

VARGA SZABOLCS<sup>1</sup>**A logoterápia eszköz- és módszertárának alkalmazási lehetőségei a szupervízióban I.**

*A tanulmány célja, hogy bemutassa a Viktor E. Frankl nevéhez köthető logoterápia eszközeinek alkalmazási lehetőségét a szakmai személyiségfejlesztésben (szupervízióban). Bemutatásra kerül, hogyan alkalmazhatóak ezek az eszközök az egyéni, team- és csoportos szupervízió során; hogyan alkalmazható a dereflexió a szupervizáltak belső erőinek összpontosításában. Hogyan erősítheti a paradox intenció a szupervizált öndistanciáját. Miként segíti a logoterápia beszélgetés formája, retorikája a szupervizált elakadásait. Említésre kerül a szókratészi párbeszéd, a speciális színpad és az értelemszenzibiláló tréning is, mint lehetséges eszköz a szakmai személyiségfejlesztés folyamatában.*

Korábbi tanulmányomban (Varga, 2015) a logoterápia alapfogalmait és alapelveit mutattam be. Az alábbiakban a korábbi írás kiegészítése- és folytatásaképpen, azokat a logoterápiás eszközöket, módszereket ismertetem, elemzem – két részben –, melyek, véleményem szerint, jól alkalmazhatók a szupervíziós folyamatokban is.

A szakmai személyiségfejlesztést (szupervíziót) módszertani eklekticizmus jellemzi. Egyebek között a pszichológia módszertanából, annak számos irányzatából, azok eszköztárából merít munkamódszereiben. Frankl logoterápiájához hasonlatosan azonban elsődleges eszköze a kérdés, a kérdezés. A logoterápia nyelvi eszközei mellett számos olyan lehetőséget kínál, melyet a szupervizorok, coachok és más, személyiségfejlesztéssel foglalkozó szakemberek is haszonnal alkalmazhatnak munkájuk során. Tanulmányomban e logoterápiás eszközök alkalmazási lehetőségét vázolom fel a szupervízió vonatkozásában.

A logoterápiai tanácsadás eszközeit – a szupervízióhoz hasonlóan – meghatározza az a fontos szemlélet, hogy e tanácsadás fő figyelme nem lelki problémák okainak felkutatására helyezi a hangsúlyt, hanem az egyén ép erőit kívánja felfedezni, melyek a szellemi dimenzió irányába mutatnak.

<sup>1</sup> egyetemi docens, Nyugat-magyarországi Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kar, Társadalom-, Szociális és Kommunikációtudományok Intézete, [varga.szabolcs@bpk.nyme.hu](mailto:varga.szabolcs@bpk.nyme.hu)

## 1. Dereflexió

Életünkben rengeteg nehézséget okoz, hogy egy-egy felmerülő problémának túlzott figyelmet szentelünk. Számos esetben észleljük, hogy gondolataink mindig ugyanazon probléma körül járnak. Nem tudjuk elengedni, tapadunk hozzájuk, mintegy rádióban meghallott, általunk nem kedvelt slágerhez. Ezek a gondolati „antislágerek” tönkreteszik mindennapjainkat. Nem szeretjük ugyan ezt a slágert, és félünk, hogy újra felcsendülnek az ismerős dallamok. A nehézség annál jobban mélyülhet, minél többet foglalkozunk vele (hiperreflexió). Úgy érezhetjük, nem tudunk „más rádiócsatornára” váltani. E nehézség, gyötrődés azonnal megszűnhet, ha ignoráljuk azt. Az ignorálás azonban sok esetben igen nehéznek mutakozhat. A hiperreflexió „ellenszere” lehet a logoterápiai dereflexió alkalmazása. A cél az, hogy a túlzott önmegfigyelést „elfelejtessük” a klienssel. Ehhez olyan, a külső világban meglévő – harmadik, szellemi dimenzióban megjelenő – „értelmet”, tartalmat kell találni, mely fontos annyira az egyénnek, hogy figyelmét a továbbiakban erre irányítsa. A módszer a homeosztázis elv tagadására épül. Az egocentrikus, önmegvalósító célok helyett az egyénnek a rajta kívülálló világ megismerésére, megértésére/megélésére, formálására kell törekedni; öntranszcendentálnia kell önmagát. A tanácsadó felelőssége az, hogy a kliensben ne keltsen önsajnálatot, ne erősítse egoizmusát. A vigasz lehetőségét meg kell adni a kliensnek, de a iatrogén ártalmak elkerülésére kiemelt figyelmet kell szentelnünk (Lukas, 2007).

