

Latvijas Supervīzijas un organizāciju attīstības centrs



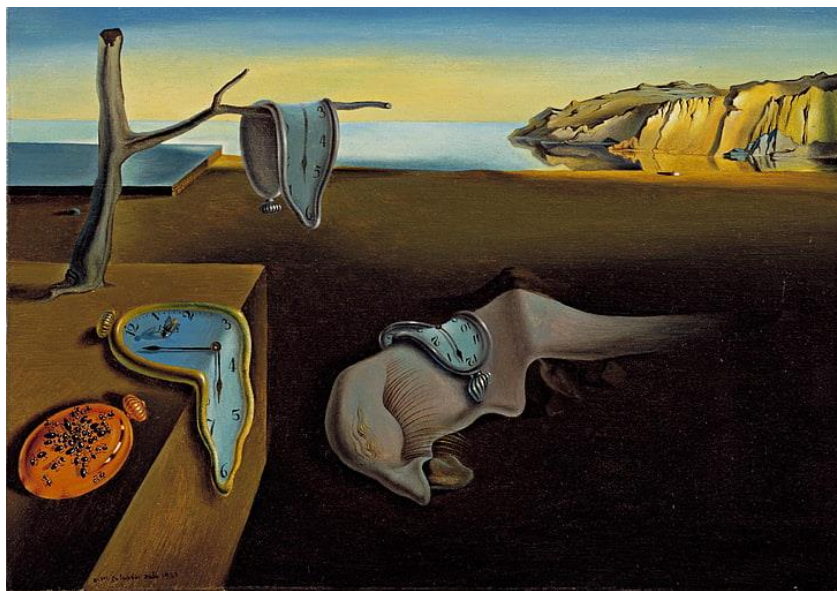
ISCI - International Supervision and Coaching Institute



2021 - 2024

Diāna Jaunzeme-Meistere

“DARBS AR SIMBOLIEM UN TĒLIEM SUPERVĪZIJĀ.”



Salvadors Dalī “Kūstošais laiks”, 1931. Eļļa, audekls

2023

SATURA RĀDĪTĀJS.

Ievads.	2
Konteksta apraksts.	3
Analīzes daļa.	
1. pietura pie psihoorganiskiem	6
2. pietura pie supervīzijas mākslu terapijā	10
3. pietura pie integratīvās supervīzijas praktiķa Vācijā	13
4. pietura pie sistēmiķiem	17
Noslēgums.	19
Titri.	20
Literatūras saraksts.	21
Pielikumi.	22

IEVADS.

Viens noved pie otra, cits pie cita. Tā arī es satikos ar brīnišķīgajām studijām Latvijas Supervīzijas un organizāciju attīstības centrā. Bija pagājuši pāris gadu pēc vēl vienām īpašām studijām manā nu jau apzinātākā vidusmūža periodā psihoorganiskajā analīzē 3 gadu bāzes līmenī (turpmāk tekstā POA).

Uzsākot šīs studijas, kur aiz katra ceļa pagrieziena pavērās tik daudz neatklātu, jaunu, intriģējošu, daudzslāņainu, izpētāmu ainavu un perspektīvu, sajutos ļoti mājīgi. Es tapinos un lipinos par supervizoru nu jau 3 gadus, piedzīvojot dažādus transformācijas procesus, sildošus un izsūpojošus, plaša spektra. Un nemainīga ir mājīguma sajūta. Paprātojot un pakavējoties pie šīs sajūtas, uznira ugunsкура simbols. Mūsu studijas no pirmās dienas noris visdemokrātiskākajā un man tuvā formā – aplī. Ik dienu piedzīvoju cilts viedajo, vecajo (ja drīkstu mūsu kuratores Inesi Stankus-Višu un Aritu Faetherstoni tā nodēvēt) uzmanīgās rūpes un atbalstu. Te ir telpa rituāliem, iniciācijai un tapšanai. Tā ir telpa klusumam un trakulīgām dejām ap uguni. Te runā man tuvā simbolu valodā. Es biju iztēlojusies šīs mācības kā jaunas svešvalodas apguvi, bet ļoti mājīgi sajutos jau atlases reizē, kad telpā ienāca simboliskās kārtis, daudz krāsu zīmuļu un krītiņi, metaforas, asociācijas, simboli un tēli.

Studiju process bija bagāts ar košiem vieslektoriem, no kuriem ik katrs atvēra jaunus apvāršņus un vienlaicīgi uzturēja manu mājīguma sajūtu. Es šo tapšanu piedzīvoju kā dziļu un vienlaicīgi rotaļīgu (darbs ar lego, kustību terapijas elementi, sistēmiskās konstelācijas...). Man kā gailenēs gājējam, teikums par kontekstu pētniecību studiju ietvaros “Supervīzija ir kā gailenēs iešana. Skatāmies, kur ozols, kur pīlādzītis...” (autors Kārlis Viša) vēl nostiprināja sajūtu – jā, šī metaforu un simbolu valoda man tuva.

Kad to atskārtu, sāku vērot, kā šī simboliskā valoda dzīvo mūsu grupā, kā kāds to atzīst par svešu esam, kā tā iedzīvinās supervīzijās, kāda maģiska loma tai ir. Saku maģiska, jo supervīziju procesos bieži jaušu tādu kā brīnuma klātbūtni, ne viss pakļaujas racionalizēšanai. Reizēm sesijās intuitīvi var sajust – te ir telpa ienākt simboliem vai tēliem, un notiek negaidīts pavērsiens, kaut kas it kā sakustās, pavirzās, atnāk vārdi, kur tie līdz šim nenāca vai atnāk kustības/darbības impulss, kas līdz šim bija slēpies.

Manī jautātāja šķautne kļuva tāda urdīga un nemierīga. Ja supervīzijas telpā ienākošie simboli un tēli izkustina procesus, klusumu pārvērš vārdos, sastingumu vērš uz kustību utt., kā tas notiek, kur tas mūsos dzīvo, vai tam jēlkādu izskaidrojumu var rast? Vai varu dot sev atļauju tiem ienākt sesijās, kad intuīcija saka - ielaid tos, ej šajā pieredzē, raudzīsim, kur nokļūsim?!

Supervizora profesija man ir turpinājums izglītības, mākslas un psiholoģijas laukā gūtajai pieredzei. Domājot par savas identitātes viengabalainumu un autentiskumu, lai nesašķīstu un nesadrumstalotos, paiešos pa šiem laukiem, iespējams, te arī atradīšu padziļinājumu interesei par simboliem un tēliem, to vietu un derīgumu arī supervīzijas telpā.

Iešu darīšanas/intervenču ceļu, ienesot darbu ar fiziski taustāmiem materiāliem – simboliem un tēliem, tur, kur šķietami tiem būs vieta. Tā ir allaž tāda iešana neskaidrajā (neskaidrības tolerēšana¹ – nozīmīga supervizora kompetence) un nezināmajā, kā jau supervīzijā tas notiek, un arī tas ir brīnumaini. Ieaicinu tevi būt manam ceļa sabiedrotajam, lai supervizora vientuļajai daļai līksmāk, lai reflektētu un šķietami iracionālajā tēmā noturētos uz takas. Jūties neatkarīgs un brīvs, pat, ja kāds stāsts tevi iemidzina un nemaz nevēlies, manis ieaicināts, piemēram, lasīt akmeņus ceļmalā.

¹https://anse.eu/wp-content/uploads/doc/ECVision/ECvision_e_book.pdf 59.lpp.

KONTEKSTS | **Manas jaunās identitādes road movie – ceļa filma**

Ja man sava tapšana par supervizoru būtu jāsalīdzina ar kādu filmas žanru, tad, mirkli atskatoties, nāk prātā *road movie* (*angļu*) - filmu žanrs, kur sižets ir saistīts galvenokārt ar notikumiem ceļā. <https://tezaurs.lv/mwe:199396>

Tieši tā uzsāku studijas – ar aizrautību, nezināmā trīsām, ļaujoties, neplānojot un nevizualizējot gala mērķi, arī ceļā satiktos, bez izsapņotām prakses auditorijām. Tad vēl arī nezināju, ka pārskatīšu savu darba dzīvi un studiju vidū pārtraukšu darba attiecības kā muzejpedagogs Jūrmalas muzejā. Tas nozīmē, ka došu sev arī iespēju lēnāka laika meklējumiem (pirmo reizi savā dzīvē). Ideja par lēna laika meklējumiem nav mana, to atminos no kādas Rīgas Laika intervijas, kur sarunājās Arnis Rītups ar norvēģu sociālantropologu Tomasu Hillannu. Tātad – man visa bija gana, lai dotos ceļā un ņemtu to, kas aiz ceļa pagrieziena sekos.

Kā jau ievadā teicu, ka viens noved pie cita. Tā mana supervizora smēde šobrīd nu jau trešo gadu ir izglītības lauks, no kura pēc studijām biju attālinājusies. Esmu atvērta dažādībai, svešajam, bet šobrīd esmu pateicīga, ka varu tapināties sev ne svešā laukā un būt atbalstošai kolēģiem citādā veidā.

Manā *road movie* titru saraksts būs garāks (to pabeigšu noslēgumā), bet šeit ir laiks minēt manas prakses sadarbības partnerus.

Izglītības projekta vidējā vadības līmeņa grupa, klātiene.2022./23. m.g.

Izglītības projekta vidējā līmeņa vadītāja, individuāla supervīzija, klātiene. 2023.g.

Latvijas 3 augstskolu kopprojekta jaunie pedagogi, individuālas supervīzijas attālināti.

2021./22./23./24. m.g.

Pirmsskolas izglītības iestādes pedagogu grupa, klātiene.2022./23./24. m.g.

Izglītības pārvalde, 3 pedagogu grupas, klātiene. 1 sezona 2022./23. m. g.

Vispārizglītojošas skolas pedagogs, individuāla supervīzija, klātiene. 3 sezonas. 2021.-23. g.

Valsts ģimnāzijas pedagogi, grupas supervīzija, klātiene. 1. sezona. 2023./24. m.g.

Supervizore Inga Pāvula, supervīzijas par supervīziju, supervizors Kārlis Viša,

grupas supervīzija par supervīziju. Atbalsts manā prakses *road movie* pilnā mērā.

Sadarbība ar valsts izglītības projektu ir noslēgusies, jo arī projekts teju noslēgsies. Ar pirmsskolas iestādes grupu strādājam otro gadu, 6 reizes mācību gadā pa 2h. Ar Valsts ģimnāzijas pedagogu grupu rit pirmais gads, kontrakts ir uz 6 x 3h reizēm. Trešo gadu esmu kā supervizors līguma attiecībās ar Latvijas Universitāti projektā, kas piedāvā jaunajiem pedagogiem individuālas supervīzijas pēc nepieciešamības. Ir pedagogi, kuri šo pakalpojumu un atbalstu izmanto visa mācību garumā. Uz doto brīdi ir supervīzējušies 23 pedagogi, līdz 2024. gada jūlijam noteikti skaits augs, jo īpaši ziemas mēnešos ir novērojama nepieciešamība pēc atbalsta supervīziju formātā.

Pasūtījums visos gadījumos no vadības puses ir līdzīgs – nodrošināt pedagogiem drošu, atbalstošu telpu, kur izrunāt grūto, palīdzēt identificēt to, izrunāties, būt blakus viņu refleksijās. Atgriezeniskā saite no supervizora netiek prasīta, izņemot gadījumus, kad uzskatu par nepieciešamu pasūtījuma devējus informēt (līdz šim nav bijis nepieciešams).

Tev, šo lasot, iespējams, arī ir savas izjūtas vai simboli, metaforas, kā tu raksturotu izglītības laukā šobrīd notiekošo. Šeit es ļoti uzmanīgi vēlos ienest savu kā supervizora vērojumu

(uzmanīgi, lai robusti neapzīmogotu šo lauku, ne no sevis kā mammas korpēm, ne mediju telpā klejojošiem viedokļiem). No supervīziju pieredzes es to izjūtu kā duālu. No vienas puses brīnišķīgu iespēju un pētniecības, radošuma laboratoriju, kur pedagogi eksperimentē, top kopā ar bērniem. No otras – izglītības telpā ir daudz noguruma, kas robežojas ar izdegšanu, upuru un varmāku lomu izspēles, ārējā vainīgā meklēšana, pārslodze, neparūpēšanās par sevi, grūtības būt pastāvīgā mainībā, kur nu vēl rast laiku pilnveidei, tālākizglītībai.

Šo ilustrāciju ienesu, lai izceltu supervīziju nozīmību un nepieciešamību, jo nereti pedagogiem šis ir vienīgais laiks un tā rimtā telpa, kur salēnināties un soli pa solītim (apzināti lietoju pamazinājuma formu) mēģināt pētīt savos darba kontekstos - kur es esmu? kāds es esmu? kā es vēlētos, lai man ir? kā es te nokļuvu? vai man der tas, kur esmu, un vai es deru tur, kur esmu?

