

Dobrodošli



na omizju



‘Supervizija in coaching’



'Coaching je ciljno usmerjen, sistematičen, sodelovalen in interaktivni proces med coachem in klientom (ali skupino) z namenom razvoja posameznika ali skupine. Posameznik ali skupina ob podpori coacha osebnostno raste, preseže svoje notranje omejitve, da lahko v polnosti uresniči in živi svoje potenciale ter doseže želeno ravnovesje na zanj pomembnih življenjskih področjih. Bistvo coachinga je ozaveščanje, raziskovanje, razumevanje, učenje, spremembe, ustvarjanje novih vzorcev razmišljanja in delovanja.'

Slovensko coaching združenje

'Supervizija je proces specifičnega učenja in razvoja, pa tudi metoda podpore pri profesionalnem reflektiraju, ki strokovnjakom omogoča, da osvojijo nove profesionalne in osebne uvide kot lastno izkušnjo. Strokovnjakom pomaga, da praktične izkušnje integrirajo s svojimi teoretičnimi znanji in, da pridejo do svojih lastnih rešitev problemov, s katerimi se srečujejo pri delu, da uspešneje obvladujejo stres in gradijo svojo profesionalno identiteto. Supervizija podpira profesionalno in osebno učenje in razvoj strokovnjaka.'

Žorga, 2003

Super vision for Coaches and Mentors

- Irena Antolić
- Holotropic Development Ltd.
- Slovensko Coaching Združenje
- 22 October 2019

What is supervision ?

Supervision is the interaction that occurs when a mentor or coach brings their coaching or mentoring work experiences to a supervisor in order to be supported and to engage in reflective dialogue and collaborative learning for the development and benefit of the mentor or coach, their clients and their organisations. The functions of supervision include:

§Developing the competence and capability of the coach / mentor.

§Providing a supportive space for the coach / mentor to process the experiences they have had when working with clients.

§Encouraging professional practice related to quality, standards and ethics.

The EMCC Supervision Competence Framework

1. Manages the Supervision Contract and Process

--Establishes and maintains a working contract with the supervisee and manages the supervision process effectively.

2. Facilitates Development

--Enables the supervisee to improve the standard of their practice through a process of facilitated reflection.

3. Promotes Professional Standards

--Supports industry standards, compliance with an ethical code and commitment to continuing professional development.

4. Provides Support

--Offers an appropriate level of support, ensuring the supervisee prioritises their own wellbeing.

