



Anja Podlesek

POMEN USPOSABLJANJA MENTORJEV IN ORIS PROGRAMA USPOSABLJANJA V PROJEKTU SUPER PSIHOLOG⁶

Zakaj morajo biti mentorji za vodenje supervizirane prakse ustrezno usposobljeni?

Nujno je, da mentor zelo dobro pozna področje, ki ga mentorira, da lahko sodeluje v refleksiji dejavnosti mentoriranca in reševanju strokovnih problemov, ter poskrbi, da strokovni razvoj mentoriranca poteka v smeri zagotavljanja kakovostnih psiholoških storitev, utemeljenih na preverjenih znanstvenih spoznanjih. Vendar pa dobra strokovna usposobljenost mentorja ni dovolj. Svoja znanja, veščine in naravnost do stroke mora biti zmožen tudi prenašati na mentoriranca. Zato mora imeti znanje o različnih metodah mentoriranja in supervizije, znanje in veščine poučevanja, prepoznavati in razumeti mora stopnjo razvitosti mentorskega/supervizijskega odnosa in ji ustrezno prilagajati svoj mentorski/supervizijski pristop, znati mora reševati morebitne konflikte z mentorirancem, prepoznavati dejavnike, ki vplivajo na kakovost mentoriranja/supervizije, in ustrezno reševati dileme, ki se pojavljajo zaradi tega, ker se pojavlja v dvojni vlogi – v vlogi mentorja, ki spodbuja in skrbi za razvoj kompetenc mentoriranca, in vlogi supervizorja, ki ocenjuje, ali so kompetence razvite do ustrezne ravni. *Pravilnik o certifikatu EuroPsy* (EFPA, 2015, str. 61–62) predvideva, da mora imeti mentor razvite veščine mentoriranja, kot so večšina aktivnega poslušanja, reflektiranja, dajanja povratnih informacij, obvladovanja meja in razmerja moči.

6 Del vsebine poglavja je bil predstavljen na 2. akademsko-gospodarskem kongresu (Podlesek, 2015).

Falender in Shafranske (2004) pravita, da lahko supervizorji postopno s pridobivanjem izkušenj z izvajanjem supervizije od točke, ko so morda negotovi v svoji vlogi, preveč pozorni na težave, začetnikovo uspešnost in napake jemljejo osebno, so preveč navdušeni ali izvajajo preveč nadzora, pridejo do točke, ko so gotovi v vlogi supervizorja in postanejo sprejemljivejši za mentorirančevo prispevanje k mentorskemu odnosu. Vendar samo izvajanje supervizije in pridobivanje supervizijskih izkušenj ne poveča nujno supervizijskih kompetenc. Napredek se lahko doseže šele s posebnim usposabljanjem, v katerem supervizor pridobi ustrezno znanje o superviziji, razvije veščine izvajanja supervizije in do supervizije razvije ustrezen odnos (npr. zavedanje, da je supervizija vseživljenjska dejavnost, motiviranost za prenos znanja mlajšim generacijam in redno vključevanje v mentoriranje, pripravljenost na vzajemni odnos z mentorirancem ipd.). Mentor se mora za vodenje supervizirane prakse in ocenjevanje kompetenc mentoriranca posebej usposobiti. Predvidoma naj bi formalno usposabljanje mentorjev supervizirane prakse trajalo vsaj dve leti (EFPA, 2015, str. 59–60).

Znanja, veščine in naravnost do supervizije, ki jo med usposabljanjem razvijejo mentorji supervizirane prakse, lahko pripeljejo do optimalnega strokovnega razvoja mladega psihologa. Usposobljeni mentor torej razume, katere kompetence mora razvijati pri mladem psihologu in kako. Z njim zna vzpostaviti spoštljiv in vzajemen odnos, v katerem se začetnik počuti varnega, da lahko deli svoje dileme in težave, ugotovitve o tem, česa še ne zna narediti in kje se mora še razvijati, občutke nemoči ob spopadanju s strokovnimi izzivi, jezo ob neuspehih, doživljanje v odnosih s klienti, kolegi, supervizorjem itd. Usposobljeni mentor zna omogočiti refleksijo mentoriranca in mu podati korektno in specifično povratno informacijo, ki vodi k realni samoceni mentoriranca in nadaljnjemu razvoju njegovih kompetenc. Razume, v kakšni fazi je mentorski odnos in kako ga lahko krepí in razvija. Zna zaznati, kdaj mentorski odnos naleti na ovire, se zna prilagajati in zna uporabiti strategije za sprorijemanje s težkimi situacijami, do katerih pride v superviziji. Med usposabljanjem in skozi vključenost v supervizijsko skupino, kjer denimo enkrat na mesec drugim mentorjem in supervizorju predstavi primere svojega mentoriranja in jih reflektira v skupini, oza-vešča vse navedene vidike mentoriranja, ki jim morda brez usposabljanja sicer pri mentoriranju ne bi posvečal (dovolj) pozornosti.

Cilj projekta SUPER PSIHOLOG je bil z usposabljanjem doseči, da se bo z večjim znanjem o značilnostih mentorskega odnosa, dejavnikih, ki vplivajo nanj, različnih metodah mentoriranja, razumevanjem dvojne vloge mentorjev itd. dvignila samozavest mentorjev in zadovoljstvo pri opravljanju mentorske vloge, da bodo vzpostavili boljši mentorski odnos in učinkoviteje prenašali znanje in veščine mentorirancu, razvijali pozitivnejšo naravnost psihologov začetnikov do stroke, prispevali k dvigu njihove strokovne samozavesti, razvoju profesionalne identitete in k boljši skrbi zase. Predvsem pa je bil cilj zagotoviti kakovostne psihološke storitve in v te namene usposobiti mentorje tudi za to, da bodo znali prepoznavati in ovrednotiti razvitost kompetenc psihologov začetnikov ter korektno prevzeti vlogo vratarja sistema.

Vsebine programa usposabljanja mentorjev supervizirane prakse psihologov

Program usposabljanja, ki smo ga razvili v projektu SUPER PSIHOLOG, je sestavljen iz treh modulov. Vsak modul je usmerjen v določen vidik mentoriranja/supervizije.

Modul 1, ki smo ga v preteklosti že izvajali (Podlessek in Zabukovec, 2012), je mentorje usposobil za uporabo kompetenčnega pristopa v supervizirani praksi ter je poudaril rezultat supervizirane prakse. Mentorji so se usposobili za prepoznavanje in razvijanje specifičnih strokovnih kompetenc pri psihologih začetnikih in za ocenjevanje, ali je psiholog začetnik pripravljen za vstop v samostojno izvajanje psihološke dejavnosti. V tem delu izobraževanja, ki je trajal 40 ur, so mentorji spoznali različne modele kompetenc psihologov, npr. model kocke (Fouad idr., 2009) in kompetenčni model, razvit v okviru *EuroPsy* (Bartram in Roe, 2005; EFPA, 2015), ter razmišljali o tem, katere kompetence mora imeti razvite psiholog za opravljanje psihološke dejavnosti na specifičnem področju, kjer delajo, in pri katerih delovnih nalogah pridejo posamezne kompetence do izraza. Spoznali so tudi, katere kompetence razvijajo aktualni študijski programi psihologije in do kolikšne mere. Spoznali so sodobne paradigme mentoriranja in razvoj mentorskega odnosa od priprave na mentoriranje do zaključevanja mentorskega odnosa. Razmišljali so o etičnih dilemah, do katerih prihaja v mentorskem odnosu, načrtovali supervizirano prakso, spoznali načine njenega reflektiranja, dokumentiranja in evalviranja. V okviru tega modula so vodili tudi enomesečno študijsko prakso. V zadnjem delu modula so potem, ko so z njo zaključili, študijsko prakso evalvirali. Izdelali so dokumentacijo o njej in vodili mentoriranca pri izdelavi dokumentacije. Naučili so se ocenjevati kompetence in njihovo razvitost pri mentorirancih ter pridobili kritičen odnos do ocenjevanja kompetenc in metod evalvacije in sameevalvacije. Razmislili so o nadaljnjem razvoju svojih kompetenc mentoriranja.