Tie ir tikai daži jautājumi, tikai dažas ceļa zīmes katra klienta ceļā. Taču nozīmīgas, jo tās var izšķirt nākošo kustību satiksmē, izmainīt to, kas mani aiz nākošā pagrieziena sagaida.

Tu jau redzi, lasītāj, ka bez metaforām neiztikt, tās situāciju atspoguļojumos ienes arī klienti. Metaforu laukam vēlāk pieskaršos vien mazliet. Lasu kādās savās piezīmēs un atceros, ka runas meistars Viesturs Meikšāns ir teicis, ka “metafora ir kā paātrinātājs, kā turbo poga uz spēļu konsoles, kas palīdz publikai daudz ātrāk saprast sarežģītas tēmas. Tā darbojas kā tilts, kas palīdz savienot abstraktas un neskaidras idejas ar daudz konkrētākām un zināmām idejām vai parādībām. Šie metaforu tilti veido paralēles ar to, ko mēs jau zinām vai saprotam.”

Metaforas, iespējams kāds sapnis būs klātesoši, bet aicinu tevi mani pavadīt darbā fokusētāk ar simboliem² un tēliem (psihisko norišu rezultātā radies atspoguļojums apziņā, piemēram, priekšstats. <https://tezaurs.lv/>). Lai mūsu kopējais ceļš neklūtu nepārrēdzami plats. Ceļa platums draud man pazaudēt tevi, kad kopīgi lasīsim gliemežvākus pludmalē un vāksim smiltis, jo tie izrādīsies noderīgi sesijās ar klientiem. Kā un kāpēc tos (arī citus taustāmus materiālus) izmantošu, par to vēlāk. Ja tevi šīs intervences uzrunās, nes tās praksē, raugi, vai noderēs!

Pirmie, un visticamāk, ka ne pirmie impulsi pievērsties simboliem un tēliem, meklējami, manuprāt, nejaušībās (arī diskutabli, vai tās ir tik nejaušas). Sākot šīs studijas un piedzīvojot mūsu abas kuratores un vieslektorus, prātoju pie sevis, ka supervīzoram bez auto jau nu nekādi neiztikt, jo daudz pieejās, intervencēs, metodēs, paņēmienos ienāk lietu taustāmā pasaule visplašākajā spektrā. Sākot ar papīru, krāsām līdz virtuves galda paliktņiem un lego komplektiem. Atceros, kā nodomāju – es mērķtiecīgi neiešu strauji tādu ceļu, jo vārds, dialogs, saruna taču ir izcils resurss.

Līdz reizei, kad ► *pa ceļam uz pedagogu grupas supervīziju, es iegriežos pie paziņas, kura atjaunoja āra terasi un zem dēļiem bija atradusi gana glītus akmeņus. Jautāju, ko viņa ar tiem plāno darīt? Viņa saka, ka neko, ja tev tie nepieciešami – lūdzu. Tobrīd nezināju, kādēļ, bet uz supervīziju jau biju ceļā ar paprāvu akmens maisu. Tā bija otrā tikšanās reize. Kāds gana noslēgts, minu, ka arī intraverts, gados jauns vētures skolotājs ievadā aplī saka, viņš izjūt sevī akmens smagumu un nav pārliecināts, vai viņš ar šo smagumu un izaicinājumiem tiks galā.*

² Simbols Senajā Grieķijā nav bijis [termins retorikā](#), bet gan kāda zīme, līgums, savienība vai saistības.

Burtiski šis sengrieķu [lietvārds](#) nozīmē ‘kopā saliktais’, tāpat kaut kas tāds, kam ir divas puses, un tas kalpojis kā atminēšanās lauska. [Latīniski](#) to dēvē par *tessera hospitalis* ‘viesa tesera’ – tesera ir plāksnīte, kas noder par dokumentu tam, kas to uzrāda. Tas nozīmē, ka viesim tiek iedota kādas lauskas daļa, taču otra daļa paliek tai ģimenei, kas šo viesi uzņem. Tas tiek darīts ar nolūku, lai pēc vairākiem gadu desmitiem, kad viesā pēctecis atgriežas tās ģimenes mājā, kurā viņa sencis tika uzņemts, viņi, savienodami lausku daļas, viens otru pazītu. Tā ir kā pielaišanas zīme, kas palīdz pazīt kaut ko sen zināmu.

Simbols mūsdienu izpratnē ir kāds tēls, kas nosauc kādu ideju vai domu. Mūsdienās simbolam ir ļoti plašs pielietojuma lauks – tas var būt attēls, priekšmets, vārds vai izteiciens, ornaments, skaņdarbs, uzvedums, krāsa un to salikumi, emocijzīmes, ceļu satiksmes zīmes, karogi, [ģerboni](#), emblēmas un tā tālāk. Simbolu var pētīt mākslā, literatūrā, [mūzikā](#) u. c. nozarēs. <https://enciklopedija.lv/skirklis/27919-simbols,-trops>

Ieaicināts padalīties, kas ir šie izaicinājumi, klusi nopūtās, un bija sajūta it kā viņš iegrimst dziļi sevī un sagumst krēslā. Škita, ka viņam nenāk vārdi, lai raksturotu savu situāciju. Atcerējos par akmeņu maisu. Man bija arī smilšu krāsas A4 papīra lapas, no kurām lūdzu viņu salikt, tik lielu laukumu, cik lielu viņš sajūt savu darba lauku. Tad iedevu akmens maisu un lūdzu viņam sajukt, cik smags ir viņa smagums, atstājot tik akmeņus, cik nepieciešams. Tika atstāti visi. Tad ieaicināju izbērt tos un varbūt to, ko viņš jūt kā akmens smagu izlikt vizuālā bildē uz papīra laukuma. Devu laiku, cik nepieciešams, bet dažās sekundēs viņš akmens bildi bija izlicis un arī sevi un savu vietu atradis tajā. ► Meklē - pielikumi /metodes / darbs ar akmeņiem.

► *Tad sekoja individuālā supervīzija (pirmā tikšanās reize) ar kāda projekta vidējā līmeņa vadītāju. Ierados ar pulksteni, pierakstiem un penāli, kas allaž ir ar mani un diezgan košu saturu, es domāju – dažādām dzīves situācijām. Klientes darba situācijas izklāsts, viņasprāt, bija tik komplicēts un piņķerīgs, ka grūti saprast, no kura gala sākt. Kliente pārlaida apkārt telpai acis, un tās palika pie mana atvērtā penāļa. Viņa pajautāja, vai drīkst to izmantot? Teicu – protams, un pēc nepilnas minūtes viņa starp mums uz galda bija izlikusi bildi no visa penāļa satura, ieskaitot matu gumiju, kas bija man uz rokas uzvērta. Viņa matu gumijas simbolu piešķīra sev. Un saruna varēja sākties. Ko tu esi attēlojusi? Kur tu sevi redzi šeit? Kur tu saskati grūtību utml. Šajā sesijā paspējām arī pievērsties izkārtojumam, kāds viņai būtu vislabākais un nākošās sesijas viņa soli pa solim izstrādāja taktikas, kā tur nokļūt. ◀ Toreiz nodomāju – ak, labi, ka mums studijās teju bija aizvadīts modulis ar Piret Bristol no ISCI International Supervision and Coaching Institute un sistēmiskajām konstelācijām. Varēju neapjūkot laisties līdz klientei šajā procesā, caur priekšmetisko pasauli identificēt viņas komplicētās darba situācijas iesaistītās puses, un kuros posmos meklējams risinājums.*

Kā jau supervīzijās – strādājam ar to, kas tobrīd ir, ar to, kas nāk, ar to, ‘kas gaisā’. Šajā gadījumā burtiski – ar to, kas uz galda! Pat sadzīviski tiek lietots Pastāsti! vietā - Liec galdā!

Ar šo vēlos teikt, ka, sekojot klientiem, viņi it kā savdabīgi mani ieaicināja simboliskajā dimensijā, kurai tad arī ļaušos un ieaicinu arī tevi.

Šī ceļojuma turpinājumā padalīšos, kur un kā simboli ir ienākuši manā praksē un raudzīšu, kur varu rast atbalstošas teorijas un atļaujas idejai, ka darbs ar simboliem ir nozīmīgs, un tam ir vieta supervīzijā. Turpināšu ienest intervences no prakses un dažu metožu ilustrācijas – pielikumā.

Protams, ka ceļa filmā pamatā risinās negaidīti notikumi, bet dažas gaidāmās pieturvietas mūsu ceļojumā tev atklāšu – pirmajā ielūkošos psihoorganiskās analīzes konceptos (kas saturā – pie psihoorganiskiem), 2. pieturā piestāšu mākslas terapijas laukā, 3. pieturā pie vācu integratīvās supervīzijas praktiķa, kura ikdiena ir darbs ar simboliem, bet ceturtajā - vizīte pie sistēmiķiem.

Mūsu road movie jeb ceļa filmai piestāvēs VW 1965. gada beetle mikrobuss Samba.

Tas ne tikai iztēles iedarbināšanai, bet tēma “Darbs ar simboliem un tēliem supervīzijā” prasa arī paprāvu supervizora auto bagāžnieku, kur sarūmēt arsenālu, kas taustāms, un kas iekustina mūsos simbolisko domāšanu. Pa ceļam piestāsim salasīt tieši šim nolūkam piemēram, akmeņus un gliemežvākus. Apliesim arī kādu ceļa malā izkaltsu augu, ja mēs tādu atradīsim. Arī vienas izstādes apmeklējums ir padomā.



ANALĪZES DAĻA | 1. pietura pie psihoorganiskiem

Šo studiju ietvarā manu prātu nodarbina doma, kas notiek pirms vārdiem, pirms tie nāk, rodas, dzimst. Darbs ar simboliem un tēliem, manuprāt, noris tajā telpā, kas ir pirms vārdiem. Vai tāda ir, un kas tā ir, vai tā varētu atrasties priekšapziņas³ valdījumos? Es to iztēlojos kā tādu liminālu, neskaidru, dūmakainu telpu. Uz šo atbildi nolēmu pameklēt psihoorganiskās analīzes⁴, turpmāk tekstā POA, konceptos.

POA runā par reālajiem, simboliskajiem un iztēlotajiem tēliem. Mani uzrunā īpaši tas, ka tieši simboliskie tēli ir tie, kas atbilst mūsu vajadzībām. ▶ *Intuitīvi, novienkāršoti šo reiz ienesu individuālā sesijā ar kungu, kurš 60 gadu vecumā ir kļuvis par skolotāju un nodarbina sevi ar domu „Vai esmu gana labs skolotājs?” To nebija neviens ārpusaulē viņam norādījis, tas jautājums viņu vienkārši nodarbināja. Aicināju viņu padalīties, kā viņš bija iztēlojies sevi kā skolotāju, pirms viņš uzsāka darbu skolā? Atbildē ienāca tēls, kas bija sakopots no viņa dzīvē pieredzētiem skolotājiem. Tad aicināju piemeklēt laba skolotāja simbolu. Kungs saka – galdnieks. Jautāju, kā tas sasauca ar viņa darba ikdienu? Uz ko viņš sajūsmā saka – es taču tas esmu, es esmu tas galdnieks. Es ar bērniem ikdienā radu tādu radošu, darbīgu vidi, kur jāmodelē, jāeksperimentē, jāslīpē, jālīmē, jāklūdās..., un tajā pat laikā man jānotur rāmis, lai viņi justos darbdroši. Tikāmies tikai vienā supervīzijā pirms Ziemassvētkiem. Viņš priecīgs nodziedāja man svētku dziesmu (viņš arī diriģents) un teica, ka Galdniekmeistars ar prieku atkal ies janvārī uz darbu.* ◀

POA konceptos runā arī par salīdzinošo domāšanu. „Tikpat lielā mērā kā zemapziņa glabā situācijas, apziņa ir saistīta ar attiecībām. Mēs radām savstarpējas saiknes un piešķiram jēgu attiecībām ar Citu. Dažkārt mēs pārsteigti konstatējam, ka tam, ko esam darījuši, ir lielāka jēga, nekā iepriekš bijām domājuši. Iecerēto situāciju, vēl pirms tā ir apzināta, nosaka dažādu izdomāto un simbolisko tēlu salīdzinājums. Šie tēli nonāk apziņā laika sprīdī, kurš ir pietiekams, lai rastos doma. Tagad iedomāsimies, cik daudz tēlu parādās no priekšapziņas konkrētajā brīdī, un tiem pievienojas „slidoši tēli no zemapziņas, un tie visi piedalās domas radīšanā. Es saucu šo procesu par „salīdzinošo domāšanu“. (Psihoorganiskā analīze, 71.lpp.)

Interesanti jau toreiz studējot šķita, ka franču psihoterapeiti Žaklīna Besona un Īvs Bro to lauku, kur satiekas terapeits un klients sauc par metaforu lauku.

“Metafora⁵ ir ļoti interesants mākslinieciskās izteiksmes līdzeklis – tā vienlaicīgi ir gan acīmredzama, gan noslēpumaina. Kad dzejnieks Sent Džons Perss (Perse) apraksta *jūru kā medūzu spazmas*, mēs šo tēlu uzreiz saprotam un domās atgriežamies bērībā, katrs pie savas jūras. Minētais tēls uzrunā arī daudz citus cilvēkus, kuru bērība nav pagājusi pie jūras.

Tomēr metafora pilnīgi neko neizskaidro – īstenībā jūrai nav spazmu un tā nav medūza.“ Bet, kad klients raksturo sevi darbā kā vāveri ritenī, mēs jau varam to iztēloties.

„Metafora paplašina uztveri, rada iespējas pieskarties bezgalībai vai vismaz nenoteiktībai, jo tā vienmēr piesaista sev vēl kādu metaforu.

³ Priekšapziņa ir jēdziens psihoanalīzē, kas apzīmē tās neapzinātās asociācijas, tēlus, emocijas utt., kuras atšķirtībā no bezapziņas var tikt apzinātas (psihoanalīzes skatījumā prāta topogrāfiskais modelis ir: zemapziņa, priekšapziņa un apziņa). <https://tezaurus.lv/priek%C5%A1apzi%C5%86a:1>

⁴ Psihoorganiskā analīze ir viena no 20.gs. nogalē izveidotajām psihoterapijas metodēm. Tā radusies, apvienojot atsevišķus psihoanalīzes aspektus un uz ķermeni orientētās psihoterapijas elementus. <http://www.poa.lv/?page=dir&lang=lv>

⁵ Metafora ir vārda nozīmes pārnese. Aristotelis norāda, ka metaforas pamatā ir līdzības saskatīšana. <https://enciklopedija.lv/skirklis/1759>

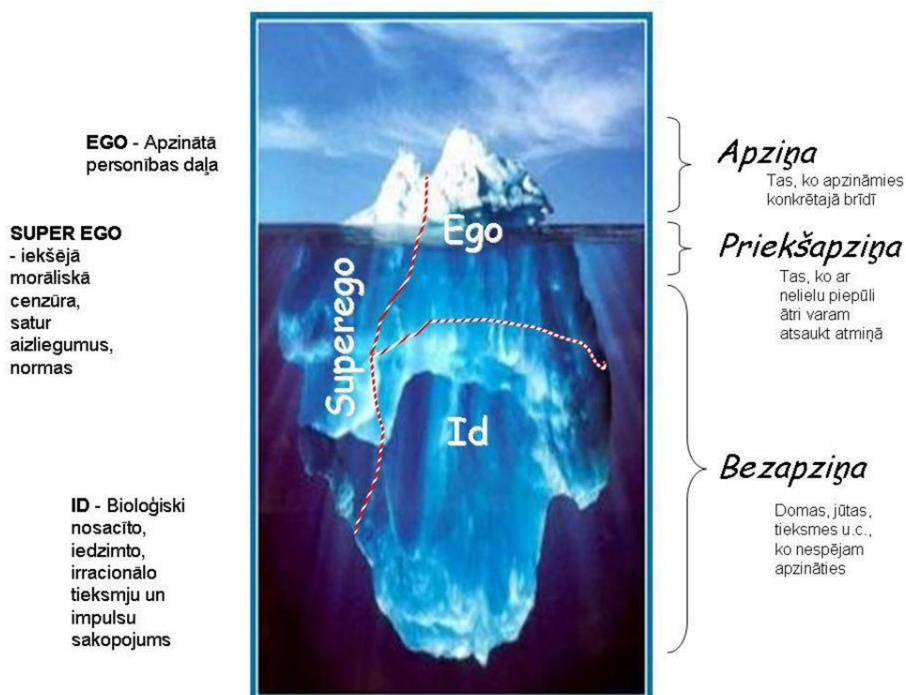
Šo psihisko telpu, kurā esam kopā ar klientu, mēs saucam par metaforu lauku. Mēs esam pārliecināti, ka spēja nonākt šajā telpā ir iespējamo pārmaiņu un radīšanas atslēga. Brīvas asociācijas, kuras tiek praktizētas analītiskajā sesijā, ir tikai viens no līdzekļiem, lai iekļūtu šajā laukā. Pastāv vēl citi veidi, kā tur nonākt.” Ž. Besona, Ī. Bro “Psihoterapeitiskās attiecības”. 27.-28.lpp.

“Mūsu valoda ir situāciju saistītāja un nesēja. Tās ir dažnedažādas pagātnes, tagadnes un nākotnes situācijas, gan vēlamas, gan nevēlamas. Mēs nesam pagātni, tagadni un nākotni savā valodā un ar valodas palīdzību pasniedzam šīs situācijas otram šeit un tagad. Kā zināms, valoda satur dažādu darbības vārdu laiku nianses. Izteicot mēs tās zināmā mērā piedzīvojam. Šīs situācijas tiek nodotas tālāk, tādejādi otrs tā daļēji saprot ar kopīga sociāla kontrakta – valodas palīdzību.

Mūsu vārdi ir situācijas – jēgas situācijas, tāvad tēli. Mēs sūtām otram šīs situācijas, izsakot vārdus, lai viņš tos saņemtu un sapludinātu mūsu tēlus ar savējiem. Iekšēji izvēloties tēlus un sarunājoties ar saviem tēliem, cilvēks piekritīs vai nepiekritīs otram un pievienos, paturēs vai izstums tēlu virknes, dažas nosūtot atpakaļ kā apzinātu atbildi.

Priekšapziņa, tāvad tēli, kas atrodas tūliņ aiz apziņas sliekšņa vai pavisam tuvu tam (skatīt vizualizāciju zemāk), paklausa slepenai valodai, kura mums ir nozīmīga, bet kuru mēs nevaram skaidri uztvert vai, citiem vārdiem sakot, neesam gatavi apzināti pieņemt. Priekšapziņa ir slānis, kur sastopas zemapziņa un tas, kas psihē ir apzināts. Šajā tikšanās punktā atrodas mūsu rakstura struktūra. Priekšapziņa regulē visu, kas ir izstumts zemapziņā (tāvad arī visas potenciālās spējas). Zemapziņu var iedomāties kā tēlu okeānu, bezgalīgu situāciju daudzumu – te ir reālas izstumtas vai aizmirstas situācijas, tur visi tēli atrodas dinamiskā mijiedarbībā un attīstībā.

Priekšapziņa ir virsējā zemapziņas zona, kuru, manuprāt, var saistīt ar dziļākajām dziņām (dzīvības instinktu un iedzimtām vēlmēm, kas mēģina izpausties. Priekšapziņā tēls tiek “aizturēts” pietiekami ilgi, lai tiktu “sajusts”. Ž. Besona, Ī. Bro, 59.-60. lpp.



Atceros vienu skolotāju sesijā sakām”: “Neizskaidrojami, bet, cik sevi atceros, esmu vēlējusies realizēt sapni – kļūt par skolotāju”. Un beidzot es to vēlos īstenot. Paskaidrošu, ka šajā projektā par skolotājiem top visdažādāko jomu speciālisti dažādos vecumos.

Psihoorganiskajā analīzē simboliskie tēli tiek saistīti ar primāro enerģiju vai primāro impulsu. “Pastāv uzskats, ka ikvienā no mums eksistē pamatenerģijas avots, kas tiecas uz kādu mērķi. To, ar ko barojas šis avots, mēs saucam par primāro enerģiju un tā kustību par primāro impulsu. Šis avots nav iznīcināms (to var iznīcināt tikai nāve). Pastāv iespēja zaudēt kontaktu ar to, ja mūsu vēlmju īstenošana ir pārāk sarežģīta, un daudz vieglāk ir to neizjust. Tādā veidā cilvēki vairs nezina, ko viņi vēlas un vai vispār kaut ko vēlējies.

Tajā pašā laikā būt kontaktā ar primāro enerģiju ir nepietiekami. Nepieciešams zināt, kādā formā mēs vēlamies to iedzīvināt.

Katrs cilvēks nes sevī savu potenciālo iespēju *simbolisko attēlu* (psihoorganiskajā analīzē simboliskais attēls balstās uz koncepciju, dziļāko nozīmi, projekta esenci, tā ir forma, kas satur enerģiju pirms iemiesošanās).”. “Psihoorganiskā analīze. Rakstu krājums.” 26.-27.lpp.

“Primārā enerģija ir radošā enerģija. Tai nav apriori formas.

Šī primārā enerģija ir novadāma pareizā virzienā un aktualizējama dažādos līmeņos (enerģētiski, emocionāli utt.), taču tai nav nekādas formas, tā nav ne laba, ne slikta. Vairākums cilvēku ir pazaudējuši saistību ar saviem primārās enerģijas avotiem, taču katra īstenošana izvirza par priekšnosacījumu to, lai tiktu atrasta forma.

Šo priekšstatu mēs varam izteikt arī citādi: ikviena dzīvā radība nāk šai pasaulē ar savu simbolisko tēlu. Šis tēls ir ierakstīts viņa ķermenī, viņa gēnos. Tāpat kā ozola asnam, kura hromosomās atrodas nepieciešamā informācija, lai tas izaugtu par ozolu.” 99. lpp.

► 2022./23. m. g. tikāties mācību gada garumā 7 sesijas ar skolotāju, kura ir pirmo gadu skolā, pasniedz angļu un vācu valodas. Viņa ir pēc maģistra studijām, 25 gadi, ar darba pieredzi jau citās sfērās. Skolotājas pirmajā semestrī it kā viss rit labi, bet sāk augt dusmas uz bērniem, parādās konflikti, aizvien biežāk viņa saslīgst. Kā viņa saka, supervīzijās rodu veidu kā pārziņot, parūpēties par sevi, sabalansēt darbu ar atpūtu, bet bail ir domāt, kāds būs nākošais mācību gads, labi, ka pa vidu ir vasara un aizbraukšu uz Vāciju strādāt nometnē ar jauniešiem. Maijā viņa atnāk uz supervīziju un jautā, vai viņa var padalīties ar sapni⁶, ko redzējusi. Protams, saku. Viņa ir skolā, ne savā, bet pagalmā liecina, ka tā ir 1. ģimnāzija. Klasē ienāk 7a. klases puīši un sāk uzlādēt savus superdārgos telefonus un citas ierīces, ko es par savas skolotājas algu nevaru nekādi iegādāties, it kā nav mana elektrība, bet es sāku uz viņiem kliegt, lai viņi pazūd no mana lauka, rauju viņu ierīces no rokām un metu laukā pa logu. Tikai 2 domas piefiksēju, vai kādu lejā nesavainošu un, ja nu atbrauks policija un vēl – ak, nē, ko es te vispār daru, man šis taču neder, es te nevēlos būt!

Jautāju, kā tu to saisti ar savu būšanu skolā. Skolotāja; “Es, domājot par šo sapni, sajūtu it kā es smaktu. Es jūtos it kā vējš mani būtu iepūtis ne tajā augsnē, kur man jābūt. Saprotu, ka tā bija man izvēle šeit būt, bet man šeit nav labi. Es arī vēl nevizualizēju, kāda augsne man der, bet es te iznīkšu un paraušu neiecietībā pret skolniekiem līdz ar viņus.”

Pēdējās sesijas pasītijums bija cieņpilni pret sevi un darba devēju pārtraukt darba attiecības skolā. Septembrī saņēmu ziņu, ka skolotāja studē Berlīnē citā jomā. ◀

⁶ Sapnis ir smadzeņu darbības, kas notiek miega laikā, rezultāts. Tā laikā iztēlē tiek producēti apziņas nekontrolēti tēlu virknējumi. <https://gintaruna.substack.com/ep-4-ievads-sapu-analz#details>

Redzi pārdomas manā sejā? Jā, šeit toreiz mirklīgi pielavījās pārdomas, ka, lai kā mani interesētu sapņi un POA studijās tiem pietuvinājos, ko darīt, cik tālu tajā varam iet supervīzijā, ja tos klients ienes. Nevarēju šo jautājumu ignorēt, jo pēc dažām dienām cita skolotāja uz sesiju arī atnesa sapni. Abos gadījumos es pat nejautāju jautājumu, kas man tuvs no studijām rīta apļos – ar ko esat atnākuši? ko sapņojāt?

Atbildēju sev - šajā gadījumā sapnis ir kā simboliskā materiāla nesējs, kā lifts, kā transports, ar ko klientes profesionālās neapmierinātības vēl neapzinātā pieredz it kā izbrauc, paceļas apziņā. Sapnis ir kā tilts uz reālu situāciju darbā, un tālāk pavadu klientu šajā laukā.