5. Relationship Awareness

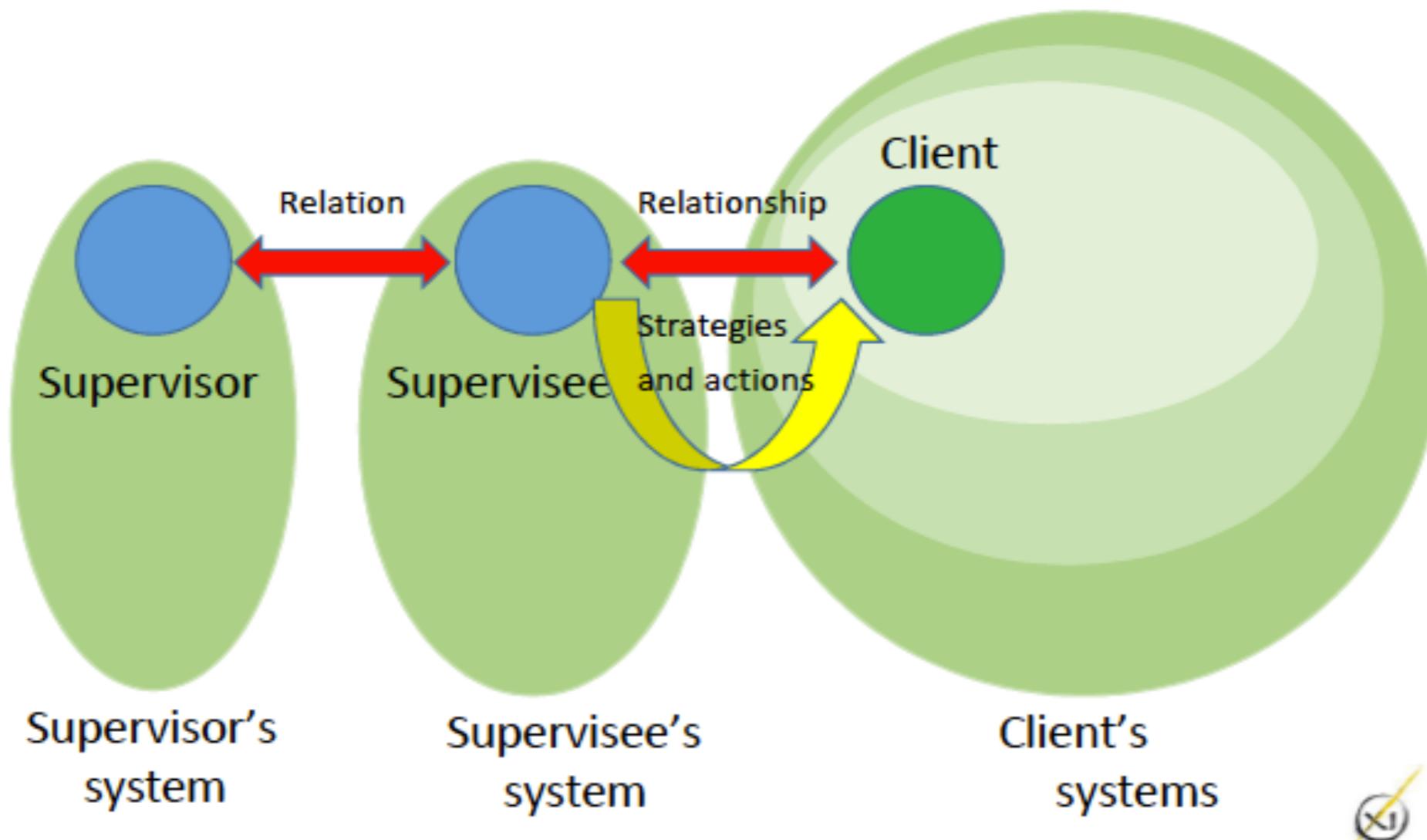
--Understands and works with the multiple layers of relationship that exist in the supervision process.

And where appropriate:

