

„Kezdetől fogva - Kezedet fog EFOP-1.4.2-16-2016-00029

Szupervíziós folyamatok szakmai beszámolója

Kunhegyesen, az EFOP 1.4.2 -16-00029. számú projekten belül induló szupervíziós folyamat két csoport számára került meghirdetésre, csoportonként 15-15 fővel. A projekt időszakát végig kísérte a két folyamat, lehetőséget adva ezzel az egyén visszacsatolásokra, és az egyes folyamatokba történő becsatlakozásra. 2019. szeptember-2022. június időszakban nyílt lehetőség a projektben foglalkoztatott szakemberek számára szupervízióban való részvételre. A szupervíziós folyamat alkalmanként 3 órát jelent a résztvevő szakemberek számára.


A szupervízió a szakmai személyiségfejlesztés és hivatásgondozás ma elérhető egyik legjobb szakmai személyiséggondozó módszere. Így a „Kezdetől fogva-kezedet fogva” projekt szupervíziós üléseinek is elsődleges célja volt, hogy segítse megőrizni és fejleszteni a projektben résztvevő, és ahhoz kapcsolódó szakemberek munkabírását, és mentális stabilitását, valamint növelje szakmai hatékonyságunkat. A szupervíziós üléseken tapasztalásai a szakemberek visszacsatolása szerint elősegítették a változásokhoz való alkalmazkodást, a rugalmas helyzetértékelés módszerének megismerését és használatát.

Segítséget nyújtott a szakmai elakadások, és szakmai stresszhelyzetek kezelésében, de szerepelt az ülések témái között a munkahelyi konfliktusok kezelése is. Valamint a kiégés, és annak megelőzése is jelentős részt kapott az ülések során. Különös tekintettel a coping-technikák tudatosítására, és alkalmazására helyeződött a hangsúly ebben a témakörben. Az önreflexió, a csoporttagok visszajelzései nagymértékben hozzájárultak a szakmai kompetenciák megerősödéséhez, a szakmai szerepek tisztázásához, melyek elengedhetetlen feltételei voltak a projekt sikeres megvalósításának.

A szupervízió különös szerepe lett a COVID-19 járványhelyzet hatásainak feldolgozásában is. Így a célok között megjelent a járványhelyzet okozta elhúzó és extrém stressz hatások enyhítése, a projektben dolgozó szakemberek mentálhigiénés állapotának javítása, egészségpszichológiai szemléletének erősítése is. Elméleti és gyakorlati ismereteket nyújtott a testi és érzelmi feszültség szabályozás, stressz-kezelés technikáinak elsajátításához.

A csoporttagok a szupervíziós folyamatok során beazonosították erősségeiket, és fejlesztendő kompetenciáikat, amely egy tudatosabb szakmai attitűd és magatartás kialakulásához vezethet, mely egyben hozzájárult a projekt céljainak eléréséhez.

Kunhegyes, 2022. augusztus 1.


Mária Piróska
szupervízor

Támogatást igénylő:

Név: Kunhegyesi Mikro-térségi Szociális Társulás
Székhely: 5340 Kunhegyes, Szabadság tér 1.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE