

Supervisie draagt bij aan welzijn van professional zelf



Aisling nam ons in haar workshop mee in jarenlang onderzoek naar supervisie. Er waren veel NOBCO-supervisors in de zaal en dat zorgde voor levendige gesprekken over het onderwerp. Het is duidelijk dat we nog veel niet weten. Maar een paar dingen zijn wel duidelijk geworden: professionals hebben op meerdere manieren baat bij supervisie. Net als bij coaching het geval is: supervisie werkt.

Onderzoek naar supervisie richt zich op een aantal uiteenlopende thema's die ook de leidraad vormden van de workshop:

- Hebben cliënten er baat bij dat de professional supervisie heeft?
- Draagt supervisie bij aan de competenties van de professional?
- Heeft supervisie invloed op het verloop van begeleiders (in loondienst), welzijn en de veerkracht van professionals?
- Wat zijn lastige situaties in supervisie?
- Wat zijn kenmerken van goede supervisie?

Positieve effecten van supervisie

Resultaten uit het onderzoek over supervisie zijn wisselend. Zo is het nog onduidelijk of cliënten van professionals er baat bij hebben dat hun begeleider supervisie heeft. Positieve effecten zijn wel gevonden bij professionals die regelmatig en frequente supervisie hebben met een duidelijke focus en bij begeleiders in opleiding (stagiairs).

Een professioneel begeleider of coach heeft zelf duidelijk voordeel van supervisie. Zo draagt supervisie bij aan het ontwikkelen van vaardigheden, vertrouwen in eigen kunnen, kennis, een verbeterde relatie met cliënten en ontwikkeling van de professionele identiteit. De meest verrassende uitkomst van het onderzoek naar supervisie is dat supervisie

bijdraagt aan het welzijn van de professional zelf. Professionals met supervisie (supervisees) zijn tevredener over hun werk, verzuimen korter door ziekte, zijn minder emotioneel uitgeput en hebben een verminderde kans op burn-out. Bij het onderdeel burn-out is het wel van belang dat de supervisee de werkrrelatie met de supervisor als ondersteunend ervaart.

Kenmerken goede supervisie

Supervisie is, net als coach, een beroep, zo bleek ook uit het onderzoek dat Aisling liet zien. Supervisie kan ook nadelige effecten hebben en daarom is het belangrijk dat een supervisor weet wat zij doet. Aisling noemt als mogelijk nadeel dat supervisie niet zinvol kan zijn wanneer de feedback niet passend is of de supervisor niet (emotioneel) beschikbaar of bereikbaar is of niet voldoende aansluit bij de behoeften van de supervisee. Ook kan supervisie nadelige gevolgen hebben als de supervisor de professionele rol niet voldoende bewaakt.

Dr. Aisling McMahon is een van de internationale wetenschappers die een workshop gaf tijdens het Wetenschappelijk NOBCO-symposium 'Coaching en Onderzoek' in november vorig jaar. Ze werkt aan de universiteit van Dublin en doet onderzoek naar supervisie in helpende beroepen, met name psychologen en verpleegkundigen. Aisling heeft diverse wetenschappelijke artikelen op haar naam staan en droeg bij aan het boek 'Supervision in the helping professions'.

Tekst: Mariska Verduijn

‘Ook bij supervisie is de werkrrelatie belangrijk’

De workshop was niet alleen interessant voor supervisors, ook coaches hadden er iets aan. Tegen het einde van de workshop kwamen de kenmerken van een goede supervisie naar voren, die kunnen coaches gebruiken bij de keuze van een supervisor. Een goede werkrelatie met de supervisor is hierbij belangrijk. Dat leidt niet alleen tot beter welzijn, werktevredenheid en zelfvertrouwen van de supervisee, maar de supervisee ervaart ook een beter resultaat en is meer bereid om zich open op te stellen. Een supervisee kan zelf ook bijdragen aan het succes van de supervisie door bijvoorbeeld belangrijke informatie te delen met de supervisor.

Al met al een heel waardevolle workshop van een ervaren onderzoeker met hart voor het vak. De reflectievragen die we tijdens de workshop bespraken gaven ons deelnemers inzicht in onze sterke punten als supervisor. Het was natuurlijk fijn om te horen dat we als supervisors niet alleen vanuit ervaring positieve effecten van supervisie zien, maar dat ook uit onderzoek blijkt dat supervisie werkt. Een belangrijk laatste inzicht: supervisie werkt niet alleen bij coaches. Ook de supervisor zelf heeft voordeel van supervisie.

Dr. Aisling McMahon heeft een doctoraat in psychotherapie en heeft de afgelopen dertig jaar in verschillende organisaties gewerkt. Sinds 2015 is ze assistent-professor in psychotherapy aan de School of Nursing, Psychotherapy and Community Health van Dublin City University. Ze is supervisor en voorzitter van Professional Diploma in Clinical Supervision. Naast haar bijdrage aan het boek: 'Supervision in the helping professions' heeft Aisling meer dan vijftig wetenschappelijke publicaties op haar naam staan.



Dr. Aisling McMahon

**‘Net
als bij
coaching
het
geval is:
supervisie
werkt!’**