

CESTA PROFESIONALITY ZAČÍNAJÚCICH SUPERVÍZOROV V SOCIÁLNEJ PRÁCI

Katarína Vanková
Ústav romologických štúdií FSVaZ UKF Nitra
kvankova@ukf.sk

Abstrakt: Príspevok sa zaoberá jednou z kľúčových otázok v pomáhajúcich profesiách a to rozvojom schopnosti reflexivity, ktorá patrí do základnej výbavy pomáhajúcich profesionálov a profesionálok začínajúcich supervízorov a supervízoriek. Supervízia je jeden z mocných nástrojov na verifikovanie správnosti postupov pri práci s klientom alebo skupinou. Slúži ako prevencia syndrómu vyhorenia a zaraďujeme ju medzi vysoko odborné špecializované činnosti v pomáhajúcich profesiách. Je určená pre každého, kto chce pomáhať zodpovedne. Supervízia je legislatívne ošetrená zákonmi. V tejto oblasti je dôležitým a nepostrádateľným kontrolným momentom samým nad sebou pri práci v sociálnej sfére autosupervízia. Autosupervízia je určitá forma supervízie, pri ktorej sa nielen začínajúci supervízor v pomáhajúcich profesiách obracia sám na seba a kladie si otázky, či využil všetky možné alternatívy riešenia problému, tak aby sa problém eliminoval v spokojnosti všetkých zúčastnených. Autosupervízia je formou sebareflexie, sebarozvoja, spätnej väzby smerujúcich k reflexii vlastných aktivít, pocitov, reakcií na správanie a pocity nielen na supervidovaného, ale aj vlastné. Autosupervízia je dôležitý proces vlastnej psychohygieny v profesionálnom výkone nielen začínajúcich supervízorov v pomáhajúcich profesiách, a v neposlednom rade chráni supervidovaných pred ublížením alebo poškodením.

Kľúčové slová: Supervízor. Supervidovaný. Autosupervízia. Sebareflexia. Spätaná väzba. Eliminácia. Alternatíva.

ÚVOD

Fenomén supervízie je jedným z mocných nástrojov na verifikovanie správnosti postupov pri práci s klientom, skupinou alebo komunitou. V supervízii ide v prvom momente o medzil'udské interakcie s cieľom zlepšiť schopnosť supervidovaného účinnejšie pomáhať ľuďom. Modifikačné procesy supervízie v pomáhajúcich profesiách nestagnovali, ale prešli určitým svojim prirodzeným vývojom až po súčasnosť. Supervízia v ranom štádiu bola doménou psychológov najmä plne využívaná v psychoterapii. Postupne sa však supervízia transformovala do rôznych oblastí v pomáhajúcich profesiách. Pojem supervízia vznikol z latinského slova super-nad a videre-hľadať, z ktorého sa neskôr stal anglický výraz supervision. V anglickom jazyku sa pojem supervision vzťahoval na akúkoľvek situáciu, v ktorej poverená osoba dohliadala na inú osobu v priebehu nejakej úlohy či činnosti. Dôležitým a nepostrádateľným kontrolným momentom samým nad sebou pri práci v sociálnej sfére je autosupervízia. Autosupervízia je určitá forma supervízie, pri ktorej sa nielen začínajúci supervízor v pomáhajúcich profesiách obracia sám na seba a kladie si otázky, či využil všetky možné alternatívy riešenia problému, tak aby sa problém eliminoval v spokojnosti všetkých zúčastnených. Autosupervízia je formou sebareflexie, sebarozvoja, spätnej väzby smerujúcich

k reflexii vlastných aktivít, pocitov, reakcií na správanie a pocity, reakcie supervedovaného. Autosupervízia je dôležitý proces vlastnej psychogygieny v profesionálnom výkone nielen začínajúcich supervízorov v pomáhajúcich profesiách, a v neposlednom rade chráni supervidovaných pred ublížením alebo poškodením.

