

Vilniaus universitetas
Filosofijos fakultetas
Psichologijos institutas

Goda Nausėdaitė

Klinikinės psichologijos studijų programa
Magistro darbas

**Santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo egzistencinėje
paradigmoje**

Darbo vadovas: prof. dr. Paulius Skruibis

Vilnius
2025

TURINYS

SANTRAUKA.....	4
SUMMARY.....	5
PRATARMĖ	7
1. ĮVADAS	8
1.1. Egzistencinės psichoterapijos samprata.....	8
1.2. Supervizijos samprata egzistencinėje paradigmoje	11
1.3. Santykio reikšmė egzistencinėje supervizijoje	13
1.4. Tyrimo problema, tikslas ir klausimai.....	15
2. METODIKA	16
2.1. Tyrimo dalyviai	16
2.1.2. Tyrimo dalyvių paieška	16
2.1.3. Tyrimo dalyvių demografiniai duomenys	17
2.2. Tyrimo instrumentai	18
2.3. Tyrimo eiga.....	19
2.4. Kokybinio tyrimo kokybės užtikrinimas	19
2.5. Duomenų analizės metodai.....	20
3. RADINIAI	22
3.1 Santykio aspektai didinantys efektyvumą: supervizuojamųjų perspektyva	23
3.1.1 Drąsa santykyje.....	23
3.1.2. Šiltas santykis	23
3.1.3. Lygiavertis santykis.....	24
3.1.4. Ilgalaikis santykis	25
3.1.5. Emocinis palaikymas	25
3.1.6. Supervizoriaus ir supervizuojamojo suderinamumas	26
3.2. Supervizijų santykio aspektai: supervizorių perspektyva.....	27
3.2.1. Pasitikėjimas ir atvirumas.....	27
3.2.2. Lygiavertiškumas.....	28
3.3.3. Palaikymas.....	29
3.3.4. Humoras.....	30

3.3.5. Neskubėjimo svarba	30
3.3.6. Supervizijos ir asmeninės terapijos klausimų atskyrimas	31
4. RADINIŲ APTARIMAS	32
4.1. Supervizuojamųjų perspektyva.....	32
4.2. Supervizorių perspektyva	35
4.3. Supervizuojamųjų ir supervizorių perspektyvų palyginimas	40
4.4. Tyrimo ribotumai ir gairės tolimesniems tyrimams	43
IŠVADOS	44
LITERATŪRA	45
PRIEDAI	52

SANTRAUKA

Nausėdaitė, G. (2025). *Santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo egzistencinėje paradigmoje*. Magistro darbas. Vilnius: Vilniaus universitetas, 57 psl.

Nepaisant to, kad mokslinėje literatūroje galima aptikti vis daugiau tyrimų, kurie pabrėžia santykio svarbą egzistencinės paradigmos supervizijų kontekste, tačiau nėra atlikta daug tyrimų, kurie nagrinėtų kokie santykio aspektai yra reikšmingiausi. Dalis atliktų mokslinių tyrimų nagrinėja supervizijų santykį iš vienos perspektyvos – supervizoriaus ar supervizuojamojo, o tai apsunkina galimybę išsamiau suprasti santykį, kuris egzistencinėje paradigmoje yra laikomas pagrindiniu psichoterapiniu veiksnio. Šiame tyrime yra siekiama atskleisti egzistencinės paradigmos supervizijų procesą iš supervizorių ir supervizuojamųjų perspektyvos, tyrinėjant santykių supervizijos procese aspektus ir supervizijų efektyvumą lemiančius veiksnius. Santykio patirčiai atskleisti pasirinkta kokybinė tyrimo strategija, duomenys rinkti pusiau struktūruoto interviu būdu, o analizuoti teminės analizės metodu. Tyrime dalyvavo 15 dalyvių – 7 supervizoriai ir 8 supervizuojamieji, kurie dalijosi savo patirtimi egzistencinėje supervizijoje. Atlikus duomenų analizę buvo išskirtos dvi temos ir dvylika potemių atskleidžiančių egzistencinės supervizijos santykio aspektus. Tyrimo radiniai atskleidė, kad egzistencinėje supervizijoje santykis yra suvokiamas kaip lygiavertis ir palaikantis kolegų susitikimas, kuriame svarbiausia yra saugumu, dialogiškumu ir autentiškumu grįstas tyrinėjimas. Toks santykis padeda atvirai tyrinėti profesines patirtis ir prisideda prie supervizijų efektyvumo. Taip pat šis tyrimas reikšmingai papildė egzistencinės supervizijos tyrimus atskleisdamas naujus santykio aspektus, kurie literatūroje nebuvo akcentuoti – humoras ir suderinamumas su supervizoriumi.

Raktiniai žodžiai: egzistencinė psichoterapija, egzistencinė supervizija, santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo.

SUMMARY

Nausėdaitė, G. (2025). The relationship between supervisor and supervisee in the existential paradigm. Master's thesis. Vilnius: Vilnius University. p 57.

Despite the growing number of studies that can be found in the scientific literature that emphasize the importance of the relationship in the context of existential paradigm supervision, not many studies have been conducted that would explore which aspects of the relationship are the most significant. Some of the conducted scientific studies examine the supervision relationship only from one perspective – a supervisor or a supervisee – which limits an understanding of the relationship that is considered a key psychotherapeutic factor in the existential paradigm. This study aims to reveal the process of supervision of the existential paradigm from the perspective of supervisors and supervisees by exploring aspects of the relationship supervision process and the effective factors that contribute to its effectiveness. A qualitative research strategy was chosen to reveal the experience of the relationship, the data were collected using a semi-structured interview method and analyzed using the thematic analysis method. The study involved 15 participants – 7 supervisors and 8 supervisees, who shared their experiences in existential supervision. After data analysis, two themes and twelve subthemes were identified that reveal the relationship aspects of existential supervision. The findings of the study revealed that in existential supervision, the relationship is perceived as an equivalent and supportive meeting of colleagues, with the most important exploration based on security, dialogue and authenticity. Such a relationship helps to openly explore professional experiences and contributes to the effectiveness of supervisions. Also, this study significantly supplements research on existential supervision by revealing new aspects of a relationship that has not been emphasized in the literature – humor and compatibility with a supervisor.

Keywords: existential psychotherapy, existential supervision, supervisor–supervisee relationship.

SVARBIAUSIOS SAVOKOS

Egzistencinė psichoterapija – tai psichoterapijos kryptis, kuri remiasi filosofiniu požiūriu į žmogaus būtį ir taiko fenomenologinį metodą, pagrindinį dėmesį skirdama subjektyviems žmogaus išgyvenimams (van Deurzen & Kenward, 2005).

Psichoterapinė supervizija – tai procesas, kuomet daugiau patirties turintis psichoterapeutas vadinamas supervizoriumi, teikia profesinę pagalbą į jį besikreipiančiam specialistui – supervizuojamajam. Supervizijos tikslas yra tobulinti supervizuojamojo profesiniu įgūdžius, žinias ir etikos standartus (Bernard & Goodyear, 1998).

Egzistencinė supervizija – supervizijos forma, orientuota į autentišką buvimą santykyje, kurios pagrindinis tyrimo objektas yra tiesioginė kliento, terapeuto ir supervizoriaus patirtis (du Plock, 2009).

Supervizijų santykis – tai profesiniu bendradarbiavimu grįstas santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo (Watkins, 2020).

PRATARMĖ

Supervizija psichoterapijos kontekste yra procesas, kurio metu daugiau patirties turintis psichoterapeutas vadinamas supervizoriumi konsultuoja mažiau patyrusį psichoterapeutą – supervizuojamąjį. Supervizija yra skirta tobulinti supervizuojamojo profesinius įgūdžius, žinias ir etikos standartus. Supervizijos procesas apima terapijos atvejų analizę, terapinių metodų aptarimą, terapinių santykių nagrinėjimą ir bet kokių su psichoterapiniu darbu susijusių iškilusių klausimų sprendimą (Bernard & Goodyear, 1998).

Egzistencinė psichoterapija grindžiama keliais pagrindiniais principais: (a) žmogus iš prigimties siekia gyvenimo prasmės ir tikslo; b) žmogus turi gebėjimą realizuoti savo laisvę ir pasirinkimus bei prisiimti už tai atsakomybę; c) žmogus neišvengiamai susiduria su iššūkiais, ribotumais; d) subjektyvus žmogaus patyrimas yra pagrindinis psichoterapinio darbo objektas; e) žmogaus santykis su savimi, kitu ir pasauliu yra fundamentalus žmogaus buvimą apibrėžiantis aspektas (Craig et al. 2016). Remiantis egzistenciniu – humanistiniu požiūriu į superviziją, akcentuojama santykio svarba ir supervizoriaus gebėjimas reaguoti į tik supervizuojamajam būdingus unikalios poreikius. Pastebima, kad supervizuojamiesiems iškylantis nesaugumo jausmas yra dažnai patiriamas sunkumas santykyje, tad labai svarbu, kad supervizorius skatintų saugią erdvę tyrinėjimui ir nerimo įveikimui (Silva & Sausa, 2018).

Egzistencinis požiūris išryškina savybes, tokias kaip nuolankumas, autentiškumas, nuoseklumas ir atvirumas neapibrėžčiai. Šios charakteristikos natūraliai formuoja supervizoriaus ir supervizuojamojo santykį (Silva & Sausa, 2018). Supervizoriaus ir supervizuojamojo santykis yra kontinuuame. Supervizuojamasis aptarinėdamas su klientu susijusias problemas tuo pat metu nagrinėja ir save, o tai galima būtų priskirti psichoterapijai. Pagrindinis skirtumas tarp psichoterapinio santykio ir supervizijos yra tas, kad supervizorius yra laisvesnis reikšti savo poziciją nei būdamas su klientu (Levant & Shlien, 1984, p. 285).

Nėra atlikta daug tyrimų, kurie nagrinėtų santykį tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo egzistencinėje paradigmoje. van Deurzen ir Young 2009 metais aprašė temas, kuriomis turėtų būti remiamasi egzistencinėje supervizijoje: a) buvimas pasaulyje; b) fenomenologija; c) dialogas; d) meilė, rūpestis ir pagarba; e) įsikūnijimas; f) pasaulėžiūra, dvasingumas ir prasmė; g) atsakomybė ir laisvė; h) organizacinis kontekstas. Egzistencinėje supervizijoje yra svarbu dėmesingai tyrinėti supervizuojamojo patyrimą su klientu. Pabrėžiamas supervizoriaus gebėjimas „atidaryti“ erdvę supervizuojamajam tyrinėti pasaulį, kuris vyksta su juo pačiu, klientu ir supervizoriumi (Spinelli, 2015).

1. ĮVADAS

1.1. Egzistencinės psichoterapijos samprata

Siekiant geriau suprasti santykį tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, svarbu peržvelgti egzistencinės paradigmos principus. Egzistencinė psichoterapija yra orientuota į kliento atsakomybę ir laisvę siekiant jam padėti rasti prasmę susidūrus su egzistenciniu nerimu. Ši terapijos kryptis psichologinių problemų kilmę sieja su ribotu gebėjimu priimti autentiškus, prasmingus ir savarankiškus sprendimus. Dėl šių priežasčių egzistencinės psichoterapijos tikslas yra tyrinėti ir suprasti žmogaus patirtį egzistencinių iššūkių kontekste (van Deurzen, 2009). Egzistencinė psichoterapija apima kelias glaudžiai susijusias, tačiau tam tikrais atžvilgiais ir viena kitai oponuojančias filosofines kryptis, kurios nagrinėja pamatinius egzistencijos klausimus – „ką reiškia būti?“ ar „ką reiškia būti žmogumi?“. Šie klausimai skatina įvairias interpretacijas, kurios susitelkia ties pagrindinėmis egzistencinių iššūkių temomis: gyvenimu ir mirtimi, prasme ir beprasmybe, santykiu ir izoliacija, pasirinkimu ir determinizmu. Egzistencinės psichoterapijos lauke šios temos yra laikomos svarbiausiomis (Spinelli, 2007). Esminis skirtumas tarp egzistencinės terapijos ir kitų psichoterapijos krypčių yra tas, kad pastarosios įprastai orientuojasi į konkrečių gyvenimo sunkumų sprendimą, tuo tarpu egzistencinė terapijoje dėmesys skiriamas egzistenciniams klausimams, kurie sudaro šių sunkumų pagrindą (Colaizzi 2002). Egzistencinės psichoterapijos metu yra kviečiama interpretuoti ne praeitį, o būti su žmogaus išgyvenamais egzistenciniais klausimais dabartyje (May & Yalom, 2005). Egzistencinėje psichoterapijoje siekiama skatinti atvirą ir drąsą laikyseną įvairiose gyvenimo situacijose atsižvelgiant į kiekvieno žmogaus unikalų buvimo būdą (van Deurzen, 2009).

Egzistencinės psichoterapijos paradigma pasižymi įvairove, nes kiekvienas ją taikantis terapeutas įneša savo individualų matymą ir patirtį. Dėl šios priežasties tampa sudėtinga apibrėžti bendrus egzistencinės terapijos principus ar juos pagrįsti, nebent būtų teigiama, kad vienintelis principas – tai atsisakymas bet kokių universalių principų (Spinelli, 2007). Egzistencinė psichoterapija atspindi tam tikrą filosofinę laikyseną, orientuotą į žmogaus būties tyrinėjimą. Psichoterapeutas pasirinkęs taikyti šią paradigmą turi atsisakyti išankstinio žinojimo ir koncentruotis į autentišką, „čia ir dabar“ susitikimą su klientu (May & Yalom, 2005). Visgi, nepaisant egzistencinės psichoterapijos paradigmos įvairovės, svarbu išskirti kelias esmines prielaidas, kurios grindžia šios krypties taikymą psichoterapinėje praktikoje. Remiantis Kočiūnu (1996), galima išskirti penkias pagrindines nuostatas:

1. **Gyvenimo prasmė.** Egzistencinė terapija remiasi nuostata, kad gyvenimas turi besąlygišką prasmę, kurią žmogus gali atrasti per atvirą ir pozityvią laikyseną. Terapeuto vaidmuo yra

padėti klientui atpažinti jo gyvenimo orientyrus, kurie suteiktų kryptį ir aiškumą egzistencinių ieškojimų akivaizdoje.

2. **Autonomija.** Žmogus laikomas savarankišku ir gebančiu priimti atsakomybę už savo gyvenimą. Terapija nėra procesas, kurio metu terapeutas „taiso“ klientą, veikiau suteikia erdvės, kurioje klientas gali tiksliau pamatyti ir suprasti save.
3. **Laisvė rinktis.** Net esant tam tikriems gyvenimo apribojimams, žmogus yra laisvas apsispręsti dėl savo santykio su pasauliu. Egzistencinėje terapijoje yra skatinama įsisąmoninti egzistencines duotybes ir asmenines galimybes.
4. **Ribotumas.** Egzistencinis požiūris akcentuoja būtinybę pripažinti žmogaus laisvės ribas – biologines (tokias kaip gimimo ir mirties), moralines, socialines ar asmenines. Ribotumo patirtis egzistencinėje terapijoje yra suvokiama kaip neišvengiama žmogiškosios būties dalis.
5. **Dviprasmiška žmogaus prigimtis.** Žmogus turi potencialą tiek gėriui, tiek blogiui, o vertybių suvokimas padeda orientuotis priimant sprendimus sudėtingose gyvenimo situacijose.

Egzistencinės duotybės, su kuriomis, kaip pažymi Yalom (1980), neišvengiamai susiduria kiekvienas žmogus – mirtis, laisvė, izoliacija ir beprasmybė, sukelia egzistencinį nerimą, kuris yra neišvengiama žmogaus patirties dalis. Šie svarbiausi rūpesčiai (*angl. ultimate concerns*) nulemia tai, kaip žmogus patiria save ir pasaulį, o tai neišvengiamai atsiskleidžia psichoterapijos procese. Mirties baimė kelia egzistencinį nerimą ir verčia ieškoti būdų, kaip su ja susitaikyti, laisvė primena apie atsakomybę už savo pasirinkimus pasaulyje, kuriame nėra iš anksto duotų nurodymų kaip būti, izoliacija primena apie neišvengiamą vienvatę net artimuose santykiuose, o prasmės klausimas iškyla tuomet, kai žmogus susiduria su beprasmybės jausmu. Egzistencinė psichoterapija padeda klientui tyrinėti šiuos klausimus kaip natūralią ir neišvengiamą žmogiškosios būties dalį (Yalom, 1980). Susidūrus su šiais klausimais, santykis su kitu tampa erdve, kurioje galima juos saugiai tyrinėti (Spinelli, 2007). Kaip teigia May (1958), reikšmingiausias egzistencinės psichoterapijos aspektas yra santykis tarp kliento ir terapeuto, kurio dėka žmogus gali iš naujo atrasti prasmę ir patį save. Panašiai ir Yalom (1980) pažymi, kad būtent santykis tarp terapeuto ir kliento yra pagrindinis psichoterapinis veiksnys.

Egzistencinėje psichoterapijoje santykis tarp kliento ir psichoterapeuto yra grindžiamas dialogiškumo principu. Dialogiškumas reiškia autentišką santykį, kuriame terapeutas dalyvauja kaip žmogus, o ne visa žinantis autoritetas ir kartu su klientu dalyvauja abipusiame dialoge (Spinelli, 2015). Remiantis Farberiu (2000) svarbu yra ne apie ką yra kalbama, bet kaip kalbama, t. y. ar dialogas leidžia tiek klientui, tiek terapeutui būti atviriems sau ir vienas kitam. Egzistencinės terapijos dialogiškumo samprata glaudžiai susijusi su Gadamerio (2004) aprašytu autentiško dialogo

supratimu. Jis pabrėžia, kad tikrasis dialogas nėra iš anksto nulemtas, jo kryptis ir turinys išryškėja pačiame pokalbyje. Tokiu būdu pokalbio dalyviai yra labiau vedami pačio pokalbio eigos, kas leidžia patirti tikresnę ir gyvesnę santykį (Gadamer, 2004). Šią idėją patvirtina ir Heideggerio (1962) požiūris, kad svarbiausia yra ne tai, apie ką kalbama, bet kaip tai yra išsakoma. Anot jo, autentiškas kalbėjimas skiriasi remiasi asmenine patirtimi. Psichoterapijos tikslas nėra vertinti ar atmesti išsakomas kliento temas kaip neesmines, bet atkreipti dėmesį į kliento gebėjimą įsivardinti savo patirtį (Spinelli, 2015). Spinelli (2007) teigia, kad bandymas nukreipti klientą link teorinių apibendrinimų ar vieno teisingo būdo prieštarauja egzistencinės psichoterapijos paradigmos principams. Pasak jo, terapinio susitikimo esmė yra leisti pokalbiui natūraliai formuotis, o terapeuto užduotis – palaikyti erdvę, kurioje autentiškas kliento patyrimas galėtų būti tyrinėjamas be išankstinių nuostatų. Spinelli (2006) papildoma, kad egzistencinė psichoterapija grindžiama „nežinojimo“ principu, kai terapeutas sąmoningai atsisako išankstinių interpretacijų ir lieka atviras naujoms, dar neištirtoms kliento patirties galimybėms. Tokia laikysena reikalauja terapeuto atsisakyti tradicinės eksperto pozicijos ir leisti klientui patirti save kaip unikalią, nuolat besiformuojančią asmenybę. Terapeuto „nežinojimas“ tampa paralelus kliento patyriminiam tyrinėjimui, kurio metu abi pusės kartu kuria naują, autentišką supratimą apie pasaulį.

Taigi dėmesys santykiui egzistencinėje psichoterapijoje užima pagrindinę vietą. Egzistencinė terapija išskiria santykį kaip ypatingą procesą, kuris įgalina kliento buvimą, skatina jį atpažinti kas yra tikra, autentiška ir aktualu dabarties akimirkoje. Toks susitikimas reikalauja abipusio įsitraukimo, skatinančio atverti naujus buvimo būdus santykyje.

1.2. Supervizijos samprata egzistencinėje paradigmoje

Egzistencinė supervizija, kaip ir egzistencinė terapija, pagrindinį dėmesį skiria autentiškam buvimui santykyje. Svarbiausias supervizijos objektas yra patirtis – tiek kliento, tiek terapeuto, tiek paties supervizoriaus (du Plock, 2009). Pagrindinis egzistencinės supervizijos uždavinys yra sudaryti sąlygas reflektuoti, kaip žmogus save patiria pasaulyje ir kaip tai atsiskleidžia santykyje su kitais (Van Deurzen & Young, 2009). Supervizijos metu tyrinėjama dinamiška triadinė patirtis – kaip supervizuojamasis mato kliento pasaulį, kaip jis patiria terapinį santykį ir kaip šios patirtys atsiskleidžia supervizijos metu (du Plock, 2009; Spinelli, 2015).