Mind az egyéni, mind a csoportos, illetve team szupervíziós üléseken gyakori problémát okoz az, hogy a szupervizált nem tud elszakadni problémájától, arra fokozottan reagál. Fokozottan saját tevékenységét, saját működését látja. Ő a középpont, nem látja saját környezetét, kollégáit, főnökeit, klienseit. Ez sok esetben saját képességeiben való kételkedésben, lebecsülésében jelentkezik, de sok esetben találkozunk azzal, hogy a szupervizált, saját meglátása szerint, mindent tökéletesen csinál, de kollégái, főnöke, saját klientúrája „nem megfelelően működik”. Nem, vagy nem megfelelően látja a külső világot.

E módszer célja, hogy a kliens megfeledkezzen magáról ahelyett, hogy lebecsüli, vagy éppen túlbecsüli önmagát; személyes létének konkrét értelmére irányítja a figyelmet. A valamire rendeltetés, a valamire irányultság az emberi létezés egyik alaptörvénye. A személyiség formálódása, változása csak valamely értéknek figyelmet szentelő önátadásban valósulhat meg.

Szupervizori munkámban team- és csoportos szupervízióban egyaránt elsősorban a szakirodalomban (Lukas, 2007) leírt előnyöket fedeztem fel. A visszajelzések során a csoporttagok szinte kivétel nélkül arról számoltak be, hogy „rájöttek”, másnak is vannak – leginkább

ugyanolyan vagy hasonló – problémáik. Szintén említésre kerül az, hogy a mások előtti nyílt beszéd saját érzésvilágukról, „belső működésükről” felszabadító erővel bír. Segíti a résztvevőket az, hogy problémáikra könnyebben találnak választ akkor, ha a csoportban lévő személyek is segítik azt javaslataikkal, ötleteikkel.

Az Elisabeth Lukas által bevezetett dereflexiós csoport kiváló lehetőséget biztosíthat arra, hogy a szupervíziós csoporttagok pozitívan szemléljék helyzetüket. A dereflexiós csoport lényege, hogy a csoporttagok az ülés(ek) során nem a nehézségeikről, gyengeségeikről beszélnek, hanem a jó tulajdonságokról és a pozitív dolgokról, erőkről, amelyekkel rendelkeznek (Lukas, 2007). Ez jó lehetőséget biztosít arra, hogy a szupervizáltak belső erőikre összpontosítsák figyelmüket. Segítséget jelenthet olyan esetekben, amikor a kliens a külső negatív hatások, impulzusok szemlélődésében veszik el. Csoportfolyamatban erősítő lehet az is, ha látja, más csoporttagok is képesek arra, hogy pozitívan szemléljék helyzetüket. Egy-egy ilyen jellegű szupervíziós ülés beiktatása a folyamatba megszakíthatja a rezignáltságot, önsajnálattal, negatív munkahelyhez kapcsolódó attitűdöket.

A dereflexiós csoportülések része, kiegészítése lehet a „szép pillanatok naplója” is. Ez esetben egy naplóba, füzetbe kerül lejegyzésre a nap végén mindaz a pozitív dolog, mely az adott napon, az adott klienssel történt. Ebben az esetben az a cél, hogy a kliens hiperreflexiója csökkenjen, megfeledkezzen magáról, elősegítse az öndistanciát. Egy-egy szupervíziós ülés teljes egészében is figyelmet fordíthat e naplók egyes részeinek egymással történő megosztására. De jól alkalmazható a bevezető körben is, oly módon, hogy mindenki felolvassa legkedvesebb bejegyzését. Az írásbeliségből adódóan könnyen előívató, így gyorsan segítségül hívható e napló olyan szituációkban, amikor a szupervizált kilátástalannak ítéli (ismét) munkahelyi problémáját. Ez esetben a szupervizor felidéztesheti azokat a pozitív élményeket, értékeket a szupervizálttal, amelyeket korábban már megélt. Ez újabb lendületet adhat, kikölkenthet a „megragadt” állapotból.

