

## Belső világok találkozása a szupervízióban

Írásomban a szupervíziós tér létrejöttének, belső dinamikájának és a határok átlépésének témájával foglalkozom, illetve azzal, hogy ezek hogyan vetülnek ki a csoportban kimondott vagy kimondatlan kérdésekben. Csoportműködésükben a résztvevők számára különös kihívást jelent annak kezelése, hogy belső világukkal és interakcióikkal párhuzamosan vannak jelen a köztes térben, illetve hogy az „itt és most” és az „akkor és ott” kérdései párhuzamos idősíkokat képeznek. Kihívás ez, hiszen résztvevőként egyrészt szubjektív módon benne vagyunk az esethozó történetében, ugyanakkor azon kívül is kell lennünk, hogy tükröt tarthassunk (s a kereteket), és segítsük a reflexiót.

A továbbiakban arra teszek kísérletet, hogy ezeknek, a résztvevők belső világában lévő feszültségeknek egy-egy példája mellé elméleti megfontolásokat kapcsoljak.

**Kulcsszavak:** szupervízió, köztes tér, mimézis, tudatosság, itt és most.

### A KÖZTES TÉR LÉTREJÖTTE A SZUPERVÍZIÓBAN

Jürgen Habermas szerint minden ember kognitív viszonyulási rendszert alakít ki magának, és annak alapján dolgozza fel a körülötte zajló eseményeket.<sup>1</sup> Akárcsak az életünk, a történetünk is interakcióban, egymásra hatásban formálódik. Minden embernek megvan a saját története, s ezzel mint viszonyítási rendszerrel értelmezi mások történeteit is. Az emberek, amikor találkoznak, rögtön a kapcsolópontokat keresik, igyekeznek egymást elhelyezni saját koordináta-rendszerükben. Tehát nem idegen hétköznapjainktól a kapcsolópontok keresése két történet között. Két személy közti kommunikáció mint két pólus egyfajta közös erőteret képez. Mindkét személynek megvan az integritása, története, mégis hatnak egymásra, s a találkozással közös történetet írnak. Személyes identitásunkhoz szükségünk van egy másokkal megosztott „szimbolikus értelevilágra”.<sup>2</sup> Ez a köztes tér sajátos jelenség, hiszen mindig benne élünk, mégsem „tudunk róla”. Megfoghatatlan, hiszen benne a valóság elmosódik, kiformálatlan valamiként létezik, amiben nem lehet szétválasztani a külsőt a belsőtől, a sajátot a közösségitől. Ahogy Donald W. Winnicott fogalmaz: „Az én feltevésem az, hogy ha szükségünk van erre a kettős felosztásra (kint és bent), szükségünk van egy harmadikra is: az emberi lény életének egy harmadik részére, ez pedig az élménymegélés köztes területe, amelyhez a belső realitás éppúgy hozzájárul, mint a külvilág.”<sup>3</sup>

1 J. HABERMAS: *Theorie des kommunikativen Handelns – Zur Kritik der funktionalistischen Vernunft*, Suhrkamp, Frankfurt am Main, 1981, 206. ■ 2 J. ASSMANN: *A kulturális emlékezet – Írás, emlékezés és politikai identitás a korai magaskultúrákban*, Atlantisz, Budapest, 1999, 134. ■ 3 D. W. WINNICOTT: *Játékszás és valóság*, Animula, Budapest, 1999, 102.

*A köztes tér létrejöttével és hatásával kapcsolatban az egyik esethozó (ötvenhét éves férfi, közgazdász) reflexiójában azt hozta be a csoportba, hogy mennyire jó volt neki ebben a körben megosztani a saját gondolatait, belső vívódásait. Jó volt számára mintegy „hangosan gondolkodva” újrakonstruálni, hogy milyen helyzetben is van. Bár az ülésen elhangzott kérdések kapcsán azt mondta, hogy nem kapott új szempontot, a köztes térben való létben, mintegy új nézőpontból ránézett helyzetére, és az ülés végére kikristályosodott benne, mi legyen az a következő lépés, amelyet meg szeretne tenni.*

