svarba refleksyvumo plėtrai buvo minima ir pirmame tyrimo etape. Šis pasikartojimas akcentuoja, kad supervizorių autentiškumas ir lankstumas yra labai svarbios jų asmenybės savybės, prisidedančios prie supervizuojamųjų refleksyvumo augimo.

Šiame disertacijos skyriuje pristatėme tris antrosios bangos tyrimo dalyvių vyrų interviu išryškėjusias ir atskleistas metatemas: 1) Supervizijų santykių aspektai, plėtojantys ir slopinantys refleksyvumą. 2) Supervizorės (-iaus) buvimo būdo svarba refleksyvumui. 3) Supervizorės (-iaus) asmenybės svarba. Antrojo tyrimo etapo metu atsiskleidė kai kurių teminių kekių pokyčiai ir tai papildė pirmojo tyrimo etapo duomenis.

3.2.3 Pirmosios (T1) ir antrosios (T2) bangos tyrimo dalyvių vyrų refleksyvumo patirčių supervizijoje palyginimas

Šiame skyrelyje norėtume palyginti pirmosios ir antrosios bangos interviu radinius, atsiskleidusius tyrimo dalyvių vyrų interviu. Šis palyginimas leis

giliau pažvelgti į tai, kokie refleksyvumo raiškos ir raidos pokyčiai įvyko bėgant laikui.

Supervizijų santykių aspektai, plėtojantys ir slopinantys refleksyvumą

Pirmame tyrimo etape tyrimo dalyviai vyrai ypač pabrėžė, kaip svarbu supervizijų santykyje išlaikyti ribas – tiek dalykinio bendravimo, tiek neperžengti psichoterapijos ir supervizijos ribos. O antrame tyrimo etape ribų supervizijų santykyje svarba nebuvo akcentuojama, tačiau kaip svarbiausias supervizijų santykio aspektas buvo minimas jo ilgalaikiškumas, kai atsiranda ypatingo buvimo su supervizore patyrimas ir „mes“ ryšys. Tvirtinta, kad refleksyvumą didino ne tik supervizorių susitelkimas į supervizuojamųjų pristatomus atvejus, bet ir į tyrimo dalyvius kaip į žmones. Svarbu buvo, kad ilgalaikiame supervizijų santykyje kuriasi ypatinga „mes“ erdvė, kurioje vyksta transformaciniai supervizuojamųjų pokyčiai, lemiantys ne tik gilesnį jų psichoterapinio darbo, bet ir gyvenimo įsisąmoninimą.

Pirmame tyrimo etape tyrimo dalyviai akcentavo tylos pauzių, kaip ypatingos nerimo būsenos, svarbą supervizijos procese. Jas neretai lydėdavo įžvalga, o antrame tyrimo etape tylos pauzių svarba supervizijos procese nebuvo akcentuojama.

Tiek pirmame, tiek antrame tyrimo etape tyrimo dalyviai pabrėžė saugumo jausmo išgyvenimo svarbą supervizijos procese. Pirmame tyrimo etape saugumą teikdavo nevertinanti supervizoriaus nuostata ir rūpestingai teikiamas grįžtamasis ryšys, kuris supervizuojamuosius „įgalindavo“. Antrame tyrimo etape saugumą tyrimo dalyviai patirdavo sulaukdami rūpestingo supervizorių grįžtamojo ryšio. Taip pat antrame tyrimo etape tyrimo dalyviai jautėsi saugiai šalia jų nevertinančių, bet priimančių supervizorių. Šis patyrimas nebuvo išryškintas pirmame tyrimo etape. Antrame tyrimo etape priėmimas siejamas su galėjimu būti atviram ir klysti.

Pirmame tyrimo etape tyrimo dalyviai, kalbėdami apie refleksyvumą slopinančius aspektus, mini supervizorių „daugžodžiavimą“, kuris siejamas su skubėjimu, negalėjimu būti tylos pauzėse ir supervizijos didaktiniu pobūdžiu, kai supervizorius aiškina, dėsto ir žino, kaip reikia daryti. Antrame tyrimo etape buvo išskirti kiti refleksyvumą slopinantys supervizorių elgesio aspektai. Tai kategoriškumas, kuriantis distanciją tarp supervizorių ir supervizuojamųjų, ir supervizorių neįsitraukimas.

Taip pat antrame tyrimo etape išryškėjo ilgalaikių supervizijų santykių „šalutiniai efektai“, kurie nebuvo aptikti pirmame tyrimo etape. Kaip „šalutinius efektus“ tyrimo dalyviai įvardijo supervizorių „ne-žinojimo“ pozicijos praradimą ir reikiamos supervizijų įtampos mažėjimą, kuri buvo siejama su supervizijos procese atsirandančiu „patogumu“.

Supervizorių buvimo būdo svarba

Pirmame tyrimo etape tyrimo dalyviai pabrėžė, kad refleksyvumą plėtoja supervizorių sutelktumas į „čia ir dabar“, kuris pasireiškėdavo tiek supervizuojamųjų jausmų atspindėjimu, tiek „ne-žinojimo“ pozicijos užėmimu ir dalijimusi savo profesine patirtimi. Antrame tyrimo etape išryškėjo domėjimosi supervizuojamaisiais kaip žmonėmis svarba. Šį aspektą tyrimo dalyviai minėjo ir pirmame etape, bet jis buvo kur kas mažiau akcentuojamas. Taip pat antrame etape tyrimo dalyviai minėjo, kad refleksyvumo plėtrai svarbus supervizorių dalijimasis savo profesine patirtimi. Nors tai buvo minėta ir pirmame tyrimo etape, tačiau antrame etape šis aspektas buvo papildytas dalijimosi savo matymu svarba. Tyrimo dalyviai akcentavo, kad sąžiningas ir atviras supervizorių dalijimasis tuo, kaip jie mato supervizuojamąjį, jo klientą ir patį procesą, lemia gilius transformacinius pokyčius. Antrame tyrimo etape taip pat išryškėjo reikiamos supervizijų įtampos palaikymo svarba ir ji buvo siejama tiek su supervizorių atvirumu, autentiškumu ir naudojamomis konfrontacijomis, tiek su buvimu kartu su supervizoriais neverbaliniame dialoge (tylos pauzėse) bei supervizorių leidimu sau būti paveiktiems supervizuojamųjų pasakojimų (neslepamos supervizorės ašaros).

Supervizorių asmenybės svarba

Supervizorių asmenybės charakteristikų (autentiškumo ir lankstumo) svarbą refleksyvumo pokyčiams rasti tyrimo dalyviai akcentavo tiek pirmame, tiek antrame tyrimo etape.

Taigi, palyginę tyrimo dalyvių vyrų pirmosios ir antrosios bangos tyrimo radinius, aptikome, kad antrame tyrimo etape tapo mažiau aktualūs kai kurie supervizijų santykių bei supervizijos proceso aspektai ir išryškėjo kitų aspektų aktualumas, o tai padeda suprasti refleksyvumo fenomeno virsmą laikui bėgant.

Kitame skyrelyje palyginsime moterų ir vyrų pirmojo ir antrojo tyrimo etapo radinius, išskirsime abiem lytims būdingus refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius bei specifinius, kuriai nors vienai lyčiai būdingus refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius.

3.3 Moterų ir vyrų radinių palyginimas bei tyrimo radinių apibendrinimas

Supervizuojamųjų lyties reikšmė supervizijos procese kol kas itin menkai empiriškai tyrinėta. Atliktos literatūros apžvalga mus paskatino supervizijos

procesė ieškoti tiek universalių, abiem lytims būdingų, tiek specifinių refleksyvumą plėtojančių ir slopinančių veiksnių. Tyrimo duomenų analizė atskleidė tiek universalius, abiejų lyčių atstovams būdingus refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius, tiek specifinius, refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius, būdingus tik moterų ar tik vyrų imčiai. 11 lentelėje pateiksime abiejų lyčių tyrimo dalyvių refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius pirmame ir antrame tyrimo etape. Šioje lentelėje paryškintu raudonu šriftu pažymėti universalūs, abiem lytims būdingi refleksyvumą plėtojantys ir slopinantys veiksniai.

11 lentelė. Refleksyvumą plėtojantys ir slopinantys veiksniai moterų ir vyrų imtyse pirmame ir antrame tyrimo etape

Tyrimo dalyvių moterų patyrimai		Tyrimo dalyvių vyrų patyrimai	
Refleksyvumą plėtojantys veiksniai		Refleksyvumą plėtojantys veiksniai	
T1 (2018 m.)	T2 (2021 m.)	T1 (2018 m.)	T2 (2021 m.)
Ilgalaikiai supervizijų santykiai: <i>supervizijų santykių baigtinumo išgyvenimo svarba, tylos pauzių svarba</i>	Ilgalaikiai supervizijų santykiai: <i>pasitikėjimo patirčių ilgalaikiame supervizijų santykyje kokybė; padidėjęs kūno sąmoningumas; besivystanti autonomija</i>	Aiškios supervizijų santykio ribos: <i>supervizijos ir terapijos ribų neperžengimas</i> , dalykinio santykio išlaikymas	Ilgalaikio supervizijų santykio svarba refleksyvumo plėtrai: <i>ypatingo buvimo su supervizore (-iumi) patyrimas; „mes“ svarba supervizijų santykyje</i>
Tarpusavio pasitikėjimo, bendrumo ir kolegialumo supervizijų santykyje išgyvenimo svarba: <i>domėjimasis supervizuojamosios gyvenimo kontekstu; rūpinimasis jaukia supervizijos atmosfera</i>	Supervizorės dėmesingumas supervizuojamajai kaip žmogui	Tylos pauzių supervizijų santykyje svarba	Saugi supervizijos atmosfera: <i>supervizorės (-iaus) rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį; nevertinanti supervizorės (-iaus) nuostata; priėmimo patyrimas</i>

Frustruojantys išgyvenimai supervizijų santykyje – refleksyvumo „paleidžiamasis mechanizmas“	Supervizorės rūpinimasis „mes“ erdvės kūrimu: <i>dėmesingumas fizinei erdvei; dėmesingumas supervizijos procesui</i>	Saugi supervizijos atmosfera: <i>nevertinanti supervizorės nuostata; supervizorės rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį</i>	Domėjimasis supervizuojamuoju kaip žmogumi
Supervizorės dėmesys emociniams supervizuojamosios išgyvenimams: dėmesingumas supervizuojamosios jausmams, kylantiems klientui / klientei; dėmesingumas supervizuojamosios jausmams, kylantiems „čia ir dabar“ supervizijos procese	Supervizorės paprastumas	Supervizorės sutelktumas į „čia ir dabar“: <i>supervizuojamųjų „čia ir dabar“ kilusių jausmų atspindėjimas; kūno reakcijų atspindėjimas; supervizoriaus sutelktumas į supervizorių ir supervizuojamųjų santykius</i>	Supervizorės (-iaus) atviri pasidalijimai: <i>supervizorės (- iaus) pasidalijimai savo matymų; supervizorės (-iaus) pasidalijimai savo profesinė patirtimi</i>
Supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas	Supervizorės ekspertiškumas	Supervizorės „ne-žinojimo“ pozicija	Reikiamos supervizijų darbinės įtampos palaikymas
Supervizorės „ne-žinojimo“ pozicija	Supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas	Supervizorės dalijimasis savo profesine patirtimi	Supervizorės (-iaus) lankstumas
Refleksyvumą slopinantys veiksniai		Supervizorės lankstumas	Supervizorės (-iaus) autentiškumas
Dalijimasis asmenine, o ne profesine patirtimi	„Šalutinis“ supervizijų	ilgalaikių santykių	Supervizorės autentiškumas

poveikis: *supervizorės „ne-
žinojimo“ pozicijos
praradimas; supervizijų
darbinės įtampos mažėjimas*

Supervizorės nelankstumas	Supervizorės ekspertiškumas	Refleksyvumą slopinantys veiksniai	
Supervizuojamosios jausmas, kad yra nelaukiama supervizijoje	Supervizorės „daugžodžiavimas“		Ilgalaikių supervizijų santykių „šalutiniai efektai“: <i>supervizorės (-iaus) „ne- žinojimo“ pozicijos praradimas; supervizijos darbinės įtampos mažėjimas</i>
Pernelyg didelis fizinis atstumas tarp supervizorės ir supervizuojamosios supervizijos procese	Didaktinis pobūdis	supervizijos	Supervizorės (-iaus) kritiškumas
Supervizuojamosios gėdos ir stipraus nerimo išgyvenimai			Supervizorės (-iaus) neįsitraukimas
Didaktinis supervizijos pobūdis			

Kad vyrų ir moterų radinių palyginimas būtų labiau struktūruotas, iš pradžių aptarsime **pirmosios bangos interviu** vyrų ir moterų radinių panašumus ir skirtumus.

Pirmosios bangos interviu metu atsiskleidė, kad *ilgalaikiai supervizijų santykiai* abiejų lyčių tyrimo dalyviams buvo svarbiausias veiksnys, plėtojantis refleksyvumą. Tyrimo dalyvės moterys refleksyvumą plėtojančiu veiksmu įvardijo ilgalaikį supervizijų santykį, kai įsisąmoninamas jo baigtinumas. Tyrimo dalyviai vyrai supervizijų santykio baigtinumo neįvardijo kaip svarbaus. Tyrimo dalyviams vyrams svarbus refleksyvumą plėtojantis veiksnys buvo *aiškos supervizijų santykio ribos* ir *dalykinis supervizijų santykio pobūdis*. Abiejų lyčių tyrimo dalyviai *supervizijos ir terapijos ribos* neperžengimą laikė refleksyvumą plėtojančiu veiksmu. Taip pat abiejų lyčių tyrimo dalyviai akcentavo *tylos pauzių* supervizijos procese vertę. Tyrimo dalyvės moterys tylos pauzių patirtis siejo su itin gilaus dialogo su supervizorėmis išgyvenimais, patirtomis įžvalgomis ir didėjančia tolerancija pačioms tylos pauzėms. Gebėjimą išbūti tylos pauzes tyrimo dalyvės apibūdino kaip besiplėtojančio refleksyvumo požymį. Tyrimo dalyviai vyrai taip pat teigė, kad tylos pauzes neretai lydi patiriamos įžvalgos. Tyrimo dalyvėms moterims svarbus refleksyvumą plėtojantis veiksnys supervizijų santykiuose buvo *tarpusavio pasitikėjimas, bendrumas ir kolegialumas*. Šio aspekto neminėjo tyrimo dalyviai vyrai. Tyrimo dalyvės moterys refleksyvumą plėtojančiu veiksmu įvardijo supervizorių dėmesingumą ne tik jų pristatomiems atvejams, bet ir supervizorių *domėjimąsi* jomis, tyrimo dalyviai vyrai šį aspektą minėjo, bet ne itin jį akcentavo pirmame tyrimo etape. Abiejų lyčių tyrimo dalyviai refleksyvumą plėtojančiu veiksmu įvardijo supervizijų metu kuriamą *atmosferą*. Tyrimo dalyvės moterys akcentavo *jaukią*, o tyrimo dalyviai vyrai – *saugią* supervizijos aplinką. Supervizorių sutelktumo į „čia ir dabar“ svarba buvo akcentuojama abiejų lyčių tyrimo dalyvių. Tyrimo dalyvėms moterims buvo svarbus tiek supervizorių dėmesingumas jų emocijoms, kylančioms tiesiogiai supervizijos procese, tiek jų jausmams, kuriuos jaučia savo psichoterapijos klientams. Tyrimo dalyviai vyrai pažymėjo, kad jiems refleksyvumą plėtojantis veiksnys buvo supervizorių atspindėjimas jų emocijų „čia ir dabar“ supervizijos procese, taip pat jų kūno reakcijų atspindėjimas. Supervizorių „ne-žinojimo“ pozicija abiejų lyčių tyrimo dalyviams buvo svarbi plėtojant refleksyvumą. Ir tyrimo dalyviams vyrams, ir tyrimo dalyvėms moterims refleksyvumą plėtojo supervizorių *dalijimasis savo profesine patirtimi*, tačiau tyrimo dalyvės moterys, skirtingai nei tyrimo dalyviai vyrai, paminėjo, kad supervizorių dalijimasis *asmenine*, o ne profesine patirtimi neplėtoja refleksyvumo. Tyrimo dalyviams vyrams buvo

svarbus rūpestingai supervizorių teikiamas grįžtamasis ryšys, o tyrimo dalyvės moterys šio aspekto neminėjo. Tyrimo dalyviai vyrai tokias supervizorių charakteristikas kaip *lankstumas* bei *autentiškumas įvardijo* kaip refleksyvumą plėtojančius veiksnius. Tyrimo dalyvės moterys pirmame tyrimo etape minėjo, kad tokie frustruojantys išgyvenimai, kaip antai atviri supervizorių atspindėjimai, „nepatogūs“ klausimai, neskubėjimas suprasti ir „ne-žinančiojo“ pozicijos užėmimas supervizijų procese, buvo labai svarbūs refleksyvumą plėtojančius veiksniai. Tyrimo dalyviai vyrai neminėjo patiriamų frustruojančių, bet refleksyvumą plėtojančių veiksmų.

Dalydamiesi savo patirtimi apie refleksyvumą slopinančius veiksnius, tiek tyrimo dalyvės moterys, tiek tyrimo dalyviai vyrai pirmame tyrimo etape minėjo *didaktinio pobūdžio superviziją* kaip nepadedančią plėtoti refleksyvumo. Tyrimo dalyvėms moterims didaktinio stiliaus supervizija suteikdavo tik trumpalaikių, greitai užmirštamų žinių, o tyrimo dalyviai vyrai didaktinę superviziją patyrė kaip slopinančią refleksyvumo plėtrą. Refleksyvumą slopinančiu veiksmu tyrimo dalyvės moterys įvardijo jausmą, kylantį, kai *supervizorės jų nelaukia* ateinančių į superviziją, taip pat kai tarp supervizorės ir supervizuojamosios būna pernelyg *didelis atstumas fizinėje erdvėje*. Stipraus nerimo ir gėdos išgyvenimai tyrimo dalyvėms moterims taip pat neplėtojo refleksyvumo. Tyrimo dalyviai vyrai minėjo, kad refleksyvumą slopino supervizorių *daugžodžiavimas* ir *neįsitraukimas*.

Įdomu yra ir tai, kad didžiausi skirtumai tarp lyčių pirmame tyrimo etape pasireiškė tuo, jog tyrimo dalyvės moterys savo interviu kalbėjo apie *refleksyvumo vystymosi etapus* ilgalaikiame supervizijų santykiuose ir apie „*vidinio supervizoriaus užgimimą*“. Apie refleksyvumo vystymosi etapus ir „vidinį“ supervizorių nekalbėjo tyrimo dalyviai vyrai.

Antrosios interviu bangos radiniuose pastebėjome, kad tyrimo dalyvių refleksyvumo pokyčiai supervizijoje vyksta panašiomis kryptimis, tačiau kaip ir pirmojo tyrimo etapo metu aptikome kai kurių skirtumų tarp abiejų lyčių tyrimo dalyvių patirčių.

Įdomu, kad antrame tyrimo etape abiejų lyčių atstovai įvardijo *ilgalaikių supervizijų santykių dvylipumą* kaip refleksyvumą plėtojančią ir kartu slopinančią veiksnį. Abiejų lyčių tyrimo dalyviai mini, kad ilgalaikiame supervizijų santykiuose atsiranda „*šalutinių efektų*“: ima mažėti reikiama supervizijos procesui *darbinė įtampa*, silpnėti supervizorių „*ne-žinojimo*“ pozicija.

Tyrimo dalyvės moterys, kalbėdamos apie ilgalaikio supervizijų santykio įtaką refleksyvumo plėtrai, minėjo, kad ilgalaikiame supervizijų santykiuose svarbus *pasitikėjimas*, *išaugęs kūno sąmoningumas* ir *besivystanti autonomija*. O tyrimo dalyviai vyrai, kalbėdami apie refleksyvumą

plėtojančius veiksnius supervizijų santykyje, minėjo *ypatingo buvimo su supervizore* svarbą, akcentuodami supervizorių dėmesingumą ne tik jų pristatomiems atvejams, bet ir jiems patiems. Svarbu priminti, kad pirmame tyrimo etape tyrimo dalyviai vyrai šį aspektą menkai akcentavo, jis buvo ryškesnis tyrimo dalyvių moterų patyrimuose. Šiame tyrimo etape tyrimo dalyviai vyrai minėjo „mes“ atsiradimą ilgalaikiame supervizijų santykyje, kuri apibrėždavo kaip tokį buvimą supervizijos procese, dėl kurio vyksta transformaciniai supervizuojamųjų pokyčiai, lemiantys gilesnį ne tik jų psichoterapinio darbo, bet ir gyvenimo įsisąmoninimą. Apie „mes“ erdvės svarbą supervizijos procese tyrimo dalyvės moterys kalbėjo pirmame tyrimo etape. Antrame tyrimo etape, kaip ir pirmame, tyrimo dalyviai vyrai akcentavo *saugios atmosferos*, kaip refleksyvumą plėtojančio veiksnio, svarbą.

Antrame tyrimo etape tiek tyrimo dalyvės moterys, tiek tyrimo dalyviai vyrai, kaip ir pirmame etape, kalbėjo apie supervizorių buvimo būdo svarbą supervizijos procese plėtojant refleksyvumą. Tyrimo dalyviai vyrai akcentavo, kaip svarbu supervizoriams atvirai dalytis tiek savo pastebėjimais ir išvalgomis pačiame supervizijos procese, tiek savo profesine patirtimi. Šių aspektų nebuvo aptikta tyrimo dalyvių moterų interviu duomenyse. Tačiau kaip ir pirmame tyrimo etape tyrimo dalyvės moterys minėjo, kaip *svarbu neperžengti supervizijos ir psichoterapijos ribos*, kuri joms suteikia saugumo jausmą supervizijos procese. Tyrimo dalyviai vyrai antrame tyrimo etape įvardijo reikiamos *supervizijų darbinės įtampos* svarbą plėtojant refleksyvumą, jie šį fenomeną apibūdindavo kaip būtiną reflektavimo sąlygą, kuri apima nemažai aspektų: susidūrimą su supervizoriaus humoru, konfrontavimu, su autentišku ir „nepatogiu“ buvimu. O tyrimo dalyvės moterys šio aspekto neišskyrė, tačiau, kalbėdamos apie „šalutinius“ ilgalaikio supervizijų santykio šalutinius efektus, minėjo reikiamos supervizijų įtampos mažėjimą kaip refleksyvumą slopinantį veiksnį.

Norime atkreipti dėmesį ir į tai, kad antrame tyrimo etape tiek tyrimo dalyviai vyrai, tiek tyrimo dalyvės moterys minėjo supervizoriaus asmenybės charakteristikų svarbą plėtojant refleksyvumą. Tyrimo dalyvėms moterims ypač svarbus buvo supervizorių *paprastumas*. Tai jos siejo su supervizorių natūralumu ir ramumu supervizijos procese. O tyrimo dalyviams vyrams refleksyvumą plėtojantis veiksnys buvo supervizorių *autentiškumas* ir *lankstumas*. Šias charakteristikas jie minėjo ir pirmame tyrimo etape. Antrame tyrimo etape atsiskleidė, kad tyrimo dalyvėms moterims *supervizorių ekspertiškumas* buvo tiek refleksyvumą plėtojantis, tiek slopinantis veiksnys. Svarbu paminėti ir tai, kad antrame tyrimo etape, palyginti su pirmuoju, tyrimo dalyviai vyrai iš esmės dažniau nei tyrimo dalyvės moterys kalbėjo

apie refleksyvumą slopinančius veiksnius supervizijos procese, jiems priskyrė ir supervizorių *kritiškumą* bei *neįsitraukimą*.

Taigi mūsų atliktas tyrimas išryškino tiek universalius, abiejų lyčių tyrimo dalyviams būdingus refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius, tiek skirtumus. Šis palyginimas tarp lyčių padėjo pamatyti ir tęstinio tyrimo svarbą – kai kurie pirmame tyrimo etape tyrimo dalyvių išskirti aspektai pasikeitė laikui bėgant, įgijo kitas prasmes arba prarado reikšmingumą.

4. DISKUSIJA

Šio dvejus metus ir aštuonis mėnesius trukusio kokybinio testinio tyrimo metu sukauptame nemažai medžiagos apie refleksyvumo pokyčius egzistencinės terapijos supervizijos procese. Šiame skyriuje išsamiau aptarsime tai, kas labiausiai išryškėjo mūsų atliktame tyrime, išskirsime refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius supervizijos procese, paliesdami ir tarp lyčių aptiktus panašumus bei skirtumus, mėginsime formuluoti išvalgas, kurios galėtų papildyti tiek teorinę supervizijų literatūrą, tiek būtų pritaikomos supervizijų praktikoje. Šiame skyriuje aptarsime prieš tai pristatytus tyrimo radinius, gretindami juos su kitų autorių darbais. Norisi priminti skaitytojams, kad, aprašant kokybinių tyrimų duomenis, su kitų autorių tyrimais susipažįstama tik išanalizavus ir pristčius savo tyrimo rezultatus. Tai svarbu siekiant išlaikyti fenomenologinę poziciją ir vengiant prikaupiti „žinojimo“ apie tyrinėjamą reiškinį. Tad kitų autorių straipsniai yra kaupiami atskirame aplanke, bet nėra analizuojami, jų analizė pradedama tik rašant šią disertacijos dalį. Svarbu paminėti ir tai, kad doktorantūros metu rašytos publikacijos ir dalyvavimas konferencijose, taip pat iki stojimo į doktorantūrą rašyta publikacija suteikė tam tikro „žinojimo“, tačiau jis buvo nuolat reflektuojamas tyrėjos dienoraštyje.

4.1 Radinių aptarimas kitų tyrimų kontekste

4.1.1 Ilgalaikių supervizijų santykių įtaka refleksyvumui

Ilgalaikiai supervizijų santykiai kaip svarbiausias refleksyvumą plėtojantis veiksnys buvo akcentuojamas abiejų lyčių tyrimo dalyvių tiek pirmame, tiek antrame tyrimo etape. Tyrimo dalyvės moterys jį akcentavo abiejuose tyrimo etapuose, tyrimo dalyviai vyrai – labiau antrame. Tyrimo dalyvės moterys akcentavo, kad ilgalaikiame supervizijų santykyje atsiranda pasitikėjimas ir dialogiškumas ir tai sukelia gilius transformacinius pokyčius. Tai nestebina, nes žmonės didžiąją dalį žinių įgyja iš santykio su kitu, tačiau, kad mokymasis būtų sėkmingas, turi būti sukurti pasitikėjimu grįsti santykiai tarp mokytojo ir mokinio. Pirmame tyrimo etape abiejų lyčių tyrimo dalyviai akcentavo supervizijų santykių aspektus, plėtojančius refleksyvumą, o antrame tyrimo etape abiejų lyčių tyrimo dalyvių interviu išryškėjo ilgalaikių supervizijų **dvilypumas**, pabrėžiantis tiek plėtojančius, tiek slopinančius ilgalaikių supervizijų santykių veiksnius. Abiejų lyčių tyrimo dalyviai mini, kad ilgalaikiame supervizijų santykyje silpnėja refleksyvumą plėtojanti supervizijų darbinė įtampa, supervizorių „ne-žinojimo“ pozicija, gali atsirasti

tam tikras supervizijos proceso „patogumas“, mažėti naujumo, supervizoriai ir supervizuojamieji gali prarasti fenomenologinę poziciją, supervizuojamieji gali pradėti per daug pasitikėti autoritetu.

Iš esmės mūsų tyrimo dalyvių akcentuojama supervizijų santykių svarba plėtojant profesines kompetencijas turi ryšį su kitų autorių darbais, kuriuose taip pat minimi supervizijų santykių aspektai, turintys įtakos supervizuojamųjų kompetencijų didėjimui. Kiti autoriai, nesvarbu, kokia jų teorinė paradigma, pažymi supervizoriaus ir supervizuojamojo santykių kokybės svarbą, akcentuodami, kad jie yra supervizijų darbinio aljanso¹³ pagrindas ir vienas svarbiausių supervizijų efektyvumą lemiančių veiksnių (Bernard & Goodyear, 2008; Bordin, 1983; Buliubash, 2003; Gilbert & Evans, 2000; du Plock, 2009; Kočiūnas, 2005, 2018; Krug & Schneider, 2016; McMahon, 2013; Pack, 2009; Pett, 1995; Ramos-Sanchez et al., 2002; van Deurzen, 2009; Yontef, 1996), o supervizoriaus ir supervizuojamo terapeuto santykiams yra teikiamas svarbiausias egzistencinės supervizijos darbo dėmesys (du Plock, 2009; Kočiūnas, 2005; Kočiūnas, 2018; Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Vaštakė & Skruibis, 2021). Straipsnių autoriai, akcentuodami dialogo pagrindu kuriamų supervizijų santykių svarbą, teigia, kad dialoginiai supervizijų santykiai plėtoja supervizuojamųjų reflekyviasias kompetencijas (Calvert et al., 2016). Tačiau nė viename literatūros šaltinyje mums nepavyko aptikti būtent ilgalaikių supervizijų santykių ir reflekyviųjų kompetencijų vystymosi sąsajų bei ilgalaikių supervizijų santykių dvilypumo aspekto, kuris buvo aptiktas mūsų tyrime.

Mūsų tyrime buvo identifikuotas ir ilgalaikių supervizijų santykių **baigtinumo** aspektas, kuris nebuvo aptiktas kitų autorių darbuose. Šis naujas radinys susisieja su Kočiūno (2009) mintimi, kad įsisąmonindami baigtinumą kaip neginčijamą egzistencijos faktą mes galime atsigręžti į gyvenimo turinio ir įprasminimo klausimą, o tai, mūsų manymu, gali būti pritaikoma ir supervizijų santykių kontekstui, nes baigtinumo pripažinimas suteikia pozityviausią realumą, o kiekvienai valandai – absoliučią reikšmę (Kočiūnas, 2009). Mūsų tyrimo dalyviai minėjo, kad, suvokdami supervizijų santykių baigtinumą, jie efektyviau išnaudojo supervizijos laiką, atsakingiau dėlįjosi prioritetinius supervizijoje keliamus klausimus jų neatidėdami vėlesniam laikui.

