



SUPERVIZNÍ RÁMEC JANA KLEKAR

1. Můj přístup k supervizi

Smyslem a posláním supervize v mé praxi je především **vytváření psychologického bezpečí**. Supervizi nechápu jen jako metodu, ale jako **kolegiální partnerský vztah**, který umožňuje skutečné učení a růst. Mé poslání má dvě roviny:

1. **Individuální:** Být průvodcem a partnerem v bezpečném prostoru, který klientovi umožní stát se nejlepší verzí sebe sama.
2. **Systémová:** Aktivně přinášet kulturu sebereflexe a supervize do profesí, kde dosud chybí (jako kariérové poradenství či lektorství), a přispívat k tvorbě standardů a etických rámců, což realizuji například skrze projekt **Ethosa**.

Podpora klientů ve třech klíčových oblastech:

Formativní (rozvoj profesionála): Podporuji klienta v hledání jeho vlastního, autentického stylu a získání sebedůvěry. Pomáhám mu objevovat jeho potenciál a zdroje. Cílem je, aby odcházel nejen s vhledy, ale i s konkrétními kroky, které přenese do praxe.

Restorativní (podpora a bezpečí): Tato oblast je jádrem mé práce. Vytvářím prostředí důvěry a přijetí, kde se klient nebojí odložit obrany, přiznat chybu nebo sdílet nejistotu. Sloužím jako partner a "roztleskávač". Uvědomuji si, že mou výzvou je vědomě posilovat tuto podpůrnou funkci a přecházet od chvály k cílenému oceňování a afirmacím.

Normativní (ochrana klienta a etika): Ochranu klienta nevnímám jako kontrolu, ale jako kultivaci vnitřního etického kompasu supervidovaného. Pomáhám mu identifikovat slepá místa, předsudky a uvědomit si hranice vlastních kompetencí. Vnímám, že doporučení klienta jinam není selhání, ale projev nejvyšší profesionality. Sebereflexí jsem zjistila, že se v mé praxi tato normativní funkce projevuje často silněji, a proto se aktivně zaměřuji na její vyvážení funkcí podpůrnou.

2. Základy mé praxe

Můj přístup je eklektický, vědomě integrativní. Základním pilířem, o který se opírá mé srdce, je **humanistické paradigma**. Je pro mě klíčové, protože věřím, že supervidovaný má v sobě všechny zdroje k růstu a má role je facilitační, nikoli expertní. Prioritou je vytvoření vztahu postaveného na pilířích Carla Rogerse: **empatickém porozumění, bezpodmínečném přijetí a autenticitě**. Základními kameny mé praxe, o které se opírá mé poslání i cíle, jsou čtyři klíčové hodnoty: **rozvoj, odpovědnost, důvěra a pokora**.

Na tento humanistický základ vědomě integruji další směry, modely a nástroje:

- **Pozitivní psychologie:** Zaměření na to, co funguje, a posilování silných stránek a zdrojů.
- **Systemické myšlení:** Vědomí kontextu – vlivu týmu, organizace a kultury na jednotlivce.
- **Transakční analýza (TA):** Srozumitelný jazyk pro pochopení vztahových dynamik, ego-stavů nebo psychologických her (např. dramatický trojúhelník).
- **Prvky KBT:** Využití systematičnosti, např. při stanovení agendy, nácviku dovedností (hraní rolí) nebo zadání sebereflexivního úkolu.

Klíčové supervizní modely se kterými pracuji jsou: Sedmioký model, Model ROZVI, Integrovaný vývojový model (IDM). **Techniky** bych zmínila Motivační rozhovory, Vizualizace a imaginace, Práce se škálou a kruh rovnováhy. Ve své práci se řídím etickými principy jako kouč a supervizor EMCC, jako lektor etickým kodexem Ethosy.

3. Rámec naší spolupráce

Nejčastěji pracuji s lidmi, kterým můj přijímající přístup může usnadnit vstup do světa sebereflexe, tedy především se **začínajícími profesionály a manažery**. Zaměřuji se na přinášení supervize do oborů, kde dosud není standardem. Mé cílové skupiny jsou: **Kariéroví poradci, Lektori, Konzultanti rozvoje vzdělávacích organizací, Manažeři a lídři v organizacích**.

Forma práce je primárně individuální supervize osobně či online a supervize skupiny/ týmu.

Průběh supervizního sezení:

1. **Navázání vztahu a kontraktace:** Na začátku spolupráce věnuji maximální čas partnerskému vyjasnění cílů, rolí, hranic mlčenlivosti i skrytých očekávání.
2. **Průběh setkání:** Mou přirozenou rolí je **naslouchající pozorovatel**. Dávám klientovi prostor mluvit, "vyčistit hlavu" a být vyslyšen. Během toho aktivně naslouchám, mapuji situaci (např. pomocí Sedmiokého modelu) , pracuji s tichem , ověřuji si domněnky a pojmenovávám věci nahlas.
3. **Zakončení a další kroky:** Setkání končíme pohledem do budoucnosti. Cílem je, aby klient odcházel posílen a s konkrétními, byť malými kroky, které může udělat ve své praxi.

Práce se zpětnou vazbou: Zpětnou vazbu sbírám třemi způsoby:

1. **Okamžitá reflexe:** Na konci každého setkání se ptám: „Co pro vás dnes bylo užitečné?“.
2. **Sumativní zpětná vazba:** Na konci spolupráce vedeme dialog o celém procesu, vztahu a tom, co by si klient přál jinak.
3. **Strukturovaný webový formulář:** Umožňuje klientům poskytnout promyšlenou a otevřenou reflexi v čase, který jim vyhovuje.

4. Péče o vlastní rozvoj

Kontinuální profesní rozvoj je pro mě nutností, nikoli povinností. Pečuji o něj několika způsoby:

- **Vlastní supervize a terapie:** Pravidelně procházím vlastní supervizí a terapií. Vnímám je jako nepostradatelnou psychohygienu a prostor pro práci na svých slepých místech, hranicích a tématech, která se promítají do práce s klienty.
- **Kolegiální učení (Intervize):** Nejvíce se učím, když slyším myšlenkové pochody druhých. Jsem aktivní v mastermindech, kolegiálních skupinách a v komunitě EMCC. Sama také tyto skupiny vytvářím.
- **Intenzivní samostudium:** Věnuji se samostudiu, především poslechem odborných podcastů a audioknih. Čerpám inspiraci napříč obory (psychologie, neurovědy, leadership) od odborníků jako Brené Brown, Adam Grant nebo Andrew Huberman.

Další vzdělávání: Aktivně se učím z nahrávek vlastní praxe. V minulosti jsem absolvovala psychoterapeutický kurz, výcvik motivačních rozhovorů, psychologie v koučování, supervizní výcvik.