Frankl az egyént problémához való viszonyulása alapján négy beállítódási csoportba sorolja:

- (1) *A helytelen passzivitás*: amikor az egyén elmenekül problémái elől
- (2) *A helytelen aktivitás*: Az egyén a problémára felfokozottan reagál (hiperreflexió)
- (3) *Helyes passzivitás*: a tünet, probléma ignorálása (dereflexió), ironizálás felette (paradox intenció)
- (4) *Helyes aktivitás*: Valamire irányulva – a problémáról megfeledkezve – cselekedni (Frankl, 1959).

Figyelnünk kell arra, hogy nemcsak a lelki megterhelés, hanem a tehermentesítés is okozhat problémákat. Ez utóbbi szellemi, egzisztenciális vákuumot okozhat; értelemről megfosztott létérzést eredményezhet. A logoterápia a pszichofizikai dimenzió figyelembevételével törekszik a szellemi dimenzió felé. A dereflexió segíthet rámutatni arra, hogy a saját énen, (gyengeségen) kívül mi más az érték(es) az életben.

## 2. Paradox intenció

A paradox intenció erősíti az öndistancia képességét az egyénben. Eltávolít a problémától, és hatástalanítja azt. E módszer alkalmazása során a tanácsadó a felesleges és túlzott félelem miatt aggódó klienst arra ösztönzi, hogy gúnyolja, nevesse ki félelmeit, úgy, hogy vágy ébredjen benne félelmének tárgya iránt (Lukas, 2007). Nem a kliens tehát a gúnyolódás tárgya, hanem az ő sorsszerű (nem szabadon választató) félelmei, melyeket ha nevetségesnek tart, csökkennek/elmúlnak vele szemben keletkező aggályai.

A módszer rövid távú alkalmazása is jelentős eredményeket hozhat. Nem a félelmeink előli kitérésre biztat, hanem arra, hogy nevéssük ki azokat; úgy, hogy megpróbáljuk akarni azokat. Az akarás és a félelem kizárják egymást, mert amit akarunk, attól nem félhetünk. És miután nem félünk valamitől, nem is terhel továbbra bennünket. Már maguk az ilyen irányú tanácsok a kliens felé groteszkként hatnak. Nevet rajta, kevésbé veszi komolyan a problémáját, ezáltal eltávolodik attól. A paradox intenció egyfajta kitörést jelenthet az egyén viselkedési circulus vitiosus-aiból; olyan váratlan reakció, mely más megoldási lehetőség felé nyit utat. Erőteljes önbizalom-építő funkcióval bírhat az, ha a kliens azt tapasztalja meg, hogy az addig benne szunnyadó, feleledő lelkierejével képes megbirkózni a korábbi helyzetével (Lukas, 2007).

*„Abban a pillanatban ugyanis, amikor a páciens megtanulja, hogy a félelem helyét – még ha természetesen csak másodpercekre is – átengedje a (paradox) szándéknak, úgyszólván már ki is fogta a szelet félelmei vitorlájából. Végül a „buta” félelem az okosabb, és enged”* (Frankl, 1959, p. 171). A humor az, amely által a kliens megtanulhatja azt, hogy eltávolodjon, (ironizáljon) problémáitól. Segít szembenézni a félelmekkel, segít az öndistanciában. Frankl szerint a paradox intenció a *„létbe vetett ösbizalom helyreállításának eszköze”* (Frankl, 1959, p. 173). Egy adott probléma meglétével kapcsolatban a kliens sem nem szabad, sem nem felelős, a szabadság és felelősség azonban fennáll a probléma tüneteinek való viszonyulásában.

„A paradox intenció célja az, hogy e szabadság terét tágítsa a pszichonoétikus antagonizmus mobilizálásával” (Frankl, 1959, p. 185).

Munkahelyi problémák esetében számos olyan helyzet adódhat, mely elsősorban valós, de leginkább vélt félelmeken alapszik. Az új helyzetektől való félelem, a munkahely esetleges megszűnése miatt érzett aggodás, a klienssel való „kellemetlen” közléshelyzet, vagy a kollégákkal, felsőbb vezetővel való kommunikációtól való rettegés, a nagy nyilvánosság előtt való megszólalás bénítólag hat az egyénre, cselekvéseire. A szupervizor ilyen esetekben jól alkalmazhatja a paradox intenció módszerét. Arra kérheti szupervizáltját, hogy félelmei tárgyának felismerése után akarja azokat! Nem arra kell biztatnia kliensét, hogy térjen ki félelmei elől, hanem hogy akarja azokat megjeleníteni. Akár nevesse is ki – ne magát – félelmeit.

