

# Stabilitas

## een supervisiemethode



Stabilitas is een begrip uit de regel van Benedictus: je bent trouw aan datgene waar je je aan verbonden hebt. Deze vorm van spiritueel leven spreekt me aan, in de eerste plaats omdat ik me als christen met de benedictijnen verbonden voel. Ik maak al mijn hele leven tijd voor stilte, gebed, meditatie, muziek, mozaïek en andere vormen van kunst. Wat de regel van Benedictus eraan toevoegt is mildheid: je blijft altijd leerling en je mag opstaan na een fout. Deze milde houding geeft mij als supervisor de mogelijkheid om te groeien - vanuit rust. Dat geldt ook voor mijn supervisanten.

## Voor wie?

Deze methode is geschikt voor jou als je graag al doende en samen leert. Stabilitas geeft een duidelijke structuur en samenhang voor vragen die spelen binnen een complexe werkcontext zoals:

- Hoe doe ik mijn werk?
- En is het goed wat ik doe? Hoe weet ik dat eigenlijk?
- Wat is mijn eigen kleur als professional?

Op een praktische manier sta je stil bij je professionele identiteit. Je wordt je meer bewust van je eigen regie, leert luisteren naar jezelf, cliënten, collega's, opdrachtgever, werkgever en je leert al doende (goede) vragen te stellen. Dieperliggende vragen voor reflectie komen boven drijven. De ander fungeert als je hulpbron tijdens je leerproces.

## Werkwijze

Voorafgaand aan de supervisiebijeenkomsten maak je een profiel van jezelf en van je werkplek. Je wordt uitgedaagd om het profiel kernachtig te houden en telkens onder de loep te nemen.

In de bijeenkomsten kijk je eerst naar je profiel aan de hand van vijf kernvragen van reflectie. Deze perspectieven ondersteunen je om aandachtig te kijken naar jezelf en je medesupervisanten en om verdiepende vragen aan elkaar te leren stellen.

Vervolgens maak je een koppeling met je beroep. Je doet dit aan de hand van concrete voorbeelden uit de werkcontext. Zo maak je concreet hoe jij ten opzichte je werk staat en wordt zichtbaar op welk gebieden jij overeenkomst en tegenstelling ervaart. Vragen die spelen worden helder.



Je kunt bijvoorbeeld ontdekken waar de raakvlakken met 'die ene cliënt' zitten, en waar de tegenstellingen met 'die andere cliënt'. Hoe kijk je naar je eigen werk? Past het nog steeds? En waar heeft dat mee te maken? Wat zijn zaken die je lastig vindt of telkens vergeet en waar zou dat vandaan komen? Heeft dat wellicht te maken met je eigen socialisatie? Of met botsende waarden?

## Waarom Stabilitas?

Jij ...

- blijft al doende leren
- leert van en met andere supervisanten - in groepssupervisie-
- vertaalt je eigen leerproces naar de concrete werksituatie
- leert kijken aan de hand van de meerdere perspectieven
- gaat op zoek naar de eigen professionele identiteit
- ontdekt waar het 'vloeit' en waar het 'wrijft'
- wordt je -meer- bewust van je eigen waarden
- oefent met zorgvuldig en aandachtig luisteren
- leert vragen te stellen die er toe doen
- leert kernachtig te formuleren

## Praktisch

Stabilitas bestaat uit 12 bijeenkomsten met een interval van 2 of 3 weken.

Opties:

- Groepssupervisie: 3 supervisanten, bijeenkomsten van 2 uur
- Individuele supervisie, bijeenkomsten van 1 uur
- In company

---

## Wie ben ik?

**Hanny Ebbers**

Supervisor, Register-Jobcoach, GGZ-agoog, ZKM-consultant

[www.hannyebbers.nl](http://www.hannyebbers.nl)  
06 21997872