Vienas iš platesnių tyrimų, nagrinėjančių superviziją egzistencinės paradigmos kontekste, buvo atliktas 2009 metais Emmy Van Deurzen ir Sarah Young. Autoriai išskiria keturis egzistencinės supervizijos aspektus – gyvenimą, klientą, terapeutą ir supervizorių. Akcentuojama, kad dėmesys supervizijų metu turi būti skirtas ne tik terapeuto ir kliento santykiui, kliento problemoms ar terapeuto reakcijoms į jas, bet ir gebėjimui pažvelgti į platesnį gyvenimo kontekstą. Toks požiūris į supervizijas praplečia perspektyvą ir padeda pamatyti kaip įvairios patirtys, santykiai bei kylantys iššūkiai gali būti tarpusavyje susiję arba. Autoriai pažymi, kad ypatingas dėmesys taip pat turi būti skiriamas supervizoriaus pozicijai. Svarbu yra tai, kaip jis supranta egzistencines temas, kurios iškyla supervizijų procese, taip pat ir jo suvokimas apie kliento gyvenimo kontekstą, kuris galbūt išlieka nepastebėtas terapeuto. Taip pat pabrėžiama supervizoriaus laikysenos svarba – jis turi būti priimantis, ramus ir gebantis suteikti tvirtą palaikymą, kuris padeda supervizuojamajam susidurti su savo baimėmis. Saugioje ir palaikančioje erdvėje supervizuojamasis gali savarankiškai reflektuoti savo darbą bei mokytis suprasti skirtingus klientų gyvenimo būdus, tyrinėti įvairias jų patirties formas ir ugdyti jautrumą tiems gyvenimo aspektams, kurie galbūt skiriasi nuo jo paties patirties. Tokiu būdu supervizija tampa gilinimasis į egzistencinius iššūkius, kurie kyla iš skirtingų klientų gyvenimo patirčių (van Deurzen & Young, 2009).

Egzistencinėje supervizijoje procesas apima ne tik profesinių įgūdžių tobulinimą, bet ir platesnį žmogaus būties supratimą. Krug ir Schneider (2016) pabrėžia, kad supervizijos patirtis vyksta trimis lygmenimis: subjektyviu (kliento ir terapeuto asmenine patirtimi), tarpasmeniniu (jų tarpusavio santykio dinamika) ir ontologiniu (žmogaus santykiu su pasauliu). Šių lygmenų integravimas supervizijų procese padeda geriau suprasti kliento ir terapeuto patirtis dabartyje bei atveria kelią gilesnei egzistencinei refleksijai. Tuo tarpu van Deurzen ir Young (2009) akcentuoja, kad toks filosofinis patyrimas supervizijų metu didina sąmoningumą ir padeda geriau suprasti tiek kliento, tiek terapeuto, tiek ir paties supervizoriaus gyvenimo ribotumus ir galimas laisvės galimybes. Supervizuojamųjų mokymasis egzistencinėje-humanistinėje supervizijoje grindžiamas keliais

svarbiausiais principais. Pabrėžiama, kad supervizuojamiesiems reikalinga daugiau „čia ir dabar“ patirčių, kurios įvyksta būnant santykiuose. Darbas „čia ir dabar“ tiek terapijoje, tiek supervizijoje kuria patirties lauką, o pernelyg didelis nukrypimas į praeitį atitolina nuo gyvo, dabarties akimirkoje vykstančio patyrimo (Krug & Schneider, 2016). Kaip pabrėžia Yalom (1980), darbas „čia ir dabar“ yra pagrindinė psichoterapinio ir supervizijų santykio ašis – būtent dabartyje atsiskleidžia kaip egzistuoja mūsų praeitis. Pasak Krug ir Schneider (2016) egzistencinėje supervizijoje teoriniai principai turi būti ne tik perteikiami žodžiais, bet ir išgyvenami supervizijoje. Supervizorius turi būti tas, kuris supervizuojamajam padeda suprasti klientų patirtis ir tiesiogiai tyrinėti savo bei kliento vidinius išgyvenimus. Autoriai akcentuoja, kad egzistencinėje-humanistinėje supervizijoje svarbu profesinius principus grįsti asmenine patirtimi. Tokios savybės kaip empatija, priėmimas ir atjauta turi būti patiriamos autentiškai, o ne mokomos kaip technikos. Kai supervizorius įkūnija šias savybes, jos tampa natūralia santykio dalimi. Tokiame saugiam ir atvirame santykiuose supervizuojamasis gali lengviau pažinti savo jausmus.

Supervizoriaus vaidmuo egzistencinėje paradigmoje apima ne tik profesinių įgūdžių refleksiją, bet ir nuolatinį buvimą su kitu tyrinėjimą (du Plock, 2009; Krug & Schneider, 2016; Van Deurzen & Young, 2009; Spinelli, 2015). Pasak Spinelli (2015), egzistencinę superviziją galima suprasti kaip „apžvelgimą“ (*angl. over-seeing*) – stebėjimą kaip supervizuojamasis išgyvena save santykiuose su klientu, o ne „prižiūrėjimą iš viršaus“ (*angl. seeing-over*). Laikantis tokios supervizijų nuostatos, supervizuojamasis turi galimybę iš naujo apmąstyti savo patirtis su klientu, pastebėti tai, kas galbūt galėjo būti praleista. Supervizorius turi vertinti ne iš aukštesnės pozicijos, o kelti klausimus, kurie skatintų atvirą dialogą. Supervizoriaus „apžvelgimo“ laikysena leidžia supervizuojamajam tyrinėti kaip reali patirtis santykiuose su klientu dera su jo asmeninėmis vertybėmis, nuostatomis ir įsitikinimais apie terapijos praktiką. Tokio tyrinėjimo metu dažnai atsiskleidžia ne tik profesinės nuostatos, bet ir platesnė supervizuojamojo pasaulėžiūra, kuri lemia jo būdą būti santykiuose su klientais ir su pačiu savimi. Autorius aiškiai atskiria, kad supervizija nėra psichoterapija tiesiogine prasme, tačiau ji gali būti patiriama kaip turinti terapinį poveikį. Vis dėlto yra pabrėžiama, kad net jei supervizijos metu paliestos temos peržengia profesines ribas ir paliečia asmenines, refleksija visada turėtų būti grąžinama į tai, kaip šie aspektai veikia ar gali paveikti darbą su konkrečiu klientu.

Egzistencinėje supervizijoje taip pat svarbu skirti dėmesį supervizuojamojo pasitikėjimo savimi ugdymui – tiek savimi kaip terapeutu, tiek pasirinkta terapijos kryptimi. Šios dvi vidinės laikysenos – tikėjimas savo galimybėmis padėti vykti pokyčiui ir tikėjimas terapiniu procesu – yra esminės, kad supervizuojamasis galėtų jaustis tvirtai sudėtingose terapinėse situacijose (Van Deurzen & Young, 2009). Svarbų vaidmenį pasitikėjimo savimi stiprinimui vaidina supervizoriaus tikėjimas pasirinktu terapiniu metodu ir pasitikėjimas supervizuojamojo augimo potencialu. Ilgainiui tai tampa

pavyzdžiu ir vidine atrama pačiam supervizuojamajam. Žinoma, vien supervizoriaus palaikymo neužtenka, tad labai svarbu, kad supervizuojamasis pats įsitikintų pasirinktos psichoterapinės krypties veiksmingumu per savo darbo patirtį (Krug & Schneider, 2016). Supervizijos taip pat metu svarbu tyrinėti kokios sąlygos, supervizuojamojo manymu, yra būtinos, kad jis galėtų būti terapeutu, kaip jis supranta terapijos praktiką ir kokie asmeniniai bei profesiniai iššūkiai ar stiprybės atsiskleidžia konkrečiame darbe su klientu. Egzistencinė supervizija turi būti orientuota į tai, kad supervizuojamasis gebėtų autentiškai įkūnyti pasirinktą terapinį modelį, atsižvelgdamas į savo asmeninę patirtį būti terapeutu ir dirbti su klientais (Spinelli, 2015)

Svarbiausias iššūkis egzistencinei supervizijai yra gebėjimas palaikyti pusiausvyrą tarp teorinių įžvalgų ir tikros, patirties pagrindu grįstos refleksijos (Spinelli, 2015). Egzistencinėje supervizijoje svarbu atsisakyti išankstinių teorinių prielaidų ir asmeninių nuostatų (Längle & Klaassen, 2019). Tokia prieiga grindžiama filosofiniu žmogaus būties supratimu ir fenomenologiniu tyrinėjimu, orientuotu į tiesioginį patyrimą (Spinelli, 2007). Supervizija grindžiama ne teorinių modelių taikymu, o nuolatiniu, atviru stebėjimu, siekiant kuo autentiškiau suprasti kliento gyvenimo kontekstą (van Deurzen & Young, 2009). Supervizoriai turi skatinti supervizuojamuosius detaliai tyrinėti kliento patirtį vengiant skubotų išvadų ar interpretacijų. Kadangi supervizorius negali tiesiogiai prieiti prie kliento išgyvenimų, jis remiasi supervizuojamojo perteikta patirtimi, kuri tampa pagrindu tolimesniam fenomenologiniam tyrinėjimui (Pagdin, 2013). Tai leidžia pamatyti kaip kliento ir terapeuto pasaulėvaizdžiai gali sutapti arba skirtis (Van Deurzen, 2009). Fenomenologinis tyrinėjimas padeda supervizoriams ir supervizuojamiesiems tiesiogiai susidurti su kylančiomis patirtimis – tiek verbalinėmis, tiek kūno pojūčiais, emocinėmis reakcijomis ar subtiliais santykių aspektais. Taip supervizijoje supervizuojamieji gali mokytis būti su kitu, kurti ryšį ir atliepti kito patirtį (Krug & Schneider, 2016). Egzistencinės-fenomenologinės supervizijos specifiką patvirtina Vaštakės ir Kočiūno (2017) tyrimo radiniai, kurie pabrėžia neverbalinių ir kūniškų pojūčių svarbą. Šis tyrimas rodo, kad būtent neverbalinių ir kūniškų pojūčių atspindėjimas padeda supervizuojamiesiems geriau atpažinti savo sunkumus. Tyrimo dalyviai taip pat atskleidė, kad labai svarbus yra supervizoriaus buvimo būdas – ramus, įsitraukęs bei dėmesingas. Būtent tai padeda kurti santykį, kuris yra lygiavertis, kolegiškas, grįstas abipusiu dialogu. Šio tyrimo radiniai patvirtina, kad esminis egzistencinės – fenomenologinės supervizijos pokytis įvyksta ne kognityviškai, o jausmiškai.

1.3. Santykio reikšmė egzistencinėje supervizijoje

Daugelis mokslinių tyrimų rodo, kad santykis yra vienas iš pagrindinių veiksnių, lemiančių efektyvų supervizijos procesą (Loganbill, Hardy, & Delworth, 1982; Krug & Schneider, 2016; Silva & Sousa, 2018; Watkins, 2020). Pagal Watkins (2020), supervizija yra mokymosi patirtis, orientuota į terapeuto įgūdžių, kompetencijų ir profesinės tapatybės formavimą. Vis dėl to autorius pažymi, kad

pagrindinis supervizijos efektyvumo veiksnys yra supervizoriaus ir supervizuojamojo santykis. Majcher ir Daniluk (2009) atliktame tyrime taip pat akcentuojama santykio tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo svarba. Tyrimo dalyvių patirtyse ryškėjo, kad būtent saugus, palaikantis ir pagarbus santykis tapo esminiu supervizijų efektyvumo veiksnium. Šie minimi tyrimų radiniai atspindi daugumos mokslinėje literatūroje akcentuojamą mintį, kad būtent santykis, o ne konkretūs metodai, lemia supervizijos efektyvumą (Duncan, & Miller, 1999; Moursund & Erskine, 2004).

Egzistencinė paradigma akcentuoja, kad žmogaus savastis formuojasi nuolatiniame santykiuose su pasauliu ir kitais žmonėmis (Yalom, 1980; May 1958; Spinelli 2007). Ši nuostata glaudžiai susijusi su Heideggerio „buvimo pasaulyje“ (*angl. being-in-the-world*) koncepcija, kuri tiek tiesiogiai, tiek netiesiogiai pabrėžia, jog žmogus nėra izoliuota būtybė ir visada egzistuoja santykiuose su pasauliu (Heidegger, 1962). Kaip nurodo Van Deurzen (2009), egzistencinės supervizijos santykis nuo kitų krypčių skiriasi tuo, kad nėra suprantamas kaip procesas, kuriame supervizorius perduoda žinias, o supervizuojamasis jas priima. Priešingai, čia siekiama transformuojančio santykio, kuriame egzistenciniai-humanistiniai principai išgyvenami egzistuojančiame „čia ir dabar“ santykiuose tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo. Egzistencinėje psichoterapijoje ir supervizijoje santykis yra pagrindinis pokyčio veiksnys (*angl. agent of change*). Pasak Krug ir Schneider (2016) egzistencinėje supervizijoje giliausias įsisavinimas vyksta ne per teorines žinias, o per tiesioginį buvimą santykiuose – tik patiriant galima išmokyti empatijos, atliepimo ir gebėjimo būti santykiuose (Krug & Schneider, 2016). Santykį, kaip esminį egzistencinės supervizijos veiksnį patvirtina ir du Plock (2009) atliktas tyrimas, kuriame jis išskyrė keturias dimensijas, kurios yra būdingas egzistencinei supervizijai tiek iš supervizorių, tiek supervizuojamųjų perspektyvos: filosofinės laikysenos palaikymas ir stiprinimas, santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, supervizoriaus vaidmuo kaip kolegos ir mentoriaus ir dėmesys supervizuojamojo buvimui. Autoriaus požiūriu, egzistencinė supervizija turėtų būti suvokiama kaip praktinis tyrinėjimas, kuriame supervizorius ir supervizuojamasis tampa bendraautoriais – tyrinėtojais, besigilinančiais į buvimo santykiuose ribas ir galimybes. Remiantis Silva ir Sousa (2018), supervizijų metu yra svarbus supervizoriaus reagavimas (*angl. responsiveness*) ir gebėjimas prisiderinti prie kiekvieno supervizuojamojo unikalių savybių ir poreikių. Autoriai teigia, kad supervizijoje, svarbiausia tampa gebėjimas kurti saugią erdvę, kurioje supervizuojamasis galėtų atvirai tyrinėti savo patirtis. Egzistencinėje supervizijoje vyrauja bendradarbiavimu grįsta korefleksija (*angl. coreflection*) – supervizuojamasis laikomas aktyviu ir vertingu proceso dalyviu, o pats santykis grindžiamas lygiaverte partneryste. Pasak autorių, refleksija egzistencinėje supervizijoje tampa abipuse: mokosi ir supervizuojamasis, ir pats supervizorius. Supervizijos skatina tiek supervizoriaus, tiek supervizuojamojo savistabą, leidžia nuolat gilinti supratimą apie save ir apie santykio kūrimą. Supervizoriaus profesinė patirtis bei jo asmeninė refleksija, paremta ankstesnėmis

supervizijos patirtimis, padeda jautriau reaguoti į kylančius supervizuojamojo poreikius, tuo pačiu stiprinant savo paties gebėjimą būti atviru, autentišku ir prisitaikančiu prie neapibrėžtumo, kuris santykiuose yra neišvengiamas. Supervizoriaus laikysena, kuri yra nuolanki, autentiška, nuosekli ir atvira neapibrėžtumui palaiko supervizijos procesą ir padeda kurti erdvę, kurioje supervizuojamieji gali jaustis drąsiai atsiskleisdami ir nebijodami būti pažeidžiami ar sulaukti kritikos. Jei santykis yra saugus, pagarbus ir atviras, tuomet visos kitos supervizijos funkcijos, tokios kaip profesinis augimas, savirefleksija, vystysis natūraliai.

1.4. Tyrimo problema, tikslas ir klausimai

Santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo yra vienas iš pagrindinių veiksnių, lemiančių supervizijos efektyvumą egzistencinėje paradigmoje, kuris padeda ugdyti profesinius įgūdžius ir skatina asmeninį augimą, todėl svarbu tyrinėti, kaip šis santykis išgyvenamas ir formuojamas supervizijos procese (Vaštakė ir Kočiūnas, 2017; Spinelli, 2015; van Deurzen & Young, 2009). Taip pat pabrėžiama, kad būtent saugi, autentiška ir atvira supervizijos erdvė sukuria sąlygas natūraliai vystyti savirefleksijai, profesinių įgūdžių augimui ir gilesniam santykių supratimui (Silva & Sousa, 2018).

Nors mokslinėje literatūroje ryškiai pabrėžiama santykio reikšmė supervizijos procese (Krug & Schneider, 2016; Silva & Sousa, 2018; Watkins, 2020), tačiau tyrimų, kurie detaliai analizuotų, kokie santykio aspektai yra svarbiausi egzistencinėje-fenomenologinėje prieigoje, išlieka nedaug. Dažnai tyrimuose apsiribojama pavienių santykio aspektų nagrinėjimu arba santykis vertinamas tik iš vienos perspektyvos – supervizoriaus arba supervizuojamojo (Majcher & Daniluk, 2009; Spinelli, 2015). Tai riboja galimybes išsamiai suprasti santykio fenomeną, kuris egzistencinėje supervizijoje laikomas esminiu augimo ir pokyčio šaltiniu (van Deurzen & Young, 2009; Frawley-O'Dea, 2003). Atsižvelgiant į šį kontekstą kyla poreikis išsamiau tirti supervizoriaus ir supervizuojamojo santykį egzistencinėje paradigmoje, analizuojant jų abiejų patirtis ir santykio aspektus. Tokie tyrimai gali prisidėti prie gilesnio supratimo, kaip supervizijų santykis daro įtaką terapeuto profesiniam augimui ir gebėjimui kurti prasmingus santykius su klientais (Frawley-O'Dea, 2003).

Šio tyrimo **tikslas**: atskleisti egzistencinės paradigmos supervizijų procesą iš supervizorių ir supervizuojamųjų perspektyvos, tyrinėjant santykių supervizijos procese aspektus ir supervizijų efektyvumą lemiančius veiksniai.

Tyrimo **klausimas** – kaip santykiai tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo egzistencinės psichoterapijos paradigmoje prisideda supervizijos efektyvumui?

2. METODIKA

Magistro darbo tyrimas yra platesnio mokslinių tyrimų projekto „Psichoterapijos supervizijų efektyvumo ir santykių supervizijos procese dinamikos tyrimas (SUPER)“ dalis, kuris atliekamas Vilniaus universiteto Psichologijos instituto mokslininkų. Projekto vadovė – doc. dr. Neringa Grigutytė. VU Filosofijos fakulteto Psichologinių tyrimų atitikties mokslinių tyrimų etikai komiteto sprendimu mokslinis tyrimas „Psichoterapijos supervizijų efektyvumo ir santykių supervizijos procese dinamikos tyrimas“ atitinka mokslinių tyrimų etikai (Nr. 20 / (1.13 E) 250000-KT-161). Magistro darbe bus naudojama ta kokybinė duomenų dalis, kuri susijusi su supervizoriaus ir supervizuojamojo santykių dinamikos veiksniais egzistencinėje paradigmoje. Šio darbo autorė dalyvavo tyrimo vykdymo eigoje ir aktyviai prisidėjo prie įvairių projekto veiklų, dalyvavo duomenų rinkimo, kvietimų dalyvauti tyrime kūrimo, duomenų transkribavimo ir duomenų analizės tyrimo etapuose.

Šiame darbe pasirinkta kokybinė tyrimo strategija, nes ji puikiai tinka tyrinėti mažai išnagrinėtus reiškinius. Tai būtent aktualu šiam darbui – Lietuvoje nėra atlikta kokybinių tyrimų, nagrinėjančių supervizoriaus ir supervizuojamojo santykio patirtį būtent egzistencinės paradigmos kontekste. Kokybinis tyrimas ypač tinkamas tuomet, kai siekiama suprasti žmogiškąją patirtį aplinkoje, kurioje žmogus natūraliai veikia, o tyrėjas nesiekia kontroliuoti ar keisti besiklostančių procesų. Tokia natūrali prieiga suteikia galimybę gauti autentiškesnius, turtingesnius duomenis. Kokybinis tyrimas taip pat grindžiamas atvirumu procesui – tyrėjas tampa pagrindiniu duomenų rinkimo instrumentu, gebančiu įvertinti ir interpretuoti sudėtingas žmogiškas sąveikas (Patton, 2014). Braun ir Clarke (2016) pabrėžia, kad kokybinis tyrimas yra ypač tinkamas, kai siekiama ne tik aprašyti elgesį, bet suprasti kaip žmonės įprasmina savo patirtis ar sprendimus. Pasak autorių, kokybinis tyrimas suteikia lankstumo – tyrimo dizainas gali būti koreguojamas atsižvelgiant į tai, kaip vystosi pokalbis ir kokios temos natūraliai iškyla duomenų rinkimo metu. Tai padeda atskleisti giluminius reiškinio aspektus, ypač tokio kompleksiško, kaip santykis, atveju.