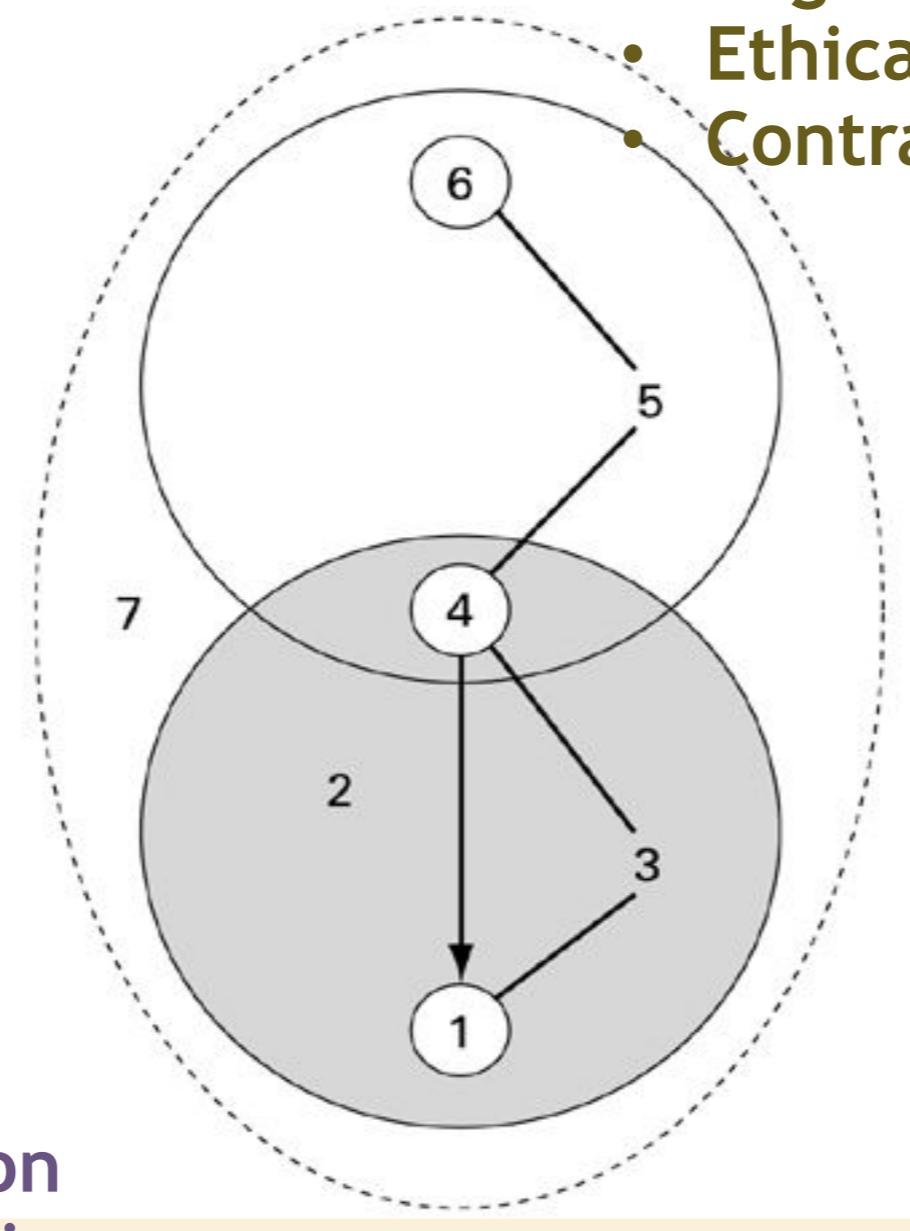
6. Working with Groups

--Skilfully handles supervisees and group dynamics, enabling all present to benefit from supervision.

Systemic vision



- 5. COACH -SUPERVISOR relationship**
- 6. SUPERVISOR**
- 7. WIDER CONTEXT**
 - Organizational
 - Ethical
 - Contract, culture...



- 1. COACHEE situation**
- 2. COACH intervention**
- 3. COACH - COACHEE relationship**
- 4. COACH**

Aspects of Supervision

- **qualitative**

(providing external perspective to ensure quality of practice)

