

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 in werk ontdekken en vormgeven.

Wat is supervisie?

Supervisie is een methode die je helpt 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 inzicht in je voelen, denken, willen en handelen in je werksituatie en maakt zichtbaar waar spanningen of tegenstrijdigheden 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 supervisietraject bestaat uit 10-15 gesprekken. 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 supervisietraject voor jou als persoon en hoe je hiermee verdergaat.

Wat kost supervisie?

De kosten voor een individueel supervisietraject van 10 sessies bedragen € 900,-, excl. BTW. Per gesprek zijn de kosten € 90,- excl. BTW. Soms bestaat de mogelijkheid om dit traject door een werkgever vergoed te krijgen. Het geven van groepssupervisie is ook mogelijk.

Wie ben ik en waarom ben ik enthousiast over supervisie?

Mijn naam is Marleen Schoonderwoerd. Ik werk als freelance supervisor/trainer en ben ook docent bij de opleiding Theologie & Levensbeschouwing aan hogeschool Windesheim. Het vuurtje voor supervisie is gaan branden toen ik zelf dit vak volgde tijdens mijn opleiding theologie en in 2022 rondde ik de supervisorenopleiding af. 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 professionele én persoonlijke 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'...



Foto: Erik Kottier

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).