► *Citas skolotājas sapnis. Otrais gads skolā pēc studijām. Ļoti ātri no skolotāja palīga sākumskolā pāriet par vizuālās mākslas skolotāju pamatskolā visām klasēm + saņem klasi audzināšanā. Supervīzijā jau 2 mācību gadus. Citēju skolotāju, arī viņas rakstīto interpretāciju pēc tam.*

Sapņoju, ka makšķerēju tādā džungļaini aizaugušā upē laivā kopā ar kādu savu draugu, kurš gan dzīvē, gan sapnī ir kaislīgs makšķernieks un jomas profesionālis. Nevienam no mums zivs neķērās, bet te pēkšņi man pieķērā milzīga zivs, un es viena pati saviem spēkiem to izvelku. Tas ir sams. Milzīgs, gandrīz pieauguša cilvēka izmērā. Es saucu draugu un rādu, kāda man milzu zivs pieķērusies, esmu lepna un gandarīta, bet draugs man saka, ka sams neskaitās. Manis nomakšķerētā zivs neskaitās. Sapnī esmu šokēta, parsteigta un nespēju dzirdētajam noticēt. Domāju – paga, kā tas var būt, ka mana zivs neskaitās, kāpēc gan? Ar ko gan tā sliktāka par citām zivīm?

Protams, nav vairs tik viegli atskatīties uz notikumiem, jo laiks mazliet pagājis, tomēr sapņa nozīmīgums vēl aizvien ir klātesošs un tuvs. Pirmkārt, es šajā darba vietā pārliecinājos, ka mana zivs der gan. It kā es iekšēji sadumpotos pret kādu sevis daļu, kas mani kontrolē, kritizē un allaž saka, kā ir jābūt, ka es neatbilstu normām un tam, ko no mani sagaida. Naktī, kad pamodos no sapņa, es jau biju dusmīga un teicu sev – kas par sviestu? Skaitās gan mana zivs, un kā vēl skaitās!

Šis sapnis un tam, ka to aplūkojām supervīzijā, mani iedrošināja runāt darba sapulcēs par lietām, kas man tobrīd bija aktuālas un, neskatoties uz aso reakciju, es tik un tā spēju sapņa dēļ saglabāt savu iekšējo pozīciju, kā es skatos. Ka man ir ko teikt, un es esmu uzklaušanās vērta, un pati varu noteikt, kas skaitās un kas nē. Mans draugs sapnī ir tuvs draugs dzīvē un vien no tiem, kuriem varu ko iebilst, trenēt pateikt savu citādo nostāju. Ar viņu esmu mācījusies pateikt nē, atpazīt savas vajadzības, nospraust robežas, tas viss bija tik aktuāli mana darba pasaulē.

Palasot par zivi samu, es noskaidroju, ka tas dzīvo vientuļu dzīvi tumšās alās zem ūdens un izpeld virspusē īpašos gadījumos. Viņš medī ar savām ūsām un var izaugt ļoti liels.

Šī bija vēl viena reize, kad supervīzijas sesijas noslēdzas, un klients ir pieņēmis lēmumu uzrakstīt atlūgumu. Šī skolotāja pieņēma lēmumu nepalikt vidē, kur piedzīvo devalvāciju vadības līmenī, un kas neatbilst viņas vajadzībām.

Šogad skolotāja stājusies darba attiecībās ar citu skolu. ◀

Es savukārt, pateicoties šiem sapņiem, tiem neēju pa maliņu, bet esmu blakus klientiem tos atverot un pavadu viņus jau tajā laukā, kas ir nomoda / darba situāciju lauks.

Esam gabaliņu nobraukuši, atpūties, mans ceļa pavadoni! Lieliski, ja ko sapņo! Jo pēc K.G. Junga – simboli ir vārti uz bezapziņu un transformāciju. Rīt dosimies tālāk, piestāsim mākslu terapiju laukā, raudzīsim tur gūt atļauju lietot simbolus un tēlus!

ANALĪZES DAĻA | 2. pietura – ciemos pie supervīzijas mākslu terapijā.

Impulsu ielūkoties supervīzija mākslu terapijas laukā deva piedzīvotās intervences POA un supervīzijas studijās, zīmējot meklējot asociāciju un simbolus, gan arī studiju ietvaros satiktā deju un kustību terapeite Simona Orinska. Tajā laikā piedzīvoju sekojošu situāciju supervīzijas praksē.

► *Kādā pedagogu grupas supervīzijā tehnisku apstākļu dēļ sesija nevarēja notikt ierastajās telpās, pārcēlāmies uz muzeju, kur otrajā stāvā ir izstāžu zāles ar mainīgām izstādēm un ar dienas virsgaimām. Grupā bija pedagogs, sporta treneris, kurš ievada aplī saka: “Viss ir tik slikti, ka vairs neredzu izeju, pat suicīdas domas sāk piemeklēt”. Jautāts – ieaicinu tevi pavērt “viss slikti” durvis, kas aiz tām stāv? Skolotājs teica, ka ir tā apjucis no visa, ka nevar atrast vārdus.*

Sekoja klusums. Klusuma telpa gan man allaž ir fascinējusi. Saprotu arī to, ka klusums nav klusums, tajā daudz kas noris. Mirkļīgi toreiz nodomāju – te nu tu esi, kur tad ir tavs lieliskais instruments – vārds, dialogs, saruna... Un tad uznirst tās brīnumainās, mirklīgās scenogrāfijas, mirkļa struktūras supervīzijās. Paraudzījos lielajā izstāžu zālē, kuras centrā bija mūsu aplis, un jautāju, ja tu paraugies uz šīm gleznām, vai kādā tu vari ieraudzīt sevi un savu darba situāciju šobrīd? Tas prasīja dažas sekundes, skolotājs bija atradis gleznu un ienesa caur to savas situācijas ilustrāciju.

► Meklē - pielikumi / metodes / darbs ar simbolisko materiālu gleznā.

Ar Simonu Orinsku studijās meklējām vārdus caur kustību un arī šeit paplašinājumu meklējām caur simboliem. Tā kā šajā modulī jau sava darba tēmu biju uztāstījusi, vietā un tieši laikā nāca Simonas ienestais radošo procesu 3 līmeņu modelis – 1. kinestētiskais kustību, 2. afektīvais līmenis un 3. simboliskais līmenis. Palūkosim, kur šeit ir simbolu un tēlu vieta.

Neejot dziļumā mākslas terapijā, jo tas nekādi nav manā ceļa kartē. Bet varbūt tas paskaidros, kā jau pieminētais sporta skolotājs, atrada savu darba ilustrāciju gleznā un iejutās tur, pirms nāca vārdi.

Sapratīšu, lasītāj, ja teorētiskajiem aspektiem pārlidināsies pāri pa diagonāli, bet iedziļinoties šajā simboliskajā līmenī, es, piemēram, iedevu atļauju brīvāk pielietot supervīzijās mākslas reprodukciju kartiņas. Studijās kuratores ik pa laikam mums piedāvāja asociāciju kārtis. Sākot praktizēt, es kavējos iegādāties kādus komplektus. Tad atklāju, ka man, strādājot mākslas laukā, ir sakrājušās gana mākslas darbu reprodukciju kartiņas, pat vienā izmērā. Jau vairākās grupās esmu tās likusi lietā gan ievada aplī, gan refleksijas apļos. Tām jau ir stabila vieta manā supervīzora mugursomā šobrīd.



Mākslinieciskās ekspresijas pakāpenisko līmeņu modelis (MEPL) ir uzskatāms par fundamentālu un vienojošu teoriju mākslas terapijā (Hinz, 2009). MEPL modeļa izveidi bija aizsākušas ASV mākslas terapeite Sandra Kagina (Sandra Kagin, tagad Sandra Grawes-Alcorn) un latviešu izcelsmes ASV dzīvojošā mākslas terapeite Vija Bergs-Lusebrinka. Kopumā MEPL modelis ir pakāpeniski attīstījies nepilnus četrdesmit gadus (kopš 1978. gada),

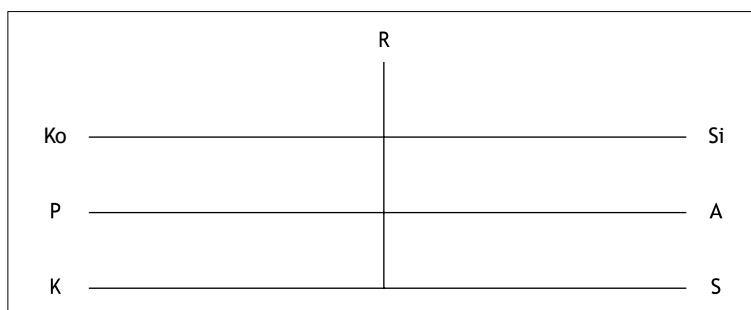
un tajā ir iekļauti vairāku ASV mākslas terapijas attīstītāju teorētisko pieeju un koncepciju aspekti, īpaši neizceļot nevienu no tiem. MEPL izveidē ir izmantota arī mākslinieces un mākslas pedagoģes Florences Keinas (*Florence Cane*) ideja, ka cilvēks uztver pasauli un apstrādā uztverto informāciju, izmantojot trīs galvenās funkcijas: 1. Kustību. 2. Emocijas. 3. Domas.

Nodarbojoties ar mākslu, ir iespējams apvienot visas trīs funkcijas, tādējādi sasniedzot gara atmošanos (*spiritual awakening*) (*Cane*, 1951; kā minēts: *Hinz*, 2009). Attīstot šo F. Keinas ideju un balstoties uz jaunākajiem neirozinātnes un psiholoģijas pētījumiem, V. Bergs-Lusebrinka ir izvirzījusi teoriju, ka noteiktu mākslas terapijas intervenču un mākslas materiālu un tehniku lietošana saistās ar atšķirīgu vizuālās, sensorās un afektīvās informācijas apstrādi dažādās smadzeņu struktūrās un ka tādējādi var izdalīt trīs bipolārus mākslinieciskās ekspresijas līmeņus (*Lusebrink*, 1990, 2004, 2010):

- 1) kinestētisko (K) – sensoro (S) līmeni;
- 2) perceptīvo (P) – afektīvo (A) līmeni;
- 3) kognitīvo (Ko) – **simbolisko (Si)** līmeni.

MEPL secība atspoguļo mākslinieciskās ekspresijas saistību ar cilvēka garīgo attīstību un vizuāli grafiskās izpausmes spēju attīstību, sākot no vienkāršākiem informācijas apstrādes procesiem, pakāpeniski virzoties uz arvien sarežģītākiem (*Kagin & Lusebrink*, 1978; *Lusebrink*, 1990, 2004, 2010). Kā jau iepriekš tika minēts, MEPL koncepcija apraksta trīs pakāpeniski sakārtotus mākslinieciskās ekspresijas līmeņus:

Šie līmeņi ir bipolāri un katrs ietver divas pretējas dimensijas (*component*). Savukārt radošā dimensija (R), kas ir vertikāli izvietota, var caurvīt un sintezēt visus trīs līmeņus.



Mākslas ekspresijas pakāpenisko līmeņu modelis (*Expressive Therapies Continuum*), balstīts uz V. Bergs-Lusebrinkas izstrādātā materiāla: *V. Bergs-Lusebrink*, 1990, *Imagery and Visual Expression*, Fig. 5.1, p. 92.

Kinestētiskais – sensorais līmenis ietver kinestētisko un sensoro dimensiju un tiek raksturots kā kinestētiskas darbības un sensoras izpētes līmenis mākslas darba radīšanas procesā. **Kinestētiskajā dimensijā** mākslinieciskā ekspresija izpaužas kā vienkāršas fiziskas kustības vai darbības enerģijas atbrīvošanai (piemēram, pie spriedzes izlādes) vai kā nomierinošas kustības vai darbības (piemēram, pie trauksmes mazināšanas). Mākslas darba radīšanas procesā kinestētiska darbība var izpausties kā ātras vai lēnas kustības, ritmiskas vai neritmiskas kustības, kustības, kas tiek veiktas ar lielu vai minimālu ieguldīto enerģiju, piemēram, kā papīra plēšana, māla vai plastilīna mīcīšana, durstīšana un rullēšana, krāsas triepšana. **Sensorajā dimensijā** mākslinieciskā ekspresija izpaužas kā uzmanības pievēršana redzes, dzirdes, garšas, ožas un taustes sajūtām, kas rodas, darbojoties ar dažādiem mākslas materiāliem. Mākslas materiālu sensorā izpēte var būt minimāla vai arī padziļināta, piemēram, māla, papīra, auduma, dabas materiālu virsmu taustīšana, sajūtot to dažādās kvalitātes un temperatūru, materiālu smaržošana, klausīšanās skaņās, ko rada darbošanās ar tiem, u. tml

Perceptīvais – afektīvais līmenis ietver perceptīvo un afektīvo dimensiju un tiek raksturots kā uztveres process un emocionālā izpausme mākslinieciskās ekspresijas ietvaros. Perceptīvo dimensiju raksturo mākslas darbā attēloto formu veids, struktūra, lielums, izmantotās līnijas un to kvalitāte, koncentrēšanās uz robežu ievērošanu utt. Perceptīvās dimensijas izteiktību mākslinieciskajā ekspresijā veicina tādi mākslas materiāli, ar kuru palīdzību var veidot konkrētas formas ar noteiktu struktūru, piemēram, flomāsteri un zīmuļi. Afektīvajā dimensijā mākslinieciskā ekspresija ir saistīta ar emociju izpausmi mijiedarbībā ar dažādiem mākslas materiāliem, fokusējot uzmanību galvenokārt uz procesu, nevis galarezultātu. Afektīvajā dimensijā formas ir plūstošas, struktūra – minimāla, toties ir vērojams ekspresīvs krāsu lietojums. Šīs dimensijas aktivizēšanu mākslinieciskajā ekspresijā veicina plūstoši un šķidri mākslas materiāli, piemēram, akvareļi un pirkstiņkrāsas. Perceptīvajā dimensijā uz psihopatoloģiju var norādīt, piemēram, pārmērīgi ģeometrizētas formas, pārmērīga fokusēšanās uz formu un figūru detaļu izstrādi, kontūrlīniju izcelšana. Afektīvajā dimensijā uz psihopatoloģiju var norādīt nekritiska krāsu jaukšana, krāsu neatbilstība attēlotā saturam, formu un pamata sapludināšana u. c. pazīmes.