- **developmental**

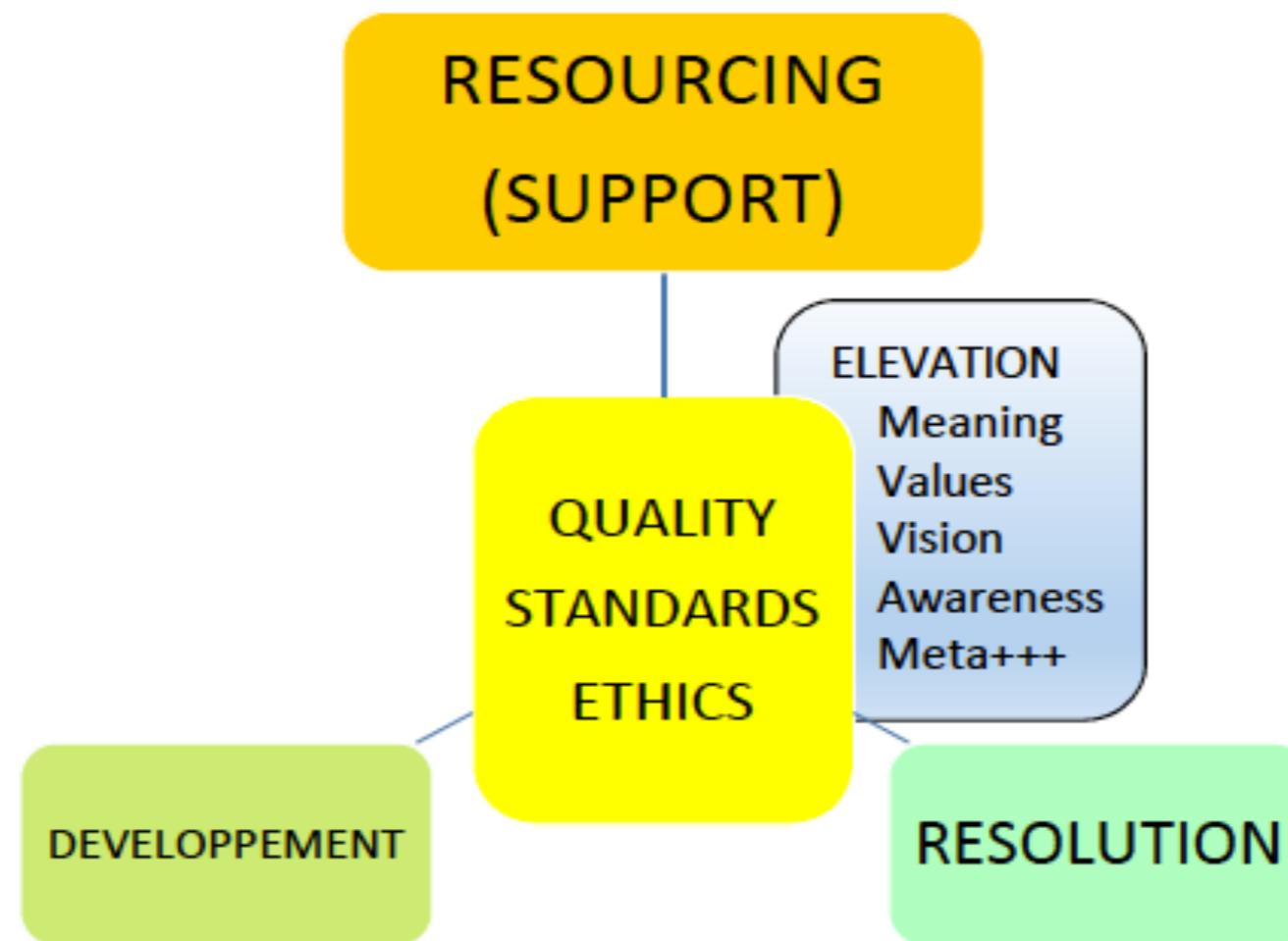
(enabling learning and growth of those who are supervised)

- **restorative**

(psycho –emotional)

It is engaging in reflective dialogue and collaborative learning for the development and benefit of the supervisee (mentor or coach), their clients and their organizations.

Key Elements



Thank you for listening!

Irena Antolić

e-mail: irena@holotropic-development.com

phone: +385 91 6543201

Skype: whereisirena

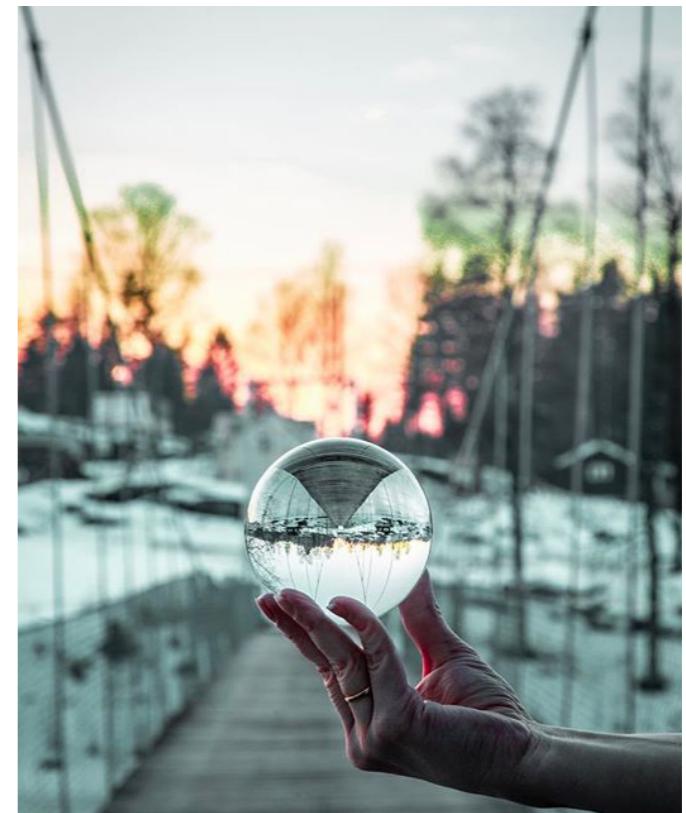
Holotropic Development Ltd.