2.1. Tyrimo dalyviai

2.1.1. Tyrimo dalyvių paieška

Tyrime taikyta tikslinga atranka, siekiant surasti dalyvius atitinkančius šio tyrimo atrankos kriterijus. Vienas pagrindinių atrankos kriterijų buvo tas, kad tyrimo dalyviai turėjo būti dalyvavę ne daugiau kaip 10 supervizijų su tuo pačiu supervizoriumi. Taip pat taikytas homogeniškumo kriterijus siekiant kuo labiau atliepti tyrimo klausimą, todėl visi tyrimo dalyviai buvo psichoterapeutai arba psichoterapijos studijų studentai, dalyvaujantys egzistencinės krypties supervizijoje. Tyrimo dalyvių paieška buvo vykdoma, kreipiantis į Humanistinės egzistencinės psichoterapijos institutą, prašant

pasidalinti su būsimais egzistencinės krypties psichoterapeutais, taip pat per tyrėjų komandos profesinius ryšius bei kontaktus, apimančius psichoterapijos ir supervizijos praktikų lauką. Kiekvienam galimam tyrimo dalyviui buvo pateikta informacija apie tyrimą ir sąlygas užtikrinančias konfidencialumas. Atrinkti tyrimo dalyviai atitiko iš anksto numatytus kriterijus – visi jie yra egzistencinės krypties supervizoriai arba supervizuojamieji, turintys patirties supervizijoje, vykstančioje šioje paradigmoje.

2.1.2. Tyrimo dalyvių demografiniai duomenys

Šio darbo tyrime dalyvavo 15 tyrimo dalyvių – 8 supervizuojamieji ir 7 supervizoriai. Viena supervizorė tyrime dalyvavo du kartus, nes supervizuoja du skirtingus supervizuojamuosius. Jauniausiam tyrimo dalyviui 26 metai, vyriausiam 56 metai ($M=40$). Dėl specifinės ir lengvai atpažįstamos imties, siekiant užtikrinti tyrimo dalyvių anonimiškumą ir konfidencialumą, nebus nurodoma tyrimo dalyvių lytis. Taip pat lytis nėra reikšmingas aspektas šiame tyrime. Tyrimo dalyvių vardai pakeisti inicialais siekiant išlaikyti jų konfidencialumą. Trumpiausia tyrimo dalyvių psichoterapinio darbo patirtis buvo 5 mėnesiai, o ilgiausia – 4 metai. Trumpiausia supervizavimo patirtis buvo 2,5 metų, o ilgiausia – 20 metų. Tyrimo dalyvių sociodemografinės charakteristikos pateiktos 1-oje lentelėje.

1 lentelė. *Tyrimo dalyvių sociodemografinės charakteristikos ($N = 15$)*

Supervizuojamieji		
Inicialas	Amžius	Psichoterapinio darbo patirtis
S1	29	5 mėnesiai
S2	52	3 metai
S3	43	9 mėnesiai
S4	27	6 mėnesiai
S5	30	10 mėnesių
S6	26	2,5 metų
S7	30	4 metai
S8	56	3 metai
Supervizoriai		
Inicialas	Amžius	Supervizavimo patirtis
ES1	47	8 metai
ES2	43	2,5 metų
ES3	54	6 metai
ES4	52	12 metų

ES5	46	10 metų
ES6	54	20 metų
ES7	51	7 metai

2.2. Tyrimo instrumentai

Šio tyrimo duomenų rinkimui pasirinktas pusiau struktūruotas interviu. Vienas iš šio duomenų rinkimo metodo privalumų yra abipusiškumo išlaikymas tarp tyrėjo ir tiriamojo. Abipusiškumas yra išlaikomas paliekant erdvės tiriamajam įnešti naujų reikšmių, o tyrėjui papildomai užduoti klausimus, kurie yra svarbūs siekiant atskleisti tiriamąjį reiškinių (Galleta & Cross, 2013). Kaip nurodo Bearman (2019), toks duomenų rinkimo būdas padeda išlaikyti pusiausvyrą tarp struktūruotumo ir lankstumo – turint aiškias temas, bet kartu leidžiant pokalbiui natūraliai vystytis pagal pašnekovo patirtis. Pasak Patton (2014), tokia duomenų rinkimo forma ypač svarbi tiriant subjektyvius, emocinius išgyvenimus, nes leidžia tyrimo dalyviui pasijusti išgirstam. Tyrimo duomenų rinkimą vykdė ne tik autorė, bet ir kiti tyrėjų komandos nariai, atlikę pusiau struktūruotus interviu, vadovaudamiesi bendrais etikos bei metodologiniais principais. Visi interviu buvo įtraukti į bendrą duomenų analizę.

Pusiau struktūruotą interviu sudaro iš anksto parengti 6 klausimai:

1. Papasakokite kas Jums yra efektyvi supervizija?
2. Norėčiau jus pakalbinti apie dabartinį darbą su savo supervisoriumi/-e, ir kiek jūs savo darbą laikote efektyviu ar neefektyviu?
3. Papasakokite detaliau, kurie supervizijų epizodai su konkrečiu supervisoriumi/-e atrodė efektyvūs?
4. Kas šiame santykiyje su supervisoriumi/-e jums yra svarbiausia?
5. Jeigu būtų jūsų valia, ką norėtumėt pakeisti supervizijų procese su supervisoriumi/-e?
6. Ar yra, ko Jūsų nepaklausiau, bet kas dar būtų svarbu kalbant tiek apie supervizijos efektyvumą, tiek apie supervizijų santykius?

Tyrimė laikomasi indukcinės tyrimo perspektyvos, kurios tikslas – leisti analizės temoms formotis iš pačių duomenų. Duomenų analizė nėra kuriama remiantis esama teorija ar jau egzistuojančiu požiūriu. Priešingai, siekiama, kad tema būtų tyrinėjama siekiant išvengti išankstinių nuostatų į tyrimo medžiagą (Braun & Clarke, 2016).

2.3 Tyrimo eiga

Tyrimo duomenys buvo pradėti rinkti 2024 metų sausio mėnesį. Tyrimas buvo pradėtas siunčiant kvietimus dalyvauti (žr. 1 priedą), pirmiausia kreipiantis į supervizuojamuosius. Jiems sutikus, buvo kreiptasi į jų supervizorius. Su visais dalyviais susisiekti telefonu arba el. paštu, suderintas susitikimo laikas ir vieta. Visi pokalbiai vyko gyvai, konsultavimui pritaikytuose kabinetuose siekiant apsaugoti tyrimo dalyvių konfidencialumą ir užtikrinti ramią aplinką. Susitikus su tiriamuoju, tiriamajam buvo įteikiamas informuotas sutikimas dalyvauti tyrime rašytine forma, aptariamos tyrimo sąlygos (dalyvių konfidencialumo, galimybės bet kuriuo metu pasitraukti iš tyrimo, pokalbio įrašymo ir įrašo saugojimo bei ištrynimo sąlygas ir kt.) bei užduodami sociodemografiniai klausimai ir iš anksto paruošti pusiau struktūruoto interviu klausimai apie supervizijas. Atsižvelgiant į tyrimo dalyvių pasidalinimus, prireikus buvo užduodami pasitikslinamieji klausimai siekiant geriau suprasti tiriamąjį reiškinį ir užtikrinti gautų duomenų išsamumą. Pokalbiai buvo įrašomi diktofonu arba telefono balso įrašymo funkciją. Po interviu, buvo prašoma tyrimo dalyvio užpildyti du klausimynus – trumpąją supervizijų santykių skalę (TSSS) ir supervizijų darbinio aljanso aprašą (SWAI), tačiau šiame tyrime instrumentų naudojimas nebuvo įtrauktas dėl pasirinktos kokybinės metodologinės prieigos. Už dalyvavimą tyrime, tiriamajam buvo padovanojamas Vilniaus universiteto puodelis. Po tyrimo, interviu buvo transkribuojami visos tyrėjų komandos kuo tiksliau pažodžiui. Transkriptuose buvo naudojami rekomenduojami ženklų simboliai remiantis Wengraf (2001) metodologinėmis gairėmis (žr. 2 priedą). Ištranskribavus interviu, duomenys buvo perkeliama į specialiai šiam tyrimui sukurtą ir apsaugotą aplanką, kuris buvo prieinamas tik tyrėjų komandos nariams. Siekiant užtikrinti duomenų saugumą buvo iš anksto sukurta vieninga duomenų failų užkodavimo sistema. Kiekvienas failas buvo užvadintas taip, kad nebūtų įmanoma nustatyti tyrimo dalyvio tapatybės.

2.4. Kokybinio tyrimo kokybės užtikrinimas

Šio darbo autorė jau turėjo kokybinio darbo patirties rašydama bakalauro baigiamąjį darbą, kuris taip pat buvo atliktas teminės analizės metodu ir pusiau struktūruotu interviu būdu. Po kiekvieno interviu darbo autorė savo įžvalgas pasižymėdavo dienoraštyje (žr. 4 priedą). Remiantis Braun ir Clarke (2016) dienoraščio pildymas tyrimo metu padeda permąstyti bei reflektuoti su tyrimu susijusius aspektus. Kadangi šio tyrimo autorė buvo įsitraukusi į visą mokslinio projekto tyrimą ir padėjo duomenis rinkti ir iš kitų krypties supervizorių bei supervizuojamųjų, dienoraščio pildymas padėjo reflektuoti savo pačios patirtis, asmenines nuostatas ir jas sąmoningai atskirti bei pasilikti sau. Dienoraščio pildymas padėjo išlikti neutralėnei ir atviresnei tyrimo dalyvių patirtims, užtikrinant objektyvesnę ir gilesnę duomenų analizę. Siekiant užtikrinti kokybinio tyrimo patikimumą ir

validumą, ypatingas dėmesys buvo skirtas duomenų analizės kokybei, kuri buvo atliekama bendradarbiaujant tarpusavyje su tyrėjų komanda. Viso tyrimo atlikimo metu, po kiekvieno etapo buvo daromi reguliariūs susitikimai, supervizijos su visa tyrėjų komanda.

2.5. Duomenų analizės metodai

Šio tyrimo duomenų analizės metodas yra teminė analizė. Teminė duomenų analizė yra dažniausiai naudojamas kokybinis duomenų analizės metodas, kuris yra skirtas nagrinėti temoms ir reikšmių modeliams atsižvelgiant į tyrimo klausimą. Šis tyrimo metodas nuo kitų kokybinių duomenų analizės metodų išsiskiria tuo, kad leidžia tyrėjui analizuoti ir koduoti duomenis nesigilinant į teorines konstrukcijas. Pagrindinis šio metodo privalumas yra lankstumas. Teminės analizės metodas gali būti naudojamas siekiant atsakyti į įvairiausių tyrimo klausimus ir analizuojant įvairaus tipo duomenis (Braun & Clarke, 2016).

Duomenų analizė buvo atlikta remiantis V. Braun ir V. Clarke (2015) šešiais teminės analizės atlikimo žingsniais:

1. Susipažinimas su duomenimis – kiekvienas interviu buvo perklausytas, transkribuotas ir analizuotas, įsigilinant į jo turinį bei fiksuojant pirmines įžvalgas ir refleksijas
2. Kodų generavimas – gauti duomenys buvo nuosekliai analizuojami, išskiriant prasmingas interviu ištraukas, kurios susijusios su tyrimo klausimu. Šioms interviu ištraukoms buvo suteikti trumpi, pagrindinę reikšmę atspindintys kodai.
3. Temų paieška – panašaus turinio kodai buvo sugrupuoti į grupes. Kodų grupės padėjo formuoti preliminaras temas ir potemes.
4. Potencialų temų peržiūra – buvo iš naujo peržiūrimos preliminaros temos, siekiant įvertinti, ar kiekviena tema tinkamai atspindi surinktus duomenis. Kai kurios temos ir potemės buvo sujungtos, siekiant sustiprinti duomenų analizės tikslumą.
5. Temų pavadinimų apibūdinimas – šiame etape buvo tikslinamos temos, siekiant užtikrinti jų aiškumą, nuoseklumą ir unikalumą. Buvo renkami tiksliausiai apibūdinantys temų ir potemių pavadinimai.
6. Ataskaitos (analizės) rengimas – pradėtas sistemingas rašymas, kuriuo siekta sujungti išskirtas temas į nuoseklų ir aiškų pasakojimą, atliepiantį tyrimo klausimą. Temos ir potemės buvo pagrįstos autentiškomis tyrimo dalyvių citatomis, kurios padėjo atskleisti jų esmę ir prasmę.

Duomenų analizei atlikti buvo pasitelkiama kokybinės analizės programa ATLAS.ti. Programinės įrangos pasitelkimas duomenų analizės etape gali padėti efektyviai dirbti didelės

apimties tekstaais ir kodais siekiant gauti kuo išsamesnę analizę (King, 2004). Duomenų analizė šiame tyrime buvo atliekama dirbant tyrėjų komandoje. Pradiniam etape buvo koduojamas vienas interviu, kad būtų galima susivienodinti tyrėjų matymus – kiekvienas komandos narys atliko atskirą to paties interviu kodavimą, o vėliau bendrame susitikime buvo įvertinta, kiek tarpusavyje sutampa išskirti kodų vienetai. Sutarus, kad kodavimas atliekamas panašiai, komandos nariai toliau kodavo likusius interviu savarankiškai. Kiekvienas komandos narys atsakingai analizavo jam paskirtus interviu, o po pirminio kodavimo buvo organizuojami reguliarūs susitikimai, kurių metu buvo aptarti išskirti kodai ir kitos įžvalgos kilusios analizės metu. Vėlesniuose etapuose kodai buvo bendrai peržiūrėti ir pasiskirsčius sukoduotus interviu buvo pradėta temų paieška bei išskirtos galutinės temos. Toks tyrėjų komandinis darbas padėjo užtikrinti šio tyrimo validumą ir patikimumą. Darbas tyrėjų komandoje padidina duomenų analizės kokybę, sumažina šališkumo tikimybę, nes yra interpretuojama iš kelių perspektyvų ir sprendimai priimami bendru sutarimu (Giesen & Roeser, 2020).

3. RADINIAI

Atlikus teminę duomenų analizę, buvo išskirtos dvi temos, atspindinčios supervizijų santykio patirtį egzistencinėje paradigmoje. Temos pateikiamos atskirai, išskiriant supervizorių ir supervizuojamųjų perspektyvas.

2 lentelė. *Teminės duomenų analizės radiniai: supervizuojamųjų perspektyva*

Tema	Potemės
Santykio aspektai didinantys efektyvumą	Drąsa santykyje
	Šiltas santykis
	Lygiavertis santykis
	Ilgalaikis santykis
	Emocinis palaikymas
	Supervizoriaus ir supervizuojamojo suderinamumas

3 lentelė. *Teminės duomenų analizės radiniai: supervizorių perspektyva*

Tema	Potemės
Supervizijų santykio aspektai	Pasitikėjimas ir atvirumas
	Lygiavertiškumas
	Palaikymas
	Humoras
	Neskubėjimo svarba
	Supervizijos ir asmeninės terapijos klausimų atskyrimas

3.1 Santykio aspektai didinantys efektyvumą: supervizuojamųjų perspektyva

Tema *Santykio aspektai, didinantys supervizijų efektyvumą* išryškina kaip supervizuojamieji patiria santykį su supervisoriumi kaip efektyvumo veiksnį. Šioje temoje efektyvumas yra grindžiamas tuo, kas vyksta santykyje tarp supervisoriaus ir supervizuojamojo. Duomenyse nuosekliai kartojosi mintis, jog santykis yra pagrindas atsiskleisti atviram ir autentiškam dialogui supervizijoje. Supervizuojamieji išskyrė, kad drąsa, šiluma, lygiavertiškumas, emocinis palaikymas, suderinamumas su supervisoriumi padeda saugiai tyrinėti savo patyrimus. Supervisorių jie patiria kaip aktyvų santykio dalyvį, kurio įsitraukimas formuoja pasitikėjimu ir saugumu grįsta santykį.

3.1.1 Drąsa santykyje

Ši potėmė atskleidžia, kad vienas iš svarbiausių supervizijos efektyvumą lemiančių aspektų santykyje yra supervizuojamojo patiriama drąsa, kuri tampa įmanoma esant saugiam ir palaikančiam supervizijų santykiui. Drąsa santykyje atsiskleidė keliais tarpusavyje susijusiais lygmenimis: drąsa nežinoti, drąsa klausti, drąsa klysti ir drąsa bandyti ką nors naujo. Drąsa santykyje pasireiškė tada, kai santykis tarp supervisoriaus ir supervizuojamojo buvo toks, kuriame kažko nežinoti buvo ne gėdinga ar blogai, o visiškai normalu ir priimtina. Tyrimo dalyviai pabrėžė, kad tokia santykyje galima atvirai kelti klausimus: „*Kalbi drąsiau, gali kelti tuos klausimus, kurie yra neaiškūs, negalvoti apie tai, kad esi durnas, nes nežinai kažko*“ (S8). Panašiai buvo akcentuojama ir drąsa bandyti naujus dalykus praktikoje: „*Mažiau jaudiniesi, drąsiau gali išbandyti tam tikrus dalykus*“ (S6). Ši patirtis buvo glaudžiai susijusi ir su galėjimu nežinoti bei klysti ir drąsiai apie tai dalintis: „*Erdvės nežinoti yra, kad atnešiu ir tiesiai paklausu jei net nežinosiu*“ (S1); „*Tai vienas dalykas man labai svarbus, kad aš galiu būti pažeidžiama ir klysti, kad galiu tuo dalintis*“ (S1). Drąsa santykyje taip pat buvo įvardinama kaip efektyvios supervizijos bruožas: „*Drąsa, padrąsinimas ta prasme ir tas jausmas drąsos ir pasitikėjimo – man tai yra efektyvi supervizija*“ (S2).

3.1.2. Šiltas santykis

Potėmė *Šiltas santykis* atskleidžia priminančios, jaukios bei saugios atmosferos supervizijoje svarbą. Šiltas santykis buvo suprantama kaip tam tikra supervisorės laikysena, kuri padeda supervizuojamajam jaustis saugiai, nebūti vertinamam ir patirti santykį kaip žmogiškai artimą: „*<...> santykis pakankamai šiltas, supervisorė yra tikrai palaikanti, tikrai nesijaučiu vertinama*“ (S8). Šiltas santykis atsiranda per jaukumo patyrimą: „*<...> su šitu supervisoriumi aš jaučiuosi jaukiai*“ (S1). Tokios erdvės nebuvimas, pasak supervizuojamųjų, keltų įtampą: „*<...> tai nebūtų kažkokia įtam-, nu, aš ne- nenorėčiau įtampos jausti, nenorėčiau <...>*“ (S3). Priešingai, kai santykis yra šiltas, pasirodo natūralus atvirumas: „*<...> kai mes dalinamės <...> tai va kažkoks šiltesnis kontaktas,*

daugiau atvirumo“ (S2). Tyrimo dalyviai atskleidė, kad šilto santykio patyrimas neatsiejamas nuo emocinio saugumo pojūčio: „<...> bendrai aš su šitu supervisoriumi jaučiuosi saugiai“ (S1). Supervizuojamieji, šiltame santykiyje su supervisoriumi jaučia, kad atsiranda vidiniai „saugikliai“, kurie padeda supervizuojamajam jaustis saugesniam ir labiau profesiskai užtikrintam: „<...> saugesnis jautiesi apsitaręs, daugiau tokių saugiklių“ (S6). Šiltas santykis taip pat reiškė abipusį įsitraukimą: „<...> aš jaučiu savo įsitraukimą, supervisoriaus įsitraukimą“ (S1). Tokiame santykiyje atsiranda galimybė saugiai būti pažeidžiamu: „<...> vienas dalykas man labai svarbu tas, kad aš galiu būti pažeidžiama“ (S5).