Dôležité milníky vo vývojových fázach supervízie v historickom kontexte

Samotné začiatky supervízie spočívali v neformálnych pohovoroch, v rámci ktorých skúsený kolega sprostredkoval skúsenosti kolegovi začiatočníkovi. Supervízia sa začala objavovať v 19. storočí, keď vikár Samuel Barnett spolu so svojimi študentmi začali v tej najchudobnejšej časti mesta Londýn rozvíjať sociálnu prácu, ktorá bola odlišná od tej z charitatívnych spolkov. Bolo potrebné ustriechnúť tok peňazí a sledovať aj situáciu a hlavne potreby tých jednotlivcov, ku ktorým sociálna práca smerovala. Toto môžeme označiť ako začiatok administratívnej – kontrolnej a edukatívnej funkcie supervízie (Vaska, 2014). Prvá práca, kde sa objavuje fenomén supervízie v sociálnej oblasti, je publikácia od Jeffrey R. Bracketta *Supervision and Education in Charity* (Supervízia a vzdelávanie v charite), ktorá bola vydaná v roku 1904 (Schavel, Tomka, 2010). Supervízia začínala v Hnutí charitatívnych organizácií, týkala sa najmä štruktúry prerozdeľovania finančných prostriedkov. V roku 1878 vznikla prvá Charitná organizácia v Buffalo, štáte New York, kde nastal rozmach charitných spoločností po celom výchovnom pobreží USA. V roku 1911 Charita Organization Department of the Russel Sage Foundation zaviedla supervíziu ako individuálne referovanie o konkrétnom prípade z praxe. Následne Mary Richmondová vo svojej publikácii *Social Diagnosis* v roku 1917 upriamuje pozornosť na dôležitosť supervízie vo vzťahu formovania kvalifikovanej sociálnej diagnózy a zostavenia správneho plánu s cieľom úspešného riešenia sociálneho problému. V roku 1942 Reynolds tvrdí, že supervízor musí v rámci supervízneho vzťahu poskytnúť superviziantovi maximum stimulujúcich podnetov pre načerpanie nových myšlienok ako jeho ďalšiu prácu. Ale tiež v tejto súvislosti vidí určité riziko, ktoré nazval „back seat driving“ (riadenie zo zadného sedadla) (Schavel, Tomka, 2010). Michael Bálint, maďarský lekár a neskôr aj anglický psychoanalytik je jedným zo zakladateľov supervízie. V knihe *Lekár, jeho pacient a choroba*, ktorá vyšla v roku 1957 upriamuje pozornosť na kvalitný prístup terapeuta k pacientovi a ich vzájomný vzťah. Spolu s manželkou viedli od roku 1948 skupiny pre lekárov a pracovníkov kliniky zamerané na manželské problémy. V roku 1950 spustili prvú skupinu profesionálov, ktorá sa primárne zameriavala na vzťah lekára a pacienta. Bálintovské supervízne sedenia sa od samotného začiatku odlišovali od bežných didaktických, kauzistických seminárov, ale aj od výcvikových psychoterapeutických skupín. Bálintovský prístup sa v sedemdesiatych a osemdesiatych rokoch rozšíril po celom svete. V roku 1976 Alfred Kadushin vydáva svoju prvú edíciu publikácie *Supervízia v sociálnej práci*. V Nemecku v roku 1989 bola založená Nemecká spoločnosť pre supervíziu, zároveň v tomto období vychádza aj odborný časopis *Supervision*. Supervízia sa v deväťdesiatych rokoch stáva uznávanou formou poradenstva.

U nás na Slovensku (bývalé Československo) sa začína formovať supervízia v rámci výcvikov v psychoterapii v sedemdesiatych rokoch. V osemdesiatych rokoch sa začala včleňovať bálintovská metóda supervíznych sedení v pomáhajúcich profesiách (nevyužívali ju len psychoterapeuti. Bálintovské supervízne metódy začali využívať a uplatňovať pri práci aj lekári, sudcovia, sociálnych pracovníci, učitelia, zdravotníci, mediátori. Supervízia v súčasnosti preniká aj do komerčných oblastí. Kľúčovým obdobím vo využívaní supervízie v sociálnej oblasti bol rok 1999, kde MPSVaR SR podporilo projekt odbornej prípravy prvých supervízorov v sociálnej práci na podnet nemecko-slovenskej pracovnej skupiny pre vzdelávanie sociálnych pracovníkov. Vďaka tomu sa na Slovensku vytvorila profesionálna supervízna sieť, ktorá