Pasitikėjimas, atsirandantis tarp supervizorių ir supervizuojamųjų kaip svarbus refleksyvumą plėtojantis supervizijų santykių veiksnys, taip pat buvo aptiktas mūsų tyrime. Jį ypač akcentavo tyrimo dalyvės moterys tiek pirmame,

¹³ Darbinis aljansas – sąmoningas abiejų proceso dalyvių (supervizoriaus ir supervizuojamojo) susijungimas bendram darbui, kuriame svarbu ir patyrimo plėtra, ir išgyvenimo stebėjimas bei didėjantis sąmoningumas (Gudaitė, 2008).

tieki antrame tyrimo etapuose. Pirmame mūsų tyrimo etape rasta, kad supervizijų darbo pradžioje pasitikėjimas yra išgyvenamas kaip atviras buvimas su supervisorėmis ir atsiranda jis ilgalaikiame supervizijų santykiuose. Antrame tyrimo etape pasitikėjimas buvo siejamas su leidimu supervizijos procese būti įvairioms supervizuojamųjų emocijoms: pykčiui supervisorėi, leidimui nesutikti, konfrontuoti. Tai siejasi su Macaro (2009) teigimu, kad supervizijų santykiuose profesinis augimas galimas tik tada, kai supervizuojamasis gali būti autentiškas – be „kaukių“. Kiti autoriai taip pat pabrėžia pasitikėjimo supervizijų santykiuose svarbą, siedami jį su supervizuojamųjų gebėjimu kurti darbinį aljansą su savo psichoterapijos klientais (McMahon, 2013; Ramos-Sanchez et al., 2002; Vallance, 2005; Weeks, 2002). Pasitikėjimo dinamika supervizijų santykiuose gali būti siejama ir su santykiu su autoritetu dinamika (Falender & Shafranske, 2009; Hinds & Andrews, 2011), kai pradžioje supervisorius yra matomas kaip ekspertas, prisiimantis daugiau atsakomybės už tai, kas supervizuojamajam gali būti naudinga, o vėliau ilgalaikiame supervizijų santykiuose atsiranda daugiau lygiavertiškumo, santykiai tampa labiau horizontalūs (Hinds & Andrews, 2011). Pasitikėjimas supervisoriumi kaip autoritetu taip pat gali turėti sąsajų su supervizuojamojo kultūriniais ypatumais ir lytimi (Falender & Shafranske, 2009).

Pasitikėjimas, kaip svarbus supervizijų santykių aspektas, yra minimas ir kitų autorių darbuose, jis yra gretinamas su **saugumu**. Minima, kad ir pasitikėjimu, ir saugumu grįsti santykiai tarp supervisoriaus ir supervizuojamojo plėtoja supervizuojamųjų profesines kompetencijas, padeda jiems kurti terapinį darbinį aljansą su jų psichoterapijos klientais (Alfonsson et al., 2020; Bhola et al., 2017; Karpenko & Gidycz, 2012; Schamess, 2012; Stefano et al., 2017; Watkins, 2014c; Watkins, 2016), gerina savirefleksiją (McMahon, 2013); saviveiksmingumo pajautimą (Watkins, 2011; Wheeler & Richards, 2007). Nenuostabu, kad tyrimo dalyviai, išryškinę pasitikėjimo svarbą supervizijų santykiuose, greta to kaip ne mažiau svarbų supervizijų santykių aspektą mini ir saugumą, plėtojančią refleksyvumą. Friedlander su bendraautorais (2017) pabrėžia, kad tik tada, kai supervizijų santykis yra saugus, supervizuojamieji gali atsiverti ir tyrinėti savo sunkumus. Belli & Broncano (2017) pabrėžia, kad saugumas ir pasitikėjimas yra itin reikšmingi mokymosi procese, o Ladnier ir Massanari (2000) akcentuoja, kad nesaugaus prieraišumo patirtys sutrikdo pasitikėjimo kitais raidą ir neleidžia kurti lygiaverčių santykių, o tai ne tik daro neigiamą įtaką naujų dalykų mokymuisi, bet ir trukdo kreiptis pagalbos į kitą, kai jaučiamas toks poreikis. Įdomu ir tai, kad mūsų tyrime apie saugumo svarbą supervizijų santykiuose daugiau kalbėjo tyrimo dalyviai vyrai, palyginti su tyrimo dalyvėmis

moterimis. Tai galime paaiškinti tuo, kad kai kurie tyrimo dalyviai vyrai interviu metu užsiminė, jog santykis su supervizore moterimi jiems aktualizuoja motinišką santykį ir supervizorė tam tikra prasme tampa motiniška figūra: motiniško rūpesčio prisiminimas, noras savo profesinius sunkumus atverti supervizorei moteriai, gebėjimas patirti artimą ryšį su ja. Tai susisieja su Bieliauskienės (2014) įžvalga, kad asmens lytis gali turėti įtakos santykiui su autoritetu ir kad motinos kaip autoriteto vaidmuo ankstyvame gyvenimo etape yra net svarbesnis nei tėvo. Įdomu, kad tyrėjos pažymi, jog neretai psichologine prasme matomas moters ir motinos autoritetingumo nuvertinimas, tačiau mūsų tyrime tai nepasireiškė.

Saugumo jausmą supervizijų santykyje patirti padėjo **nevertinanti supervizorių nuostata**, kuri pasireiškė tuo, kad supervizorės nevertino supervizuojamojo kaip blogo terapeuto, bet gilinosi į jo sunkumus. Apie tai kalbėjo tyrimo dalyviai vyrai tiek pirmame, tiek antrame tyrimo etapuose. Nors pats terminas „supervizija“ kelia ypatingos supervizoriaus jėgos jausmą, numato hierarchinius, nelygiaverčius santykius (Mitchell, 2009; Spinelli, 2015), o viena iš supervizijų funkcijų yra supervizuojamųjų kompetencijų vertinimas, empiriniai tyrimai patvirtina, kad nevertinanti supervizorių nuostata padeda kurti lygiaverčius ir kolegiškus santykius, ir tai labai prisideda prie specialistų profesinio augimo (du Plock, 2009; Vaštakė & Kočiūnas, 2017).

Su saugumo jausmu mūsų tyrimo dalyviai susiejo ir supervizorių teikiamą **grįžtamąjį ryšį** – tyrimo dalyviai akcentavo rūpestingai teikiamo grįžtamojo ryšio svarbą. Tai susisieja su mūsų atlikta ir disertacijos teorinėje dalyje pristatyta sistemine literatūros analize ir kitais literatūros šaltiniais, kur teigiama, kad supervizorių grįžtamasis ryšys yra fundamentalus kiekvienos supervizijos komponentas (Borders et al., 2014; Heckman-Stone, 2003, Ladany et al., 1996), pagrindinė grįžtamojo ryšio funkcija yra supervizuojamųjų profesinių kompetencijų plėtojimas (Karpenko & Gidycz, 2012), supervizorių teikiamas grįžtamasis ryšys supervizuojamiesiems turi įtakos jų konsultuojamų klientų gerovei (Ladany & Melincoff, 1999). Rūpestingai teikiamas, bet ne pernelyg kritiškas grįžtamasis ryšys nekelia noro supervizuojamiesiems užimti gynybinę poziciją, kuri trukdo vyksti bet kokiems pokyčiams, o kviečia supervizuojamuosius į dialogą, refleksijas, didina jų profesines kompetencijas (Gilbert & Evans, 2000). Tyrimo dalyviai taip pat minėjo, kad labai svarbus yra atviras ir sąžiningas supervizoriaus grįžtamasis ryšys, nes tik toks padeda supervizuojamiesiems savo sunkumą ar problemą išsamiau ir atviriau pripažinti, jos nenuneigiant ir nevengiant. Tyrimais yra įrodyta, kad kai kurie supervizoriai, vengdami diskomforto jausmo, teikia supervizuojamiesiems pernelyg atlaidų, konstruktyvumo ir

reikiamo kritiškumo stokojantį grįžtamąjį ryšį, taip slopindami jų profesinių kompetencijų tobulėjimą. Tokie supervizijų santykiai, kuriuose supervizorius negali teikti sąžiningo grįžtamojo ryšio supervizuojamiesiems, vertinami kaip silpno supervizijų darbinio aljanso supervizijų santykiai, kuriuose supervizuojamieji negali tinkamai savęs įsivertinti, sužinoti apie savo trūkumus ir tobulintinas vietas, be to, savo turimas kompetencijas mato iškreiptai (Gonsalvez & Freestone, 2007; Robiner et al., 1997).

Apie rūpinimąsi **jaukia** supervizijų atmosfera kalbėjo tyrimo dalyvės moterys pirmame tyrimo etape, šis veiksnys buvo apibūdinamas kaip sukuriantis tikrumą supervizijų santykyje. Tokie tikri santykiai, kai supervizorė domisi ne tik pristatomais atvejais, bet ir supervizuojamųjų **gyvenimo kontekstu**, buvo įvardyti kaip refleksyvumą plėtojantis veiksnys. Šios tyrimo dalyvių patirtys siejasi su Watkins (2012b) aprašytu „realių supervizijų santykių“¹⁴ fenomenu, kuris yra būtinas supervizijoje, kad ir kokia būtų jos teorinė paradigma. Realiais supervizijų santykiais autorius vadina tokius, kurie neapsiriboja supervizoriaus ir supervizuojamojo „vaidmenimis“, tokiuose santykiuose yra vietos pasidalyti supervizoriaus ir supervizuojamojo gyvenimais, pasidžiaugti įvykiais, nėra vengiama paspausti ranką ar kartu pajuokauti. Kočiūnas (2005) akcentuoja kuriamos supervizijoje atmosferos svarbą, pabrėždamas, kad už jos kūrimą yra atsakingas supervizorius. Anot autoriaus, supervizorius, turėdamas omenyje supervizuojamųjų pažeidžiamumą, turi kurti tokią supervizijų proceso atmosferą, kurioje būtų palaikoma ir plėtojama supervizuojamųjų profesinė savivertė, atsakingai naudotis savo kaip autoriteto galia.

Mūsų tyrime abiejų lyčių tyrimo dalyvių minima **supervizijos ir terapijos ribos neperžengimo svarba** yra pabrėžiama ir kitų autorių darbuose. Tyrimo dalyviai vyrai jau pirmojo tyrimo etapo interviu akcentavo, kad svarbu nustatyti supervizijų santykio ribas ir jas išlaikyti, o moterys pirmame etape to neakcentavo. Tai gali būti paaiškinta santykio su autoritetu dinamika – moterys labiau linkusios su autoritetu kurti empatiją grindžiamą ryšį, o vyrai – analitiškesnį, didesniu atstumu pasižymintį santykį (Bieliauskienė & Gudaitė, 2014). Supervizijos ir terapijos ribų svarbą pažymi daugelis autorių. Jie teigia, kad tik laikantis supervizijų santykių ribų galima sukurti tinkamą supervizijų darbinį aljansą, ribų apsibrėžimas ir laikymasis padeda supervizijų santykį atskirti nuo bet kokio kito profesinio santykio (Heru et al., 2004; Knapp et al., 2006). Barnett (2009) ir Heru (2004) akcentuoja, kad

¹⁴ Realūs supervizijų santykiai – realistiški, autentiški ir nuoširdūs santykiai tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, kur supervizorius leidžia sau būti pažeidžiamam, pripažįstančiam savo klaidas (Lewis, 2001; Watkins, 2012b).

supervizijoje leidžiama būti įvairiems supervizuojamųjų jausmams, tačiau šie jausmai nėra analizuojami, nes tai psichoterapijos, o ne supervizijos užduotis. Žinojimas, kad ši riba nebus peržengta, kelia saugumo ir pasitikėjimo supervisoriumi jausmą (Barnett, 2009). J. Plock (2009) akcentuoja, kad supervisorių gebėjimas pajusti psichoterapijos ir supervizijos ribas ir jų laikytis yra labai svarbus supervisorių įgūdis. McMahon (2013) akcentuoja, kad supervizijos procese supervizuojamojo emocinės būsenos tyrinėjimas gali kelti emocinio išsekimo jausmą.

Įdomu, kad pirmame tyrimo etape tyrimo dalyvės moterys pabrėžė **bendrumo, kolegialumo** santykių svarbą supervizijoje, tačiau to neminėjo tyrimo dalyviai vyrai. Bendrumo ir kolegialumo aspektas supervizijų santykyje kaip svarbus veiksnys, plėtojantis supervizuojamųjų profesines kompetencijas, yra minimas ir kitų autorių darbuose (Mangione et al., 2011; McMahon, 2013; Calvert et al., 2016; Vaštakė & Kočiūnas, 2017). Kolegialūs supervizijų santykiai sumažina supervisoriaus galią, išlygina santykius, o tai mažina supervizuojamųjų nerimą ir baimę klysti (McMahon, 2013; Falender & Shafranske, 2009).

Frustruojantys išgyvenimai, arba *supervizijų darbinė įtampa*, tyrimo dalyvių apibūdinami kaip supervizuojamųjų jaučiamas diskomfortas supervizijoje, buvo siejami su atvirais supervisorių atspindėjimais, „nepatogiais“ klausimais, su supervisorių neskubėjimu suprasti ir „nežinojimo“ pozicijos išlaikymu. Visa tai, anot tyrimo dalyvių, lemdavo reikšmingus transformuojančius pokyčius tiek supervizijos, tiek terapijos procesuose. Šio radinio negalime sugretinti su kitų autorių darbais, nes tokio aspekto nepavyko rasti.

Tylos pauzės, kaip refleksyvumą plėtojantis veiksnys supervizijos procese, paminėtas abiejų lyčių tyrimo dalyvių interviu, turi ryšį su Vaštakės ir Kočiūno (2017) atliktu tyrimu, kuriame buvo aptikta tylos pauzių svarba supervizijos procese, tačiau nebuvo aišku, kas konkrečiai jose vyksta. Kvedaravičiūtės (2020) magistro darbe, kurio dėmesys buvo sutelktas į supervizuojamųjų savirefleksyvumo patirtis tylos pauzėse supervizijos procese, aptikta, kad savirefleksyvumo plėtrai supervizijos procese tylos pauzėse yra svarbūs saugūs ir lygiaverčiai supervizijų santykiai, taip pat atviras patirčiai, gebantis toleruoti neapibrėžtumą bei teikti palaikymą ir padėti nusiraminti supervisorius, prisiderinantis prie individualaus supervizuojamojo tempo tyloje. Anot Kočiūno (2009), per tylos pauzių patirtis yra artėjama prie autentiško buvimo, jose vyksta lyg apsivalymas prieš nuoširdų ir atvirą bendravimą.

Mūsų tyrime taip pat išryškėjo **neverbalinio dialogo svarba** supervizijų santykiuose. Šis radinys, paminėtas tyrimo dalyvių moterų pirmame tyrimo

etape kaip supervizorių dėmesingumas supervizuojamųjų neverbalinei kalbai, transformavosi į kiek kitokį akcentą, pabrėžiantį, kad ilgalaikiame supervizijų santykiuose didėja **kūno sąmoningumas** – ne tik kūno savirefleksija, bet ir fizinis savirefleksyvumas. Kol kas moksliniuose supervizijų tyrimuose neverbalinės kalbos svarbai skiriama pernelyg mažai dėmesio, tačiau neverbalinis dialogas supervizijų santykiuose yra labai svarbus, susijęs su refleksyvumo plėtra. Šis mūsų tyrimo radinys susisieja su pristatyta teorine dalimi, kur kitų autorių darbuose aptinkame, kad neverbalinis dialogas ir kūno reakcijų stebėjimas supervizijos procese plėtoja supervizuojamųjų savirefleksyvumą, o tai persikelia ir į jų darbą su psichoterapijos klientais (Stella et al., 2020). Taip pat supervizoriaus atidumas supervizuojamojo neverbalinėms reakcijoms, buvimas tylos pauzėje, jautrumas kalbos tempui, balso intonacijos kitimui ir pan. padeda supervizuojamajam labiau suprasti savo sunkumus (Vaštakė & Kočiūnas, 2017).

Mūsų tyrime išryškėjo ir supervizijų santykių aspektai, **slopinantys refleksyvumo plėtrą**. Pirmojo tyrimo etapo metu tyrimo dalyvių moterų minima optimalaus **fizinio atstumo** tarp supervisorės ir supervizuojamosios svarba tapo nauju, kitų autorių darbuose iki šiol neaptiktu radiniu. Tyrimo dalyvės dalijasi patirtimi, kad pernelyg didelis fizinis atstumas tarp supervizijos dalyvių kelia abejonių dėl supervisoriaus „pasinėrimo“ į supervizijos procesą ir gebėjimo dalyvauti jame „visiškai ištraukus“, būnant fiziškai taip toli. Tai neprisideda prie refleksyvumo plėtos. Buvimas ištraukus supervizijos procese turi įtakos supervizuojamųjų ištraukimui į psichoterapijos procesą su savo psichoterapijos klientais, o tai lemia kokybiškesnį psichoterapijos darbinio aljanso kūrimą (Plantade-Gipch, 2021).

Kitas santykių aspektas, neprisidedantis prie refleksyvumo plėtos, yra supervizuojamųjų jausmas, kad jos nėra **laukiamos**. Šį aspektą paminėjo tik tyrimo dalyvės moterys. Jis siejamas su tyrimo dalyvių pojūčiu, kad jų supervisorės nėra visiškai iki galo ištraukusios ir „pasinėrusios“ į supervizijos procesą, o tai lemia ir pačių supervizuojamųjų ištraukimą į supervizijos procesą. Šis radinys siejasi su McMahon (2013) tyrimu, kuriame pabrėžiama, kad supervizuojamiesiems ypač svarbus jausmas, kad jie yra laukiami ir svarbūs, nes tai turi įtakos jų profesinių kompetencijų augimui.

Apie supervizorių **neįsitraukimą** į supervizijos procesą ir jo poveikį refleksyvumui antrame tyrimo etape kalbėjo ir tyrimo dalyviai vyrai. Jų minimas supervizorių neįsitraukimas buvo juntamas kaip menkas susidomėjimas jų pristatomu atveju. Tai siejosi su kitų autorių darbais, kuriuose minima, kad supervizoriaus susidomėjimas ir įsitraukimas į pristatomą atvejį padeda supervizuojamiesiems labiau įsigilinti į sunkumus, juos suprasti (du Plock, 2009; Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Watkins, 2013).

Didaktinis supervizijos pobūdis abiejų lyčių tyrimo dalyvių buvo vadinamas „negyvosiomis žiniomis“ ir vertinamas kaip neplėtojantis refleksyvumo. Tyrimo dalyviai minėjo, kad supervizorių paaiškinimai be emocinio įsitraukimo suteikia tik trumpalaikių, greitai užmirštamų žinių, nes nesukelia giluminių transformacinių pokyčių. Šis mūsų tyrimo radinys turi ryšį su kitų autorių darbais. Reichelt ir Skjerve (2001) atliktame tyrime su supervizorių ir supervizuojamųjų diadomis paaiškėjo, kad profesinių kompetencijų neplėtoja supervizoriaus autoritarinė pozicija, jo skaitomos „mini paskaitos“ ar pateikiamos ekspertinės interpretacijos. Egzistencinėje fenomenologinėje supervizijoje didaktinė supervizoriaus pozicija nėra priimtina, atvirkščiai, supervizorius yra supervizuojamojo „palydovas“, „(ko)tyrinėtojas“, o supervizija nukreipta į tai, kaip padėti supervizuojamajam patirti kuo glaudesnę kontaktą su savo sunkumais (Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Vaštakė & Skruibis, 2021; van Deurzen, 2009; du Plock, 2009). du Plock (2009) rašo, kad pagrindinis egzistencinės supervizijos dėmesys yra skirtas „čia ir dabar“ procesui tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, nes supervizijų kambaryje nėra kliento, yra tik „terapeutas, kuris sutiko klientą“. Krug ir Scheider (2016) taip pat rašo apie egzistencinės terapijos supervizijos nedidaktinį pobūdį, akcentuodami, kad egzistencinės terapijos supervizijoje mokomasi kaupiant patyrimą, nes, anot autorių, „techniškai“ neįmanoma išmokyti būti empatiškam ar kurti psichoterapinį ryšį, tai įmanoma tik būnant su „kitu“ supervizijos procese. Šie autoriai taip pat pažymi, kad didaktinė supervizija nedidina psichoterapijos efektyvumo. Mitchell (2009) akcentuoja, kad egzistencinės terapijos supervizijoje supervizuojamieji nėra mokomi „įgūdžių“ ar „technikų“, kurias paskui galėtų naudoti darbe su savo klientais. Supervizuojamųjų kompetencijos yra plėtojamos tik per „buvimą kartu“ su supervizoriumi, jų unikaliame supervizijų santykiyje. Šią mintį praplečia Kočiūnas (2005), pabrėždamas, kad supervizijų santykiyje „buvimas kartu“ reiškia laisvės suteikimą supervizuojamajam atvirai dalytis viskuo, kas iškyla supervizijos procese, užduoti įvairius klausimus, dalytis tiek savo jausmais klientams, tiek jausmais, kurie kyla betarpiškai supervizijos procese. Kalbant apie kitus supervizijų teorinius modelius, svarbu paminėti, kad didaktinis supervizijos stilius yra naudojamas kur kas dažniau. Pavyzdžiui, kognityvinėje supervizijoje, kur santykis tarp supervizorių ir supervizuojamųjų formuojamas labiau kaip mokytojo ir mokinio, supervizorius mokytojas moko supervizuojamuosius įvairių technikų, metodikų, kurias jie turi taikyti savo klientams, skiria supervizuojamiesiems namų užduotis ir jas tikrina, vertina jų psichoterapijos klientų „progresą“, taigi supervizijoje yra taikomi didaktiniai metodai (Alfonsson et al., 2017). Psichodinaminėje supervizijoje taip pat yra taikomi didaktiniai metodai –

supervizuojamieji yra mokomi tam tikrų terapinių intervencijų: darbo su klientų latentine medžiaga, darbo su klientų ribomis, buvimo būdo terapijos procese (pvz., nebuvimo pernelyg palaikančiais), mokėjimo interpretuoti (interpretuojama kliento pateikta medžiaga), gebėjimo reflektuoti savo elgesį (pvz., terapinių intervencijų pasirinkimą) (Norberg et al., 2016), taip pat darbo su perkėlimu ir kontrperkėlimu, susitelkiant į kliento raidos istoriją, gebėjimo suprasti klientų gynybos mechanizmus, atlikti kliento asmenybės diagnostiką, sapnų ir simbolinės medžiagos analizę (Sant & Milton, 2015).

Tyrimo dalyvių minimas supervisorių **kritiškumas ir kategoriškumas** susisieja su kitų autorių darbais. Sant ir Milton (2015) atliktame kokybiniame tyrime aptikta, kad supervisorių kritiškumas ir kategoriškumas sukelia supervizuojamiesiems poreikį gintis, yra prarandamas pasitikėjimas ir atvirumas, išgyvenamas pavojaus jausmas supervizijos procese, supervizija tampa lyg „išgyvenimu“, o tai, žinoma, neplėtoja profesinių kompetencijų. Kitais tyrimais yra įrodyta, kad supervisorių kategoriškumas, kritiškas grįžtamasis ryšys turi neigiamą įtaką tiek supervizijų santykių kūrimui, tiek supervizuojamųjų santykių kūrimui su jų psichoterapijos klientais, sukelia nesaugumo jausmą, nevysto profesinių kompetencijų (Gray et al., 2001; Karpenko & Gidycz, 2012; Nelson & Friedlander, 2001; Ramos-Sánchez et al., 2002). Rønnestad ir Skovholt (2003), Riggs ir Bretz (2006) pažymi, kad supervisoriai yra svarbiausios profesinės figūros kiekvieno praktiko tapsme, tad yra būtinas nuolatinis savo buvimo būdo, taip pat savo kritiškumo supervizuojamiesiems reflektavimas. O Frawley-O'Dea (2003) teigia, kad supervizija yra erdvė, kur supervizuojamieji turi unikalią galimybę išgirsti savo „profesinį balsą“ analizuodami savo santykį su psichoterapijos klientu ir supervisoriumi, bet tik tuo atveju, jei supervisorius neužgožia jų savo profesiniu autoritetu. Kočiūnas (2018) pabrėžia, kad supervisoriumi yra itin svarbu gebėti būti abejojančiam, užuot kategoriškai, ekspertiškai vertinant ar „žinant, kaip geriau“.

Mūsų tyrime buvo minimas supervisorių **„daugžodžiavimas“** kaip refleksyvumą slopinantis veiksnys. Mes šio radinio atitiktums neradome kitų autorių darbuose, savo tyrime jį galėtume interpretuoti kaip priešingą tylos pauzės fenomeną – tylos pauzėje tyrimo dalyviai išgyvena sulėtėjimą, padedantį jiems atsigręžti į save ir savo sunkumus, o „daugžodžiavimas“ labiau asocijuojasi su skubėjimu, neramiu buvimu, „žinojimu“.

Pirmojo tyrimo etapo metu tyrimo dalyvės moterys **minėjo stipraus nerimo ir gėdos** jausmų išgyvenimus, kaip slopinančius refleksyvumą. Šie jausmai, anot tyrimo dalyvių, patiriami jaučiant nelygiavertį bei vertinantį santykį supervizijoje, o tai slopina jų sąmoningą buvimą supervizijoje ir keičia jų buvimo būdą supervizijos procese nuo „sustojimo ir buvimo“ link „bėgimo

ir darymo“. Šis radinys sutapo su kitų autorių atliktu tyrimu, kuriame aptikta, kad supervizijų hierarchiniai santykiai ir supervizoriaus ekspertinė pozicija neretai kelia savo profesinio nepajėgumo, gėdos ir nerimo išgyvenimus (Bang & Goodyear, 2014). Anot Yontef (1996), gėda supervizijos procese yra neigiamas veiksnys tam procesui ir ją neretai produkuoja vertikalūs supervizijų santykiai.

Ilgalaikių supervizijų santykių „šalutiniai efektai“ mums atrodo labai svarbus, kituose mokslo darbuose neaptiktas radinys. Abiejų lyčių tyrimo dalyviai pabrėžė, kad ilgalaikiuose supervizijų santykiuose gali mažėti reikiama supervizijos procesui darbinė įtampa, silpnėti supervizorių „nežinojimo“ pozicija, atsirasti supervizoriaus nelankstumas, supervizijų santykis tapti pernelyg komfortiškas. Tai galime paaiškinti tuo, kad ilgalaikiame supervizijų santykyje dėl atsirandančio „žinojimo“ vienas apie kitą tiek profesine, tiek asmenine prasme supervizorius ir supervizuojamasis pradeda pernelyg „komfortiškai“ būti. Tai yra gana rizikinga, nes supervizoriai gali užsidėti tam tikro „matymo akinius“ ir pro juos matyti supervizuojamuosius ir jų psichoterapinį darbą. Taigi, remiantis tyrimo dalyvių patirtimis, ilgalaikiame supervizijų santykyje labai svarbu išlaikyti reikiamą produktyvią supervizijos darbinę įtampą, tai yra supervizoriui išlikti kuo labiau „nežinančiam“ ir tyrinėjančiam. Taip pat, mūsų manymu, svarbu išlaikyti pusiausvyrą tarp susikurto bėgant laikui bendrumo, kuriame supervizuojamieji jaučiasi saugūs, ir gebėjimo supervizoriams išlikti autentiškiems, prireikus – konfrontuojantiems, teikiantiems supervizuojamiesiems sąžiningą grįžtamąjį ryšį. Svarbu nepamiršti, kad per didelė įtampa gali kelti supervizuojamųjų gynybines reakcijas, nenorą atsiverti, baimę, profesinio nepakankamumo jausmus. Per maža supervizijų darbinė įtampa gali nesuteikti supervizuojamiesiems tikroviško savo profesinių kompetencijų vaizdo, nevystyti profesinių kompetencijų.

Svarbu nepamiršti ir to, kad mūsų tyrime dalyvavo asmenys, besiskiriantys savo kultūriniu kontekstu, tad jų santykis su autoritetais gali būti skirtingas, priklausantis nuo kultūros. Tiek Lietuva, tiek Latvija, tiek Rusija yra patyrusios autoritarinio režimo padarinius, ir tai gali turėti įtakos šių šalių asmenų santykiams su autoritetais, kur jie gali būti suvokiami kaip grėsmingi ir pavojingi (Gudaitė, 2016). Rusijoje autoritarizmas vis dar yra juntamas, tad santykis su autoritetu gali būti grindžiamas kito (supervizoriaus) viršenybės pripažinimu, buvimu nuolankiam (Peterson & Luik, 2014), o tyrimo dalyviai iš Lietuvos ir Latvijos bendraudami su autoritetu gali jaustis laisviau ir lygiavertiškiau (Special Eurobarometer 516, 2021).

Taigi šiame skyrelyje aprašėme ryškiausius mūsų tyrimo radinius, atskleidžiančius ilgalaikių supervizijų santykių įtaką refleksyvumui, sugretinome juos su kitų autorių darbais.

4.1.2 Supervizorių buvimo būdų ir jų naudojamų atskirų supervizijų intervencijų įtaka refleksyvumui

Šiame skyrelyje aptarsime ryškiausius radinius, susijusius su supervizorių buvimo būdo ir jų naudojamų atskirų supervizijų intervencijų įtaką refleksyvumui. Abiejų lyčių atstovų patyrimuose supervizorių buvimo būdo ypatumai ir jų naudojamos intervencijos supervizijos metu buvo laikomi refleksyvumą plėtojančiais, tačiau tyrimo dalyvių moterų interviu buvo pastebėtos supervizorių naudojamos intervencijos, slopinančios refleksyvumą.

