

Esetmegbeszélések, szupervíziók, esetmegbeszélő csoportok lehetőségei

Saródy Vera, 2016

Esetmegbeszélések.....	1
Spontán szakmai eszmecsere.....	1
Bálint csoport	1
TA- csoport.....	2
Hagyományos esetmegbeszélő csoport.....	2
Operatív esetmegbeszélő csoport.....	2
Intervenció csoport	3
Problémamegoldó csoport.....	3
Kérdésekkel támogató csoport	3
Mini csoport	4
Készségfejlesztő csoportok.....	4
Gordon-tréning	4
Játzmaelemző csoport.....	5
Művészetterápiás esetmegbeszélő csoport.....	5
Szupervíziók (személyközpontú, szakmai ...).	5
Szupervíziós csoport (személyközpontú).....	5
Szakmai szupervíziós csoport	5
Egyéni eset konzultáció.....	6
Egyéni szupervízió	6
Munkatársi csoport (peer-szupervízió).....	6
Önszupervízió.....	7

Esetmegbeszélések

Spontán szakmai eszmecsere

Rövid leírás:	Előre nem tervezett spontán beszélgetés,		
Variációk:	esetleg a felvetőt már korábban érdeklő témában		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	3-4 fő	2 fő	6 fő
Csoportösszetétel:	Általában egy helyen dolgozó kollégák, de lehetséges egy továbbképzés helyszínén összegyűjtött szakemberek csoportja is.		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	–		
Egy ülés időtartama:	5-20 perc		
Előnyök:	A téma aktualitása, spontán érdeklődés, bármely résztvevő addig vesz részt a beszélgetésben, ameddig az érdeklődése fennáll. Segít a keletkezett indulatok lecsengetésében		
Hátrányok:	tematikája és megközelítése szubjektív		
Egyéb sajátosságok	Indulásakor nem lehet tudni, hogy ki kapcsolódik bele		
Vezetői kompetenciák:	nincs feltétel, általában nincs vezető		

Bálint csoport

Rövid leírás:	„Hagyományos” esetismertetést követő szabadasszociációs módszer		
Variációk:	Nagy létszám esetén akvárium szerkezetben is működik		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	8-10 fő	5 fő	20 fő
Csoportösszetétel:	Lehet adott közösség munkatársi csoportja és egymástól teljesen független szakemberek csoportja is. Kiválóan működik eltérő területen dolgozók között is.		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	Hetente-havonta, egy tanév, vagy éveken átívelő folyamatban. Esetenként nem ajánlott, mert a szabadasszociáció használatát ki kell alakítani a hatékony működéshez.		
Egy ülés időtartama:	90 perc		
Előnyök:	Valódi mentálhigiénés technika, a kreativitás és távoli asszociációk bevonásával konszenzust teremt a szakmai és teljes személyiség között.		

	kliensek behozásával. A közösség döntése, hogy milyen helyzetekben tart operatív megbeszélést: időben meghatározva vagy felvetődő problémátípus esetén.
Egy ülés időtartama:	90 perc (téma szerint rugalmasan)
Előnyök:	Segít megerősíteni a szakmai csapat támogató kérdésekkel, a dilemmák közös reflexiójával, új ötletekkel, nézőpontokkal.
Hátrányok:	Sok ember – változó összetétel – nehézkessé teszi a szervezést. A változó összetétel miatt kevésbé érvényesül a több esetmegbeszélés kulminatív, szinergikus hatása.
Egyéb sajátosságok	Nincs konkrét esethez, mindenki ismeri a történetet.
Vezetői kompetenciák:	Helyi sokaság szerint lehet a vezető az ügyben leginkább érintett szakember vagy állandó vezető, aki minden esetben a kereteket biztosítja. (Érdemes megtanulni a csoportvezetés módszereit.)

Intervenciós csoport

Rövid leírás:	Gyors, praktikus technika, amiben a résztvevők saját korábbi tapasztalataikat osztják meg az eset kapcsán		
Variációk:			
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	6-10 fő	4 fő	18 fő
Csoportösszetétel:	azonos vagy hasonló szakmai terület		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	Hatása növekszik a rendszerességgel, de alkalmazható egyszeri alkalommal is.		
Egy ülés időtartama:	45 perc		
Előnyök:	gyors, nem igényel túl nagy lelki bevonódást		
Hátrányok:	csak a megoldási lehetőségekre koncentrálnak, nem tárja fel a lehetséges okokat.		
Egyéb sajátosságok	Kiválóan alkalmazható esetmegbeszélésben kevésbé jártas csoportokban vagy olyan esetben, amikor a csoportdinamika nem teszi lehetővé a mélyebb mentálhigiénés munkát. Rövidsége miatt – belefér egy tanórába, kedvelt iskolai csoportforma		
Vezetői kompetenciák:	Gyakorlott vezetői igényel – pontos időtartás, de nem szükséges előképzettség		