efektívne poskytne pomoc vo všetkých oblastiach sociálnych intervencií. Občianske združenie Asociácia supervízorov a sociálnych poradcov, ktoré vzniklo v roku 2001, okrem toho že vzdeláva a pripravuje kvalifikovaných supervízorov, poskytuje tiež poradenstvo a konzultácie, sociálno-psychologické výcviky a supervíziu sociálnym pracovníkom v praxi. Pojem supervízie ako určitej formy dohľadu, ktorá pomôže, aby pomáhajúci pracovník bol schopný robiť svoju prácu čo najlepšie, sa začala vyvíjať rôznymi teóriami počas 20. storočia. Pri práci sociálneho pracovníka je nesmierne dôležitá supervízia, ktorá podľa Gaburu (2005, 2018) má základné ciele, ako sú: overenie správnosti postupov pri práci s klientom (jednotlivec, rodina, skupina), rozšírenie možností a vhodných alternatív pri práci s daným prípadom klienta, usmernenie neefektívnych postupov, prevencia poškodenia klienta, nadobúdanie nových zručností a vedomostí. Autori Oláh a Schavel supervíziu v sociálnej práci chápu ako poradenskú metódu, ktorá sa využíva nielen pre zabezpečenie a zvýšenie kvality profesionálnej činnosti, ale aj na zvyšovanie kompetencií sociálnych pracovníkov. Podľa nich práve supervízia vytvára určité predpoklady a podmienky pre profesionálny rozvoj, vzdelávanie ale aj osobný rast, a to tiež aj ako prostriedok sebaopoznávania v prospech klienta (Oláh, Schavel, 2019). Slovenská asociácia supervízorov a sociálnych poradcov definuje supervíziu ako jednu z najefektívnejších metód profesionálneho rastu. Supervízia je podľa ASSP nástroj, ktorý nielen optimalizuje ale aj overuje správnosť postupov v práci s klientom a taktiež pomáha rozšíriť postupy a poskytuje prevenciu syndrómu vyhorenia. Podľa Európskej asociácie supervízie je chápaná ako poradenská metóda, prostredníctvom ktorej sa využívajú kvality profesionálnej činnosti a kompetencií sociálnych pracovníkov (Gabura, 2018). Supervízia vždy reaguje na aktuálne trendy v sociálnom dianí, čo je dôležitým momentom dynamiky jej vývoja.

Súčasný stav riešenej problematiky

Legislatívne zastrešenie supervízie na Slovensku

Zákon č. 448/2008 Z.z., Zákon o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov, a to v § 9, ods. 12, v ktorom sa uvádza, že „*poskytovateľ sociálnej služby je povinný na účel zvýšenia odbornej úrovne a kvality poskytovanej sociálnej služby vypracovať a uskutočňovať program supervízie*“.

Zákon č. 305/2005 Z.z., Zákon o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele a o zmene a doplnení niektorých zákonov v § 45, ods. 7 sa uvádza, že „*centrum vypracuje a uskutočňuje program supervízie*“.

Zákon č. 219/2014 Z.z., Zákon o sociálnej práci a o podmienkach na výkon niektorých odborných činností v oblasti sociálnych vecí a rodiny a o zmene a doplnení niektorých zákonov, konkrétne v § 7, ods. 1 sa uvádza, že „*podmienkou na výkon samostatnej praxe sociálneho pracovníka je povolenie vydané komorou*“, ktoré je doplnené v ods. 2, písmene f) o „*žiadateľ o povolenie mal zabezpečenú supervíziu na výkon samostatnej praxe sociálneho pracovníka*“, kde sa ďalej v ods. 5 píše, že „*žiadateľ o povolenie môže supervíziu na výkon samostatnej praxe sociálneho pracovníka zabezpečiť len fyzickou osobou, ktorá skončila odbornú akreditovanú prípravu supervízora v oblasti sociálnej práce alebo poradenskej práce v rozsahu najmenej 240 hodín*“.

Vyhláška č. 224/2019 Z.z. Vyhláška Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky o sústave študijných odborov Slovenskej republiky obsahuje prílohu, v ktorej sa k odboru sociálnej práce k nosným jadrom znalostí študijného odboru píše, že: „*K nosným témam jadra znalostí študijného odboru patria teoretické a metodologické východiská*

sociálnej práce a interdisciplinárne súvislosti sociálnej práce, teórie, metódy a formy sociálnej práce, cieľové skupiny sociálnej práce, teoretické koncepty sociálnej politiky, sociálne zabezpečenie, jeho systém, sociálne služby, sociálnoprávna ochrana detí a sociálne kuratela, pomoc v hmotnej núdzi, kompenzácia ťažko zdravotne postihnutých, služby zamestnanosti, inkluzívne prístupy a princípy zmocňovania, supervízia v sociálnej práci, manažment a projektovanie v sociálnej práci a metodológia výskumu v sociálnej práci“.

Zákon č. 131/2002 Z.z. Zákon o vysokých školách a o zmene a doplnení niektorých zákonov obsahuje aj vymedzenie školských praxí. Taktiež má svoje odôvodnené miesto supervízia aj v Minimálnych štandardoch odborných praxí v študijnom odbore sociálnej práce, kde sa v obsahu odbornej praxe zdôrazňuje účasť študenta/študentky na supervízii.

Jedným z účinných rozkazov ministra spravodlivosti Slovenskej republiky je aj „*zabezpečenie skupinovej supervízie v Zbore väzenskej a justičnej stráže*“, ktorý je účinný od roku 2017.

Prvý *Etický kódex sociálnych pracovníkov* bol prijatý v roku 1997 Asociáciou sociálnych pracovníkov na Slovensku. Druhý *Etický kódex sociálneho pracovníka a asistenta sociálnej práce Slovenskej republiky*, ktorý bol v roku 2015 schválený, a to valným zhromaždením Slovenskej komory sociálnych pracovníkov a asistentov sociálnej práce pod záštitou Ministerstva sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky.