Modul 2 je dopolnjeval modul 1. Poudarjal je »mehke« veščine mentoriranja, proces supervizije in razvoj mentorskega odnosa. Z modulom 2 je preneslo Norveško psihološko združenje v Slovenijo dolgoletne izkušnje z usposabljanjem in supervizijo mentorjev. Mentorji so pod vodstvom norveških strokovnjakov supervizorjev spoznali pomen supervizijskega dogovora in njegove sestavne dele. Spoznali so metode in razvijali veščine supervizije ter se učili vzpostavljanja ustreznega mentorskega odnosa in podpore profesionalne rasti mentoriranca. Spoznali so, kako lahko pri superviziji uporabljajo analizo avdio- in videoposnetkov mentorirančevega dela, igro vlog, reflektivni tim, kako podajati evaluativno povratno informacijo itd. Spoznali so potek supervizije in načine razreševanja konfliktov, do katerih lahko prihaja v superviziji. Temu modulu je bilo v usposabljanju mentorjev namenjenih 40 ur.

V modulu 3, ki je obsegal 80 ur, so se mentorji seznanili z različnimi temami na področju duševnega zdravja (o promociji duševnega zdravja in preventivi, duševnem zdravju strokovnjakov, superviziji strokovnjakov s težavami na tem področju). Mentorji so se učili podpirati osebno rast, skrb za duševno zdravje in etično strokovno delovanje

mentorirancev. Razvijali so večšine prepoznavanja težav v duševnem zdravju, njihovega preprečevanja in ukrepanja v primeru zaznanih težav ter možne načine krepitve duševnega zdravja. Pri tem je bila pozornost usmerjena na vidike ohranjanja duševnega zdravja pri mentorjih samih in njihovih mentorirancih. Skrb za strokovnjaka ni pomembna le za njegovo duševno zdravje, temveč vpliva tudi na uspešnost opravljenega strokovnega dela. Redno spremljanje svojega fizičnega, psihološkega, socialnega in duhovnega blagostanja ter skrb za to blagostanje je ključno za kakovostno delo s klienti. Strokovnjak, ki dela z ljudmi, mora znati prepoznati dejavnike, ki mu pri delu povzročajo stres, in se mora znati razbremeniti. Znati mora prepoznati znake sekundarne travme in utrujenosti zaradi čustvene vpletenosti pri obravnavi primerov, vzpostaviti primerno ravnotežje med strokovnim delom in zasebnim življenjem. Usposabljanje mentorjev za hitrejše prepoznavanje in preprečevanje težav na področju duševnega zdravja mentorirancev naj bi pripomoglo k zmanjšanju pojavnosti teh težav med psihologi začetniki. Mentoriranci naj bi se prek ustreznega vodenja mentorjev bolje spoprijemali s stresom, pravočasno prepoznavali znake izgorelosti, znali reševati konflikte na delovnem mestu, bolje organizirali svoje delovno okolje ipd. S tem modulom se je krepila povezava mentoriranja na delovnem mestu z nekaterimi psihološkimi iznosi, kot so pozitivna samopodoba, čustvena prilagojenost in psihično blagostanje mentoriranja (Eby idr., 2008).

