



DENK GEVOELIG

Supervisie is een effectieve manier om je persoonlijk functioneren in je werk en beroep te verbeteren.

Door middel van reflectie op concrete situaties in het dagelijks werk leer je denken, voelen en handelen te integreren tot een samenhangend geheel dat leidt tot nieuwe inzichten, ander gedrag.

“Ik dreigde vast te lopen in mijn contacten met mijn leidinggevende. Daardoor was ik gemotiveerd om begeleiding te zoeken. Toen ik supervisie had, hernieuwde zich het besef dat ik mijn gedrag kan veranderen. Dat ik mijn ideeën over hoe de zaken moeten lopen, kon aanpassen zonder mezelf geweld aan te doen. Door mijn supervisie heb ik strategieën aan de kant gezet, waar ik jaren succes mee had geboekt, maar die niet meer bleken te werken. Ik heb nieuwe, beter werkende strategieën gevonden. Ik vind mijn werk nu leuker en heb meer grip op mijn leven.”
(locatiedirecteur voortgezet onderwijs)

VOEL VERSTANDIG

Onder leiding van je supervisor leer je individueel of in een groepje wat jij wilt leren over jezelf, over je functioneren in de omgang met je doelgroep, collega's, leidinggevenden.

Een supervisietraject bestaat uit maximaal 15 tweewekelijkse gesprekken van een uur. De bijeenkomsten duren langer al naar gelang het aantal personen.

*“Het lijkt of ik heel bewust naar mijn binnenkant aan het kijken ben.
Ik denk dan ook aan de spiegel die ik mezelf voorhoud of die anderen mij voorhouden. Dat voelt heel oprecht.
Want tegen jezelf kun je niet liegen.
Als ik dat soms doe, dan voel ik ook direct dat het niet klopt.
Waarom doe ik het toch? Omdat ik de dingen mooier wil maken dan ze zijn.
Vervolgens houd ik mezelf dan voor dat ik niet perfect hoeft te zijn.”*
(zorgcoördinator praktijkonderwijs)

HANDEL IN BALANS

De supervisor gaat uitsluitend af op jouw verhaal en laat zich niet leiden door andere informatiebronnen. Ook verstrekt de supervisor geen informatie aan derden over de inhoud van jouw leerproces zonder jouw toestemming.

Elk gesprek wordt voorbereid aan de hand van schriftelijke reflectieverslagen en actuele werkervaringen.

*“Supervisie is het afgelopen jaar heel belangrijk voor mij geweest. Ik voelde me er enorm mee verwend. Het was goed om iedere keer weer de aandacht op mijn leren te richten.
Het maken van reflectieverslagen was een klus, maar wel functioneel. Tijdens het schrijven kon ik mijn gedachten ordenen en zag ik zaken daardoor beter in hun context.
Ik heb steeds uitgekeken naar onze gesprekken en ben er nooit teleurgesteld vandaan gekomen. Ik zal de supervisie missen, maar ik ben er van overtuigd dat mijn zoektocht hier niet zal ophouden.”*
(teamleider middelbaar beroepsonderwijs)

Wie ben ik?

Ik heet Hielkje ten Cate (1954).

Ik werk als supervisor en coach, onder andere in het onderwijs. Mijn inspiratie haal ik uit de vraag wat mensen beweegt. Ik heb vertrouwen in de groeikracht van ieder mens. Zelf ben ik voortdurend in ontwikkeling.

Veranderingsprocessen van anderen begeleid ik graag.

Ik heb ruime ervaring als docent, opleider en begeleider, opgedaan in het speciaal-, voortgezet- en hoger beroeps onderwijs. Van het werken in de multiculturele school, de medische- en de verslavingszorg heb ik geleerd om over grenzen heen te kijken en me te blijven verwonderen.

Wat heb ik je te bieden?

Ik kan goed luisteren en je aanzetten tot reflectie. Met mijn betrokken en consequente aanpak bied ik je de veilige ruimte die nodig is om te leren. Het is jouw proces en ik laat de verantwoordelijkheid voor het vaststellen en behalen van je leerdoelen bij jou. Wel beschouw ik het als mijn taak om je daarin te ondersteunen en je te sturen op het leren. Ik daag je uit om je drijfveren, overtuigingen, weerstanden en belemmeringen te onderzoeken. Maar ook om je ambities en talenten tot bloei te laten komen.

Ik weet als ieder ander hoe we ons voort laten stuwten door de waan van de dag. Daarom bied ik je graag het rustpunt, dat supervisie ook kan zijn.

Mijn kwaliteit als supervisor wordt bewaakt door de Landelijke Vereniging voor Supervisie en andere Begeleidingsvormen (LVSB) waar ik sta geregistreerd onder nummer A04-041.

Wat kost het?

Tarieven op aanvraag.

Tijdsinvestering:

1,5 uur per week per persoon, inclusief het maken van reflectieverslagen en voorbereiden van de werkinbreng. Deze tijd kan worden besteed in het kader van deskundigheidsbevordering.

Geïnteresseerd?

Om erachter te komen of je met mij een leerrelatie aan wil gaan, nodig ik je uit voor een kennismakingsgesprek. Op basis van onze wederzijdse bevindingen besluiten we tot verdere afspraken.

Hielkje ten Cate
Broerestraat 17
3532 CP Utrecht

030-29 47 47 8
06-23 24 33 20

www.balansinmijnwerk.nl
info@balansinmijnwerk.nl

- 
- ▶ wil je werken aan je persoonlijke en professionele ontwikkeling?
 - ▶ wil je groeien in een nieuwe taak, rol of functie?
 - ▶ wil je evenwichtig leiding kunnen geven aan veranderingsprocessen?
 - ▶ zoek je naar meer uitdaging en inspiratie in je werk?
 - ▶ zoek je naar een betere balans tussen werk en privé?
 - ▶ keer je na een langdurige ziekteperiode terug in je werk?
 - ▶ wil je op een gezonde manier je loopbaan voort kunnen zetten of af kunnen sluiten?
 - ▶ heb je het gevoel dat je nog lang niet bent uitgeleerd?

dan is supervisie iets voor jou!