



# Sådan kan virtuelle supervisionsgrupper fungere

Gode rammer, små grupper og tryghed for den enkelte muliggør onlinesupervision.

**D**a coronapandemien ramte Danmark, valgte de fleste supervisionsgrupper at udsætte deres møder med forventning om snart at kunne mødes igen. Men coronapandemien forsvandt ikke, og i skrivende stund er landet nedlukket i anden smittebølge. I en tid med store omvæltninger, kaos og usikkerhed i sundhedsvæsenet er der, både i kollegiale supervisionsgrupper for praktiserende læger og for uddannelseslægerne i almen praksis, en stigende trang til at mødes, dele erfaringer og til supervision. Hvordan kan det løses uden at risikere eget helbred og smittespredning?

## Kan man supervisere online?

For at tilbyde supervisionsgrupperne et alternativ, når vi ikke kan mødes

fysisk, har en del supervisorer kastet sig ud i forskellige virtuelle løsninger. Mange af os var på forhånd noget betænkelige. Giver det overhovedet mening at supervisere online? Som supervisorer er vi vant til at bruge alle sanser til at fornemme stemninger og vibrationer, mens vi arbejder med de tanker, følelser og fantasier, en case får frem i gruppen. Kan det fysiske nærvær på nogen måde erstattes af det endimensionelle billede på en skærm, og findes der tekniske løsninger, der fungerer?

Vi har som supervisorer for fase 3-læger, der går i supervision som en del af deres uddannelse til praktiserende læger, gjort os nogle erfaringer. Vi mener, at onlinesupervision er et brugbart redskab.

## Rammen er altid vigtig

Vi har arbejdet med forskellige virtuelle platforme: Zoom, Teams og Region Sjællands Virtuelle møderum. For dem alle gælder, at de er relativt nemme at tilgå – også selvom man ikke er en ørn til IT. Ved supervisionens start

### INFOBOKS:

Alle forfattere er uddannet supervisor i Selskab for Samtale og Supervision i Almen Praksis. De fungerer alle som supervisorer for grupper af praktiserende læger og fase 3-læger.

Selskab for Samtale og Supervision:  
[www.samtaleogsupervision.dk](http://www.samtaleogsupervision.dk)

er det vigtigt at sikre, at alle ved, hvordan man sætter skærmen op, så alle deltagere er synlige på samme tid og kender muligheden for at fjerne sit eget billede, hvis det forstyrrer.

Rammesætning er altid vigtig i en supervision, og ved onlinesupervision er det helt essentielt. At deltagerne sidder på arbejde eller hjemme hos sig selv giver specielle forhold, herunder risiko for forstyrrelser. Vi har tavshedspligt i forhold til, hvad der foregår i supervisionen, og alle deltagere må sidde i et uforstyrret rum,



hvor andre ikke kan høre, hvad vi taler om - meget gerne med headset. Skulle en deltager bliver forstyrret, f.eks. af et barn, der kommer ind i rummet, skal mikrofon og kamera slås fra. Ved supervisionens start meldes det ud, hvor længe mødet varer, og hvornår der er pauser. Vi har erfaring for, at der er behov for en pause fra skærmen på 10-15 minutter cirka én gang i timen. Når vi arbejder virtuelt, er det umuligt for supervisor at følge med i, hvem der siger noget, når flere taler samtidigt. Hvis deltagerne opfordres til at tale langsomt og tydeligt, kan det lykkes at føre en flydende samtale med alle mikrofoner tændt, evt. ved brug af en løftet hånd, hvis en deltager ikke kan finde lejlighed til at komme på banen.

I vores virtuelle grupper har vi arbejdet med 5-10 deltagere og finder det vanskeligt at overskue flere på skærmen.