## PÁRHUZAMOS VALÓSÁGOK

A szupervízióban tetten érhetjük az esethozás során párhuzamosan jelen lévő dimenziókat, melyekben jelenlétünkkel és kérdéseinkkel segíthetjük az esethozó belső útját, illetve mi magunk is dolgozunk velük. *Brigitte Boothe* e dinamikák közül a következőket emeli ki:

- *Aktualizálás*: az elbeszélésben az elmúlt eseményeket idézik fel egyfajta átmeneti térben, ahol a régi emóciók újraélednek a jelenben.
- *Szociális integráció*: mindig egy publikum előtt történik az elbeszélés, a megosztás, amelynek a többiek figyelmét és elfogadását szeretnénk megnyerni.
- *Félelemleküzdés*: a passzív elviselés helyett aktív módon dolgozzuk fel az eseményeket, és elmondásukkal, összefüggések megértésével kontrolláljuk az eseményeket.
- *Vágybeteljesítés*: megjelennek benne az elképzelt jövőről, illetve példaképeinkről szóló fantáziáink.<sup>4</sup>

Az, hogy ezek az érzések és vágyak párhuzamosan vannak jelen az esethozóban és a résztvevőkben, sokat adhat az esethozónak, hiszen a többi résztvevő belső világa, percepciói és valóságlátása szembesítheti és tudatosíthatja az esethozóban a lehetséges valóságértelmezések sokféleségét: „A kérdezés kognitív disszonanciát teremt a hallgatóban. Egyszerűen szólva az emberi elme, amely sokkal hatékonyabb bármilyen számítógépes eszköznél, folyamatosan válaszokat keres a kérdésekre, amelyeket különböző forrásból merít.”<sup>5</sup> Magyarul a „külső” kérdések további „belső” kérdéseket indukálhatnak, ezzel is segítve a megoldáskeresést.

*Az egyik esethozás alkalmával az esethozót (negyvenegy éves férfi, mérnök) arra kértem, hogy álljon a kör közepére, a csoport résztvevőit pedig arra, hogy álljanak jobb és bal felől, miközben az esethozó szemét behunyva áll. A csoport két része kétfelé, ellentétes irányba húzta az esethozót, és közben sorolták azokat az érveket, kérdéseket, hipotéziseket, amelyek megtestesítették az esethozó dilemmájának két pólusát. A résztvevők ebben az esetben saját hipotéziseik, valóságolvasatuk szerint*

<sup>4</sup> B. BOOTHE – A. VON WYL – R. WEPFER: Erzähldynamik und Psychodynamik, in M. NEUMANN (Hg.): *Erzählte Identitäten*, Fink, München, 2000, 64. ■ <sup>5</sup> R. G. HUGHES: Sermons Shaped Like Questions. *Concordia Journal* 26 no 2 Ap 2000, 144.

mondtak érveket, és a gyakorlat után az esethozó arról számolt be, hogy ezt a sokféle megértést hallva eldőlt benne, hogy számára melyik a legerősebb és legfontosabb a lehetséges magyarázatok és válaszok közül.

Egy másik esethozás kapcsán (harminchét éves nő, kommunikációs szakember) arra kértem a résztvevőket, hogy fogalmazzanak meg hipotetikus kérdéseket az esethozó számára. A sokféle megközelítés közül az egyik legfiatalabb résztvevő (huszonöt éves férfi, jogász) valóságolvasata annyira meghökkentette az esethozót, hogy az teljesen új megvilágításba helyezte történetét, minek következtében meghozott egy fontos döntést, amelyen hónapok óta dolgozott magában.