### 3. Beállítódás moduláció

A logoterápia az értékek relativitásának elméletével lehetővé teszi a kliensnek, hogy szenvedésének értékét felfogja. Az adott tények ellenére történő állásfoglalás a beállítódás moduláció kiindulópontja, origója. Az ember beállítódását ugyanis nem az határozza meg, ami van, hanem az egyénisége; az, ahogy ezekhez a tényekhez viszonyul. Az egyén az, aki meghatározza az „adotthoz” való viszonyulását, és ez a beállítódása lesz az, ami meghatározza lelkiállapotát. A beállítódás moduláció célja az, hogy a negatív beállítódást/hozzáállást az objektív tények iránt pozitívvá változtassa. Abban segít, hogy azt a „bizonyos poharat” félig telinek lássuk. Cél ráébreszteni a klienst arra, hogy a különböző „okok”, „akadályok”, nehézségek ellenére sok mindenre képes lehet. A képessé válást, a képessé akarni válással kell kezdeni. Ehhez nem az okok mélyre menő kutatására van szükség, hanem arra, hogy a klienst a „mindezek ellenére képessé” tegyük. A szellem dacoló hatalmát kell életre hívni (Lukas, 2007).

A beállítódás megváltoztatására nem minden esetben negatív feltételek megléte esetén van szükség. Számos példa bizonyítja, hogy meglévő pozitív feltételek esetén sem megfelelő az egyén viszonyulása az élethez. Ilyen esetekben e pozitív életfeltételekhez (megfelelő képességek megléte, jó anyagi helyzet stb.) való helyes beállítódás kialakítása lesz a logoterápiás tanácsadás célja. A negatív tényekhez természetesen nehezebb pozitívan hozzáállni. Sok tényállás megváltoztathatatlan. Ilyen esetekben csak a tényekhez való viszonyuláson változtathatunk. A szenvedéssel való megbirkózás – mindenkiben meglévő, de esetleg szunnyadó – képességét kell életre keltenünk a vele kapcsolatos beállítódás megváltoztatásával (Lukas, 2011). A változáshoz elengedhetetlen, hogy a kliensben egy „aha-élményként” megjelenjen a

megváltoztathatatlan tényeken való felülkerekedés lehetősége. Ez akkor történhet meg, ha sikerül megértenie, hogy nem kérdezni kell a sorsot, hanem annak kérdéseire kell válaszolnia. Tudatosítani kell benne, hogy viselkedése nem automatizmus kell legyen, hanem az ő választása szerinti válasz. Szellemi szabadsága van mindenkinek arra, hogy sorsával szembeszegülve cselekedjen. A beállítódás moduláció ahhoz segíti hozzá a klienst, hogy átélje a „saját lábamon állok” élményét a „sorsom az életem” érzésével szemben. Ennek következtében az egyén megértheti és ezek után meg is élheti céljait az életben (Lukas, 2011). Ennek természetesen sok gátja lehet. Ezek közül fontos megemlíteni a – pándeterminizmus, pszichologizmus, redukcionizmus mellett – a kollektívizmust. Ez sok esetben az „én már csak ilyen vagyok...” és más, ehhez hasonlatos kijelentésekben megjelenő öngigazolásokban mutatkozik meg, jelezve ezzel azt, hogy az illető egy rajta kívül álló kollektíva összetulajdonságaitól függ (Lukas, 2011).

#### **4. A logoterápia beszélgetésformája, retorikája**

A logoterápia szinte egyetlen eszköze a nyelv, a beszéd. Ennek módja elsősorban a Carl Rogers-féle személyközpontú terápia beszélgetésmódjával áll összhangban. Ennek fő motívumai az empátia (a bizalmi légkör megteremtése), a kongruencia, a feltétlen elfogadás. A logoterápia esetében azonban a kliens elfogadásából nem következik automatikusan az általa elmondottak elfogadása is. A logoterápia értékfókuszú terápia, tehát nem lehet értéksemleges. Fontos a kliens által elmondottak fölötti reflexió, a vállalható felelősség vonatkozásában. A kliens és a terapeuta között párbeszéd zajlik, mely a kliens kérdése köré épül. A terapeuta itt nem egyszerűen visszatükrözi az elhangzottakat, hanem facilitátorként segít az életben fellelhető értelemléhetőségek megtalálásában. Minden esetben fontos azonban arra ügyelni, hogy a katalizáció ne a terapeuta mércéje szerinti érték-állásfoglalásként nyilvánuljon meg, hanem a kliens saját maga legyen élete alakításának/alakulásának (m)értékadója. Frankl szerint a lelkiismeret mutatja meg, milyen irányban kell elmozdulnia a kliensnek. Az értékek azok, melyek az elmozduláshoz szükséges értékmércét hitelesítik. Ezek bennünk rejlenek, s ha nem akarjuk magunkat elárulni, csak ezen értékeket követve döntünk. A legoptimálisabb esetben tehát a kliens csak a bensője értékmércéje által hitelesített lelkiismerete alapján tud dönteni (Lukas, 2011, pp. 62–63).