Abiejų lyčių atstovai akcentavo supervizorių „*ne-žinojimo*“ poziciją kaip auginančią refleksyvumą. Tyrimo dalyvių moterų patyrimuose minėta, kad supervizorių „*ne-žinojimas*“, tai yra neskubėjimas suprasti, o susitelkimas į supervizuojamųjų sunkumų tyrinėjimą, padėdavo joms suprasti tiek savo sunkumus, tiek savo psichoterapijos klientų sunkumus ir psichoterapijos procesą. Tyrimo dalyviai vyrai supervizorių „*ne-žinojimą*“ išgyveno kaip ypatingą nerimo būseną, padedančią tyrinėti save ir „*kitą*“ supervizijos procese, tai persikeldavo ir į jų darbą su psichoterapijos klientais. Tyrimo dalyviai vyrai taip pat pabrėžė, kad „*ne-žinojimo*“ pozicijos galima išmokti tik būnant su „*kitu*“ (su supervizoriumi). Supervizoriaus „*ne-žinojimo*“ pozicija, reiškianti supervizoriaus atsisakymą žinoti „*už kitą*“ ir būti atviram visiems iškylantiems fenomenams ir tyrinėti juos be išankstinių nuostatų ar hipotezių, yra ypač akcentuojama egzistencinėje supervizijoje (Kočiūnas, 2005; Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Vaštakė & Skruibis, 2021; Pagdin, 2013). Egzistencinėje supervizijoje supervizoriaus „*ne-žinojimo*“ nuostata reiškia ir gebėjimą išlikti kuo „*neutralesniam*“, ir dalyvauti supervizijoje visa savo esybe – savo jausmais, žiniomis, patirtimi (Vaštakė & Kočiūnas, 2017). Spinelli (2020) rašo, kad egzistenciniame fenomenologiniame psichoterapijos modelyje psichoterapeuto (ko gero, ir supervizoriaus) buvimas su klientu ir dėl kliento yra įmanomas tik pasitelkus „*ne-žinojimą*“ – „*būti su*“ sava būtimi pasaulyje ir žvelgti į ją atviromis akimis.

Vienas svarbiausių egzistencinės terapijos ir supervizijos bruožų yra jos nukreiptumas į dabartį, todėl darbas „*čia ir dabar*“ egzistencinės supervizijos procese yra ypač svarbus (du Plock, 2009, Kočiūnas, 2009; van Deurzen, 2009; Vaštakė & Kočiūnas, 2017). Kočiūnas (2009) pažymi, kad egzistenciniu požiūriu praeitis, dabartis ir ateitis neturi linijinio santykio, t. y.

neseka vienas paskui kitą. Tarp jų nėra ir aiškaus priežastinio ryšio. Egzistenciškai viskas yra dabartis – praeitis yra kaip duotybė, į kurią dabar vienaip ar kitaip reaguojame, o ateitis yra mūsų lūkesčiai, svajonės, tad visi trys laiko matmenys sudaro dabartį, kuri vienintelė yra reali. Šią mintį pratęsia ir Krug, ir Schneider (2016), kurie pabrėžia, kad supervizijos dėmesys praeičiai superviziją paverčia labiau abstrakčiu, analizuojančiu pokalbiu, ir tai atima „gyvybingumo“ tiek iš terapijos, tiek iš supervizijos proceso. Mūsų atliktame tyrime abiejų lyčių tyrimo dalyviai akcentavo supervizorių susitelkimo į „čia ir dabar“ svarbą. Tyrimo dalyvių patirtis rodo, kad supervizorių pastebėjimas ir atspindėjimas jų jausmų, kylančių supervizijos procese, jausmų, kylančių jų klientams, taip pat supervizuojamųjų kūno reakcijų atspindėjimai padėjo plėtoti refleksyvumą.

Supervizorių dalijimasis tiek savo profesine patirtimi, tiek atviras pasidalijimas savo matymu mūsų tyrimo dalyvių taip pat buvo minimi kaip svarbus aspektas, plėtojantis jų refleksyvumą. Ladany & Lehrman – Waterman (1999), taip pat Ladany & Walker (2003) pažymi, kad supervizoriai gali dalytis tiek savo psichoterapijos patirtimi, tiek savo supervizuojamųjų klientų matymu, tiek savo jausmais supervizijos procese. Kiek tai bus naudinga supervizuojamiesiems ir plėtos jų profesines kompetencijas priklauso nuo supervizorių pasidalijimų savalaikiškumo, supervizijoje keliamų klausimų, supervizuojamųjų poreikių. Watkins (2012b) ir Barnett (2009) mini, kad supervizorių atvirumas, autentiškumas ir dalijimasis savo profesine patirtimi padeda supervizuojamiesiems profesiskai tobulėti. Krug ir Schneider (2016) pabrėžia, kad supervizorių atvirumas prisideda prie kokybiško supervizijų darbinio aljanso kūrimo, o tai lemia pokyčius ir keičia supervizuojamųjų darbą su savo psichoterapijos klientais.

Anot tyrimo dalyvių, supervizorių **dalijimasis asmenine**, o ne profesine patirtimi slopina jų refleksyvumą. Mūsų paaiškinimas galėtų būti siejamas su tuo, kad kiekvienas supervizoriaus pasidalijimas turi būti nukreiptas į pagalbą supervizuojamiesiems – plėtoti jų profesines kompetencijas, tad galbūt pasidalijimas asmeninėmis patirtimis nepadedą šių tikslų siekti. Tai patvirtina ir Williams (2001) įžvalga, kad supervizorius neturi supervizijos apkrauti asmeniniais pasidalijimais patirtimi, nes supervizija gali nukrypti nuo savo tikslo, o Gottlieb su bendraautoriais (2007) pažymi, kad supervizoriui dalytis savo gyvenimo patirtimi supervizijos metu yra neetiška. Matazzoni (2008), taip pat Knox su bendraautoriais (2011) aptiko, kad supervizorių dalijimasis savo profesine patirtimi, ypač ta, kuri liečia supervizijos užklausą, padeda kurti supervizijų darbinį aljansą, tačiau bet koks supervizorių savęs atskleidimas, nesusijęs su supervizijoje nagrinėjamu klausimu, gali neigiamai paveikti supervizijų darbinį aljansą. Spinelli (2020), rašydamas apie

psichoterapijos procesą, mini, kad egzistencinis fenomenologinis psichoterapijos modelis labiausiai iš visų kitų išsiskiria nuostata, jog psichoterapeutui yra kur kas vertingiau būti atviram ir pasirengusiam išdrįsti atskleisti savąjį netobulumą, užuot pabrėžiant „techniką“ ar „metodą“ išmanymą, o tai, mūsų nuomone, yra pritaikoma ir supervizijai. Supervizoriams, mūsų manymu, yra svarbu gebėti parodyti savo netobulumą, kad galėtų padėti kurti lygiavertiškesnį santykį tarp savęs ir supervizuojamųjų bei taptų jiems tam tikru atsivėrimo pavyzdžiu. Tačiau verta prisiminti ir tai, kad psichoterapeuto ir supervizoriaus atvirumas turi turėti aiškų atsakymą, kuo tai gali būti naudinga klientui / supervizuojamajam.

4.1.3 Supervizoriaus asmenybės svarba refleksyvumui

Abiejų lyčių tyrimo dalyviai, dalydamiesi savo patirtimi, minėjo kai kurias supervizorių charakteristikas, kurios padeda plėtoti jų refleksyvumą. Priminsime, kad vyrai ir moterys išskirdavo kiek kitokias supervizoriaus asmenybės savybes. Tyrimo dalyvėms moterims antrame tyrimo etape ypač svarbus atrodė supervizorių **paprastumas**. Jis buvo siejamas su supervizorių natūralumu ir ramumu supervizijos procese. Tai galime sugretinti su Vaštakės ir Kočiūno (2017) minimu supervizorių ramumu, kuris padeda supervizijos procesui įgyti lėtą eigą, o supervizuojamiesiems panirti į „čia ir dabar“. Šią įžvalgą norime papildyti ir tuo, kad tyrimo dalyvės, kalbėdamos apie supervizorių paprastumą, akcentavo santykių lygiavertiškumą, o tai būtų priešingybė ekspertinei supervizoriaus pozicijai.

Supervizorių **ekspertiškumas** buvo minimas tyrimo dalyvių moterų, pabrėžiant jo dvilypumą. Viena vertus, žinojimas, kad supervizorius yra ekspertas, turintis išsamių žinių, kelia pasitikėjimo ir saugumo jausmą ir prisideda prie refleksyvumo plėtros. Tačiau, jei supervizorius elgiasi kaip ekspertas, jei santykyje juntamas hierarchiškumas, tai slopina refleksyvumą. Egzistencinėje supervizijoje pabrėžiama supervizorių neekspertinės pozicijos svarba, kur supervizorius yra labiau palydovas, padedantis terapeutui tyrinėti jo sunkumus – tai kuria „gyvą“ dialogą tarp abiejų supervizijos dalyvių (Kočiūnas, 2018). Gešaltinėje supervizijoje taip pat pabrėžiama neekspertinės supervizoriaus pozicijos svarba, kur supervizorius ir supervizuojamasis yra lygiaverčiai dalyviai, tarp jų kuriamas dialogo principu grindžiamas, nehierarchinis, horizontalus santykis, kai supervizorius nėra asmuo, „žinantis, kaip geriau“, tačiau yra išmintingas ir sąmoningas (Buliubash, 2003). Nors psichodinaminė supervizija akcentuoja dialogiško supervizijų santykio svarbą, kur supervizorius neužima ekspertinės pozicijos (Bomba, 2011); Watkins, 2015; Watkins, 2016), kai kurie autoriai mini, kad

psichodinaminės krypties supervizijos neretai būna „centruotos į psichoterapijos klientą“ ir didaktinio pobūdžio, o tai diktuoja labiau ekspertinę supervizoriaus poziciją (Sant & Milton, 2015; Sarnat, 2012; Sarnat, 2016). Kognityvinėje supervizijoje, kurios tikslas yra išmokyti supervizuojamuosius kognityvinės terapijos teorijos ir naujų praktinių terapinių įgūdžių bei technikų, supervizorius neretai užima mokytojo, eksperto poziciją (Alfonsson et al., 2017; Binnie, 2011; Sloan, 2007).

Supervizorių **lankstumas** – kita abiejų lyčių tyrimo dalyvių minima supervizijų charakteristika, kuri aptinkama antrojo etapo tyrimo dalyvių interviu. Remiantis tyrimo dalyvių patyrimais, supervizorių lankstumas padeda kurti dialogiškus supervizijų santykius, kuriuose plečiasi savo ir kliento sunkumų tyrinėjimo laukas, o dėl to vystosi refleksyvumas. Daugelyje įvairių teorinių supervizijų modelių aprašymų, tarp jų ir egzistencinėje supervizijoje, minimos šios svarbios supervizijų santykiui kurti supervizoriaus charakteristikos: empatija, šiluma, palaikymas ir lankstumas. Ladany su kolegomis (2013) atliktame tyrime buvo aptikta, kad empatiški, palaikantys, lankstūs supervizoriai, rodantys pagarbą supervizuojamiesiems, turintys išsamių teorinių žinių ir gebantys jas susieti su supervizuojamojo pristatomu supervizijoje atveju, teikiantys konstruktyvų ir pozityvų grįžtamąjį ryšį, gerai reflektuojantys savo jausmus, gebantys laikytis numatyto supervizijos tikslo, gerai išmanantys profesinės etikos klausimus, sukuria efektyvų darbinį supervizijų aljansą su savo supervizuojamaisiais ir plėtoja jų gilesnį terapinio darbo supratimą (Herbert, 2018; Ladany et al., 2013; Watkins, 2010).

Supervizorių **autentiškumas**, kaip svarbi, refleksyvumą plėtojanti supervizorių charakteristika, buvo minima abiejų lyčių tyrimo dalyvių interviu. Autentiškumas siejasi su mūsų teorinėje dalyje pristatytu tyrimu, kuriame aptikta, kad buvimas su autentišku supervizoriumi plėtoja supervizuojamųjų refleksyviąsias kompetencijas (Mangione et al., 2011). Krug ir Schenider (2016), taip pat Barnett (2009) pabrėžia autentiškumo svarbą egzistencinėje supervizijoje. Minėti autoriai mini, kad tik autentiškas supervizorius yra pasiruošęs atsiverti ir susitikti su supervizuojamuoju, tai ir supervizuojamajam padeda atsiverti bei pasinerti į supervizijos procesą. O Watkins (2012b) akcentuoja, kad būti supervizijų santykyje autentiškam reiškia būti atviram ir sąžiningam ir gebėti matyti viską realiai, neiškreiptai.

4.1.4 Refleksyvumo kelias nuo „vaikystės“ link „brandos“ ir „vidinio supervizoriaus gimimas“

Šiame skyrelyje norėtume aptarti tyrimo dalyvių moterų pirmame tyrimo etape išskirtus refleksyvumo plėtojimosi etapus, skyrelį baigsime šios „kelionės“ pabaiga – „vidinio supervizoriaus gimimu“. Šis mūsų tyrimo radinys praplečia paties refleksyvumo fenomeno supratimą ir leidžia suvokti, kad refleksyvumo plėtojimasis supervizijos procese yra laikui imlus procesas. Kiekvienas refleksyvumo plėtojimosi etapas, anot tyrimo dalyvių, buvo lydimas besikeičiančių santykių tarp tyrimo dalyvių ir jų supervizorių, besikeičiančio supervizoriaus vaidmens ir supervizuojamųjų poreikių. Visos tyrimo dalyvės išskiria refleksyvumo vystymosi etapus, kuriuos tiesiogiai ar netiesiogiai vadina *perėjimu nuo „vaikystės“* prie „brandos“. „**Vaikystės**“ etapu tyrimo dalyvės vadina laiką, kai jos tik pradėjo lankyti supervizijas ir supervizijos buvo labiau informuojančio pobūdžio, lyg „klausimų ir atsakymų laikas“.

Visos tyrimo dalyvės išskiria refleksyvumo plėtojimosi etapus, kuriuos tiesiogiai ar netiesiogiai vadina *perėjimu nuo „vaikystės“* prie „brandos“. „**Vaikystės**“ etapu tyrimo dalyvės vadina laiką, kai jos tik pradėjo lankyti supervizijas ir supervizijos buvo labityrimo. Anot tyrimo dalyvių, vaikystės laikotarpis menkai prisidėjo prie refleksyvumo didėjimo. Tačiau, mūsų manymu, šis laikotarpis buvo labai svarbus, kaip ir žmogui svarbus kiekvienas jo raidos etapas. Be to, šį laikotarpį lydėjo ir nerimas, o tai yra natūralu, nes savo profesinio kelio pradžioje supervizuojamųjų psichoterapijos praktika buvo labai nedidelė, beprasidedanti, o supervizuojamieji dar neturėjo gerai išvystytų praktinių įgūdžių. Mūsų manymu, „klausimų ir atsakymų“ laikotarpis yra labai svarbus pirmas žingsnis būsimojo psichoterapeuto tapsmui.

„**Paauglystės**“ etape supervizija tyrimo dalyvių buvo pradėta suvokti ne kaip „prievolė“ ar „atsiskaitymas“, bet kaip pagalba. Šį etapą jau galima vadinti refleksyvumo „užuomazgomis“, nes, anot tyrimo dalyvių, šiame etape jos pradėjo jausti gebėjimą veikti, kartu jausti ir įsisąmoninti. Šis etapas pasižymi perėjimu nuo priklausomų supervizijų santykių iki labiau dialogiškų, kolegialių. Šiame etape atsiranda pojūtis, kad „kitas“ (supervizorius) yra būtinas norint profesiskai augti. Judėjimą link „**jaunystės**“ laikotarpio lydėjo savirefleksijos pokyčiai, o perėjimas į „**brandos**“ laikotarpį jau buvo aiškiai juntamas refleksyvumo pokytis ir besiformuojantis „vidinis supervizorius“, tampantis „vidine“ atrama, padedančia reflektuoti save, kitą ir patį procesą tiesiogiai terapinio darbo su klientu metu. Svarbu paminėti ir tai, kad besiformuojantis „vidinis“ supervizorius padėjo tyrimo dalyvėms jausti daugiau autonomijos. Šios tyrimo dalyvių patirtys susisieja su Gilbert ir Evans (2000) įžvalgomis, kad supervizuojamųjų augimas turi tam tikras stadijas ir

paskutinė iš jų yra „vidinio supervizoriaus“ užgimimas. Tai, anot autorių, visų pirma atsispindi pačiame supervizijos procese – supervizija tampa ne konsultacinio, bet kolegialaus pobūdžio, supervizuojamasis pradeda sunkumus matyti iš daugelio perspektyvų, tampa labiau įsisąmoninantis savo darbą ir gebantis procese aptikti savo klaidas ir tuo pat metu jas koreguoti, formuojasi asmeninis psichoterapinis stilius. Mūsų manymu, šis supervizuojamųjų kelias nuo „vaikystės“ link „brandos“ gali atspindėti ir jų santykio su autoritetu kaitą. Supervizijos tikslas yra padėti supervizuojamiesiems tapti savarankiškais, autonomiškais, refleksyviais praktikais. Iš pradžių supervizuojamosios jautėsi priklausomos nuo supervizorių kaip autoritetingų figūrų, tačiau per ilgalaikį supervizijų santykį įgavo daugiau galios, bendravimas keitėsi, atsirado kur kas daugiau laisvės ir savo galios pajautos. Anot Gudaitės (2016), psichoterapiniame santykiyje dalyviai keičiasi vietomis lyg šokių mokytojas, kuris geba tiek vesti procesą, tiek perleisti šią atsakomybę mokiniui.

Nors tyrimo dalyviai vyrai neišskyrė savo kelionės link savarankiškų praktikų etapų, tačiau antrame tyrimo etape buvo juntama kur kas daugiau kritiškumo supervizijos procesui. Tai taip pat gali būti siejama su tuo, kad keitėsi santykis su autoritetu, kai, pajutę daugiau galios savyje, pradėjo mažiau remtis autoritetu, mažiau sureikšminti jo galią – tai supervizijos procese padėjo pamatyti daugiau refleksyvumą slopinančių veiksnių.

4.2. Tyrimo stiprumas, ribotumai ir tolesnių tyrimų galimybės

Atlikus tyrimą, norisi aptarti jo stiprybes, ribotumus ir reflektuoti tolesnes kitų tyrimų gaires.

Vienas iš šio tyrimo pranašumų – dėmesys iki šiol psichologijoje mažai tyrinėtam refleksyvumo reiškiniui, kuris psichoterapinės supervizijos kontekste iki šiol neturėjo aiškos tapatybės. Šiame tyrime pavyko aptikti ir aprašyti refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius vyrų ir moterų imtyse, palyginti radinius tarp lyčių. Šio tyrimo išvalgos gali papildyti gana skurdžią empirinių tyrimų literatūrą, taip pat gali būti integruojamos į supervizorių mokymus ir praktinę veiklą. Nors tyrimas yra atliktas egzistencinės terapijos supervizijos kontekste, tyrimo radiniai gali būti vertingi ir kitų paradigmos supervizijų mokymams, pritaikomi praktikoje. Kitu tyrimo pranašumu laikome mūsų pasirinktą kokybinio tęstinio tyrimo strategiją, kuri leido sugrįžti pas tyrimo dalyvius dar kartą ir pamatyti jų refleksyvumo pokyčius laikui bėgant – tai ypač praturtino tyrimą. Be to, kokybinis tęstinis tyrimas leido pamatyti išvalgų tvarumą, suprasti, kurie supervizijų aspektai išlieka aktualūs kaip refleksyvumą plėtojantys, o kurie

susilpnėja ar transformuojasi. Palyginimas tarp lyčių padėjo išryškinti tiek universalius, abiem lytims būdingus refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius, tiek specifinius, būdingus tik kuriai nors vienai lyčiai. Svarbu atkreipti dėmesį, kad tyrimas atliktas skirtinguose kultūriniuose kontekstuose (tyrimo dalyviai yra iš skirtingų šalių), todėl tai gali būti tiek pranašumas (pamatyti tiriamo fenomeno universalumą), tiek trūkumas – nėra aiškus kultūrinio konteksto ryšys su tiriamu fenomenu. Kultūrinis kontekstas gali turėti sąsajų ir su supervizuojamųjų santykiais su autoritetais (supervizoriai yra profesiniai autoritetai). Be to, tiek Lietuva, tiek Latvija, tiek Rusija yra paveiktos autoritarinio režimo, tad lieka atviras klausimas, kiek santykis su autoritetais gali būti kultūriškai nulemtas, juolab kad Baltijos šalyse pastaraisiais dešimtmečiais santykis su autoritetu smarkiai keitėsi.

Mūsų atliktas tyrimas turi ir ribotumą. Tyrimas atliktas remiantis tik egzistencinės psichoterapijos paradigma, todėl lieka klausimas, kokia refleksyvumo raiška ir raida yra kitų paradigmų supervizijos procese.

Dar keli tyrimo ribotumai yra susiję su tuo, kad antrame tyrimo etape iš tyrimo pasitraukė viena dalyvė. Vieno tyrimo dalyvio (Mykolo) pasikeitė supervizorius – jo naujuoju supervizoriumi tapo vyriškosios lyties atstovas, o tai galėjo keisti tiriamojo santykį su autoritetu. Tyrimo ribotumu laikytume ir tai, kad pirmame tyrimo etape visų tyrimo dalyvių, o antrame visų, išskyrus vieno, supervizorės buvo moterys. Galbūt tyrimo rezultatai būtų kiek kitokie, jei tyrimo dalyvių supervizoriai būtų vyrai arba supervizorių imtyje būtų daugiau vyrų. Taigi tolesnių tyrimų kryptys galėtų būti nukreiptos į refleksyvumo fenomeno tyrinėjimą remiantis kitomis supervizijų paradigmomis, atkreipiant dėmesį į supervizorių lytį (tai galėtų būti kito tyrimo homogeniškumo kriterijus).

Tyrimo ribotumu taip pat laikytume tai, kad dėl paskelbtos COVID-19 pandemijos antrasis tyrimo etapas su tyrimo dalyviais vyko nuotoliniu būdu.

Manome, kad tolesni refleksyvumo patirčių supervizijos procese tyrimai galėtų būti tęsiami kitomis paradigmomis besiremiančiose supervizijose ir atliekami tiek iš supervizuojamųjų, tiek iš supervizorių ar iš supervizuojamųjų ir supervizorių diadų perspektyvų. Kituose tyrimuose galima būtų parinkti ir kitus homogeniškumo kriterijus, pavyzdžiui, sudaryti vienodesnes imtis pagal tyrimo dalyvių amžių ar jų kultūrinį kontekstą. Kituose tyrimuose taip pat būtų galima kiek nuodugniau tyrinėti atskirus refleksyvumo dėmenis ir jų kaitą. Mūsų manymu, tokie tyrimo radiniai kaip ilgalaikių supervizijų santykių dvylipumas (ypač atkreipiant dėmesį į galimus ilgalaikių supervizijų santykių „šalutinius efektus“), neverbalinio dialogo ir tylos paūzių svarba supervizijų procese, supervizoriaus asmenybės įtaka supervizuojamųjų refleksyviosioms kompetencijoms, galėtų tapti kitų tyrimų gairėmis.

Pabaigoje norime pabrėžti, kad šiuo tyrimu nesiekiamo sudaryti objektyvaus refleksyvumo fenomeno supervizijos procese raiškos ir raidos vaizdo, tačiau subjektyvumas yra labiau šio darbo pranašumas nei trūkumas.

Apibendrinant norisi pabrėžti, kad, nepaisant visų paminėtų ribotumų, šis tyrimas yra svarus indėlis plečiant supervizijų tyrinėjimo lauką pasaulyje, o Lietuvoje – pradedant supervizijų tyrinėjimus. Man, kaip tyrėjai, pasirinkta interpretacinė fenomenologinė pozicija suteikė unikalią galimybę suprasti ir aprašyti tyrimo dalyvių refleksyvumo patirtis egzistencinės terapijos supervizijos kontekste ir juos pristatyti skaitytojams.

5. APIBENDRINIMAI

1. Analizuojant subjektyvias tyrimo dalyvių refleksyvumo patirtis egzistencinės terapijos supervizijoje atsiskleidė, kad, nors supervizijos procesuose didžioji dalis refleksyvumą plėtojančių ir slopinančių veiksnių yra bendri abiem lytims, yra ir kai kurių skirtumų, kurie buvo matomi tiek pirmame, tiek antrame tyrimo etape.
2. Analizuojant subjektyvias tyrimo dalyvių moterų patirtis, pirmame tyrimo etape atsiskleidė, kad **refleksyvumą plėtojantys** veiksniai yra ilgalaikiai supervizijų santykiai, tarpusavio bendrumo ir kolegialumo supervizijų santykyje išgyvenimas ir neverbalinis dialogas, taip pat supervizijos procese pasirodė svarbūs frustruojantys išgyvenimai. Supervizorių dėmesingumas supervizuojamųjų jausmams „čia ir dabar“ supervizijos procese ir jų jausmams jų psichoterapijos klientams taip pat buvo įvardyti kaip refleksyvumą plėtojantys veiksniai. Atskleista, kad refleksyvumą plėtoja ir supervizorių „ne-žinojimo“ pozicija bei supervizijos ir terapijos ribos neperžengimas. Aptikta, kad **refleksyvumą slopina**, kai supervizoriai nelaukia savo supervizuojamųjų, pernelyg didelis atstumas fizinėje edvėje, supervizuojamųjų gėdos ir nerimo, baimės išgyvenimai supervizijos procese ir didaktinis supervizijos stilius.
3. Analizuojant subjektyvias tyrimo dalyvių vyrų patirtis, pirmame tyrimo etape atsiskleidė, kad **refleksyvumą plėtojantys** veiksniai buvo aiškos supervizijų santykių ribos, tylos pauzės supervizijų santykyje, saugi supervizijų atmosfera, supervizorių susitelkimas į „čia ir dabar“, pasirinkta „ne-žinojimo“ pozicija, supervizorių dalijimasis savo profesine patirtimi, jų autentiškumas ir lankstumas. Aptikta, kad **refleksyvumą slopinantys** veiksniai yra supervizorių „daugžodžiavimas“ ir didaktinis supervizijos stilius.
4. Analizuojant subjektyvias tyrimo dalyvių moterų patirtis, antrame tyrimo etape atsiskleidė, kad ilgalaikiai supervizijų santykiai turi tiek **refleksyvumą plėtojančių**, tiek slopinančių veiksnių. **Refleksyvumą plėtoja** supervizorių domėjimasis supervizuojamosiomis (ne tik jų pristatomais atvejais), supervizorių rūpestis „mes“ supervizijų santykyje kūrimu, supervizijos ir terapijos ribos neperžengimas, taip pat supervizorių paprastumas. Supervizorių ekspertiskumas gali ir plėtoti, ir slopinti refleksyvumą. **Refleksyvumą slopina** „šalutiniai“ ilgalaikio supervizijų santykio efektai – supervizorių „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas ir sumažėjusi supervizijų darbinė įtampa.
5. Analizuojant subjektyvias tyrimo dalyvių vyrų patirtis, antrame tyrimo etape aptikta, kad **refleksyvumą plėtojantys** veiksniai buvo ilgalaikiai

supervizijų santykiai, saugi supervizijų atmosfera, supervizorių domėjimasis supervizuojamaisiais (ne tik jų pristatomais atvejais), atviri supervizorių pasidalijimai tiek savo matymu, tiek profesine patirtimi, reikiamos supervizijų darbinės įtampos palaikymas, taip pat supervizorių autentiškumas ir lankstumas. **Refleksyvumą slopina** „šalutiniai“ ilgalaikio supervizijų santykio efektai – supervizorių „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas ir sumažėjusi supervizijų darbinė įtampa. Taip pat aptikta, kad **refleksyvumą slopina** supervizorių kritiškumas ir neįsitraukimas.

6. Tyrime atsiskleidė, kad abiejų lyčių tyrimo dalyviams svarbiausias veiksnys, **plėtojantis** refleksyvumą, yra ilgalaikiai supervizijų santykiai. Kiti refleksyvumą plėtojantys veiksniai abiejų lyčių tyrimo dalyvių patyrimuose buvo šie: supervizijos ir terapijos ribos neperžengimas, kuriamos supervizijos atmosferos svarba, supervizorių darbas „čia ir dabar“, naudojama „ne-žinojimo“ pozicija, dalijimasis savo profesine patirtimi.
7. Tyrime atsiskleidė, kad abiejų lyčių tyrimo dalyviams svarbiausi refleksyvumą **slopinantys** veiksniai yra šie: ilgalaikių supervizijų santykių „šalutiniai“ efektai: supervizorių „ne-žinojimo“ pozicijos praradimas, sumažėjusi supervizijų darbinė įtampa, didaktinis supervizijos stilius.

REKOMENDACIJOS

Rekomendacijos tyrėjams

Remdamiesi savo tyrimo radiniais, manome, kad būtų vertinga atlikti atskleidžiamąjo pobūdžio supervizijų tyrimus analizuojant refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius, būdingus kitoms supervizijų teorinėms paradigmoms. Tokie tyrimai padėtų aptikti tiek universalius (būdingus kelioms supervizijų paradigmoms), tiek specifinius – būdingus vienai ar kitai teorinei supervizijų paradigmai, refleksyvumą plėtojančius ir slopinančius veiksnius. Tokie tyrimai taip pat padėtų aptikti ir daugiau refleksyvumą slopinančių veiksnių, o tai didintų supervizijų efektyvumą ir suteiktų daugiau aiškumo, kaip supervizuojamiesiems vystyti profesines kompetencijas psichoterapinėje supervizijoje.