3.1.3. Lygiavertis santykis

Potėmė *Lygiavertis santykis* yra labiausiai pasikartojanti supervizuojamųjų patirtyje kalbant apie supervizijų santykį. Ji atskleidžia, kad supervizijos efektyvumui reikšmingą poveikį daro ne hierarchiniai vaidmenys, bet abipusiu pasitikėjimu ir pagarba grįstas santykis. Lygiaverčio santykio patirtis išryškėja dalyvių pasakojimuose, kuriuose akcentuojama, kad santykis su supervisoriumi nėra grindžiamas vertinimu, o pirmiausia susitikimu tarp dviejų žmonių: „<...> tai nėra iš aukšto, kad aš neprieinu iš apačios kažkaip, o kaip suaugęs žmogus su suaugusiu žmogumi“ (S1). Vienas ryškiausių šios potėmės aspektų – supervizija patiriama kaip kolegiško ir nehierarchinio santykio kūrimas. Supervizuojamieji pabrėžia, kad supervisorius nėra suvokiamas kaip mokytojas, o jie – kaip mokinys, bet veikia kaip lygiavertis kolega: „nėra mokytojo ir mokinio kontaktas, čia tikrai toks labai lygiavertiškas“ (S2); „matymas tavęs kaip lygiaverčio kolegos, nežiūrėjimas, man tai jaučiasi, kad nu jinai patirtimi gerokai aukščiau, bet nesijaučia to tokio, kad vat aš iš tikrųjų kažkuo prastesnė būčiau tam santykiyje“ (S5); „nėra tokio 'aš čia žyniuonis, o tu piemuo'“ (S6). Toks supratimas sudaro sąlygas nesutikti, kelti klausimus ir kurti dialogą per atvirą, net ir prieštaraivimais grįsta diskusiją: „<...> tu gali ginčytis, nesutikti ir iš to gimsta diskusija su supervisorė“ (S2). Lygiavertis santykis taip pat yra patiriamas kaip laisvė ir galimybė ieškoti būdų autentiškai būti, o ne remtis išankstiniu žinojimu: „<...> aš girdžiu, priimu jos informaciją, bet kartais suprantu, kad man galbūt norisi pačiai atrasti būdus, kurie man tinkami“ (S3). Lygiaverčio santykio svarba neatsiejama nuo žmogiškumo patirties, kuri iškyla net tuomet, kai kalbėjimas „nukrypsta nuo temos“: „<...> ne į temą kalbam, bet tokio yra žmogiškumo, tokio lengvumo buvime“ (S4). Žmogiškumo patirtis atsiskleidžia profesinio pripažinimo pagrindu, kai supervisorius supervizuojamąjį mato kaip visavertį, augantį profesionalą nepaisant daromų neišvengiamų klaidų savo praktikoje: „man dar labai stiprus dalykas buvo, kai ji man pasiūlė, kad ji man klientų atsiųs ir aš galvoju, aš jai ten papasakoju ten patį, pačia didžiausią savo klaidą konsultacijų ten sunkiausiai neišeina, žodžiu. O ji sako: "tai aš tau klientų atsiųsiu" ir tai yra kažkoks toks pripažinimas, palaikymas, kad netgi jei tu darai tokias klaidas, tu vis tiek gali konsultuoti, ta prasme, ir "aš pakankamai pasitikiu tavimi, kad tau kažką nukreipčiau“ (S7).

Lygiavertiškumas santykiuose taip pat atsiskleidžia kaip erdvė atkreipianti dėmesį į profesinio augimo vietas: „*nebūtų vien per teigiamą, kad nebūtų vien apie tai, kad aš čia gerai viską darau <...>... atkreipimas dėmesio į tai, kas man gal ne visai sekasi*“ (S4). Ši lygiavertiškumo patirtis glaudžiai siejasi su supervizorės palaikymu, kuris sustiprina saugumo jausmą: „*būsena iš kurios jis kalba yra ta lygiavertė, kad aš galiu klausti, nesijausti vertinama*“ (S1).

3.1.4. Ilgalaikis santykis

Potėmė *Ilgalaikis santykis* iškyla kaip santykio aspektas, padedantis supervizijos procese susiformuoti gilesnei tarpasmeninei dinamikai ir tęstinumo jausmui. Kalbėdami apie ilgalaikę superviziją, supervizuojamieji pabrėžė ne susipažinimo, o įdirbio svarbą – laiko, per kurį tampa įmanoma pajusti kitą žmogų, jo būdą būti ir atitinkamai prisiderinti prie jo santykio tempo: „*<...> kaip šokti pradėti, turi pajauti, kaip kitas žmogus šoka, ar greitai, ar staigiai, ar lėtai jis šoka, ar ramiai, žinai*“ (S3); „*Laiko ta prasme ne tai, kad ten trūktų ne valandą – nes ten valandą trunka – ne apie tai, labiau gal apie to įdirbio, kad viens kitą labiau pajaut, kokia kryptim dirbti, kas čia aktualiau*“ (S6). Ilgalaikiame santykiuose supervizuojamasis gali geriau pažinti supervizorių ir atrasti vis didesnę erdvę sau – tam, ką nori iškelti, kaip nori būti, ką nori tyrinėti. Tokiame santykiuose atsiranda jausmas, kad galimybės dar neišsemtos, ribos nepasiektos, o saugumo jausmas leidžia eksperimentuoti ir augti be baimės susidurti su vertinimu: „*Esmė tame, kad man atrodo, kad aš jaučiuosi taip tose supervizijose ir su ja, su šita supervizore, kad aš dar nepasiekiau jos ribų, nė karto, esmė tame, kad ten yra tiek erdvės, kad aš dar ten galiu šokti breiką ir neatsitrenksiu į jokią sieną*“ (S7).

3.1.5. Emocinis palaikymas

Ši potėmė tyrimo dalyvių apibūdinama kaip erdvė, kurioje supervizuojamieji jaučiasi galintys atsiverti, saugiai išbūti su nežinojimu, nerimu ar emociniu krūviu, žinodami, kad bus priimti ir išgirsti. Emocinis palaikymas supervizijoje atsiskleidžia kaip neatsiejamas santykio aspektas: „*<...> man reikalingas emocinis palaikymas*“ (S8). Supervizuojamieji emocinį palaikymą siejo su galėjimu atsiremti į supervizorių kaip žmogų, kuriuo galima pasitikėti atsidūrus nežinomybės: „*nu jausmas, kad yra atrama, kad galiu kreiptis, kai nežinosiu, kad yra žmogus, kuriuo galiu pasitikėti, kuris man gali padėti, kai nežinosiu kaip elgtis*“ (S1). Emocinis palaikymas taip pat iškyla kaip gebėjimas būti priimtam su tuo, ką patiri – net jei tai abejonės, nežinojimas ar sunkūs jausmai: „*man vien tas pasidalinimo, nu ta galimybė pasidalinti apie savo kažkokius sunkumus, nežinojimus, apie ir jausmus sau kylančius, tai vien vien tuo atrodo vertinga*“ (S4). Tokiame santykiuose supervizuojamieji jaučiasi pastiprinti ir nuraminti: „*truputėlį kartais ir paraminimas, ar va, sustabdymas tų nerimų visokių, kas ten kyla, jeigu kažko nežinai*“ (S5). Emocinis palaikymas supervizuojamiesiems palengvina darbą su

klientais: „*jaučiu, kad toliau man bus lengviau su tuo dirbti*“ (S3). Savo ruožtu, svarbi tampa ir supervizuojamojo pozicija – gebėjimas ne tik priimti, bet ir kreiptis pagalbos: „*superviziją pirmiausiai suprantu kaip pagalbą, bet suprantu, kad reikia gebėti pagalbos kreiptis, reikia gebėti priimti pagalbą ir žinoti kokio tipo ta pagalba*“ (S1).

3.1.6. Supervizoriaus ir supervizuojamojo suderinamumas

Potemė *Supervizoriaus ir supervizuojamojo suderinamumas* tyrimo dalyvių pasakojimuose išskyla kaip aspektas prisidedantis prie supervizijos proceso sklandumo. Suderinamumas suprantamas kaip suartinantis bendrumo patyrimas supervizijos santykiuose, kai supervizuojamieji jaučia veikia panašiu stiliumi, dalijasi artima pasaulėžiūra ar net intuityviai „kalba ta pačia kalba“. Vienas ryškiausių šios potemės aspektų – terapinio stiliaus ir vertybių artumas. Viena supervizuojamoji dalinasi, kad jaučia stiprų ryšį tarp supervizoriaus požiūrio į terapiją, jo stilių ir vertybes: „*man labai svarbu, nu vat ką aš jaučiu su [supervizoriumi], kad mūsų kažkokios vertybės, pozicija, kurią jis užima kaip terapeutas, kai kalbam apie stilių, kad tas stilius sutampa*“ (S1). Suderinamumo patyrimas taip pat pasireiškia per požiūrio atitikimą kalbant apie pačią supervizijos dinamiką: „*ypatingai kas liečia įsitraukimą, aktyvumą, proaktyvumą šitoj terapijoj – tai kažkiek lyg sutampa mūsų nuomonės šitu klausimu*“ (S1). Suderinamumas taip pat įvardijamas kaip subjektyvus, tačiau svarbus emocinis patyrimas, kai tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo atsiranda bendros kalbos pojūtis: „*kad nu vat iš tikrųjų atsirastų tas jausmas, kad mes, nu, tarsi ta pačia kalba kalbam*“ (S5). Be to, suderinamumo patyrimas daliai supervizuojamųjų apima ir žmogiškus, bendro interesų lauko aspektus, kurie, nors ir nėra tiesiogiai su profesiniu turiniu, prisideda prie santykio artumo kūrimo: „*ji irgi turi tokį pomėgį menam, aš irgi turiu, nu tai tokio kažkokio artumo atsiranda*“ (S7).

3.2. Supervizijų santykio aspektai: supervizorių perspektyva

Antroji tema *Supervizijų santykio aspektai* atskleidžia, kaip supervizoriai patys supranta ir apibūdina santykį su supervizuojamuoju. Šioje temoje išryškėja keletas tarpusavyje susijusių santykio aspektų, kurie tampa reikšmingos prielaidos autentiškam, atviram ir augimą skatinančiam dialogui supervizijoje. Pasitikėjimas ir atvirumas, palaikymas, lygiavertiškumas, humoro svarba, neskubėjimas bei aiškos ribos tarp supervizijos ir asmeninės terapijos – tai šios temos potėmės, kuriuos supervizoriai įvardijo kaip svarbius santykio aspektus prisidedančius prie supervizijų efektyvumo.

3.2.1. Pasitikėjimas ir atvirumas

Ši potėmė atskleidžia, kad pasitikėjimas bei atvirumą, supervizorių patirtyse iškyla kaip būtina prielaida supervizijų santykiui. Supervizoriai pažymi, kad supervizijos procesas neįmanomas be gebėjimo dalintis ir būti priimtam, taip pat – be saugios erdvės, kurioje šie procesai gali vykti. Vienas iš supervizorių atvirumą įvardija kaip svarbiausią supervizijos aspektą: „*Aplamai aš atvirumą įsivaizduoju, tą suprantu kaip ašinį mūsų profesijos aspektą, fenomeną, tai yra atvirumą priimti ir atvirumą atliepti. Jeigu taip labai supaprastintai – tai aš sakyčiau, kad tai yra svarbiausi*“ (ES6). Tam, kad santykyje galėtų rasti atvirumas, būtina palaipsniui kuriama tam palanki atmosfera. Atmosferos kūrimas yra neatsiejamas nuo nuolatinio supervizoriaus dėmesio santykio kokybei: „*Tai čia yra atskiras etapas, žodžiu, tai ir tada tas toks yra palaipsninis, žodžiu, procesas, žodžiu, bet aš tai visada laikaufokuse šioje vietoje, net ir pirmoj supervizijoje*“ (ES7). Pastebėta, kad kuriant atvirą atmosferą supervizijoje, svarbu ne tik susikalbėti, bet ir atvirai kalbėti apie tai, kas trukdo susikalbėjimui: „*<...> jeigu mes negalim kalbėtis, kas čia mums trukdo, kartais kontaktas mums trukdo, visaip ten būna, žodžiu. Ta prasme, pirminis tikslas yra susikalbėti, kad tai netrukdytų. Nes tada neturi prasmės supervizija*“ (ES6). Susikalbėjimas tampa įmanomas tada, kai autentiškai atviras bei įsitraukęs yra ir supervizorius: „*net ir man, kaip supervizoriui pasakyti, nu, atvirai, kartais ir nesmagius dalykus*“ (ES2) ; „*Aš irgi labai įsitraukiu, tai taip žmogiškai įsitraukiu, tai tokio nevaržomo atvirumo ir smalsumo, man įdomu yra, kai ji pristato tuos atvejus*“ (ES5).

Pasitikėjimas yra aspektas būtinas atvirumui supervizijų santykyje kurtis, tačiau pirmiausia įvardinama, kad santykis turi būti saugus: „*Pirma – santykis. Man atrodo, nu, jis turi kurtis saugus*“ (ES2). Vienas iš supervizorių tai įžvelgia supervizuojamojo gebėjime būti pažeidžiamu ir atvirai parodyti savo išgyvenamą įtampą ar nerimą: „*<...> ir tuo pačiu savo pažeidžiamumai, kuriuos ten parodyti, bet sakau, kita vertus, tas visiškai natūralus, žmogiškas dalykas, kur kartais aš juntų, kad to nerimo, įtampos jau yra ir jis galbūt, ta prasme ji turi pakankamai tokios drąsos ir jėgų tą iškelti ir parodyti*“ (ES1). Supervizuojamojo atvirumas taip pat yra siejamas su supervizijų efektyvumu:

„Apie supervizijos efektyvumą sprendžiu iš tokio, šiaip dalinimosi, ji gan atvirai dalinasi, kas jai svarbu ir kaip jai pavyksta, kas keičiasi“ (ES5). Ilgainiui, santykių pasitikėjimas įgyja ir profesinio pripažinimo išraišką, kai supervizorius jaučia, kad gali remtis supervizuojamuoju kaip kolega: „kad aš ja kaip kolege labai pasitikiu – tikrai jaučiu, kad galiu drąsiai siųsti jai klientus...“ (ES5).

3.2.2. Lygiavertiškumas

Lygiavertiškumas išryškėja kaip viena iš nuosekliausiai pasikartojančių potemių supervizorių pasakojimuose. Supervizija laikoma efektyvi tuomet, kai ji grindžiama dialogiškumu, abipusiškumu, kolegiškumu, bendradarbiavimu, o ne hierarchiniu santykiu. Supervizorių pasakojimuose matyti, kad tokia santykių abi pusės ne tik diskutuoja, bet ir ieško, svarsto, bando suprasti kartu. Kolegiškumas ir profesinis diskusinis laukas yra įvardijamas kaip pageidautinas santykių formatas: „Man labiau patinka, kai tai yra daugiau tokia profesinė diskusija, daugiau dialogiškas santykis, tai, tai... kai yra dilemos, o ne kažkokie teisingi, neteisingi atsakymai. Kai galima svarstyti įvairias galimybes, o ne išskirti teisingą ar neteisingą“ (ES6). Lygiavertis santykis taip pat suprantamas kaip darbinis, profesionalus kontaktas, kuriame supervizorius aktyviai įsitraukia ir kartu su supervizuojamuoju sukuria erdvę dirbti su bet kokiais iškilančiais klausimais: „Jis yra darbinis, čia pirmas dalykas. Tai vat toks è... [paузė] è... darbinis ta prasme, kad gali būti bet koks tas klausimas ir mes visiškai dirbsime juo. Jis tikrai gali būti bet koks tas klausimas, tai tas labai džiugu. [Ilga paузė] Jis atviras, tik dėl to geras darbinis, jis yra šiltas. Jis yra kolegiškas“ (ES7). Lygiavertiškame santykių darbinė erdvė tampa viskam atvira, šilta ir kolegiška: „Tai tas tikrai lygumas, kolegiškas kažkoks, ir čia jaučiu, kaip ji dirba per tas supervizijas, ji gerai atskleidžia tą tokį darbo būdą, nėra sunku pajauti tą“ (ES5); „kolegiškumas, ir toks, nu, jausmas, kad aš, nežinau, (2) terapeuto pusėj“ (ES5). Lygiavertiškumas taip pat suprantamas kai supervizoriaus pasirenka eiti supervizuojamojo keliu, leidžia supervizijos procesui formuotis iš jo paties patirties ir būdo. Tokia lygiavertiškumo samprata taip pat siejama su efektyvia supervizija: „Man efektyvi supervizija, kai supervizorius eina mano keliu, mano pasirinktu būdu, per mano prizmę“ (ES3). Tam, kad supervizorius galėtų eiti tuo keliu, supervizuojamasis pirmiausia turi jį parodyti: „Santykis labai susijęs. Tam, kad supervizorius eitų mano keliu, man reikia tą savo kelią atidaryti, parodyti, aš turiu nebijoti ir būti savyje, nes kai aš esu autoritetas, norisi klausyti autoriteto, o ne atidarinti sau pačiam save“ (ES3). Supervizorius ir supervizuojamasis yra lygiaverčiai proceso dalyviai, kurių kiekvienas prisideda įnešdamas savo patirtį, klausimus ir išvalgas: „Bet greta to tikrai dalyvauja ir irgi dirba, tai yra, pati ieško irgi atsakymų, bando savo pagauti išgyvenimus, pastebėjimus, nu vat, tai yra, ne vien tik sėdi ir laukia, bet irgi dirba, tai tai tas man yra kaip kriterijus irgi“ (ES1). Lygiavertiškumas supervizijoje natūraliai virsta bendradarbiaujančiu santykiu, kuriame diskusija tampa abipusiu ieškojimu: „tada užsiveda diskusija ir tas santykis, man atrodo, toks labai partneriškas, bendradarbiaujantis, aš jį taip jaučiu“

(ES2). Lygiavertiškas santykis supervizijų metu kuriamas per buvimą kartu, kuriame atsakymas randasi iš santykio: „*Ir aš bandydama suprasti, ir dviše kažkaip, tai kiekviena su atsakymu būna ir bendrai*“ (ES3) Svarbu ir tai, kad lygiavertiškumas nebūtinai kyla iš vienodų patirčių – skirtinga profesinė ar gyvenimiška patirtis gali būti naudinga: „*Su ja dirbti yra gerai, ji turi praktikos, šiaip socialinės praktikos, ne tokios terapinės praktikos, tai tas man atrodo labai padeda. Tai, tai, turiu dabar keletą supervizuojamųjų to lygio, tokius bepradedančius, tai jo, aš [Vardas] išskirčiau kaip vieną iš tokių labiausiai dialogiškų*“ (ES6).

3.3.3. Palaikymas

Palaikymo potėmė supervizorių pasakojimuose išryškėja kaip pagalba supervizuojamajam išbūti neapibrėžtume, abejonėse, profesiniuose iššūkiuose. Palaikymas yra suprantamas ne kaip konkrečių sprendimų siūlymas, o būvimas kartu aktyviai įsitraukiant ir reaguojant į tai, kas vyksta. Palaikymas reiškia ne tik buvimą greta, bet ir gebėjimą padėti išbūti procese tiek kiek supervizuojamajam reikės, kai kyla stiprios vidinės reakcijos į iššūkius keliančias situacijas: „*Suteikti erdvės šitam procesui, kad nu padėti atreflektuoti, padėti išbūti, esu pasiruošusi ten pasidalinti kažkokiom savo patirtim, jeigu tai yra reikalinga, palaikyti tame procese. Tiesiog palaikyti tame palaikyme, žodžiu, leidžiu pabūti, kviečiu pabūti tame. Kartais norisi susipakuoti ir pabėgti terapeutui, ten nemažai iššūkių yra (...), bet, žodžiu, mes tiesiog pabūname tame, ir kai galima judėti toliau, galima judėti toliau*“ (ES7) ; „*Reikėjo, kad tos emocijos susigertų ir ji kažkaip išeitų į kitą kontekstą... <nusodini tą „bangą“ ir ramiai eini konsultuoti>...<yra daug sudėtingų dalykų ir tą emociją vandenį reikia, kad susigers į žemę ir pasižiūrėtume kur mes stovime ir ką mes galime padaryti>*“ (ES3). Palaikymas taip pat apima tam tikrą supervizoriaus laikyseną – nuoširdų tikėjimą supervizuojamuoju žvelgiant į jį kaip į profesionalą: „*Tai yra visiškai mano pagrindas, kad aš ja tikiu. Aš iš principo esu pasiruošusi tikėti, iš principo ateinu dirbti šito darbo su pasirengimu tikėti profesionalu*“ (ES7). Atkreipiamas dėmesys, kad formalus įsipareigojimas supervizijoms – mokymosi reikalavimų kontekste – gali sukelti papildomą nerimą, kuris stabdo atvirumą: „*Tada kai su supervizuojamuoju aš niekaip nesusijęs ir ta prasme jis turi savo atskirą praktiką, aš esu nepriklausomas supervizorius, man regis tas sluoksnis tokio nerimo, jisai išnyksta, ta prasme, tada galima laisviau*“ (ES1). Palaikymas supervizijoje taip pat pasireiškia per šiltą ir pagarbią atmosferą, kuri kuria saugią erdvę kalbėti apie savo patirtis: „*jis [santykis] toks yra ir su pagarba ir su palaikymu, palaikymą tai, ką iš savo pusės juntų*“ (ES4). Supervizoriai akcentuoja ne tik priėmimą, bet ir aktyvų kvietimą klysti: „*drąsinu mhm net ir gal kažkur suklysti*“ (ES2). Palaikymas išreiškiamas ir per grįžtamąjį ryšį, padrašinantį, nukreipiantį į tai, kas supervizuojamajam sekasi: „*tas būna labai smagu padrašinti, kad gerai tu matai tą žmogų*“ (ES2). Kartu tai siejasi ir su realybės atspindėjimu, ypač kai supervizuojamieji pervertina savo veiksmų pasekmes: „*tikrai ten jau atrodo kiekvienas*

judesys jau ves iki kažkokios nežinau kliento savižudybės ar dar ko nors, toks pervertinimas tų intervencijų, tokio realizmo norisi įnešti“ (ES2). Efektyvios supervizijos požymiu tampa ir tai, kad supervizuojamasis išeina su palengvėjimo jausmu: *„Efektyvi supervizija, kai kolega išeina su palengvėjimu to sunkumo, kurį atsinešė*“ (ES5). Tokiu būdu santykis supervizijų metu įgyja gilesnę prasmę: *„Šiuo atveju taip, tokia kaip dovana tada yra, nes nėra tik darbas, kurį nudirbam.“* (ES4) Ir galiausiai, palaikymas įgyja prasmę ir tada, kai supervizuojamasis simpatizuoja ne tik žmogui, bet ir pačiam buvimo būdai: *„Supervizantė simpatizuoja tam būdai, kaip vyksta pokalbis*“ (ES4).

