



Supervizirana praksa
psihologov:
Razvoj programa
usposabljanja
mentorjev in modela
supervizirane prakse

SUPER PSIHOLOG

Projekt je financiran s strani Norveškega finančnega mehanizma 2009-2014 in nacionalnih sredstev RS.



REPUBLIKA SLOVENIJA
**SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO**



MODUL 3 – Evalvacija

Vita Poštuvan

1. Izgorelost (Burnout): Prepoznavna in preventivna

datum: 6. 6. 2015

Sara Tement

Problematika izgorelosti je v zadnjem desetletju pridobila na prepoznavnosti, pomembnosti in prevalenosti. Prvi del delavnice je bil namenjen prepoznavi problematike, drugi pa preventivi na področju izgorelosti. Udeležilo se jo je 31 ljudi, od tega jih je 23 odgovorjalo na evalvacijska vprašanja o delavnici izgorelosti. Udeleženci so izrazili zadovoljstvo z delavnico ($M=3,8$, $SD=0,8$), z načinom izvedbe, gradivi in nalogami pred in po delavnici ter doživeli, da je imela delavnica dobro kakovost ($M=3,9$, $SD=0,5$). Udeleženci so prepoznali predvsem vrednost dobrega teoretičnega pregleda teme, uporabo psihodiagnostičnih pripomočkov ob izgorelosti, odprtost predavateljice in usmerjenost v proaktivnost. Med vajami doma so pohvalili uporabo tehnike dnevnika in aplikacije vprašalnika o izgorelosti. V prihodnje si želijo udeleženci še več praktičnih intervencij s tega področja, več informacij o bioloških vidikih izgorelosti in interaktivnih metod dela. Večina udeležencev je doživljala, da jim bo vsaj nekoliko (27 %) ali zelo (67 %) koristilo to znanje pri izvedbi supervizirane prakse.

2. Samo-refleksija in iskanje pomoči (Self-reflection and seeking help)

datum: 6. 6. 2015

Mateja Štirn

Samorefleksija je temelj strokovnega razvoja psihologa, ki zagotavlja strokovno usposobljenost in kakovostno dela. Za kakovostno in zadovoljujoče delo je pomembno, da smo fleksibilni, prilagodljivi in pripravljeni učiti se. V delavnici smo se osredotočili na iskanje tehnik, kako si lahko kot psihologi pomagamo pri tem. Udeležilo se je 30 ljudi, od tega je 22 oseb je odgovorjalo na evalvacijska vprašanja o delavnici samorefleksije. Udeleženci so izrazili zadovoljstvo z delavnico ($M=4,4$, $SD=0,6$), z načinom izvedbe, gradivi in nalogami pred in po delavnici ter doživeli, da je imela delavnica dobro kakovost ($M=4,4$, $SD=0,6$). Udeleženci so bili zadovoljni s praktičnim delom ter vzdušjem, ki ga je delavnica pričarala, spodbudne so se jim zdele uporabljene metode dela. Nekateri so izrazili željo po še več teoretičnih informacijah ter alternativnih metodah in tehnikah samoreflektiranja. Večina (67 %) je ocenila, da je znanje o samorefleksiji izredno pomembno za ustrezno izvajanje študijske/supervizirane prakse (za prenos na mentoriranca).

Kontaktne podatke:
www.superpsiholog.si
anja.podlesek@ff.uni-lj.si

Nosilec projekta: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta
Projektne partnerji: Društvo psihologov Slovenije; Norsk Psykologforening;
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Inštitut za psihološko svetovanje razvojne projekta – ISA institut.



Supervizirana praksa
psihologov:
Razvoj programa
usposabljanja
mentorjev in modela
supervizirane prakse

SUPER PSIHOLOG

Projekt je financiran s strani Norveškega finančnega mehanizma 2009-2014 in nacionalnih sredstev RS.



