

OM SUPERVISION I GRUPPER.

DANSK SELSKAB FOR SAMTALE OG SUPERVISION I ALMEN PRAKSIS (DSSAP)

uddanner supervisorer til at lede supervisionsgrupper af praktiserende læger og yngre læger under hoveduddannelse til praktiserende læger. (Check lige: <http://www.samtaleogsupervision.dk/>)

Uddannelsen til supervisor, som er målrettet erfarne praktiserende læger med superviseret terapeutisk erfaring, består af fire årlige sessioner af tre dages varighed over tre år og indeholder ganske omfattende teori og praksis om gruppedynamik og supervisionsteknik.

I løbet af uddannelsens andet år tilstræbes det, at den uddannelsessøgende bliver gruppeleder (supervisor) for en supervisionsgruppe.

SUPERVISION

Uanset hvor stor selvindsigt, man har opnået, og hvor dygtig man i løbet af medicinstudiet og efterfølgende klinisk uddannelse man er blevet til at kommunikere med patienter, vil alle sundhedsprofessionelle have et vedvarende behov for at vedligeholde og udvikle dette.

Derved opnås stadig større sikkerhed for at undgå frustrationer i arbejdslivet og risiko for skuffelser, utilstrækkelighedsfølelse og ultimativt udbrændthed, som jo er en alvorlig erhvervsrisiko i vores fag.

Supervision bidrager med meget høj effekt til at sikre faglig udvikling, personlig trivsel og fortsat engagement i arbejdslivet.

DSSAP betragter supervision som en nødvendig og hensigtsmæssig metode til at varetage en række vigtige opgaver:

- **skabe tid og rum til eftertanke – at forstå hvad der skete**
- **overveje alternativer – hvad kunne jeg have gjort**
- **få perspektiv og planlægge – hvad gør jeg fremover**
- **få indsigt i og bearbejdning af egne reaktioner og mønstre – hvad gør det ved mig, hvorfor reagerer jeg som jeg gør**
- **opnå indsigt og indlevelse i andre – træne sin empati**
- **øge relationskompetencen – dvs. evnerne til at skabe udviklende relationer**
- **udvikle nye faglige kompetencer og styrke de eksisterende**
- **få hjælp til tydeliggørelse af opgaver og ansvarsområder**
- **opnå forståelse for egne muligheder og begrænsninger**
- **erkende, respektere og varetage egne behov i arbejdet med andre og dermed**
- **forebygge nedslidning, stress og udbrændthed**
- **bevare engagement og udvikling i arbejdslivet**

Tilbud til dig om supervision i gruppe.

Jeg har nu været praktiserende læge i Skørping i 22 år.

I de først 14 år har jeg deltaget i supervisionsgruppe i Region Midt under supervision af den legendariske Torben Bendix, som var den første inspirator for det paradigmeskifte, der kom i 80'erne, hvorefter praktiserende læger blev bevidste om deres enormt vigtige rolle som kommunikator.

Efter hans død fortsatte jeg i supervision hos andre psykiatere og har samtidigt i slutningen af 90'erne gennemgået 100 timers egenterapi og fulgt ganske mange kurser i kommunikation, terapi og analyse mhp. yderligere at kvalificere mig som terapeut.

Mit grundlag er dynamisk analytisk, men jeg har også erfaring med narrativ terapi, kognitiv terapi og mindfulness .

Jeg kan nu tilbyde mig som supervisor for grupper af yngre læger i hoveduddannelse til alment praktiserende læger - og for kolleger, som allerede er i praksis.

Som supervisor vil jeg de først 1½ år være under intensiv supervision under den resterende del af supervisoruddannelsen.

Efterfølgende skal jeg deltage i en gruppe af supervisorer, som får supervision af supervisionen hos psykiater og psykoanalytiker Tove Mathiesen, som er fagligt ansvarlig og uddannelsesleder på uddannelsen.

Der kan superviseres problemer og dilemmaer i forhold til patienter, men bestemt også i forhold til kolleger, samarbejdspartnere, personale men også forhold vedrørende faglig identitet, etableringen af praksis, uddannelsesforhold med meget mere.

Men der foregår ikke terapi i supervisionsgrupperne, så personlige problemer i forhold til helt private relationer hører ikke hjemme i supervisionsgrupper!

Jeg håber at kunne oprette mindst én eller to grupper.

Grupperne, som ideelt består af 7-9(10) medlemmer, tænkes at skulle mødes tre timer (mindst) en gang månedligt, men hyppigere møder kan bestemt være en mulighed.

Hvis du eller en af dine kolleger kunne være interesseret i at deltage, eller bare høre nærmere om mulighederne og konceptet, hører jeg meget gerne fra dig på

Mail: k.oestergaard@dadlnet.dk - eller tlf.: 4037 8949

Kristian Østergaard
Lægehuset i Skørping
Herman Bangs Vej 4
9520 Skørping