

METHODISCH EN DOELBEWUST SUPERVISEREN

Marjan Schreurs
Fieke Bosma



DOELBEWUST EN METHODISCH WERKEN

- Doelbewust werken:
 - Met welke modus ga je aan de slag en wat wil je bereiken?
- Methodisch werken:
 - Welke techniek zet je in en wat zijn hiervan de stappen



WAT ALS HET ANDERS LOOPT

- Belemmeringen bij de supervisant
 - Leer de supervisant hoe de techniek op een correcte wijze uit te voeren en de eigen reacties te hanteren
- Belemmeringen bij de patiënt
 - Leer de supervisant doelgericht te reageren op de modi van de patiënt

WAT ALS HET ANDERS LOOPT

Belemmeringen bij de therapeut

- Technische uitvoering corrigeren
- Eigen modustriggering hanteren

Belemmeringen bij de patiënt

- Interventie 1: passeren
- Interventie 2: benoemen of aanpassen
- Interventie 3: werken met de versturende modus
- Interventie 4: stoppen met de techniek

BELEMMERINGEN BIJ DE SUPERVISANT

- Techniek wordt niet goed uitgevoerd
- Supervisant komt in eigen modi terecht

UITVOERING VAN DE TECHNIEK

Focus:

- Supervisant werkt doelgericht, kent de stappen van de techniek en voert deze goed uit

Vragen aan de Supervisant:

- Wat was je doel van deze techniek? Past de techniek bij doel en fase?
- Wat valt je op bij jezelf?
- Heb je de techniek goed ingezet? Wat gaat er goed, wat gaat er fout?
- Wat zijn de stappen en aandachtspunten bij deze techniek?

Acties van de supervisor:

- Uitleg geven over de techniek, voorbeelden bekijken
- Rollenspel spelen

WAT ZIE JE SUPERVISANTEN VAAK FOUT DOEN?

AANDACHTSPUNTEN IN DE UITVOERING

- Geeft de supervisant een goede introductie
- Volgt hij het stappenplan
- Geeft hij duidelijke begeleiding en instructies
- Werkt de supervisant met de beoogde modus
- Houdt hij het doel van de techniek vast
- Sluit hij goed aan bij de patiënt en de fase van de therapie
- Is zijn inzet, houding en stemgebruik passend en overtuigend
- Rond hij de techniek goed af
- Bespreekt de techniek na of komt je er (de volgende sessie) op terug

OMGAAN MET EIGEN MODI

Focus:

- Hanteren van eigen modi van de supervisant

Vragen:

- Wat gebeurde er bij jou?
- In welke modus kwam jij terecht?
- Wat heb je hierin nodig? Wat kun je doen om jezelf weer in je Gezonde Volwassene te krijgen?

Acties van de supervisor:

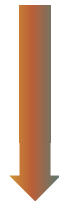
- Benoemen, spiegelen, empathische confrontatie
- Techniek toepassen op modus van supervisant
- Verwijzen naar leertherapie indien nodig

AANDACHTSPUNTEN VOOR EIGEN MODI

- Help de supervisant zijn verstorende modus de herkennen
- Onderzoek wat het effect van de modustriggering is op de patiënt en de interactie
- Leer de supervisant te vertragen, de tijd te nemen om terug te komen in zijn Gezonde Volwassene (sta stil bij gevoel, valideer en stel zichzelf gerust, beweeg even, verander de houding, richt de aandacht weer op de patiënt)
- Oefen met het benoemen of gebruiken van de eigen reactie in de sessie
- Doe eventueel een techniek met de eigen modi

BELEMMERINGEN BIJ DE PATIËNT

- Interventie 1: passeren
- Interventie 2: benoemen of aanpassen
- Interventie 3: werken met de verstorende modus
- Interventie 4: stoppen met de techniek



Interventie 1: passeren

Passeer de verstorende modus door de patiënt mee te nemen in de techniek: erkennen, geruststellen, luchtiger maken, voorzetje geven, stimuleren

Doel blijft gelijk

Lichte modustriggering, deze is makkelijk te passeren

INTERVENTIE 1: PASSEREN

Focus:

- Supervisant leert de patiënt mee te krijgen in de techniek en om te gaan met weerstand zonder ingrijpende interventies

Vragen aan de supervisant:

- Wat gebeurde er hiervoor?
- Hoe zou je de patiënt kunnen motiveren? Wat zou je tegen patiënt kunnen zeggen om hem te helpen?