Mūsų tyrimas atskleidė ir kai kurias refleksyvumo raidos ir raiškos trajektorijas tarp lyčių, todėl, mūsų manymu, perspektyvu būtų tyrinėti refleksyvumo pokyčius supervizijos procese iš supervizorių bei iš homogeniškų ir heterogeniškų supervizorių ir supervizuojamųjų diadų perspektyvų.

Kituose tyrimuose taip pat būtų galima atkreipti dėmesį į refleksyvumo dinamikos panašumus ir skirtumus, atsižvelgiant į supervizuojamųjų kultūrinį kontekstą, amžių, santykį su autoritetais. Tai galėtų tapti kitų tyrimų homogeniškumo kriterijais.

Darbo autorių pristatytas refleksyvumo modelis gali būti toliau kituose tyrimuose tyrinėjamas mikropjūviais, labiau gilinantis į atskiro refleksyvumo dėmens raišką ir raidą supervizijos procese, taip pat ieškant atskiro refleksyvumo dėmens ryšio su atskirais supervizijos proceso aspektais.

Šį tyrimą vertinga būtų pakartoti ir grupinės supervizijos kontekste.

Praktinės rekomendacijos supervizoriams

Remdamiesi atliktu tyrimu suformulavome praktines rekomendacijas, kurios galėtų būti naudingos tiek supervizijų mokymo programose psichoterapijos mokyklose, tiek supervizijų praktikoje.

1) Norint padėti supervizuojamiesiems plėtoti refleksyvumą, svarbu su jais kurti *ilgalaikius supervizijų santykius*, dėmesį skiriant tokiems supervizijų aspektams:

- Labai svarbi yra šilta **supervizijos atmosfera**, kurioje supervizorius yra dėmesingas ne tik supervizuojamojo pristatomam atvejui, bet ir jo (jos) gyvenimo kontekstui, taip pat jam pačiam kaip žmogui.

- Svarbu kreipti dėmesį į **fizinę aplinką**, kurioje vyksta supervizija, derinti su supervizuojamuoju fizinį atstumą erdvėje, o supervizuojant nuotoliniu būdu, domėtis, kaip gerai / ar pakankamai supervisorius yra matomas.
- Nepamiršti **supervizijų santykių baigtinumo** svarbos, nes tai suteikia reikiamos supervizijos įtampos, padeda rinktis svarbiausius ir problemiškesnius tuo metu klausimus.
- Kurti **pasitikėjimu, bendrumu ir kolegialumu grįstus tarpusavio santykius**, kurie mažina nerimo jausmą supervizijos procese ir skatina supervizuojamojo atsivėrimą.
- Kreipti dėmesį ne tik į verbalinius, bet ir **neverbalinius supervizijos aspektus**. Ypač svarbios supervizijos procese yra **tylos pauzės**, kurias neretai lydi įžvalgos.
- Nereikėtų supervizijos procese vengti tokių **frustruojančių patyrimų** kaip užduoti „nepatogius“ tyrinėjančius klausimus, išbūti –nežinančiojo“pozicijoje, atvirai dalytis savo matymu.
- Svarbu nepamiršti, kad ilgalaikiame supervizijų santykių dėl atsirandančio „patogumo“ ir „nuspėjamumo“ gali mažėti reikiama supervizijų įtampa. Rekomenduotume į tai atkreipti dėmesį ir ją didinti (naudojant daugiau darbo „čia ir dabar“ supervizijos procese, išlaikant smalsaujančio supervisoriaus poziciją).

2) Supervisoriams svarbu reflektuoti savo *buvimo būdą* su supervizuojamaisiais:

- Būti dėmesingiems tiek supervizuojamųjų jausmams „**čia ir dabar**“ supervizijos procese, tiek jų jausmams savo psichoterapijos klientams.
- Laikytis **supervizijos ir terapijos ribos** – neanalizuoti supervizuojamųjų jausmų, o tik juos atspindėti, dalytis savo matymu, pavyzdžiais iš savo psichoterapinės praktikos (ypač vertingi pasidalijimai savo nesėkmingais atvejais), vengti dalytis savo asmeninėmis, nesusijusiomis su supervizijoje keliamais klausimais patirtimis.
- Būti dėmesingiems supervizuojamųjų **pažangai supervizijos procese** ir keisti savo poziciją – perduoti vis daugiau atsakomybės supervizuojamiesiems.
- Atsisakyti **ekspertinio elgesio**, būti nuoširdiems, paprastiems, neteisiantiems, priimantiems. Toks supervisorių buvimo būdas padeda supervizuojamiesiems jaustis saugiai, atsiverti, kurti pasitikėjimu grįstus tarpusavio santykius ir priimti supervizijos pagalbą.
- Vengti **didaktinio** supervizijos stiliaus, pamokslavimų, paaiškinimų. To pasiekti padėtų supervisoriaus kuklumas, eksperto vaidmens atsisakymas.

NAUDOTA LITERATŪRA

Aasheim, L. (2012). *Practical clinical supervision for counselors: An experiential guide*. Springer Publishing Co.

Adams, M. (2002). Reflections on reflection. *Existential Analysis*, 13 (2), 204–213.

Alfonsson, S., Parling, T., Spannargard, A., Andersson, & Lundgren, T. (2018). The effects of clinical supervision on supervisees and patients in cognitive behavioral therapy: A systematic review. *Cognitive Behavioral Therapy*, 47 (3), 206–228. DOI:10.1080/16506073.2017.1369559

Alfonsson, S., Lundgren, T., & Andersson, G. (2020). Clinical supervision in cognitive behavior therapy improves therapists' competence: A single-case experimental pilot study. *Cognitive Behaviour Therapy*, 49 (5), 425–438. DOI: 10.1080/16506073.2020.1737571

Alvesson, M. & Skolberg, K. (2009). *Reflexive Methodology*, 2nd edn. Sage, London.

Ancis, J., & Ladany, N. (2010). A Multicultural Framework for Counselor Supervision: Knowledge and Skills. In N. Ladany, L. Bradley (Eds.), *Counselor Supervision* (4th ed.). New York, NY: Routledge.

Aron, A. (2003). Self and close relationships. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (pp. 442–461). The Guilford Press.

Bambling, M., King, R., Paue, P., Schweitzer, R., & Warren Lambert (2006). Clinical supervision: Its influence on client-rated working alliance and client symptom reduction in the brief treatment of major depression. *Psychotherapy Research*, 16 (3), 317–331. DOI:10.1080/10503300500268524

Bang, K. & Goodyear, R. (2014) South Korean supervisees' experience of and response to negative supervision events. *Counselling Psychology Quarterly*, 27:4, 353-378, DOI: 10.1080/09515070.2014.940851

Barker, C., Pistrang, N., & Elliot, R. (Eds.) (2002). *Research methods in clinical psychology: An introduction for students and practitioners*. Second Edition. Chichester, England: John Wiley & Sons, Ltd.

Barnett, L. (2009). In E. Deurzen, S. van Young (Eds.), *Existential Perspectives on Supervision: Widening the Horizon of Psychotherapy and Counselling* (pp. 56 - 67). Basingstoke: Palgrave.

Beebe, B., & Lachmann, F. (2003). The relational turn in psychoanalysis: A dyadic systems view from infant research. *Contemporary Psychoanalysis*, 39 (3), 379–409. DOI:10.1080/00107530.2003.10747213

Belli, S., & Broncano, F. (2017). Trust as meta-emotion. *Metaphilosophy*, 48 (4), 430–448.

Bernard, J. M. (1994). Multicultural supervision: A reaction to Leong and Wagner, Cook, Priest, and Fukuyama. *Counselor Education and Supervision*, 34, 159–171.

Bernard, J. M., & Goodyear, R. K. (2008). *Fundamentals of clinical supervision* (4th ed.). Boston: Allyn and Bacon.

Bernard, J. M., & Goodyear, R. K. (2019). *Fundamentals of clinical supervision*. Boston, MA: Pearson.

Beutler, L., & Kendall, P. (Eds.) (1995). Introduction to the special section: The case for training in the provision of psychological therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63, 179–183. DOI: 10.1037//0022-006x.63.2.179

Bhola, P., Ahalya, R. Madhuri, D. & Arpitha, R. (2017). Learning in the crucible of supervision: Experiences of trainee psychotherapists in India, *The Clinical Supervisor*, 36:2, 182-202, DOI: 10.1080/07325223.2016.1233478

Bieliauskienė, I. (2014). *Psichoterapijos veiksmingumo kokybinė analizė: vyrų ir moterų terapinių veiksmų refleksija*. Daktaro disertacija. Vilnius: Vilniaus universitetas.

Bieliauskienė, I. ir Gudaitė, G. (2014). Vyrų ir moterų terapinių veiksmų refleksijos: psichoterapijos veiksmingumo kokybinė analizė. *Psichoterapijos veiksmingumas: terapiniai veiksniai ir subjektyviai išgyvenami pokyčiai*. sudarytoja Gražina Gudaitė. Vilnius : Vilniaus universiteto leidykla, 2014. ISBN 9786094592942. p. 24-41.

Bieliauskienė, I. ir Gudaitė, G. (2016). Lyties veiksnys asmens santykiuose su autoritetais: kokybinė subjektyvaus patyrimo analizė. *Psichologija*, 53, 101–113.

Binnie, J. (2011). Cognitive behavioral therapy supervision: Supervisee and supervisor development. *Issues in Mental Health Nursing*, 32, 158–162. DOI:10.3109/01612840.2010.536612

Bomba, J. (2011). Psychotherapy supervision as viewed from psychodynamic standpoint. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 4, 45–49.

Borders, L. D., Glosoff, H. L., Welfare, L. E., Hays, D. G., DeKruyf, L., Fernando, D. M., & Page, B. (2014). Best practices in clinical supervision: Evolution of a counseling specialty. *The Clinical Supervisor*, 33, 26–44. DOI:10.1080/07325223.2014.905225

Bordin, E. S. (1983). A working alliance based model of supervision. *The Counseling Psychologist*, 11 (1), British Psychological Society (BPS). *Practice guidelines* (3rd ed.) (pp. 35–42). Leicester: BPS.

Bracken, B., & Barona, A. (1991). State of the art procedures for translating, validating and using psychoeducational tests in cross-cultural assessment. *School Psychology International*, 12(1-2), 119–132. <https://doi.org/10.1177/0143034391121010>

Buliubash, I. (2003). Algoritm ochnoj supervizii. In I. D. Buliubash. *Osnovy supervizii v Gestalt – terapii*. Izdatelstvo Instituta psichoterapii (p. 71–73, 86). Moskva.

Burkard, A., Johnson, A., Madson, M., Pruitt, N., Contreras-Tadych, D., Kozlowski, J., Hess, S., & Knox, S. (2006). Supervisor cultural responsiveness and unresponsiveness in cross-cultural supervision. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 288–301. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.288>

Calvert, F., Trevor, P. Crowe, & Brin, F. S. Grenyer (2016). Dialogical reflexivity in supervision: An experiential learning process for enhancing reflective and relational competencies, *The Clinical Supervisor*, 35 (1), 1–21. DOI: 10.1080/07325223.2015.1135840

CambridgeDict. (2020). Supervision/ meaning in the Cambridge English Dictionary. In [dictionary.cambridge.org](https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/supervision?fbclid=IwAR3eaFOH5yfnIavVbQwghfPhtgXASx5hW8lI801X8fMiZ-Uf6QHnExk6Pg). <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/supervision?fbclid=IwAR3eaFOH5yfnIavVbQwghfPhtgXASx5hW8lI801X8fMiZ-Uf6QHnExk6Pg>

Christiansen, A., Thomas, V., Kafescioglu, N., Karakurt, G., Lowe, W., Smith, W., & Wittenborn, A. (2011). Multicultural supervision: Lessons learned about an ongoing struggle. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37, 109–119. doi: 10.1111/j.1752-0606.2009.00138.x10.1111/jmft.2010.37.issue-1

Chung, Y., Marshall, J., & Gordon, L. (2001). Racial and gender biases in supervisory evaluation and feedback. *The Clinical Supervisor*, 20, 99–111. DOI: 10.1300/J001v20n01_0810.1300/J001v20n01_08

Corden, A., & Millar, J. (2007). Qualitative longitudinal research for social policy – Introduction to themed section. *Social Policy and Society*, 6, 529–532. DOI: 10.1017/S1474746407003867

Constantine, M. (1997). Facilitating multicultural competency in counseling supervision: Operationalizing a practical framework. In Donald B. Pope-Davis & Hardin L. K. Coleman (Eds.), *Multicultural Counseling Competencies: Assessment, Education and Training, and Supervision* (pp. 310-324). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Crocket, K., Pentecost, M., Cresswell, R., Paice, C., Tollestrup, D., de Vries, M. & Wolfe, R. (2009). Informing supervision practice through research: A narrative inquiry. *Counselling and Psychotherapy Research*, 9, 101–107. DOI: 10.1080/14733140802688936

Department of Health (1993). A vision for the future London NHS Executive

Deurzen, E. van (2009). Aims of Existential Supervision: Truth as a Guiding Light. In E. Deurzen, S. van Young (Eds.), *Existential Perspectives on Supervision: Widening the Horizon of Psychotherapy and Counselling* (pp. 535–545). Basingstoke: Palgrave.

Doughty, E. A., & Leddick, G. R. (2007). Gender differences in the supervisory relationship. *Journal of Professional Counselling: Practice, Theory, and Research*, 35 (2), 17–30.

du Plock, S. (2009). An existential – phenomenological inquiry into the meaning of clinical supervision: What we mean when we talk about ‘existential-phenomenological supervision’? *Existential Analysis*, 20 (2), 299–318.

Elliott, R., Fischer, C. T., & Rennie, D. L. (1999). Evolving guidelines for publication of qualitative research studies in psychology and related fields. *British Journal of Clinical Psychology*, 38(3), 215–229. <https://doi.org/10.1348/014466599162782>

Ellis, M., Ladany, N., Krenkel M., & Schutt, D. (1996). Clinical supervision research from 1981 to 1993: A methodological critique. *Journal of Counseling Psychology*, 43 (1), 35–50. DOI: 10.1037/0022-0167.43.1.35

Ellis, M., & Robins, E. (1993). Voices of care and justice in clinical supervision: Issues and interventions. *Counselor Education and Supervision*, 32, 203–213.

Falender, C. A. (2009). Relationship and accountability: Tensions in feminist supervision. *Women & Therapy*, 33, 22–41. doi:10.1080/02703140903404697

Falender, C. A., Cornish, J. A. E., Goodyear, R., Hatcher, R., Kaslow, N. J., Leventhal, G., & Grus, C. (2004). Defining competencies in psychology supervision: A consensus statement. *Journal of Clinical Psychology*, 60, 771–785. DOI:10.1002/jclp.20013

Falender, C., & Shafranske, E. (2009). Supportive Relationship. In C. Falender, E. Shafranske. *Clinical Supervision: A Competency Based Approach*, 1st ed. (pp. 40–41). American Psychological Association.

Falender, C., Shafranske, E., & Ofek, A. (2014). Competent clinical supervision: Emerging effective practices, *Counselling Psychology Quarterly*, 27 (4), 393–408. DOI: 10.1080/09515070.2014.934785

Fernandez-Alvarez, H. (2016). Reflections on supervision in psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 26 (1), 1–10. DOI: 10.1080/10503307.2015.1014009

Finlay, L. & Gough, B. (2003). (Eds) *Reflexivity: A practical guide for researchers in health and social sciences*. Blackwell

Freda, M. Esposito, G. (2017), Promoting reflection and reflexivity through narrative devices: Narrative mediation path qualitative multimodal method. *Qualitative Research Journal*, Vol. 17 No. 1, 2-19. <https://doi.org/10.1108/QRJ-06-2016-0039>

Freitas, G. (2002). The impact of psychotherapy supervision on client outcome: A critical examination of two decades of research. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 39, 354–367. DOI:10.1037/0033-3204.39.4.354

Friedlander, M. L., Blanco, S., Bernardi, S., & Shaffer, K. S. (2017). Empowering Female Supervisees: A Feminist, Multicultural, and Relational Perspective. In M. Kopala, M. Keitel (Eds.), *Handbook of Counseling Women* (p. 607–619). Sage Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781506300290.n46>

Fonagy, P., Gergely, G. J., & Target, M. (2005). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. OtherPress.

Frawley-O'Dea, M. (2003). Supervision is a relationship too: A contemporary approach to psychoanalytic supervision. *Psychoanalytic Dialogues*, 13, 355–366. doi:10.1080/10481881309348739

Gilbert, M., & Evans, K. (2000). What is Supervision? In M. Gilbert, K. Evans. *Psychotherapy Supervision an Integrative Relational Approach to Psychotherapy Supervision* (pp. 1–2; 58–59). New York: Wiley.

Giorgi, A., & Giorgi, B. (2003). Phenomenology. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (pp. 25–50). Sage Publications, Inc.

Gonsalvez, C. J., & Freestone, J. (2007). Field supervisors' assessments of trainee performance: Are they reliable and valid? *Australian Psychologist*, 43, 23. DOI:10.1080/00050060600827615

Goodyear, R., & Guzzardo, C. (2000). Psychotherapy Supervision and Training. In S. D. Brown, R. W. Lent (Eds.), *Handbook of Counseling Psychology* 3rd ed. New York: Wiley, 83–108.

Gottlieb, M. C., Robinson, K., & Younggren, J. N. (2007). Multiple relations in supervision: Guidance for administrators, supervisors, and students. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38, 241–247. doi:10.1037/0735-7028.38.3.241

Granello, D. (2003). Influence strategies in the supervisory dyad: An investigation into the effects of gender and age. *Counselor Education and Supervision*, 42 (3), 189–202. Crossref.

Grant, J., Schofield, M., & Crawford, S. (2012). Managing difficulties in supervision: Supervisors' perspectives. *Journal of Counselling Psychology*, 59 (4), 528–541. DOI:10.1037/a0030000

Gray, L., Ladany, N., Walker, J., & Ancis, J. (2001). Psychotherapy trainees' experience of counterproductive events in supervision. *Journal of Counseling Psychology*, 48, 371–383. DOI:10.1037/0022-0167.48.4.371

Gudaitė, G. (2008). *Santykis ir pokytis: gelminės psichoterapijų ryšių prielaidos. Kolektyvinė monografija*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.

Gudaitė, G. (2016). Santykis su autoritetu ir asmeninės galios pajauta (p. 65–70). Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.

Gunn, J. E., & Pistole, M. C. (2012). Trainee supervisor attachment: Explaining the alliance and disclosure in supervision. *Training and Education in Professional Psychology*, 6, 229–237. doi:10.1037/a0030805

Haarhoff, B., (2006). The importance of identifying and understanding therapist schema in cognitive therapy training and supervision. *New Zealand Journal of Psychology*, 35 (3), 126–131.

Halai, N. (2007). Making Use of Bilingual Interview Data: Some Experiences from the Field. *The Qualitative Report*, 12(3), 344-355. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2007.1621>

Hawkins, P., Shohet, R. (1989). *Supervision in the helping professions* Milton Keynes: Open University Press

Hawkins, P. and Shohet, R. (2012). *Supervision in the Helping Professions*, 4th edition. Maidenhead: Open University Press.

Heckman-Stone, C. (2003). Trainee preferences for feedback and evaluation in clinical supervision. *The Clinical Supervisor*, 22, 21–33. DOI:10.1300/J001v22n01_03

Hedges, F. (2010). Reflexivity in Therapeutic Practice. In S. Frosh (Ed.), *Basic Texts in Counseling and Psychotherapy* (pp. 45–78). Palgrave Macmillan.

Heidegger, M. (2014). Būtis ir laikas (p. 133–140). VGTU leidykla „Technika“.

Hennink, M. (2008). Language and Communication in Cross-Cultural Qualitative Research. In P. Liamputtong (Ed.), *Doing Cross-Cultural Research*. Social Indicators Research Series, 34. Springer, Dordrecht. https://doi.org/10.1007/978-1-4020-8567-3_2

Herbert, J. (2018). Clinical Supervision Within Counselling Practise. In I. Marini, M. Steblicki (Eds.), *The Professional Counselor's Desk Reference 5th ed.* (pp. 23–30). Springer publishing company

Heru, A. M., Strong, D. R., Price, M., & Recupero, P. R. (2004). Boundaries in psychotherapy supervision. *American Journal of Psychotherapy*, 58, 76–89.

Hess, S. A., Knox, S., Schultz, J. M., Hill, C. E., Sloan, L., Brandt, S., ..., Hoffman, M. A. (2008). Predoctoral interns' nondisclosure in supervision. *Psychotherapy Research*, 18, 400–411. doi:10.1080/10503300701697505

Hewson, D., & Carroll, M. (2016). *Reflective practice in supervision* (pp. 27–31, 107–113). MoshPit Publishing, Hazelbrook.

Hill, C., Crowe, T., & Craig, J. (2016a). Reflective dialogue in clinical supervision: A pilot study of involving collaborative review of supervision videos. *Psychotherapy Research*, 26 (3), 263–278. DOI:10.1080/10503307.2014.996795

Hill, C., Lent, R., Morrison, A., Pinto-Coelho, K., Jackson, J., & Kivlighan, Jr. (2016b). Contribution of supervisor interventions to client change: The therapist perspective. *The Clinical Supervisor* 35 (2), 227–248. DOI: 10.1080/07325223.2016.119383

Hill, C., & Knox, S. (2013). Training and Supervision in Psychotherapy. In: M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (pp. 775–812). Hoboken: Wiley.

Hilton, D., Russell, K., & Salmi, W. (1995). The effects of supervisor's race and level of support on perceptions of supervision. *Journal of Counseling and Development*, 73, 559–563.

Hindes, Y., & Andrews, J. (2011). Influence of gender on the supervisory relationship: A review of the empirical research from 1996–2010. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 45(3), 240–261.

Hintas, M. (1989). *Be rožinių akinių žvelgiant į dvikalbystę. Mintys apie gimtąją kalbą*. Vilnius: Mokslas, 1989.

Holloway, E. (1987). Developmental model in supervision: Is it development? *Professional Psychology: Research and Practice*, 18, 209–216. DOI:10.1037/0735-7028.18.3.209

Holloway, E. L., & Neufeldt, S. A. (1995). Supervision: Its contributions to treatment efficacy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63, 207–213. DOI: 10.1037//0022-006X.63.2.207

Humanistinės ir egzistencinės psichoterapijos institutas (HEPI) (2021). Egzistencinė terapija. Apie programą. <http://hepi.lt/2021/04/17/egzistencine-terapija/>

Husserl, E. (2005). *Karteziškosios meditacijos*. Vilnius: Aidai.

Husserl, E. (1989). Ideas pertaining to a pure phenomenology and to phenomenological philosophy. *Second Book: Studies in the Phenomenology*

of Constitution. Trans. Richard Rojcewicz, André Schuwer. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.

Inman, A. G. (2006). Supervisor multicultural competence and its relation to supervisory process and outcome. *Journal of Marital and Family Therapy*, 32, 73–85. DOI: 10.1111/j.1752-0606.2006.tb01589.x10.1111/jmft.2006.32.issue-1

Inman, A., Hutman, H., Pendse, A., Devdas, L., Luu, L., & Ellis, M. (2014). Current Trends Concerning Supervisors, Supervisees, and Clients in Clinical Supervision. In C. E. Watkins Jr., D. Milne (Eds.), *Wiley International Handbook of Clinical Supervision* (pp. 62–100). Wiley. DOI: 10.1002/9781118846360.ch4

Inman, A. & Ladany, N. (2008). Research: The State of the Field. In A. K. Hess , K. D. Hess, T. H. Hess (Eds.), *Psychotherapy Supervision: Theory, Research, and Practice* 2nd ed. (pp. 500–517). Hoboken , NJ: Wiley.

Inman, A., & Ladany, N. (2014). Multicultural Competence in Psychotherapy Supervision. *APA Handbook of Multicultural Training* (pp. 643–658). Washington, DC: APA. DOI: 10.1037/14187-036

Itzhaky, H. (2001). Factors relating to “interferences” in communication between supervisor and supervisee, *The Clinical Supervisor*, 20 (1), 73–85. DOI: 10.1300/J001v20n01_06

Jenkins, S. (2010). Relationships in J. Thomas, M. Hersen (Eds.). *The Handbook of Clinical Psychology Competences* (123-152). New York. NY: Sprinder.

Johnsson, J., Corker, C., & O'Connor, D. (2020). Burnout in psychological therapists: A cross-sectional study investigating the role of supervisory relationship quality, *Clinical Psychologist*, 24 (3), 223–235, DOI: 10.1111/cp.12206

Jones, C. T., & Branco, S. (2020). The interconnectedness between cultural humility and broaching in clinical supervision: Working from the multicultural orientation framework, *The Clinical Supervisor*, 39 (2), 198–209. DOI: 10.1080/07325223.2020.1830327

Jordan, K. (2007) Beginning supervisees' identity, *The Clinical Supervisor*, 25 (1–2), 43–51. DOI: 10.1300/J001v25n01_04

Kajokienė, I. (2013). *Mergaičių seksualumo patyrimas viduriniojoje paauglystėje. Daktaro disertacija*. Vilnius: Mykolo Romerio universitetas.

Kalinenko, V., & Slutskaia, M. (2014). “Father of the People” versus “Enemies of the People”: A Split – Father Complex as the Foundaton for Collective Trauma in Russia. In *Confronting Cultural Trauma Jungian Approaches to Understanding and Healing* (pp. 95–111). Spring Journal Books New Orleans, Louisiana.

Kavanagh, D., Spence, S., Strong, J., Wilson, J., Sturk, H., & Crow, N. (2003). Supervision practices in allied mental health. *Mental Health Services Research*, 5 (4). DOI: 10.1023/a:1026223517172

Karpenko, V., & Gidycz C. (2012). The supervisory relationship and the process of evaluation: Recommendations for supervisors. *The Clinical Supervisor*, 31 (2), 138–158, DOI: 10.1080/07325223.2013.730014

Kennedy, E., Keaney, C., Shaldon, C. & Canagaratnam, M. (2018). A relational model of supervision for applied psychology practice: Professional growth through relating and reflecting, *Educational Psychology in Practice*, 34 (3), 282–299. DOI: 10.1080/02667363.2018.1456407

Killian, K. (2001). Differences making a difference. *Journal of Feminist Family Therapy*, 12 (2–3), 61–103. DOI: 10.1300/J086v12n02_3

Knapp, S. J., & VandeCreek, L. D. (2006). *Practical ethics for psychologists: A positive approach*. Washington, DC: American Psychological Association.

Knox, S., Burkard, W., Jackson, J., Schaak, A., & Hess, S. (2006). Therapists – in – training who experience a client suicide: Implications for supervision. *Professional Psychology: Research and Practice*, 37 (5), 547–557. DOI: 10.1037/0735-7028.37.5.547

Knox, S., Edwards, L. M., Hess, S. A., & Hill, C. E. (2011). Supervisor self-disclosure: Supervisees' experiences and perspectives. *Psychotherapy*, 48, 336–341. doi:10.1037/a0022067

Kočiūnas, R. (2005). Protsess supervizii: Ekzistencialnyj vzgliad. In J. Abakumova-Kočiūnienė (Ed.), *Ekzistencialnoje izmerenije v konsultirovanii i psichoterapii* (t. 2, p. 97–108). Birštonas–Vilnius. REETA.

Kočiūnas, R. (2009). *Egzistencinis patyrimas ir grupinė terapija. Habilitacijos procedūrai teikiamų darbų apžvalga*. Vilnius: Vilniaus universitetas.

Kočiūnas, R. (2018). Eksiztencialnaja supervizija: or ekspertnosti k sovместnosti. *Existencia: psichologija i psichoterapija*, 11.

Kühne, F., Maas, J., Wiesenthal, S. (2019). Empirical research in clinical supervision: a systematic review and suggestions for future studies. *BMC Psychol* 7, 54 (2019). <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0327-7>

Krug, O., & Schneider, K. (2016). *Teaching and Core Principles of Existential – Humanistic Therapy*. In O. Krug, K. Schneider. *Supervision Essentials for Existential-Humanistic Therapy*. Washington, DC: APA.

Kvedaravičiūtė, J. (2019). *Savirefleksija tylos pauzėse supervizijos procese. Magistro darbas*. Vilnius: Vilniaus universitetas.

Ladany, N. (2004). Psychotherapy supervision: What lies beneath? *Psychotherapy Research*, 14, 1–19.

Ladany, N., Hill, C. E., Corbett, M. M., & Nutt, E. A. (1996). Nature, extent, and importance of what psychotherapy supervisees do not disclose to their supervisors. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 10–24. DOI: 10.1037/0022-0167.43.1.10

Ladany, N., Lehrman-Waterman, D., Molinaro, M., & Wolgast, B. (1999). Psychotherapy supervisor ethical practices: Adherence to guidelines, the supervisory working alliance, and supervisee satisfaction. *The Counseling Psychologist*, 27, 443–475. DOI: 10.1177/0011000099273008

Ladany, N., & Lehrman-Waterman, D. E. (1999). The content and frequency of supervisor self-disclosures and their relationship to supervisor style and the supervisory working alliance. *Counselor Education and Supervision*, 38, 143–160.

Ladany, N., & Malouf, M. (2010). Understanding and conducting supervision research. In N. Ladany & L. J. Bradley (Eds.), *Counselor supervision* (pp. 353–388). Routledge.