Nepostrádateľnosť autosupervízie pri pracovnej činnosti začínajúceho supervízora

Autosupervízia je významnou súčasťou v profesionálnom výkone supervízorov. Mnoho nielen supervízorov, sociálnych pracovníkov ale aj pracovníkov v pomáhajúcich profesiách autosupervíziu využíva na dennej báze vo svojej práci s klientom, len ju častokrát nevedia odborne pomenovať. Autosupervízia sa začala objavovať v Európe a Severnej Amerike koncom roku 1970. Autosupervízia sa postupne začala tiež vyvíjať v priebehu takzvaných hľadání terapeutických chýb, hľadání smerov a identifikácií pozitívnych aspektov pri práci pomáhajúceho pracovníka. Podľa autora Langsa (Morrisette, 2001) autosupervízia je ignorovaná metóda, pretože sa predpokladá, že samotní pomáhajúci pracovníci sú ostražití pri riešení problému so svojim klientom, nepretržite kontrolujú svoju prácu a ku klientovi zaujmú profesionálny postoj, a to s cieľom vyriešiť jeho problémy, ďalej sa predpokladá, že pomáhajúci pracovníci budú používať tie isté zručnosti pri práci s klientom, ktoré používajú pri riešení problému so všetkými ostatnými klientmi. S týmito predpokladmi súvisí aj ďalší predpoklad, že sa od pomáhajúceho pracovníka sa očakáva, že bude vedieť nielen samostatne prekročiť svoje vlastné hranice pri riešení problému klienta a dokáže introspektívne zvážiť vplyv práce s klientom na jeho vlastné sebahodnotenie, ale aj že je dostatočne pripravený a spôsobilý vykonávať takúto úlohu bez bližších usmernení alebo mentorstva (Langs, 2018). V autosupervízii je fáza určitého vývoja, v ktorej je jedinec schopný nielen samostatne plánovať, ale aj pozorovať, analyzovať a zistené poznatky vedieť ďalej integrovať v práci s klientom. Takáto autosupervízia znamená, že pomáhajúci pracovník vie, kedy vyhľadať pomoc a aj kde ju má nájsť, dokáže formulovať otázky na dosiahnutie účinného a hlavne efektívneho poradenstva, a najmä dokáže na základe vlastného sebaopoznania primerane prijať klienta alebo distribuovať k inému odborníkovi.

Autosupervízia dokáže determinovať úspešnú prácu s klientom a autosupervíziu vníma ako kladenie si presných otázok, ktoré smerujú k sebareflexii a odozvu na správanie a pocity klienta (Bártlová, 2007). Autori Vaska a Čavojská (2012) upriamujú pozornosť na oblasť autosupervízie ako súčasť supervízie, ktorá je nielen neprebádanou, ale ani v odbornej

literatúre sa jej nekladie veľký dôraz. Tvrdia, že práve nevedomosť o jej existencii ukracuje prácu všetkých pracujúcich v pomáhajúcich profesiách.

Autosupervízia u začínajúcich supervízorov je nepostrádateľným fenoménom v pomáhajúcich profesiách, ktorým základným pilierom sú sebaopozorovanie a sebahodnotenie. Môžeme ju chápať aj ako starostlivosť o seba, najmä čo sa týka psychického zdravia. V tomto aspekte môžeme skonštatovať, že vyššie uvedené Etické kódexy, tak v Etickom kódexe sociálnych pracovníkov (priatý Asociáciou sociálnych pracovníkov, rok 1997) nie je absolútne žiadna zmienka o nevyhnutnosti starostlivosti o seba v profesionálnom výkone sociálnej práce, a v Etickom kódexe sociálneho pracovníka a asistenta sociálnej práce Slovenskej republiky (zverejnený MPSVaR SR, 2015) sa píše: „*Sociálny pracovník a asistent sociálnej práce má nielen právo ale aj povinnosť vykonať nevyhnutné kroky v profesionálnej a osobnej starostlivosti o seba, aby bol schopný poskytovať kvalitné služby klientom*“. (Vaska, L., Čavojská, K., 2012)

Samotná práca supervízora v pomáhajúcich profesiách je veľmi náročná najmä na psychické vypätie, takže môžeme konštatovať, že supervízor je ohrozený syndrómom vyhorenia neustále, pretože sa zaoberá problémami svojich klientov, „nosí si domov prácu“ a jeho plná pozornosť je sústredená na problémy jeho klientov. Z doterajších výskumov vyplýva, že u pomáhajúcich pracovníkov, ktorí majú vyššiu mieru syndrómu vyhorenia, tak je u nich možný aj výskyt depresí a úzkosti (Schavel, Kuzyšin, Hunyadiová, 2018).