Lukas szerint a logoterápia retorikája atipikus. Álláspontja szerint más terápiás irányzatok, illetve a sikeres emberközi kommunikáció ismérveit hordozza magán egy logoterápiás beszélgetés is. Ezt a szeretet retorikájának nevezi (Lukas, 2011).

A logoterápiához hasonlóan a szupervízióban is kiemelt szerepet kap a verbalizáció. A szupervízió azonban nem csak beszéddel, nem csak kérdésekkel dolgozik, hanem a cél érdekében számos eszközt alkalmaz. *„Frankl szerint a logoterapeuta feladata az, hogy katalizátorszerepet töltsön be a beszélgetés során, mégpedig annak érdekében, hogy a páciens a világban rendelkezésére álló értelemlehetőségeket jobban értse. Ebben a vonatkozásban a logoterapeuta ötleteket fogalmaz meg, a pácienssel együtt következményeket gondol végig. Egyszóval nemcsak a fülét használja, tárja ki, hanem azzal közreműködik, amit ma emocionális intelligenciának neveznek”* (Vik, 2013). A szupervízor is katalizátor-, facilitátorszerepben van tevékenysége során. Nem az a feladata, hogy kész válaszokat adjon a szupervizált kezébe, hanem a rendelkezésre álló értelemlehetőségek kiválasztásában kell, hogy segítse a szupervizáltat.

#### *4.1 A személy felértékelése*

A Carl Rogers által megfogalmazott alapelvek a logoterápiai tanácsadásban is érvényre jutnak. A kliens türelmes meghallgatása, az én-erősítő „utasítások” mindkét beszélgetésben megjelennek. A logoterápia a beszélgetések során a kliens jó oldalait az „itt és most”-ban, illetve a pozitív kiteljesedést jövőbeniségben mint lehetőségben próbálja észleltetni. A terapeuta feladata, e két pozitívumával, lehetőségével szembesítse úgy, hogy nem értékeli, hanem felértékeli a klienst. A gyakorlatban ez a kliens szembesítését jelenti saját pozitívumaival („Nagyon pontosan látja a helyzetét!”). Fontos arra ügyelnie a terapeutának, hogy ne cél nélküli dicsérgetéseket fogalmazzon meg, hanem a kliensben szunnyadó tartalékokat facilitálja, azokat hozza felszínre. A jövőbeli kiteljesedés megtalálásához, észleléséhez a terapeuta részéről elengedhetetlen az intuíció. Ilyen esetben nemcsak a kliensnek kell bíznia a terapeutában, hanem a terapeutának is bíznia kell a segített személy rejtett képességeiben. A kliens felértékelésének alapja az, hogy minden ember több, mint részek összessége. Tehát több, mint saját problémái zavarai. A terapeuta tehát „rügyfakasztó” szerepet vállal magára azzal, ha szunnyadó képességeknek erőt ad (Lukas, 2011).

#### *4.2 Hozzájárulás a tisztánlátáshoz*

Ideális esetben – Frankl szerint – a szenvedés tisztánlátóvá teszi az embert. A terapeuta feladata – a szenvedés negatív következményeinek kompenzálása végett – a kliens belső látásának élesítése. Az önfejlődés eléréséhez, az önfejlesztés, belátás, megismerés, gyarapodás hármásának mobilizálása szükséges. E hármás mozgásba hozása a szellem dacoló hatalmára

épülhet. A terapeuta nem közvetlen tanácsokat szolgáltat ehhez, hanem – többek között – az ellentmondások feltárását. A „nem értem”, vagy a „segíts, hogy megértselek”, „magyarázd el/meg, kérlek” mondatok előcsalogathatják az ellentmondások felfedezéséhez szükséges tisztánlátást. Azt a tisztánlátást, melynek során az ember rájön, hogy mi a feladata az életben; hogy nem neki kell kérdeznie az életet, hanem az élet kérdéseire neki kell felelnie (Lukas, 2011).