Acties van de supervisor:

- Uitleg geven over het doel van de interventie
- Voorbeelden geven van wat de supervisant kan zeggen of doen
- Concrete complimenten als passeren goed is gegaan

AANDACHTSPUNTEN BIJ PASSEREN

- Houdt de supervisant het luchtig en laagdrempelig
- Maakt hij een grapje, een opmerking
- Houdt hij het kort en klein
- Geeft hij voldoende erkenning en geruststelling
- Helpt de supervisant de patiënt de drempel over of op weg
- Benoemt de supervisant wat er gebeurt of wat hij ziet, en niet een modus

OEFENING: MODUS PASSEREN



Hoe leer je je supervisant om te passeren in plaats van direct over modi te gaan praten of hier mee aan het werk te gaan?

Oefening: Oefen met je supervisant om zo lang mogelijk geen modus te noemen. Speel een rollenspel waarin jij de patiënt speelt (die niet direct meewerkt of anders reageert dan verwacht) en de supervisant zichzelf als therapeut.

Voorbeelden:

- Je doet een Imaginatie met Rescripting en de patiënt zegt 'ik kom niet in een situatie, ik weet niet wat er gebeurt, ik zie alleen de blik van mijn moeder'.
- Je doet een Meerstoelentechniek met een Beschermers. Jij hebt de Beschermers al toegesproken en de patiënt reageert met: 'dit zou ik natuurlijk zelf moeten kunnen, wat stom dat die Beschermers nog steeds zo sterk is'
- Je stelt voor om een Diagnostische imaginatie te gaan doen. De patiënt zegt: 'dat is niets voor mij, dat is zo'n therapeutentrucje, dat ga ik echt niet doen, ik ben geen loser'

Interventie 2: benoemen of aanpassen

Benoem de versturende modus, activeer de Gezonde Volwassene, laat versturende modi opzij zetten en bescherm kind modi. Pas de techniek een beetje aan om deelname makkelijker te maken.

Doel blijft gelijk

Matige modustriggering, deze heeft aandacht nodig om opzij te gaan

INTERVENTIE 2: BENOEMEN OF AANPASSEN

Focus:

- Supervisant helpt de patiënt in zijn Gezonde Volwassene te komen

Vragen aan de supervisant:

- In welke modus zit je patiënt? Hoe kun je je patiënt helpen zich hiervan bewust te worden?
- Wat zou je kunnen zeggen of vragen aan de patiënt? Hoe kun je patiënt helpen contact te maken met zijn Gezonde Volwassene?
- Hoe zou je de techniek toegankelijker kunnen maken voor de patiënt zonder van je doel af te wijken?

Acties van de supervisor

- Helpen de verstorende modus te onderscheiden
- Trainen hoe hij kan reageren, welke zinnen hij kan zeggen
- Hoe hij techniek kan aanpassen, welke hulpmiddelen hij kan inzetten

AANDACHTSPUNTEN BIJ BENOEMEN

- Herkent en benoemt de supervisant de modus
- Bij Beschermers en Oudermodi: vraagt hij de patiënt om deze opzij te zetten of doet hij dit zelf
- Bij Kindmodi: geeft hij erkenning en geruststelling, wijst hij op de Gezonde Volwassene
- Helpt de supervisant de patiënt expliciet terug in de Gezonde Volwassene
- Gaat de supervisant niet aan het werk met de verstorende modus

AANDACHTSPUNTEN BIJ AANPASSEN

- Gaat de aanpassing niet ten koste van de techniek en het doel van de techniek
- Zorgt de aanpassing voor versimpeling van de techniek, wordt het toegankelijker of net wat minder spannend
- Bijvoorbeeld: modikaart op een stoel leggen, niet zelf op een andere stoel gaan zitten, ogen open houden bij imaginatie, in verleden tijd praten, sjaal of knuffel, etc.