Problémamegoldó csoport

Rövid leírás:	Egyéni vagy csoportkezdeményezésre is létrehozható, amikor cselekvési terv összeállítása a cél.		
Variációk:	Lehet egyéni probléma szerteágazó megoldási lehetőségeinek ötletelése, vagy egy célhoz vezető út megtervezése is.		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	6-10 fő	2-3 fő	alkalmas 20-30 ember kics csoportban történő együttműködésre is
Csoportösszetétel:	tetszőleges		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	általában egyedi		
Egy ülés időtartama:	60-90 perc		
Előnyök:	Praktikus, gyors eredményt hoz. Operatív. Nagy csoport esetén könnyen alkalmazható, mindenki jól érezheti benne magát, mint aktív résztvevő. Együttes élményt ad.		
Hátrányok:	Mentálhigiénés fókuszra nem alkalmas; okok és indoklások bemutatása megnyújthatja az időt.		
Egyéb sajátosságok	A vezető aktívan részt vesz a csoportok anyagainak közös rendezésében.		
Vezetői kompetenciák:	Tapasztalt vezetői igényel, mivel egyéneket és csoportokat is kell mozgatni, és moderátor szerep is tartozik hozzá.		

Kérdésekkel támogató csoport

Rövid leírás:	Inkább személyközpontú, mentálhigiénés technika, mivel nem ad megoldásokat, csak kérdésekkel dolgozik
Variációk:	Régóta együttműködő csoportban a kérdésekre – újabb technikai

	lépések bevonásával válaszok is kereshetők		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	6-10 fő	4 fő	16-18 fő
Csoportösszetétel:	Lehet egy szakmai közösség, lehet hasonló területen dolgozó szakemberek rendszeresen együttgondolkodó csoportja		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	tetszőleges		
Egy ülés időtartama:	60-90 perc		
Előnyök:	Alacsony beavatkozási szint, szabad asszociációs tér. Viszonylag könnyű megtartani a csoportot az ítélezkéstől mentes, tanácsosztogatástól mentes gondolati körben.		
Hátrányok:	Sok kérdést hagy nyitva, kevés válasz megfogalmazására van lehetőség, ezért önmagában alkalmazva magas egyéni feldolgozást igényel		
Egyéb sajátosságok	Rendszerint valamely más technikával felváltva alkalmazható. Kiválóan alkalmas hosszabb szupervíziós folyamat kezdeti stádiumában.		
Vezetői kompetenciák:	Valamely módszerben képzett csoportvezetőt igényel, mert pontosan el kell igazodni benne, hogy mely eset kapcsán alkalmazható tisztán, mikor érdemes mellé más technikát is bevonni.		

Mini csoport

Rövid leírás:	Elakadás esetén gyorsan megszervezhető gondolatindításra alkalmas „fejtegetés”. 4x5' keretben az esethozó 5 percen bemutatja a problémát, 5 percig az egyik résztvevő beszél róla a másik hallgatja, helyet cserélnek és a másik résztvevő beszél, és az előző beszélő hallgatja. Az esethozó hátrahúzódva megfigyelő. Legvégül 5 percen (esetleg hosszabban) 3-an beszélnek a hallottak alapján. Fonot, hogy a 2-szer 5 percen a két résztvevő teljesen beletudjpn merülni a saját gondolataiba, és azok megfogalmazásába.		
Variációk:	spontán szerveződés		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	3 fő		
Csoportösszetétel:	az esethozó meghívása alapján		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	Szükség esetén, egyéni kezdeményezésére, bár kisebb szervezetekben lehet rendszeres forma is.		
Egy ülés időtartama:	20'		
Előnyök:	Gyors, könnyen szervezhető, rövid		
Hátrányok:	Kevés résztvevő miatt szűkebb lehetőségek		
Egyéb sajátosságok	Nagy önfegyelmet igényel, az esethozó vezet		
Vezetői kompetenciák:	Tapasztalat alapján bárki vezetheti		

Készségfejlesztő csoportok

Gordon-tréning

Rövid leírás:	Rendszerint egy hetes kötött tematikájú tréningfolyamat, amit T.Gordon dolgozott ki, és az együttműködési és kommunikációs készségek fejlesztését tűzi ki célul, miközben jelentős eleme a személyiség kibontakoztatása is.		
Variációk:	Több továbbfejlesztés ismert, a Gordon Társaságok keretei között.		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	7-10 fő	?	?
Csoportösszetétel:	Nyílt csoport		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	Általában sűrű, zárt program		
Egy ülés időtartama:	–		
Előnyök:	Sok felismeréssel működő tréningfolyamat, ami közvetlenül hat a személyiségre, és utóhatásában is jelentős.		
Hátrányok:	Erős elköteleződést igényel, egyszerre nagyobb időráfordítás		
Egyéb sajátosságok	Személyiségfejlesztő módszer		
Vezetői kompetenciák:	Kiképzett vezetőt igényel.		

