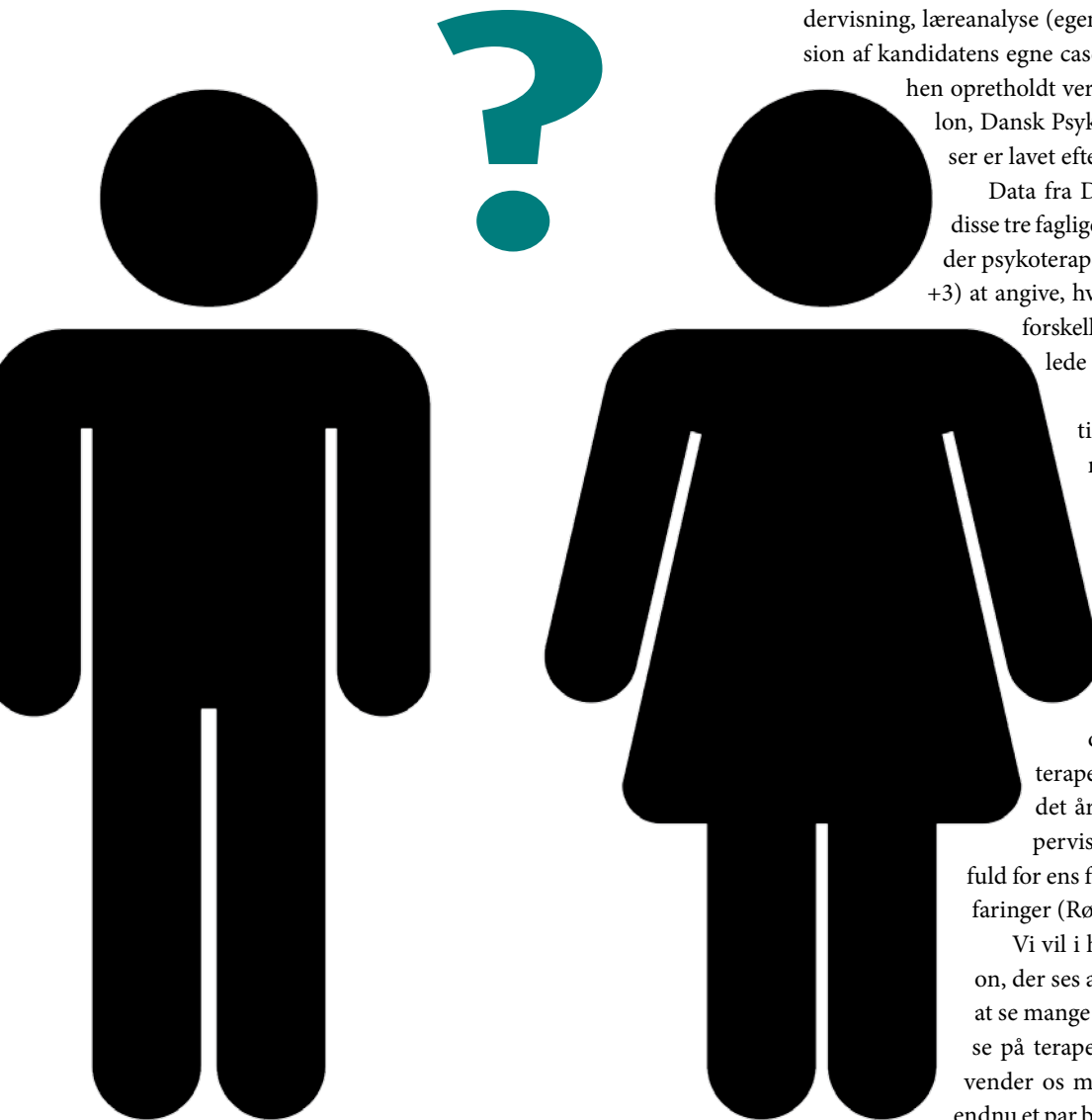


# Psykologer som **SUPERVISANDER**

I den fjerde og sidste artikel om de danske psykologer som psykoterapeuter fokuserer forfatterne på modtagelse af supervision.