3.3.4. Humoras

Humoras supervizorių pasakojimuose iškyla kaip subtilus santykio aspektas, padedantis kurti emocinį lengvumą, mažinti įtampą ir stiprinti ryšį. Nors humoras tiesiogiai neminimas kaip esminė supervizijos technika ar strategija, jis atsiskleidžia kaip natūraliai kylantis santykio reiškinys. Vienas supervizorių pabrėžia humoro svarbą kaip būdą sukurti atstumą nuo sudėtingų situacijų saugiai jas tyrinėjant ir lengviau priimant: *„Vat, viena iš formų, pavyzdžiui, kuri tokia man atrodo, nu nu kaip čia, nu tikrai labai efektyvi [pabrėžia žodį, juokiasi] – humoras, nu tai čia su VARDAS yra tikrai tas labai tokia unikali, stipri vieta. Kuria distanciją, leidžia pamatyti situaciją, ir į save, lengviau priimti nelabai ten tokius fainus dalykus, kuriuos atrodo kartais nefaina pamatyti (?), iš mūsų, žinai, to tokio... ypač pradžioje. Nu vat ta prasme jis toks labai gyvas, nu kažkaip gali dar ten visokių ten atsirasti dalykų. Bet labiausiai turbūt ta pasitikėjimo kryptis, kuri leidžia atvirai būti ir eiti tikrai labai atvirai.“* (ES7). Humoras taip pat atsiskleidžia kaip vienas iš būdų, kuris padeda darbui supervizijos metu: *„nu kas kas padeda darbe su ja kažkoks ir humoras“* (ES2), tiek santykiui: *„Humoro įnešimas padeda santykių“* (ES2). Humoras taip pat yra vienas iš požymių, kad santykis yra pakankamai saugus, jog jame galėtų atsirasti lengvumo. Humoras supervizijoje tiesiogiai prisideda prie erdvės, kurioje galima laisvai ir atvirai tyrinėti, atsiradimo: *„...ir humoriuko tokio, ir lengvumo yra, laisvumo, yra tokios laisvės, iš tikrųjų, ir tyrinėti, ir pasijuokti ir paatvirauti yra laisvės tokios <...>“* (ES5).

3.3.5. Neskubėjimo svarba

Supervizoriai pažymi, jog norint supervizijų procesui būti veiksmingam, jis negali būti skubinamas. Šioje potemėje ypač akcentuojamas laiko vaidmuo kaip būtinos sąlygos, leidžiančios atsirasti refleksijai ir atvirumui. Neskubėjimas svarbus procesų vyksmui be išorinio spaudimo, įsiklausant į tai, kur žmogus šiuo metu yra ir apie ką gali reflektuoti: *„tam ir laiko irgi reikia, laiko, susitikimų ir to, ane, vat bendro tokio, tai šita prasme aš abejoju, ar kas nors jį galėtų paskubinti, kaip nežinau ten gimstančio vaiko, nu nieks greičiau ten neišsivystys jo procesai (juokiasi), kurie ten jam vystosi“* (ES1). Toks požiūris glaudžiai susijęs ir su supervizoriaus atsargumu, jautrumu tam,

kurioje vietoje yra supervizuojamasis, kiek jis pajėgus priimti tam tikras išvalgas: „*Taip skiriu daug dėmesio tam, ir tada žiūriu kaip, nu kaip terapeutas ten jaučiasi tame. Kurioje jisai vietoje, kas ten su juo vyksta, kiek ten gali priimti savo klaidą, negali savo priimti klaidos*“ (ES7). Neskubėjimas taip pat įvardijamas kaip aktyvus stebėjimo procesas. Supervizoriaus dėmesys skiriamas tam, kaip supervizuojamasis formuoja santykį ir reaguoja į situacijas, kylančias iš buvimo kartu su kitu žmogumi: „*kad dar neskubėkime su išvadomis, dar pastebėti reikia kaip žmogus santykius kuria, kaip reaguoja, gal kai bus daugiau tokių gal duomenų, gal tada ir atsakymas atsiras*“ (ES2).

3.3.6. Supervizijos ir asmeninės terapijos klausimų atskyrimas

Ši potėmė išryškina ribų supervizijoje svarbą, apibrėžianti supervizijų kryptį ir supervizijų santykio funkciją. Supervizoriai pabrėžia, kad supervizija yra skirta reflektuoti profesinę praktiką, gauti profesinį palaikymą, o ne nagrinėti asmeninius išgyvenimus, susijusius su platesniu supervizuojamojo gyvenimo kontekstu. Vienas iš supervizorių labai aiškiai įvardija pabrėždamas, kad supervizijoje visas dėmesys yra koncentruojamas į terapinį santykį su klientu: „*aš kaip supervizorius nelendu į jokių terapeuto kontekstus, tik apie terapinį santykį eina šneka*“ (ES6). Supervizijos įvardijamos kaip efektyvesnės tada, kai supervizuojamasis geba atskirti savo asmeninius išgyvenimus nuo profesinių: „*Nu jos atveju tai efektyvios tos supervizijos, kai ji tikrai atskiria savo kažkokius maurelius nuo tų profesinių intervencijų ir joms labiau pasitiki ir labiau remiasi savo profesinėm išvalgomis ir mažiau susivelia su savo asmeniniu kontaktu*“ (ES5).

4. RADINIŲ APTARIMAS

Tyrimo dalyvių patirtyse, tiek iš supervizorių, tiek iš supervizuojamųjų perspektyvos buvo akcentuojama, kad vienas iš pagrindinių supervizijos efektyvumo veiksnių yra santykis. Šie radiniai sutampa su daugumos mokslininkų atliktais tyrimais, kurie pabrėžia, kad ne tam tikri metodai, o santykis lemia supervizijų efektyvumą (Watkins, 2020; Majcher ir Daniluk, 2009; Loganbill, Hardy, & Delworth, 1982; Hubble, Duncan, & Miller, 1999; Moursund & Erskine, 2004). Šie požiūris sutampa su egzistencinės psichoterapijos paradigmos požiūriu į santykį kaip viena iš svarbiausių veiksnių (Yalom, 1980; May, 1958; Krug & Schneider, 2016, Van Deurzen, 2009, du Plock, 2009, Spinelli, 2015).

4.1. Supervizuojamųjų perspektyva

Pirmiausia tyrimo radiniuose aptariami supervizuojamųjų išskirti svarbiausi santykio aspektai, kurie jų patirtyse labiausiai prisideda prie supervizijų efektyvumo. Vienas iš aspektų, atsispindėjusių supervizuojamųjų patirtyje buvo **drąsa**, kuri suprantama kaip būseną atsirandanti esant tam tikram santykiui tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo. Drąsa santykyje su supervizoriumi padeda supervizuojamiesiems išbūti nežinomybėje ir abejonėse. Tokia drąsos samprata atliepia egzistencinės psichoterapijos požiūrį, kuris, kaip pabrėžia van Deurzen (2009), neturi vienareikšmiško atsakymo į iškilius sunkumus, priešingai – skatina drąsa bei atvirumą susitikti su egzistenciniais iššūkiais įvairiose gyvenimo situacijose, tarp kurių yra nežinomybė. Nežinojimo pozicija yra reikšminga egzistencinės psichoterapijos nuostata, kuria yra skatinama atsisakyti išankstinio žinojimo ir koncentruotis į autentišką dviejų žmonių susitikimą dabarties akimirkoje (May & Yalom, 2005, Längle & Klaassen, 2019, Spinelli, 2015). Supervizuojamųjų patirtyse tai išryškėjo kaip svarbi santykio patirtis, kurioje supervizorių jie patiria ne kaip ekspertą, kuris vertina, o kolegą, kuris palaiko ir patiprina. Toks susitikimas galimas tik saugiame santykyje su supervizoriumi, kuris tampa atrama kylantiems iššūkiams (May, 1958). Remiantis šio tyrimo radiniais, Spinelli (2015) bei Silva ir Sousa (2018), išryškėjo, kad saugumo jausmas ir drąsa klysti, bandyti naujus dalykus profesinėje praktikoje, neatsiejama ir nuo supervizoriaus gebėjimo priimti supervizuojamąjį ne kaip besimokantį, o kaip lygiavertį partnerį, kolegą. Nevertinantis ir neapibrėžtumui atviras supervizoriaus buvimas tampa pagrindu, leidžiančiu supervizuojamajam atsiskleisti, priimti pažeidžiamumą kaip natūralią mokymosi dalį ir jaustis drąsiai profesinio augimo procese. Kaip pažymi Spinelli (2015), supervizoriaus vaidmuo nėra būti viršesniu, bet veikiau „apžvelgiančiu“ (*angl. over-seeing*). Tokia supervizoriaus laikysena leidžia atsirasti santykiui, kuriame nežinojimas yra galimybė drąsiai tyrinėti save ir kitą. Supervizijų santykyje, kuriame nėra baimės būti vertinamam ar kritikuojamam, leidžia supervizuojamajam autentiškai tyrinėti savo

patirtį, pripažinti nežinojimą ir neapibrėžtumą kaip natūralią profesinio kelio dalį. Šio tyrimo radiniai atspindi vieną iš pagrindinių egzistencinės terapijos principų – pripažinti žmogaus ribotumus ir kartu prisiimti atsakomybę už savo veiksmus ir pasirinkimus (Kočiūnas, 1996; van Deurzen, 2009). Supervizijų erdvė tampa ta vieta, kurioje egzistenciniai iššūkiai išgyvenami per gyvą santykį su kitu žmogumi. Remiantis Yalom (1980), būtent toks tikras, „čia ir dabar“ susitikimas su supervizoriumi padeda išgyventi bei suprasti savo ir klientų patirtis supervizijoje.

Drąsos santykių išgyvenimas glaudžiai siejasi su **šilto santykio buvimu** – supervizuojamieji šiltą santykį apibūdina kaip jaučiamą emocinį artumą, palaikymą, jausmą, žmogiško ryšio jautimą ir abipusį įsitraukimą. Šilumos patyrimas supervizijoje atliepia esminius egzistencinės psichoterapijos principus, kuriuose svarbiausia yra autentiškas ryšys (Krug & Schneider, 2016, van Deurzen 2009). Spinelli (2007) pabrėžia, kad autentiškas susitikimas įvyksta tada, kai sukuriamas gyvas, tikras ryšys tarp dviejų žmonių. Šis santykio aspektas ryškiai atsispindėjo ir šio tyrimo supervizuojamųjų patirtyje, kurie akcentavo, kad supervizorių pirmiausiai patiria kaip žmogų, o tai kuria emocinį artumą ir jausmą santykių. Šilto santykio patyrimas, pasak supervizuojamųjų, tapo pagrindu saugumo jausmui, o būtent saugumas yra viena svarbiausių egzistencinės supervizijos sąlygų (van Deurzen & Young, 2009, Silva & Sousa, 2018). Šiluma tampa neatsiejama tokio ryšio dalimi padedanti sukurti erdvę, kurioje supervizuojamieji jaučiasi priimti. Krug ir Schneider (2016) akcentuoja, kad supervizoriaus gebėjimas būti empatišku ir įsitraukusiu prisideda prie santykio, kuriame supervizuojamasis gali atvirai tyrinėti savo patirtį, kūrimo. Tiek šio tyrimo radiniai, tiek Silva ir Sousa (2018) tyrimas atskleidžia, kad abipusis įsitraukimas yra svarbus supervizijų santykio aspektas, kuriame aktyvus yra tiek supervizuojamasis, tiek supervizorius.

Supervizuojamųjų apibūdintas abipusis įsitraukimas, saugumo, žmogiškumo ir šilumos patyrimas kyla iš lygiavertiškumo patirties. **Lygiavertiškumo santykio svarba** supervizuojamųjų patirtyse atsiskleidė kaip dažniausiai įvardijamas santykio aspektas, kuris buvo minimas tiek atskirai, tiek persipynė su kitomis temomis, taip išryškindamas savo esminį vaidmenį egzistencinės supervizijos santykių. Lygiavertiškumo samprata ypač ryškiai atsiskleidžia egzistencinės paradigmos kontekste. Kaip pažymi Vaštakė ir Kočiūnas (2017), supervizijų santykis nėra grindžiamas hierarchija ar vertinimo pozicija, priešingai – supervizoriaus buvimo būdas, kuris pasižymi ramumu, įsitraukimu ir dėmesingumu, kuria pagrindą lygiavertei, kolegiskai partnerystei. Šis tyrimas taip pat patvirtino, kad lygiaverte partneryste grįstas santykis padeda supervizuojamajam atsiskleisti, būti pažeidžiamam ir tuo pačiu augti kaip profesionalui. Supervizuojamųjų patirtyse lygiavertiškumas atsiskleidė kaip kiekvieno individualumo pripažinimas ir pagarba unikaliam buvimo būdai supervizijos procese. Ši tyrimo įžvalga sutampa su Silva ir Sausa (2018) požiūriu, kad supervizijų metu yra reikšmingas supervizoriaus reagavimas ir gebėjimas prisitaikyti prie kiekvieno supervizuojamojo unikalumo bei poreikių. Santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo, pasak

autorių, turi būti grindžiamas korefleksija – abipusiu, bendradarbiavimu paremtu reflektavimu, kurio metu santykis įgauna lygiavertės partnerystės formą. Kaip pažymi Spinelli (2015), supervizija tampa prasminga tuomet, kai supervizorius atsisako vertinimo ir vietoje to stebi ir padeda tyrinėti, o ne kontroliuoti. Tokiu būdu supervizija virsta abipusiu tyrinėjimu, o ne vieta, kur vienas moko kitą. Šiame tyrime lygiavertiškumo aspektas supervizuojamiesiems taip pat atsiskleidė kaip žmogiško santykio išraiška – per priėmimą ir pasitikėjimą supervizuojamuoju kaip lygiaverčiu profesionalu. Krug ir Schneider (2016) taip pat patvirtina, jog supervizoriaus pasitikėjimas supervizuojamuoju padeda jam ugdyti pasitikėjimą savo profesiniu keliu ir pasirinkta terapine kryptimi. Lygiavertiškumo patirtis, šiame tyrime, taip pat reiškė galimybę kurti abipusį dialogą, kuriame žinios ir patirtys nėra vienašališkai perteikiamos, bet gimsta bendrame tyrinėjimo lauke. Šio tyrimo radiniai siejasi su egzistencinės paradigmos požiūriu, kuriame yra akcentuojama, kad supervizuojamasis teorinius principus turi išgyventi santykyje su supervizoriumi, o ne perteikiami kaip išankstinis žinojimas (Yallom, 1980; Krug & Schneider, 2016). Atviro dialogo svarbą supervizijoje pabrėžia ir Spinelli (2015), teigdamas, kad būtent supervizoriaus laikysena kaip „apžvelgiančio“ (*angl. over-seeing*) sudaro sąlygas kelti klausimus, kurie skatina tyrinėjimu grįstą dialogą apie realiai išgyvenamą patirtį santykyje.

Supervizuojamieji išryškino dar vieną svarbų aspektą – **ilgalaikį santykį**. Būtent ilgalaikis santykis jų patirtyje padeda vystyti tęstinumo jausmą, susiderinti tarpusavio ritmą ir patirti koks tas santykis apskritai yra. Egzistencinėje paradigmoje, kurioje supervizija suprantama kaip buvimo santykyje refleksija (Spinelli, 2015; van Deurzen & Young, 2009), tęstinumas glaudžiai susijęs su patyrimu laike.. Kaip pažymi Du Plock (2009), egzistencinėje supervizijoje santykis tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo laikomas vienu iš pagrindinių profesinio ir asmeninio augimo šaltinių, todėl jo kokybė negali būti kuriama skubotai ar paviršutiniškai. Kaip pažymi Vaštakė (2022), ilgalaikiai santykiai supervizijoje yra psichoterapeuto refleksijos įgūdį skatinantis veiksnys. Autorės atliktame disertacijos tyrime, supervizuojamieji tęstinio ryšio svarbą siejo su saugumo ir pasitikėjimo jausmu – tik ilginiui vystomas santykis sudaro sąlygas atvirumui.

Saugumo jausmas supervizijų metu tapo svarbiu pagrindu **emociniam palaikymui**. Emocinis palaikymas šiame tyrime išryškėjo kaip pagalba išbūnant nežinomybėje, taip pat kylant įvairiems vidiniams procesams – nerimui, įtampai ar abejonėms. Egzistencinėje supervizijoje labai svarbu, kad supervizorius gebėtų reaguoti jautriai ir atliepiančiai, kurdamas santykį, kuriame priėmimas ir saugumas yra svarbiausi supervizijos elementai (Silva & Sousa, 2018). Saugumo ir pasitikėjimo supervizoriumi jausmai yra svarbūs tam, kad supervizijoje būtų galima aptarti neišvengiamai kylantį nerimą, susijusį su darbu, kartu suvokiant galimą gėdą dėl nekompetencijos jausmo ar nusivylimo savimi (Mollon, 1989). Šiame tyrime paaiškėjo, kad supervizuojamiesiems svarbu ne tik išsakyti sunkumus, bet ir tyrinėti, jaučiant, kad supervizorius juos priima tokius, kokie jie tą akimirką yra. Tai

atitinka Krug ir Schneider (2016) požiūrį, kad tik saugiame santykiyje, kuriame supervizuojamasis jaučiasi priimtas, gali lengviau tyrinėti savo jausmus. van Deurzen (2009) pabrėžia, kad savo autentiškumo priėmimas suvokiant savo ir gyvenimo ribotumus yra svarbi egzistencinės psichoterapijos dalis. Supervizorius, kuris yra priimantis ir autentiškas padeda supervizuojamajam patirti, kad santykiyje jis gali būti tikras ir atviras (van Deurzen & Young, 2009). Svarbu yra ir tai, kad emocinis palaikymas yra neatsiejama psichoterapinio darbo dalis, todėl egzistencinėje supervizijoje neturi būti mokomas kaip atskira technika, o išgyvenama santykiyje, kai supervizorius atliepia supervizuojamojo emocinius poreikius (Yalom, 1980). Supervizoriui įkūnijant psichoterapijos kontekste svarbias savybes – empatiją, priėmimą, atjautą ir palaikymą – jos tampa natūralia santykio patirtimi, kurią supervizuojamasis gali integruoti kaip natūralią buvimo santykiyje su kitu dalį (Krug & Schneider, 2016).