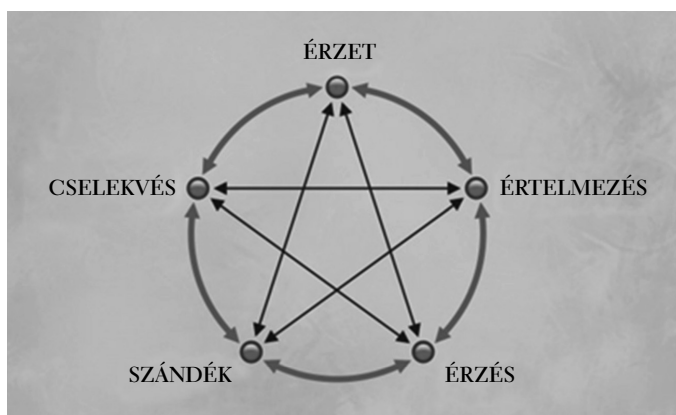
## A KINT ÉS BENT FESZÜLTSEGE

Miközben az esethozó esetével dolgozunk, a résztvevők belső világa is aktívan dolgozik, vagy azért, mert aktívan figyelnek, vagy mert az esethozóval párhuzamosan dolgoznak a saját történetükön. Terry J. Fadem szerint fókuszról függően a feltett kérdésnek többféle irányultsága lehet:

- Azért kérdeznek, mert fontosnak tartják a választ.
- Azért kérdeznek, mert fontosnak tartják a kérdést.
- Azért kérdeznek, mert fontosnak tartják a kérdezési folyamatot.<sup>6</sup>

Nem mindig egyértelmű, hogy kiről vagy miről szól a kérdés. Ebből a szempontból hasznosnak tartom Sherod Miller, Elam W. Nunally és Daniel B. Wackman önismereti kerekét, hiszen egyfajta térképet ad arra nézve, hogy belső világunkban hogyan is dolgozzuk fel az információkat.<sup>7</sup>

### Önismereti kerék



<sup>6</sup> T. J. FADEM: *A kérdés művészete*, HVG Kiadó, Budapest, 2009, 10. ■ <sup>7</sup> RUDAS J.: Bevezetés az önismereti csoportokról, in Uő (szerk.): *Önismereti csoportok*, Animula, Budapest, 2001.

Az input a köztes térből az *érzet* pontján lép be belső világunkba. Ezen a ponton az érzékszerveink által felfogott ingerekből nyert információk érnek el hozzánk (akár testi érzetek is). Az output pedig az, ami a *cselekvési* ponton megy vissza a köztes térbe, ez az adott helyzetben való viselkedést jelenti. A kettő között az értelmezés, az érzelem és a szándék sorrendje változik.<sup>8</sup> Hétköznapi működésünket tekintve a legtöbb esetben az értelmezés előrébb kerül, mint az érzések és a szándékok tudatosítása. A szupervíziós ülésen az eset hallgatása során a résztvevők előhívják saját múltjuk emlékeit, melyek többnyire aktiválnak értelmezési sémákat, és a résztvevők akár erős késztetést érezhetnek a verbalizálásra. A tudatos működéshez azonban hozzátartozik, hogy a résztvevők és a szupervízor is lassuljon az ítélethozatalban, és tudjon uralkodni esetenként erős késztetésén, hogy a másik helyzetét megoldja, vagy saját kíváncsiságát próbálja táplálni kérdésével. A szupervízornak és a résztvevőknek úgy kell empatikusnak lenniük, hogy egyrészt benne legyenek az eset sodrásában, ugyanakkor tudatosan távol is tartsák magukat a túl erős érzelmi bevonódástól.<sup>9</sup>

*A szupervíziós ülések során számos alkalommal megfigyeltem, hogy egyes résztvevők nagyon elmerülnek a gondolataikban, és egy-egy ponton hirtelen mély levegőt vesznek, mintha meg akarnának szólalni, de erre nem minden esetben kaptak lehetőséget ott és akkor (például egy körkérdés során máson volt a sor). Azt is megfigyeltem, hogy az információs, lineáris kérdések sokszor összezsúsznak reflexív kérdésekkel, ahol már nem az észlelés, hanem az érzés szintjén járnak a résztvevők. A reflexiós kérdések kapcsán pedig többször előfordult, hogy a résztvevők legszívesebben a saját történetüket osztották volna meg, melynek fókusza a saját szemszögük volt, semmint hogy a másik számára megfelelő kérdéseket fogalmaztak volna meg.*