Ladany, N., & Melincoff, D. S. (1999). The nature of counselor supervision nondisclosure. *Counselor Education and Supervision*, 38, 161–176. DOI: 10.1002/j.1556-6978.1999.tb00568.x

Ladany, N., Mori, Y., & Mehr, K. (2013). Effective and ineffective supervision. *The Counseling Psychologist*, 41, 28–47. DOI: 10.1177/0011000012442648

Ladany, N., & Walker, J. A. (2003). Supervision self-disclosure: Balancing the uncontrollable narcissist with the indomitable altruist. *Journal of Clinical Psychology*, 59, 611–621. DOI: 10.1002/jclp.10164

Ladnier, R., & Massanari, A. (2000). Treating ADHS as Attachment Deficit Hyperactivity Disorder. In Terry M. Levy (Ed.), *Handbook of Attachment Interventions* (pp. 27–63). Academic Press, San Diego, California. DOI:10.1016/B978-012445860-4/50003-4

Larkin, M., Shaw, R. & Flowers, P. (2019) Multiperspectival designs and processes in interpretative phenomenological analysis research, *Qualitative Research in Psychology*, 16 (2), 182–198. DOI: 10.1080/14780887.2018.1540655

Larkin, M., & Thompson, A. (2012). Interpretative Phenomenological Analysis. In A. Thompson, D. Harper (Eds.), *Qualitative Research Methods in Mental Health and Psychotherapy: A Guide for Students and Practitioners* (pp. 99–116). Wiley.

Lawless, J., Gale, J., & Bacigalupe, G. (2001). The discourse of race and culture in family therapy supervision: A conversation analysis. *Contemporary*

Family Therapy, 23, 181–197. doi:
10.1023/A:101119821920910.1023/A:1011198219

Lawton, B. (2000). 'A Very Exposing Affair: Explorations in Counsellors' Supervisory Relationships. In B. Lawton, C. Feltham (Eds.), *Taking Supervision Forward: Enquires and Trends in Counselling and Psychotherapy*. London: Sage

Lewis, W. (2001). Transference in Analysis and in Supervision. In S. Gill (Ed.), *The Supervisory Alliance: Facilitating the Psychotherapist's Learning Experience* (pp. 75–80). Northvale, NJ: Aronson.

Liberati, A., Altman, D. G., Tetzlaff, J., Mulrow, C., Gøtzsche, P. C., Ioannidis, J. P. , & Moher, D. (2009). The PRISMA statement for reporting systematic reviews and meta-analyses of studies that evaluate health care interventions: Explanation and elaboration. *PLoS Medicine*, 6 (7). DOI: 10.1136/bmj.b2700

Macaro, A. (2009). Virtue in Supervision. In E. Deurzen, S. van Young (Eds.), *Existential Perspectives on Supervision: Widening the Horizon of Psychotherapy and Counselling* (pp. 20–30). Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Malloy, K. A., Dobbins, J. E., Ducheny, K., & Winfrey, L. L. (2010). The Management and Supervision Competency: Current and Future Directions. In M. B. Kenkel, R. L. Peterson (Eds.), *Competency-Based Education for Professional Psychology*. Washington, DC: American Psychological Association Press. DOI: 10.1037/12068-009

Mangione, L., & Nadkarni, L. (2011). Relationship Competency: Broadening and Deepening. In M. B. Kenkel, R. L. Peterson (Eds.), *Competency-Based Education for Professional Psychology* (pp. 643–658). Washington, DC: American Psychological Association Press. DOI: 10.1037/12068-004

Matazzoni, T. A. (2008). The influence of supervisor self-disclosure on the supervisory working alliance in beginning and advanced therapists-in-training. *Dissertation Abstracts International: Section B. Sciences and Engineering*, 69, 1960.

Matulaitė, A. (2013). Kai tavo kūnas tiesiog išprotėja „Iškūnytas nėštumo patyrimas“. *Daktaro disertacija*. Vilnius: Vilniaus universitetas.

McCoy, L. (2017). Longitudinal qualitative research and interpretative phenomenological analysis: Philosophical connections and practical considerations, *Qualitative Research in Psychology*, 14 (4), 442–458. DOI: 10.1080/14780887.2017.1340530

McKibben, W., Borders, L. D., & Wahesh, E. (2019). Factors influencing supervisee perceptions of critical feedback validity. *Counselor Education and Supervision*, 58, 242–256. Crossref.

McLeod, J., & Thomson, R. (2009). *Researching social change*. London: Sage.

McMahon, A. (2014). Four guiding principles for the supervisory relationship. *Reflective Practice*, 15 (3), 333–346. DOI: 10.1080/14623943.2014.900010

Mehr, K. E., Ladany, N., & Caskie, G. I. L. (2010). Trainee nondisclosure in supervision: What are they not telling you? *Counselling and Psychotherapy Research*, 10, 103–113. doi:10.1080/14733141003712301

Mehr, K. E., Ladany, N., & Caskie, G. I. L. (2015). Factors influencing trainee willingness to disclose in supervision. *Training and Education in Professional Psychology*, 9, 44–51. doi:10.1037/tep0000028

Merriam-Webster. (2020). Supervision definition. Definition of Supervision. https://www.merriam-webster.com/dictionary/supervision?fbclid=IwAR3zsGSdM_sU80HmAwyLmPnXfceyqrw2Gvo4HDDt0L_hput8u-xN8B_Pw

Mickūnas, A. ir Jonkus, D. (2015). *Fenomenologinė filosofija ir jos šėšėlis*. Vert. A. Sverdiolas. Vilnius: Baltos lankos.

Milne, D. (2007). An empirical definition of supervision. *British Journal of Clinical Psychology*, 46, 437–438. DOI:10.1348/014466507X197415

Milne, D., & James, I. (2000). A systematic review of effective cognitive-behavioral supervision. *British Journal of Clinical Psychology*, 39, 111–127. DOI: 10.1348/014466500163149

Milne, D. (2006). Developing clinical supervision research through reasoned analogies with therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 13, 215–222. doi:10.1002/cpp.489.

Milne, D. & Watkins, C. (2014). *Defining and Understanding Clinical Supervision A Functional Approach*. In C. E. Watkins, L. D. Milne (Eds.), *The Willey International Handbook of Clinical Supervision* (1st ed.), (pp. 3–10). John Wiley & Sons, Ltd.

Mitchell, D. (2009). Responsibility in Existential Supervision. In E. Deurzen, S. van Young (Eds.), *Existential Perspectives on Supervision: Widening the Horizon of Psychotherapy and Counselling*. (pp. 160–171). Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Moja-Strasser, L. (2009). Deliberations on Supervision. In E. Deurzen, S. van Young (Eds.), *Existential Perspectives on Supervision: Widening the Horizon of Psychotherapy and Counselling* (pp. 31–42). Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Mook, B. (2012). Review of Phenomenology for therapists. *The Humanistic Psychologist*, 40(1), 103–104. <https://doi.org/10.1080/08873267.2012.643693>

Nagata, A. (2006). Cultivating researcher self-reflexivity and voice using mindful inquiry in intercultural education. *Journal of Intercultural Communication* (9), 135-154.

Neimeyer, R., Woodward, M., Pickover, A., & Smigelsky, A. (2016). Questioning our questions: A constructivist technique for clinical supervision. *Journal of Constructivist Psychology*, 29 (1), 100–111. DOI: 10.1080/10720537.2015.1038406

Nelson, M., & Holloway, E. (1990). Relation of gender to power and involvement in supervision. *Journal of Counselling Psychology*, 37, 473–481. doi:10.1037//0022-0167.37.4.473

Nelson, M., & Friedlander, M. (2001). A close look at conflictual supervisory relationships: The trainees' perspective. *Journal of Counseling Psychology*, 48, 384–395. DOI: 10.1037/0022-0167.48.4.384

Nelson, M. L., Gizara, S., Hope, A. C., Phelps, R., Steward, R., & Weitzman, L. (2006). A feminist multicultural perspective on supervision. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 34, 105–115. DOI:10.1002/j.2161-1912.2006.tb00031.x

Neufeldt, S., Karno, M., & Nelson, L. (1996). A qualitative study of experts' conceptualizations of supervisee reflectivity. *Journal of Counseling Psychology*, 43 (1), 3–9. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.1.3>

Neufeldt, S. (1999). Training in Reflective Processes in Supervision. In M. Carroll, L. Holloway (Eds.), *Education of Clinical Supervisors* (pp. 92–105). London, UK: Sage.

Nizza I., Smith J., Kirkham J. (2018). 'Put the illness in a box': a longitudinal interpretative phenomenological analysis of changes in a sufferer's pictorial representations of pain following participation in a pain management programme. *British Journal of Pain*.12(3):163-170. DOI:10.1177/2049463717738804

Nizza, I., Farr, J. & Smith, J. (2021). Achieving excellence in interpretative phenomenological analysis (IPA): Four markers of high quality, *Qualitative Research in Psychology*. DOI: 10.1080/14780887.2020.1854404

Norberg, J., Axelsson, H., Barkman, N., Hamrin, M., & Carlsson, J. (2016) What psychodynamic supervisors say about supervision: Freedom within limits. *The Clinical Supervisor*, 36 (2), 268–286. DOI: 10.1080/07325223.2016.1219896

North, J. (2013). Recording supervision: Educational, therapeutic, and enhances the supervisory working alliance? *Counselling and Psychotherapy Research*, 13 (1), 61–70. <https://doi.org/10.1080/14733145.2012.687386>

Ogden, P., Minton, K., Pain, C. (2006). *Trauma and the Body: A Sensorimotor Approach to Psychotherapy*. London: Norton.

Owen, J. (2015). Supervisory processes in the training of psychotherapists: Introduction to the special section. *Psychotherapy*, 52 (2), 151–157. DOI: 10.1037/pst0000020

Owen, J., Rodolfa, E., & Wong, J. (2009). Empirical search for psychotherapists' gender competence in psychotherapy. *Psychotherapy Theory, Research, Practice, Training*, 46 (4), 448–458.

Overholser, J. PhD (2004). The four pillars of psychotherapy supervision. *The Clinical Supervisor*, 23 (1), 1–13. DOI: 10.1300/J001v23n01_01

Pagdin, S. (2013). An existential phenomenological model of supervision. *Existential Analysis*, 24 (1), 50–55.

Paisley, P. (1994). Gender Issues in Supervision. ERIC Digest. https://www.counseling.org/resources/library/ERIC_Digests/94-13.pdf?fbclid=IwAR18q2yjLIEQOWU4chukc8T4ak3LwfeSW_pmT4NGwwrUxLY8sPYN4RKzFes

Palomo, M., Beinart, H., & Cooper, M. (2010). Development and validation of the Supervisory Relationship Questionnaire (SRQ) in UK trainee clinical psychologists. *British Journal of Clinical Psychology*, 49, 131–149. doi:10.1348/014466509X441033

Park, E., Ha, G., Lee, S., Lee, Y., & Lee, S. (2019). Relationship between the supervisory working alliance and outcomes: A meta-analysis. *Journal of Counselling and Development*, 97, 437–446. DOI: 10.1002/jcad.12292

Pelling, N., Abbott, D., & Lack, C. W. (2017). Clinical Supervision: An Applied Activity and Research Focus. In *The Practice of Counselling & Clinical Supervision 2nd ed.* Chapter 6: The State of Supervision Scholarship in the 21st Century (pp. 109–112). Australian Academic Press.

Peterson, U., & Luik, M. (2014). Expressions of Transgenerational Trauma in the Estonian Context. In *Confronting Cultural Trauma Jungian Approaches to Understanding and Healing* (pp. 193–209). Spring Journal Books New Orleans, Louisiana.

Petrytė-Kvedaruskienė, D. (2018). Santykio su autoritetu plėtote ir narcisizmo problema psichoterapijoje. *Daktaro disertacija*. Vilnius.

Pett, J. (1995). A personal approach to existential supervision. *Journal of the Society for Existential Analysis*, 6 (2), 117–125.

Plantade-Gipch, A., Blanchet, A., & Drouin, M. (2021). Can alliance-focused supervision help improve emotional involvement and collaboration

between client and therapist? *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 23 (1), 26–42. DOI: 10.1080/13642537.2021.1881138

Pope, K. S., & Vasquez, M. (2016). *Ethics in psychotherapy and counseling: A practical guide*. New York, NY: Wiley.

Ramos-Sánchez, L., Esnil, E., Goodwin, A., Riggs, S., Touster, L., Wright, L., & Rodolfa, E. (2002). Negative supervisory events: Effects on supervision satisfaction and supervisory alliance. *Professional Psychology: Research and Practice*, 33, 197–202. DOI: 10.1037/0735-7028.33.2.197

Reichelt, S., & Skjerve, J. (2001). Supervision of inexperienced therapists: A qualitative analysis. *The Clinical Supervisor*, 19 (2), 25–43.

Riggs, S. A., & Bretz, K. M. (2006). Attachment processes in the supervisory relationship: An exploratory investigation. *Professional Psychology: Research and Practice*, 37, 558–566. doi:10.1037/0735-7028.37.5.558

Robiner, W. N., Saltzman, S. R., Hoberman, H. M., Semrud-Clikeman, M., & Schirvar, J. A. (1997). Psychology supervisors' training, experiences, supervisory evaluation and self-rated competence. *The Clinical Supervisor*, 16, 117–144. DOI: 10.1300/J001v16n01_07

Robinson, O. (2013). Sampling in interview-based qualitative research: A theoretical and practical guide, *Qualitative Research in Psychology*, 11 (1), 25–41. DOI: 10.1080/14780887.2013.801543

Robyak, J. E., Goodyear, R. K., Prange, M. E., & Donham, G. (1986). Effects of gender, supervision and presenting problems on practicum students preference for interpersonal powerbases. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 159–163.

Romans, J. S. (1990). Gender differences in supervision (Doctoral dissertation. University of Kansas, 1990). *Dissertation Abstracts International*, 52 (2-B), 1043.

Rønnestad, M. H., & Skovholt, T. M. (2003). The journey of the counselor and therapist: Research findings and perspectives on professional development. *Journal of Career Development*, 30, 5–44. DOI:10.1177/08948453030300010

Rousmaniere, T., Swift, K., Babins-Wagner, R., Jason L., Whipple, & Berzins S. (2016). Supervisor variance in psychotherapy outcome in routine practice. *Psychotherapy Research*, 26 (2), 196–205. DOI:10.1080/10503307.2014.963730

Safran, J., Muran, J., Stevens, C., & Rothman, M. (2007). A Relational Approach to Supervision: Addressing Ruptures in the Alliance. In C. A. Falender, E. P. Shafranske (Eds.), *Casebook for Clinical Supervision: A*

Competency-Based Approach (pp. 137–157). American Psychological Association,. DOI:10.1037/11792-007

Saldana, J. (2003). *Longitudinal qualitative research*. Oxford: Altamira Press.

Sant, M., & Milton, M. (2015). Trainee practitioners' experiences of the psychodynamic supervisory relationship and supervision: A thematic analysis. *The Clinical Supervisor*, 34, 204–231. DOI: 10.1080/07325223.2015.1086917

Sarnat, J. (2012). Supervising psychoanalytic psychotherapy: Present knowledge, pressing needs, future possibilities. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 42, 65–74. DOI:10.1007/s10879-011-9201-5

Sarnat, J. (2016). *Supervision essentials for psychodynamic psychotherapies*. Washington, DC: American Psychological Association. DOI: 10.1037/14802-000

Schamess, G. (2012). Mutual influence in psychodynamic supervision. *Smith College Studies in Social Work*, 82, 142–160.

Shannon, J. (2019). Gender differences or gendered differences: Understanding the power of language in training and research in supervision. *Int J Adv Counselling*, 41, 598–608. <https://doi.org/10.1007/s10447-019-09380-y>

Sheard, L., & Marsh, C. (2019). How to analyse longitudinal data from multiple sources in qualitative health research: The pen portrait analytic technique. *BMC Med Res Methodol*, 19, 169–170. DOI: 10.1186/s12874-019-0810-0

Shimpuku, Y., & Norr, K. (2012) Working with interpreters in cross-cultural qualitative research in the context of a developing country: Systematic literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 68 (6), 1692–1706.

Schweitzer., R., & Witham, M. (2018). The supervisory alliance: Comparison implications for a supervision toolkit. *Counselling and Psychotherapy Research* 38 (1), 71–78. DOI: 10.1002/capr.12143

Simonova, J. (2011). *Kalba ir kalbėjimas Maurice'o Merleau-Ponty fenomenologinėje filosofijoje*. Daktaro disertacija. Vytauto Didžiojo universitetas. Prieiga per eLABa – nacionalinę Lietuvos akademinę elektroninę biblioteką.

Silva, S., & Sousa, D. (2018). Existential psychotherapy supervision: The supervisor's perspective. *Journal of Humanistic Psychology*, 62 (3), 397–417. doi:10.1177/0022167818802905

Sloan, G. (2007). DCP Supervision Forum 2007 Cognitive Therapy Supervision: Using Structure to Guide Discovery.

Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. London: Sage.

Smith, J., & Osborn, M. (2003). *Interpretative phenomenological analysis*. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (pp. 51–80). Sage Publications, Inc.

Smith, J. A., & Osborn, M. (2015). Interpretative phenomenological analysis as useful methodology for research on the lived experience of pain. *Br J Pain*, 9, 41–42.

Smith, J. A. (2017). Interpretative phenomenological analysis: Getting at lived experience. *The Journal of Positive Psychology*, 12 (3), 303–304. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1262622>

Smith, J. A. (2019). Participants and researchers searching for meaning: Conceptual developments for interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Psychology*, doi: 10.1080/14780887.2018.1540648

Sousa, D. (2014). Validation in qualitative research: General aspects and specificities of descriptive phenomenological method. *Qualitative Research in Psychology*, 11 (2), 211–227. DOI: 10.1080/14780887.2013.853855

Special Eurobarometer 516 (2021). European citizens' knowledge and attitudes towards science and technology. doi: 10.2775/071577

Spinelli, E. (2015). On existential supervision. *Existential Analysis*, 26 (1), 168–178.

Spinelli, E. (2020). Ne-žinančiojo pasakojimai. Aštuonios istorijos apie egzistencinę psichoterapiją. Humanistinės ir egzistencinės psichologijos institutas. Birštonas.

Staczan, P., Schmuecker, P., Koehler, M., Berglar, J., Crameri, A., von Wyl, A., Koemeda-Lutz, M., Schulthess, Peter, & Volker, Tschuschke (2017). Effects of sex and gender in ten types of psychotherapy, *Psychotherapy Research*, 27 (1), 74–88, DOI: 10.1080/10503307.2015.1072285

Stefano, J., Hutman, H., & Gazzola, N. (2017). Putting on the face: A qualitative study of power dynamics in clinical supervision. *The Clinical Supervisor*, 36 (2). DOI: 10.1080/07325223.2017. 1295893

Stella, M. & Taggart, J. (2020) Attachment, learning and embodied reflective practices in clinical supervision, *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 15:4, 295-308, DOI: 10.1080/17432979.2020.1783572

Szymanski, D. M. (2003). The Feminist Supervision Scale: A relational/theoretical approach. *Psychology of Women Quarterly*, 27, 221–232. doi:10.1111/1471-6402.00102

Šabašinskaitė, J. (2016). *Fenomenologinė gamtos samprata: E. Husserlis ir M. Merleau-Ponty. Daktaro disertacija. Vytauto Didžiojo universitetas. Prieiga per eLABa – nacionalinę Lietuvos akademinę elektroninę biblioteką.*

Tangen, J. L., & Borders, L. D. (2016). The supervisory relationship: A conceptual and psychometric review of measures. *Counselor Education and Supervision*, 55, 159–181. doi:10.1002/ceas.12043

Tarshis, S., Baird, S. (2021). Applying intersectionality in clinical supervision: A scoping review, *The Clinical Supervisor*, 40 (2), 218–240, DOI: 10.1080/07325223.2021.1919949

Tasca, G., & Gallop, R. (2009). Multilevel modeling of longitudinal data for psychotherapy researchers: I. The basics, *Psychotherapy Research*, 19 (4), 429–437. DOI: 10.1080/10503300802641444

Trepal H., Wester K., Shuler M. (2008). Counselors'-in-Training Perceptions of Gendered Behavior. *The Family Journal*. 2008;16(2):147-154. doi:10.1177/1066480708314256

Tugendrajch, S., Sheerin, K., Andrews, J., Reimers, R., Marriott, B., Cho, Evelyn, & Hawley, Kristin M. (2021) What is the evidence for supervision best practices? *The Clinical Supervisor*, 40 (1), 68–87. DOI: 10.1080/07325223.1887785

Vallance, K. (2005). Exploring counsellor perceptions of the impact of counselling supervision on clients. *Counselling and Psychotherapy Research*, 5, 107–110.

van Deurzen, E. (2009). Aims of Existential Supervision: Truth as a Guiding Light. In E. Van

Vaštakė, M. ir Kočiūnas, R. (2017). Fenomenologinis egzistencinės supervizijos tyrimas. *Psichologija*, 55, 72–87.

Vaštakė, M. ir Skruibis, P. (2021). Refleksyvumo fenomenas psichoterapinėje supervizijoje: sisteminė literatūros analizė. *Psichologija*, 65, 22–39. DOI: <https://doi.org/10.15388/Psichol.2021.35>

Vaštakė, M., Skruibis, P., & Kočiūnas, R. (2021). Changes in reflexivity during existential supervision, *The Clinical Supervisor*, 40 (2), 263–281. DOI: 10.1080/07325223.2021.1966692

Watkins, E. (2010). Psychoanalytic developmental psychology and the supervision of psychotherapy supervisor trainees. *Psychodynamic Practice*, 16 (4), 393–407. DOI: 10.1080/14753634.2010.510345

Watkins, E. (2011). Does psychotherapy supervision contribute to patient outcomes? Considering thirty years of research. *The Clinical Supervisor*, 30 (2), 235–256. DOI: 256.10.1080/07325223.2011.619417

Watkins, E. (1998). Psychotherapy supervision in the 21st century: Some pressing needs and impressing possibilities. *Journal of Psychotherapy Practice & Research*, 7, 93–101.

Watkins, E. (2012a). Development of the psychotherapy supervisor: Review of and reflection on 30 years of theory and research. *American Journal of Psychotherapy*, 66 (1). DOI: 10.1176/appi.psychotherapy.2012.66.1.45

Watkins, E. (2012 b). Moments of real relationship in psychoanalytic supervision. *The American Journal of Psychoanalysis*, 72, 251–268. DOI: 10.1057/ajp.2012.14

Watkins, E. (2013). What matters in psychotherapy supervision? Some crucial features of international import. *International Journal of Psychotherapy*, 17 (2), 63–73.

Watkins, E., Vişcu, L. & Cadariu, Ioana-Eva (2021). Psychotherapy supervision research: On roadblocks, remedies, and recommendations, *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 23 (1), 8–25. DOI: 10.1080/13642537.2021.1881139

Watkins, E. (2014 a). The supervisory alliance: A half century of theory, practice, and research in critical perspective. *American Journal of Psychotherapy*, 68, 19–55. DOI: 10.1176/appi.psychotherapy.2014.68.1.19

Watkins, E. (2014 b). The supervisory alliance as quintessential integrative variable. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 44, 151–161. DOI:10.1007/s10879-013-9252-x

Watkins, C. (2014 c). The competent psychoanalytic supervisor: Some thoughts about supervision competencies for accountable practice and training. *International Forum for Psychoanalysis*, 4, 220–228. DOI: 10.1080/0803706X.2012.712219

Watkins, E. (2013). On psychoanalytic supervisor competencies, the persistent paradox without parallel in psychoanalytic education, and dreaming of an evidence-based psychoanalytic supervision. *Psychoanalytic Review*, 100, 4. DOI: 10.1521/prev.2013.100.4.609

Watkins, E. (2017). Convergence in psychotherapy supervision: A common factors, common processes, common practices perspective. *Journal of Psychotherapy Integration*, 27 (2), 140–152. DOI: 10.1037/int0000040

Watkins, C. E., Jr., Budge, S. L., & Callahan, J. L. (2015). Common and specific factors converging in psychotherapy supervision: A supervisory extrapolation of the Wampold/Budge psychotherapy relationship model. *Journal of Psychotherapy Integration*, 25, 214–235. DOI:10.1037/a0039561

Watkins, E., & Callahan, J. (2019). Psychotherapy Supervision Research: A Status Report and Proposed Model. In S. DeGolia, K. Corcoran (Eds.), *Supervision in Psychiatric Practice: Practical Approaches across Venue and Providers* (pp. 25–35). American Psychiatric Association.

Watkins, C. E., Jr., Hook, J. N., Mosher, D. K., & Callahan, J. L. (2019). Humility in clinical supervision: Fundamental, foundational, and

transformational. *The Clinical Supervisor*, 38 (1), 58–78.
<https://doi.org/10.1080/07325223.2018.1487355>

Watkins, E., Loredana-Ileana, V., & Cadariu, I. E. (2021). Psychotherapy supervision research: On roadblocks, remedies, and recommendations. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*. DOI:10.1080/13642537.2021.1881139

Weeks, D. (2002). Unlocking the secrets of ‘good supervision’: A phenomenological exploration of experienced counsellors’ perceptions of good supervision. *Counselling and Psychotherapy Research*, 2, 33–39.

West, W., & Clark, V. (2004). Learnings from a qualitative study into counseling supervision: Listening to supervisor and supervisee. *Counselling and Psychotherapy research* 4 (2), 20–26. DOI:10.1080/14733140412331383903

Wheeler S. (2003) Research on the supervision of counsellors and psychotherapists: a systematic scopingsearch. Rugby: BACP

Wheeler, S. & Richards, K. (2007). The impact of clinical supervision on counselors and therapists, their practice and their clients: A systematic review of the literature. *Counselling and Psychotherapy Research*, 7, 54–65. DOI: 10.1080/14733140601185274

Whittaker, S. (2004). A multi-vocal synthesis of supervisees’ anxiety and self-efficacy during clinical supervision meta-analysis and interviews. PhD Dissertation: Virginian Polytechnic and State University.

Wiener, J., Mizen, R., & Duckham, J. (2006). Supervizoskyje otnoshenija. In *Supervizija supervizora. Praktika v poiske teorii* (p. 252–254). Moskva: “Kogito centr”.

Williams, A. (2001). Visual and active supervision. Role, focus, technique. W W Norton & Co Inc., NY, London.

Wind, S., Ryan, M. Cook, & McKibben, B. (2021). Supervisees’ of differing genders and races perceptions of power in supervision. *Counselling Psychology Quarterly*, 34 (2), 275–297. DOI: 10.1080/09515070.2020.1731791

Worthington, E. L., & Stern, A. (1985). Effects of supervisor and supervisee degree level and gender on the supervisory relationship. *Journal of Counseling Psychology*, 32, 252–262.

Wright, R. (1996). Another personal approach to existential supervision. *Journal of the Society for Existential Analysis*, 7 (1), 149–158.

Yardley, L. (2000). Dilemmas in qualitative health research. *Psychology & Health*, 15 (2), 215–228. DOI: 10.1080/08870440008400302

Yardley, L. (2008). Demonstrating Validity in Qualitative Psychology. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Methods*. Second edition. London: Sage.

Yontef, G. (1996). Supervision from a gestalt therapy perspective. *British Gestalt Journal*, 5, 92–102.

Žorga, S. (2002). Supervision: The process of life-long learning in social and educational professions. *Journal of Interprofessional Care*, 16 (3). Carfax Publishing.

PRIEDAI

1 priedas. Leidimas atlikti tyrimą

HUMANISTINĖS IR EGZISTENCINĖS PSICHOLOGIJOS INSTITUTAS (HEPI)

EUROPOS AKREDITUOTAS PSICHOTERAPIJOS MOKYMO INSTITUTAS

A/d 2318, 01126 Vilnius, Lietuva
Tel.: (+370-687) 17336. E-p.: hepi@hepi.lt
www.hepi.lt

Birštonas
2022.02.15

Informuojame, kad Instituto administracija buvo suteikusi leidimą Vilniaus universiteto doktorantei Marijai Vaštakai nuo 2017 m. spalio 1 d. atlikti disertacinį tyrimą „Refleksyvumo pokyčiai supervizijoje, apklausiant mūsų Instituto mokymo programų dalyvius.

Pagarbiai,

prof. dr. R.Kočiūnas,
Instituto direktorius



2 priedas. Kvetimas dalyvauti tyrime

Sveiki, būsimieji psichoterapeutai,

Jei esate turėję ne mažiau nei 15 supervizijų su egzistencinės krypties supervizoriumi, kviečiu Jus dalyvauti psichologiniame tyrime, kurio tikslas – suprasti ir aprašyti refleksyvumo patirtis supervizijos procese. Tyrimo duomenys bus analizuojami kokybiškai. Analizės rezultatai pristatomi daktaro disertacijoje, kurią rašau Vilniaus universitete, vadovaujama prof. dr. R. Kočiūno. Disertacijos tema: „Refleksyvumo pokyčiai supervizijoje“.

Kiekvieno iš Jūsų dalyvavimas mums yra labai svarbus ir reikšmingas, nes suprasdami Jūsų individualias patirtis tikimės suformuluoti psichoterapeutų ir supervizorių ruošimo gaires.

Jei sutinkate dalyvauti tyrime arba tiesiog apie jį daugiau sužinoti ir skirti savo laiką (iki vienos valandos trukmės pokalbiui), labai prašau su manimi susisiekti el. paštu: marija.vastake@gmail.com arba tel. +3706 122 7742.

Iš anksto dėkojame už Jūsų indėlį ir bendradarbiavimą,

Marija Vaštakė, Vilniaus universiteto Psichologijos instituto doktorantė, HEPI terapeutė ir supervizorė.

3 priedas. Pusiaus struktūruoto interviu klausimai (T1)

„Apšilimas“

Tyrėja prisistato, paklausia, kaip tyrimo dalyvis / dalyvė jaučiasi ir ar turi kokių nors klausimų apie tyrimą. Aptariamas konfidencialumas. Tyrėja pasako, kad tyrimo dalyvis / dalyvė bet kuriame tyrimo etape gali atsisakyti dalyvauti tyrime. Tyrėja paklausia tyrimo dalyvio /dalyvės sutikimo dėl interviu garso įrašo.