V publikácií *Hľadání a objeování* sa uvádza, že je užitočné uvažovať o takzvanom „vnútornom supervízorovi“. Pri svojej práci si všimol, že práve začiatovníci sa veľmi často spoliehajú na radu alebo nejaký komentár od supervízora, čo vytvára medzi sociálnym pracovníkom a klientom určitú bariéru. Podľa neho by si mal v priebehu procesu osvojiť vlastnú schopnosť vnútornej supervízie, a to už aj počas sedenia s klientom. Metóda autosupervízie sa ukázala ako užitočná, aj keď si supervidovaný dokáže zapisovať svoje poznatky o práci s klientom (Casement, 1985).

Autosupervízia ako jedna z dôležitých metód psychohygieny

Autosupervízia je v podstate starostlivosť sama o seba o vlastné psychické zdravie, tak ako aj psychohygienu. Starostlivosť o seba vzťahuje najmä na pojmy ako sú: self-manažment, self-monitoring, manažment symptómov a self-eficacy (sebaúčinnosť). (Richardová, Sheavová, 2011). Starostlivosť o seba súvisí s praktizovaním aktivít, ktoré jednotlivec realizuje nezávisle v čase, a to s cieľom podpory a udržania si celkovej pohody, zdravého fungovania a ďalšieho vývinu počas celého svojho života. Práve takáto potreba vnímať starostlivosť o seba v širšom chápaní je aj odlišovanie rôznych zložiek a aktivít, ktoré môžeme definovať ako psychologickú ale aj spirituálnu starostlivosť o seba, nevynímajúc fyzickú stránku človeka.

Medzi najdôležitejšie pokladáme fakt, aby začínajúci supervízor vedel starostlivo zvážiť svoje emócie pri práci so supervidovaným a vedel ich identifikovať práve v procese vlastného sebaopozorovania a sebahodnotenia.

Pri vlastnom procese sebahodnotenia a sebaopozorovania by si mal byť začínajúci supervízor istý tým, čo podstupuje. Rovnako by mal vedieť, kedy a kde hľadať určitú vonkajšiu pomoc a podporu, kedy už nepremýšľať nad prácou s klientom a kedy začať relaxovať a využívať aktivity pre vlastnú psychohygienu a v neposlednom rade prijať svoje nedostatky (Kam-Shing Yip, 2011).

V autosupervízii s akcentom na sebaopozorovanie a sebahodnotenie nielen začínajúceho supervízora má nielen prínos v poznaní pri monitorovaní celého supervízneho sedenia, kde si odpovieme na otázky a vyhodnotíme naše postupy a prístupy ku klientovi, týmto procesom získame množstvo ďalších poznání v riešenom probléme. Autosupervízia by mala byť samozrejmosťou u každého nielen začínajúceho supervízora v pomáhajúcich profesiách.

Pomocou autosupervízie si začínajúci supervízor v pomáhajúcich profesiách dokáže nielen zodpovedať na základné otázky ako napr. „*Pracoval/a som správne s klientom?*“, „*Mohol/a som spraviť niečo inak?*“, „*Ako ďalej budem pokračovať pri práci s klientom?*“ a pod., samozrejmosťou je samotné zreflektovanie celého pracovného dňa. Reflexia je vhodná najmä pre začínajúceho supervízora v pomáhajúcich profesiách, kde získa nielen nové postrehy pri práci s klientom, ale dokáže si sám riešenie daného problému s klientom zložiť do nových súvislostí z rôznych uhlov pohľadu a dokáže lepšie pochopiť konkrétnu situáciu a kreatívne riešiť problém.

Autosupervízia je dôležitý proces vlastnej psychohygiény v profesionálnom výkone nielen začínajúcich supervízorov v pomáhajúcich profesiách, a v neposlednom rade chráni supervidovaných pred ublížením alebo poškodením.

Začínajúci supervízori, ktorí aplikujú pri svojej práci autosupervíziu s akcentom na sebahodnotenie, sebaopoznanie, reflexiu a spätnú väzbu sú nielen svedomitejší, ale aj zodpovednejší, sú otvorení ku kreatívnym a netradičným riešeniam problému, vedia uchopiť situácie z rôznych uhlov pohľadu, majú presnejšie posúdenia dôsledkov svojho rozhodnutia, a tiež vedia efektívnejšie vyhodnotiť výsledok konania.

METÓDY

Cieľ, metódy a metodika výskumu

Autosupervízia u začínajúcich supervízorov predstavuje významný zdroj profesionálnej podpory pre klientov, ktorá napomáha nielen profesionálnemu rozvoju spôsobilostí, verifikovaniu správnosti postupov, hľadaniu alternatív, ale aj ochrane pomáhajúceho profesionála voči syndrómu vyhorenia, udržaniu a zvyšovaniu statusu profesie, k ochrane klienta pred poškodením.