## A KÉRDÉSEK IRÁNYULTSÁGA A MÚLTÓL A JÖVŐ FELÉ

A kérdések a szupervíziós ülés során egyrészt az „itt és most” tapasztalati terében mozognak (jelen idejű reflexióra készítetnek), ugyanakkor a jelen eset szempontjából releváns múlt információs (lineáris) kérdéseitől eljutunk a jövő felé segítség kérdéseikig. Bár a jelenben vagyunk, a jövő keresése akár latens, akár manifeszt módon mindig jelen van.

Tapasztalataink tere és az elváráshorizontunk az életben s így a szupervízióban is dinamikus egységet alkot. A tapasztalattér az az életvilág, amelyben élünk, látóköriünk horizontja.<sup>10</sup> Benne vannak azok az életterek, ahol életünk során megfordultunk, azok az emberek, akiket megismertünk, illetve azok a magyarázatok is, amelyekkel eddig értelmeztük életünk részeit és egészét. A tapasztalattér az, amit és ahogy érzékelünk a világból. Elváráshorizontunk pedig az, amit a múlt örökségéből kiindulva remélhetünk a jövőnkre nézve. Benne vannak vágyaink és aggodalmaink, melyek azonban nem

<sup>8</sup> Értelmezés: az érzet intellektuális feldolgozása tartozik ide. Érzelem: ez érzelmi, indulati állapotaink megtapasztalását jelenti. Szándék: ez az adott helyzetben megjelenő vágyainkat, akaratumkat jelenti.

■ 9 C. SAARI: Tanulási koncepciók a szupervízióban, in L. VAN KESSEL – SÁRVÁRI Gy. (szerk.): *Supervisio Hungarica Füzetek II.*, Supervisio Hungarica, Budapest, 1996, 103. ■ 10 R. KOSELLECK: *Vergangene Zukunft - Zur Semantik geschichtlicher Zeiten*, Suhrkamp Frankfurt am Main, 1979.

függetlenek eddigi életünktől. A tapasztalattér a múlt, az elváráshorizont pedig a jövő dinamikája. E két pólus egyszerre van jelen a szupervíziós ülés „itt és most”-jában. Ahogy történetünk, életünk is egy elképzelt jövő felé tart, hiszen irányultság nélkül nemcsak a történet, hanem életünk sem lenne értelmes.

*Wolfgang Drechsel* ír arról, hogy az ember életére nézve több történetet is kipróbál, s mintegy kitalálja magának saját krónikáját, s aztán ehhez ragaszkodik, ehhez igazítja további életét.<sup>11</sup> Életünk eseményeit ugyanis többféleképpen lehet értelmezni, hiszen újabb és újabb összefüggésrendszerbe helyezve más és más jelenthetnek. A hipotetikus kérdésekkel éppen a lehetséges szempontok és magyarázatok közül öntünk szakvakba néhányat, és ezzel készítetjük az esethozót az újragondolásra, újraösszerakásra, egy-egy verzió melletti döntésre: „Egy korábban elmesélt élettörténet, illetve az élettörténeti epizódok egyfajta repertoárként szolgálnak különböző elbeszéléseink számára, melyeket szükségtől függően építünk be konkrét elbeszéléseinkbe. Ezt a folyamatot nevezhetjük úgy is, mint egyfajta belső tradícióképzést.”<sup>12</sup> Ebből a szempontból az esethozó számára a lehetséges verziók melletti döntést segítik a kérdések (akár lineáris, reflexív, kontextuális vagy stratégiai kérdéssről legyen is szó).

Ehhez kapcsolódik az, ahogy Terry J. Fadem fogalmaz *A kérdés művészete* című könyvében: „A jó kérdés vagy kérdések felismerésének kulcsa az aktuális helyzet megértésében rejlik. Mindig több jó lehetőségből választhatunk – amelyek mindegyike számos lehetséges következménnyel járhat. Minden attól függ, hogy mit szeretnénk elérni.”<sup>13</sup> A csoport részéről latens módon a megoldás várása jelenik meg a kérdések mögött, de az esethozó is a megoldás keresésén dolgozik, még ha nem is mindig explicit módon jelenik meg a cselekvési döntés, mint mondjuk a coachingban.