Kognitīvais – simboliskais līmenis ietver kognitīvo un simbolisko dimensiju un ir kvalitatīvi atšķirīgs no diviem iepriekšējiem līmeņiem, **jo šajā līmenī notiek darbs ar mentāliem tēliem un verbālo refleksiju (stāstījumu) par tiem.** Kognitīvajā dimensijā mākslinieciskā ekspresija ir saistīta ar fokusēšanos uz loģisko domāšanu, problēmrisināšanu, analītiskām, secīgām domāšanas operācijām, spēju strukturēti plānot darbības un veikt pietiekami sarežģītus mākslinieciskus uzdevumus. Liela uzmanība tiek pievērsta mākslas darbā novērojamai konceptuālai un tematiskai integrācijai. **Simboliskajā dimensijā mākslinieciskā ekspresija ir saistīta ar simbolisko domāšanu, intuitīvu koncepcijas veidošanu, metaforu un simbolu lietojumu** mākslas darbā un spēju par tiem verbāli pastāstīt.

<https://arttherapy.lv/lv/gramatas/izvertesana-makslas-terapija-principi-un-metodes>

"Simbolu un tēlu klātbūtne, līdzīgi kā supervīzijā mākslas terapijās, piešķir neatpazītiem procesiem formu, attīsta empātiju, ļauj ieraudzīt paralēlos procesus, ļauj pārvarēt apjukumu un šaubas. Darbs ar simboliem un tēliem, kā arī pats radīšanas process, var palīdzēt supervīzējamam labāk izprast attēlotā saistību ar personīgiem iekšējiem procesiem. To ienešana reizēm nodrošina ātrāku un dažreiz pat pārsteidzoši efektīvu pieeju. Jo nereti vieglāk vieglāk / pierastāk ir aizsargāties ar / no vārdiem nekā no tēlainās un emocionālās valodas. Vai gluži pretēji to, ko supervīzējama nespēj izteikt vārdos, izsaka bildes (šeit domāju, kas izlikta, izmantojot simbolus).

Simboliskā līmeņa klātbūtne supervīzijā, no vienas puses, prasa augstu profesionalitāti un spēju plaši pārredzēt supervīzijas situāciju kopumā un, no otras, kā jau minēts, bieži veicina efektīvu supervīzijas norisi, palīdzot apiet tās pretestības, ko rada supervīzijas pārraudzības aspekts un verbalizēšana. Tāpēc svarīgi apzināties, ka mākslu, simbolus, tēlus, metaforas iespējams pielietot ne tikai mākslu terapijas supervīzijā, bet arī citu profesiju supervīzijās – sociālajā darbā, rehabilitācijā u.c.

Simboliem piemīt daudzslāņainums un daudzdimensionalitāte, tie ietver sevī vairākas nozīmes, reprezentējot arī to, kam nav nekā kopīga ar reprezentējamo objektu (Karkou & Sanderson, 2006), piemēram, sirds formas attēlojums var simbolizēt mīlestību, bet realitātē tai nav nekādas saistības ar sirdi kā orgānu. Būtiski, ka supervizors zina simbolu dažādās nozīmes, tomēr simbolu interpretācijā jāievēro gan kultūras iezīmes, gan klienta /pacienta personiskie uzskati par noteiktu simbolu nozīmi." Mārtinsone, K. (2010).

Reizēs, kad vārdi kādās situācijās nenāk, es klientu varu ieaicināt **“Parādi to! Attēlo to! Iztēlojies!”**

ANALĪZES DAĻA | 3. pietura pie integratīvās supervīzijas praktiķa.

Ja pie teorētiskā apskata, mans ceļa sabiedrotais, esi iesnauadies, jo arī man ir ērtāk praktizēt kā ienirt teorijās, bet, kā tev minēju, papētot savas tēmas teorētiskos aspektus, tā ir kā savdabīga atļaujas došana man – jā, šīs intervences es varu integrēt savā darbā. Un nu - kas taustāmāks. Došanās mācīties pie Meistara caur darīšanu.

2023. gada maija 8. modulis tika piedzīvots ar *lego serious play* metodi ar tik autentisko itāļu lektori *Giulia Mastropirro* no Padujas, Itālijā. Kā pirmos piesavinājumus atceros – sajūta, kā šī metode iegul rokās, ka spēle atbrīvo, ka, spēlējoties mēs domājam un verbalizējam ar rokām, ka situācijas ar simbolisko materiālu mēs varam uzbūvēt, attēlot īsā laikā un pēc uzbūvēšanas seko stāsti.

Pēc moduļa nākošajā rītā kāpu lidmašīnā un devos pāris mēnešu izauklētā idejā studiju noslēguma tēmas vārdā apmeklēt semināru “Darbs ar simboliem kā intervences metode psihosociālās profesijās” Nals, Tirolē. Domājot par darbu ar simboliem supervīzijā, interneta plašumos satiku vācu psihoterapeitu, pārstāvošu analītisko⁷ un integratīvo⁸ skolu, supervizoru, sociālo pedagogu no Hamburgas, Vācijā *Wilfried Schneider*. Kungs, kurš dāsni dalās ar savu pieredzi, ļaujot darīt, darīt, darīt un piedzīvot. <https://www.psychologische-symbolarbeit.de/>

Mūsu aplī bijām sociālie darbinieki, pedagogi, psihologi un supervizori. 3 dienu laikā skaisto kalnu pakājē mēs piedzīvojām desmitiem intervences un metodes, ko lektors bija gadu gaitā attīstījis, radījis mirkļos, kad rodas jautājumi –

ko darīt, kad klientam trūkst vārdu?

kā būt, kad ilgstoši nav virzības?

kā būt, kad vārdu ir par daudz, bet nav kustības?

kā salīdzinoši īsā laikā mums nonākt kopējā laukumā, kur spēlēt?

kā pavadīt klientu procesos, kurš apzinās, ka kaut kas jāmaina, apzina to, bet atliek?

katrai intervencei, ko piedāvāju, vai esmu apdomājis, kam man tā kalpos?

kādu informāciju iegūstu no klienta, vai tā nūdien ir nepieciešama?

Šī semināra pieredze noturpināja manu mājīguma sajūtu, atceroties mūsu kuratores sakām, ka jūs varat paši savas metodes attīstīt. Un te manā priekšā bija Vilfrīds, 76 gadu vecumā ieradies Tirolē ne tikai ar savu pieredzi, kurā dalīties, bet ar kofērīšiem, kuros bija akmeņi, smiltis, gliemežvāki, zelts, imitēti mēsli, vate, ledus imitācijas, tuksneša augš Jērikas roze, vēderrunājošās lelles, sajūtu salas no koka (Vilfrīda pirmā izglītība – galdnieks), ziepes, noslēpumu lādītes, autostāvvietas pulkstens, milzumdaudz miniatūru rotaļlietu, sadzīves priekšmeti utml. Tā bija iespēja burtiski caur pirkstiem iesūkt jaunu pieredzi.

Saku – burtiski caur pirkstiem, jo negājām teorijās, bet tās bija klātesošas. Tādēļ mazas atkāpes analītiskajam un integratīvajam kontekstam, lai kā arī šeit gribējās ienest tikai darīšanu.

⁷ Junga analītiskās psihoterapijas teorētiskais pamats ir **Junga analītiskā psiholoģija**, kurā nozīmīgu vietu ieņem izpratne par cilvēka psihi struktūru – apziņu, bezapziņu – individuālo un kolektīvo, kompleksiem, arhetipiem, kā arī koncepts par individuāciju – pašdeterminētu psihiskās attīstības procesu, kas ved virzienā uz psihi vienotības un veseluma apzināšanos. Jungs uzskatīja, ka psihei piemīt autonoma pašdziedināšanas spēja, kas balstīta uz arhetipu enerģiju, un tieksme uz pilnību. <https://www.jungabiedriba.lv/junga-analitiska-psihologija/>.lk

⁸ Integratīvā supervīzija attīstījies no integratīvās terapijas (psihoterapijas metode), ko 60ajos gados izstrādā vācu psihologs, psihoterapeits *Hilarion Gottfried Petzold*. <https://www.ressourcen.at/integrative-supervision>

“**Analītiskā psiholoģija** ir viena no dzīļu psiholoģijas (vācu *Tiefenpsychologie*, angļu *depth psychology*) versijām. Tās nosaukumā saglabāta apvērsta atsauce uz psihoanalīzi, tāpēc dažās tradīcijās analītisko psiholoģiju dēvē arī par jungisko analīzi. Sākotnēji to sauca par analītisko un komplekso psiholoģiju (pirmo apzīmējumu attiecinot uz praktisko, terapeitisko jomu, bet otro – uz teorētisko), vēlāk izmanto tikai pirmo apzīmējumu. Analītiskās psiholoģijas adeptus dēvē arī par jungiešiem un postjungiešiem, šādi risinot pārmantojamības un identitātes jautājumus.

K. G. Jungs izstrādāja psihe iepazīšanas un terapijas metodi – amplifikāciju un aktīvo iztēli. Amplifikācija galvenokārt attiecas uz sapņu analīzi un interpretāciju, un to var veikt kā sapņotājs, tā analītiķis. Amplifikācija ir sapņojumu papildināšana ar mītu, reliģiju, mākslas simboliem un saistīšana ar universāliem cilvēces priekšstatiem. Amplifikācijas metode ietver gleznošanas, dzejošanas, teatrālas izspēles iekļaušanu sevis paša iepazīšanā. Aktīvās imaginācijas procesā bezapziņas veidojumi tiek personificēti un uztverti kā reālas figūras. 1929. gadā publicētā tekstā “Mūsdienu psihoterapijas problēmas” (*Die Probleme der modernen Psychotherapie*) K. G. Jungs izšķīra četras terapijas stadijas: atzīšanos jeb katarsi, izskaidrošanu, audzināšanu un transformāciju, kas principā arī raksturo analītisko psiholoģiju.” <https://enciklopedija.lv/skirklis/183781>

Ja atceries, iepriekš pieminēju 2 sapņus, ko klienti ienesa supervīzijā. Arī šo darbu ar sapņiem, varam saukt par amplifikāciju, vienkārši runājot, sapni it kā atvērt, atklāt simbolus un iedot tam paplašinājumu. Vēlreiz - supervizors neinterpretē sapni, bet rosina šī sapņa atvēršanu un ir klāt tā sasaistē ar reālām darba situācijām.

Šī atkāpe, kas nedaudz paskaidros integratīvo pieeju, arī būs radniecīga nākošajai pieturvietai, jo plānojam īsi pie sistēmiķiem piestāt.

“Integratīvā supervīzija īsteno kompleksu pieeju, kas balstīta humānpsiholoģiskās un fenomenoloģiskās teorijās, uz kurām atsaucas šī virziena pamatlicējs, vācu psihoterapeits *Hilarion Petzold*. https://de.wikipedia.org/wiki/Hilarion_Petzold

Šis virziens balstīts gešalterapijā, psihodrāmā, kā arī laikmetīgās komunikācijas un organizāciju teorijās. Integratīvajā supervīzijā darba situācijas tiek scēniski rekonstruētas, lai tās vēlreiz piedzīvotu un iedotu tām nozīmi. Supervizora un supervizējamā attiecībās tiek meklēts daudzdimenscionāls dialogs, kurā neatsverama nozīme ir arī radošiem medijiem, kas palīdz atklāt vēl neapzināto un neatklāto. Caur ko tad profesionālie musturi top caurspīdīgāki, apzinātāki un arī maināmāki. https://marjorie-wiki.de/wiki/Integrative_Supervision

Šī pieeja balstās 3 līmeņos –

1. **Individuālā līmenī** tiek apskatīta persona profesionālā lomā. Fokuss ir klienta resursu, spēka apzināšanā, tieks strādāts šajā virzienā, ne trūkumorientēti.
2. **Mijiedarbības līmenis** tiek apskatīti iedibinātie komunikācijas modeļi un jaunu stratēģiju atrašana un to iedzīvināšana (ar kolēģiem, klientiem un vadības līmeni).
3. **Sistēmiskais līmenis**. Iestādes, organizācijas, kurās mēs strādājam, ir ļoti sarežģītas sistēmas, kas veido mūsu darba fonu un ietekmē mūsu profesionālo darbību.