Játzmaelemző csoport

Rövid leírás:	A résztvevők által saját praxisukból hozott vagy előre elkészített modell szituációkkal dolgozik, a TA játzmaelemző és játzmakezelő technikáit alkalmazza		
Variációk:	A szakember játzmaázási hajlamaira koncentrálnak		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	13	5	16
Csoportösszetétel:	Zárt csoport, hasonló terepen munkálkodó szakembereknek		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	Legalább féléves 5 -10 rendszeres alkalommal folyik		
Egy ülés időtartama:	120'		
Előnyök:	Gyakorolható a játzmaák felismerése, megelőzése és leállítása, a TAs fogalmi és eszköztár elsajátítása		
Hátrányok:	A folyamatban el kell sajátítani a TA s fogalmakat, modelleket, szemléletet.		
Egyéb sajátosságok	Kommunikációs és kooperációs készségeket fejleszt		
Vezetői kompetenciák:	Kiképzett vezető igényel		

Művészetterápiás esetmegbeszélő csoport

Rövid leírás:	Zene-, tánc és mozgás-, képzőművészeti csoportok, amik a tematikát az adott műfajnak megfelelően dolgozzák fel, és ezt legtöbbször megbeszélés követi.		
Variációk:	Lehet még biblioterápia, esetleg csak versekkel vagy filmekkel dolgozó csoport, ahol meglévő alkotások mentén zajlik a munka, és nem hoznak létre produktumot.		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	6-10 fő	4 fő	12 fő
Csoportösszetétel:	általában nyílt csoport		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	Általában hetente 2 hetente, 8-12 alkalom, de gyakori az eltérés.		
Egy ülés időtartama:	90 perctől akár 5 óra hosszig is		
Előnyök:	A címnek megfelelően önismereti és ezen keresztül mentálhigiénés erősítés, rendszerint javul a kommunikáció, az együttműködés és a tolerancia, valamint a frusztrációtűrés		
Hátrányok:	Hosszú, nagy elköteleződést igényel, eredményei lassan jelentkeznek		
Egyéb sajátosságok	Eszközigényes		
Vezetői kompetenciák:	Képzett vezető igényel		

Szupervíziók (személyközpontú, szakmai ...)

Szupervíziós csoport (személyközpontú)

Rövid leírás:	Személyközpontú megközelítésű zárt csoport, amely kimondottan a szakmai személyiség és egyéniség összehangolásával foglalkozik.		
Variációk:	Kötött módszer, vezetőnkén kisebb változások lehetségesek		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	7	5	10
Csoportösszetétel:	Bármilyen, egy szakmai közösségen belül a lehetőségek mások, mint nyílt csoport esetén		
Rendszeressége, a folyamat hossza:	A résztvevők száma + 2 ülés		
Egy ülés időtartama:	90 perc		
Előnyök:	Mentálhigiénés fókusz hosszú távra segítséget nyújt a szakmai előrehaladásban, úgy hogy közben az egyéniséget támogatja és segít a környezeti összhangot megteremteni.		
Hátrányok:	Kevés szakmailag felhasználható gyors módszert ad, kötött a lebonyolítása.		
Egyéb sajátosságok			
Vezetői kompetenciák:	Képzett vezető igényel		

Szakmai szupervíziós csoport

Rövid leírás:	Szakmai továbbképző csoport.		
Variációk:	A szakmai vezető tudása és attitűdje határozza meg.		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	7	2	18

Csoportösszetétel:	Bármilyen, egy szakmai közösségen belül a lehetőségek mások, mint nyílt csoport esetén
Rendszeressége, a folyamat hossza:	Folyamatos, képzés jellegű
Egy ülés időtartama:	60-90 perc, tetszőleges
Előnyök:	Egyéni esetek alapján a munkának megfelelő témakörökben teszi lehetővé a szakmai ismeretek mélyülését.
Hátrányok:	Könnyen válhat kicsit iskolássá, a csoportvezetőtől nagy erőfeszítést igényel a tagok aktivitásának és kreativitásának működtetése
Egyéb sajátosságok	Szakmai önművelés indukálhatja
Vezetői kompetenciák:	Szakmailag képzett vezető igényel, ami általában tekintélyt is jelent