I 1922 blev det på en psykoanalytisk kongres besluttet, at uddannelsen af psykoanalytikere skulle bestå af tre elementer: Teoriundervisning, læreanalyse (egenterapi) og kontrolanalyse (supervision af kandidatens egne cases). Denne tredeling har man siden hen opretholdt verden over, og det er også den skabelon, Dansk Psykolog Forenings specialistuddannelser er lavet efter.

Data fra DPCCQ-spørgeskemaet peger på, at disse tre faglige aktiviteter er velvalgte, når man beder psykoterapeuterne om på en Likert Scala (-3 til +3) at angive, hvor stor indflydelse de oplever at 14 forskellige aktiviteter har haft på deres samlede udvikling som terapeut (jf. Tabel 1).

Terapeuterne vurderer, at de praktiske erfaringer med udført psykoterapi har den største indflydelse på deres faglige udvikling. Fraregnes dette (erfaringer er jo noget, man selv må gøre sig) er det netop de tre ovennævnte ingredienser i psykoterapiuddannelser – altså 1) supervision, 2) egenterapi og 3) deltagelse i kurser og seminarer – som vurderes at have betydet mest for oplevet terapeutudvikling. Har man højest halvandet års terapeutisk erfaring, vurderes supervision endog at være mere betydningsfuld for ens faglige udvikling end egne praksiserfaringer (Rønnestad & Orlinsky, 2005, p. 155).

Vi vil i her fokusere på modtaget supervision, der ses at være den faglige aktivitet (ud over at se mange patienter), som har størst indflydelse på terapeuternes faglige udvikling. Inden vi vender os mod supervisionen, skal vi lige gøre endnu et par bemærkninger til Tabel 1. For det før-



## ARTIKELSERIE

Undersøgelsen og dens baggrund er præsenteret i artiklen "Hvem er de danske psykoterapeuter?", Psykolog Nyt 18/2013. Resultaterne oprulles i en artikelserie i de følgende numre frem til nu.

ste er det interessant, at egne erfaringer fra ens levede private voksenliv indtager femtepladsen. For det andet er det interessant, at top 3 på listen (men formentlig også 4. pladsen i nogen grad) alle er aktiviteter, som finder sted i en nær, emotionelt ladet relation, som man befinder sig i over tid. For det tredje skal man være opmærksom på, at når nogle aktiviteter – fx at forske – scorer meget lavt, er det formentlig ikke kun et udtryk for, at det i sig selv bidrager meget lidt til terapeutudvikling, men også afspejler, at mange af de adspurgte terapeuter ingen eller kun beskednen forskningserfaring har, hvad der naturligvis resulterer i, at de heller ikke har lært meget herfra.

Endelig er det værd at bemærke den store forskel mellem at modtage formel supervision og at have mere uformelle case-drøftelser.

TABEL 1:

Hvor stor indflydelse har følgende aktiviteter haft på din samlede udvikling som terapeut? (n=347)	Mean
Terapierfaringer med klienter	2,71
Modtage formel supervision og konsultation	2,37
Modtage egenterapi	2,17
Deltagelse i kurser og seminarer	1,99
Erfaringer fra voksenlivet ud over det terapeutiske arbejde	1,82
Læsning af relevante bøger og tidsskrifter	1,76
Uformelle case-diskussioner med kolleger	1,62
Erfaringer fra barndom eller ungdom	1,49
Give formel supervision eller konsultation til andre	1,46
Se andre terapeuter arbejde	1,41
Arbejde med co-terapeuter	1,35
Arbejdsvilkårene for dit arbejde	1,32
Undervise på kurser eller seminarer	1,01
At forske	,34

### Hvor mange modtager supervision?

Supervision ses altså at være særdeles væsentlig for terapeuters faglige udvikling. Men hvor megen supervision modtager danske psykoterapeuter da? Og hvordan ændrer det sig gennem ens karriere?