London, UK

Coaching-Mentoring-Facilitation-Supervision

Kaj pomeni supervizija meni kot coachinji in supervizorki? Pogled nazaj in pogled naprej

Anita Kovačik



Zakaj supervizija pri delu z ljudmi

- supervizija kot priložnost za dodatni osebni in strokovni razvoj strokovnjakov, ki delajo z ljudmi, med njimi tudi coachev
- kompleksni kontekst (psihološki, socialni, medosebni, organizacijski...)
- ključni element je komunikacija
- velika individualna odgovornost v strokovnem delu
- emocionalno zahtevno delo
- etične dileme

Moja izkušnja - pogled nazaj

- Kaj prinašam v coaching odnos in proces?
- Kako sama sebe podpiram?
- samoiniciativno iskanje supervizije
- skupinska supervizija
- različne metode dela (reflektivni tim, pregled (avdio in video) posnetkov dela, igre vlog, kartice, glina, pregled in analiza refleksij)

Moja izkušnja - pogled nazaj

- uporaba različnih tehnik in pristopov
- bolj celostna obravnavava
- pogled in upoštevanje različnih vidikov
- večja pozornost na notranje vire
- odkrivanje slepih peg
- razreševanje lastnih dvomov, odporov
- notranji supervizor

Pomembni vidiki

- opredelitev in razjasnitev pričakovanj
- vzpostavljanje varnega in zaupnega odnosa
- spremljanje razvoja odnosa
- občutek sliši me
- spodbujanje (samo)refleksije
- postavljanje ciljev
- različne naloge/vloge supervizorja
- cilj: dvig kvalitete dela s klientom

Pridobitve udeležencev

- okrepitev poklicne identitete (vloga v organizaciji, odnos z vodstvom in sodelavci, usklajevanje pričakovanj)
- razvoj profesionalne strategije in pristopa k delu
- napredek pri razvoju svojih kompetenc in večje zaupanje v svoje kompetence
- pridobitev alternativnih načinov reševanja problemov in dodatne tehnike
- večja osredotočenost na vire moči
- razvoj veščin opazovanja, poslušanja in prenosa znanja v prakso
- razvoj veščine samorefleksije
- ob podpori (moralni in strokovni) občutek razbremenjenosti
- skrb za lastno duševno zdravje

Pogled naprej

- Samorefleksija in supervizija kot priložnost za zanimivo strokovno raziskovanje in višjo kakovost coachinga
- V idealnem svetu...

Hvala za pozornost.



anita.kovacik@siol.net

031 398 927

Značilnosti integrativne relacijske supervizije

Dr. Maša Žvelc

Inštitut za integrativno psihoterapijo
in svetovanje, Ljubljana

Supervizija in coaching, okrogla miza
Ljubljana, 22.10.2019

Integrativna relacijska supervizija

- **Relacijski in intersubjektivni pristop** (pomen odnosa, vzajemen vpliv, intersubjektivno polje)
- **Nezavedni procesi** (transfer, kontratransfer, paralelni proces)
- **Čustvena in fiziološka regulacija in pomen okna tolerance**
- **Čuječno zavedanje in sočutje** (sprejemajoče zavedanje, prisotnost, tukaj in sedaj, stik; sočutje do sebe in drugega)
- **Celosten pogled** (integracija kognitivne, čustvene, telesne, vedenjske, odnosne in socialno-kultурne dimenzije)

Čustvena regulacija

- Ugotovljeni regulacijski procesi v superviziji:
 - od subjektivnega vznemirjenja k pomirjanju,
 - od čustev, ki jih supervizanti težko vzdržijo, do toleriranja ali spremembe teh čustev,
 - od čustvenega umika k doživljajanju čustva,
 - od dvoma vase k samozaupanju.