REPUBLIKA SLOVENIJA
**SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO**



3. Odvisnost (Addiction): Tvegana in škodljiva raba alkohola: velik problem, ki pogosto ostane neprepoznan

Datum: 12. 9. 2015

Maja Zorko, Alenka Tančič Grum

Alkohol predstavlja velik javnozdravstveni problem v Sloveniji, posledice škodljive rabe alkohola pa se kažejo na ravni posameznika, njegove družine, njegove ožje in širše okolice ter na ravni celotne družbe. Delavnica je bila namenjena temu, da bodo psihologi boljše prepoznali to problematiko in možnosti preventivnih učinkov. Udeležilo je je 32 ljudi, od tega je 30 udeležencev podalo ocene. Povprečne ocene kažejo, da so zadovoljni z delavnico odvisnosti ($M=3,9$, $SD=0,8$), prav tako so visoko ocenili način izvedbe in gradiva v okviru delavnice. Naloge pred delavnico so ocenili s povprečno oceno. Delavnico so ocenili kot visoko kakovostno ($M=4,1$, $SD=0,7$). Pohvalili so način podajanja teme, ki je bil strokoven, jasen in interaktiven, prav tako pa se je osredotočal na različne deležnike (npr. v šolah, med ranljivimi skupinami). Udeleženci so na mestih izpostavili, da bi bilo temi dobro posvetiti še več časa, s čimer bi lahko poskusili še več konkretnih intervencij. Pri tej temi so udeleženci ocenili, da povprečno vpliva na izvajanje študijske oz. supervizirane prakse, vendar hkrati poudarili pomen znanja s tega področja za vse psihologe, ne glede na področje dela.

4. Etika in zaščita podatkov pri delu psihologa (Ethics and data protection)

Datum: 12. 9. 2015

Vita Poštuvan, Urban Brulc

Etične dileme so del vsakodnevne psihološke prakse, zato je pomembno razvijati etično ozaveščenost, predvsem pa je ključno pri rutinskem delu, kjer zaradi zaupanja v dolgoletno prakso preredko razmišljamo o etičnih dimenzijah. Hkrati pa imajo pravila varstva osebnih podatkov določen vpliv na delo psihologa, ki se v prvi vrsti kaže kot zavezanost poklicni molčečnosti. Čeprav je sistem varstva osebnih podatkov precej strog, vendarle ni absoluten v smislu, da podatkov ne bi bilo dopustno razkriti nikomur. Delavnica je bila sestavljena iz dveh delov, na katerih je sodelovalo 35 udeležencev. Prvi del je bil usmerjen v varovanje podatkov, drugi del etičnim dilemam. 29 ljudi, ki je delavnico ocenilo, so v povprečju zelo zadovoljni z delavnico ($M_{\text{varovanje podatkov}}=4,7$, $SD_{\text{varovanje podatkov}}=0,6$; $M_{\text{etika}}=4,2$, $SD_{\text{etika}}=0,8$). Zelo zadovoljni so bili s to delitvijo dela na dva predavatelja ter z načinom delitve na samostojno srečanje in izvedeno delavnico. Prav tako so dobro ocenili gradiva in naloge. Pohvalili so vsebino, ki je bila prilagojena konkretnim primerom in dilemam ter kombiniranje vaj doma, ki so odpirale pomembna vprašanja. Kar nekaj komentarjev se je nanašalo na to, da bi bilo tem temam potrebno posvetiti še več časa, saj so zahtevne, potrebujejo kakovostno refleksijo in konstantno obnavljanje v toku strokovnega dela psihologa. Velika večina (90 %) jih meni, da jim to to znanje zelo pomagalo pri izvajanju supervizorskega dela.

Kontaktne podatki:
www.superpsiholog.si
anja.podlesek@ff.uni-lj.si

Nosilec projekta: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta
Projektne partnerji: Društvo psihologov Slovenije; Norsk Psykologforening;
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič; Inštitut za psihološko svetovanje razvojne projekta – ISA institut.



