

# GENSIDIG SUPERVISION SOM SELVSTÆNDIG PSYKOLOG

---

FOR OG MED HINANDEN



# DAGSORDEN

---

- Hvorfor I lytter på mig – min erfaring
- Hvordan kan man komme i gang med gensidig supervision
  - Kontakt
- Første møde
  - Sæt ramme
  - Forventningsafstemme
- anbefalinger
- Spørgsmål ?

# MIN ERFARING

---

Julie Bønnebæk – praksis i Hvidovre lidt udenfor København.

- Efterspurgte det fra DP
- Min erfaringer med opstart af grupper
- Gensidig supervisionsgruppe – nærmiljøet , venner, kollegaer
- Erfagruppe
- Netværksgrupper – (solo)selvstændige
- Supervisionsgrupper med uddannelseskollegaer etc.

# HVORDAN KAN I KOMMER I GANG

---

## Hvordan kan man komme i gang med gensidig supervision

- Kan dannes af fælles interesse eller hvad som helst
  - Fx geografi, metode, erfaringsgrad etc.
- Kontakt
  - Fx mail , via SOME facebook, linkedin – dog obs etc.
  - Klar aftale om først møde fx den der ligge praksis til, er tovholder - eller den der laver linket !
- Husk fortrolighed – derfor anbefales biblioteker og cafe etc. ikke.



# FØRSTE MØDE

---

Hvis ikke allerede aftalt på forhånd inden mødet ..

- Sæt rammer : kedelige men vigtigt!
  - Dagsorden, tidsramme fx 2 timer, deltager liste – sikre kontaktinfo og kontakt form fx mail , afbud? Antal deltager ?
- Forventningsafstemning
  - Sæt god tid til at til drøfte og nå til enighed om forventninger
  - Hvilke forventning / ønsker har I hver især til : rammer, sted tid , metode, mad, indhold, sprogbrug, afbud, kontakt, - gør jer tanker inden mødet evt.
  - Hvordan er kan I lave en tryk og udviklende supervisionsgruppe – hvornår der den ikke tryk?

# FORVENTNINGSADFSTEMNING – I MØDET

---

Hvilke forventning og ønsker har I hver især til:

- Rammer : hvor ? , kontakt ? - på skrift?
- Fx Tid ?, sted,? Skift af tovholder?,, service forventning ( mad ,kaffe, snack) , interval
- Åben eller lukket gruppe? medlemmer ,antal deltager ?
- Metode :
  - Terapeutiske arbejdsform – supervisions metode – reflekterende team ?
  - Sprogbrug, social facon – etiske og lovmæssige overvejelser inden gruppen starter.
- Indhold – hvad kan der bedes om supervision og råd til
  - fx Sager, personligt , forretningsmæssigt ?

# ANBEFALING OG SPØRGSMÅL

---

- Hvad har I af erfaringer ?
- Hvad er god etik - senere dp?
- Hvad er ”gode” regler - dp
- Hvad er gode anbefalinger ?
- Hvad er der af gode spørgsmål at stille ?

Tak for I valgte at lytte på mig en anden kollega.

# SLUT

---

Tak for I valgte at lytte på mig en anden kollega.

Ordet gives tilbage til Susie



# OPSAMLING FRA GRUPPERNE

---

Send venligst svar til Susie Kjær på e-mail: [SK@a-praksis.dk](mailto:SK@a-praksis.dk) på følgende spørgsmål

- Kontaktperson for gruppen med navn og e-mail
- Geografisk område/online?
- Evt. psykologisk metode?
- For særlig gruppe alene, ex. ydernummerpsykologer?
- Plads til flere deltagere?