- Kokia yra Jūsų šiuometinė psichoterapinio darbo apimtis?
- Kiek esatę iš viso turėję supervizijų, pradedant studijomis baziniu HEPI lygiu?
- Kokia yra Jūsų supervizoriaus lytis?
- Prašau paaiškinti, kaip Jūs suprantate refleksyvumą.
- Norėčiau, kad pasakytumėte, kas Jums yra supervizija.

Pagrindinė dalis

- Gal galėtumėte pasidalyti mintimis, kaip keitėsi / keičiasi refleksyvumas supervizijos procese? Pasidalykite kuo daugiau.
- Gal galėtumėte daugiau papasakoti, kas tuos pokyčius lėmė / lemia ?
- Kaip Jūsų minimi refleksyvumo pokyčiai supervizijoje atsispindėjo / atsispindi įsisaugojant save? Suprantant klientą? Suprantant patį terapinį procesą?
- Kas labiausiai padėjo / padeda vystyti Jūsų refleksyvumui?
- Kokius pokyčius pastebėjote savo darbe su psichoterapijos klientais po supervizijos? Papasakokite plačiau ir pateikite pavyzdžių.
- Kas trukdė refleksyvumo plėtrai supervizijos procese? Papasakokite plačiau ir pateikite pavyzdžių.

Pabaiga

- Ar yra kažkas, ko Jūsų nepaklausiau, bet kas dar būtų svarbu kalbant apie refleksyvumo pokyčius supervizijos procese?

Tyrėja padėkoja tyrimo dalyviui / dalyvei už skirtą laiką ir paklausia, ar jis / ji nori, kad tyrėja pasidalytų su juo / ja publikacija ir / ar parašyta disertacija.

4 priedas. Pusiau struktūruoto interviu klausimai (T2)

„Apšilimas“

Tyrėja paklausia, kaip tyrimo dalyvis / dalyvė jaučiasi ir ar turi kokių nors klausimų apie tyrimą. Aptariamas konfidencialumas. Tyrėja pasako, kad tyrimo dalyvis / dalyvė bet kuriame tyrimo etape gali atsisakyti dalyvauti tyrime. Tyrėja paklausia tyrimo dalyvio / dalyvės sutikimo dėl interviu garso įrašo.

- Kokia yra Jūsų šiuometinė psichoterapinio darbo apimtis?
- Kiek esatę iš viso turėję supervizijų, pabaigę studijas HEPI?
- Kokia yra Jūsų supervizoriaus lytis? Ar Jūsų supervizorius per šį laikotarpį pasikeitė?
- Prašau paaiškinti, kaip Jūs suprantate refleksyvumą. (Jei tyrimo dalyvis / dalyvė neprisimena, kaip tiksliai yra apibrėžiamas refleksyvumas, tyrėja patikslina.)
- Norėčiau, kad pasakytumėte, kas Jums yra supervizija.

Pagrindinė dalis

- Gal galėtumėte pasidalyti mintimis, kaip keitėsi / keičiasi refleksyvumas supervizijos procese? Pasidalykite kuo daugiau.
- Gal galėtumėte daugiau papasakoti, kas tuos pokyčius lėmė / lemia?
- Kaip Jūsų minimi refleksyvumo pokyčiai supervizijoje atspindėjo / atspindi įsisąmoninant save? Suprantant klientą? Suprantant patį terapinį procesą?
- Kas labiausiai padėjo / padeda vystyti Jūsų refleksyvumui?
- Kokius pokyčius pastebėjote savo darbe su psichoterapijos klientais po supervizijos? Papasakokite apie tai daugiau ir pateikite pavyzdžių.
- Kas trukdė refleksyvumo plėtrai supervizijos procese? Papasakokite apie tai daugiau ir pateikite pavyzdžių.

Pabaiga

- Ar yra kažkas, ko Jūsų nepaklausiau, bet kas dar būtų svarbu kalbant apie refleksyvumo pokyčius supervizijos procese?

Tyrėja padėkoja tyrimo dalyviui / dalyvei už skirtą laiką ir paklausia, ar jis / ji nori, kad tyrėja pasidalytų su ja / juo publikacija ir / ar parašyta disertacija.

5 priedas. Sofijos pirmosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių svarba	1. Ilgalaikių supervizijų santykių svarba bei supervizijų santykio baigtinumo suvokimas. 2. Tylos pauzių svarba. 3. Supervizorės „konteinavimas“, atspindėjimas, metaforų vartojimas. 4. Refleksyvumas kaip kūniškas fenomenas
Pasitikėjimo dialogiškumo, kolegialumo svarba supervizijų santykyje	5. Kuriama šilta supervizijos atmosfera. 6. Saugumas būti atvirai. 7. Lygiavertiškumo išgyvenimas 8. Jausmas, kad esi išgirsta ir matoma
Skausmingi, bet transformuojantys supervizijų santykiai	9. „Ne-žinojimo“ pozicijos skausmingumas ir nauda. 10. Neverbalinės kalbos atspindėjimas
Supervizorės „čia ir dabar“ akimirkos naudojimo svarba	11. Dėmesingumas supervizuojamosios emociniams išgyvenimams. 12. Dėmesingumas supervizuojamosios jausmams, kylantiems jos psichoterapijos klientams. 13. Dėmesingumas supervizuojamosios jausmams, kylantiems supervizijos procese
Supervizorės intervencijos, slopinančios refleksyvumo plėtrą	14. Dalijimasis asmenine, o ne profesine patirtimi. 15. Nuostaba, kelianti nerimą ir gėdą. 16. Neryškios supervizijos ir psichoterapijos ribos
Refleksyvumo vystymasis ir „vidinio“ supervizoriaus užgimimas	17. Refleksyvumo vystymosi etapų įsisąmoninimo svarba. 18. „Vidinio“ supervizoriaus užgimimas. 19. Atsirandanti autonomija

6 priedas. Odetos pirmosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių svarba	1. Didėjantis tarpusavio pasitikėjimas ir pagarba. 2. Supervizijų santykio baigtinumo svarba refleksyvumui. 3. Domėjimasis supervizuojamosios gyvenimu.
Pasitikėjimo dialogiškumo, kolegialumo svarba supervizijų santykyje	4. Saugumas „nerti“ į gilius dialogus. 5. Didėjantis atvirumas ir mažėjanti baimė būti pažeistai. 6. Lygiaverčio ir nevertinančio santykio svarba
Supervizorės buvimo būdas, plėtojantis refleksyvumą	7. Nevertinanti pozicija. 8. Kategoriskumas. 9. Nelankstumas
Supervizorės intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	10. Supervizorės pasidalijimas savo profesine patirtimi ir įžvalgomis. 11. Supervizijos ir terapijos ribos neperžengimas. 12. Dėmesingumas supervizuojamosios emociniams išgyvenimams: būdas teorines žinias paversti praktiniais įgūdžiais. 13. „Ne-žinojimo“ pozicija. 14. Supervizorės laisvės suteikimas supervizuojamajai
Supervizorės intervencijos, slopinančios refleksyvumą	15. Jausmas, kad esi nelaukiama supervizijoje. 16. Didaktinio stiliaus supervizija. 17. Pernelyg didelis fizinis atstumas supervizijos procese. 18. Supervizorės pastaba, kelianti gėdą. 19. Dalijimasis savo asmenine, o ne profesine patirtimi
Refleksyvumo plėtojimasis ir vidinio supervizoriaus užgimimas.	20. Savirefleksijos vystymasis. 21. Refleksyvumo vystymasis – brandesnio raidos etapo požymis. 22. „Vidinio“ supervizoriaus gimimas – vidinio „ramsčio“ formavimasis

7 priedas. Erikos pirmosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių svarba	1. Atsirandantis saugumas ir pasitikėjimas supervizijų santykyje. 2. Supervizijų santykių baigtinumo suvokimas. 3. Tylos pauzių patyrimų svarba. 4. Domėjimasis supervizuojamosios gyvenimu. 5. Supervisorės jautrumas supervizuojamosios poreikiams
Pasitikėjimo dialogiškumo, kolegialumo svarba supervizijų santykyje	6. Pasitikėjimas, auginantis atvirumą. 7. Kuriama šilta supervizijos atmosfera.
Frustruojantys, bet naudingi supervizijų santykių aspektai	8. Supervisorės „nepatogūs“ klausimai supervizuojamajai. 9. Taiklūs jausmų atspindėjimai – „akistata“ su savo jausmais
Supervisorės intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	10. Dėmesingumas supervizuojamosios jausmams, kylantiems jos psichoterapijos klientams. 11. Supervizijos ir terapijos ribos neperžengimas. 12. Supervisorės „ne-žinojimo“ principas. 13. Dalijimasis profesine patirtimi (ypač nesėkminga). 14. Išlaikoma supervizijos ir psichoterapijos riba. 15. Taiklūs atspindėjimai
Supervisorės intervencijos, slopinančios refleksyvumą	16. Dalijimasis asmenine, o ne profesine patirtimi. 17. Supervisorės kuriamas jausmas, kad esi nelaukiama. 18. Pernelyg didelis fizinis atstumas supervizijos procese. 19. Didaktinio stiliaus supervizija
Supervisorės buvimo būdas, slopinantis refleksyvumą	20. Nelankstumas. 21. Greitas kalbėjimo tempas
Refleksyvumo vystymasis ir „vidinio“ supervisoriaus užgimimas	22. Refleksyvumo augimas nuo vaikystės iki brandos. 23. „Vidinio“ supervisoriaus užgimimas ir autonomija

8 priedas. Monikos pirmosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių įtaka refleksyvumo plėtrai	1. Refleksyvumo plėtojimuisi yra būtinas „kitas“. 2. Tylos pauzių svarba. 3. Didėjantis refleksyvumas ilgalaikiame supervizijų santykyje, išgyvenamas savęs, kaip terapeuto, pamatymas iš šalies
Pasitikėjimo dialogiškumo, kolegialumo svarba supervizijų santykyje	4. Refleksyvumo plėtrai būtini dialogiški santykiai. 5. Pasitikėjimas padeda būti atvirai sau ir didina savirefleksiją. 6. Kolegialumo jausmas mažina nerimą. 7. Kuriama šilta supervizijos atmosfera
Refleksyvumo didėjimas, patiriamas per frustruojančias patirtis	8. „Ne-žinojimo“ pozicija itin naudinga plėtojant refleksyvumą. 9. Supervizorės konfrontavimas. 10. Užsakymo supervizijai gryninimas
Supervizorės intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	11. Supervizorės palaikymas. 12. Terapijos ir supervizijos ribos išlaikymas. 13. Supervizorės dėmesys neverbalinei supervizuojamosios kalbai. 14. Supervizorės dėmesys supervizuojamosios emocijoms
Supervizorės intervencijos, slopinančios refleksyvumą	15. Kritikos baimė ir aukštas nerimo lygis slopina refleksyvumą. 16. Didaktiniai supervizoriaus paaiškinimai neplėtoja refleksyvumo. 17. Supervizoriaus nelankstumas
Refleksyvumo vystymasis ir „vidinio“ supervizoriaus užgimimas	18. Refleksyvumo augimas nuo „vaikystės“ link „brandos“. 19. „Vidinio“ supervizoriaus užgimimas ir autonomija. 20. Išaugęs refleksyvumas pasireiškia pokyčiais darbe su psichoterapijos klientais

9 priedas. Mykolo pirmosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Aiškios supervizijų santykių ribos	- Supervizijos ir terapijos ribų neperžengimas. - Supervizorės priartėjimas prie terapinės ribos ir nutolimas
Supervizijų santykio svarba	- Saugios atmosferos svarba. - Atviro supervizijų santykio svarba. - Tylos pauzių išlaikymo svarba. - Nerimo išgyvenimo svarba
Supervizorės intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	- Susitelkimas į „čia ir dabar“. - Kūno reakcijų atspindėjimas. - Tyrinėjančių klausimų kėlimas. „Ne-žinojimo“ pozicija. - Atkaklumas formuluojant supervizijos užklausą. - Dalijimasis profesinėmis sėkmėmis ir nesėkmėmis. - Baimių identifikavimas
Supervizorės buvimo būdas, plėtojantis refleksyvumą	- Nevertinanti supervizorės pozicija. - Leidimas klysti
Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	- Supervizorės „daugžodžiavimas“. - Didaktinė supervizija

10 priedas. Petro pirmosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Aiškios supervizijų santykių ribos	1. Aiškios supervizijų santykio ribos padeda pamatyti klientą.
Supervizijų santykio svarba	2. Saugios atmosferos svarba. 3. Tylos pauzių išlaikymo svarba.
Supervizorės intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	4. Dėmesys „čia ir dabar“. 5. Atspindėjimai (jausmų, paralelinių procesų, neverbalinės kalbos). 6. Sutelktumas į santykius tarp supervizuojamojo ir supervizorės supervizijos procese. 8. Dalijimasis savo profesine patirtimi. 9. Drąsa konfrontuoti. 10. Humoro pasitelkimas
Supervizorės buvimo būdas, plėtojantis refleksyvumą	12. Nevertinanti supervizorės pozicija. 13. Supervizorės buvimas, lemiantis terapeuto pasitikėjimą savimi
Supervizorės asmenybės svarba	14. Autentiškumas (sutapimas tarp to, ką sako, ir to, ką daro). 15. Lankstumas. 16. Gebėjimas pripažinti savo klaidas
Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	18. Supervizorės „daugžodžiavimas“. 19. Didaktinis supervizijos stilius

11 priedas. Edo pirmosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Aiškios supervizijų santykių ribos	1. Supervizijos ir terapijos ribų neperžengimas. 2. Dalykinio supervizijų santykio svarba. 3. Supervizijų santykių apibrėžtumas lemia daugiau artumo
Supervizijų santykio svarba	4. Saugios ir jaukios atmosferos svarba. 5. Tylos pausių išlaikymo svarba. 6. Ilgalaikiame supervizijų santykyje dingsta baimė klysti. 7. Supervizijų santykių „kaupiamasis efektas“
Supervizorės intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	8. Rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį. 9. „Ne-žinojimo“ pozicija. 10. Dalijimasis savo profesine patirtimi (pateikiant pavyzdžius). 11. Rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį. 12. Pastabų konkretumas. 13. Rekomendacijos dėl literatūros šaltinių
Supervizorės buvimo būdas, plėtojantis refleksyvumą	14. Nevertinanti supervizorės pozicija. 15. Nežodinio buvimo svarba. 16. Buvimas su supervizuojamojo jausmais
Supervizorės asmenybės svarba	17. Autentiškumas. 18. Lankstumas.
Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	19. Supervizorės „daugžodžiavimas“

12 priedas. Stasio pirmosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Aiškios supervizijų santykių ribos	1. Santykio su autoritetu svarba. 2. Saugumo jausmas dalykiniame santykyje
Supervizijų santykio svarba	3. Pasitikėjimo santykyje svarba. 4. Jausmas, kad esi suprastas
Supervizorės intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	5. Supervizorės dėmesys „čia ir dabar“. 6. Supervizuojamojo jausmų atspindėjimas. 7. Tam tikrų aspektų pastebėjimas santykyje tarp supervizorės ir supervizuojamojo. 8. „Ne-žinojimo“ pozicija. 9. Dalijimasis savo profesine patirtimi
Supervizorės asmenybės svarba	10. Autentiškumas. 11. Lankstumas
Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	12. Didaktinis supervizijos stilius

13 priedas. Sofijos antrosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių dvilypumas.	1. Padidėjęs kūno sąmoningumas (gilesnis savęs ir kito supratimas). 2. Tylos pauzių svarba. 3. Stiprėjanti autonomija (priklausomybės nuo supervisorės sumažėjimas). 4. Domėjimasis supervizuojamosios gyvenimu. 5. Pilnesnis panirimas į „čia ir dabar“, besivystanti savirefleksija. 6. Juntamos asmenybės transformacijos. 7. Pasikeitusios užklauskos supervizijai. 8. Padidėjęs profesinis pasitikėjimas savimi. 9. Teorinių žinių transformavimasis į praktinius įgūdžius. 10. „Šalutinis“ ilgalaikio supervizijų santykio efektas („ne-žinojimo“ pozicijos praradimas, sumažėjusi supervizijų darbinė įtampa, nereikalingo „komforto“ atsiradimas)
Supervisorės buvimo būdo svarba	11. Supervisorės rūpinimasis „mes“ erdvės kūrimu. 12. Supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas. 13. Bendrumo patyrimas. 14. Savo svarbumo patyrimas. 15. Supervisorės atvirumas viskam, kas gali iškilti supervizijos procese. 16. Rūpinimasis fiziniu atstumu tarp supervisorės ir supervizuojamosios
Supervisorės asmenybės svarba	17. Paprastumas. 18. Ramumas. 19. Ekspertiškumo dvilypumas
Supervisorės intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	20. „Ne-žinojimo“ pozicijos svarba. 21. Tyrinėjančių klausimų svarba (klausimai, nukreipti į savęs tyrinėjimą). 22. Tinkamos supervizijų darbinės įtampos sukėlimas („nepatogių“ klausimų uždavimas). 23. Supervisorės neskubėjimas dalytis įžvalgomis
Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	24. Didaktinis supervizijos stilius

14 priedas. Odetos antrosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių dvilypumas	1. Pasikeitęs pasitikėjimo išgyvenimas. 2. Domėjimasis supervizuojamąja kaip žmogumi. 3. Besivystanti autonomija. 4. „Vidinio“ supervizoriaus gimimas. 5. „Šalutinis“ ilgalaikio supervizijų santykio efektas („ne-žinojimo“ pozicijos praradimas, sumažėjusi supervizijų darbinė įtampa, nereikalingo „komforto“ atsiradimas)
Supervizijų santykio svarba	6. Dialogiškumo supervizijų santykyje svarba. 7. Saugumo patyrimas. 8. Kolegialumo svarba. 9. Bendrumo patyrimas
Supervizorės buvimo būdo svarba	10. Rūpinimasis „mes“ erdvės kūrimu. 11. Supervizijos ir psichoterapijos ribos neperžengimas
Supervizorės asmenybės svarba	12. Supervizorės ekspertiškumo dvilypumas
Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	13. Didaktinis supervizijos stilius

15 priedas. Erikos antrosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių dvilypumas	1. Pasikeitęs pasitikėjimo išgyvenimas. 2. Padidėjęs kūno sąmoningumas. 3. Stiprėjanti autonomija. 4. Didėjantis sąmoningumas veikiant. 5. Leidimas sau konfrontuoti su supervizore. 6. Supervizorės kūno kalbos „skaitymas“, dėl kurio atsiranda aiškesnis savo klientų kūno kalbos „skaitymas“ (vystosi savirefleksyvumas). 7. Simetriškumo supervizijų santykyje atsiradimas (dėl perėjimo prie „tu“). 8. „Šalutinis“ ilgalaikio supervizijų santykio efektas („ne-žinojimo“ pozicijos praradimas, fenomenologinės pozicijos silpnėjimas, sumažėjusi supervizijų darbinė įtampa, nereikalingo „komforto“ atsiradimas)
Supervizorės buvimo būdo svarba	9. Supervizorės dėmesys supervizuojamajai kaip žmogui. 10. Supervizorės laisvumas. 11. Supervizorės spontaniškumas. 12. Asmeninių klausimų uždavimas
Supervizorės asmenybės svarba	13. Supervizorės paprastumas 14. Supervizorės ekspertškumo dvilypumas

16 priedas. Mykolo antrosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių svarba refleksyvumo plėtrai	1. Ypatingo buvimo su supervizoriumi patyrimas. 2. Domėjimasis supervizuojamuoju kaip žmogumi. 3. Saugios atmosferos svarba. 4. Lygiaverčių santykių kūrimas. 5. Tylos pauzių išlaikymo svarba. 6. „Šalutinis“ ilgalaikių supervizijų santykių efektas („ne-žinojimo“ pozicijos praradimas, reikiamos supervizijų darbinės įtampos mažėjimas, pernelyg didelis pasiklojimas autoritetu)
Supervizoriaus intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	7. Rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį. - Konfrontavimas. 8. Sutelktumas į „čia ir dabar“ (jausmų atspindėjimas). 9. Dėmesingumas supervizuojamojo jausmams. 10. Laisvės suteikimas (laisvė priimti / nepriimti pastabas)
Supervizorės (-iaus) buvimo būdas, plėtojantis refleksyvumą	11. Nevertinanti pozicija. 12. Priimanti supervizoriaus pozicija. 13. Atviri pasidalijimai (pasidalijimas savo matymu ir profesine patirtimi). 14. Palaikymas ir pasitikėjimas. 15. Nebuvimas pernelyg atsargiam su supervizuojamuoju. 16. Buvimas „nepatogiam“
Supervizorės asmenybės svarba	17. Autentiškumas. 18. Lankstumas. 19. Ramumas
Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	20. Supervizoriaus neįsitraukimas

17 priedas. Petro antrosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių svarba refleksyvumo plėtrai	1. „Mes“ atsiradimas supervizijų santykyje (ilgalaikių supervizijų santykių „kaupiamasis“ efektas). 2. Saugios atmosferos svarba. 3. Domėjimasis supervizuojamuoju kaip žmogui. 4. „Šalutinis“ ilgalaikių supervizijų santykių efektas („ne-žinojimo“ pozicijos praradimas, reikiamos supervizijų darbinės įtampos mažėjimas)
Supervizoriaus intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	5. Rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį. 6. Sutelktumas į „čia ir dabar“. 7. Pastabumas detalėms. 8. Taiklūs atspindėjimai. 9. Neverbalinės kalbos pastebėjimai. 10. Supervisorės „ne-žinojimo“ pozicija
Supervisorės buvimo būdas, plėtojantis refleksyvumą	11. Priimanti supervisorės pozicija
Supervisorės asmenybės svarba	12. Supervisorės lankstumas
Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	13. Supervisorės neįsitraukimas. 14. Supervisorės kritiškumas. 15. Emociškai neigiamas grįžtamasis ryšys

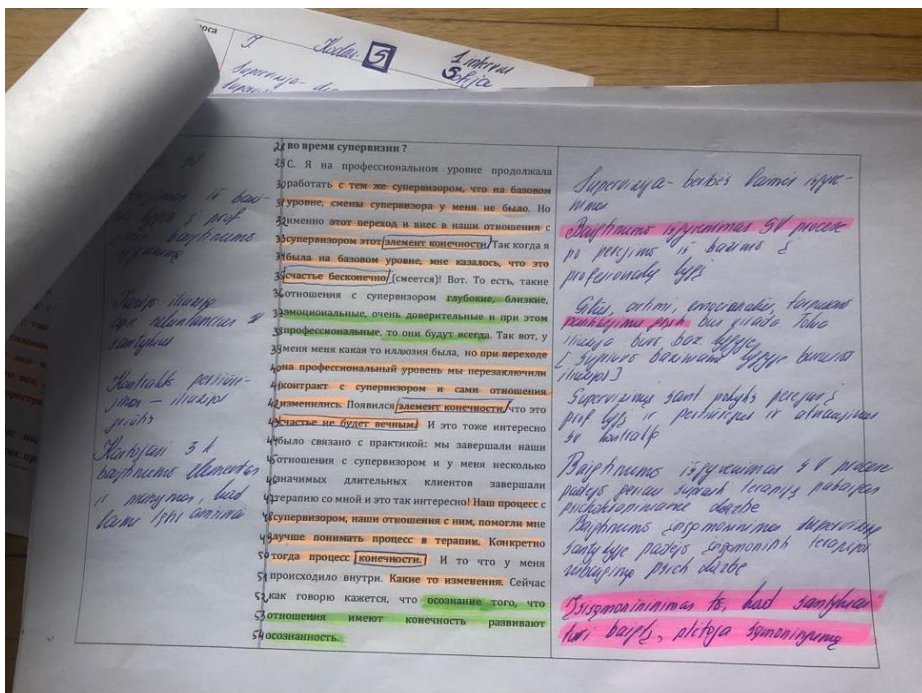
18 priedas. Edo antrosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių svarba refleksyvumo plėtrai	1. Ypatingo buvimo su supervizore patyrimas. 2. „Mes“ atsiradimas supervizijų santykyje. 3. Saugios atmosferos svarba. 4. Domėjimasis supervizuojamuoju kaip žmogumi. 5. „Šalutinis“ ilgalaikių supervizijų santykių efektas („ne-žinojimo“ pozicijos praradimas, reikiamos supervizijų darbinės įtampos mažėjimas)
Supervizoriaus intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	6. Rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį. 7. Reikiamos supervizijos „įtampos“ palaikymas. 8. Teorijos integravimas į praktiką. 9. Perėjimas nuo protinio lygmens prie emocinio
Supervizorės buvimo būdas, plėtojantis refleksyvumą	10. Nevertinanti supervizorės (-iaus) nuostata. 11. Priėmimo patyrimas. 12. Supervizorės atviri pasidalijimai savo matymu. 13. Humoro panaudojimas, juokas kartu
Supervizorės asmenybės svarba	14. Supervizorės autentiškumas. 15. Supervizorės kūrybiškumas
Supervizijų santykių aspektai, slopinantys refleksyvumą	16. Supervizorės kritiškumas

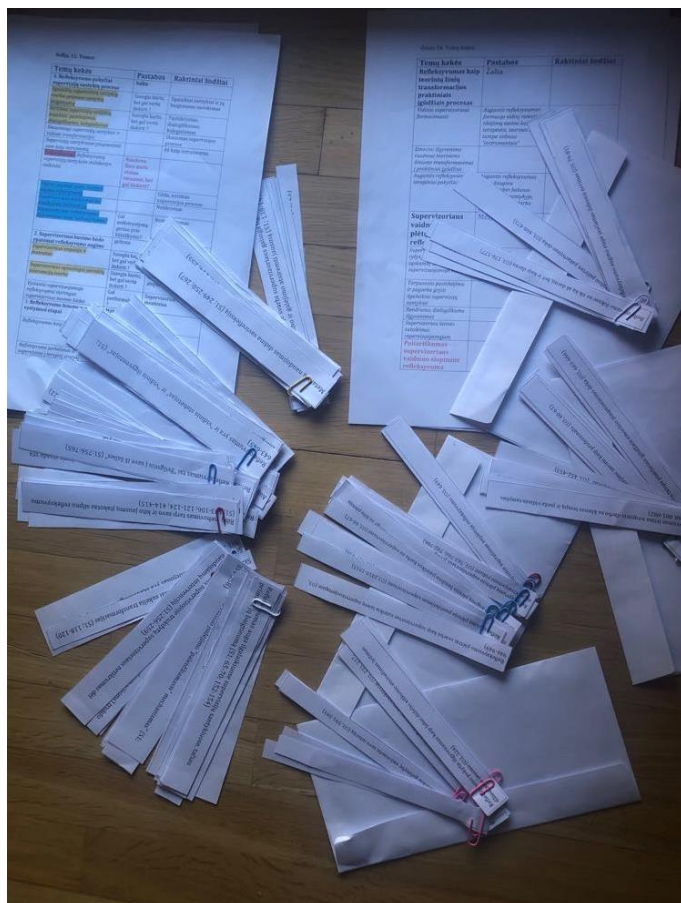
19 priedas. Stasio antrosios bangos interviu temų hierarchinė struktūra

Temų kekė	Temos
Ilgalaikių supervizijų santykių svarba refleksyvumo plėtrai	1. Ypatingo buvimo su supervizore patyrimas. 2. Saugios atmosferos svarba. 3. Ilgalaikių supervizijų santykių „šalutiniai“ efektai („ne-žinojimo“ pozicijos praradimas, reikiamos supervizijų darbinės įtampos mažėjimas)
Supervizoriaus intervencijos, plėtojančios refleksyvumą	4. Lygiagrečių procesų atspindėjimas. 5. Supervizoriaus rūpestingumas teikiant grįžtamąjį ryšį
Supervizorės buvimo būdas, plėtojantis refleksyvumą	6. Palaikanti pozicija. 7. Supervizorės buvimo būdas, plėtojantis refleksyvumą. 8. Priėmimo patyrimas. 9. Supervizorės atviri pasidalijimai savo matymu
Supervizorės asmenybės svarba	10. Autentiškumas. 11. Savitas konsultavimo stilius. 12. Kuklumas

20 priedas. Darbas su interviu transkripcijomis. Fenomenologinių ir interpretacinių komentarų rašymas



21 priedas. Darbas su interviu transkripcijomis. Temų dėliojimas į temines kekes, metatamų formulavimas



PADEKA

Baigdama rašyti disertaciją noriu padėkoti žmonėms, kurie nuolat buvo šalia, padėdavo savo palaikymu, patarimais, jaukia tyla, geromis mintimis, visiems, kurie nenusisuko nuo manęs, kad neskystų jiems laiko, nes keturis metus buvau visiškai atsidavusi šio darbo rašymui.

Visų pirma, šis darbas net nebūtų pradėtas, jei ne mano pirmojo disertacijos vadovo, psichoterapijos ir gyvenimo mokytojo, supervizoriaus (savo psichoterapijos praktiką pas profesorių supervizuojau nepertraukiamai nuo 2011 metų) **profesoriaus Rimanto Antano Kočiūno** palaikymas, nuolatinis padėrinimas ir tikėjimas, kad supervizijų tema prasminga, verta mokslinio tyrinėjimo ir gilesnio supratimo. Esu labai dėkinga Profesoriumi už laiką, skirtą ilgiems dialogams su manimi planuojant tyrimą, už galimybę atlikti tyrimą Humanistinės ir egzistencinės psichologijos institute, už vertingus patarimus ir įžvalgas dirbant su interviu duomenimis bei už jo indėlį rengiant mokslines publikacijas.

