

Ingrediënten voor succesvolle EMDR-supervisie

TEKST: **Ronald Roskam** en **Steven Meijer**

Wanneer spreek je van succesvolle supervisie? Wij hebben aan supervisanten en supervisors de vraag voorgelegd welke inspanningen beiden moeten leveren, of juist moeten nalaten, zodat de supervisie succesvol wordt. Denk hierbij onder andere aan een goede voorbereiding door de supervisant en een positieve bejegening door de supervisor. In deze bijdrage ligt de focus op supervisie in het kader van opleiding tot EMDR Europe practitioner. Na kort bij de definitie en veronderstelde waarde van supervisie stil te staan, presenteren wij de resultaten van een vragenlijst die wij hebben uitgezet.

Wat wordt verstaan onder supervisie?

Supervisie wordt door Bernard & Goodyear (2019) omschreven als een interventie die wordt aangeboden door een senior lid van een professie aan een minder kundige collega. Supervisie is dan bedoeld om professionele vaardigheden te verbeteren en de kwaliteit van de door de supervisant geboden interventie(s) te monitoren. De supervisor heeft daardoor een rol als poortwachter van de professie. De Federatie voor Gezondheidszorgpsychologen en Psychotherapeuten (FGzPt) stelt dat supervisie vooral gaat over de professioneel-persoonlijke ontwikkeling, met daarnaast het technisch en methodisch bekwaam worden in alle aspecten van het beroep. Voor de VEN geldt dat supervisie zich richt op het competent worden in het uitvoeren van EMDR-therapie bij (complexe) PTSS en andere trauma-gerelateerde problematiek. Deze expliciete focus op de methode is mogelijk, omdat het professioneel-persoonlijke deel gevangen wordt in de supervisie die nodig is voor de registraties die vooraf vereist worden in de toelating tot erkende EMDR-opleidingen, en voor de uiteindelijke registratie EMDR Europe practitioner.

De waarde van supervisie

Over het algemeen wordt er waarde gehecht aan supervisie vanwege de aanname dat het volgen van super-

visie modeltrouwheid bevordert, daarmee een hoge kwaliteit van zorg borgt, wat resulteert in meer positieve behandeluitkomsten (zie o.a. Simpson-Southward, Waller & Hardy, 2016). Daarom wordt bij het verkrijgen van een registratie bij vrijwel alle psychologische beroeps- en vakverenigingen in Nederland supervisie vereist. Het beschikbare onderzoek naar de toegevoegde waarde van supervisie echter is beperkt, laat methodologisch te wensen over en is moeilijk te koppelen aan daadwerkelijke behandeluitkomsten (Hafkenscheid, 2022). De veronderstelling dat supervisie van waarde is, wordt over het algemeen gesteund door positieve ervaringen van supervisanten.

Methode onderzoek

In de Eye-Opener en op LinkedIn is een oproep geplaatst aan alle VEN-leden met de vraag om een korte vragenlijst in te vullen. Aan EMDR Europe practitioners (i.o.) werd gevraagd om 1) *aan te geven welke drie inspanningen zij kunnen leveren, of nalaten, om hun supervisie tot een succes te maken* en 2) *welke drie inspanningen de supervisor volgens hen kan leveren of -nalaten, om hun supervisie tot een succes te maken*. Aan EMDR Europe consultants (inclusief EMDR Europe trainers) - of zij die daartoe in opleiding zijn - zijn dezelfde vragen gesteld. De antwoorden zijn gegroepeerd in categorieën.



Demografie

Zesenvestig leden hebben de vragen beantwoord, waarvan 27 leden de supervisantenversie invulden. Deze groep bestond uit elf EMDR Europe practitioners, elf leden die daartoe in opleiding zijn, en twee leden die tussentijds het opleidingstraject hebben afgebroken. Zestien leden vulden de supervisorenversie in. Deze groep bestond uit tien leden met de registratie EMDR Europe consultant, waarvan vijf leden tevens geregistreerd staan als EMDR Europe trainer. De overige zes leden zijn in opleiding tot EMDR consultant. Het gaat daarmee om een kleine steekproef die mogelijk niet representatief is. Bevindingen dienen met enige voorzichtigheid te worden geïnterpreteerd.

Resultaten

Op basis van de inspanning genoemd door de supervisors en supervisanten zijn er vier categorieën te onderscheiden: de supervisie relatie, voorbereiding, feedback en vorm. Wanneer inspanningen elkaars tegenpolen zijn (bijvoorbeeld veilige sfeer versus onveilige sfeer creëren) wordt enkel de positieve formulering van de inspanning vermeld.

De grootste categorie betreft de supervisie relatie. Deze categorie betreft onder meer het positief stimuleren,

positieve bejegening, intunen, veilige sfeer en gelijkwaardigheid.

De inspanningen die de supervisor dient te leveren zijn: een actieve, open en leergierige houding, ofwel zich maximaal inspannen om te leren; bereidheid te leren van fouten (materiaal laten zien waarin fouten zichtbaar zijn en niet uitsluitend perfecte sessies) en nieuwe dingen uit te proberen; open zijn naar de supervisor; kwetsbaar opstellen. De inspanningen die de supervisor beter kan nalaten betreffen zijn bijvoorbeeld het afzeggen van afspraken en uitstelgedrag, het uitoefenen van druk op de supervisor om snel af te tekenen.