Hlavným cieľom výskumu sú zistenia ako, a či vôbec začínajúci supervízori uplatňujú pri svojej práci autosupervíziu v procese ich subjektívneho vnímania v rámci vlastnej psychohygiény, sebaopozorovania a sebahodnotenia.

Na dosiahnutie hlavného cieľa sme si sformulovali čiastkové ciele, následne výskumné otázky, ktoré boli kladené začínajúcim supervízorom.

ČC1: Zistiť subjektívne vnímanie začínajúcich supervízorov vo vzťahu k autosupervízii.

ČC2: Zistiť u začínajúcich supervízorov v rámci autosupervízie ich vlastné sebaopozorovanie.

ČC3: Zistiť u začínajúcich supervízorov v rámci autosupervízie ich vlastné sebareflexie, sebahodnotenia.

ČC4: Zistiť u začínajúcich supervízorov, aký má prínos autosupervízia vo vzťahu k psychohygiene.

Výskumné otázky

V01: Čo vám hovorí slovo autosupervízia?

V02: Ako a kedy najčastejšie využívate autosupervíziu?

V03: Ako u vás prebieha sebazpozorovanie v rámci autosupervízie?

V04: Čo najčastejšie analyzujete v rámci sebazpozorovania v procese autosupervízie?

V05: Na čo sa zameriavate v rámci sebahodnotenia v procese autosupervízie?

V06: Akým prínosom je autosupervízia vo vzťahu k psychohygiene?

Výskumná vzorka

Výskumná vzorka pozostávala zo 7 participantov/tiek, ktorých supervízna prax bola na začiatku ich kariéry počas prvých 3 rokov. Participantí pochádzali z Nitrianskeho kraja, Trenčianskeho kraja a Bratislavského kraja.

Tabuľka č. 1

Označenie participanta	Samosprávny kraj	Pohlavie	Dĺžka praxe
P1	Nitriansky kraj	Žena	1 rok aj 3 mesiace
P2	Nitriansky kraj	Žena	2 roky
P3	Nitriansky kraj	Žena	2 roky aj 6 mesiacov
P4	Trenčiansky kraj	Muž	1 rok 5 mesiacov
P5	Trenčiansky kraj	Žena	10 mesiacov
P6	Bratislavský kraj	Žena	1 rok
P7	Bratislavský kraj	Muž	2 roky aj 9 mesiacov

Zdroj: vlastné spracovanie

Výskumná metóda/metodika

Na dosiahnutie hlavného cieľa a čiastkových cieľov s danou problematikou sme zvolili kvalitatívnu výskumnú metódu formou pološtruktúrovaného rozhovoru, taktiež bibliografickú metódu, metódu analýzy a komparácie. Dĺžka rozhovorov nebola pevne stanovená, v priemere cca 30 min. Rozhovory boli nahrávané a následne bola zrealizovaná deskripcia získaných údajov do tabuľky. Na analýzu dát sme použili metódu otvoreného kódovania. Následne z kódov boli vytvorené štyri kategórie s označením K1, K2, K3 a K4.

Etika výskumu

Anonymita v rámci etiky výskumu bola zabezpečená na základe zákona č.18/2018 Z. z. o ochrane osobných údajov a o zmene a doplnení niektorých zákonov. Participantov sme označili P1-P7, konkrétne miesto pobytu bolo zaradené do príslušného samosprávneho kraja.

VÝSLEDKY

Získané informácie sme precízne spracovali, vytvorili kategórie, odpovede participantov sme okódovali a zaznamenali do tabuľky.

Tabuľka č.2

Kategória	Výskumná otázka	Kódy	Odpovede participantov
K1 Pojem autosuper vízia	Poznanie významu autosupervízie a jej najčastejšie využitie – kedy a kde	<i>...spätné zhodnotenie vlastných myšlienok, postupov a pocitov...večer po práci, doma, robím si zápisky a plán na ďalšie stretnutie....</i>	P1 r7,8 r10
		<i>...ako som komunikovala..., reagovala ... ihneď po supervízii, v aute cestou domov</i>	P2 r22 r23
		<i>...sumarizácia otázok a odpovedí...po sedení, ešte v práci...</i>	P3 r25,26
		<i>...vyhodnotenie vlastných vstupov a výstupov pri supervízii... ...ihneď po sedení, keď to mám čerstvé ešte v pamäti...</i>	P4 r37 r38
		<i>....ako som pracovala s klientom... ...s odstupom času, nie hneď po supervízii, aby sa myšlienky zoradili, už doma, keď mám pokoj...</i>	P5 r47 r49
		<i>...kontrola samej seba, či som správne reagovala... ...doma, keď rozjímam o stretnutí...</i>	P6 r61 r63
		<i>....auto – predpona supervíziám sám seba, vyhodnocujem a robím zápisky na ďalšie stretnutie... ..cca 4-5 hod. po sedení...</i>	P7 r73 r76
K2 Sebapozorovanie vo vzťahu k autosupervízie	Priebeh vlastného sebapozorovania v rámci autosupervízie	<i>...či som aktívne počúvala klienta...,čo som videla (neverbálne prejavy)..., čo som si myslela a cítila..., čo som povedala..., aké otázky som kládla, či som nemohla položiť otázku inak..., sledovala som reakciu klienta, či bola primeraná.....,tvorba plánu pre ďalšie sedenie.....dôležitosť návrhov nielen zo strany supervízora, ale aj klienta..., následný výber najvodnejšieho prístupu....</i>	P1 r12,13,14