Didžiausią dėkingumą reiškiu savo įkvėpėjui, disertacijos vadovui **doc. dr. Pauliui Skruibiui**, kuris mielai sutiko dirbti su manimi, kartu gilinosi į supervizijų temą. Dėkoju už laiką, skirtą disertacijos juodraščių skaitymui, už vertingas pastabas, įžvalgas bei patarimus tiek planuojant ir atliekant interviu, tiek analizuojant jų duomenis, taip pat koreguojant ir papildant teorinę disertacijos dalį bei rengiant mokslines publikacijas ir pranešimus konferencijoms. Labai svarbus buvo Pauliaus palaikymas po pirmojo disertacijos svarstymo Psichologijos institute, kai buvau visiškai praradusi motyvaciją ir atrodė, kad disertacijos pataisyti nebus įmanoma. Nuoširdžiai noriu padėkoti savo disertacijos vadovui ir už tai, kad šiame nelengvame procese nesijaučiau vieniša, Paulius visada domėjosi ne tik tuo, kaip man sekasi rašyti disertaciją, bet ir kaip aš jaučiuosi. Esu dėkinga jam už šilumą, padėrinimą ir tikėjimą manimi net ir tada, kai pati buvau beprarandanti tikėjimą savimi... Pauliaus buvimas šalia padėjo nesustoti, kai jau jėgos seko ir apimdavo silpnumo akimirkos.

Esu be galo dėkinga visiems **tyrimo dalyviams**, skyrusiems savo brangų laiką interviu atlikti. Už jų pasitikėjimą, dosnius ir atvirus pasidalijimus savo patirtimi, už neskubėjimą, patirčių reflektavimą dialoge su manimi ir susidomėjimą mano atliekamu tyrimu. Be jų šio darbo nebūtų.

Noriu padėkoti savo mokslinių publikacijų **recenzentams**, kurie liko nežinomi, bet jų konstruktyvios pastabos labai prisidėjo prie publikacijų kokybės gerinimo.

Noriu padėkoti disertacijos recenzentėms **prof. Ilonai Laurinaitytei** ir **doc. Astai Adler** už pastabas ir pasiūlymus, kurie prisidėjo prie disertacijos kokybės gerinimo.

Taip pat noriu skirti padėkos žodžius Vilniaus universiteto Psichologijos instituto **direktorei Vilmantei Pakalniškienei** už galimybę derinti darbą universitete su disertacijos rašymu ir psichoterapijos praktika.

Ypač dėkinga esu savo bendramokslėms Vilniaus universiteto **doktorantėms Karolinai Petraškaitei** ir **Editai Baukienei**, su kuriomis visada galėdavau dalytis savo nerimu ir jaučiau nuolatinį jų palaikymą bei rūpestį. Karolina, Tau ypač noriu padėkoti už laiką, skirtą mano disertacijos skaitymui, už „žvilgsnį iš šalies“, už Tavo susidomėjimą mano atliktu tyrimu, už visus vertingus pastebėjimus. Edita, Tau jaučiuosi labai dėkinga, kad visada buvome šalia disertacijų pristatymo metu ir jas koreguojant, turėjome galimybę „ventiliuoti“ savo jausmus.

Širdingas dėkingumas mano **mylimam draugui Egidijui**, už šilumą, rūpestį, palaikymą ir tikėjimą manimi, už nuolatinį priminimą, kad mano rašomas darbas prasmingas, o taip pat už galimybę pasiguosti ir būti silpnai, kuomet jėgos visiškai apleisdavo.

Nuoširdus dėkingumas **visiems savo draugams ir artimiems žmonėms**, kurie buvo atlaidūs, rūpestingi ir nenustojo manęs mylėti.

SUMMARY

1. INTRODUCTION

The journey toward reflexivity is the heart and soul of supervision.

This process is never an end in itself – like mountains –

Just when you think you have reached the top,
another peak appears!

(Odetta, research participant)

Supervision is held to be an essential requirement for learning and professional development, especially within professions working with other individuals (Fleming & Steen, 2004). According to Watkins (1997), without the enterprise of psychotherapy supervision, the practice of psychotherapy would become highly suspect and would or should cease to exist.

In many parts of the world psychotherapeutic supervision is considered to be the most effective lifelong learning and skills-maintenance process for psychotherapists, enabling them to become autonomous reflective practitioners; the effectiveness of psychotherapeutic supervision so far has been supported by a limited body of research (Bambling et al, 2006; Gilbert & Evans, 2000; Milne & Watkins, 2014; Kuhne et al., 2019; Pelling et al., 2017; Rousmaniere et al., 2016; Schweitzer & Witham, 2018; Tugendrajch, 2021; Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Watkins, 2012a). Despite the importance of supervision for practitioners, its evidence base is extremely weak (Alfonsson et al., 2018; Kuhne et al., 2019; Owen, 2015; Tugendrajch, 2021), and there is not yet a plethora of instruments (questionnaires) that have been tailored to explore the supervisory process (Schweitzer & Witham, 2018).

Recently, the scientific literature has been increasingly raising questions about the development of practitioners' competences through the supervision process, including the development of reflexive competences; hence, we have chosen to explore in this paper Recently, the scientific literature has been increasingly raising questions about the development of practitioners' competences through the supervision process, including the development of reflexive competences; hence, we have chosen to explore in this paper reflexivity as a central and most important, albeit under-researched, skill for psychotherapists. Reflexivity is a concept that is increasingly gaining prevalence in the literature of professional practice and it has been defined in

a variety of ways; however, the differences in definition largely depend on the context. Therefore, reflexivity development is the main goal of supervision; it is a powerful instrument that can impede the psychotherapist's connection with his client, but there is no answer on what specifically enhances or decreases reflexivity during the supervision process. In the scientific articles analysing supervision, there is no clear definition of the phenomenon of reflexivity and there is also a lack of empirical studies of reflexivity in supervision. We carried out a systematic review of literature within three databases and formulated a theoretical model of reflexivity in psychotherapy supervision (Vaštakė & Skruibis, 2021). In this dissertation, we will define reflexivity based on our own definition of reflexivity in psychotherapy supervision – reflexivity in psychotherapy supervision will be defined from the perspective of the supervisee and understood as a dynamic, multidimensional phenomenon involving the awareness of oneself (supervisee) and of the other (the supervisor) and of what is happening between them, and conceptualisation of the work being doing during the supervisory process itself rather than afterwards, and where all of these actions are performed at the same time, simultaneously (Vaštakė & Skruibis, 2021).

As supervision has its own specificities depending on the theoretical model, we have chosen to explore reflexivity in the context of existential psychotherapy supervision in our study. The existential approach to supervision is based on the centrality of the As As As supervision has its own specificities depending on the theoretical model, we have chosen to explore reflexivity in the context of existential psychotherapy supervision in our study. The existential approach to supervision is based on the centrality of the relationship, meaning it is a collaborative process of co-reflection in which reflexivity grows (Silva&Sousa, 2018; van Deurzen, 2009). A key feature of existential phenomenological supervision is the descriptive phenomenological strategy used by the supervisor, where the 'epoche' rule (the “bracketing” of one's own beliefs, hypotheses) is particularly important, as well as the principle of horizontalization, i.e., the description of the experience as detailed as possible, without trying to distinguish which information is more valuable, accepting all of it as potentially equally meaningful (Kočiūnas, 2005; Pett, 1995; Pagdin, 2013; van Deurzen, 2009). Equal, non-hierarchical relationships between supervisor and supervisee are also important in existential phenomenological supervision (du Plock, 2009; Pett, 1995; van Deurzen, 2009; Kočiūnas, 2005; Kočiūnas, 2018; Krug, Schneider, 2016; Vaštakė & Kočiūnas, 2017), the supervisor's way of being is non-directive, non-expert, and the essence of supervision is not to provide the supervisee with explanations (in a didactic way) or answers, but to help to understand the

processes taking place, exploring the emerging phenomena in the context of their emergence and expanding the context itself (Vaštakė & Kočiūnas, 2017; Kočiūnas, 2005). Existential supervision scholars have noted that the term 'super-vision' carries a sense of a certain power of the supervisor and makes for hierarchical relationalities (Mitchell, 2009; Spinelli, 2015). According to Spinelli (2015), a more appropriate term for existential supervision is seeing-over, which directs the focus of attention from therapeutic case toward a broader overview of the difficulties the therapist faces.

A systematic literature review of supervision effectiveness research using the PRISMA model (the aim of the analysis was to summarise the quantitative and qualitative scholarly studies found on supervision effectiveness, with reflexivity being one of the A Systematic literature review of supervision effectiveness research using the PRISMA model (the aim of the analysis was to summarise the quantitative and qualitative scholarly studies found on supervision effectiveness, with reflexivity being one of the indicators of supervision effectiveness (Calvert et al, 2016; Hedges, 2010; Hewson & Carroll, 2016), we found that supervision significantly contributes to the development of supervisees' professional competences, but it remained unclear how supervisees' reflexivity changes during the supervision process, which factors of supervision develop and which ones inhibit reflexivity. Findings from previous studies indicate that the dialogical manner of supervision enhances supervisees' reflexivity (Calvert et al., 2016; Mangione et al., 2011). A framework of collaboration and authenticity may be a necessary condition for reflexivity (Mangione et al., 2011). Dialogical reflexivity within supervision may enhance therapists' ability to process relational dynamics in a moment-to-moment fashion and to tolerate the uncertainty and uniqueness of interactions (Calvert et al., 2016). Studies by North (2013) and Hill et al. (2016) highlighted the importance of reflection within the supervision process; they focused on reflection – on-action more than on reflection – in-action. Hence, it remains unclear how supervisory relationship enhances reflection – in-action. It worth to mention that reflexivity involves reflection-on-action, reflection-in-action, and reflection-for-action (Shön, 1987). In the context of supervision, reflection-on – action means revising or reflecting on a difficult situation that has already taken place, while reflection-in-action means being aware in-the-moment of the experience as well an in-the-moment reflecting on the experience. Reflection-for-action involves a proactive use of these past reflections to inform future action, such as considering how new learning from reflections upon an interaction with one's client might guide responses to future encounters of a similar nature (Vaštakė & Skruibis, 2021).

Research indicates that reflexivity influences the creation and development of an appropriate working alliance between psychotherapists and psychotherapy clients, for which reason the development of reflexivity in the supervision process is considered to be the main and most important goal of supervision (Beebe & Lachmann, 2003; Calvert et al., 2016; Grant et al., 2012; Haarhoff, 2006; Fonagy et al., 2005; Neimeyer et al., 2016; Neufeldt, 1999; Plantade-Gipch et al., 2021; Safran et al., 2007). A well-developed reflexivity helps practitioners to better understand the psychotherapeutic relationship and the psychotherapeutic process, as well as to identify and resolve difficulties in the psychotherapeutic relationship (Fonagy et al., 2005; Plantade-Gipch et al., 2021). The growth of reflexivity in the supervision process leads to changes in the perceptions of supervisors, their psychotherapeutic clients and the psychotherapy process itself, which in turn changes psychotherapeutic/counselling practice (Neufeldt et al., 1996).

The significance of supervisees' gender on both the outcomes of supervision and the supervision process itself is still researched very little (Doughty & Leddick, 2007; Jordan, 2007; Tarshis & Baird, 2021; Wind et al., 2021). Although it has been suggested that supervision is equally beneficial for both men and women (Borders & Leddick, 1987; Jordan, 2007; Tarshis & Baird, 2021), and no significant gender differences have been observed in terms of changes in the supervision process or in the outcomes of supervision in developing supervisees' professional competencies (Jordan, 2007; Tarshis & Baird, 2021), however, there has been interest in this issue and scholarly articles recommend exploring gender in the supervision process.

Since many supervision researchers point out that it would be worthwhile to pay attention to gender issues in supervision in future research (Chung et al., 2001; Granello, 2003; Ellis & Robbins, 1993; Shannon, 2019), in view of this research gap and in line with the recommendations of the researchers we decided to look at the development and expression of reflexivity in supervision from a gendered perspective in our study. We believe that this perspective can provide deeper and more detailed insights into the phenomenon under study. It is also important to mention that the participants in our research also differ in terms of their intercultural context (the participants came from Lithuania, Latvia and Russia). In describing the study, we considered how the cultural identities of the participants influenced the results of the study. It is important to keep in mind that participants in our study are influenced by an authoritarian regime, which can be felt even in second or third generation (Gudaitė, 2016; Peterson & Luik, 2014). Kalinenko and Slutskaya (2014) argue that the totalitarian regime in Soviet Russia affected people's relationship with authority in such a way that they distrust

authority, experience ambivalent feelings, and react to authority as to something dangerous and hostile. Peterson & Luik (2014) write that the Soviet occupation of the Baltics is reflected in the difficulties of building and maintaining close relationships and opening up, which can also affect the relationship with people of authority. People in post-Soviet Lithuania tend to identify authority with the aggressor, avoid it, and fight against it (Gudaite, 2016; Petronytė-Kvedaruskienė, 2018). Recently, relationship with authority in Russia and the Baltic states have been changing along different trajectories (the Baltic states trust authority more than Russia) (Special Eurobarometer 516, 2021). Being aware of the possible influence of cultural specificities on the changes in reflexivity in the supervisory process, we put this criterion away for the time being and focus on the commonalities of the participants' experiences instead. On the other hand, we believe that the fact that the participants were from different cultural backgrounds only enriches the study, as it allows us to put the phenomenon under investigation in a broader context.

Thus, a comprehensive literature review revealed that, despite supervision being a cornerstone in the development of supervisees' professional competences and a key method of training future psychotherapists, there is still a lack of empirical research on supervision (Alfonsson et al, 2018; Hill et al., 2016; Falender et al. 2014; Kennedy et al. 2018; Overholser, 2004; Watkins, 1998; Watkins et al. 2021). It is known that supervision "works", but it remains unclear how it "works" (Watkins et al., 2021). So far, supervision research does not answer important questions *such as* how supervisees' professional competencies, including reflexivity, develop in the supervision process and *what* exactly the supervisor does in order to increase supervisees' reflexivity. It is also an open question of what influence the supervisee's gender has on the development of reflexivity in the supervision process.

1.1 Novelty of the dissertation

Our study is the first of its kind in Lithuania to explore reflexivity in the context of psychotherapeutic supervision. The study was conducted and described following the tradition of qualitative research and therefore avoided preconceptions and hypotheses that would have to be tested by confirming or rejecting them. The research sought to explore, uncover, and describe the subjective experiences of the research participants. The study is also unique in that it explores supervisees' experiences of the development of reflexivity in the supervision process from a temporal perspective – for the first time, supervisees are interviewed at a time when they are still studying in

the professional level programme “Existential Therapy” at the Institute of Humanistic and Existential Psychology (hereafter HEPI) (phase 1 of the research), where supervision is a compulsory subject, and the second time when they are already qualified professionals with private practices, continuing to receive supervision at the expected regularity (phase 2).

Another distinctive feature of this study is that it compares the interviews of men and women with each other, looking for similarities and differences. The data obtained during the study are analysed and described separately and then compared. This helps to gain a better understanding of reflexivity, developing and inhibiting factors in both genders, and to identify both the universal and unisex aspects, and only one gender-specific aspects. The study was carried out at HEPI, which brings together students from different cultural backgrounds. This is seen by the participants as an advantage of studying psychotherapy.

1.2 Aim and objectives of the dissertation

The aim of this study is to uncover and describe men and women’s experiences of reflexivity in existential psychotherapy supervision. We are interested in how reflexivity changes in the process of supervision in samples of men and women, as well as in the dynamics of changes in reflexivity over time (when the participants are studying at the Institute of Humanistic and Existential Psychology in the professional level program “Existential Therapy”, and later, when they have completed their studies of psychotherapy).

The dissertation has the **following research objectives**:

- 1) To uncover men and women’s experiences of reflexivity in existential psychotherapy supervision when supervisees are studying psychotherapy (Phase 1 of the study).
- 2) To uncover men and women’s experiences of reflexivity in existential psychotherapy supervision when the supervisees have already completed their psychotherapy studies (research phase 2).
- 3) To analyse the factors developing and inhibiting reflexivity in existential psychotherapy supervision.

1.3 Structure of the dissertation

The dissertation consists of an introduction, theoretical part, methodology, research findings, discussion, conclusions, recommendations, bibliography, and appendices.

In the first part of this thesis paper the concept of supervision is discussed, involving the description of the role of supervision in psychotherapeutic practice, the different roles of supervisors, and research on supervision. The first part of the paper presents a detailed description of existential-phenomenological supervision, introduces the phenomenon of reflexivity, and describes the aspects of gender, culture, and relationship to authority in the supervisory process. The aim and objectives of the study are formulated in this part.

The second part of the thesis presents the methodology of the dissertation research, provides justification of the qualitative longitudinal research strategy chosen in the paper, presents the method of Interpretative Phenomenological Research used therein, and the method of data collection in the form of semi-structured interviews. This part presents the study participants, their enrolment and selection, the homogeneity criterion, the context and course of the research and its ethical aspects, and, last but not least, the quality assurance aspects of a qualitative research.

The third part of the thesis is dedicated to the research findings, which are presented in the following order: first, the findings from the first and second round of interviews of female participants are presented followed by a comparison of the findings. Then, the findings from the first and second round of male interviews are presented, followed by their comparison. Finally, the findings from the two phases of the study are compared for men and women.

In the fourth part of the thesis, the research findings are compared with previous studies.

The fifth part presents the strengths and weaknesses of the study and outlines the guidelines for future research.

Finally, the study is summarised, recommendations for further research and for supervising practitioners are made, and a list of references and appendices are provided.

2. METHODOLOGY

The research was carried from 1 July 2018 to March 2021. The total duration of the research is 2 years and 8 months. The research sample consisted of four women and four men (1 stage of the research) and three women and four men

(2 stage of the research). Research participants were students of Professional Level Existential Psychotherapy at the Institute of Humanistic and Existential Psychology, Birštonas, Lithuania. At the first stage of the research all research participants had completed the first mandatory supervision cycle of at least 15 supervision sessions. It must also be noted that, before joining the programme, all participants had completed at least 80 supervision sessions in their previous studies, where they had their entire psychotherapeutic practice supervised. Students of the Institute programme must have their entire psychotherapeutic practice supervised by two supervisors (the minimum of 15 supervision session with each supervisor, the minimums of 30 supervision session in total). At the second stage of the research all research participants had already completed their studies at the Institute of Humanistic and Existential Psychology and had become certified existential psychotherapists with a psychotherapy practice and supervising their psychotherapeutic work with existential supervisors. The supervisees men range in age from 28 to 55 years (M=39), the supervisees woman range in age from 32 to 40 years (M=36). All research participants had psychology master's degree; one participant had a PhD in psychology. Three research participants came from Latvia, four from Russia and one from Lithuania.

The homogeneity of the sample was based on the following criteria:

- 1) All participants were trainees of the professional level programme “Existential Therapy” at the Institute of Humanistic and Existential Psychology, having completed the first course of mandatory supervision (minimum 15 supervisions) in the first phase, and in the second stage, after completing their studies at the Institute of Humanistic and Existential Psychotherapy and becoming certified existential psychotherapists with a psychotherapy practice and supervising their psychotherapeutic work with existential supervisors.
- 2) All research participants had similar psychological counselling/psychotherapy experience.
- 3) All research participants had similar experience of supervising their own psychotherapeutic practice.
- 4) All research participants had participated in long-term supervision during the research.
- 5) All research participants participated in the study voluntarily, were interested in and willing to delve deeper into their experiences of reflexivity in supervision and were all well-able to verbalize their experiences.

The choice of a qualitative research strategy was dictated by the following factors: the aim of the study was to disclose and describe the participants' experiences of reflexivity in existential psychotherapy supervision, the absence of thorough research into this phenomenon either in Lithuania or in the world, and the goal of the study to discover new insights into the dynamics of reflexivity in the supervision process. A qualitative research strategy is particularly appropriate when the subject of the research has never been studied, the existing body of research is contradictory, and there is little data available on the area of the study, making it impossible to generate hypotheses (Barker et al., 2002). Yet another reason for choosing the qualitative research strategy was that the phenomenon of reflexivity has never been studied empirically before, and we wanted to capture each detail of real-life experiences, enabling the “experts” of the experience to verbalise it, while the researcher takes the position of a follower of the research participant and becomes an “interpreter” of the participant’s experience, seeking to make sense of the meaning attributed by the participant to his/her experience. The choice of a qualitative research strategy was also influenced by the author’s internal attitude – a very close approach towards a research participant seen as the genuine expert of his/her own experience, and the creation of an equal relationship with him/her, while stepping into the shoes of a “non-expert”, acknowledging her own subjectivity.

It is also important to note that our research is qualitative longitudinal. The choice of a qualitative longitudinal research strategy involving follow-up interviews being arranged with research participants was also driven by the aim pursued by our study research to understand the individual change over time of each research participant, focusing on the primary question of interest, “how does reflexivity change in supervision?”, and that reflexivity is a dynamic, changing process (Vaštakė & Skruibis, 2021). As our study is revelatory in its nature, this dictated an inductive logic of discovery – the meanings of the research data were elicited without moving away from, but strictly building on the experiences of the research participants, and the researcher’s preconceived notions and knowledge were “narrowed down” and set aside to allow taking a “fresh look” at the experiences of the participants, and to avoid putting their insightful experiences on a self-evident and familiar path.

The research is made up of two stages (the first and the second round of interviews). Data collection and analytical methods used in both rounds were identical.

The interviews were conducted by applying the **Interpretative Phenomenological Analysis** developed by J. A. Smith in 2009. The purpose of IPA is to reveal how the research participants give meaning to their experience (Larkin & Thompson, 2012), influenced by various life contexts, their inner world, attitudes, and values. IPA aims to get as close to participants' subjective conscious experience as possible, uncover the psychological meaning behind everyday discourse, and acknowledge and welcome the fact that one's own views will influence this process. The researcher is expected to be personally immersed in the material as opposed to an objective observer (Willig, 2013).

The analysis of the research data was conducted in line with the methodological requirements (Smith et al., 2009). The step-by-step data analysis was as follows:

Conducting and transcribing of interviews – potential participants were contacted by the author of this dissertation via email. Those who wanted to take part in the study contacted the author of this dissertation and she explained them the participation and obtained signed informed consents. Data about experiences of reflexivity of the supervisees in this research were collected in depth using semi-structured interviews designed specifically for this study. It is worth noting that participants were volunteers who had no supervisory relationships. The recorded interviews were hand transcribed in the original language, then each interview's transcript was translated into Lithuanian by numbering every single line of a transcript. Then the transcripts were printed by leaving broad margins on the left- and right-hand side for phenomenological and interpretative comments, as per instructions of Smith et al. (2009).

The body of the material was then analysed following the recommendations of the method's authors (Smith et al., 2009):

1. Reading and re-reading a single interview transcript several times – once every interview was transcribed, a transcript was read and re-read several times by noting important non-verbal linguistic aspects or other interactions, along with other reflections and comments. This process enabled entering into a dialogue with a research participant and to get as "close" to the data as possible.
2. Writing phenomenological comments (Smith et al., 2009) or codes (Smith & Osborn, 2003) – after reading and re-reading every interview several times, a subjectively perceived experience of each supervisee was highlighted. At this stage, line-after-line coding was made to note the essence of the supervisee's statement.

3. Writing interpretative comments – at this stage a list of the key themes was drawn. Primary themes were marked on the right margin of a transcript. When analysing interview data the following instruction was respected: every identified theme had to be reflected in the interviews of half or more than half of the research participants. The emerging themes were distinguished from the text with quotes or references to quotes and were further analysed by stepping aside from the entire transcript of an interview. This step of the analysis is more interpretative, at this stage the researcher started to generate possible interpretations. Once all the transcripts had been analyzed in this way, a table with themes and subthemes was developed.
4. Grouping of themes into clusters – at this stage the researcher combines the themes into clusters. During the grouping exercise, the structural patterns of each research participant's themes started to emerge along with parallel and hierarchical links between the highlighted themes. Finally, a table of hierarchical links was made.
5. Analysis of follow-up interviews – at this stage steps 1, 2, 3 and 4 were repeated when processing interviews of other research participants.
6. Integration of interview analyses – at this stage the researcher looked for patterns across cases, formulating core themes, and writing up the narrative.
7. Final description – at this stage themes were reintroduced into a comprehensive text and illustrated using quotes of research participants by marking the pseudonym of the interviewee and the line number of a transcribed text. At this stage a written interpretation of a phenomenon was developed, which was later compared with the works of other authors.

The research data on supervisees' experiences of reflexivity in this study were collected through **semi-structured interviews**. The interview questions were formulated by the author of this thesis and reviewed by the supervisor of the thesis. The interview questions were first tested in a pilot study (with one study participant). Seven to eight questions were asked of all participants. Interviews were conducted twice with each participant. The first round of interviews was conducted in 2018, when the participants were studying in HEPI's professional level programme "Existential Therapy" and had a cycle of mandatory supervisions. The second round of interviews were conducted in 2021 with the same research participants, when they had already completed their studies at HEPI and had become certified psychotherapists, not subject to mandatory supervision, but continued their practice supervision on their own accord.

In accordance with the requirements of research ethics, all individuals participated voluntarily in the research and had the opportunity to withdraw therefrom at any stage, and to refuse to allow their interview data to be included in the analysis. All participants gave their verbal informed consent to participate in the research (audio-recorded consent). In the interest of strict anonymity, all names of the participants have been changed and the names of their supervisors have not been mentioned in the quotes from the interviews.

3. FINDINGS OF THE RESEARCH

The research revealed male and female factors that developed and inhibited reflexivity in the first and second phases of the research, as well as both universal and unisex factors developing and inhibiting reflexivity, as well as different, gender-specific factors that develop and inhibit reflexivity (Table 1). Table 1 shows the universal, unisex reflexivity-developing and inhibiting factors highlighted in bold red.

Table 1. Factors developing and inhibiting reflexivity in male and female samples during the first and second stage of the research.

Experiences of female research participants		Experiences of male research participants	
Factors developing reflexivity		Factors developing reflexivity	
T1 (2018)	T2 (2021)	T1 (2018)	T2 (2021)
Long-term supervision relationship: <i>importance of experiencing the inevitable termination of supervision relationship, the importance of maintaining silent pauses.</i>	Long-term supervision relationship: <i>changes in the quality of experiences built on trust in the long-term supervision relationship; increased bodily awareness; developing autonomy.</i>	Clear boundaries of supervision relationship: not crossing the boundaries of supervision therapy, <i>maintaining professional relationship.</i>	The importance of long-term supervision relationship for the development of reflexivity: <i>special experience of a supervisor; the importance of “us” in the supervision relationship.</i>
The importance of mutual trust, of experiencing togetherness and collegiality in the supervisory relationship: <i>taking an interest in the context of the supervisee’s life; caring about the cosy atmosphere of supervision.</i>	Supervisor’s mindfulness of the supervisee as a human being.	The importance of silent pauses in supervisory relationship.	A safe supervision atmosphere: <i>caring approach of the supervisor in giving feedback; the supervisor’s non-judgemental approach; experience of acceptance.</i>

Frustrating experiences in supervisory relationship – “the triggering mechanism” of reflexivity	Supervisor’s caring for the creation of “our” space: <i>attention to the physical space; thoughtfulness of the supervision process.</i>	A safe supervision atmosphere: <i>the supervisor’s non-judgemental approach; supervisor’s thoughtfulness when giving feedback</i>	Interest in the supervisee as a human being
Supervisor’s attention to emotional experiences of the supervisee: attention to the feelings evoked in the supervisee; attention to the supervisee’s feelings “here and now”	Supervisor’s modesty	Supervisor’s focus on “here and now”: <i>mirroring the supervisees’ feelings ‘here and now’; mirroring the bodily responses; supervisor’s focus on supervisor-supervisees relationship</i>	Supervisor’s open sharing: supervisor’s sharing of her/his perspective; supervisor’s sharing of his/her professional experience
Not crossing the boundaries between supervision and psychotherapy	Supervisor’s expertness	Supervisor’s “not-knowing” position	Maintaining the required working tension during supervision
Supervisor’s “not-knowing” position	Not crossing the boundaries between supervision and psychotherapy.	Supervisor’s sharing of own professional experience	Supervisor’s flexibility
Factors inhibiting reflexivity		Supervisor’s flexibility	Supervisor’s authenticity
Sharing personal rather than professional experience	The “side” effects of long-term supervision relationship: loss of the supervisor’s “not-knowing” position; easing the working tension during supervisions	Supervisor’s authenticity	

Supervisor's inflexibility	Supervisor's expertness	Factors inhibiting reflexivity	
The supervisee's feeling of being unwelcomed in supervision		Supervisor's excessive "verbosity"	Side effects of long-term supervision relationship: loss of the supervisor's "not-knowing" position; easing the working tension during supervisions.
Too large physical distance between the supervisor and supervisee during a supervision process		Didactic nature of supervision	Supervisor's criticism
Feeling of shame and strong anxiety by the supervisee			Lack of supervisor's engagement
Didactic nature of supervision			

In the first phase of the research a *long-term supervision relationship* was identified as the most important factor in the development of reflexivity for both genders. For the female participants, a long-term supervision relationship with a realised sense of inevitable termination was identified as the factor developing reflexivity. Male participants did not stress the importance of the inevitable termination of the supervisory relationship. For them, *clear boundaries of the supervision relationship and the substantive nature of the supervision relationship were an important factor in the development of reflexivity*. For both genders, not *crossing the boundaries between supervision and therapy* was seen as a factor facilitating reflexivity. Participants of both genders also emphasised the value of *silent pauses* in the supervision process. The female participants related the experience of silent pauses to the experience of a very deep dialogue with the supervisors, the insights gained and the growing tolerance for the silent pauses as such. The ability to be present in silent pauses was described by the participants as a sign of developing reflexivity. The male participants also reported that silent pauses were often accompanied by experiential insights. For the female participants, mutual trust, togetherness, and collegiality were important factors in the development of reflexivity in the supervision relationship. This aspect was not mentioned by the male participants. The female participants

identified the attentiveness of the supervisors not only to the cases they presented, but also the supervisors' genuine *interest* in them as a factor facilitating reflexivity, whereas the male participants, albeit mentioning this aspect, did not put much emphasis on it in the first stage of the research. Both genders identified *the atmosphere* created during supervision as a factor developing reflexivity. For female and male participants, a *cosy* and a *safe* atmosphere, respectively, was emphasised as being important in supervision. The importance of supervisors' focus on the "*here and now*" was stressed by both genders included in the sample. For the female participants, the supervisors' attentiveness to the participant's emotions arising in the supervision process and to the feelings they have for their psychotherapy clients were equally important. The male participants in the research noted that the supervisors' mirroring of their emotions in the "*here and now*" of the supervision process, as well as mirroring of their bodily responses, was a reflexivity-developing factor. The supervisor's position of "*(not) knowing*" was important for the development of reflexivity for both genders. For the male and female participants, the development of reflexivity was stimulated by the *supervisors' sharing of their professional experience*; while the female participants, unlike their male counterparts, mentioned that the supervisors' sharing of *personal* rather than professional experience did not develop reflexivity.