Supervizirana praksa
psihologov:
Razvoj programa
usposabljanja
mentorjev in modela
supervizirane prakse

SUPER PSIHOLOG

Projekt je financiran s strani Norveškega finančnega mehanizma 2009-2014 in nacionalnih sredstev RS.



REPUBLIKA SLOVENIJA
**SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO**



5. Samomorilnost (*Suicide*): Prepoznavna in ukrepanje ob samomorilnem vedenju

Datum: 17. 10. 2015

Saška Roškar in Alenka Tančič Grum

Ključno za preprečevanje samomora je izobraževanje vratarjev sistema, da imajo občutek kompetentnosti in znanja za ukrepanje v primeru samomorilnega vedenja. Med kompetence, ki so pomembne za ukrepanje psihologov na različnih delovnih mestih, so prepoznavna samomorilnega vedenja, način spraševanja po samomorilnih težnjah, presoja o resnosti ogroženosti, ukrepanje in nudenje (osnovne) strokovne pomoči. Delavnice o samomoru se je udeležilo 34 ljudi, od tega je 29 udeležencev ocenilo delavnico z oceno zadovoljno ($M=4,1$, $SD=0,7$), pri čemer so podobne ocene dobili tudi način izvedbe, gradiva in naloge pred delavnico. Kvaliteto delavnice so ocenili kot dobro ($M=4,2$, $SD=0,8$). Nekateri so v evalvaciji pohvalili, da so o temi izvedeli veliko novega, da so jim pomembna predvsem teoretična spoznanja ter diskusije v skupini. Udeleženci bi si želeli še več praktičnih vaj in konkretnih primerov ukrepanja ter načine razbremenitve za tiste, ki neposredno nudijo pomoč. Znanje mentorji ocenjujejo kot pomembno za izvajanje supervizirane prakse (80 % jih meni da je to zelo ali izredno pomembno).

6. Motivacijski intervju (*Motivational interview*)

Datum: 17. 10. 2015

Darja Boben Bardutzky

Do pogovora o spremembi vedenja pride vedno takrat, ko svetovalec ali klient ugotovita, da je to klientovo početje pomembno za njegovo zdravje, življenje. Psiholog mora zato poznati spretnosti vodenja pogovora, kjer se klienta motivira za spremembe – med temi so filozofija, načela in strategije motivacijskega intervjuja. Delavnice o motivacijskem intervjuju se je udeležilo 30 ljudi, ocenjevalo pa 20 udeležencev. Ocena kaže na zadovoljstvo ($M=3,6$, $SD=0,9$) z delavnico. Podobne ocene je dobil tudi način izvedbe in naloge po delavnici, nekoliko nižjo oceno so dobila pripravljena gradiva. Udeleženci so pohvalili nazornost predavateljice, poudarili pa so, da bi nekatere teoretične dele predavanja lahko predelali drugače in na srečanju predvsem preizkušali praktični del nalog. Glede na obsežnost učenja metode motivacijskega intervjuja in njegovo pomembnost so večkrat predlagali, da bi tej temi posvetili več časa. 86 % udeležencev je prepoznalo pomen te teme za delo s svojimi mentoriranci.

Kontaktne podatki:
www.superpsiholog.si
anja.podlesek@ff.uni-lj.si

Nosilec projekta: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta
Projektni partnerji: Društvo psihologov Slovenije; Norsk Psykologforening;
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Inštitut za psihološko svetovalne razvojne projekte – ISA institut.



Supervizirana praksa
psihologov:
Razvoj programa
usposabljanja
mentorjev in modela
supervizirane prakse

SUPER PSIHOLOG

Projekt je financiran s strani Norveškega finančnega mehanizma 2009-2014 in nacionalnih sredstev RS.