		<i>...aký bol môj prístup, bol adekvátny...pochopil ma klient...ako budem voliť ďalší postup, ak sa tváril, že mi nerozumie...aké otázky budem klásť...aké alternatívy ponúknem....., ...ale aj supervidovaný by sa mal zapojiť..., ...budeme potom voliť ten najvhodnejší prístup...</i>	P2 R23,24
		<i>...mohol som spraviť viac pre klienta, alebo som spravil všetko, čo som vedela...ako sa zachová klient na budúcom stretnutí, splní to všetko tak, ako sme si to nastavili, bude sa vyhovárať...aké postupy potom zvolím, akú aleternatívu ponúknem....., vždy žiadam aby aj klient podal nejaké návrhy na vyriešenie problému....., spolu zvolíme tú najlepšiu...</i>	P3 r27,28
		<i>...moje pocity pri klientovi..., ...jeho reakcie..., moje otázky – boli vhodné, mohol som ich inak formulovať.....čo som mohol spraviť inak...aké bude naše ďalšie stretnutie... pochopil všetko – jeho reakcie...</i>	P4 r38,40,41
		<i>...boli vhodné moje otázky..., moje pocity..., klientove reakcie aj mimické..., rozumel mi... budem s klientom naďalej pracovať..., ...ak áno, aký postoj zaujmem, aké vhodné riešenia ponúknem, s tým, že sa dohodneme, že návrhy ponúkne aj klient.....výber bude spoločný...</i>	P5 r53
		<i>...pochopila som dobre supervidovaného..., čo som vnímala, pociťovala...hovoril pravdu...ako mi podal jeho problém....dobře som ho uchopila...vhodne som sa pýtala....</i>	P6 r65,66
		<i>...pri sedení vždy pozorujem moje myšlienky, pocity, reakcie, vyjadrenia ku klientovmu</i>	P7 r78,79,80,81

		<i>problému, ale aj jeho, je to recipročné...otázky na mňa ku správne mu postupu...otázky smerujúce ku mne ako boli položené, čo tým klient myslel, čo chce odo mňa...robenie plánu pre budúce stretnutie, aj ja, aj klient návrhy alternatívnych riešení..., najvhodnejší návrh určíme spolu...</i>	
K3 Sebareflexia, sebahodnotenie vo vzťahu k autosupervízii	Sebahodnotenie, sebareflexia v rámci autosupervízie.	<i>...aký účinok mala moja reakcia na klienta...akú účinnosť mala moja navrhnutá alternatíva, ako ju zhodnotil klient... Autosupervízia má pre mňa veľký význam, hlavne pri správnom ďalšom pracovnom postupe v supervíziách sedeniach.</i>	P1 r15 r17
		<i>...moje odporúčané alternatívy boli správne nastavené...</i>	P2 r25
		<i>...zvládli sme spoločne vyriešiť problém...musím si zapisovať zvolené prístupy riešenia problému...bola som ja spokojná sama so sebou...bol spokojný klient...správne zvolené postupy... pri neúspešnom nastavení, voliť iné alternatívy...ale dotiahnuť do zdárneho konca v prospech všetkých...</i>	P3 r30,31,32
		<i>..vyhodnocujem moje postupy z mojej strany, spätnú väzbu si vyžadujem zo strany klienta...</i>	P4 r43
		<i>...či výber z mojich navrhnutých alternatív bol správny... aký dopad mal určitý postup, prístup...</i>	P5 r56
		<i>...zhodnotenie nastavených postupov...</i>	P6 r68
		<i>...vlastné vyhodnotenie pracovných postupov... a spätná väzba od klienta je dôležitá...</i>	P7 r83

