

SUPERVISION SOM SAMLENDE FAGPERSONLIG UDVIKLING



Af Peter Schlichting Mortensen

Aut. cand. psych., familierapeut MPF.

Direktør og partner, Dansk Familierapeutisk Institut – DFTI

Peter har gennem mere end 25 år arbejdet med efteruddannelse af såvel supervisorer som familierapeuter.

Erfarne familie- og psykoterapeuter anser supervision for at være en af de fire vigtigste faktorer, der gennem en lang karriere, bidrager mest til deres kontinuerlige faglige og personlige udvikling. De tre øvrige primære bidrag er det direkte klientarbejde, tilbagevendende egen-terapi, samt personlige livserfaringer, kriser og almindelige udfordringer i livet. (Orlinsky, og Rønnestad, 2005).

Supervision er imidlertid ikke en fast defineret faglig størrelse, hverken hvad angår rammer, form, indhold eller udførelse.

Det følgende er skrevet baseret på mine omkring 25 års erfaring med at uddanne supervisorer, kombineret med erfaringer med supervision af en række forskellige typer af faggrupper og institutioner.

Lad mig indledningsvis sige, at de mange forskellige forståelser og tilgange til supervision der praktiseres, om ikke andet, understreger nødvendigheden af at have en grundig og nuanceret kontraktafklaring, inden man sætter denne vigtige aktivitet i gang. Det er gennem kontraktforhandlingen, at man kan sikre en præcis og brugbar forventningsafstemning, og dermed en større tryghed for alle parter, når arbejdet faktisk begynder.

SUPERVISIONSTREKANTEN

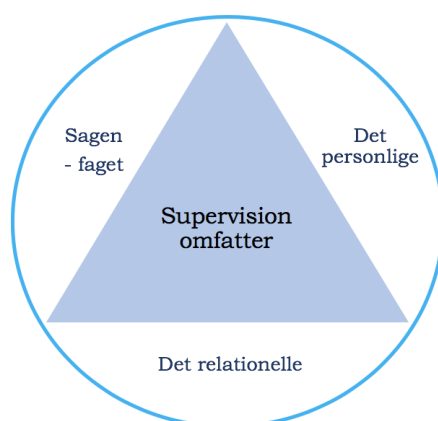
Min hensigt med denne artikel er at præsentere supervision som en samlende fagpersonlig udviklings-aktivitet, med tre primære og forbundne fokusområder.¹

De tre sider af figuren på næste side repræsenterer hvert sit aspekt af enhver terapeutisk opgave, og de bør alle være tilgængelige for refleksion og bearbejdning i en fagpersonlig supervisions samtale. Lidt forsimplet kan man sige, at de

¹ Jeg vælger at skrive klienter om dem familie- eller psykoterapeuten / fagpersonen arbejder med, og læseren kan naturligvis benytte sine egne betegnelser – familier, børn, borgere, patienter osv.).

SUPERVISION SOM SAMLENDE FAGPERSONLIG UDVIKLING

knytter sig til henholdsvis klienten – terapeuten og den terapeutiske alliance eller arbejdsrelation.



Det er ikke givet, at man når hele raden rundt i den enkelte session. Et aspekt kan sagtens fortjene at få mest opmærksomhed, men helhedsforståelsen bør være til stede i supervisors perspektiv, så det over tid kan indarbejdes i supervisandens selvforståelse også.

Uden for cirklen ligger en række andre forhold, som for eksempel de kollegiale relationer, ledelsen, de organisatoriske forhold og rammer med mere. Jeg vil i en anden artikel komme ind på, hvorfor de skal forblive uden for supervisorsrummet.

FÆRDIGHESORIENTERET SUPERVISION

Den ene side i den fagpersonlige supervision har fokus på sagen og faget. Det betegner jeg som færdighedsorienteret supervision. Jeg bruger ikke betegnelsen sags-supervision, da den efter min mening bliver for ensidig i sit fokus på sagen/klienten. Supervision handler ikke primært om klienten, men om hvordan fagpersonen gennem supervision får inspiration til at kunne arbejde med klienten.