### **Tid til refleksion skaber tryghed**

Vi oplever, at der er større behov for at "varme op", inden supervisionen

starter. Som en del af rammesætningen og for at få alle tjekket ind i det virtuelle rum fungerer det fint at tage en runde, hvor de enkelte deltagere fortæller, hvilke omgivelser de befinder sig i. Vi har i de virtuelle supervisionsmøder talt med fase 3-lægerne om deres oplevelser i coronatiden. Mange udtrykker utryghed ved at være læge med risiko for selv at blive smittet eller at bringe smitte med hjem til de pårørende og vanskeligheder med hurtige rolleskift, f.eks. fra læge i en krisesituation til familiemenneske. Ligeledes har det været værdifuldt at drøfte de læringsmæssige potentialer i pandemien. Uddannelseslægerne har udvekslet erfaringer om, hvordan pandemien håndteres ledelsesmæssigt i deres tutorpraksis og om perspektivet i brug af videokonsultationer.

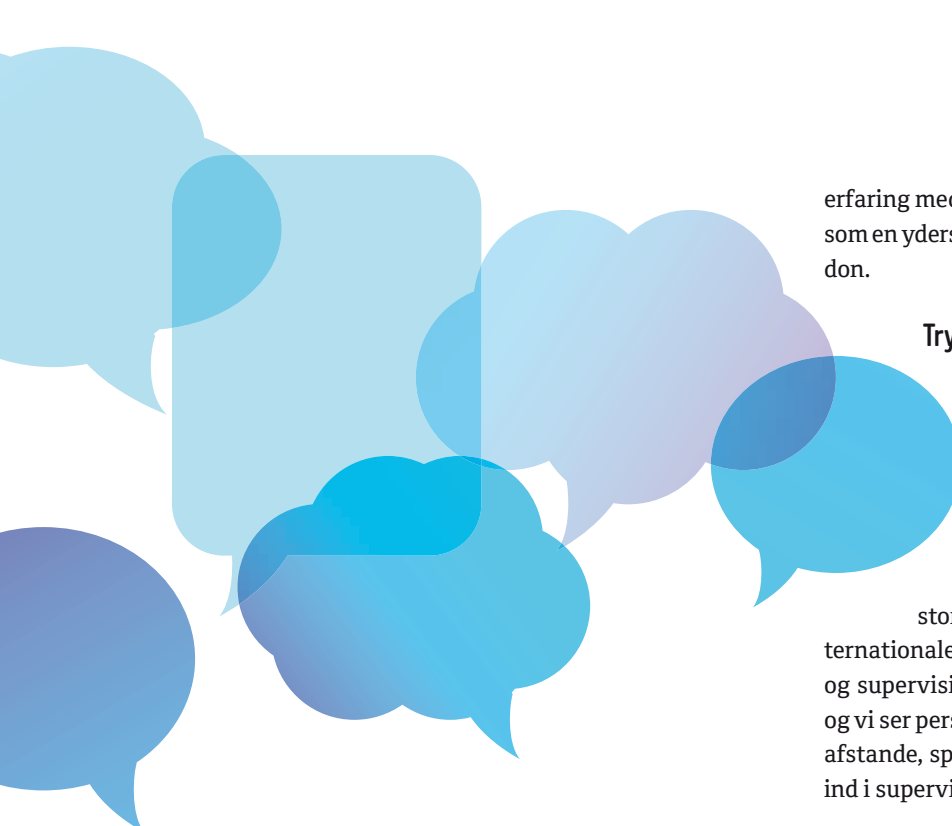
Efter rammesætning og den indledende snak har både supervisor og deltagerne vænnet sig lidt til den virtuelle platform og føler sig trygge ved at gå i gang med en case.

Det har været meget positivt at

opleve, at deltagerne, også bag en computerskærm, har været modige nok til at bringe cases ind i gruppen, hvor supervisanden har store følelser i spil.

