

Supervisie



Wat zie je op het eerste gezicht? Hoe kijk je? Wat neemt een ander waar dat jou ontgaat?

Supervisie gaat over kijken. Zien wat zich voordoet. Inzicht krijgen. In je werk, in jezelf, in relatie tot de A/ander.

Supervisie gaat ook over wortelen. Groeien in verbinding met jezelf. Je eigenheid ontdekken, toe-eigenen en vormgeven.

Wat is supervisie?

Supervisie is een methode die je helpt je om je als persoon te ontwikkelen in het beroep dat je uitoefent. Supervisie is met name geschikt wanneer je veel met mensen werkt.

Wat brengt supervisie?

- Supervisie geeft je inzicht in je voelen, denken, willen en handelen in je werksituatie en maakt zichtbaar waar spanningen of blokkades ontstaan en waar kracht aanwezig is.
- Je groeit als persoon in de uitoefening van je beroep.
- Er ontstaat meer innerlijke ruimte, die je ook bewegingsruimte geeft in relatie met anderen en in je werk.
- Je eigent je een methode van reflectie toe die je na een supervisietraject zelfstandig kunt toepassen.

Wat vraagt supervisie?

- Verlangen om te leren, ontwikkelen en groeien.
- Bereidheid om naar jezelf te kijken, in te keren.
- Tijd in je agenda voor ongeveer 10 afspraken van 1 uur om de 2-3 weken en tijd om reflectieverslagen en een werkinbreng te schrijven.

Hoe werkt supervisie?

Een individueel supervisie traject bestaat uit 10-15 gesprekken van een uur. Een traject ziet er ongeveer als volgt uit.

- Het 1e gesprek maken we kennis met elkaar, bespreken we welke vragen er spelen en of supervisie hierbij past.
- Tijdens het 3e gesprek gaan we na of er voldoende klik en vertrouwen is opgebouwd om met elkaar verder te gaan.
- Rond het 5e gesprek vindt er een tussenevaluatie plaats. We kijken naar de ontwikkeling die heeft plaatsgevonden en gaan na wat dit betekent voor het vervolg van het traject.
- Voor het laatste gesprek vindt een eindevaluatie plaats. We inventariseren de opbrengsten van het supervisie traject voor jou als persoon en hoe je hiermee verder gaat.

Wat kost supervisie?

De kosten voor een individueel supervisie traject van 10 sessies bedragen € 750,-, excl. BTW. Per gesprek zijn de kosten € 75,- excl. BTW. Soms bestaat de mogelijkheid om dit traject door een werkgever vergoed te krijgen.

Wie ben ik en waarom ben ik enthousiast over supervisie?

Mijn naam is Marleen Schoonderwoerd. Ik werk als trainer, gemeentebegeleider en redacteur. Tijdens mijn opleiding theologie aan Windesheim volgde ik het vak supervisie. Dat wakkerde een vuurtje in mij aan. Ik hoopte ooit deze opleiding te kunnen doen. In 2020 was het zover en ben ik, opnieuw aan Windesheim, gestart met de supervisoropleiding.

Wat mij enthousiast maakt over supervisie:

- Ik houd van de vertraging. Ik vind het mooi hoe vragen stil kunnen zetten en een reflectieproces op gang brengen.
- Ik ben geraakt door de persoonlijke én professionele beweging, groei en ontwikkeling die er door supervisie kan ontstaan.
- Supervisie is een methode die eerlijkheid vraagt en zowel kracht als pijnplekken aanraakt – vaak blijkt dat heilzaam.
- Supervisie maakt veel gebruik van taal en 'taal is zeg maar echt mijn ding'...



Wil je meer weten? Heb je een vraag?

Ik sta je graag te woord! Je kunt me bereiken via 06-47785599 of marleen@geestkracht.nu. Of kijk op mijn website [Geestkracht.nu](https://www.geestkracht.nu).