Santykiyje tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo **suderinamumas** iškyla kaip vienas iš veiksnių, kuris supervizuojamiesiems skatina gilesnį ryšio su supervizoriumi pajautimą. Pasak van Deurzen ir Young (2009), susitikimas įvyksta tarp dviejų žmonių, siekiančių suprasti, kaip jie egzistuoja pasaulyje – tiek profesinė, tiek asmeninė prasme. Heideggerio (1962) požiūris papildoma, kad autentiškas kalbėjimas turi remtis asmenine patirtimi. Šiame tyrime supervizuojamųjų minimas suderinamumas buvo grindžiamas artimu vertybių suvokimu bei bendru supratimu apie terapinį procesą. Tai atspindi egzistencinės supervizijos siekį suderinti profesinę laikyseną su asmeniniu buvimu – kaip teigia Krug ir Schneider (2016), kad egzistencinėje-humanistinėje supervizijoje svarbus yra tarpusavio pajautimas – kaip kiekvienas iš jų išgyvena terapinį procesą ir profesinį buvimą kartu. Šio tyrimo supervizuojamųjų patirtyse išryškėjo, kad svarbiausias suderinamumo aspektas buvo jausmas, kad supervizorius „girdi“ ne tik žodžius, bet ir tai, kas slypi už jų. Toks emocinis supratimas, buvo įvardytas kaip „kalbėjimas ta pačia kalba“, kuria artumo patirtį, leidžiančią atsiverti be baimės ir jaustis priimtam ne tik kaip profesionalui, bet ir kaip žmogui. Tai dera su Farberio (2000) akcentuojama autentiško buvimo laikysena, kai svarbu yra taip kaip būnama su kitu. Šio tyrimo radiniai taip pat išryškino, kad svarbus yra ne tik profesinis suderinamumas, bet ir tam tikri žmogiškumo momentai, pvz.: bendri pomėgiai, kurie padeda sukurti artimesnę atmosferą superviziniame santykiyje. Kaip teigia May (1958), egzistencinėje psichoterapijoje reikšmingiausias yra žmogaus susitikimas su kitu žmogumi. Supervizorius pirmiausia yra žmogus ir būtent jo gebėjimas būti žmogumi padeda įvykti žmogiškam susitikimui su kitu.

4.2. Supervizorių perspektyva

Supervizoriai kaip vieną iš reikšmingų santykio aspektų išskyrė **pasitikėjimą ir atvirumą**. Šio tyrimo radiniuose išryškėjo, kad supervizoriaus pasitikėjimas supervizuojamuoju kaip kolega

profesionalu buvo įvardijama kaip svarbi supervizijos proceso dalis. Kaip pastebi Krug & Schneider (2016), supervizoriaus pasitikėjimas supervizuojamuoju ir jo, kaip profesionalo augimo potencialu, yra būtinas supervizijos procese. Pasak autorių, supervizoriaus pasitikėjimas supervizuojamuoju skatina jo pasitikėjimą pačiu savimi. Autorius pažymi, kad supervizuojamojo pasitikėjimas savimi, kaip tuo, kuris gali padėti vykti pokyčiui, yra esminis, ypačingai sudėtingose terapinėse situacijose. Šiame tyrime pasitikėjimą supervizoriai taip pat yra įvardijo kaip sąlygą reikalingą skleisti atvirumui supervizijų procese. Atvirumas, pasak Silva ir Sousa (2018) yra reikalingas kurtis tvirtesniai ryšiui supervizijų metu, vystyti refleksijai ir taip profesiskai tobulinti savo įgūdžius. Šio tyrimo radiniai taip pat atskleidė, kad atvirumas galimas tik saugiamo santykiuje, kuriame galima jaustis pažeidžiamiems. Pažeidžiamumo rodymą supervizijų metu supervizoriai įvardija kaip supervizuojamojo autentiškumo bruožą. Tą patvirtina Krug ir Schneider (2016), kad gebėjimas būti pažeidžiamu yra neatsiejamas pagrindas refleksijai, kuri galima tik saugiamo santykiuje. Bhola et al, (2017) tyrimo radiniai patvirtina, kad saugumas supervizijų santykiuose yra siejamas su galėjimu laisviau kalbėti apie sunkius jausmus supervizijoje, palaikymu ir išaugusiu pasitikėjimu savo profesiniais įgūdžiais. Silva ir Sousa (2018) papildė, kad saugiam santykiui kurtis yra svarbi supervizoriaus laikysena, kuri turi būti autentiška, nuosekli, atvira. Tokiame santykiuje supervizuojamieji gali drąsiai atsiskleisti ir nebijoti rodyti savo pažeidžiamumą. Šio tyrimo radiniai taip pat atskleidė, kad santykiuje, kuriame galėtų rasti atvirumas, būtina tam tikra atmosfera. Krug ir Schneider (2016) pabrėžia, kad už atmosferos kūrimą yra atsakingas supervizorius. Remiantis šio tyrimo radiniais, atmosferos kūrimui yra reikalingas susikalbėjimas, kuris atliepia egzistencinėje psichoterapijoje įtvirtinta dialogiškumo sampratą. Dialogiškumas yra terminas, kuris naudojamas apibūdinti „čia ir dabar“ vykstančią santykio patirtį. Refleksyvumas vartojamas apibūdinti palaipsniui vykstantį bendravimą su žmogumi, su kuriuo būnant santykiuje siekiama pokyčio. Šių dviejų terminų junginys yra vadinamas dialoginiu refleksyvumu (*angl. dialogical reflexivity*), vartojamas apibūdinti „čia ir dabar“ vykstančiam santykiui, kuris vyksta tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo. Pabrėžiama, kad tai yra pokalbis apie tikrą, dviejų žmonių įsitraukimą santykiuje „čia ir dabar“ akimirkoje. Tam reikia, kad tiek supervizorius, tiek supervizuojamasis būtų pakankamai autentiški, kad parodytų tikrą save (Calvert et al., 2016). Farber (2000) teigia, kad svarbu yra ne tai apie ką yra kalbama, bet kaip kalbama – ar dialogas tarp dviejų žmonių leidžia būti atviriems tiek sau, tiek vienas kitam. Gadamer (2004) papildė, kad tikrasis dialogas išryškėja pačiame pokalbyje, kai yra palaikomas abipusis autentiškumas.

Kaip ir supervizuojamųjų, taip ir supervizorių patirtyje buvo išskirtas **lygiavertiškumo** santykiuje aspektas. Lygiavertiškumą šiame tyrime supervizoriai apibūdina kaip norimą santykio formatą, kuris yra grindžiamas profesine diskusija, kolegiškumu, bendradarbiavimo jausmu, abipusiu įsitraukimu bei atsivėrimu. Literatūroje, nagrinėjančioje supervizijų santykius egzistencinėje

paradigmoje, lygiavertiškumas naudojamas kaip labai svarbus, neatsiejamas santykio aspektas (Vaštakė ir Kočiūnas, 2017; Silva & Sousa, 2018; Krug & Schneider, 2016; van Deurzen, 2009, du Plock 2009). Kolegiškumo jausmas supervizijoje lemia supervizoriaus, kaip autoriteto vaidmens, mažėjimą (Falender & Shafranske, 2007), o tai prisideda prie supervizuojamojo sumažėjusio nerimo patyrimo (McMahon, 2014). Įsitraukusio ir dėmesingo supervizoriaus buvimo būdas padeda kurti santykį grįstą abipusiu dialogu (Vaštakė ir Kočiūnas, 2017). Lygiavertiškumo patirtyje labai svarbus supervizoriaus vaidmuo, kuris bendradarbiavimu grįstus santykius gali kurti atsisakęs eksperto pozicijos ir dalindamasis atsakomybėmis su supervizuojamuoju suteikdamas jam pakankamai laisvės (Williams, 2001). Krug ir Schneider (2016) pažymi, kad refleksija, kuri remiasi savęs jausminiu, o ne kognityviniu tyrinėjimu, galima tik bendradarbiaujančiame santykiyje, kuriame supervizorius yra ne galios pozicijoje. Spinelli (2006) patvirtina, kad egzistencinio terapeuto „nežinančiojo“ pozicija yra svarbi atsisakymui tradicinio vaidmens, kaip to, kuris daugiau žino ir leidimui kitam patirti save santykiyje kaip visiškai unikalų ir autentišką. Remiantis šio tyrimo radiniais bei Silva ir Sousa (2018) pastebėta, kad lygiavertiškumas mažina autoriteto vaidmens patyrimą santykiyje ir sukuria daugiau erdvės autentiškumui. Minima, kad supervizoriaus gebėjimas prisiderinti prie kiekvieno supervizuojamojo emocinių poreikių, savybių yra svarbus saugiam savo patirties tyrinėjimui. Autoriai egzistencinėje supervizijoje vyraujančią bendradarbiavimą vadina korefleksija, kai tiek supervizorius, tiek supervizuojamasis yra vienodai įsitraukę. Taip jie tampa lygiaverte partneryste grįsto santykio dalyviai (Silva ir Sousa, 2018). Spinelli (2015) atkreipia dėmesį, kad kalbant apie egzistencinę superviziją pats terminas supervizija yra netinkamas naudoti, nes jis pagal savo funkciją reiškia vertinimo, galios, netiesioginio pranašumo prieš kitą prielaidą susijusią su tam tikru statusu ar kompetencija, tačiau tai nesutampa su egzistencinės paradigmos požiūriu. Autorius teigia, kad supervizoriaus vaidmuo, yra būti tuo, kuris kelia klausimus atveriančius dialogą.

Palaikymas iš supervizoriaus perspektyvos išryškėjo kaip vienas iš dažniausiai akcentuojamų santykio aspektų. Palaikymas šiame tyrime apima gebėjimą išbūti procese su supervizuojamuoju, kai kyla įvairūs vidiniai procesai į situacijas tiek su klientu, tiek pačioje supervizijoje, taip pat buvimą kartu nežinojime ir neužtikrintume. Šiame tyrime supervizoriai palaikymą taip pat vertina kaip savo pačių laikyseną – tikėjimą supervizuojamuoju ir žvelgimą į jį kaip profesionalą. Palaikymas iš supervizoriaus literatūroje yra aptinkamas kaip vienas iš supervizijos funkcijų ir efektyvumo veiksnių (Bhola et al., 2017; Hill et al., 2016; Hawkins & Shohet, 2012; Watkins & Callahan, 2019; Watkins, 2020; Milne, 2007, Vaštakė 2022; Majcher & Daniluk, 2009). Viena iš supervizijos funkcijų apima pagalbą supervizuojamajam reflektuoti ir suvokti savo vidinius jausmus, kurie gali veikti psichoterapinius santykius su klientais arba psichoterapijos procesą (Lambers, 2007). Egzistencinėje supervizijoje yra siekis įgalinti supervizuojamąjį patikėti savimi padėti kitiems daryti pokyčius pasitelkiant psichoterapinį santykį. Supervizorius, kuris atvirai, nuoširdžiai priima bei palaiko

supervizuojamąjį, padeda jam ne tik lengviau tyrinėti įvairius klausimus ar rūpesčius supervizijos procese, bet ir praktiškai leidžia pajusti kaip toks buvimo būdas skatina augimo procesą psichoterapiniame procese (Farber 2010). Pasak van Deurzen ir Young (2009), supervizoriaus laikysena kaip palaikančiojo padeda supervizuojamajam saugiai susidurti su įvairiomis baimėmis kylančiomis egzistencinių iššūkių kontekste – tiek savo, tiek klientų. Krug ir Schneider (2016) patvirtina, kad supervizoriaus palaikymas padeda supervizuojamajam lengviau bei saugiau pažinti savo jausmus. Spinelli (2015) pažymi, kad egzistencinėje supervizijoje svarbu kreipti dėmesį į tai, kad supervizuojamasis atsižvelgdamas į savo asmeninę patirtį, gebėtų autentiškai įkūnyti pasirinktą terapinį modelį. Remiantis šiuo tyrimu bei Krug ir Schneider (2016), išryškėja tikėjimo ir pasitikėjimo supervizuojamuoju svarba – tiek jo profesionalumu, tiek augimo potencialu. Supervizoriaus palaikymas yra reikalingas tam, kad psichoterapeutas galėtų saugiai išbūti su nesaugumo, nežinomybės, pažeidžiamumo jausmais juos normalizuojant ir atspindint (McMahon, 2014). Taip pat pabrėžiama, kad supervizorius turi išlaikyti pusiausvyrą tarp palaikymo ir tam tikros įtampos, kuri skatintų supervizuojamojo autonomiškumo ir atsakomybės jausmus (Wharne et al., 2024). Geras supervizijų darbinis aljansas yra apibrėžiamas kaip abipusis sutarimas dėl supervizijos tikslų ir stiprus emocinis ryšys tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo (Bordin, 1994). Toks darbinis aljansas yra susijęs su padidėjusiu pasitenkinimu supervizijomis ir geresne santykio kokybe (Ladany et al., 1999; Watkins, 2011). Šio tyrimo radiniai taip pat atskleidė, jog palaikymas prisideda prie sklandesnio bendradarbiavimo ir stipresnio emocinio ryšio kūrimo.

Šiame tyrime **humoras** supervizorių pasakojimuose minimas kaip santykio aspektas, padedantis sukurti tam tikrą distanciją kalbant apie sudėtingas situacijas bei lengviau jas priimti. Supervizoriai šiame tyrime atskleidė, kad humoras prisideda prie atvirumo, laisvumo ir lengvumo atsiradimo santykyje. Vaštakė (2022) aprašo, kad humoro naudojimas supervizijų metu yra vienas iš būdų, kuris palaiko tam tikrą darbinę įtampą reikalingą refleksijai. Egzistencialistas Rollo May (1953, p. 54) teigia: „Humoras yra sveikas būdas pajusti atstumą tarp savęs ir problemos; būdas atsiriboti ir pažvelgti į savo problemą iš kitos perspektyvos“. Įvairūs atlikti tyrimai patvirtina, kad humoro taikymas psichoterapiniame kontekste palengvina emocines reakcijas į stresą keliančius įvykius (Samson & Gross, 2012; Gelkopf, 2011; Sarink ir García-Montes, 2023). Kiti tyrimo radiniai atskleidžia, kad humoras padeda išbūti su egzistenciniu nerimu kaip tam tikras gynybos mechanizmas ar atskirai naudojama intervencija (Morgan et al., 2019), tiek kaip natūraliai iš santykio kylantis dalykas (Fritz et al., 2017; Marci et al., 2004). Tyrimuose minima, kad humoro patyrimą santykyje lemia tarpusavio santykis (Sultanoff, 2013). Remiantis šio tyrimo radiniais ir Longe (2018) tyrimu, humoras atsiranda tada, kai tarp kliento ir terapeuto yra saugumu bei pasitikėjimu grįstas santykis. Humorą taip pat išskiriamas kaip santykį gerinantis veiksnys (Cann & Collete, 2014). Svarbu pabrėžti, kad nurodytoje literatūroje daugiausia minimas humoro poveikis asmeniui

psichoterapiniame santykiuje. Keli tyrimai pabrėžia humoro naudą kaip stiprinantį santykį veiksnį supervizijų metu (Hutcbly & Dart, 2019; Cheung, 2024), tačiau šiame tyrime humoras atsiskleidė ne kaip sąmoningai taikyta intervencija, o autentiškas santykio reiškinys.

Supervizorių patirtys išryškina svarbą aiškiai **atskirti superviziją nuo asmeninės terapijos**. Šio tyrimo radiniai rodo, kad svarbu supervizijų metu kreipti visą dėmesį į darbą su klientu, o supervizijų efektyvumas siejamas su paties supervizuojamojo gebėjimu atskirti savo asmeninius klausimus nuo profesinių. Farber (2010) akcentuoja, kad pradedantis supervizuojamasis, daugiausiai naudos supervizijoje gaus jeigu dėmesys bus skiriamas pirmiausiai praktikai su klientu taikant humanistinės-egzistencinės psichoterapijos koncepcijas, tačiau jam įgijus daugiau patirties ir pasitikėjimo savimi taikyti minėtas konceptas, supervizija taps labiau sutelkta į patį supervizuojamąjį, kaip tą, kuris skatina pokyčius psichoterapijos procese. Kaip papildo Krug ir Schneider (2016), santykis tiek supervizijoje, tiek terapijoje yra pagrindinis pokyčio veiksnys (*angl. agent of change*). Šio tyrimo radiniai taip pat patvirtina, kad supervizijų metu pereinama nuo tam tikrų kliento situacijų nagrinėjimų prie paties supervizuojamojo vidinių išgyvenimų. McMahon (2014) pabrėžia, kad supervizoriai turi laikytis etinės atsakomybės ir stebėti santykių ribas. Lambers (2007) pastebi, kad asmeninių psichoterapinių klausimų supervizijoje nagrinėjimas yra vertinga patirtis, tačiau svarbu, kad supervizorius atskirtų ribas tarpasmeniniame santykiuje, prireikus primintų supervizijų tikslus ir atkreiptų dėmesį į asmeninius klausimus, kurie veikia supervizuojamojo psichoterapinį darbą, tačiau jų kartu nespręstų. Hawkins ir Shohet (2012) papildo, kad supervizijos reikalauja daugiau etinio jautrumo supervizuojamiesiems, nes supervizorius turi pajauti kada tai, kuo asmeniškai dalinasi supervizuojamasis, yra naudinga jo darbui su klientu ir su pačiu supervizoriumi, o kada, tai jau peržengia ribą ir klausimai turi būti sprendžiami su asmeniniu terapeutu. Cooper (2007) pabrėžia, kad norint išlaikyti empatiją klientui, suvokiant jo pasaulį taip kaip savo, tačiau tuo pačiu ir savęs neprarandant, labai svarbus yra savirefleksijos ugdymas bei ribos išlaikymas.

Šio tyrimo radiniai atskleidė, kad supervizijos metu yra svarbu yra **neskubėti** ir leisti procesams vystytis pagal natūralų supervizuojamojo vidinį tempą. Spinneli (2015) aprašo horizontalizacijos taisyklę (*angl. the rule of horizontalization*), kuri teigia, kad egzistencinėje paradigmoje svarbu atsisakyti bet kokių hierarchinių prielaidų ir vengti skubotų sprendimų. Pasak autoriaus, reikia nagrinėti kiekvieną išsakomą teiginį kaip turintį vienodą reikšmę žmogaus pasaulėžiūros kontekste, todėl labai svarbu yra neskubėti eiti prie tam tikrų išvadų. Remiantis šio tyrimo radiniais, supervizoriai pažymėjo, kad tam yra reikalingas atsargumas ir atitinkamas jautrumas supervizuojamojo vidinių procesų atžvilgiu, daugiau aktyviai stebint, nei darant skubotas išvadas. du Plock (2009) egzistencinę superviziją apibūdina kaip praktinį tyrinėjimą. van Deurzen ir Adams (2016) taip pat akcentuoja, kad neskubėjimas yra reikalingas nuosekliai savęs suvokimui, nes kiekvienas žmogaus savo sprendimus, reakcijas atskleidžia savu laiku ir tempu. Vaštakė ir Kočiūnas

(2017) teigia, kad lėta supervizijų proceso eiga yra susijusi su tam tikra supervizoriaus laikysena – ramumu ir giliu atsipalaidavimu. Būtent tai, jų atliktame tyrime, padėjo supervizuojamiesiems labiau panirti į „čia ir dabar“ akimirką. Vaštakė (2022) taip pat savo tyrime patvirtina, kad supervizoriaus neskubėjimas supervizijos metu yra patirtis, skatinanti supervizuojamojo refleksyvumą, nes padeda lėčiau ir giliau tyrinėti kylančius sunkumus.