Pomemben del usposabljanja mentorjev je vodenje enomesečne študijske prakse študenta psihologije v svojem delovnem okolju in vodenje enoletne supervizirane prakse psihologa začetnika. Mentorji razvijajo kompetence mentoriranja, spremljajo ta razvoj in z mentorirancem reflektirajo proces prakse. Priporočljivo je, da preizkusijo tako vodenje študijske prakse kot tudi vodenje supervizirane prakse. Mentoriranec izvaja študjsko prakso v delovni organizaciji mentorja. Tako je lahko mentorski par ves čas v kontaktu, sproti reflektira in evalvira prakso, učenje je intenzivno, načrt prakse se lahko hitro prilagaja okoliščinam in tako je lahko razvoj kompetenc zelo učinkovit. Vendar je študijska praksa navadno kratka in mentoriranec v tem času lahko kompetence razvije le do določene mere. Ker gre za začetni stik mentoriranja s prakso, je mentoriranje navadno tudi bolj direktivno in mentor velikokrat zavzame vlogo učitelja ter mentorirancu predstavlja in razlaga specifične praktične postopke, s katerimi se mentoriranec prvič srečuje, mu daje navodila in nasvete, predlaga rešitve problemov. Mentor mentorirancu lahko odreja delovne naloge ter v veliki meri prevzema odgovornost zanj in za njegove dosežke. Z vodenjem študijske prakse mentorji pridobijo izkušnje tipičnega mentoriranja, ko mentor mentoriranja »vzame pod svoje okrilje« in – lahko bi rekli – zaščitniško skrbi zanj. Vodenje supervizirane prakse, pri kateri je mentoriranec zaposlen v drugi delovni organizaciji, pa mentorju daje vpogled v izvajanje supervizije, pri kateri so srečanja z mentorirancem redna, a ne tako pogosta. Odnos, ki se razvije, ima navadno drugačne odlike kot tipično mentorski odnos. Struktura srečanj mora biti dosti bolj jasna in vnaprej načrtovana. Mentor mentorirancu ne more v tolikšni meri predlagati delovnih nalog, ne more ga neposredno in kadarkoli opazovati pri njegovem delu, vsebina mentorskih srečanj

je odvisna od tega, kaj zanje pripravi mentoriranec. Mentoriranec mora bolj samoregulirati svoj proces učenja in razvoja, bolj sprejemati odgovornost zase, biti mora samostojnejši, mentoriranje je manj direktivno in poučevalno, v relativnem obsegu je več reflektiranja oziroma spodbujanja refleksije. Navedene razlike med obema tipoma mentorskega odnosa so seveda poudarjene, študijska in supervizirana praksa sta lahko v mnogočem tudi nerazločljivi.

Pridobljene izkušnje z vodenjem študijske in supervizirane prakse mentor predeluje v supervizijski skupini. Supervizijska skupina, sestavljena iz supervizorja in mentorjev supervizirane prakse z določenega področja psihološke dejavnosti, podpre mentorja in mu omogoči dodatno učenje. V skupini mentorji razpravljajo o poteku študijske ali supervizirane prakse, reflektirajo mentorski odnos in proces, si pomagajo pri reševanju dilem in konfliktov, si dajejo podporo, se učijo iz izkušenj drugih v skupini.

V nadaljevanju predstavljamo podrobnejše učne načrte modulov 1, 2 in 3 in ključne vsebine, ki so bile zajete v razvitem programu usposabljanja mentorjev supervizirane prakse: kompetenčni pristop k mentoriranju, mentorski odnos in njegov razvoj, razvijanje veščin supervizije ter mentoriranje kot skrb zase in svoje duševno zdravje.

Modul 1 usposabljanja mentorjev supervizirane prakse: Osnove mentoriranja in kompetenčnega pristopa k supervizirani praksi⁷

Cilji programa usposabljanja

- Seznaniti udeležence s teoretično podlago mentoriranja študijske in supervizirane prakse psihologov, usposobiti jih za vodenje študijske in supervizirane prakse.
- Uporaba teoretičnih spoznanj o mentoriranju študijske in supervizirane prakse v delovnem okolju psihologa in uspešno vodenje študijske ali supervizirane prakse psihologov.
- Refleksija in evalvacija študijske in supervizirane prakse ter sposobnost izdelave podrobne dokumentacije o tej praksi in vodenja praktikanta pri izdelavi dokumentacije.