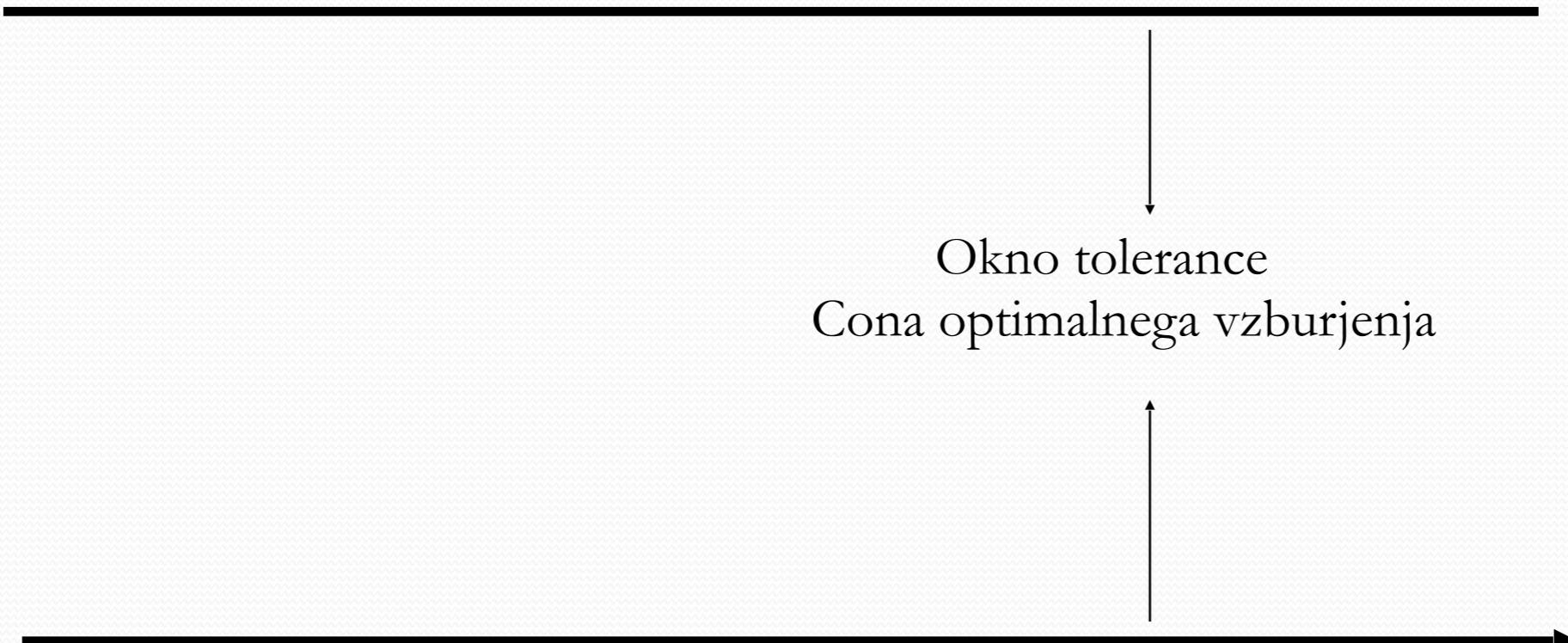
»Občutek jeze nase/na klienta in nato pomiritev s tem in občutek ponovne povezanosti s klientom in z izboljšanjem občutka kompetentnosti za delo z njim.« (43:30)

- »Četrta«funkcija supervizije.

OKNO TOLERANCE

Cona pretiranega vzburjenja

‘Preveč’ senzacij
Emocionalna reaktivnost
Pretirana pozornost (HYPERVIGILANCE)
Vsiljevanje podob
Dezorganizirano kognitivno procesiranje