4.3. Supervizuojamųjų ir supervizorių perspektyvų palyginimas

Šiame tyrime supervizorių ir supervizuojamųjų patirtys atskleidžia, kad egzistencinės supervizijos santykio pagrindas yra lygiavertiškumas. Šis radinys atitinka esminę egzistencinės paradigmos prielaidą, kad supervizijų santykis neturi būti grindžiamas hierarchija ar vertinimo pozicija (Spinelli, 2015; Krug & Schneider, 2016; Vaštakė ir Kočiūnas, 2017; Silva & Sousa, 2018;). Nors šis santykio aspektas buvo nuosekliai įvardijamas abiejose perspektyvose, tačiau jų patyrimas išgyvenamas skirtingai. Lygiavertiškumo patirtį supervizuojamieji patiria kaip emocinę būseną, kuri kyla iš saugaus, žmogiško, šilto ir priimančio santykio. Lygiavertiškumas santykyje jiems yra galimybė patirti save autentiškai, nejaučiant vertinimo. Tuo tarpu supervizoriai lygiavertiškumą įvardija kaip pageidaujamą santykio formatą, kurio įgyvendinimas reikalauja eksperto pozicijos atsisakymo, gebėjimo dalintis atsakomybe ir palaikyti kolegiską dialogą. Supervizorių patirtyje atsiskleidžia daugiau atsakomybės už lygiavertiškumo palaikymą santykyje. Lygiavertiškumą jie laiko kaip sąmoningą pastangą, laikyseną, kuriai kurti pasitelkiamas neskubėjimas, dialogiškumas ir korefleksija. Lygiavertiškumą, kaip supervizoriaus atsakomybę, patvirtina ir Spinelli (2015), kurio teigimu egzistencinė supervizija tampa abipusiu tyrinėjimu tik tada, kai supervizorius atsisako vertinimo pozicijos ir padeda tyrinėti, o ne kontroliuoti supervizijos procesą. Įdomu tai, kad tiek teorinėje, tiek empirinėje medžiagoje yra aiškiai akcentuojamas supervizoriaus vaidmuo, kaip to, kuris šį santykį palaiko ir kuria. Vaštakė ir Kočiūnas (2017), Spinelli (2015), Silva ir Sousa (2018), Krug ir Schneider (2016), van Deurzen ir Young (2009) nuosekliai akcentuoja supervizoriaus buvimo būdo svarbą kaip to, kuris atsisako eksperto pozicijos, palaiko atvirą, kolegiską dialogą, prisitaiko prie supervizuojamojo poreikių, kuria pasitikėjimu grįstą atmosferą ir prižiūri santykio ribas. Tuo tarpu supervizuojamojo vaidmuo lygiavertiškumo patyrimo dažniau apibrėžiamas ne per aktyvią laikyseną, o per patirtį – jis turi išgyventi tai, ką supervizorius savo laikysena kuria santykyje (Yallom, 1980; Krug & Schneider, 2016). Ši išvalga nereiškia, kad lygiavertiškumo aspektas santykyje neegzistuoja, verčiau skatina pažvelgti į lygiavertiškumą kaip subjektyviai išgyvenamą santykio patirtį iš skirtingų perspektyvų – supervizorius yra tas, kuris ją kuria, o supervizuojamasis būna. Atsižvelgiant į tai, kyla poreikis atlikti daugiau tyrimų, kurie gilintųsi į lygiavertiškumo patyrimą santykyje ne tik kaip tam tikrą teorinę prielaidą ar supervizoriaus laikyseną, bet ir supervizuojamojo vaidmenį jo kūrime.

Kitas abiejų perspektyvų įvardintas santykio aspektas, kuris lemia supervizijų efektyvumą buvo palaikymas. Tiek supervizoriai, tiek supervizuojamieji savo patirtyse atskleidžia, kad nežinomybė ir neapibrėžtumas yra tam tikros būties sąlygos, kuriose emocinis palaikymas tampa reikalingiausias. Šią mintį patvirtina ir kiti autoriai analizuojantys supervizijos santykį egzistencinėje paradigmoje (Yalom, 1980; van Deurzen & Young, 2009; Farber 2010; Spinelli, 2015; Krug & Schneider, 2016; Silva & Sousa, 2018). Nežinomybės patirtis tiek supervizoriui, tiek supervizuojamajam yra bendras išgyvenimas, tačiau taip pat skirtingai patiriamas. Supervizoriui nežinomybė yra būdas įprasminti tam tikrą laikyseną, kurią Spinelli (2015) apibūdina kaip nežinančiojo poziciją, tuo tarpu supervizuojamieji šiame tyrime apie nežinomybę reflektuoja kaip būseną, kurioje jaučiasi neužtikrinti, patiria nerimą ar abejones. Atsidūrus nežinomybėje jiems santykis su supervizoriumi tampa resursu, kuriame gauna palaikymo ir pastiprinimo. Literatūroje pažymima, kad supervizorius, įkūnydamas egzistencinės psichoterapijos principus – įskaitant ir buvimą nežinomybėje – integruoja juos į santykį, taip sudarydamas erdvę supervizuojamajam šiuos principus patirti praktiškai (Krug & Schneider, 2016). Ši patirtis yra svarbi egzistencinės supervizijos sąlyga, kuri remiasi teorinių principų perdavimu ne žiniomis, o „čia ir dabar“ patirtimis (Yalom, 1980; Vaštakė ir Kočiūnas, 2017; van Deurzen ir Young, 2009). Taip pat literatūroje galima aptikti įžvalgų, kuriose teigiama, kad supervizijos metu mokosi ir pats supervizorius – gilindamas savo savistabą, suvokimą apie santykio kūrimą, gebėjimą prisitaikyti prie nežinomybės ir išlikti atviru sau bei kitam (Silva & Sousa, 2018). Supervizoriaus gebėjimas būti autentišku taip pat yra viena iš pagrindinių vertybių egzistencinėje paradigmoje (van Deurzen, 2009; May & Yalom, 2005; Spinelli, 2015). Tiek šio tyrimo radiniai, tiek Silva ir Sausa (2018) tyrimas patvirtina, kad autentiškumas santykyje kuria saugią, pasitikėjimu ir atvirumu grįstą atmosferą. Nors ir ribotai, tačiau šiame tyrime supervizorių autentiškumas buvo minimas per supervizuojamųjų pasidalinimus, tad ateities tyrimuose būtų svarbu pasigilinti į tai kaip patys supervizoriai reflektuoja savo autentiškumą supervizijos procese ir kaip tai prisideda prie supervizijų efektyvumo egzistencinėje paradigmoje.

Svarbu pažvelgti ir skirtingai įvardintus santykio aspektus iš supervizorių ir supervizuojamųjų perspektyvos. Supervizuojamųjų minimas drąsos santykyje aspektas reikalingas tam, kad jų sunkumai supervizijos metu taptų matomi, abejonės išgirstos, o nerimas ir įtampa išgyvenama kartu. Drąsa santykyje jiems reiškia drąsa būti savimi – atvirai dalintis savo išgyvenimais ir nežinojimu. Saugumas tampa būtina sąlyga supervizijos santykyje, kad supervizuojamasis galėtų jaustis pažeidžiamas. Tuo tarpu supervizoriai iškelia pasitikėjimo ir atvirumo sąlygas, kurios būtinos kurtis atmosferai, kurioje supervizuojamasis galėtų jaustis drąsiai. Šis tyrimas atskleidžia kaip šie procesai yra tarpusavyje susiję ir patvirtina supervizijų santykio, kaip abipusio proceso svarbą. Šie radiniai, kaip jau minėta, atitinka kitus tyrimus, kurie nagrinėja sąlygas būtinas profesiniam augimui ir

autentiškam dialogui (Spinelli, 2015, Silva ir Sousa, 2018, Krug ir Schneider, 2016, van Deurzen ir Young, 2009).

Supervizuojamieji taip pat išskyrė ilgalaikį santykį, kaip veiksnį, kuris prisideda prie supervizijų efektyvumo. Ilgalaikis santykis yra svarbus tęstinumo jausmo kūrimui, kuriame pamažu gali rasti erdvę drąsiai atsiskleisti, pajauti santykio tempą ir auginti pasitikėjimą vienas kitu. Su tuo glaudžiai susijęs supervizorių įvardintas neskubėjimas, kuris kuria saugumo jausmą santykyje, o tai padeda supervizuojamam išbūti tokiu tempu ir būdu, koks jam tą akimirką natūraliai yra priimtinas. Tai papildoma ir kitus atliktus tyrimus, kuriuose yra minima, kad egzistencinėje supervizijoje svarbiausia yra susitikimas ir tai kaip jame yra būnama (van Deurzen ir Young, 2009; Spinelli, 2015, Krug & Schneider, 2016). Šis tyrimas apjungdamas supervizorių ir supervizuojamųjų patirtis patvirtina, kad supervizijos santykis kuriasi per laiką reikalingą supervizuojamajam išbūti procesuose savo tempu. Tai sutampa ir su Silva ir Sousa (2018) tyrimo radiniais patvirtinančiais, kad supervizorius turi prisiderinti prie supervizuojamojo tempo ir emocinių poreikių.

Lyginant su kitais tyrimais, kurie nagrinėja egzistencinės supervizijos santykį, šiame tyrime naujai atsiskleidė humoro ir suderinamumo su supervizoriumi svarba. Šiuos išskirtus santykio aspektus galima būtų prilyginti žmogiškumo patyrimui. Žmogiškumo patyrimas santykyje yra svarbi egzistencinės paradigmos dalis, kuri akcentuoja autentišką dviejų žmonių susitikimą (van Deurzen 2009; Spinelli 2007). Supervizoriai kalbėdami apie humoro patyrimą, o supervizuojamieji apie suderinamumą mini bendrumo ir artumo patirtį, kuri stiprina tarpusavio ryšį. Humorą supervizoriai įvardijo kaip aspektą, kuris mažina įtampą, įneša lengvumo į santykį ir suteikia erdvės laisviau tyrinėti. Supervizuojamųjų išskirtas suderinamumo su supervizoriumi jausmas taip pat veikia kaip suartinanti patirtis, įnešanti bendrumo ir susitapatino jausmą – per vertybes, terapinį stilių, pasaulėžiūros artumą. Analizuojant šį aspektą, galima kelti klausimą ar suderinamumas yra būtina sąlyga efektyviai supervizijai ar yra daugiau stiprinantis, natūraliai iš santykio kylantis veiksnys. Kaip teigia Vaštakė (2022), humoro naudojimas yra vienas iš būdų padedantis palaikyti tam tikrą darbinę įtampą, kuri yra reikalinga refleksijai. Autorė savo tyrime mini, kad supervizijų procese yra reikalinga tam tikra supervizijų darbinė įtampa, kuri padeda vystyti supervizuojamojo profesines kompetencijas. Krug ir Schneider (2016) pabrėžia, kad supervizoriaus tikėjimas pasirinkta psichoterapine kryptimi tampa atrama ir pavyzdžiu supervizuojamajam, tačiau autoriai vis vien pažymi, kad supervizuojamasis turi pats įsitikinti pasirinktos psichoterapinės krypties veiksmingumu per savo darbo patirtį. Spinelli (2015) patvirtina, kad egzistencinėje paradigmoje svarbiausia yra autentiškas terapinio modelio įkūnijimas atsižvelgiant į savo asmeninę patirtį. Tyrimų, kurie nagrinėtų, ar suderinamumo aspektas su supervizoriumi yra darbinę supervizijų įtampą mažinanti patirtis, ar priešingai – didinantis efektyvumą veiksnys, rasti nepavyko, tad šį nagrinėjimą galima būtų pasiūlyti ateities tyrimams.

4.4. Tyrimo ribotumai ir gairės tolimesniems tyrimams

Nors šis tyrimas yra platesnio longitudinalinio mokslinio projekto dalis, jame analizuoti duomenys atspindi tik supervizijų santykio pradžią, todėl negalima stebėti supervizijos santykio dinamikos pokyčių ilgalaikėje perspektyvoje. Dar vienas tyrimo ribotumas yra skirtinga tyrimo dalyvių patirčių įvairovė. Supervizuojamieji turėjo skirtingas psichoterapinio darbo patirtis – vieni buvo tik pradėję savo psichoterapinį darbą, kiti konsultavo jau kelis metus. Taip pat skyrėsi ir patirtys supervizijų kontekste, vieniems tyrimo dalyviams tai buvo pirmosios supervizijos, tuo tarpu kiti jau buvo turėję patirties su kitais supervizoriais. Ribotumu taip pat laikytina skirtinga supervizorių supervizavimo patirtis – nuo vos kelių metų iki ilgametės praktikos.

Atliekant panašius tyrimus, kurie nagrinėja santykį tarp supervizoriaus ir supervizuojamojo egzistencinėje paradigmoje, galima būtų atlikti diadinio santykio analizę. Nors šiame tyrime santykio dinamikos nagrinėjimui buvo pasitelktos abi perspektyvos – tiek supervizoriaus, tiek supervizuojamojo, būtų labai vertinga panagrinėti to paties supervizoriaus ir to paties supervizuojamojo santykio dinamiką. Tai padėtų atskleisti kaip realiame supervizijų procese formuojasi santykis ir kaip tai veikia supervizijų efektyvumą. Taip pat būtų galima atlikti longitudinalinį tyrimą siekiant geriau suprasti kaip supervizijų santykis kinta laike. Kadangi tokio pobūdžio tyrimų nėra daug atlikta, būtų įdomu pasižiūrėti kaip supervizijų santykį lemia kultūriniai ypatumai. Atsižvelgiant į tai, kad šiame tyrime santykis buvo išskirtas kaip vienas pagrindinių supervizijos efektyvumą lemiančių veiksnių, rekomenduojama ateities tyrimuose plačiau analizuoti ir kitus galimus efektyvumą įtakančius aspektus: supervizoriaus autentiškumo laikysena, jo gebėjimas įkūnyti pasirinktą terapinę kryptį taip pat supervizijų tikslų siekimas. Na ir galiausiai, atlikti daugiau tyrimų, kurie nagrinėja skirtingų psichoterapijos krypčių supervizijų santykį, kad būtų galima išryškinti būtent egzistencinei paradigmai būdingus ypatumus.

Apibendrinus, nepaisant šių tyrimo ribotumų, šiame tyrime nustatyti reikšmingi radiniai, kurie atitinka ir papildo mokslinėje literatūroje aptiktus tyrimų radinius apie supervizijos santykį egzistencinėje paradigmoje ir sudaro pagrindą tolimesniems tyrinėjimams.

IŠVADOS

1. Išanalizavus duomenis teminės analizės principais tiek supervizorių, tiek supervizuojamųjų patirtyse egzistencinėje supervizijoje santykis suvokiamas kaip lygiavertis ir palaikantis kolegų susitikimas. Šiame santykyje svarbiausias yra saugumu, dialogiškumu ir autentiškumu grįstas tyrinėjimas. Tyrimo dalyvių patirtys rodo, kad būtent toks santykis padeda atvirai tyrinėti profesines patirtis ir prisideda prie suvokiamo supervizijų efektyvumo.
2. Supervizuojamųjų patirtyse, efektyvumą didinantys santykio aspektai išryškėjo šešiomis potencialiais: drąsa santykyje, šiltas santykis, lygiavertiškumas, ilgalaikis santykis, emocinis palaikymas ir supervizoriaus bei supervizuojamojo suderinamumas.
3. Supervizorių patirtyse, efektyvumą didinantys santykio aspektai atsiskleidė šešiomis potencialiais: pasitikėjimas ir atvirumas, lygiavertiškumas, palaikymas, humoras, neskubėjimo svarba ir supervizijos bei asmeninių terapijos klausimų atskyrimas.
4. Šis tyrimas reikšmingai papildė egzistencinės supervizijos tyrimus tuo, kad supervizijų santykis buvo nagrinėtas iš abiejų perspektyvų – supervizoriaus ir supervizuojamojo. Tai leido ne tik patvirtinti mokslinėje literatūroje plačiai įvardijamą lygiavertiškumo ir emocinio palaikymo svarbą egzistencinėje supervizijoje, bet ir atskleisti naujus santykio aspektus, kurie literatūroje nebuvo išskirti. Supervizuojamieji išskyrė suderinamumą su supervizoriumi kaip veiksni, prisidedantį prie supervizijų efektyvumo, o supervizoriai – humorą, padedantį sumažinti įtampą ir suteikiantį santykiui lengvumą.

LITERATŪRA

- Bearman, M. (2019). Focus on methodology: Eliciting rich data: A practical approach to writing semi-structured interview schedules. *Focus on Health Professional Education: A Multi-Professional Journal*, 20(3), 1–11. <https://doi.org/10.11157/fohpe.v20i3.387>
- 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. <https://doi.org/10.1080/07325223.2016.1233478>
- Bordin, E. S. (1994). Theory and research on the therapeutic working alliance: New directions. In A. O. Horvath & L. S. Greenberg (Eds.), *The working alliance: Theory, research, and practice* (pp. 13–37). Wiley.
- Braun, V., & Clarke, V. (2016). Successful qualitative research: A practical guide for beginners. *QMiP Bulletin*, 1(21), 48–50. <https://doi.org/10.53841/bpsqmip.2016.1.21.48>
- Braun, V., Clarke, V., & Rance, N. (2015). How to use thematic analysis with interview data. In *SAGE Publications Ltd eBooks* (pp. 183 — 197). <https://doi.org/10.4135/9781473909847.n13>
- Callahan, J. L., Love, P. K., & Watkins, C. E., Jr. (2019). Supervisee perspectives on supervision processes: An introduction to the special issue. *Training and Education in Professional Psychology*, 13(3), 153–159. <https://doi.org/10.1037/tep0000275>
- Calvert, F. L., Crowe, T. P., & Grenyer, B. F. S. (2016). Dialogical reflexivity in supervision: An experiential learning process for enhancing reflective and relational competencies. *The Clinical Supervisor*, 35(1), 1 - 21. <https://doi.org/10.1080/07325223.2015.1135840>
- Cann, A., & Collette, C. (2014). Sense of humor, stable affect, and psychological well-being. *Europe's Journal of Psychology*, 10(3), 464–479. <https://doi.org/10.5964/ejop.v10i3.746>
- Cheung, R. C. M. (2024). *A narrative inquiry into the perceptions of counseling faculty regarding the use of humor in clinical supervision* (Doctoral dissertation, University of Northern Colorado). University of Northern Colorado. <https://digscholarship.unco.edu/dissertations/1075/>
- Colaizzi, P. (2002b). Psychotherapy and existential therapy. *Journal of Phenomenological Psychology*, 33(1), 73–112. <https://doi.org/10.1163/156916202320900437>

- Cooper, M. (2006). Humanizing psychotherapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 37(1), 11–16. <https://doi.org/10.1007/s10879-006-9029-6>
- Craig, M., Voss, J., Cooper, M., & Correia, E. (2016). Existential psychotherapies. In D. Cain, K. Keenan, & S. Rubin (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice* (2nd ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Crowe, M., Inder, M., & Porter, R. (2015). Conducting qualitative research in mental health: Thematic and content analyses. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 49(7), 616–623. <https://doi.org/10.1177/0004867415582053>
- 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.
- Efstation, J. F., Patton, M. J., & Kardash, C. M. (1990). Measuring the working alliance in counselor supervision. *Journal of Counseling Psychology*, 37, 322–329. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.37.3.322>
- Falender, C. A., & Shafranske, E. P. (2007). Competence in competency-based supervision practice: Construct and application. *Professional Psychology Research and Practice*, 38(3), 232–240. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.38.3.232>
- Farber, E. W. (2010). Humanistic–existential psychotherapy competencies and the supervisory process. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 47(1), 28–34. <https://doi.org/10.1037/a0018847>
- Farber, L. H. (2000). *The ways of the will: Selected essays* (Expanded ed.). Basic Books.
- Frawley-O’Dea, M. G. (2003b). Supervision is a relationship too: A contemporary approach to psychoanalytic supervision. *Psychoanalytic Dialogues*, 13(3), 355 - 366. <https://doi.org/10.1080/10481881309348739>
- Fritz, H. L., Russek, L. N., & Dillon, M. M. (2017). Humor use moderates the relation of stressful life events with psychological distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43(6), 845–859. <https://doi.org/10.1177/0146167217699583>
- Gadamer, H.-G. (2004). *Truth and method* (J. Weinsheimer & D. G. Marshall, Trans.; 2nd rev. ed.). Continuum.