*Az egyik szupervíziós csoportomban minden alkalommal megegyeztünk abban, hogy ki lesz a következő esethozó. Az esethozók lelkesen készültek, és voltak olyanok, akik többoldalas vázlatot írtak, hogy strukturáltan és átgondoltan oszthassák meg az információkat és saját kérdésüket. Ebben az esetben nem a résztvevők tettek fel kérdést, hanem a szupervízió mint keret hordoz magában egy olyan „igényt”, hogy az esethozó ránézzen saját helyzetére, és dolgozzon aktuális kérdéseinek megoldásán. Az esethozó és a résztvevők közösek abban, hogy a megoldás keresésének elváráshorizontján mozognak.*

## KILÉPÉS A KÖZTES TÉRBŐL, MAJD ÚJRABELÉPÉS A KÖZTES TÉRBE

A köztes szupervíziós tér és a kérdések viszonya a térből való kilépéssel, majd a későbbi visszalépéssel összefüggésben is felmerül.

Az e köztes térhez való viszony alakulását *Gunter Gebauer* és *Christoph Wulf* a *mimézis* fogalmával magyarázza: „A mimetikus folyamatban az ember hozzámeri magát

11 W. DRECHSEL: *Lebensgeschichte und Lebens-Geschichten: Zugänge zur Seelsorge aus biographischer Perspektive*, Gütersloher–Chr. Kaiser, Gütersloh, 2002, 144. ■ 12 Uo. ■ 13 T. J. FADEM: *A kérdés művészete*, i. m. 71.

a világhoz. A mimézis lehetővé teszi, hogy az ember mintegy kilépve önmagából a külvilágot belső világába vonja, illetve hogy belső világát kifejezésre juttassa.”<sup>14</sup>

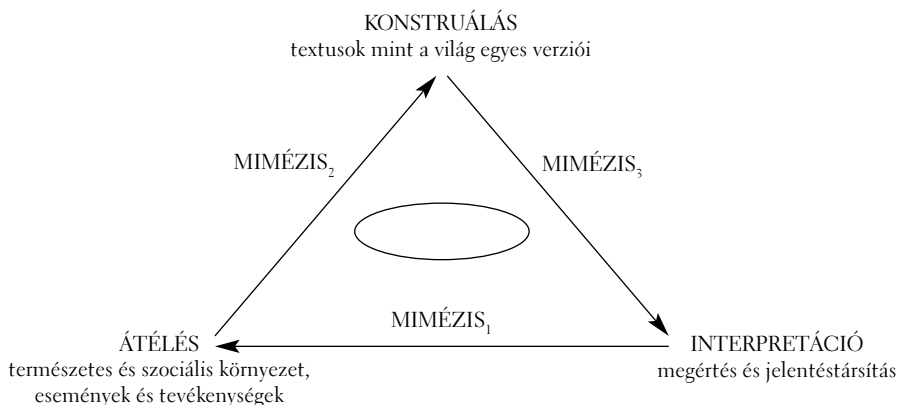
Paul Ricœur e folyamat három különböző aspektusát írja le, melyek egymás után következnek.

A *mimézis 1* a történetnek egy olyan formája, amely már az esemény előtt készen van. Ez az a bizonyos előismeret, sémáink és elvárásaink rendszere, amely szerint rendszerezük a bennünket érő különböző hatásokat, ez az a mód, ahogy látjuk a világot. Ezen a szemüvegen keresztül látjuk a valóságot az átélés során.

A *mimézis 2* az a forma, melyben egyszerre van jelen a mesélő és a hallgató világa. Esetünkben ez a szupervíziós tér, amikor az esethez újrakonstruálja és belső világából mintegy a köztes térbe emeli az eseményeket.