<https://www.ressourcen.at/integrative-supervision>

Atgriežoties Latvijā, devos dabā un ne tikai, lai papildinātu savu supervizora čemodānu ar akmeņiem, smiltīm, dūnu spalvām, gliemežvākiem, mēsliem (imitētus ar sauso kaķu barību), zeltu (appūtu akmeņus ar zelta izsmidzināmo krāsu), grūtību simbolizēšanai iegādāju dzeloņstieples fragmentus, pie meistariem pasūtīju noslīpētus stikla gabaliņu un slīpētas koka detaļas, internetā nopirku tuksneša augu Jērikas rozi. Steidzu sarūpēt to simbolisko materiālu, ko intuitīvi izjutu kā nepieciešamu. Un kamēr pieredze vēl silda pirkstu galus...

Te arī ieteikums no Vilfrīda Šneidera – izmantot praksē tikai tā metodes, ko nūdien paši esam izmēģinājuši un piedzīvojuši, kaut saorganizēties ar kolēģiem, lai to realizētu. Tikai tad to ienest darbā ar klientu.

Padalīšos ar intervencēm, kas bija ar spēcīgu ietekmi uz mani seminārā, strādājot ar savām darba situācijām, un ko esmu praksē nu jau vairākkārt pielietojusi. Piemēri no prakses.

► *Klients – izglītības projekta vidējā līmeņa vadītāju grupa. Katram ir savs lauks, savas sfēras, savas atbildības, bet ir arī kopējs lauks, kurā viņi satiekas. Pirmās divas tikšanās reizes pagāja izreaģējot to, kas sakrājis individuālā līmenī. Trešajā reizē ievada aplī dominējoša vēlme – nepalikt tajā, ka daudz kas ir neietekmējams, bet papētīt, kas ir tas, ko tomēr mēs varam darīt vai izmainīt, lai nepaliktu pasīvā pozīcijā. Lai ar tā nav komanda, bet, kā jau minēju, ir ietekmes lauki, kas viņu ikdienā ir kopīgi.*

Mirkli pie sevis pārdomāju, kā tas varētu noritēt un domās pārlūkojot savas mugursomas arsenālu, atcerējos par 8 maisiņiem ar simbolisko materiālu, ko jau iepriekš mazliet pieminēju. Tā kā grupā bija 6 cilvēki, šķita piemēroti ieaicināt viņus kopīgi izlikt savu projekta situāciju / bildi no materiāliem, kur 1. akmeņi simbolizē grūtības, smagmi 2. zelts – ko vērtīgu 3. gliemežvāki – ne viesai patīkamas emocijas kā vaina, bailes, skumjas utt. 4. smiltis – kaut kas mums caur pirkstiem it kā aizplūst, ko nevar saturēt vai arī tās var būt ceļš, krasts 5. vate – kaut kas mākoņains, kas tāls un nesataustāms 6. spalvas – jaukas, patīkamas sajūtas, sirsnība, siltums 7. dzeloņstieples fragmenti – kas norobežots, nepieejams 8. mēsli – kā jau mēs sadzīvē lietojam – nu te ir mēsli.

Grupa 10 minūšu laikā, kopīgi sarunājoties un diskutējot, izlika simbolisko bildi. Izklāstot attēloto, grupa vienojās, ka tas, kas ir traucējoši un nesakārtoti ikdienā – savstarpējās komunikācijas musturs.

Nākošajā sesijā bija jau citas aktualitātes. Bet pa vidu sesijām zvanīja vadītāja, pasūtījuma devēja, ka pēc supervīzijas grupa ir ieviesusi brīnišķīgu komunikācijas rīku vai ko tamlīdzīgu. Es nejautāju detaļas, galvenais, ka bija sekojusi rīcība.

► *Meklē - pielikumi /metodes / 8 simboli.*

Manu ceļa pavadoni, kā tu mācies? Jautāju tev, jo tieši šajā pieturā sajutu un notvēru, kur slēpjas mana laimīguma un mājīguma sajūta mūsu supervīzijas studijās. Tās ir ļoti ķermeniskas un piedzīvojamas ar tādiem it kā vaļā taustekļiem, ja tā var teikt. Es topu darot, piedzīvojot, tad par to reflektējot. Seminārā Tirolē mēs bijām ar dažādām mātes valodām, ar tiroliešu dažādiem akcentiem, respektīvi ar ļoti dažādām vācu valodām. Bet mūsu tulks bija simboli. Mēs 3 dienas dzīvojām tajā telpā, par kuru tev jau iepriekš minēju – telpā, pirms nāk vārdi. Mēs satikāmies aplī, kura centra bija novietots tuksneša augs Jērikas roze. Šajā gadījumā tā simbolizēja vajadzības, rūpes par vajadzībām. Mēs tikām ieaicināti padomāt, kāda bija mana vajadzība nonākt šajā seminārā, un kā es par to parūpējos? Kad katrs dalībnieks ar to padalījās, Vilfrīds ik reiz no lejkannas uzlēja augam nedaudz ūdens. Pēc stundas tas bija atvēries, saņemot nepieciešamās rūpes, vajadzīgo barību.



Augs Jērikas roze ir tukneša augs ar brīnumainu spēju, saņemot vajadzīgo barību caur sakņu sistēmu, piemēram, ūdeni, no sava sakaltušā stāvokļa atkal atvērties.

https://en.wikipedia.org/wiki/Resurrection_plant , <https://www.britannica.com/plant/rose-of-Jericho>

Ja tevi tas ieinteresē, šo augu var iegādāties internetā.

Īpaši laikam mani šis paņēmieni aizkustināja, jo ► tieši pirms brauciena uz šo semināru bijām noslēgušas ar vienu klienti attālinātas supervīzijas sesijas, kas sākās rudenī un noslēdzās pavasarī. Rudenī satikoties, kliente bija ļoti trausla, daudz slimoja, pārāk ilgi naktīs gatavojās stundām, bija aizmirsusi parūpēties par sevi. Kādu reizi viņa teica, ka jūtas kā palma viņai blakus, tā ir nokaltusi un viņa ir gatava to drīz izmest laukā. Bet esot nogriežusi un aplējusi tomēr vēl pirms izmešanas.

Nākošajā reizē viņa pasmaidīja, šķiet, vienu no retām reizēm un saka atviegloti, ka es neticēšot, bet viņas palma esot izdzinusi 3 asņus! Tā kā viņa pati bija ienesusi to, ka jūtas kā šī palma, aicināju viņu, vai viņa var iedot šiem 3 asņiem kādu simbolisku nozīmi? Viņa piedēvēja tiem 3 savas vajadzības, par kurām parūpēties. Cauri ziemai gājām kopā ar palmas asņiem un viņas vajadzībām, kas tika pieskatītas.

Šajā septembrī kliente atsūtīja foto ar zaļojošu palmu un gatavību ar enerģiju uzsākt jaunu mācību gadu. ◀

Atceries, kad viesojāmies pie psihoorganikiem, viņi arī runāja, ka tieši simboliskais tēls ietver sevī mūsu vajadzības. Reālā skolotāja bij aizsīkusi un dūsmīga, iztēlotā skolotāja šķita nenasniedzama un simboliskā bija/ir palma, kura atdzīvojas acu priekšā, ja tā saņem nepieciešamo.

Supervizora Vilfrīda Šneidera prāt, **simboliem ir tulka spēks un loma, īpaši tad, kad vārdi un tēli nenāk, arī tad, kad laiks ir vērtība.**

Paldies Meistaram par dalīšanos!

ANALĪZES DAĻA | 4. pietura pie sistēmiķiem.

Pielikumā, kā jau tev solīju, ievietošu paņēmienu, kas manā praksē ir izrādījušie būtiski un palīgi īstajā vietā un laikā. Tie nav mērķtiecīgi izmatoti, lai pārliecinātos, kā tie strādā, bet, kā jau sev to saku, tie paši it kā pieklaudevējušies un prasījušies ienākt. Nu šeit gan vēlreiz jāatzīst, ka supervizora koferītī šis tas no taustāmās lietu pasaules ir jāsarūpē. Pēc semināra “Darbs ar simboliem” Tirolē, sarūpēju sev dažus komplektus “Plāns, biezis ledus, stabila grīda”, kas sastāv no stikla, organiskā stikla un koka nelielām plāksnītēm. Svārs nav liels un šis palīgs, īpaši resursu meklēšanas situācijās, bieži ir ar mani.

Šajā laika posmā piedzīvoju arī grupas supervīziju ar bērnudārza skolotājiem, kur lieti noderēja šie materiāli.

► *Skolotāji uz supervīziju sanāca lēnām, mazrunīgāki kā allaž. Iepriekšējā reizē fons bija ļoti sabiezējis, daudzi piedzīvoja dusmas uz vadību. To reizi vēltījām izreaģēšanai, savu emociju atpazīšanai. Runājām arī par to, kā redzu savu darba situāciju, ja man rokās ir filmas kamera un filmēju apkārt notiekošo un kas mainās, kad kameras objektīvu pavēršu uz sevi. Kas notiek, kas mainās?*

Šajā reizē pēc ievada apļa, gan dažu vārdos nosaukts, gan gaisā virmojošs un nenosaukts, gaisā bija resursu jautājums. Resursu, kā virzīties tālāk. Bet katra individuālo resursu. Atgādināšu, kā šī ir grupas, nevis komandas supervīzija. Skolotāji arī katrs ļoti individuāli piedzīvo bērnudārzā notiekošo. Ir skolotāji, kuri meklē atbalstu vainīgo atrašanās, un ir tādi, kuri dalās – jā, tā ir; bet es raugos uz to lauku, ko varu ietekmēt, kas ir manos spēkos. Kad otra puse, es te neko nevaru, viss slikti, ir skolotāja, kura saka – ziniet, es ņemu talkā pavisam it kā nenozīmīgu paņēmienu... Seko mans un kolēģu jautājums, vai viņa var padalīties – kādu? Viņa saka – tas nav nekas vērā ņemams, bet es sev saku katru rītu – es neesmu darba ņēmējs, bet es kā skolotāja esmu brīnišķīga pakalpojuma sniedzēja un pati izvēlos un esmu atbildīga par to, kam to sniedzu un kādus sadarbības partnerus izvēlos un kā ar viņiem sadarbojos.

Atcerējos, ka man mugursomā ir plāksnīšu komplekti, kur stikla plāksnītes simbolizē plānu ledus, tālād nedrošību, apdraudētību. Nedaudz biezākas organiskā stikla – drošāku virsmu, bet ne līdz galam stabilu, un koka plāksnītes raksturo labu, drošu, noturīgu pamatni. Tās var palīdzēt identificēt, kā es raksturotu situāciju, kurā es esmu, un kādu es trauslu, šķietamu drošu vai visnotaļ stabilu resursu varu atrast un pielietot.

Liku tos lietāt, un supervīzijas noslēgumā katrs klātesošais bija identificējis, atklājis, nosaucis vārdos vienu vai vairākus resursus, nelielus, stabilākus, vienu vai vairākus, kā kuram, bet iespējamus, lietojamus resursus sev. ► *Meklē - pielikumi / metodes / Plāns, biezis ledus, stabila grīda.*

Par paņēmienu/metožu atspoguļojumu domājot, nolēmu iet pēc parauga kā metodes atspoguļotas jau kolēģu vidū atzītai grāmatai “Sistēmiskā konsultēšana”⁹ piecās kārtās. Rokasgrāmata.”

Šī ir īstā vieta, kur nelielā atkāpē atzīties simpātijās sistēmiskajām teorijām. Tikai atkāpē, jo citādi tas būtu cits darbs, cita filma un sazin, kādu žanru tā pārstāvētu?

⁹ “Sistēmiskā konsultēšana radusies, gūstot ierosmi no dažādiem ģimenes psihoterapijas virzieniem un sistēmteorētiskajām pieejām. Balstoties uz konstruktīvisma atziņām un sociālā konstrukcionismapostmodernajām teorijām, pēdējos gados ir izveidojusies nostāja, kuru daudzi šodien dēvē par sistēmisku vai pat uzskata par sistēmisko teoriju. To raksturo orientēšanās uz resursiem un izņēmumiem, tā attālinās no ierastās uzmanības pievēršanas trūkumiem (deficītiem).” 16.lpp.