Kompetence, ki jih program razvija

- Udeleženci se usposobijo za razvijanje primarnih in usposobitvenih kompetenc pri praktikantih (primarne kompetence: opredelitev ciljev, ocenjevanje, razvoj, intervencija, evalvacija in komunikacija, usposobitvene kompetence: profesionalna strategija, stalni strokovni razvoj, profesionalni odnosi, raziskovanje in

⁷ Program sta pripravili Anja Podlesek in Vlasta Zabukovec. Izvajalke usposabljanja v projektu SUPER PSIHOLOG so bile: Anja Podlesek, Vlasta Zabukovec in vodje supervizijskih skupin Anita Kovačik, Jožica Možina, Julija Pelc, Vita Poštuvan, Andreja Rihter in Blanka Tacer, pod vodstvom Mateje Štirn.

razvoj, promocija, vodenje evidenc, upravljanje supervizirane prakse, zagotavljanje kakovosti in razmišljanje o sebi).

- Razvijejo kompetence mentoriranja. Pridobijo znanje o in sposobnost razvijanja in vzdrževanja mentorskega sodelovalnega odnosa.
- Razvijejo veščine refleksivne prakse (odprtost za povratne informacije in uporabo posvetovanja s kolegi oz. supervizije). Znajo izvesti refleksijo in evalvacijo supervizirane prakse. Znajo oceniti kompetence praktikanta in pripraviti dokumentacijo o supervizirani praksi.
- S tem prepoznavajo in poglobijo lastne strokovne kompetence in razvijajo kompetence za načrtovanje in vodenje supervizirane prakse.

Obseg usposabljanja

Program skupno obsega 40 šolskih ur.

Vsebine usposabljanja

- Prvi sklop (5 + 10 ur):
Certifikat *EuroPsy*: enotna izobraževalna izhodišča za psihologe, implementacija v Evropi in v Sloveniji (predavanje). Supervizirana praksa po načelih *EuroPsy* (predavanje). Kompetence: kompetenčni modeli (model *EuroPsy*, model kocke), kompetence, ki jih razvijajo študiji psihologije (predavanje). Eksplicacija kompetenc (predavanje in vaje).
- Drugi sklop (5 + 10 ur):
Mentoriranje: pomen, oblike in funkcije mentorstva, pomen, vloga, naloge in kompetence mentorja, mentorski proces in razvoj mentorskega odnosa, etika v mentorskem odnosu, medkulturnost v mentorskem odnosu, mentoriranje na daljavo (predavanje, vaje, razprava v skupinah). Načrtovanje, izvajanje in evalvacija študijske in supervizirane prakse: formalna podlaga praktičnega usposabljanja, koraki praktičnega usposabljanja, odnos in komunikacija med mentorjem in praktikantom, načini spodbujanja refleksije, opazovanje in sprotna evalvacija praktikanta in mentorja, etični vidiki psihološke dejavnosti in supervizirane prakse (predavanje in vaje, ki po možnosti potekajo v paru z bodočim mentorirancem). Dokumentiranje supervizirane prakse (predavanje in vaje). Refleksija in evalvacija supervizirane prakse: metode evalvacije in samevalvacije, ocenjevanje kompetenc mentoriranja in mentorja, refleksija supervizirane prakse, samevalvacija, evalvacija študijske in supervizirane prakse, supervizija mentoriranja (predavanje in vaje).
- Vodenje študijske prakse (160 ur):
Med drugim in tretjim sklopom usposabljanja poteka študijska praksa v obsegu vsaj enega meseca. Udeleženci programa v svojem delovnem okolju opravijo vodenje študijske prakse enega študenta v obsegu vsaj 160 ur. Po začetni

oceni kompetenc mentoriranca v dogovoru z njim prilagodijo načrt študijske prakse. V svojem delovnem okolju vodijo študijsko prakso (razvijajo in spremljajo razvoj kompetenc mentoriranca), sproti z njim reflektirajo proces študijske prakse in ga evalvirajo.