A szupervíziós folyamatban az információs kérdések oksági összefüggéseket tárnak fel. Fontos arra figyelnie a szupervízornak, hogy e kérdések sora ne legyen túl sok és túl hőmpölygő. E kérdéseket addig célszerű alkalmazni, ameddig a szupervizált alap-, kiinduló érzelmeit megérthetik a csoporttagok és leginkább a szupervízor. E kérdések célja a szupervizált problémájának feltárása. A kérdések mögött a vizsgálódás szándéka áll. A szupervizáltat kapcsolatba kell hozni problémájával.

A szupervízornak nagyfokú koncentrációra van szüksége ahhoz, hogy az esethozó által elbeszélte történetben megpróbálja megragadni a tényeket. Ez azért különösen nehéz, mert az esethozó saját szemüvegén keresztül látja a problémát, míg a szupervízor és a csoporttagok nem minden esetben ismerik a történet minden szereplőjét, illetve az adott szituáció körülményeit.

Tapasztalatom szerint az eset(ek) elmondása során az okoz nehézséget, hogy a szupervizált ne elsősorban ventilálásra használja fel az esetismertetésre rendelkezésre álló időt, hanem olyan tényeket is közöljön, melyekből a szupervízor és a csoporttagok jól láthatják a helyzetet (Varga, 2013).

#### *4.3 Játék az alternatívákkal*

Az élet tehát kérdez, amire válaszolnunk kell. A kérdések napi szinten záporoznak felénk, és sokszor könnyebben, sokszor nehezebben megoldható feladatok elé állítanak. Az alternatív válaszadási lehetőségek bennünk vannak. Mindannyian szeretnénk e kérdéseket felismerni, s ha már felismertük őket, azokra adekvát válaszokat adni. E válaszok a tetteiért felelősséget vállaló ember kezében vannak. A terapeuta feladata, hogy ezeket a válaszadási lehetőségeket előcsalogassa a kliensből, aki ezek után egyedül, önállóan adhat választ. A „*Mi lenne, ha...?*”, „*El tudná képzelni...?*”, „*Hogyan hangzik Önnek az, hogy...?*” kérdések alkalmasak az alternatívák előívására. A fantáziatükrökben való lehetőségek játéka ez (Lukas, 2011).



#### 4.4 Az értelem alternatívái

Az alternatív lehetőségek felvázolása, az azokra való rátekintés még kevés ahhoz, hogy a helyzet értelmes megoldását meg is találja a kliens. Az értelemre való rátalálás az azonosulást jelenti. A felvillantott alternatív lehetőségek közül a kliens a lelkiismeret iránytűjére hallgatva kiválaszthatja azt a lehetőséget, mely a legértelmesebbnek tűnik számára. „*Melyik lehetőség az Ön számára a legtetszőbb, legelfogadhatóbb?*”, „*Melyik lehetőséggel azonosul szívesen?*”, „*Ezek közül melyik lehetőséget vállalja szívesen?*” kérdések segítik az iránytű mutatóját a megfelelő irányba mozdítani. A keresés és kutatás sokszor nem egyszerű dolog. Sokszor nem az a kép néz vissza a tükörből, melyet szívesen látnánk. Egy felértékelő dicséret utáni: „*Mit akar ezzel elérni? Ezt ...vagy azt...*” kérdésekkel feltáruuló kép nem mindig kívánatos. A lelki iránytű azonban megmutatja a megfelelő „értelmes” választást (Lukas, 2011).

A szupervíziónak is fő feladata a szupervizált más útra terelése, adott helyzetében való jövőbeni értelmének megmutatása. A szupervizált más útra terelésében az úgynevezett kontextuális kérdések (is) játszanak jelentős szerepet. E kérdések feltevése során derülhet ki a szupervizor részére, hogy a szupervizátnak milyen jelentőségű a története. E kérdéseket – véleményem szerint – a történet teljes megismerése érdekében ugyanúgy használhatjuk, mint az együtt felfedezés szakaszában. E kérdések feltevésekor a probléma kívülről láttatása, más kontextusba helyezése (némiképpen „a jövőbe láttatás”) a szupervizor feladata.