Šie būs citāti no minētās rokasgrāmatas. Ienesīšu, lai vairāk piesavinātu, jo supervīzijas sesijās šīs nostādnes ir mani brīnišķīgi palīgi, un arī tajās rodu iedrošinājumu ienest simbolu darbu, kur tas *prasās tikt ielaists*.

“Sistēmisko konsultēšanu ietekmē konsultanta nostāja, kas vērsta uz risinājuma meklēšanu. Konsultants pamatojas uz pieņēmumu, ka klientam jau pašam jau ir visi resursi, kas nepieciešami atrisinājumam, tikai viņš tos šobrīd neizmanto.

Uz risinājumu vērstā īstermiņa konsultēšana, ko izveidoja Stīvs Dešāzers (*Steve de Shazer*), ir iedarbīga un klientu atbalstoša metode. Galvenokārt runa ir par klienta spēju un resursu aktivizēšanu, attīstīšanu un izmantošanu. Problēmu “apkarošanas” vietā uzmanība pievērsta risinājumu meklējumiem, aplūkojot un izmēģinot dažādus uzvedības musturus un nostāju, kas klientu uzrunā. Ejot maziem soļiem, konsultants kopā ar klientu izvirza realizējamus mērķus un pārbauda, cik daudz risinājumi ir noderīgi. Izmantojot intervences, procesā var iesaistīt arī sociālo vidi.

“Ja kaut kas labi darbojas, turpini to izmantot vēl vairāk.” Stīvs Dešāzers. 38.lpp.

Konsultants izmanto savas profesionālās sistēmiskās zināšanas un metaperspektīvu, lai varētu paplašināt klienta redzējumu un sniegt impulsus.”

Līdzīgi kā mākslas terapijā tā arī sistēmiskajā pieejā tiek uzmanība vērsta uz piemērotu metožu izvēli.

“No konsultanta tas prasa drosmi, iejūtību un spēju profesionāli novērtēt klientu un situāciju. Metožu izvēle ir atkarīga no klienta iepriekšējās pieredzes, pasūtījuma, kā arī no klienta personības.

Dārgais lasītāj! Aiciniet savu sarunbiedru sākt pārmaiņas un lūdziet atļauju sniegt viņam nepazīstamus impulsus. Impulss – tas ir pamudinājums, grūdiens, ierosme, iedrošinājums vai arī iepriecinājums. Iedrošiniet klientu paņemt atslēgu, ielikt to sava automobiļa aizdedzē, pagriezt un doties ceļā. Auto un atslēga viņam jau ir, tagad viņš var sākt virzīties uz priekšu.” 97. lpp.

Brīnišķīgi, ja supervīzijā var nokļūt līdz virzībai, kustībai. Darbs ar simboliem un tēliem var būt lielisks resurss ne tikai kustībā uz mērķi, bet arī tajā etapā, kur notiek identificēšana – kāds ir/būs mans ceļš, kādu vizualizēju šo autoru augstākminēto auto un atslēgu. Var būt tā, ka līdz kustībai vēl jānogaida.

Te padalīšos vēl ar vienu laika intervences metodi, kas kādai klientei lieliski noderēja.

► *Skolotāja supervīziju laikā bija identificējusi vairākas vajadzības, ko mēdza atlikt, un pati par to piktojās. Viņa piekrita manam ieaicinājumam, ikreiz, kad viņa atskārst vajadzību un kā par to parūpēties, bet vēl nedara, viņa to uzraksta uz līmlapiņas un uzlīmē uz stāvvietas pulksteņa, izvēloties uz cik dienām, nedēļām vai mēnešiem to it kā ‘noparko’. Kad noliktais laiks bija pagājis, viņa sākumā pārskatīja noparkoto, un, vai nu tad spēra soli darbības virzienā vai reizēm arī pārparkoja uz nākotni, jo nesajuta spēku vēl. Kad mēs atvadījāmies, viņa dalījās, ka aizvien biežāk, kad viņa pārskata zīmītes uz stāvvietas pulksteņa, viņa ir jau ir ko sevis labā izdarījusi, piemēram, samazinājusi laiku stundu sagatavošanai par stundu.* ◀



NOSLĒGUMS.

1. sezonas *road movie* beigas, galvenās atslēgas un titru turpinājums.

Mans ceļa sabiedrotais, zīmīgi, ka pie autostāvvietas pulksteņa varētu arī iedomāties, ka šī ceļa filma nu ir galā. Jā un nē. Piesēdi vēl uz mirkli ar mani mūsu VW busiņā šai stāvvietā, pirms mūsu ceļi šķiras, lai kādreiz atkal tie, iespējams, mītos vai ritētu paralēli. Lai šeit nokļūtu, man vajadzēja tevi, mans iztēlotais, pavadošais tēls, paldies tev par to!

Kāds ceļa posms nūdien noiets, bet, dodoties ceļā pa simbolu un tēlu pēdām, piestājot pie Meistariem un raugot it kā pēc savdabīgas atļaujas lietot šos rīkus, kad mana jaunā supervizora identitāte to atrod vietā un laikā esam, saņēmu atbildes, un arī vienlaicīgi bagāžnieks pildīts ceļa maizes sainīšiem

Katrā pieturā jutos gaidīta, uzklausīta un pavadīta tālākos ceļos.

No psihoorganiķiem ņēmu to, ka viss jau ir mūsos, tikai, iespējams, jāatmodina primārā enerģija vai impulss. Te simboliem un uznirstošajiem tēliem vaļa, pavadot klientu šajā ceļā!

Pie mākslu terapietiņiem uzsūcu to, ka simbolu un tēlu klātbūtne, līdzīgi kā supervīzijā mākslas terapijās, piešķir neatpazītiem procesiem formu, attīsta empātiju, ļauj ieraudzīt paralēlos procesus, ļauj pārvarēt apjukumu un šaubas. Simbolu ienešana reizēm nodrošina ātrāku un dažreiz pat pārsteidzoši efektīvu pieeju.

Pie integratīvajiem un analītiķiem mācījos iet tajā telpā, kas ir pirms vārdiem, kur simboli kļūst par tulkkiem, kad vārdi vēl nenāk. Kur simboliskais materiāls iedod ne tikai vārdus, bet ļauj visiem supervīzijas brīnuma kopradītājiem būt īsā laikā vienā laukā. Simbolu darbs!

Visbeidzot sistēmiskos principos balstītā domāšanā smēlos, kā lielāki procesi tiek sadalīti mazākās vienībās, ka grūtības pastāv, jo ir lielāko konteksti un kontekstu atklāšana nozīmē sistēmas daļiņu iepazīšanu un sistēmas mazākais elements nekad nav viens, jo tas atrodas mijiedarbībā ar citiem elementiem un ir lielāka elementa sastāvā. Kā aicināt savu sarunbiedru sākt pārmaiņas un uzmanīgi lūgt atļauju sniegt viņam nepazīstamus impulsus – pamudinājumu, ierosmi, iedrošinājumu vai arī iepriecinājumu.

Pēc K.G. Junga “Kā augs rada ziedus, tā dvēsele veido savus simbolus. Psihiskā attīstība nevar notikt tikai ar apzinātu nolūku un gribu, tai ir nepieciešami arī simboli.”

Šeit ir pienācis Laiks piemeklēt arī savai jaunajai identitātei kādu simbolisku līdzību vai tēlu.

Laiks noteikti šeit ir rakstāms ar lielo L, jo supervīziju studiju laiks bija/ir Laiks, supervīzija sesijas ir klienta, mans, mūsu koprades Laiks, kur nu vēl allaž klātesošais *Zeitgeist* (vācu val.) – laikmeta gars, kas man liek pazemīgi nojaust, ka esmu tiesīga sev piešķirt (ja to ļaus Meistari) 2024. gada sākumā ne supervizora, bet Mācekļa simbolu vai lomu. Studiju laikā ap šo profesijas nosaukumu iekšēji tirgojos un šobrīd sajūtos labi, iedodot sev atļauju būt Māceklim. Pateicos klientiem par šo domu, jo ar dažiem kopīgi meklējām citus tēlus viņu profesijai, lai organiskāk, lai elpojošāk, lai uzmanīgāk, lai sadarbīgāk un atvērtāk, radošāk, autentiskāk sev ieaugtu skolotāja profesijā. Kad skolotājs bija par smagu, galdnieks bija īsti vietā!

Nē nē, nepārproti, tas nav par nespēju uzņemties atbildību, tas ir par to, cik smalks, jutīgs, trausls ir šis koprades lauks ar klientu. Pēc 10 tūkstoš stundām (ceļš uz meistarību) darba supervīzijas apcirkņos pārskatīšu šo līgumu, bet šobrīd ņēmu sev Mācekļa lomu.

Pazemīgi, uzmanīgi un cieņpilni pret supervīzijas amatu.

Kā jau minēju sākumā, manas ceļa filmas titru turpinājums
Meistariem un ne tikai!

PALDIES,

Inese Stankus-Viša

Arita Faetherstone

Kārlis Viša

Inga Kripšēvica-Pāvula

Mana studiju grupa

Klienti

POA skolotāji

Ginta un Luīze Ratnieces

Simona Orinska

Piret Bristol no Tallinas, Igaunijā

Giulia Mastropirro no Padujas, Itālijā

Wilfried Schneider no Ārensburgas, Vācijā

Jāni un Madlēna

un

visbeidzot lokācija

Alberta iela



Ilmārs Blumbergs “Kalpotājs” |1993| Kartons, autortehnika, 100x70 cm

LITERATŪRAS SARAKSTS

https://anse.eu/wp-content/uploads/doc/ECVision/ECvision_e_book.pdf

Besona, Ž.; Bro, Ī. (2012): Psihoterapeitiskās attiecības. Eksistence, identitāte, vēsture. No franču valodas tukojuši Pīlēna, A. Rīga.

Baltijas Psihoorganiskās analīzes centrs (2009): Psihoorganiskā analīze. Rakstu krājums. No franču valodas tukojuši Pīlēna, A.; Brants, A. Rīga.

Brigemane, H.; Ēreta, K.; Klītmanis, K. (2019): Sistēmiskā konsultēšana piecās kārtās. Rokasgrāmata. Rīga.

Mārtinsone, K. (2010): Supervīzija un tās specifika mākslu terapijā.

<https://arttherapy.lv/lv/gramatas/izvertesana-makslas-terapija-principi-un-metodes>

Karkou, V., Sanderson, P. (2006). Arts therapies: A research based map of the field. Edinburgh: Elsevier.

Schneider, W. (2019). Wenn Worte fehlen – Symbole als Dolmetscher. Ein Praxisbuch für Therapie, Beratung, Begleitung von Teams und Padagogik. Innsbruck, Germany.

<https://www.psychologische-symbolarbeit.de/>

<https://gintaruna.substack.com/p/ep-4-ievads-sapu-analz#details>

<https://gintaruna.substack.com/p/bonuss-intraversija-un-ekstraversija#details>

https://marjorie-wiki.de/wiki/Integrative_Supervision

<https://www.ressourcen.at/integrative-supervision>

Taschen (2010): The Book of Symbols. Reflections on Archetypal Images.

