



Sta in je kracht en maak impACT

Introductie in
supervisie voor diëtisten

Wat gaan we doen

- Waarom Supervisie
- 'Mini-supervisie' in 2 groepen
- Afsluitende oefening & hoe verder?



Waarom supervisie

Dunning-Kruger Effect



***“Actie rond vertrouwen komt eerst.
Het gevoel van vertrouwen komt later.”***

- Russ Harris -



Sanne Kramp

Op weg naar een gezonde relatie met jezelf



Verskil met Intervisie

	Intervisie	Supervisie
Casusbespreking	V	V
Kennis verdiepen	X	V
Professionele ontwikkeling	V	V
Persoonlijke ontwikkeling	X	V
Professionele begeleiding van een supervisor	X	V
Individueel én groepsvorm	X	V



Methoden & Kwaliteitspunten

Collegiale consultatie

- U-methode
- GROW-methode
- KOLB
- Leren van successen
- Maatjes-model
- Observatie bespreking
- Probleemoplossende methode

Waar loop jij tegenaan bij het begeleiden in gedragsverandering?

Voorbeeld leervragen 'lastige' cliënt- hoe pak ik dit aan?:

- Cliënt die weinig bereid is stappen te zetten
- Cliënt die in een vicieuze cirkel blijft zitten
- Cliënt verwacht DE oplossing van mij
- Cliënt biedt veel weerstand
- Cliënt die het goed weet hoe het moet maar niet doet
- Cliënten blijven motiveren om op lange termijn gedrag te veranderen

HERKENBAAR?

Mini-supervisie

Thema:

- Waar loop jij tegenaan bij begeleiden van cliënten op het gebied van gedragsverandering?

Methode: U-methode

- Inbrenger deelt concrete ervaring in een concrete situatie
- Bespreken van ervaringen, opvattingen en overtuigingen van de inbrenger in die situatie
- Samen zoeken naar nieuwe meer effectieve opvattingen, overtuigingen, **gewenste gedragingen** als diëtist
- Inbrenger toetst **werkbaarheid** in de besproken situatie



Toegewijde actie - afsluiting

- ***Welke concrete, kleine actie neem jij voor jezelf mee voor komende week?***

Noteer dit voor jezelf:

- ✓ *Welke belemmeringen kan je tegenkomen?*
- ✓ *En hoe kun je hiermee omgaan?*



Meer samen leren?

Introductie in ACT-supervisie:

ACT in de praktijk: 16 januari 9.30-12.30 u - online

ACT Supervisie-trajecten:

- *Sanne: 11 februari, 11 maart en 8 april - online*
- *Bianca: 6 sessies vanaf 13 april - online*

SAVE THE DATE: *5 oktober live ACT dag voor diëtisten*

Algemene Supervisie:

op aanvraag > 1:1 of voor teams zowel live als online

Meer samen leren?

*Speciaal voor deelnemers van de
Diëtistendagen 2025:*

10% korting op een supervisie-traject
(m.u.v. ACT in de Praktijk)

geldig t/m 31-12-2026

Neem de flyer mee en laat deze zien bij aanmelding!



Sanne Kramp

Op weg naar een gezonde relatie met jezelf



Leestip ;-)

nieuws!
VOOR **diëtisten**

Dé nieuwssite voor diëtisten, studenten diëtetiek en professionals in de vo...

Nieuws Media Markt Vacatures Praktijk Agenda > Leefstijlcoaches

Supervisie: persoonlijk en praktijkgericht leren

Sanne Kramp en Bianca Hermans zijn beiden diëtist. Daarnaast coachen en trainen zij paramedici, onder andere in ACT. Samen zetten zij dit jaar supervisie op de kaart binnen de beroepsgroep. In het najaar start al de derde supervisiegroep. Maar wat is eigenlijk het verschil met intervisie, en waarom is supervisie zo waardevol?

Lees hier de blog van Sanne en Bianca:

Meer nodig dan een cursus

Wil je een methode als ACT (Acceptance Commitment Therapy), NLP (neuro linguïstisch programmeren) of iets dergelijks structureel in je werk gaan toepassen, dan is daar meer voor nodig dan alleen een cursus volgen. Vaak horen we terug van cursisten dat ze veel geleerd hebben tijdens zo'n cursus, maar dat ze tijdens een consult niet goed weten hoe ze hun nieuwe kennis en vaardigheden kunnen inzetten. Eenmaal met de cliënt voor je, blijkt het toch moeilijker dan gedacht. De cliënt reageert anders en zelf voel je ook het nodige ongemak om iets nieuws toe te passen. Dan is het heel logisch dat je doorgaat met hetgeen je al deed, want dat is vertrouwd. En laten we eerlijk zijn: de hoge werkdruk maakt het er ook niet makkelijker op. Om deze reden zijn we gestart met het verzorgen van supervisie voor paramedici.

Praktijkgericht en professioneel leerproces

<https://www.nieuwsvoordietisten.nl/supervisie-persoonlijk-en-praktijkgericht-leren/>



Sanne Kramp

Op weg naar een gezonde relatie met jezelf



Bedankt voor jullie aandacht!



*Vragen?
Iets delen?*