- Galletta, A., & Cross, W. E. (2013). *Mastering the semi-structured interview and beyond: From research design to analysis and publication* (Qualitative Studies in Psychology, Vol. 18). New York University Press.
- Gelkopf, M. (2009). The Use of Humor in Serious Mental Illness: A review. *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine*, 2011(1). <https://doi.org/10.1093/ecam/nep106>
- Giesen, L., & Roeser, A. (2020b). Structuring a Team-Based approach to coding qualitative data. *International Journal of Qualitative Methods*, 19. <https://doi.org/10.1177/1609406920968700>
- Goodyear, R. K., & Bernard, J. M. (1998). Clinical supervision: Lessons from the literature. *Counselor Education and Supervision*, 38(1), 6–22.
- Hawkins, R., & Shohet, P. (2012). *Supervision in the helping professions* (4th ed.). Open University Press.
- Heidegger, M. (1962). *Being and time* (J. Macquarrie & E. H. Robinson, Trans.). Harper & Row. (Original work published 1927).
- Hill, C. E., Lent, R. W., Morrison, M. A., Pinto-Coelho, K., Jackson, J. L., & Kivlighan, D. M. (2016). Contribution of supervisor interventions to client change: The therapist perspective. *The Clinical Supervisor*, 35(2), 227–248. <https://doi.org/10.1080/07325223.2016.1193783>
- Hubble, M. A., Duncan, B. L., & Miller, S. D. (1999). Directing attention to what works. In M. A. Hubble, B. L. Duncan, & S. D. Miller (Eds.), *The heart and soul of change: What works in therapy* (pp. 407–447). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11132-013>
- Hutchby, I., & Dart, A. (2019). The interactional workings of laughter in group supervision for psychotherapeutic counsellors. *Counselling and Psychotherapy Research*, 19(2), 167–175. <https://doi.org/10.1002/capr.12206>
- King, N. (2004). Using templates in the thematic analysis of text. In C. Cassell & G. Symon (Eds.), *Essential guide to qualitative methods in organizational research* (pp. 257–270). Sage.
- Kočiūnas, R. (1996). Egzistencinė psichologija ir terapija: žvilgsnis į žmogiškosios būties dilemas. *Psichologija*, 15, 5-25. <https://doi.org/10.15388/Psichol.1996.0.4462>

- Krug, O. T., & Schneider, K. J. (2016). Supervision essentials for existential-humanistic therapy. In *American Psychological Association eBooks*. <https://doi.org/10.1037/14951-000>
- Ladany, N., Lehrman-Waterman, D., Molinaro, M., & Wolgast, B. (1999). Psychotherapy Supervisor Ethical Practices. *The Counseling Psychologist*, 27(3), 443 - 475. <https://doi.org/10.1177/0011000099273008>
- Lambers, E. (2007). A person-centred perspective on supervision. In M. Cooper, M. O'Hara, P. F. Schmid, & G. Wyatt (Eds.), *The handbook of person-centred psychotherapy and counselling* (pp. 366–378). Palgrave Macmillan.
- Längle, S., & Klaassen, D. (2019). Logotherapy and existential analysis: Method and practice. In E. van Deurzen, E. Craig, A. Längle, K. J. Schneider, D. Tantam, & S. du Plock (Eds.), *The Wiley world handbook of existential therapy* (pp. 341–355). Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781119167198.ch21>
- Levant, R. F., & Shlien, J. M. (1984). *Client-Centered Therapy and the Person-Centered Approach: New directions in theory, research, and practice* (pp. 285). Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.
- Loganbill, C., Hardy, E., & Delworth, U. (1982). Supervision: A conceptual model. *The Counseling Psychologist*, 10(1), 3–42. <https://doi.org/10.1177/0011000082101002>
- Longe, O. (2018). *Can I laugh now? Understanding humour within psychotherapy from the client's perspective* (Master's thesis, Dublin Business School). Quality and Qualifications Ireland.
- Majcher, J.-A., & Daniluk, J. C. (2009). The process of becoming a supervisor for students in a doctoral supervision training course. *Training and Education in Professional Psychology*, 3(2), 63–71. <https://doi.org/10.1037/a0014470>
- Majumdar, A. (2019). Thematic analysis in qualitative research. In M. Gupta, M. Shaheen, & K. Reddy (Eds.), *Qualitative techniques for workplace data analysis* (pp. 197-220). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-6684-3881-7.ch031>
- Marci, C. D., Moran, E. K., & Orr, S. P. (2004). Physiologic evidence for the interpersonal role of laughter during psychotherapy. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 192(10), 689–695. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000142032.04196.63>
- May, R. (1953). *Man's search for himself*. W. W. Norton & Company.

- May, R. (1958). Contributions of existential psychotherapy. In R. May, E. Angel, & H. F. Ellenberger (Eds.), *Existence: A new dimension in psychiatry and psychology* (pp. 37–91). Basic Books/Hachette Book Group. <https://doi.org/10.1037/11321-002>
- May, R., & Yalom, I. (2005). Existential psychotherapy. In R. J. Corsini & D. Wedding (Eds.), *Current psychotherapies* (7th ed., pp. 269–298). Thomson Brooks/Cole.
- McMahon, A. (2014). Four guiding principles for the supervisory relationship. *Reflective Practice*, 15(3), 333–346. <https://doi.org/10.1080/14623943.2014.900010>
- Milne, D. (2007). An empirical definition of clinical supervision. *British Journal of Clinical Psychology*, 46(4), 437–447. <https://doi.org/10.1348/014466507x197415>
- Mollon, P. (1989). Anxiety, supervision and a space for thinking: Some narcissistic perils for clinical psychologists in learning psychotherapy. *British Journal of Medical Psychology*, 62(2), 113–122. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1989.tb02818.x>
- Morgan, J., Smith, R., & Singh, A. (2019). Exploring the role of humor in the management of existential anxiety. *Humor - International Journal of Humor Research*, 32(3), 433–448. <https://doi.org/10.1515/humor-2017-0063>
- Moursund, J., & Erskine, R. G. (2004). *Integrative psychotherapy: The art and science of relationship (skills, techniques, & process)*. Thomson Brooks/Cole.
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16(1), <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
- Pagdin, S. (2013). An existential phenomenological model of supervision. *Existential Analysis*, 24(1), 50–55.
- Patton, M. Q. (2014). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice* (4th ed.). SAGE Publications.
- Samson, A. C., & Gross, J. J. (2011). Humour as emotion regulation: The differential consequences of negative versus positive humour. *Cognition & Emotion*, 26(2), 375–384. <https://doi.org/10.1080/02699931.2011.585069>

- Sarink, F. S. M., & García-Montes, J. M. (2023). Humor interventions in psychotherapy and their effect on levels of depression and anxiety in adult clients, a systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.1049476>
- Silva, S., & Sousa, D. (2018). Existential psychotherapy supervision: The supervisor's perspective. *Journal of Humanistic Psychology*, 62(3), 397 - 417. <https://doi.org/10.1177/0022167818802905>
- Spinelli, E. (2006). *Tales of unknowing: Therapeutic encounters from an existential perspective*. PCCS Books.
- Spinelli, E. (2007). *Practising existential psychotherapy: The relational world*. Sage Publications
- Spinelli, E. (2015). On existential supervision. *Existential Analysis*, 26, 168-178.
- Sultanoff, S. M. (2013). Integrating humor into psychotherapy: Research, theory, and the necessary conditions for the presence of therapeutic humor in helping relationships. *The Humanistic Psychologist*, 41(4), 388- 399. <https://doi.org/10.1080/08873267.2013.796953>
- van Deurzen, E., & Adams, M. (2016). *Skills in existential counselling & psychotherapy* (2nd ed.). SAGE Publications.
- van Deurzen, E., & Kenward, R. (2005). *Dictionary of existential psychotherapy and counselling*. SAGE Publications.
- Van Deurzen, E., & Young, S. (2009). Existential perspectives on supervision. In *Bloomsbury Publishing Plc eBooks*. <https://doi.org/10.1007/978-1-137-17681-3>
- van Deurzen, E.(2009). *Everyday mysteries: A handbook of existential psychotherapy* (2nd ed.). R outledge.
- Vaštakė, M. (2022). *Vyrų ir moterų refleksyvumo patirtys egzistencinės terapijos supervizijoje* (Daktaro disertacija, Vilniaus universitetas). eLABa. <https://doi.org/10.15388/vu.thesis.332>
- Vaštakė, M., & Kočiūnas, R. (2017). Fenomenologinis egzistencinės supervizijos tyrimas. *Psichologija*, 55, 72–87. <https://doi.org/10.15388/Psichol.2017.55.10737>
- Watkins, C. E. (2011). Does psychotherapy supervision contribute to patient outcomes? considering thirty years of research. *The Clinical Supervisor*, 30(2), 235 – 256. <https://doi.org/10.1080/07325223.2011.619417>

- Watkins, C. E. (2020). Psychotherapy supervision: An ever-evolving signature pedagogy. *World Psychiatry*, 19(2), 244–245. <https://doi.org/10.1002/wps.20747>
- Watkins, C. E. (2020). The Psychotherapy Supervisor as an agent of transformation: to anchor and educate, facilitate and emancipate. *American Journal of Psychotherapy*, 73(2), 57–62. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.20190016>
- Watkins, C. E., & Callahan, J. L. (2019). Chapter 2. Psychotherapy Supervision Research. In *American Psychiatric Association Publishing eBooks* (pp. 25 – 34). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9781615379132.lg02>
- Wengraf, T. (2001). *Qualitative research interviewing: Biographic narrative and semi – structured methods*. Sage Publications.
- Wharne, S., Arnold-Baker, C., & Hakim-Dowek, N. (2024). What would an existential approach bring to research supervision in postgraduate psychotherapy and counselling psychology education? *Counselling and Psychotherapy Research*. <https://doi.org/10.1002/capr.12763>
- Williams, A. (2001). *Visual and active supervision: Role, focus, technique*. W. W. Norton & Company.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.

1 priedas. *Kvietimas dalyvauti tyrime*

Psichoterapinės supervizijos efektyvumo ir santykių supervizijos procese tyrimas

Mieli būsimieji psichoterapeutai,

Jeigu jau lankote supervizijas ir esate turėję iki dešimties supervizijų, kviečiame Jus sudalyvauti psichologiniame tyrime „**Psichoterapinės supervizijos efektyvumo ir santykių supervizijos procese tyrimas**“. Projekto tikslas – suprasti, išskirti ir aprašyti supervizijos efektyvumo veiksnius bei tų veiksmų susietumą su supervizijų santykiais tiek iš supervizoriaus, tiek iš supervizuojamojo perspektyvos. Jei Jūs sutiksite dalyvauti šiame tyrime, kvietimą jame dalyvauti išsiųsime ir Jūsų supervizoriui.

Šis tyrimas atliekamas LMT finansuojamo projekto (Nr. P-MIP-23-209) kontekste ir jį vykdo šie VU mokslininkai: Prof. dr. Paulius Skruibis, Doc. dr. Neringa Grigutytė, Doc. dr. Greta Kaluževičiūtė-Moreton, dr. Marija Vaštakė. Projektui vadovauja Doc. dr. Neringa Grigutytė. VU Filosofijos fakulteto Psichologinių tyrimų atitikties mokslinių tyrimų etikai komiteto sprendimu mokslinis tyrimas „Psichoterapijos supervizijų efektyvumo ir santykių supervizijos procese dinamikos tyrimas“ atitinka mokslinių tyrimų etikai (Nr. 20 / (1.13 E) 250000-KT-161).

Tyrime bus taikoma tiek kiekybinė, tiek kokybinė tyrimo strategija, todėl Jūsų prašysime užpildyti klausimynus ir sudalyvauti interviu.

Kiekvieno iš Jūsų dalyvavimas mums yra labai svarbus ir reikšmingas, nes suprasdami Jūsų individualias patirtis tikimės suformuluoti gaires psichoterapeutų ir supervizorių ruošimui ateityje. Taipogi gauti tyrimo rezultatai padės atsakyti į labai svarbų ir iki šiol neatsaktą klausimą, kas daro superviziją efektyvia, o tai padės gerinti teikiamų psichologinių ir psichoterapinių paslaugų kokybę.

Jeigu norėtumėte dalyvauti šiame tyrime, kviečiame užpildyti žemiau esančią formą.

Iškilus klausimams apie projektą, prašome kreiptis el. paštu: super@fsf.vu.lt

Iš anksto dėkojame už Jūsų indėlį ir bendradarbiavimą,

VU Psichologijos Instituto mokslininkai

2 priedas. Transkripcijose naudoti ženklai

Simbolis	Pavyzdys	Paiškinimas
[]	[VARDAS]; [MIESTAS]	Laužtiniuose skliaustuose rašomi tikriniai vardai ar pavadinimai pakeisti į bendrinius, vietoj Tomas VARDAS ir t.t
(3)	Dalyvis: Taip. (3s.) Nežinau, ką daugiau pridurti.	Skliausteliuose pažymėtas skaičius nurodo sekundėmis pokalbyje truncančią pauzę.
_____	Dalyvis: tada labai nuliūdau ir pamąsčiau kad tik galėčiau jiems įrodyti	Pabraukimas reiškia, kad vienas žodis ar jo dalis yra labai akcentuojama ar netikėtai pakeliamas balsas.
ŽODIS	Dalyvis: tada nutariau DAGIAU NIEKADA TAIP NEBEBUS	Didžiosiomis raidėmis rašoma frazė ar daugiau nei vienas žodis, kuri itin pabrėžiama ar net iššaukiama.
.hhh	Aš tai jaučiau .hhh	Tai žymi gilesnį atodūsį ar iškvėpimą. Jei jis trunka ilgiau ar atskleidžia itin reikšmingą situaciją, galima papildomai skliausteliuose pažymėti sekundes.
(...)	Ateityje daug neramumų (...) bet ką jau čia	Tušti skliausteliai su tritaškiu viduje žymi transkribuotojo negalėjimą išgirsti, ką sako tyrimo dalyvis ar interviuotojas.
(žodis)	Ar matote (toje istorijoje) ką nors teigiamo?	Skliausteliuose pažymėtas žodis mažosiomis raidėmis reiškia, jog transkripcijoje spėjama, kad tai būtent šis žodis, bet nėra aiškiai girdima.
Žod-	Nebegaliu daugiau pasa-	Žodžio gale padėtas minuso ženklas reiškia, kad nepabaigus žodžio jis nutraukiamas ir nebesigirdi.

3 priedas. *Transkripto ištrauka*

- 1 R: Pradėsiu įrašą ir tyrimą norėčiau pradėti nuo pirmojo klausimo, kaip Jūs suprantate kas yra
2 supervizijos efektyvumas?
- 3 T: (7s) -Mmm, aaa, tai aš suprantu kiek supervizijos padeda pasiekti (2s) mano keliamu
4 supervizijai tikslų ir kiek, nu, padeda man kokybiškiau dirbti su klientais, nu, jeigu taip kalbant
5 apie mano konkrečiai tikslus, keliamus supervizijoje, nu, pagal kuriuos aš, galbūt, kažkiek
6 vertinčiau kiek man jos yra efektingos, tai mano daugiau tokių yra tikslų, kad kažkokių sekti
7 meistriškumo savo profesijoje, eee sugebėt kažkaip tai išlikti neutraliai, nu, kažkaip pama- ,
8 atpažinti savyje kada aš, kada, kur yra kliento procesai, kur kažkur įsijungia kažkokie mano
9 vidiniai procesai, nu, kažkaip išlikti tuoj, nu nepereiti kažkokį tai asmenišką dalyką, taip
10 maksimaliai neutraliai išlikti, tai kas čia dar (2s) kaip, (3s) kaip, kaip, galbūt, formuluoti
11 kažkokių tai klausimus, galbūt, aš ieškau idėjų kaip būti su klientu, kaip kažkokiose netipinėse
12 situacijose, nu, kažkokiu tai tips'u, nežinau, kaip elgtis tam tikrose situacijose, ką
13 rekomenduotų daryti, galbūt mano irgi toks vienas iš tikslų neužskubėti terapijos metu ir
14 nepadaryti kažko už klientą, o kaip suteikti erdvę ir buvimą kažkokį tai, kad klientas pats
15 išsispjstų savo klausimus ir kad kaž- negelbėti kliento, susistabdyt save tuose santykiuose,
16 nu, žodžiu, kad nepersekioti ir negelbėti, ir kažkaip, nu, tiesiog kelt klausimus (2s) tai, galbūt,
17 nu, tada vat iš mano tokios perspektyvos asmeniškai, tai tas efektyvumas būtų, nu vat, pasiekti
18 kažkaip, judėti šituose tiks- ar- arti šitų tikslų ir čia toks, nu, klausimas yra įmanoma kažkaip jų
19 pasiekti pilnai? Ne, bet ar gali būti kažkokia dinamika ir mano kažkoks asmeninis progresas
20 šitoj srity, tai tikrai manau, kad taip. Tai realiai, nu, to aš ir ieškau. Ir to, ir dar ko ieškau, nu,
21 tai tokio palaikymo, bendrai darbe, tokio kažkokio gal pastiprinimo ten kur, kur jo trūksta, ir,
22 nu tokio vat, žodžiu, tokio kažkokio kolegiško, tokios mentorystės, nežinau, (3) nežinau ar
23 koučingo, ar kaip čia jį pavadinsi. Tai vat, nu, tai mano būtų galbūt tokie dalykai, tai, nu vat,
24 šitoj vietoj man būtų tada, jeigu man padeda pasiekti savo kažkokių tikslų, tai aš sakyčiau, kad
25 man supervizijos yra efektyvios.

Prieš prasidedant pokalbiui jaučiau jauduliuką, tačiau pokalbiui pasibaigus atėjo jausmas, kad darau tai, ką noriu ir turiu daryti. Mano tyrimas yra apie santykį ir interviu metu su dalyve pajaučiau tą patį, kad svarbiausia yra būtent tai apie ką ji ir daugiausiai dalinosi – kaip tame santykyje būnasi, kai užsimezga ryšys. Tyrimo dalyvė pasidalino, kad jai šis pokalbis buvo labai reikšminga ir reikalinga refleksija. Man taip pat. Po interviu sedėjau ir galvojau kaip iškart pasijaučia, kai gimsta tas tikras, žmogiškas, bet tuo pačiu ir paprastas ryšys. Tada tiek lengvumo atsiranda...dingsta jaudulys, įtampa, nes pokalbis tampa ne tik duomenys, o gyvas patyrimas. Gal jame ir atsiskleidžia tai, kas iš tiesų svarbiausia?

5 priedas. *Supervizuojamųjų interviu temos, potėmės ir kodai*

Tema		Santykis didinantis efektyvumą				
Potėmės	Drąsa santykyje	Šiltas santykis	Lygiavertis santykis	Ilgalaikis santykis	Emocinis palaikymas	Supervizoriaus ir supervizanto suderinamumas
Kodai	Drąsa nežinoti	Šiltas kontaktas	Kolegiškas santykis	Ilgalaiko supervizijų santykio svarba	Gebėjimas kreiptis ir priimti pagalbą	Supervizoriaus stiliaus suderinamumas
	Drąsa santykyje	Jauki atmosfera	Kolegiškumas	Supervizijų dažnumo ir tęstinumo reikšmė	Emocinis palaikymas	Požiūrio apie supervizijų procesą sutapimas
	Drąsa išbandant naujus dalykus	Šiltas santykis	Lygiavertis santykis		Supervizija kaip atrama (Paraminimas)	Supervizoriaus ir supervizuojamojo suderinamumas
	Erdvė nežinoti	Jaukumas santykyje	Lygiavertiškumas santykyje		Galimybė dalintis sunkumais ir jausmais	Artimumas su supervizore
	Galėjimas klysti	Saugumas santykyje	Nevertinantis santykis		Supervizoriaus palaikymas	
		Saugumo jausmas buvime su labiau patyrusiu	Žmogiško buvimo svarba		Palaikymas	
		Abipusis įsitraukimas	Balansas tarp eksprertiškumo ir abejojimo		Jausmas, kad turi kur kreiptis pagalbos	
		Pažeidžiamumo patyrimas santykyje	Nevertinantis santykis			
			Lygiaverčio santykio svarba			
			Kolegiškas pripažinimas			
			Lygiaverčio santykio ir suderinamumo svarba			
			Savarankiškumas			

6 priedas. *Supervizorių interviu temos, potemės ir kodai*

Tema		Supervizijų santykio aspektai				
Potemės	Pasitikėjimas ir atvirumas	Palaikymas	Lygiavertiškumas	Humoras	Neskubėjimas	Supervizijos ir asmeninės terapijos klausimų atskyrimas
Kodai	Drąsa atvirai dalintis sunkumais	Palaikymas	Kolegiškumas	Terapeuto lengvumo pajautimas	Atsargumas	Ribos
	Atmosferos kūrimas	Šiltas santykis	Darbinis kontaktas	Humoras santykyje	Neskubėjimas ir atsargumas	Atskyrimas profesinių ir asmeninių sunkumų
	Pasitikėjimas ir atvirumas	Emocijų ventiliavimo svarba	Kolegiško ir lygiaverčio santykio svarba	Humoras santykyje	Neskubėjimo santykyje svarba	
	Pasitikėjimo supervizuojamuoju svarba	Nuoširdus tikėjimas terapeutu	Supervizoriaus ėjimas supervizuojamojo keliu	Laisvumo, lengvumo ir nuoširdumo supervizijų santykyje svarba		
	Supervizanto gebėjimas būti pažeidžiamu	Terapeutas nejaučia vertinimo spaudimo	Lygiaverčio santykio svarba			
	Supervizoriaus įsitraukimo svarba	Santykio reikšmė supervizijų procese	Bendradarbiavimas			
	Pagarba	Supervizorės palaikymas	Terapeuto patirtis			
	Atvirumas	Erdvė klysti	Darbinis santykis			
	Saugumas	Realybės atspindėjimas	Bendradarbiavimas			
	Atvirumas	Stiprus tarpusavio ryšys	Lygiavertiškumas			
		Palengvėjimas po supervizijos	Bendradarbiavimas			
		Pasitenkinimas supervizijos procesu	Bendradarbiaujantis santykis			