Egyéni eset konzultáció

Rövid leírás:	Létrejöhét egy személy vagy több részvételével, általában eseti igény alapján. Tervezett, valaki kéri. Célját általában a módszertani vagy operatív fókusz jellemzi, bár mentálhigiénés hatása is jelentős (stabilitást ad).
Variációk:	Állandó partnerrel, mentorral, rendszeresen, ad-hock...
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	1 fő
Csoportösszetétel:	–
Rendszeressége, a folyamat hossza:	igény szerint, általában rendszertelen
Egy ülés időtartama:	változó, 30-90 perc
Előnyök:	Konkrét kérdés, konkrét válaszok
Hátrányok:	Egy ember (kevés ember) véleménye és attitűdje érvényesül
Egyéb sajátosságok	Bizalmas viszonyt feltételez az esethez és a konzulens között
Vezetői kompetenciák:	Szakmai tapasztalatot igényel.

Egyéni szupervízió

Rövid leírás:	Hazánkban ebben a kategóriában említik mind a személyközpontú, mind a szakmai-módszertani megközelítésű tervezett, rendszeres üléssorozatot.
Variációk:	Személyközpontú sz.v. esetén céljai megegyeznek a csoportos célokkal, Módszertani fókusz esetén kimondottan a hozott esetben való előrehaladás a cél. Gyakori a köztes együttműködés, amikor a megközelítés személyközpontú, jelentős szerepet kap a résztvevő személyisége és egyéni viszonyulásai és ezen belül keresik a vezetővel az illeszkedő megoldásokat.
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	1 fő
Csoportösszetétel:	–
Rendszeressége, a folyamat hossza:	Nagyobb szakmai támogatás esetén hetente, később kéthetente vagy havonta, éveken keresztül. Például vezetők, pszichológusok esetén folyamatosan kíséri a munkát.
Egy ülés időtartama:	60-120 perc
Előnyök:	Folyamatos szakmai és mentis támogatás, megóv a nagy szakmai tévedésektől.
Hátrányok:	Erős kötődést és kötöttséget jelenthet a szupervízorhoz, esetleg lehet egyirányú.
Egyéb sajátosságok	
Vezetői kompetenciák:	Megbízható szakmaiságú és toleráns személyiséget feltételez.

Munkatársi csoport (peer-szupervízió)

Rövid leírás:	Egymással egyenrangú résztvevők spontán szerveződő, de állandó csoportja, mely rendszeresen tart közös eszmegbeszéléseket saját maguk által meghatározott attitűd mellett		
Variációk:	Bármilyen variáció elképzelhető, tisztán vagy keverve is, a csoport összetételének megfelelően		
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	6-10 fő	4 fő	12-14 fő
Csoportösszetétel:	teljesen szabadon kialakítható, akik szívesen osztanak meg egymással szakmai történéseket.		

Rendszeressége, a folyamat hossza:	Lehet 8-10 alkalom 1-3 hetenként vagy havonta éveken átnyúlóan
Egy ülés időtartama:	Megállapodástól és módszertől függ, általában 90 perc
Előnyök:	A csoport spontaneitása miatt igen mély együttműködés jöhet létre, ezzel fokozódik a mentálhigiénés hatás, alkalmas a távoli, nem szokványos, rendkívüli megoldások megtalálására.
Hátrányok:	ritka
Egyéb sajátosságok	a csoportban a szerepek folyamatosan cserélődnek (vezető, esethozó, jegyzőkönyvvezető, megfigyelő ...)
Vezetői kompetenciák:	nincs állandó vezető, a csoporttagok tapasztalata a döntő, gyakorolják a vezetést

Önszupervízió

Rövid leírás:	Egyéni technika/technikák, amik adott tematika alapján teszik lehetővé az adott probléma átgondolását
Variációk:	relaxációs, rajzolás, kérdéssorozatos, ...
Létszám (javasolt, minimum, maximum):	1
Csoportösszetétel:	–
Rendszeressége, a folyamat hossza:	általában alkalmyszerű, egy-egy esetben való elakadás esetén
Egy ülés időtartama:	30-60 perc
Előnyök:	bármikor alkalmazható, nem függ mások időbeosztásától
Hátrányok:	magányos technika, szükség van mellette szakmai nyitásra is.
Egyéb sajátosságok	érdemes begyakorolni
Vezetői kompetenciák:	Jól összeállított kérdéssorokat igényel