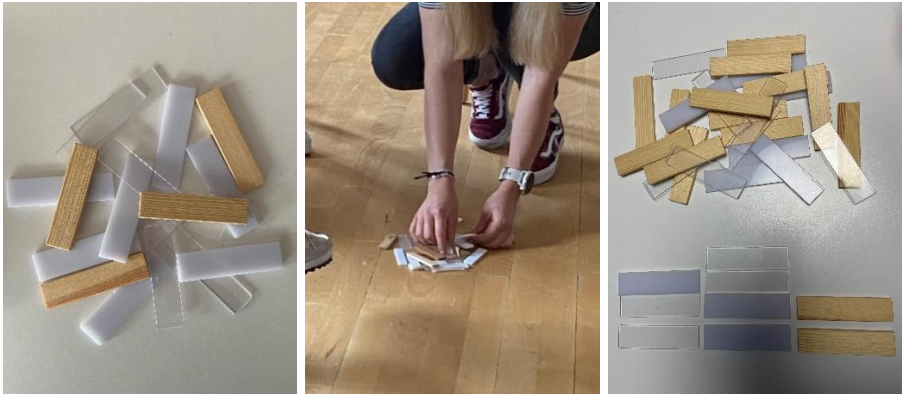
PIELIKUMI | METODES

Darbs ar akmeņiem	
Mērķis	Attēlot smagu situāciju, ko grūti vārdos atklāt, bildē vai salikumā no akmeņiem. Rast vizuālu, kopīgu platformu sarunai. Caur vizualizāciju palīdzēt klientam apzināties kontekstu, kur primāri meklējami risinājumi un kas ir viņa ietekmes laukā.
Norise	Aicinām klientu sajust viņam, cik smaga ir situācija, iedodot maisiņu ar akmeņiem, atstājot tajā, tik, cik sajūta liek. No A4 lapām aicinām izlikt tik lielu laukumu, cik varētu būt darba lauks. Aicinām izlikt vizualizāciju, kā varētu izskatīties šī situācija. Piemeklējam simbolisku akmeni arī sev un, iztēlojoties citus iesaistītos, atrodam sev, katram, jebkam vietu. Klients verbalizē attēloto, attiecības.
Piemērs	Klients attēlo situāciju skolā. Atrod sevi. Identificē akmeņu krājumos detļas, kā priekšā izjūt izmisumu un izaicinājumu vai izturēs – zem 100 neizlasītas, neatbildētas eklases vēstules, dažādas aktivitātes, ko paralēli uzņēmies aiz intereses utml. Kopīgi aplūkojot bildi, klients raksturo situāciju. Aicināts, to aplūko arī no citiem rakursiem. Vērojot situāciju, izlemjam, vai šeit apstāties, vai turpinājumā – aicinām izlikt sevi saudzējošāku, labāku, ērtāku vai ideālo bildi. Te var sākties saruna, kas nepieciešams, lai tuvotos šai versijai. Konkrētajā piemērā, aplūkojot ideālo bildi, klients zibenīgi izņēma 3 gana lielus akmeņus, jo atklāja sev, ka šos izaicinājumu viņš var 3 dienās novērst.
Piebilde	Paņēmiens ļoti atbilstošs intravertiem klientiem, jo, pirms konceptualizēt notiekošo, viņiem ir iespēja un laiks it kā iekšskatam, ielūkoties un ieklausīties sevī, kas notiek. Te jāsteidz pievienot arī, ka tikpat labi strādā runātīgiem, ekstravertiem klientiem. Brīdī, kad ir tieksme aizplūst vārdos un emocijās, šis simbolu darbs uz brīdi kameru no ār pasaules pavērs uz iekšējiem pārdzīvojumiem. Vēl joprojām ir pārsteidzoši – cik maz laika paprasa šo bilžu, kad nenāk vārdi, izlikšana. Un allaž aicinājums – empātiski būt blakus pie bides atdzīvināšanas, bez spiediena uz nākošo rīcības soli, ja tam šķietami vēl nav laiks.

Darbs ar simbolisko materiālu gleznā	I
Mērķis	Piedāvāt darbu ar vizualizāciju pirms rodas vārdi. Rosināt ieraudzīt savu darba situāciju simboliski. Atbalstīt klientu ieraudzīt situācijas komplekso dabu un ieraudzīt savu vietu tajā. Ieaicināt klientu sajust, kādas emocijas, izjūtas pavada, raugoties šajā vizualizācijā.
Norise	Supervizors aicina klientu izstādē ar ierosinājumu “Nesteidzīgi aplūko telpā esošā gleznas. Vai kāda no tām simboliski vari atpazīt savu darba situāciju? To atrodot, pakavējies pie tās un pavēro, ko šie tēli tev atgādina, kā tas sasaucas ar tevi? Kur tu ieraugi sevi? Ko šie tēli tev prezentē?”
Piemērs	Sporta skolotājs nespēj savu darba situācijas bezizeju noraksturot, verbalizēt, jo grūtība ir ļoti kompleksa un, kā pats saka, nevar atrast vārdus, lai to aprakstītu. Nepilnas minūtes laikā viņš izvēlas gleznu, kur atrod simboliskas līdzības ar savu situāciju. Pēc aicinājuma pabūt ar šo gleznu cik nepieciešams un piesavināt attēlu, sāk rasties vārdi, lai caur simboliem noraksturotu savu situāciju. Kristīne Kutepova “Īdenskritums Ziemeļindijā” Īdenskritums - vecāku un vadības nepārtraukts spiediens pēc izciliem bērnu rezultātiem, trīs krēslī – sadarbības trūkums, viņa krēsls vistuvāk ūdenim un ūdens kā pārslodze gāžas uz viņa pleciem, arī paša krēsls ir tukšs, jo nav parūpējies par sevi, jūt sevi kā izšķīdošo zilo laukumu virs ūdens, no kurienes vairs nesaskata zaļuma, auglīguma (zaļie augi) klātbūtni, neatlicinot laiku vairs mājās arī bērnam zīdaiņa vecumā un izešanai dabā.
Piebilde	Ieteikums uzmanīgi vērot klientu, cik viņš, ietērpjot situāciju jau vārdos, var saturēt. Nesteidzināt uz risinājumu ieraudzīšanu. Nozīmīgi ir identificēt situāciju un pabūt tajā. Piedāvāju vēl turpinājumu šim paņēmienam kā nākošo soli, ja tas nepieciešams.

Darbs ar simbolisko materiālu gleznā	II
Mērķis	Izmantojot simbolisko materiālu gleznā aicināt klientu atrast vēlamu sava darba situāciju.
Norise	Supervizors aicina klientu izstādē ar ierosinājumu “Nesteidzīgi aplūko telpā esošās gleznas. Kurā no tām aplūkojot, ja tā būtu tava vēlamā darba situācija, tu vari sajūties labi un saudzējoši pret sevi?”
Piemērs	Klients īsā laikā izvēlas zemāk attēloto gleznu. Supervizors ieaicina klientu it kā ‘atvērt’ vizualizāciju. Ko tu šeit saskati? Kā tas sasaucas ar tavu darba situāciju? Kā tev šeit ir? Kā šis attēls atšķiras no iepriekšējā? Kur tu redzi sevi?  Kristīne Kutepova “Redzējumi” Klients atklāj (sporta skolotājs piemērs), ka šeit ir gaisīga, elpojoša atmosfēra. Darba lauks ir apakšējā josla, kur daudzkrāsainas smilgas mītrajā upes malā aug. Viņa ārpusskolas/darba lauks ir tālāk zaļais, no kura viņš pa trepēm pietuvojas darba laukam, tad atkal atiet. Viņš periodiski tur sasmēlas spēkus un pats nosaka kā es pietuvošos tai upītei. Atceramies, iepriekšējā bildē viņš sevi juta zem ūdenskrituma, kas nekad nepārtrauc gāzties. Ja, iespējams, varam doties tālāk sarunā – kas tev nepieciešams, lai tu varētu dzīvē šādu bildi ieviest? Kas kavē? Kas tevi var atbalstīt? utml. Šajā gadījumā klients nolika sev plānu – regulāri pie dabas atpūsties (to bija sen atlicis), ieplānot laiku 1 h vairāk vakarā satikt savi ģimeni, kurā ir zīdāinis un atrast veidu kā komunicēt ar vecākiemun treniņskolas vadību tā, lai viņi vienīgie nenoteiktu sadarbības nosacījumus.
Piebilde	Šo paņēmieni var izmantot gan grupas, gan individuālā supervīzijā. Efektīvu rezultātu dod arī tiem klientiem, kuri pārstāv eksaktās sfēras.

Darbs ar 8 simboliem	
Mērķis	Aicināt klientu sarežģītu, kompleksu situāciju vizualizēt ar simbolisko materiālu, lai iegūtu pārskatāmību un, iespējams, atklātu laukus, kur dzīvo sarežģījums un kur resursi.
Norise	Supervizors aicina klientu izlikt uz grīdas no A4 lapām tik lielu laukumu, cik nepieciešams, lai vizualizētu sava darba situāciju. Tad tiek piedāvāti 8 maisiņi, no kuru satura viņš tiek ieaicināts vizualizēt sava darba situāciju, izmantojot materiālus, kur 1. akmeņi simbolizē grūtības, smagmi 2. zelts – ko vērtīgu 3. gliemežvāki – ne visai patīkamas emocijas kā vaina, bailes, skumjas utt. 4. smiltis – kaut kas mums caur pirkstiem it kā aizplūst, ko nevar saturēt vai arī tās var būt ceļš, krasts 5. vate – kaut kas mākoņains, kas tāls un nesataustāms 6. spalvas – jaukas, patīkamas sajūtas, sirsnība, siltums 7. dzeloņstieples fragmenti – kas norobežots, ass, nepieejams 8. mēsli – kā jau mēs sadzīvē lietojam – nu te ir mēsli.
Piemērs	 Pēc izliktās vizualizācijas, ieaicinām klientu padalīties, kas ir tas, kas šeit attēlots, kur ir viņa pozīcija, ko viņaprāt simboliskais materiāls attēlo, kur viņš saredz sarežģījumus, grūtības, kur savukārt musturi ir labvēlīgi darbam. Šajā gadījumā klients (šeit – grupa) identificēja grūtību – komunikācijas veids savstarpēji un ar vadības līmeni, kas ir pat nepieejams. Šajā gadījumā grupa nolēmj, kur apstāties konkrētajā sesijā un supervizors tur laika rāmi un jutīgi ir blakus, cik tālu virzīties.
Piebilde	Ne vienmēr jāizmanto visi 8 simboli. Šo metodi var piedāvāt arī vienam grupas dalībniekam, ja jūtam, ka varam atstāt viņu vienu ar šo un ar grupu virzīties tālāk, un pēc brīža atgriezties pie šī klienta, jūtot grupas dinamiku.

Darbs ar plānu, biezu ledu, stabilu grīdu	
Mērķis	Ar simboliskā materiāla palīdzību atklāt, nosaukt, cik trausla, nedroša, stabila vai nestabila ir klienta situācija vai pamats zem kājām. Atklāt lielākus vai mazākus, bet resursus ceļā uz dažādu situāciju risinājumiem. Nosaukt resursus vārdā.
Norise	Supervizors aplā vidū vai individuālā sesijā klienta priekšā izber 3 veida plāksnītes – caurspīdīga stikla plānas, organiskā stikla biežākas un koka. Katrs tiek aicināts paņemt no katras pa vienai, no kurām caurspīdīgā stikla plāksnītes simbolizē plānu ledu, tātad nedrošību, apdraudētību. Nedaudz biežākas organiskā stikla – drošāku virsmu, bet ne līdz galam stabilu, un koka plāksnītes raksturo labu, drošu, noturīgu pamatni. Aicinām dalībniekus, par savu darba situāciju domājot, vai ir kāds lauks, kur viņš sajūtas ļoti nedroši, trausli, vai gana stabili, droši, bet ir vēl kur virzīties vai savukārt ir arī kas ļoti stabils, pamatīgs. Tad viens pēc otra, sarīdējot sev plāksnītes priekšā, noraksturo to, nosaucot grūtības vai arī jau resursus vārdos. Otrajā aplī aicinām visus paprāt, kurā aspektā klienti vēlētos rast resursus un nostiprināt esošo pamatni, lai tuvotos nākošajai – stabilākai. Resursu plāksnītes tiek meklētas no vidū atlikušajām, kur caurspīdīgā plāksnīte ir mazs, bet tomēr iespējams resurss, baltā jau stabilāks atbalsts un koka – spēcīgs, stabils resurss. Resursu plāksnītes attiecīgi tiek virknētas virs stiprināmajām, radot simbolisku vizualizāciju, kā vājš kļūst spēcīgs, nestabils stabilāks utml.
Piemērs	 Skolotāja piemeklē caurspīdīgo plāksnīti ļoti trauslai, jūtīgai sadarbībai ar vecākiem. Biezāko stikla – laba, atbalstoša sadarbība ar kolēģiem, bet te varētu vēl ko iesākt, darbs ar bērniem – ļoti stabili, priecīgi. Īsā laikā viņa atrod, ka sadarbības ar vecākiem jautājumā pēc domapmaiņas viņa vērsīsies pie kolēģiem (baltā plāksnīte) un pati pameklēs veidus, kā labāk vest sarunas ar dažiem vecākiem, kuri ir uzbrūkoši.
Piebilde	Šī ir tikai viena variācija, kā šo simbolisko materiālu izmantot. Spēcinājums nāk caur vizualizāciju, ka atrodot resursus, kas nūdien ir reāli pieejami un nosaukti vārdos, mēs kādu nestabilu pamatni varam tiešām nostiprināt un pavisināties spēka virzienā.



Teilnahmebestätigung

Diana Jaunzeme-Meistere

Geboren am 12.12.1974
in Lettland * Lettonia (ES)

hat am Seminar

Die Arbeit mit Symbolen - Il lavoro con i simboli

Di. 23.05.2023 von 09.00 bis 18.00 Uhr
Mi. 24.05.2023 von 09.00 bis 18.00 Uhr
Do. 25.05.2023 von 09.00 bis 16.00 Uhr

teilgenommen.

Nals, am 25.05.2023



Kurt Jakomet
Direktor Bildungshaus Lichtenburg



Wilfried Schnelder

AUTONOME PROVINZ BOZEN SÜDTIROL
PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO ALTO ADIGE
Anerkannte Weiterbildungseinrichtung
Prof. Nr. 33.02.10/662544 vom 26.11.2015

 **qualityaustria**
SYSTEMZERTIFIZIERT
ISO 9001:2015 NR.19703/0

