

Skema til gruppe-supervision, navn _____

Hvad vil jeg have kollegernes hjælp med? (Både før- og efter man har set videoen, samt efter 5. vindue – det fokuserer supervisionen)

Lægen (Supervisanden)	Kollegerne
<p>1. Hvilke følelser sætter mødet med patienten i gang i dig?</p> <p>Ikke præstationsfølelser men følelser i forhold til patienten. Følelser mærker man i kroppen og kan udtrykkes med et eller få ord. Følelser kan være modstridende. Følelsen kan hjælpes frem ved at prøve at forstærke den fx x 50.</p> <p>Formål: At lægens instrument udvikles og kalibreres og man opdager følelsernes smittekraft og diagnostiske værdi</p>	<p>2. Under konsultationen følte jeg...</p> <p>Hver deltager siger et eller højst et par ord. Ingen forklaringer, fordi de kan opfattes som kritik. Husk følelser skal have en kropslig forankring og kan udtrykkes med enkelte ord: glad, vred, rolig, afslappet, stresset, trist, urolig, sikker, usikker, tryk, utryk, magtesløs, irriteret osv.</p> <p>Formål: At lægens instrument udvikles og kalibreres og man opdager følelsernes smittekraft og diagnostiske værdi</p>
<p>3. Jeg synes, det var godt at jeg...</p> <p>Det er svært at rose sig selv, så find 3 ting der fungerede.</p> <p>Vær specifik: "Da jeg spurgte patienten om hun var bekymret, gav det stor lettelse"</p> <p>Formål: Fokus på det der fungerer styrker lægen selvværd og opvejer den indre selvkritiske stemme så man bliver parat til at høre kollegernes tanker</p>	<p>4. Jeg synes at ... fungerede godt ...</p> <p>Anerkend eller ros din kollega for de ting hun gjorde. <i>Vær konkret prøv at nævne specifikke situationer og hvad der blev sagt.</i></p> <p>Sig "du" og tal gerne direkte til kollegaen, som imidlertid ikke er forpligtet til at tage det ind.</p> <p>Formål: At modvirke supervisandens følelse af at være udstillet og genstand for kollegernes kritik</p>

<p>5. Jeg ville ønske, at jeg havde gjort ... anderledes</p> <p>Her er der kun dialog mellem supervisand og supervisor.</p> <p>Eventuelt ønske om ny kontrakt for supervisionen?</p> <p>Formål: Supervisanden viser hvad hun selv har af forslag til forbedring og hvad hun gerne vil have hjælp til</p>	<p>6. Hvis det var mig, så ville jeg måske tænke eller gøre...</p> <p>For at tydeliggøre at supervisanden ikke deltager i snakken kan hun sætte sig med ryggen til gruppen. Deltagerne kommer med forslag idet de afslutter ovenstående sætning. Det giver konkrete forslag (helst uden ledsagende forklaringer) som supervisanden kan tage med eller lade ligge. Hvis der bruges adjektiver som "mere" eller "mindre" er det udtryk for en sammenligning som kan opfattes som kritik, og som måske får supervisanden til at forsvare sig. Der skal ikke opnås konsensus, men man skal prøve at finde nye muligheder.</p> <p>Formål: At få udnyttet kollegernes forskellighed i forhold til mulige måder at møde en konkret patient på</p>
<p>7a. Hvad er jeg god til ? (selvrefleksion og forankring) Evt. kort opsummering af vindue 3</p> <p>7b. Hvad vil jeg tage med mig og måske arbejde videre med (hvad passer til mig)?</p> <p>Vær konkret i forhold til begge spørgsmål</p> <p>Formål: At tydeliggøre udbyttet af supervisionen</p>	<p>8. Selv tager jeg ... med mig</p> <p>Hver deltager nævner 1-2 ting, de selv har lært og tager med. Dvs. det er noget, der vedrører en selv og ikke supervisanden</p> <p>Formål: At fokusere på eget udbytte. Man lærer af at høre hinandens erkendelser.</p>
<p>9. Nu føler jeg a. i forhold til patienten b. i forhold til supervisionen</p> <p>Har jeg det ok? Eller er jeg irriteret eller stødt over noget nogen har sagt eller andet?</p> <p>Formål: Kan supervisionen afsluttes nu?</p>	<p>10. Nu føler jeg ...</p> <p>I forhold til supervisionen</p> <p>Har jeg det ok? Eller er jeg irriteret eller stødt over noget nogen har sagt eller andet?</p> <p>Formål: Kan supervisionen afsluttes nu?</p>

Skema fra Larsen J-H, Risør O, Nystrup J, Hedberg C. Supervision af videooptagne samtaler. Månedsskr Prakt Lægegern 2010; 88:601-10.