Interventie 3: werken met de verstorende modus

Doe interventies gericht op de verstorende modus: maak de verstorende modus onderdeel van de techniek. Zet een extra stoel neer, betrek in imaginatie, spreek toe

Doel blijft gelijk, via subdoel (verminderen verstorende modus)

Sterke modustriggering, deze heeft bewerking nodig om opzij te gaan

OEFENING

- Bekijk het rollenspel en bepaal welke interventies je hebt gezien
 - Bespreek met je supervisant wat hier fout ging

INTERVENTIE 3: WERKEN MET DE VERSTORENDE MODUS

Focus:

- Supervisant leert kort en doelbewust af te wijken van de techniek om deze voort te kunnen zetten

Vragen aan de supervisant:

- Hoe ga je met de verstorende modus aan het werk? Wat kun je doen binnen deze techniek? Wat is je uiteindelijke doel en wat is je subdoel moet deze modus?

Acties van de supervisor

- Suggesties en voorbeelden geven hoe de supervisant met deze verstorende modus in deze techniek zou kunnen werken
- Rollenspellen

AANDACHTSPUNTEN BIJ WERKEN MET DE VERSTORENDE MODUS

- Helpt de supervisant de patiënt om de verstorende modus als aparte modus te zien
- Blijft hij binnen de oorspronkelijke techniek met zijn interventie (zijstap)
- Legt hij goed uit aan de patiënt wat hij gaat doen
- Heeft de supervisant een actieve rol bij het aanpakken van de verstorende modus
- Houdt hij de interventie kort
- Helpt de supervisant de patiënt om opnieuw contact te maken met zijn Gezonde Volwassene
- Komt hij terug op het oorspronkelijke doel, gaat hij verder met de oorspronkelijke techniek

Interventie 4: stop de techniek

Stop de techniek en bespreek na. Doe (de volgende sessie) een andere techniek met hetzelfde doel of een andere techniek met een ander doel (gericht op de verstorende modus)

Onverzettelijke modustriggering, voortzetting van de techniek is niet mogelijk

INTERVENTIE 4: STOP DE TECHNIEK

Focus:

- Supervisant stopt de techniek op goede en duidelijke wijze en sluit daarbij aan bij wat de patiënt op dat moment nodig heeft

Vragen aan de supervisant:

- Was dit het goede moment om deze techniek te stoppen? Hoe zou je dit de volgende keer aanpakken?
- Wat had je met deze patiënt kunnen bespreken na het stoppen van de techniek?
- Wat zou je de volgende sessie willen doen?

Acties van de supervisor:

- Geef erkenning, geruststelling, perspectief
- Samen met de supervisant een plan maken voor een volgende sessie

AANDACHTSPUNTEN BIJ HET STOPPEN VAN DE TECHNIEK

- Stopt de supervisant de techniek duidelijk en expliciet
- Geef hij erkenning en validatie voor inzet, begrip voor moeilijkheid, biedt hij hoop
- Bespreekt hij met de patiënt (kort) na wat er is gebeurd
- Houdt hij rekening met de Oudermodus, ook als deze niet op de voorgrond staat
- Blijft hij duidelijk over de doelen en werkwijze van de therapie
- Denkt de supervisant na over zijn doel voor een volgende sessie

BASISBOEK SCHEMATHERAPIE

Doelgericht en methodisch werken,
ook als het anders loopt



WAT ALS HET ANDERS LOOPT?

- Eén boek waar alle technieken in staan
- Ook instructies voor als het anders loopt
- Met losse Stappenwijzer