Feedback from thoughtful supervisors was important for male participants, whereas this aspect was not mentioned by female participants. According to male participants, the supervisor's characteristics of *flexibility* and *authenticity* were noted as factors developing reflexivity. Female participants mentioned in the first phase of the research that frustrating experiences such as open mirroring from supervisors, "uncomfortable" questions, taking their time by the supervisors to understand and taking a "not-knowing" position in the supervision process were very important factors in developing reflexivity. The male participants did not mention any factors they had experienced, which they found frustrating for them and yet which were helpful in building reflexivity.

When sharing their experiences of factors inhibiting reflexivity, both female and male participants mentioned *didactic supervision* in the first phase of the research as not being conducive to developing reflexivity. For the female participants, didactic-style supervision provided only short-term knowledge, which is quickly forgotten, whereas the male participants experienced didactic supervision as inhibiting the development of reflexivity. The *feeling of being unwelcomed by the supervisors* when they come for a session, and the *excessive physical distance* between the supervisor and the

supervisee were identified by the female participants as a factor inhibiting reflexivity. Experiences of *severe anxiety* and *shame* did not develop reflexivity for the female participants. The male participants mentioned that the supervisors' *verbosity* and *lack of engagement* were inhibiting factors for their reflexivity.

Interestingly enough, the most striking gender-based differences in the first phase of the research were that the female participants in the interviews talked about the *stages of development of reflexivity* in a long-term supervisory relationship and about the "*birth of an internal supervisor*". The male participants did not talk about the developmental stages of reflexivity and the "internal" supervisor.

In the second phase of the research changes in the participants' reflexivity in supervision were recorded following similar directions, but just as it was the case in the first phase of the study, some differences between the gender experiences of the two groups of research participants were identified.

Interestingly enough, in the second phase of the research both genders identified a *dichotomy in the long-term supervisory relationship*: within it, they found both facilitating and inhibiting factors of reflexivity. Both genders mentioned the "*side effects*" occurring in the long-term supervision relationship: a gradually defusing *working tension* necessary for the supervision process and the weakening of the supervisors' position of "*not knowing*".

In their account of the influence of a long-term supervisory relationship on the development of reflexivity, the female participants in the research mentioned *trust*, *increased bodily awareness* and *emerging autonomy* being important in a long-term supervision relationship. In contrast, when referring to the factors developing reflexivity in the supervision relationship, the male participants mentioned the importance of a *special presence with the supervisor*, emphasising the supervisors' attentiveness not only to the cases they were presenting, but also of themselves. It is important to recall that in the first phase of the study, this aspect was underemphasised by the male participants and was more pronounced in the experiences of the female participants. In this phase of the research, the male participants referred to the emergence of "*us*" in the long-term supervision relationship, which they defined as a presence in the supervision process that leads to transformative changes within themselves, leading to a deeper self-awareness not only of their psychotherapeutic experience, but of their lives. The importance of "*our*" space in the supervision process was discussed by the female participants in the first phase of the research. In the second phase of the research, as in the

first phase, the male participants stressed the importance of a *safe* atmosphere as a factor developing reflexivity.

In the second phase of the research, just as it was in the first phase, both female and male participants emphasised the importance of the supervisors' form of presence in the supervision process for the development of reflexivity. The male participants highlighted the importance of supervisors' open sharing, where supervisors share both their vision and professional experience. These aspects were not present in the interview data of the female participants. However, as in the first phase of the study, female participants underlined the *importance of not crossing the boundary between supervision and psychotherapy*, which gives them a sense of security in the supervision process. The male participants in the second phase of the study identified the significance of the necessary *working tension of supervision* to facilitate reflexivity; they described this phenomenon as a necessary precondition for reflection that covers a number of aspects: dealing with the supervisor's humour, confrontation, and an authentic and "uncomfortable" presence. Meanwhile, the female participants in the research did not highlight this aspect, but when referring to the "side effects" of a long-term supervision relationship they mentioned the easing of the necessary working tension during supervision as a factor inhibiting reflexivity.

It shall be pointed out that in the second phase of the study, both male and female participants underlined the importance of the supervisors' personality features in developing reflexivity. Of particular importance for the female participants was the *modesty* of the supervisors, which was associated with the supervisors' genuineness and calmness during the supervision process. In contrast, for the male participants the *authenticity* and *flexibility* of the supervisors was a reflexivity developing factor, which was also mentioned in the first stage of the research. In the second phase of the research, for the female participants the *supervisor's expertness* was identified as both a reflexivity developing and inhibiting factor. It is also important to note that in the second phase of the research, compared to the first phase, the male participants were generally more likely than their female counterparts to talk about the inhibiting factors of reflexivity in the supervision process, which included the *over-criticism* and *lack of engagement* of the supervisors.

Thus, our research has highlighted both the universal factors that develop and inhibit reflexivity in both genders, as well as the differences. This comparison between the genders has also helped us to see the importance of follow-up research, as some of the aspects identified by the participants in the first phase of the research have changed over time, have acquired different meanings, or have lost their relevance.

CONCLUSIONS

1. The analysis of the participants' subjective experiences of reflexivity in existential psychotherapy supervision revealed that although most of the factors developing and inhibiting reflexivity in supervisory processes are common to both genders, there are also some differences that became apparent in both the first and the second stage of the study.
2. The analysis of the subjective experiences of the female participants in the first phase of the study has revealed the following factors **developing reflexivity**: long-term supervisory relationship, the experience of alliance and collegiality in the supervisory relationship, a non-verbal dialogue, and frustrating experiences in the supervisory process. Supervisors' attentiveness to supervisees' feelings in the "here and now" during the supervisory process and to their feelings towards their psychotherapeutic clients were also identified as factors developing reflexivity. Supervisors' position of "not-knowing" and not crossing the boundaries between supervision and therapy were also identified as developing reflexivity. **Reflexivity** was found to be **inhibited** when supervisors do not welcome their supervisees, maintain excessive physical distance, the supervisees experience shame, anxiety and fear in the supervisory process, and a didactic style of supervision.
3. The analysis of the subjective experiences of the male participants in the first stage of the study revealed the following factors developing reflexivity: clear boundaries in the supervisory relationship, silent pauses in the supervisory relationship, a safe atmosphere in supervision, supervisors' focus on the "here and now", the "not-knowing" position, supervisors' sharing of their own professional experience, supervisors' authenticity and flexibility. Factors that were found to **inhibit reflexivity** were supervisors' "verbosity" and a didactic style of supervision.
4. The analysis of the subjective experiences of the female participants in the second phase of the study revealed that long-term supervisory relationships have both **developing** and inhibiting factors of **reflexivity**. **Reflexivity is developed** by the supervisors' interest in the supervisees (not only in the cases they present), the supervisors' concern for the creation of "us" in the supervisory relationship, not crossing the boundaries between supervision and therapy, and the modesty of the supervisors. Supervisors' expertise can both develop

and inhibit reflexivity. **Reflexivity is inhibited** by the “side-effects” of a long-term supervisory relationship, namely the loss of the supervisors’ position of “not knowing” and the easing of the working tension of supervision.

5. In analysing the subjective experiences of the male participants in the second stage of the study, the factors developing reflexivity were the following: a long-term supervisory relationship, safe atmosphere of supervision, supervisors’ interest in the supervisees (not only in the cases they presented), supervisors’ open sharing of their vision and professional experience, the maintenance of necessary supervisory tension, and the supervisors’ authenticity and flexibility. **Reflexivity is inhibited** by the “side effects” of a long-term supervision relationship, namely the loss of the supervisors’ position of “not knowing” and the easing of working tension of the supervision. **Reflexivity** was also found to be **inhibited** by supervisors’ over-criticism and supervisors’ disengagement.
6. The study revealed that for both genders, the most important factor in the **development** of reflexivity was a long-term supervisory relationship. Other factors developing reflexivity in the experiences of both genders were: not crossing the boundaries between supervision and therapy, the importance of the supervisory atmosphere, supervisors’ work in the “here and now”, the use of the “not-knowing” position, and the sharing of professional experience.
7. The study revealed that for both genders the most important factors **inhibiting** reflexivity were the “side effects” of a long-term supervisory relationship, such as loss of the supervisors’ “not-knowing” position, reduced working tension in supervision, and a didactic style of supervision.

RECOMMENDATIONS

Recommendations for researchers

Based on our study's findings, we believe that it would be valuable to conduct revelatory research of supervision by analysing the factors developing and inhibiting reflexivity in other supervisory theoretical paradigms. Such research would help to identify both (i) universal (across several supervision paradigms) factors developing and inhibiting reflexivity, and (ii) specific factors that are typical of one or another theoretical paradigm of supervision. Moreover, such research would help to identify more factors inhibiting reflexivity, which could lead to an increased effectiveness of supervision and provide more clarity as to how supervisees can develop professional competences in psychotherapeutic supervision.

Our study has also revealed some gender-specific trends in the development and expression of reflexivity. We believe there is potential for a further exploration of changes in reflexivity in the supervisory process from the perspectives of supervisors and from the perspectives of homogenous and heterogeneous supervisor-supervisee dyads.

Further research could also identify similarities and differences in the dynamics of reflexivity caused by cultural context, age, and the supervisee's relationship towards authority. This could serve as homogeneity criteria for further research.

The model of reflexivity presented by the authors of this paper can be further explored in other studies in micro-sections, by delving more deeply into the expression and development of an individual reflexivity dimension in the supervisory process, and by looking for the relationship of the individual reflexivity dimension to individual aspects of the supervisory process.

It would be valuable to replicate this research in the context of group supervision.

Practical recommendations for supervisors

On the basis of our study, we have formulated practical recommendations that could be useful both in supervision curricula in schools of psychotherapy, as well as in supervisory practice.

1) In order to help supervisees to develop reflexivity, it is important to build a *long-term supervisory relationship* with them, focusing on the following aspects of supervision:

- A warm **supervisory atmosphere** in which the supervisor is attentive not only to the case being presented by the supervisee, but also to his/her life context and to him/her as a person is very important;
 - It is important to pay attention to the **physical environment** in which the supervision takes place, to coordinate with the supervisee the physical distance in space, and, in the case of remote supervision, to inquire how well the supervisor is visible or if the visibility is sufficient.
 - Keep in mind the importance of the **inevitable termination of the supervision relationship**, as this provides the necessary tension for the supervision and helps to choose the most important and problematic issues at the time.
 - To build **relationships of trust, alliance, and collegiality**, which reduce anxiety in the supervisory process and encourage the supervisee to open up.
 - Pay attention not only to verbal, but also to **non-verbal aspects of supervision**. **Silent pauses**, often accompanied by insights, are particularly important in the supervisory process.
 - **Frustrating experiences** such as asking “uncomfortable” probing questions, remaining in the “not-knowing” position, and openly sharing one’s own vision should not be avoided in supervision.
 - It is important to bear in mind that in a long-term supervisory relationship, the resulting “comfort” and “predictability” may reduce the necessary tension in supervision. We would recommend bearing this in mind and to increase it (using more work in the “here and now” during a supervisory process, maintaining the position of a curious supervisor).
- 1) It is important for supervisors to reflect on their *way of being* with supervisees:
- To be attentive to both the supervisee’s feelings in the “**here and now**” during a supervisory process and their own feelings towards their psychotherapeutic clients.
 - Keeping **the boundaries between supervision and therapy** – not analysing the feelings of the supervisees, but only reflecting them, sharing their own vision, examples from their own psychotherapeutic practice (especially sharing one’s own unsuccessful cases is valuable), avoiding sharing personal experiences that are not related to the issues raised in supervision.
 - To be attentive to supervisees’ **progress in the supervisory process** and to change one’s own position by gradually handing over more and more responsibility to supervisees.
 - To refuse **to act as an expert**, to be sincere, simple, non-judgmental, and accepting. This form of supervisors’ being helps supervisees to feel safe, open up, build a trusting relationship, and accept the help of supervision.

- Avoid a **didactic** style of supervision, preaching, explanations. This can be achieved by modesty on the part of the supervisor, and not assuming the role of an expert.

REFERENCES

- Alfonsson, S., Parling T., Spannargard., A., Andersson & Lundgren, T. (2018). The effects of clinical supervision on supervisees and patients in cognitive behavioral therapy: a systematic review. *Cognitive Behavioral Therapy*, Vol. 47 (3), 206–228. DOI:10.1080/16506073.2017.1369559
- Bambling, M., King, R., Paue P., Schweitzer R. & Warren Lambert (2006). Clinical supervision: Its influence on client-rated working alliance and client symptom reduction in the brief treatment of major depression. *Psychotherapy research*, Vol. 16 (3), 317–331. DOI:10.1080/10503300500268524
- Barker, C., Pistrang, N., Elliot, R. (Eds.) (2002). *Research methods in clinical psychology: an introduction for students and practitioners. Second Edition*. Chichester, England: John Willey & Sons, Ltd.
- Beebe, B., & Lachmann, F. (2003). The relational turn in psychoanalysis: A dyadic systems view from infant research. *Contemporary Psychoanalysis*, 39(3), 379–409. DOI:10.1080/00107530.2003.10747213
- Calvert, F., Trevor, P. Crowe & Brin F. S. Grenyer (2016). Dialogical reflexivity in supervision: An experiential learning process for enhancing reflective and relational competencies, *The Clinical Supervisor*, 35 (1), 1 - 21. DOI: 10.1080/07325223.2015.1135840
- Chung, Y., Marshall, J., & Gordon, L. (2001). Racial and gender biases in supervisory evaluation and feedback. *The Clinical Supervisor*, 20, 99–111. DOI: 10.1300/J001v20n01_08 10.1300/J001v20n01_08
- Doughty, E. A., Leddick, G. R. (2007). Gender Differences in the Supervisory Relationship. *Journal of Professional Counselling: Practice, Theory, and Research*. 35 (2), 17 - 30.
- Du Plock, S. (2009). An existential – phenomenological inquiry into the meaning of clinical supervision: What we mean when we talk about ‘existential – phenomenological supervision’? *Existential Analysis*, 20 (2), 299–318.
- Ellis, M., & Robins, E. (1993). Voices of care and justice in clinical supervision: Issues and interventions. *Counselor Education and Supervision*, 32, 203–213.
- Special Eurobarometer 516 (2021). European citizens’ knowledge and attitudes towards science and technology doi: 10.2775/071577
- Haarhoff, B., (2006). The importance of identifying and understanding therapist schema in cognitive therapy training and supervision. *New Zealand Journal of Psychology*, 35(3), 126–131.
- Hedges, F. (2010). Reflexivity in therapeutic practice. In S. Frosh (Ed.),

Basic texts in counseling and psychotherapy, 45–78 Palgrave Macmillan.

Hewson, D., & Carroll, M. (2016). *Reflective practice in supervision* (pp. 27–31, 107–113). MoshPit Publishing, Hazelbrook.

Hill, C., Crowe, T., Craig, J. (2016a). Reflective dialogue in clinical supervision: A pilot study of involving collaborative review of supervision videos. *Psychotherapy research*, 26 (3), 263–278. DOI:10.1080/10503307.2014.996795

Gilbert, M., Evans, K. (2000). What is supervision? In Gilbert, M., Evans, K. *Psychotherapy Supervision an integrative relational approach to psychotherapy supervision*, (1–2; 58–59) New York: Wiley.

Granello, D.(2003). Influence strategies in the supervisory dyad: An investigation into the effects of gender and age. *Counselor Education and Supervision*, 42(3), (189–202), Crossref.

Grant, J., Schofield, M., Crawford, S. (2012). Managing Difficulties in Supervision: Supervisors' Perspectives. *Journal of Counselling Psychology* 59 (4), 528-541. DOI:10.1037/a0030000

Gudaitė, G. (2016). *Santykis su autoritetu ir asmeninės galios pajauta*. Vilniaus universiteto leidykla. Vilnius, 65 - 70.

Falender, C., Shafranske E. & Ofek, A. (2014). Competent clinical supervision: Emerging effective practices, *Counselling Psychology Quarterly*, 27 (4), 393 - 408. DOI: 10.1080/09515070.2014.934785

Fleming, I., Steen, L. (2004). *Supervision and Clinical Psychology. Theory, Practice and Perspectives*. Brunner – Routledge Taylor & Francis. Hove and New York.

Fonagy, P., Gergely, G. J., & Target, M. (2005). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. OtherPress.

Jordan, K. (2007) Beginning Supervisees' Identity, *The Clinical Supervisor*, 25:1–2, 43–51, DOI: 10.1300/J001v25n01_04

Kalinenko, V., Slutskaia M. (2014). “Father of the People” versus “Enemies of the People”: A Split – Father Complex as the Foundation for Collective Trauma in Russia. In: *Confronting Cultural Trauma Jungian Approaches to Understanding and Healing*. Spring Journal Books New Orleans, Louisiana, 95 - 111.

Kennedy, E., Keaney, C., Shaldon C. & Canagaratnam, M. (2018). A relational model of supervision for applied psychology practice: professional growth through relating and reflecting, *Educational Psychology in Practice*, 34(3), 282–299. DOI: 10.1080/02667363.2018.145640

Kočiūnas, R. (2005). Protsess supervizii: Ekzistencialnyj vzgliad. In: J.Abakumova – Kočiūnienė (Ed.). *Ekzistencialnoje izmerenije v konsultirovanii i psichoterapii*. T 2, 97-108. Birštonas – Vilnius. REETA.

Kočiūnas, R. (2018). Eksistencialnaja supervizija: or ekspertnosti k sovместnosti. *Existentia: psichologija i psichoterapija* (11).

Krug, O. T., & Schneider, K. J. (2016). Supervision essentials for existential – Humanistic therapy. American Psychological Association.

Larkin, M., & Thompson, A. (2012). Interpretative phenomenological analysis. In A. Thompson & D. Harper (Eds.), *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: A guide for students and practitioners* (pp. 99–116). Wiley.

Mangione, L., & Nadkarni, L. (2010). Relationship competency: Broadening and deepening. In: M. B. Kenkel & R. L. Peterson (Eds.), *Competency-based education for professional psychology*, Washington, DC: American Psychological Association Press, 643-658. DOI: 10.1037/12068-004

Milne, D. & Watkins, C. (2014). Defining and Understanding Clinical Supervision A Functional Approach. In: Watkins C. E., Milne L. D. (Eds), *The Willey International Handbook of Clinical Supervision*, (1st Ed.), John Wiley & Sons, Ltd., 3–10.

Neimeyer, R., Woodward, M., Pickover, A., Smigelsky, A. (2016). Questioning our Questions: A Constructivist Technique for Clinical Supervision. *Journal of Constructivist Psychology*, 29(1), 100–111. DOI: 10.1080/10720537.2015.1038406

Neufeldt, S. (1999). Training in reflective processes in supervision. In: M. Carroll & L. Holloway (Eds.), *Education of clinical supervisors*, London, UK: Sage, 92 - 105.

North, J. (2013). Recording supervision: Educational, therapeutic, and enhances the supervisory

working alliance? *Counselling and Psychotherapy Research*, 13(1), 61–70. <https://doi.org/10.1080/14733145.2012.687386>

Overholser, J. PhD (2004). The Four Pillars of Psychotherapy Supervision. *The Clinical Supervisor*, 23:1, 1–13. DOI: 10.1300/J001v23n01_01

Owen, J. (2015). Supervisory processes in the training of psychotherapists: introduction to the special section. *Psychotherapy*, 52(2), 151–157. DOI: 10.1037/pst0000020

Pagdin, S. (2013). An existential phenomenological model of supervision. *Existential Analysis*, 24 (1), 50 - 55.

Pelling, N., Abbott, D., Lack, C.W. (2017). Clinical supervision: An Applied Activity and Research Focus. In: *The Practice of Counselling & Clinical Supervision 2nd ed.* Chapter 6: The state of Supervision Scholarship in the 21st Century Australian Academic Press, 109–112.

Peterson, U., Luik, M. (2014). Expressions of Transgenerational Trauma in the Estonian Context. In: *Confronting Cultural Trauma Jungian Approaches to Understanding and Healing*. Spring Journal Books New Orleans, Louisiana, 193–209.

Pett, J. (1995). A personal approach to existential supervision. *Journal of the Society for Existential Analysis*, Vol. 6(2), 117 - 125.

Petrynytė - Kvedaruskienė, D. (2018). Santykio su autoritetu plėtote ir narcisizmo problema psichoterapijoje. *Daktaro disertacija*. Vilnius.

Plantade-Gipch, A., Blanchet, A., & Drouin, M. (2021). Can alliance-focused supervision help improve emotional involvement and collaboration between client and therapist? *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 23:1, 26–42. DOI: 10.1080/13642537.2021.1881138

Rousmaniere, T., Swift, K., Babins-Wagner, R., Jason L., Whipple & Berzins S. (2016). Supervisor variance in psychotherapy outcome in routine practice. *Psychotherapy Research*, 26:2, 196–205. DOI:10.1080/10503307.2014.963730

Shannon, J. (2019). Gender Differences or Gendered Differences: Understanding the Power of Language in Training and Research in Supervision. *Int J Adv Counselling* 41, 598–608. <https://doi.org/10.1007/s10447-019-09380-y>

Schön, D. (1987). *Educating the Reflective Practitioner*. San Francisco: Jossey-Bass.

Schweitzer., R., Witham, M. (2018). The supervisory alliance: Comparison implications for a supervision toolkit. *Counselling and Psychotherapy Research* 38 (1), 71–78. DOI: 10.1002/capr.12143

Smith, J., & Osborn, M. (2008). Interpretative phenomenological analysis. In J. A. Smith (Ed.),

Qualitative psychology: A practical guide to research methods (pp. 53–80). Sage.

Smith, J., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). Interpretative phenomenological analysis. Theory, method and research. Sage.

Smith, J.A., Osborn, M. (2015). Interpretative Phenomenological Analysis as useful methodology for research on the lived experience of pain. *Br J Pain* (9), 41–42.

Silva S, Sousa D. (2018). Existential Psychotherapy Supervision: The Supervisor's Perspective. *Journal of Humanistic Psychology*. 2022;62(3):397-417. doi:10.1177/0022167818802905

Spinelli, E. (2015). On existential supervision. *Existential Analysis*, 26 (1), 168 - 178.

Tarshis, S., Baird, S. (2021) Applying intersectionality in clinical supervision: a scoping review, *The Clinical Supervisor*, 40(2), 218–240, DOI: 10.1080/07325223.2021.1919949

Tugendrajch, S., Sheerin, K., Andrews, J., Reimers, R., Marriott, B., Evelyn Cho & Kristin M. Hawley (2021) What is the evidence for supervision best practices? *The Clinical Supervisor*, 40 (1), 68 - 87. DOI: 10.1080/07325223.1887785

van Deurzen, E. (2009). Aims of existential supervision: Truth as a guiding light. In E. van

Deurzen & S. Young (Eds.), *Widening the horizon of psychotherapy and counseling*, 83–95, Palgrave, Macmillan.

Vaštakė, M., Kočiūnas, R., (2017). Fenomenologinis egzistencinės supervizijos tyrimas. *Psichologija* (55), 72 - 87.

Vaštakė, M. & Skruibis, P. (2021). Refleksyvumo fenomenas psichoterapinėje supervizijoje: sisteminė literatūros analizė. *Psichologija*, (65), 22–39. DOI: <https://doi.org/10.15388/Psichol.2021.35>

Vaštakė, M., Skruibis, P. & Kočiūnas, R. (2021). Changes in reflexivity during existential supervision, *The Clinical Supervisor*, 40 (2), 263–281. DOI: 10.1080/07325223.2021.1966692

Watkins, C. E. (1997). *Handbook of psychotherapy supervision*. New York, NY:Wiley.

Watkins, E. (1998). Psychotherapy supervision in the 21st century: Some pressing needs and impressing possibilities. *Journal of Psychotherapy Practice & Research* (7), 93–101.

Watkins, C. E. (2012a). Development of The Psychotherapy Supervisor: Review of and Reflection on 30 Years of Theory and Research. *American Journal of Psychotherapy*, 66 (1). DOI: 10.1176/appi.psychotherapy.2012.66.1.45

Watkins, E., Loredana-Ileana, V., Cadariu, I. E. (2021). Psychotherapy supervision research: On roadblocks, remedies, and recommendations. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*. DOI:10.1080/13642537.2021.1881139

Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology* (3th ed.). Open University Press.

Wind, S., Ryan, M. Cook & McKibben, B. (2021). Supervisees' of differing genders and races perceptions of power in supervision. *Counselling Psychology Quarterly*, 34(2), 275–297. DOI: 10.1080/09515070.2020.1731791

PUBLIKACIJOS IR PRANEŠIMAI DISERTACIJOS TEMA

PUBLIKACIJŲ SĄRAŠAS

1. **Vaštakė, M.** ir Skruibis, P. (2021). Refleksyvumo fenomenas psichoterapinėje supervizijoje: sisteminė literatūros analizė. *Psichologija*, 65, p. 22–39. DOI: <https://doi.org/10.15388/Psichol.2021.35>
2. **Vaštakė, M.**, Skruibis, P., & Kočiūnas, R. (2021). Changes in reflexivity during existential supervision, *The Clinical Supervisor*, 40 (2). DOI: 10.1080/07325223.2021.1966692

PRANEŠIMAI DISERTACIJOS TEMA

1. **Vaštakė, M.** (moksl.vad. prof. R. A. Kočiūnas). Reflexivity experiences during Existential-Phenomenological supervision. II Word Congress of Existential Therapy, Buenos Aires, Argentina (žodinis pranešimas). 2019-05-09.
2. **Vaštakė, M.** (moksl.vad. doc. dr. P. Skruibis). Изменение рефлексивности в процессе экзистенциальной супервизии. Пермский университет, XV Всероссийская научно – практическая конференция «Будущее клинической психологии-2021) (žodinis pranešimas). 2021-06-04.
3. **Vaštakė, M.** (moksl.vad. doc. dr. P. Skruibis). Изменение рефлексивности в процессе экзистенциальной супервизии. XIV Международный Конгресс по Клинической Психологии (Доклад в письменной Форме (постер)) (stendinis pranešimas) 2021-11-10.

GYVENIMO, KŪRYBINĖS IR MOKSLINĖS
VEIKLOS APRAŠYMAS

Marija Vaštakė
marija.vastake@fsf.vu.lt
tel. + 370 612 27 742

IŠSILAVINIMAS

2017–2022 Vilniaus universitetas	Psichologija (doktorantūros studijos)
2009–2014 institutas (HEPI)	Humanistinės ir egzistencinės psichologijos
2014–2016 institutas (HEPI)	Psichoterapeutės kvalifikacija Humanistinės ir egzistencinės psichologijos
2004–2006 magistro studijos) Vilniaus universitetas	Supervizorės kvalifikacija Psichologija (Klinikinės psichologijos
2001–2004 universitetas	Psichologija (bakalauro studijos) Vilniaus universitetas

PROFESINĖ VEIKLA

2021–2022 asociacija	Grupių supervizorė, Lietuvos moterų teisių įtvirtinimo
2017–dabar Dėstomi kursai:	Projektinė veikla Dėstytoja (Vilniaus universitetas). Bendravimo psichologija. Socialinė psichologija. Psichologinis konsultavimas. Klinikinės ir sveikatos psichologijos
profesinė praktika. 2017–2018 universitetas). Dėstomas kursas:	Dėstytoja (Lietuvos edukologijos
2016–dabar	Egzistencinė psichoterapija Psichoterapeutė, supervizorė

Humanistinės ir egzistencinės psichologijos
institutas

2013–2015 **Medicinos psichologė, psichologė**
psichoterapeutė

VšĮ „Šeškinės psichikos sveikatos centras“
2009–2012 **Medicinos psichologė, psichologė**
psichoterapeutė

VšĮ „Elektrėnų psichikos sveikatos centras“
2007–2010 **Medicinos psichologė, psichologė**
psichoterapeutė

UAB „Saulėtekio klinika“
2007– 2010 **Medicinos psichologė, psichologė**
psichoterapeutė, personalo vadovė

UAB „Miramedas“
2006–2008 **Psichologė**
Pravieniškių 2-ieji pataisos namai – atviroji

kolonija

2006–dabar **Privati psichoterapijos praktika** (nuo 2016 m.
privati supervizijos praktika).

Publikacijos ir pranešimai (iki doktorantūros studijų):

Ваштаке, М. (2015). Экзистенциальные принципы психотерапевтической работы с клиентами с паническим расстройством. Existentia: психология и психотерапия. Восточно – Европейская ассоциация экзистенциальной терапии. Т. 8. 141–169

Vaštakė, Marija ir Kočiūnas, Rimantas (2017). Fenomenologinis egzistencinės supervizijos tyrimas, *Psichologija*, 55.

Vastake, Marija, & Kociunas, Rimantas. Existential supervision: Phenomenological research. *Existential Analysis*, 28 (2).

VIII REETA Tarptautinė konferencija (2014) Egzistencinis-terapinis darbas su klientais, išgyvenančiais panikos atakas. Žodinis pranešimas

UŽRAŠAMS

UŽRAŠAMS

Vilniaus universiteto leidykla
Saulėtekio al. 9, III rūmai, LT-10222 Vilnius
El. p. info@leidykla.vu.lt, www.leidykla.vu.lt
bookshop.vu.lt, journals.vu.lt
Tiražas 15 egz.