Cona pomanjkljivega vzburjenja

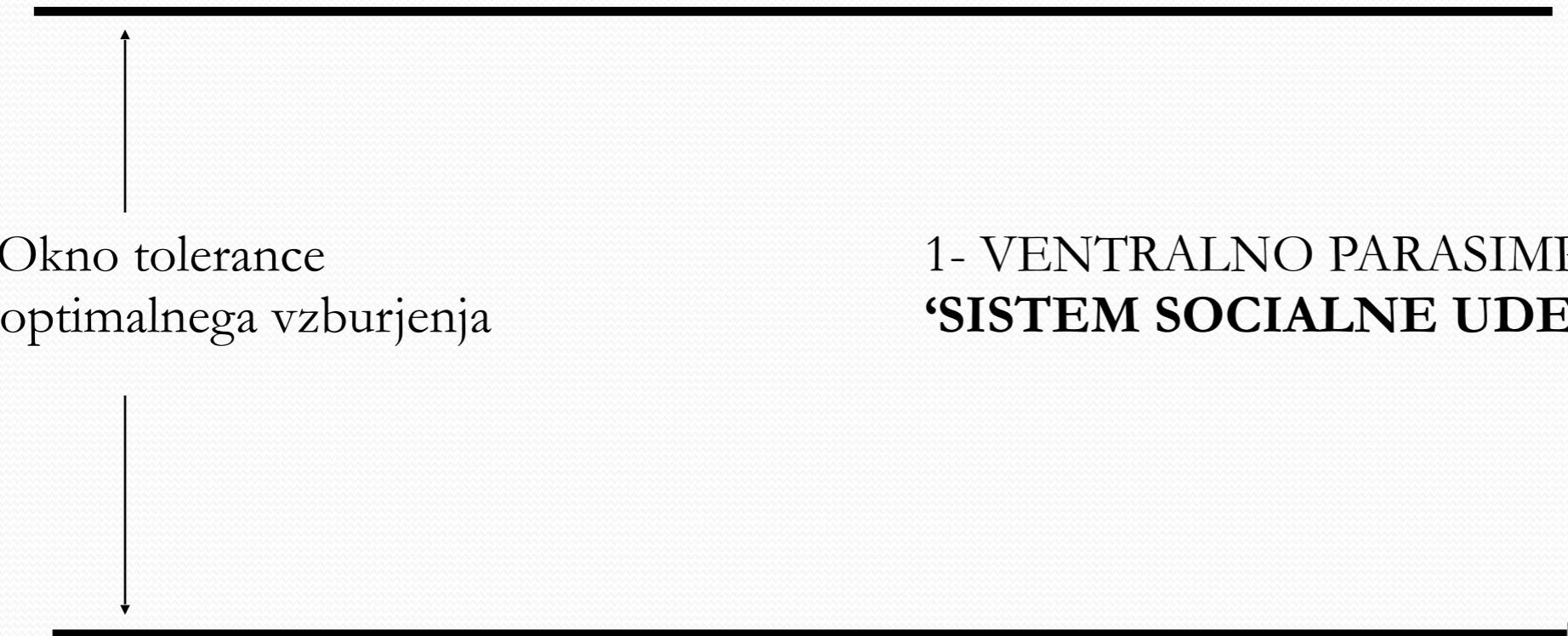
Relativna odsotnost senzacij
Otopitev čustev
Moteno kognitivno procesiranje
Reducirani telesni gibi

CONA VZBURJENJA

(Ogden, Minton i Pain, 2006)