A *mimézis 3* visszatér az elmesélő világába, melyre azonban már hat a köztes térben történt konstruálás.<sup>15</sup>

### A mimetikus kör<sup>16</sup>



Tehát életünk és annak értelmezése elválaszthatatlan egymástól. Amíg élünk, az eseményeket megpróbáljuk kategorizálni, illetve magyarázatokat társítani hozzájuk. Magyarázataink meghatározzák későbbi észleléseinket, az események pedig hatnak a magyarázataink rendszerére. A fent vázolt modell tükrében az ülésen is, de azon kívül is történik átélés, amelyet aztán a többiek kérdéseinek és hipotéziseinek használatával is megkonstruál az esethez, majd – David Kolb szerint – (új) jelentést társít tapasztalataihoz.<sup>17</sup>

14 G. GEBAUER – CH. WULF: *Mimesis – Kultur, Kunst, Gesellschaft*, Rowohlt, Reinbek, 1992, 11. ■ 15 P. RICŪR: Mimesis and Representation. *Annals of Scholarship* 2 (1981), 20. ■ 16 U. FLICK – E. KARDORFF – I. STEINKE: *Qualitative Forschung – Ein Handbuch*, Rowohlt, Reinbek, 2000, 50. ■ 17 Kolb tanulási ciklusa szempontjából a szupervíziós téren kívül töltött idő a tesztelés és a cselekvési fázis megéléseinek a tere, a következő ülés pedig a következő tanulási ciklus kezdete lehet. D. KOLB: *Learning Style Inventory: Self Scoring Inventory and Interpretation Booklet*, McBer & Company, Boston, 1984.

*Az esethozás utáni két hét elteltével, a következő ülés alkalmával mindig kérem az előző eset hozóját, hogy számoljon be, hol tart az előző alkalommal feltett kérdéssel. Az esethozó az ülés alkalmával mindegyik esetben hozott olyan döntést, amely későbbi döntések sorozatát indította el, és két hét alatt tettekre váltotta az esethozás során kialakult terveit. Van, aki beszélt a főnökével, van, aki eldöntötte, hogy mégsem vált munkahelyet. Ez esetben is nem önmagukban a szupervíziós ülésen elhangzott kérdések, hanem maga a folyamat az, ami szembesítette a résztvevőket saját helyzetükkel. Az összes közül az önmaguknak feltett kérdés és a saját maguk által megtalált válasz jelentette a legerősebb hatást.*

## ÖSSZEGZÉS

A tudatos jelenléttel önmagunkat, de a résztvevőt is neveljük a szupervíziós működésre, melynek köszönhetően „a szakmai feladatokkal való egyre tudatosabb foglalkozás során képessé válik a »binokuláris [mindkét szemmel való] látásra«, és így a »megfigyelő én« és a »részt vevő én« kettős perspektívájából nézi saját aktivitását”.<sup>18</sup> Ez a tudatosság segíthet abban, hogy a résztvevői kérdések az esethozó számára kívülről, de az ő belső világát figyelembe véve, és az „itt és most” jelene felől érkezzenek. Így lehet ugyanis az „itt és most” a jövő kezdete.

*A szerző református lelkipásztor, szupervízor, a Károli Gáspár Református Egyetem Hit-tudományi Karának adjunktusa.*

**Balázs Siba: Meeting of inner worlds in the space of supervision.** *In this article we investigate in the dynamics of the transitional space between group members of the supervision. Each of the members has a personal story, but in a group process they have their common story as well. The space of this common interaction is a device in the supervision. The members of the group along the process learn to work in this space intentionally and learn to be in the story of the other and simultaneously to remain in their own inner world. It is a challenge to learn this “double focused” presence, but using the “here and now” of the group could be a healing space of the “there and then” of the lives on the members. Giving space and care to each other, could be a holding environment of personal and communal growth.*

**Keywords:** *supervision, transitional space, self-knowledge, mimesis, learning.*

18 C. SAARI: Tanulási koncepciók a szupervízióban, i. m. 103.