Færdighedsorienteret supervision sætter fokus på at lave koblingen mellem klientens behov – eller den opgave terapeuten står overfor, og den erfaring samt viden om teori og metode, terapeuten har at trække på. Sagt på en anden måde: igennem supervisionen sikrer man sig, at opgaven er tilstrækkelig belyst og forstået, samt at man som terapeut eller fagperson i øvrigt bliver i stand til at agere så fagligt velbegrunderet og kompetent som muligt. Over tid bidrager dette til at etablere og bestyrke supervisandens faglige kvalifikationer. I praksis sker det

SUPERVISION SOM SAMLENDE FAGPERSONLIG UDVIKLING

ved, at supervisanden får hjælp til at kunne forholde sig nuanceret og reflekterende til sit fag, således at flere mulige forståelser og tilgange kan drøftes.

I den færdighedsorienterede supervision fungerer supervisor som den mere erfarne fagfælle, der skal hjælpe den mindre erfarne til at opnå en mere sikker og velunderbygget faglig og metodisk tilgang til opgaven. Man kan sagtens skærpe formuleringen og sige, at supervisor udøver en form for fagligt opsyn i forhold til det arbejde supervisanden udfører.

Det betyder, at supervisor som udgangspunkt er nysgerrig og anerkendende i forhold til at undersøge supervisandens forståelse. Fremlæggelsen skal kunne ske i en tryk og inviterende atmosfære der giver plads til både sikkerhed og tvivl fra supervisandens side. Derefter er der anledning til at supervisor kan bakke forståelsen op – eller bryde den op ved at udfordre og problematisere. I begge tilfælde giver refleksionen anledning til, at supervisanden træner sig i at begrunde sine forståelser og interventioner, og i at lade dem udfordre af en anden kvalificeret fagperson.

Det er vigtigt, at denne del af supervisionen ikke primært er løsningsfokuseret, også selv om mange supervisander – især i starten af deres karriere – netop søger råd og vejledning hos deres supervisor. Hurtige løsninger er sjældent tilstrækkelig godt funderet i den underliggende og nødvendige forståelse af sagens kompleksitet. Det vil derfor vise sig at være meget vanskeligt at kunne improvisere, når man sammen med klienten opdager, at noget har ændret sig siden sidst, og at den udmærkede plan man lagde, derfor ikke længere passer.

CASE:

En lærer ønsker supervision i forhold til en pige i indskolingen, der ofte kommer galt af sted i legerelationer, fordi hun bestemmer og retter på sine kammerater. Hun mister legekammerater både i og uden for skoletiden på den måde. Både pigens forældre og lærerne har oparbejdet en blanding af bekymring og irritation over hendes opførsel, og synes at der skal en form for opstramning og konsekvens til. Det samme gælder også nogle af de andre børns forældre. Forældrene har iværksat nogle 'pligt-legeaftaler', og vil gerne at skolen følger op med mere styring af pigens adfærd – hun skal kort sagt lære at tage hensyn til andre. Dette er, hvordan problematikken umiddelbart fremlægges.

I samtalen med supervisor dykker de ned i, hvordan de sammen kan forsøge at finde mening i pigens adfærd og problemer. Hvordan kan det forstås? Hvad ville pigen forklare os, hvis hun kunne sætte ord på selv? Hvordan kan man eventuelt se det som noget, som hun ikke bare vælger – men som noget hun er nødt til, fordi det trods omkostningerne også hjælper hende?

SUPERVISION SOM SAMLENDE FAGPERSONLIG UDVIKLING

Samtalen afdækker en række af voldsomme og uforudsigelige hændelser i pigens liv de seneste par år. Fra pludselige operationer i fuld narkose, over et dødsfald i familien, samt sygdom hos forældrene, og en lillebror, der har krævet meget siden han blev født, hvorfor hun i mange situationer har måttet vise, at hun godt kan klare sig selv, er 'stor' og kan tage hensyn. Pigen har på mange måder stærkt brug for sikkerhed og forudsigelighed i dette kaos, hvilket kan bidrage til at forstå hendes behov for styring og for at gøre det rigtigt. Perspektivet skifter gennem denne refleksion og kommer til at inkludere en større emotionel forståelse af pigens adfærd.

Hvis supervisanden efter denne reflekterende fase ikke selv har ideer til, hvordan den nye forståelse kan omsættes til handling, kan den næste del af supervisionen blive mere handlingsanvisende. I den fase kan supervisionen minde om faglig vejledning, hvor supervisanden frem til næste supervision får muligheder for at afprøve den tilgang de sammen har aftalt.

INDSIGTSORIENTERET SUPERVISION

Den anden side af trekanten omhandler det personlige – også kaldet det indsigtssorienterede. Heri ligger der to aspekter. Det ene er selvindsigten i forhold til hvordan man som familie- eller psykoterapeut påvirkes af en given klient. Det andet er ens evne til empatisk forståelse af klientens 'indre' verden.