Helt overordnet modtager 82 % af terapeuterne (80 % af kvinder og 89 % mænd) aktuelt supervision. I sammenligning med internationale opgørelser, som ligger omkring 50 % af alle terapeuter, er danskerne ganske flittige supervisander. Det gælder ikke mindst terapeuter med højst 5 års erfaring, hvor hele 88 % modtager supervision (og yderligere 6 % modtager ikke supervision fordi de er på barsel). Selv blandt dem med mere end 30 års terapeuterfaring modtager 68 % supervision.

Figur 1 viser tydeligt, at desto kortere tid man har praktiseret psykoterapi, jo mere supervision modtager man. Det ses endvidere, at terapeuter med mange års anciennitet fortsætter med at modtage supervision, om end i mindre omfang.

Ser man på tallene ud fra teoretisk orientering, er der flest (85 %) blandt psykodynamikerne, der aktuelt modtager supervision. Færrest finder man blandt dem med en kognitiv (76 %) og humanistisk/eksistentiel (77 %) orientering.

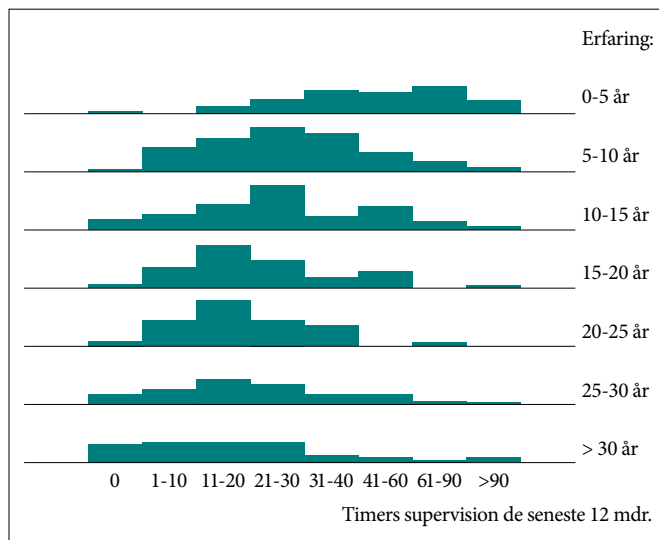
### Begrundelser for ikke at være i supervision

I spørgeskemaet bad vi dem (18 %), der aktuelt ikke modtog supervision, om at angive grunden.

Blandt disse var den mest hyppige begrundelse for aktuelt ikke at modtage supervision, at de ikke oplevede at have behov for det (29 %), mens nogle angav, at de befandt sig i en overgang (21 %), fx var på barsel, lige kommet tilbage fra barsel, tiltrådt i ny job etc.

I alt angav 15 %, at de ikke modtog supervision, fordi de manglede en supervisor (geografi, kan ikke finde en, mener ikke at der findes kvalificerede supervisorer til dem, etc.). 10 % oplyser, at den manglende supervision skyldes økonomien (det er altovervejende selvstændige, som giver dette svar), mens andre 7% ikke modtager supervision fordi de er (på vej til) pension og 5% giver som forklaring, at de er ledende psykologer.

Figur 1: supervisionstimer de seneste 12 mdr. x år som terapeut



## > Individuel og gruppesupervision

De, der aktuelt er i supervision oplyser, at de den seneste måned har modtaget i gennemsnit 4,8 timers supervision, heraf er 1,6 time modtaget som individuel supervision, 1,8 time er modtaget i grupper med 2-4 medlemmer, og endelig er 1,4 time modtaget i grupper med 5-12 deltagere. Med andre ord udgør gruppesupervision 2/3 af den modtagne supervision, mens individuel supervision tegner sig for den resterende tredjedel.