De inspanningen die de supervisor idealiter kan leveren zijn: aanmoedigen en stimuleren (door bijvoorbeeld complimenten te geven over wat goed gaat), enthousiasmeren, feedback doseren; inzetten van humor, gelijkwaardigheid in de samenwerking creëren, valideren van de inspanning die de supervisor geleverd heeft, een veilige sfeer creëren, zodat supervisor zich kwetsbaar kan opstellen, balans behouden tussen doceren en superviseren, alle vragen serieus nemen. De inspanning die de supervisor het beste kan nalaten zijn een beleurende houding en veroordelend of cynisch zijn. Tevens wordt genoemd het inbrengen van te veel eigen casuïstiek of een monoloog houden.

De tweede categorie betreft de voorbereiding voorafgaand en rondom de supervisiesessies. Uit de reacties blijkt dat zowel de supervisanten als de supervisors veel belang hechten aan een goede voorbereiding. De inspanningen die de supervisant moet leveren zijn: vliegreuen maken met EMDR (bijvoorbeeld door eventueel patiënten buiten het eigen team te werven), het (veelvuldig) opnemen van EMDR-sessies, voorafgaand aan de supervisie relevante onderdelen van de EMDR-sessie noteren, het formuleren van (concrete) vragen aan de hand van de voorbereide casuïstiek, het raadplegen van relevante literatuur (zoals het *Handboek EMDR, Praktijkboek deel I* of ter zake relevante artikelen in het EM), technisch goede opnamen maken (beeld en geluid), goed werkende afspeelapparatuur, casusconceptualisaties opstellen, notities maken tijdens de supervisie.

Ook van de supervisor mag het een en ander worden verwacht, zoals het zorgdragen voor consequente planning van sessies; helder informeren over wat er in de supervisie verwacht wordt, zoals het wijzen op het supervisiebeoordelingsformulier en door het opstellen van een helder supervisiecontract.

De derde categorie betreft het geven en ontvangen van feedback. Zowel de supervisanten als de supervisors streven naar een optimale balans tussen uitgebreid en summier met betrekking tot feedback. Beiden zijn het erover eens dat feedback opbouwend moet zijn.

Andere inspanningen die van de supervisor mogen worden verwacht betreffen het delen van relevante eigen ervaringen en voorbeelden en het ontsluiten van kennis bij de supervisant door het stellen van (socratische) vragen. Daardoor wordt de supervisant gestimuleerd na te denken over diens overwegingen. Ook het toelichten van de beoordeling en de supervisant helpen het standaardprotocol naar de praktijk te vertalen komen naar voren.

Een vierde en laatste categorie betreft de vorm van de supervisiesessies. Hier wordt het spanningsveld voelbaar tussen supervisie enerzijds en de (onvermijdelijke) beoordeling anderzijds. Zowel de supervisors als de supervisanten vinden het belangrijk dat daar een goede vorm voor gevonden wordt en een rigide (en daardoor soms invaliderende) wijze van beoordeling te voorkomen. Daarnaast wordt door beiden een heldere focus tijdens de supervisiesessie gewaardeerd, bijvoorbeeld door de selectie van relevant filmmateriaal (en niet de

hele film willen laten zien of laten afspelen), feedback geven of vragen stellen die to-the-point zijn en het creëren van ruimte voor reflectie.

Beschouwing

Het doel van dit artikel is om supervisanten en supervisors te stimuleren het beste uit zichzelf te halen tijdens EMDR-supervisie. Daarvoor hebben wij de te leveren of na te laten inspanningen van de supervisant en supervisor geïnventariseerd.

Een kanttekening is dat in de eerste categorie, de superviserrelatie, 1) zowel inspanningen (onder andere positieve bejegening) als resultaat van de inspanning (onder andere creëren veilige sfeer) vermeld zijn en 2) dat het soms gaat om specifiek gedrag (zoals feedback doseren) en soms om een state of mind (onder meer een actieve, open en leergierige houding). Vermoedelijk onderstreept dit onder andere het belang dat supervisors en supervisanten aan het resultaat hechten, namelijk een prettige en effectieve samenwerking. Daarmee is echter de vraag welke inspanningen supervisant en supervisor concreet kunnen doen slechts ten dele beantwoord. Om beter te begrijpen welke inspanning leidt tot een veilige sfeer, kan het zinvol zijn leden in bijvoorbeeld interviews hierop te bevragen. In tegenstelling tot het gebruik van vragenlijsten, bieden interviews de mogelijkheid om door te vragen op bepaalde onderwerpen. De hierboven gepresenteerde ingrediënten bieden desalniettemin concrete handvatten voor zowel supervisors als supervisanten om samen een goed recept op te stellen voor het constructief en effectief vormgeven van het supervisie- én beoordelingsproces, zodat dit kan leiden tot een succesvolle EMDR-supervisie.

Referenties

- Bernard & Goodyear (2019). Bernard, J. M., & Goodyear, R. K. (2019). Fundamentals of clinical supervision (6th ed.). Pearson Education Inc
- Hafkenscheid, A. (2022). Hoe 'bewezen werkzaam' is supervisie aan ggz-behandelaars-in-opleiding? Tijdschrift voor Psychotherapie, 2022, 48(4) – 276
- O'Donovan, Halford, & Walters (2011). Towards best practice supervision of clinical psychology trainees. Australian Psychologist, 46, 101–112.
- Simpson-Southward, Waller & Hardy (2016). Supervision for treatment of depression: an experimental study of the role of therapist gender and anxiety. Behaviour Research and Therapy 77, 17–22

Ronald Roskam is GZ-psycholoog i.o. Specialist, EMDR Europe Consultant & Cognitief Gedragstherapeut VGct. Hij geeft supervisie vanuit zijn eigen praktijk in Westervoort. Website: www.ronaldroskam.nl

Steven Meijer is Klinisch Psycholoog/Psychotherapeut, EMDR Europe Trainer en Supervisor VGct. Hij geeft supervisie vanuit zijn eigen praktijk in Deventer. Website: www.steven-meijer.nl