I den oplevelsesorienterede tilgang til terapi mener vi, som mange andre, at det der kaldes terapeut-faktorerne, er af afgørende betydning for et godt udbytte af et terapeutisk forløb. Det er ikke specifikke metoder, men menneskelige, terapeutiske kvaliteter – de non-specifikke faktorer – der gør forskellen.

Som psykoterapeuter ved vi, at vi påvirkes menneskeligt af at arbejde med andre menneskers dilemmaer, lidelser og smertelige vilkår og omstændigheder. Vi ved samtidig, at det tilføjer vigtige kvaliteter til arbejdet, at vi er villige til at lade os påvirke. Det skaber adgang til forståelse på et dybt og nødvendigt niveau og hjælper til, at klienter kan komme ud af følelser af isolation og anderledeshed, og få tillid til, at de kan vokse og udvikle sig.

Samtidig skal vi sikre os, at påvirkningen ikke kobler sig for kraftigt på vores egne livserfaringer og udvikler sig til modoverføringer, der fejlfortolker de møder vi har og skal skabe med vore klienter. Når det sker, risikerer vi at gå forkert i den empatiske afstemning klienterne har brug for. De skal mødes ud fra deres egen virkelighed, ikke ud fra hvordan terapeuten projicerer sine egne mere eller mindre

SUPERVISION SOM SAMLENDE FAGPERSONLIG UDVIKLING

bevidste erfaringer ind i dem. På den baggrund giver det meget god mening, at supervision også omfatter at arbejde såvel med selvindsigten som med indlevelsesevnen hos terapeuterne/fagpersonerne.

Når vi ser supervision som et værktøj til fortsat fagpersonlig udvikling ligger fokus mere på det personlige: Hvad er det jeg påvirkes af? - hvorfor gør bestemte klienter eller problemstillinger et ekstra indtryk på mig? Hvorfor undgår jeg at adressere bestemte problematikker? Kommer jeg til at bære for store byrder ind i mellem, eller til at bruge mig selv uhensigtsmæssigt? Hvorfor er det ind i mellem svært for mig at afgrænse mig – eller modsat, hvorfor bliver jeg stram og konfronterende i bestemte situationer?

Alle disse spørgsmål – og en lang række andre personlige reaktioner, kan give anledning til værdifulde forståelser af hvem man selv er – både som terapeut og som menneske i øvrigt. Og når de indsigt integreres med de mere faglige kompetencer, øges den samlede fagpersonlige kapacitet. Ens eget arbejde lettes, og flere klienter vil kunne forstås på deres egne præmisser.

Den empatiske forståelse skal hjælpe os til at kunne mentalisere bedre i forhold til klienterne. Vi skal kunne sætte os i deres sted, forsøge at fornemme deres virkelighed, som de oplever den, og det er blandt andet gennem supervision, at vi kan forsøge at sætte ord på de fornemmelser og følelser, vi registrerer, men ikke altid formår at omsætte, i mødet med klienterne. Supervisors arbejde i dette aspekt af supervision handler om at kunne facilitere en selv-refleksion hos supervisanden.

CASE:

En behandler i et bostøtte-team har til opgave at arbejde terapeutisk med en af de kvinder, der bor der. Kvinden har for nylig mistet sit barn, kort tid inden fødslen. Til supervision oplever supervisor, at terapeuten taler meget praktisk, kontant og uindfølelse om kvinden.

”Der er nu gået over et halvt år, og det må være muligt for hende at komme videre. Det kan ikke nytte at blive ved med at hænge fast i den oplevelse, hun kan jo stadig nå at få børn osv.” Terapeuten kan ikke forstå, at kvinden har trukket sig fra deres samarbejde, og kan umiddelbart ikke se, at det har noget med hende at gøre.

Den indledende snak om abort, tab og sorgprocesser giver ikke nogen synderlig ændring i forståelsen, så vi skifter fokus til at gå mere ind i, hvad hendes tilgang til kvinden kan komme af. Eftersom hun ikke selv har børn, og ikke har mistet nogen af betydning i sit liv, synes hun, at det er svært at finde nogen umiddelbar kobling.