Terapeuterne modtager altså dobbelt så mange timer supervision i gruppe, som de får individuelt. Her er det værd at bemærke, at litteraturen om, hvordan man griber supervisorsgrupper an, er relativt beskednen, samt at mange af terapeuternes beskrivelse af "min værste oplevelse som supervisand", er relateret til forhold, der vedrører selve gruppeformatet og afviklingen af supervisorsgruppeprocessen (jf. Jacobsen, 2011 – en kvalitativ analyse af DPCCQ-udsagn om værste supervisorsoplevelse). Med andre ord er der behov for et øget fokus på og større viden om supervisorsgrupper, og hvordan gruppesupervision bør afholdes.

Fordelingen af supervisionstimer på henholdsvis individuel og gruppesupervision er imidlertid ganske anderledes, når man alene ser på dem, der har under 5 års terapeutisk erfaring. I denne erfaringskohorte modtager terapeuterne gennemsnitlig 7,7 timer supervision pr. måned (næsten 2 timer pr. uge). Af disse finder 4,3 timer sted som individuel supervision, svarende til 56 % af supervisionen.

Allerede når man går til dem med 5-10 års erfaring, finder man en fordeling mellem individuel og gruppesupervision, der ligner den for hele samplen. Kort sagt gives individuel supervision især til de med mindst erfaring, om end de også modtager en del (44 %) gruppesupervision.

Ud over den formelle supervision modtager ovennævnte terapeuter 1,3 timers uformel supervision pr. måned.

Ud over den formelle supervision modtager ovennævnte terapeuter 1,3 timers uformel supervision pr. måned.

## Tilfredshed med supervision

Psykoterapeuterne er overordnet tilfredse med den supervision, de modtager. Vi har både spurgt til graden af tilfredshed og utilfredshed med samme supervisor, da man godt kan være begge dele på én gang. Tilfredshed og utilfredshed blev scoret på en 6-punkt Likert-skala: 0=slet ikke; 1=lidt; 2=noget; 3=moderat; 4=meget og 5=rigtig meget).

I alt er 86 % enten meget eller rigtig meget tilfredse med deres supervision, mens 3 % er slet ikke eller kun lidt tilfredse med supervision. Tilsvarende er 81 % slet ikke eller kun lidt utilfredse med supervisionen, mens kun 5 % er meget eller rigtig meget utilfredse. Det er naturligvis 5 % for meget.

Sammenholder man med supervisorsandernes oplevelse af, hvor eller samarbejdende deres supervisorer er autoritær (henholdsvis meget autoritær; moderat autoritær; moderat samarbejde og meget samarbejdende), tegner der sig et interessant billede: 11 ud af de i alt 13 supervisander, der er meget eller rigtig meget utilfredse med deres supervisor (svarende til de ovennævnte 5 %) finder, at deres supervisor er meget eller rigtig meget samarbejdende.

Sammenfattende viser vores data et klart billede af 1) at supervision vurderes at være særdeles vigtig for danske psykoterapeuters faglige udvikling, 2) de er flittige supervisander – især i de 5 første år af karrieren, hvor individuel supervision er fremherskende, 3) mens gruppesupervision overordnet set er mest udbredt, 4) danske terapeuter vedbliver karrieren igennem med at modtage supervision og 5) der er generel tilfredshed med den modtagne supervision. ■

Claus Haugaard Jacobsen, cand.psych., ph.d.  
Privat psykologpraksis. mail@claushaugaard.dk  
Jan Nielsen, cand.psych., ph.d., lektor,  
Institut for Psykologi, Københavns Universitet

## REFERENCER

- Jacobsen, C. H. (2012). "My worst supervision." *Qualitative and quantitative data from the Danish DPCCQ study of supervision*. Paper presented at Society for Psychotherapy Research 43rd International Conference, Virginia Beach, USA. Juni 2011.
- Rønnestad, M.H. & Orlinsky, D.E. (2005). Comparative Cohort Development: Novice to Senior Therapist. In: Orlinsky, D.E. & Rønnestad, M.H. (2005). *How psychotherapists develop*. Washington, DC: American Psychological Association (p. 143-157).