2. SIMPATIČNI ŽIVČNI SISTEM
‘BORBA ALI BEG’

Cona pretiranega vzburjenja

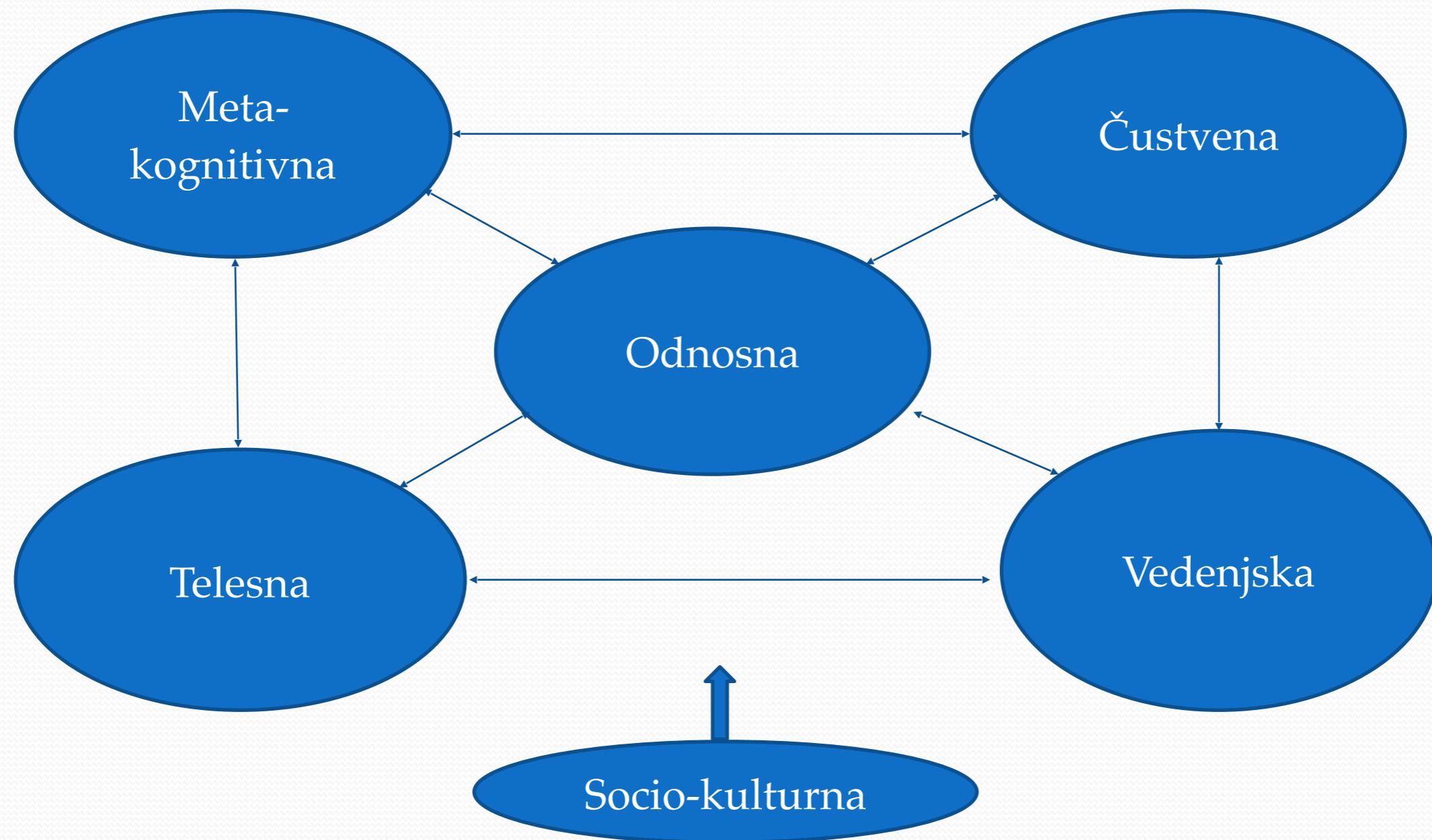


1- VENTRALNO PARASIMPATIČNA VEJA
‘SISTEM SOCIALNE UDELEŽENOSTI’

Cona pomanjkljivega vzburjenja

3. DORZALNO PARASIMPATIČNA VEJA
‘ZAMRZNITEV - IMOBLIZACIJA’

Vzajemni vpliv dimenzij v superviziji



Spodbujajoči dejavniki supervizije

- Kvalitetna delovna aliansa (vključuje pomen odnosa)
- Odprt in empatičen stil supervizorja;
- Supervizorjeve kvalitetne intervencije;
- Supervizantova spoznanja, refleksija in mentalizacija;
- Spremembe v supervizantovem doživljanju;
- Pridobivanje in utrjevanje veščin supervizanta.
- V skupini: spodbudno skupinsko vzdušje ter aktivnosti članov skupine (predstavitve primerov, komentarji, vprašanja).
- Čustvena regulacija.

Diskusija



na omizju



‘Supervizija in coaching’



S čim boste danes odšli domov?

introspekcija lepo
optimalno stanje
okno tolerance brisanje ogledala
standardi supervizije
dragocenost 'feedbacka'
contracting - dogovor
custveno ravnoesje
socutje do sebe
obnova energije
ne vidimo hrbta
navdihujuoce

pozitivnost