REPUBLIKA SLOVENIJA
**SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO**



7. Psihološki debriefing (*Psychological Debriefing*): Prva psihološka pomoč po travmatskih dogodkih

8. Svetovanje ob kriznih dogodkih (*Counselling in Critical events*)

Datum: 7. 11. 2015

Mateja Štirn

Krizni dogodek lahko pri človeku vsaj za kratek čas bolj ali manj zamaje njegovo ravnovesje, občutek varnosti. Če gre za travmatske dogodke, lahko takšna izkušnja vpliva do te mere, da »obarva« vse druge izkušnje, določa doživljanje sedanosti in pričakovanje prihodnosti. Psiholog mora na eni strani obvladati sebe in se primerno odzvati v takšnih situacijah, hkrati pa mora poznati načine pomoči tistim, ki so v stiski. Delavnici smo ocenili skupaj, saj ju je izvajalka medsebojno povezala, pri tem je bilo v dopoldanskem času prisotnih 44 ljudi, v popoldanskem 42. 30 udeležencev je izrazilo visoko zadovoljstvo ($M=4,7$, $SD=0,5$) z delavnico, podobne ocene pa so podali na način izvedbe, gradiva in naloge. Visoka kakovost ($M=4,8$, $SD=0,4$) se izraža tudi v evalvacijskih komentarjih, kjer so udeleženci komentirali, da so cenili praktičnost delavnic in kombinacijo teorije in prakse. Prav tako so izpostavili pomembnost te teme in dinamičnost celotnega dne ter dodatno predlagali, da bi se tudi tej temi posvetilo še več časa. Visoko so udeleženci tudi ocenili pomembnost tega znanja za izvajanje oz. prenos na mentoriranje (povprečna ocena 4,2 od 5).

9. Strategije spoprijemanja (*Coping Strategies*): Krepitev moči ob reševanju problemov

10. Čuječnost (*Mindfulness*): Čuječnost kot psihološka intervencija za vsakdanjik

Datum: 9. 1. 2016

Vita Poštuvan

Delo psihologa se pogosto osredotoča na reševanje problemov, diagnosticiranje (duševnih) motenj, težav in postavljanje ciljev intervencij za njihovo reševanje. Večino časa se ukvarjamo z negativnimi vidiki vsakodnevnega življenja. Pogosto v tem delu spregledamo moči oz. kvalitete ljudi, predvsem tiste, ki se nanašajo na njihov značaj in vrednote, nemalokrat pa premalo delamo tudi na lastnih kvalitetah, skrbi zase in zavestnemu usmerjanju pozornosti v dani trenutek. Delavnica je bila zato priložnost za izkustveno delo in izvajalka ju je povezala med seboj, na njej pa je bilo prisotnih 43 udeležencev. 37 udeležencev je podalo ocene in bilo z delavnico zelo zadovoljnih ($M=4,7$, $SD=0,8$), pri čemer so podobno visoke ocene dobili tudi način izvedbe, naloge in gradiva. Posebej smo preverjali zadovoljstvo s posameznim delom delavnice. Z dopoldanskim delom (bolj usmerjenim na koncepte čuječnosti) so bili zelo zadovoljni ($M=4,9$, $SD=0,4$), prav tako s popoldanskim delom, bolj usmerjenim na grajenje moči ob reševanju problemov ($M=4,6$, $SD=0,5$). Kakovost delavnice je dobila povprečno oceno 4,9 ($SD=0,3$), v skladu s čimer so bili podani tudi posamezni komentarji. Pozitivno so ocenili praktični in izkustveni vidik delavnice, ki jim bo pomagal tako pri skrbi zase kot pri praktičnem delu. Predavateljico so ocenili kot zelo kompetentno, usmerjeno tako k nalogam kot k ljudem. Če bi bilo na voljo še več časa, so si želeli še poglobitve znanja iz področja značajskih moči in več dodatnih izkušenj s koncepti čuječnosti. V 84 % so ocenili, da je to znanje pomembno za izvajanje supervizirane in študijske prakse.

Kontaktne podatki:
www.superpsiholog.si
anja.podlesek@ff.uni-lj.si

Nosilec projekta: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta
Projektne partnerji: Društvo psihologov Slovenije; Norsk Psykologforening;
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič; Inštitut za psihološko svetovanje razvojne projekte – ISA institut.