SUPERVISION SOM SAMLENDE FAGPERSONLIG UDVIKLING

Efter længere eftertanke opdager hun, at hun aldrig har taget ind, og derfor heller ikke reageret på en vanskelig og alvorlig ufrivillig abort, som hendes søster gennemlevede for flere år siden. Hun var tæt på at miste sin søster og lagde et tungt og tæt låg på den historie, da det jo ikke blev så slemt alligevel. Ved at afskære sig fra sin egen angst og sorg, havde hun samtidig afskåret sig fra at kunne leve sig ind i en andens. Frem for at se klienten, som en der havde trukket sig, gav det mere mening at arbejde med betydningen af, at terapeuten havde distanceret sig.

Når supervisionen fokuserer på det indsigtsorienterede, er det afgørende, at supervisor kender og færdes sikkert i grænselandet op mod terapi. Supervision må ikke kamme over, heller ikke når lejlighed byder sig så oplagt, som i eksemplet ovenfor. Erkendelsen af, at der ligger en betydningsfuld privat livserfaring, der påvirker arbejdet med en klient, er vigtig, og den erkendelse kan opnås gennem supervision.

Det eventuelle terapeutiske arbejde, der kan bearbejde erfaringen må og skal lægges uden for supervisionen. Det er supervisandens eget valg, hvornår og med hvem det i givet fald skal ske. Hvis supervisanden vælger ikke at arbejde med sig selv, kan det naturligvis have betydning for, hvilke typer af terapeutisk arbejde hun kan udføre.

Det bør aldrig være supervisor der efterfølgende optræder som terapeut, uanset tillidsforholdet mellem supervisor og supervisand, eller supervisors i øvrigt udmærkede terapeutiske kvalifikationer. Sammenblandingen af to så betydningsfulde roller vil altid indebære en risiko for at supervisanden efterfølgende ikke kan navigere i, om det er hendes supervisor eller terapeut hun er sammen med, og altså om hun i situationerne skal se sig selv som klient/privatperson, eller som supervisand/fagperson. Det er ikke tilstrækkeligt, at man bliver enige om at være tydelige omkring hvad kontrakten i den enkelte seance skal lyde på, dilemmaerne findes stadig. De ekstra dimensioner – overføring – taknemmelighed eller andet, der kommer ind igennem terapi, er for komplicerede at overlade til supervisanden at håndtere fremover.

Det er altid supervisors ansvar at sikre, at disse etiske og faglige afgrænsninger tydeliggøres og opretholdes.

SUPERVISION SOM SAMLENDE FAGPERSONLIG UDVIKLING

RELATIONSORIENTERET SUPERVISION

Terapeutisk arbejde forudsætter, at der skabes og løbende vedligeholdes en terapeutisk alliance, eller arbejdsrelation mellem klient(er) og terapeut. I ovenstående model er dette aspekt placeret nederst i supervisionstrekanten, som fundamentet under de to øvrige, og vi kalder det for *relationsorienteret supervision*.

Supervision kan forstås som indirekte klientarbejde. Supervisor arbejder med klienten via terapeuten, og arbejder derfor også med relationen mellem terapeut og klient. Næsten som en form for parterapeut, der skal sikre at processerne mellem dem bliver så frugtbare som muligt.

Dette er særlig tydeligt ved direkte supervision, men også i den mere udbredte indirekte supervision, giver det mening at arbejde med, hvordan terapeuten forholder sig til de udsving, der opstår i kontakten og gensidigheden mellem terapeuten og klienterne.

Uden en bæredygtig kontakt – det vil sige en kontakt som kan bære tvivl, smerte, håb, skamfuldhed, konfrontation, åbning til sårbarhed og meget mere, er det ikke muligt at opnå væsentlige terapeutiske resultater. Det er kontaktfuldheden, der gør det muligt for klienter at lukke et andet menneske ind, der hvor der er mest lukket og beskyttet i dem.

Kontaktfuldheden varetages gennem de relationelle kompetencer, der kan siges at udgøre terapeuters mere generiske kvaliteter, på tværs af retninger og skoler. De kaldes også de non-specifikke faktorer. De er subtile og sørger næsten umærkeligt for at justere kontakten, afstemme mimik og tonefald og sprogbrug, så det matcher; indskyder pauser og bidrager til at få vejtrækning og kropsfornemmelser med, så de kan give plads til at de mentale og emotionelle bevægelser kan forankres.

Samtidig med at de relationelle kompetencer medvirker til at gøre interventioner til mødeøjeblikke, er det disse kompetencer, der sikrer, at terapeuten er indstillet på at forholde sig åbent og fleksibelt til sine egne fejltrin. Og dermed arbejde på at skabe de nødvendige ændringer i hende selv, der skal til for at fremme en mere frugtbar terapeutisk proces.

Som familie- og psykoterapeuter oplever vi jævnligt, at begrænsningerne ligger i os selv. Vi kan have forbehold, usikkerhed, autoritetsproblemer eller bare blive fanget i nogle af de dynamikker og processer, som vi indgår i sammen med vore

SUPERVISION SOM SAMLENDE FAGPERSONLIG UDVIKLING

klienter. De sidstnævnte betegnes som parallelprocesser. Det betyder meget kort fortalt, at de mønstre klienten eller familien ønsker at arbejde med, kommer til at udspille sig mellem terapeuten og klienterne, med den konsekvens, at vi ender med at opretholder en uhensigtsmæssig dynamik vi ellers skulle arbejde på at bryde.

CASE:

En familierapeut ønsker supervision i forhold til hans arbejde med et par. Han har et klart blik for, hvordan dynamikken udspiller sig i parret. De kommer meget hurtigt ind i diskussion, på en måde hvor kvinden bebrejder manden, som på sin side enten trækker sig, undviger og efterlader et indtryk af hjælpeløshed eller argumenterer vredt og med stor vægt på detaljer.

Terapeuten vil gerne bryde dynamikken – for eksempel gennem at hjælpe kvinden til at blive tydeligere i forhold til at kunne udtrykke sine behov, med færre bebrejdelser. I forhold til manden oplever han at have en blanding af irritation, resignation og uforståelig forsigtighed. Han kan konstatere, at han langt lettere kan rette sine interventioner mod kvinden, mens han i forhold til manden holder sig tilbage og føler sig utilstrækkelig i forhold til hvor velargumenteret og vred manden indimellem kan være.

Gennem supervisionen får han indblik i, hvordan den rolle han ofte var imellem sine forældre, helt tydeligt bliver videreført i forhold til parret. Som barn følte han en blanding af frygt og medlidenhed med sin far, der, når han blev presset af moren, enten blev smådeprimeret og forsvandt ud af kontakt, eller blev så vred, så alle trak sig fra ham. De værste situationer var dem, hvor det var ham forældrene skændtes over, og hvor det ofte blev hans opgave at forsøge at få faren formildet og tilbage i familien.

Ud fra denne forståelse blev det muligt at begynde at skelne mellem fortid og nutid, og efterfølgende valgte terapeuten at vende tilbage og tale direkte med parret om, at han havde opdaget noget vigtigt om sin egen tilbageholdenhed og at han havde et ønske om, at kunne komme tættere på mandens virkelighed i arbejdet med dem fremover.

Terapeuten kunne lige så fint have valgt at holde sin forståelse for sig selv, for at se om erkendelsen ville være tilstrækkelig frisættende til at han kunne begynde at møde manden, og parret, på en mere fleksibel måde.

Når han valgte at dele det, var det ud fra et ønske om også at kunne give dem indblik i den dynamik, der havde gjort ham mindre hjælpsom, og samtidig måske medvirke til at nogle af de mønstre de selv kæmpede med, kunne blive mere gennemskuelige og dermed tilgængelige for dem at arbejde med. Kvinden oplevede netop også at manden trak sig, og han led under den afstand han kom til at skabe til sin partner gennem deres konfliktmønstre.

SUPERVISION SOM SAMLENDE FAGPERSONLIG UDVIKLING

Terapeuten indviede dem naturligvis ikke i sin egen opvæksthistorie, men i at han havde opdaget at han kom til at tage uhensigtsmæssige hensyn til manden, og derfor ikke mødte ham i tilstrækkelig grad.

AFSLUTNING

Supervision er en næsten lige så delikat arbejdsopgave som psykoterapi. Der skal etableres kontakt, og kontrakten mellem parterne skal være tydelig og til at gennemskue, så begge parter ved hvad de skal forvente af sig selv og hinanden.

Dertil kommer det subtile pædagogiske arbejde supervisor skal varetage – nemlig at støtte og udfordre på måder, der holder supervisandens interesse vågen og åben over for de mange udfordringer, der vedbliver at vise sig i arbejdet. Det er en tillidsbaseret relation, som skal passes med samme omhu som en terapeutisk relation, med masser af muligheder for, at begge parter kan lære af hinanden over tid.

Denne artikel er bragt i *Tidsskrift for psykoterapi* - nr. 1, 2022.

Litteratur:

Orlinsky, D.E.; Rønnestad, M.H.: How Psychotherapists Develop.

American Psychological Association, Washington DC, 2009.