E kérdések szerepe elsősorban abban áll, hogy segítsen tisztázni a szupervizált által elmondott történet fontosságát, a jelentőségét, rámutatva a probléma leglényegére. A szupervizor (és a csoporttagok) célja, hogy a szupervizált a problémáját kvázi kívülről, kívülállóként láthassa. Az együtt felfedező, együtt gondolkodó szerepében vagyunk. Minden mindegyütt összefügg. Fontos a különbségekre figyelés, figyeltetés. Ugyanakkor a szupervizor feladata, hogy segítse a szupervizáltat, hogy az összefüggésekre (is) figyeljen. E kettős feladat úgy érhető el, ha az eset körülményeit alaposan körbejárja a szupervizált. Feladat a különböző kontextusba való kitekintés, a szupervizált kimozdítása jelenlegi (beragadt) helyzetéből, a probléma új nézőpontba helyezése. Olyan kérdéseket kell a szupervizornak megfogalmaznia az esethez való részére, amelyekkel új nézőpontba helyezheti a történetét!

Kimozdítás, máshogyan láttatás. Nem egyszerű a feladat. Nagy a kísértés arra, hogy tanácsadóként lépjen fel a szupervizor. A szupervizorban tudatosulnia kell annak, hogy mindennek meg van a maga ideje, és sokszor ez nem az „akkor és most”-ban, hanem a „majd a jövőben” történik meg.

A logoterápia beszélgetései áthatják egymást, és mindegyiket át kell, hogy hassa a kliens és az élet felé irányuló szeretet és bizalom.

A tanulmány első részében a Viktor E. Frankl nevéhez kötődő logoterápia eszköztárának egy részét vizsgáltuk, abból a nézőpontból, milyen formában alkalmazhatóak ezek a lehetőségek a szupervíziós folyamatokban. A dereflexió, paradox intenció és beállítódás moduláció mellett, a logoterápia beszélgetésformáját, retorikáját vizsgáltuk ezen vonatkozásban. A tanulmány következő részében az értelemszenzibiláló tréninggel, a szókratészi párbeszéddel, vezetett önéletrajzzal és a speciális színpaddal mint eszközökkel kívánunk foglalkozni.

#### BIBLIOGRÁFIA

Frankl, Viktor E. (1959). *Orvosi lélekgondozás*. Kn.

Frankl, Viktor E. (1996). *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Budapest: Kötet Kiadó

Frankl, Viktor E. (2006). *Értelem és egzisztencia*. Budapest: Jel Kiadó.

Lukas, Elisabeth (2011). *A logoterápia tankönyve*. Szeged: Agapé Kiadó.

Lukas, Elisabeth (2007). *Szenvedésednek is van értelme*. Szeged: Agapé Kiadó.

Sárkány Péter, Zsók Ottó (2010). *A logoterápia alapjai*. Budapest: Jel Kiadó.

Varga Szabolcs (2013). Szupervízió és/vagy mediáció I. *Szociálpedagógia* 2013. 1–2. sz. pp. 80–98.

Varga Szabolcs (2015). A logoterápia alapfogalmainak szupervíziós vonatkozásai. *Képzés és gyakorlat: Training and Practice* 13. évf. 1–2. sz. pp. 399–410. [doi: 10.17165/tp.2015.1-2.28](https://doi.org/10.17165/tp.2015.1-2.28)

Vik János (2013). *A segítő beszélgetés alapelvei és gyakorlata*. 2013. 11. 08-án elhangzott előadás anyaga. Apor Vilmos Katolikus Főiskola, Vác.

VARGA, SZABOLCS

POSSIBLE MEANS AND METHODS OF LOGOTHERAPY IN SUPERVISION

*In this study I intend to introduce to what extent the theoretical background of logotherapy is compatible with the theory, the principle and the actual practice of professional personality development (supervision) and how the rhetoric of logotherapy can be applied in the cases of professional development. I will address the issue whether Frankl's image of man is in harmony with the aims of supervision. I will give an account of the logotherapeutic tools and methods, which according to my views, can be beneficial to the development of professional personality. While touching upon the tools and methodological repertoire of logotherapy, I will also introduce the ways of dereflection, paradoxical intention and attitude modulation. I will speak about the dialogue form and the rhetoric of logotherapy and its application in supervision. I will also mention mind sensibility training, Socratic dialogue, guided curriculum vitae and the special stage.*