

## HANDLEDNING



När vi befinner oss in en grupp eller arbetar enskilt med någon, påverkar vi och påverkas ständigt av varandra.Handledningen kan skapa ett utrymme att titta på vad som händer och hur vi kan handskas med det.

Arbetar du med **psykoterapi** eller **annan behandling**, kan det vara nödvändigt att känna på och förstå hur du som behandlare reagerar under olika skeden av processen och vad det kan säga om din klients/patients svårigheter. I handledningen kan vi se hur känslorna fortplantas och reflektera över möjliga förhållningssätt.

För att orka med i längden behöver du vårda dig själv. Det säkrar kvaliteten i ditt arbete och handledningen är ett utmärkt verktyg till att hjälpa både dig, ditt arbete och dem du jobbar med. Du kan få utveckla din kompetens och hitta din personliga stil. Känslan av att få grepp om något som du upplevt som svårt, stärker den professionella självkänslan.

***Jag som handledare har två perspektiv: det psykodynamiska (relationsinriktade) och det systemiska. Varje person och varje grupp försöker jag möta utifrån deras egna förutsättningar och behov. Jag tror att var och en har en egen väg och resurser som vi kan hjälpas åt att finna.***



I den processen kan vi arbeta med ärendedragning och händelsebeskrivning samt processer i gruppen (vid t ex **teamhandledning**). Vi kan reflektera över den inre föreställningsvärlden (som vid **psykoterapihandledning**) eller hålla oss till konkreta yttre sammanhang där verksamhetsmål och uppdrag står i fokus. Vi kan arbeta med processer och skeenden över tid eller hålla oss till här-och-nu. Om orden inte räcker till eller när det låser sig, kan vi använda oss av kreativa metoder. Att utforska problem man möter genom att söka nya perspektiv (t ex lägga märke till kroppsreaktioner, inre bilder, måla eller prova byta roll med någon), kan vara just det som behövs för att nå insikt och hitta bättre förhållningssätt. I **utbildningshandledning** kan diagnostiska verktyg komma till gagn och det psykoterapeutiska hantverket få ett särskilt fokus.

*Handledning* erbjuds för **enskilda** och för **grupper**, för **psykiatriska team** och för andra arbetsgrupper med **psykosocialt behandlingsarbete** som sin huvuduppgift.

Olika yrkesgrupper med **människovårdande** uppgifter liksom **arbetsteam** med en helt annan arbetsinriktning men med behovet att reflektera över och utforska sin arbetssituation kan dra stor nytta av den här typen av handledning. Kontakta mig gärna för en närmare diskussion kring handledningsbehovet!

Maila mig på [teresa@allzen.net](mailto:teresa@allzen.net) eller ring på tel 070-17 305 17. **VÄLKOMMEN!**