### **Supervisor skal være opmærksom**

For supervisor er der en lang række fokuspunkter, som kræver ekstra opmærksomhed ved virtuel frem for fysisk supervision. Først og fremmest savner vi at kunne fornemme deltagerens tilstedeværelse i rummet. I nogle tilfælde møder vi deltagerne for første gang på skærmen, og det kræver ekstra arbejde at skabe tryghed og samarbejde i gruppen. Det er langt sværere at få øje på den deltager, der er stille, eller opdage, hvis caseholderen er utilpas i situationen. Deltagerne skal mindes om, at pauser i samtalen kan være meget frugtbar i supervisionen, da det virtuelt kan føles akavet at stirre tavst på skærmen. Det kan være sværere at fastholde følelser og refleksioner i processen, og det er en god ide at bede deltagerne italesætte, hvis de føler sig berørt i en



erfaring med supervision efter Balint-metoden og bidrog som en yderst nærværende supervisor fra en skærm i London.

### Tryghed giver stort udbytte

Har virtuel supervision en plads efter coronapandemien? Der er ingen tvivl om, at både vi som supervisor og deltagerne i supervisionsgrupperne foretrækker at mødes fysisk. Når det er sagt, oplever vi i grupper, der er trygge ved hinanden, at der – med øvelse i onlinesupervision – kan opnås stort udbytte. På verdensplan spirer der i det internationale Balintselskab i disse år virtuelle seminarer og supervisionsgrupper frem på tværs af landegrænser, og vi ser perspektiver i, at vi kan mødes trods geografiske afstande, spare tid og transport og bringe ny inspiration ind i supervisionen. //

case. Et kapitel for sig er de tekniske udfordringer, hvor internettet falder ud, billedet fryser, lyden kikser, og deltagernes placering på skærmen skifter.

Supervision online er slet ikke så godt, som når vi sidder sammen, men trods alle vanskeligheder giver deltagerne udtryk for, at det er langt bedre end ikke at mødes.

### Fordele ved virtuel supervision

Vi sparer alle transporttid, og nogle kan deltage hjemmefra og bedre få familielivet til at fungere. Vi er lykkedes med at gennemføre supervisioner med deltagere, der passer syge børn eller selv er isoleret med coronasymptomer.

### Gode erfaringer fra udlandet

I Selskab for Samtale og Supervision har vi kigget mod udlandet og ladet os inspirere. I Australien og USA, hvor store afstande gør fysiske møder umulige, har man årelang erfaring med virtuel supervision. I selskabets regi lykkedes det i november 2020 at afholde et tredages seminar med deltagelse af både danske og udenlandske undervisere. Robi Friedman demonstrerede online fra Israel, hvordan brug af drømme kan bringe en helt ny dimension ind i supervisionsprocessen. Andrew Elder har mangeårig

Vi ser perspektiver i, at vi kan mødes trods geografiske afstande, spare tid og transport og bringe ny inspiration ind i supervisionen.

### Case: Når patienthistorien rammer

Supervisionsgruppen består denne dag af seks fase 3-læger og supervisor, der alle har tjekket ind online. Efter en kort rammesætning og præsentation efterspørger supervisor en case. En deltager, der kun er med for anden gang, siger med det samme, at hun har en case, som fylder meget for hende. Casen handler om en patient med et atypisk symptom-billede, som caseholderen følger igennem et flere måneder langt udredningsforløb, før det viser sig, at patienten har en kræftsygdom. Fase 3-lægen er tydeligt følelsesmæssigt berørt, mens hun fremlægger casen. I den efterfølgende proces arbejder gruppen ihærdigt, og følelser som skyld, skam og angst er i spil. Der tales om, hvordan det er at være læge, når en patienthistorie rammer én; måske fordi den minder om noget fra lægens liv. Gruppen er omsorgsfuld og anerkendende over for caseholderen.

Supervisor italesætter, at det er modigt af caseholderen, at hun som ny i gruppen bringer en så følsom case ind i gruppen, og beklager, at vi ikke er i samme rum, hvor hun vil kunne føle empatien fra gruppedeltagerne.

Caseholderen giver udtryk for, at hun, selvom det var på en computerskærm, godt kunne fornemme gruppens empati, og at hun oplevede lettelse ved at kunne genfortælle historien og opleve gruppens refleksioner.