- Vključitev v supervizijsko skupino (10 ur):
Udeleženci se vključijo v supervizijo mentoriranja študijske prakse. V skupinah razpravljajo o poteku supervizirane prakse. Delo v supervizijskih skupinah v času usposabljanja obsega vsaj 10 ur (večji del poteka na usposabljanjih v okviru vaj).
- Tretji sklop (10 ur):
Udeleženci pripravijo dokumentacijo o poteku študijske prakse ter o njej razpravljajo v skupini: naredijo pregled dokumentacije mentoriranca o študijski praksi, ocenijo razvitost kompetenc mentoriranca in naredijo pregled razvoja njegovih kompetenc, strukturirajo in analizirajo zapise sprotne refleksije in izdelajo končno refleksijo mentoriranja in poteka študijske prakse, strukturirajo in analizirajo povzetke supervizije mentoriranja, analizirajo etične dileme, ki so se pojavile med študijsko prakso, in načine njihovega reševanja, izdelajo končno evalvacijo študijske prakse in svoje vloge ter vloge mentoriranca/mentorancev v njej. Posodobijo svoje razumevanje kompetenčnega modela. Predlagajo spremembe izvajanja študijske prakse, razvoj novih načinov za njeno spremljanje ter načrtujejo lastni strokovni razvoj za dvig kakovosti supervizirane prakse. Delo v tem sklopu poteka samostojno in v supervizijskih skupinah.

Študijske obveznosti

Udeleženci morajo sodelovati na vseh srečanjih, izvesti vodenje študijske prakse v obsegu 160 ur in se vključevati v supervizijsko skupino. Pripraviti morajo dva izdelka:

- Pred začetkom izvajanja študijske prakse pripravijo portfolio z dokazili o prebiranju študijske literature, opredelitvami kompetenc in načrtom študijske prakse.
- Po zaključku izvajanja študijske prakse izdelajo poročilo, ki vključuje pregled mentorirančeve dokumentacije o študijski praksi, pregled razvoja mentorirančevih kompetenc, analizo zapisov sprotnih refleksij in končno refleksijo študijske prakse, analizo povzetkov supervizije mentoriranja, analizo etičnih vidikov študijske prakse, končno evalvacijo študijske prakse, analizo razvoja razumevanja kompetenčnega modela, predlog sprememb izvajanja študijske prakse, razvoj novih načinov za njeno spremljanje, načrt lastnega strokovnega razvoja za dvig kakovosti supervizirane prakse itd.

Izdelka se ocenita na ocenjevalni lestvici: opravil(-a) / ni opravil(-a).

Metode in oblike dela

Metode dela so predavanja, razprave, vaje, metoda opazovanja, metoda pridobivanja rezultatov skozi terensko delo, metoda mešanih skupin, metoda bilance uspeha, metoda ovrednotenja dela, študija primera. Program usposabljanja vključuje individualno obliko dela, delo v dvojicah (z mentorirancem), delo v supervizijskih skupinah, delo v *ad hoc* oblikovanih skupinah psihologov z istega ali sorodnega področja dela.

Kaj udeleženci pridobijo z udeležbo na programu usposabljanja?

Udeleženci s pozitivno oceno izdelkov prejmejo potrdilo o obiskovanju programa. Potrdilo služi za pridobitev formalnega certifikata o usposobljenosti za mentorja študijske in supervizirane prakse psihologov. Usposabljanje lahko udeleženci uporabijo pri dokazovanju stalnega strokovnega razvoja v okviru pridobivanja ali obnavljanja certifikata *EuroPsy*.

Pogoji za vpis v program usposabljanja

Udeleženci morajo izpolnjevati naslednje pogoje:

- Biti morajo univerzitetni diplomirani psihologi.
- Imeti morajo vsaj tri leta izkušenj samostojnega opravljanja psihološke dejavnosti na določenem področju.
- Inštitucija, v kateri so zaposleni, jim mora omogočiti, da za en mesec sprejmejo študenta na študijsko prakso. Ob začetku izvajanja programa bodo udeleženci prejeli obrazce za sklenitev dogovora o izvajanju študijske prakse med nosilcem programa in delovno organizacijo, ki bo študenta sprejela na prakso.

Priporočena literatura za udeležence

Zabukovec, V. in Podlesek, A. (2010). *Model supervizirane prakse psihologov*. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.