<p>K4 Prínos autosupervízie s akcentom na psychohygienu</p>	<p>Vlastný prínos autosupervízie s akcentom na psychohygienu, jej odporúčanie do praxe</p>	<p><i>Bezvýhradne odporúčam...nielen pre začínajúcich supervízorov v praxi ale aj pre pokročilých profesionálov. Predchádza syndrómu vyhorenia. Jedna z foriem psychohygienu. Mala by sa viac objavovať v študijných materiáloch v rámci Supervízie, na kurzoch, školeniach.</i></p>	<p>P1 r19 r20</p>
		<p><i>Áno samozrejme, že odporúčam do praxe pre každého supervízora.. Zabraňuje vyhoreniu.....</i></p>	<p>P2 r26</p>
		<p><i>Odporúčam.v oblasti psychohygienu využívam iné ...ako jóga, príroda, rodina...ale nevyklúčujem aj to,že je vhodná aj autosupervízia...aspoň sa vychytajú nedostatky.....</i></p>	<p>P3 r35,36</p>
		<p><i>Jasné vrele odporúčam každému supervízorovi. Malo by so učiť na školách, kurzoch, školeniach a pod....</i></p>	<p>P4 r45</p>
		<p><i>Áno. Je možné aj ako prevencia vyhoretia...</i></p>	<p>P5 r59,60</p>
		<p><i>Áno. ...aj ako jedna z možností môže byť aj autosupervízia pri psychohygiene..., ďalšie vzdelávanie v tejto oblasti je dôležité a hlavne pospešné....</i></p>	<p>P6 r69 r72</p>
		<p><i>Samozrejme, že áno, odporúčam. Viac by sa malo o nej hovoriť na akademickej pôde, lebo tvorí jednu časť psychohygienu, viem o čom hovorím.</i></p>	<p>P7 r85 r87,88,89</p>

Zdroj: vlastné spracovanie

DISKUSIA

V prekladanom príspevku, prostredníctvom výskumu sme upozornili na dôležitosť autosupervízie po výkone zrealizovaných supervíznych sedení nielen u začínajúcich supervízorov, kde autosupervízia zastáva dôležitú funkciu prevencie syndrómu vyhorenia, ale aj psychohygienu. Analýza získaných výpovedí svedčí o vzácných poznatkoch vo vzťahu k autosupervízii. Môžeme skonštatovať, že aj výskum, ktorý zrealizovala Jeanne Marie Hughes z School of Applied Social Studies, University College Cork, Ireland pod názvom The Role of Supervision in Social Work: A critical analysis z roku 2010 sa zhoduje vo viacerých tvrdeniach

a to, že supervízia v sociálnej práci je nepostrádateľným prvkom pri práci s klientom, taktiež autosupervízia je určitou formou prevencie syndrómu vyhorenia. Tohto istého názoru sú aj F. M. Howard, L. Beddoe & A. Mowjood, ktorí publikovali štúdiu v roku 2016, kde sa opierali o výsledky z výskumu pod názvom *Interprofessional supervision in social work and psychology in Aotearoa New Zealand*. Autosupervízia je fáza určitého vývoja, v ktorej začínajúci supervízor je schopný nielen samostatne plánovať, ale aj pozorovať analýzu a zistené poznatky vedieť ďalej integrovať pri práci s klientom. Autosupervízia je formou sebareflexie, sebarozvoja, spätnej väzby smerujúcich k reflexii vlastných aktivít, pocitov, reakcií na správanie a pocity supervidovaného.

Autosupervízia je určitá forma supervízie samého/mej seba, pri ktorej sa nielen začínajúci supervízor v pomáhajúcich profesiách obracia sám na seba a kladie si otázky, či využil všetky možné alternatívy riešenia problému, tak aby sa problematika eliminovala v spokojnosti všetkých zúčastnených.

Autosupervízia je dôležitý proces vlastnej psychohygieny v profesionálnom výkone nielen začínajúcich supervízorov v pomáhajúcich profesiách, ale v neposlednom rade chráni supervidovaných pred ublížením alebo poškodením.

Vzdelávanie vo vzťahu k autosupervízii, ako ju správne uchopiť a nastaviť - vytvoriť metódy a prístupy, aby sa stala jedným z prvkov prevencie syndrómu vyhorenia, a tiež aby sa stala jednou z prvkov psychohygieny.

Všetky tieto tvrdenia sú podložené výskumom.

Kategória K1: Poznanie významu autosupervízia. Participanti P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7 si dobre uvedomujú význam autosupervízie a prikladajú dôležitosť zrealizovať ju po každom sedení s klientom.

Kategória K2: Sebapozorovanie vo vzťahu k autosupervízii. Vyjadrenia participantov výskumu P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7 vo vzťahu k sebapozorovaniu smerovali k analýze vlastných myšlienok, pocitov, postupov, ktoré boli spojené so správaním klienta jeho prejavy verbálne ale aj neverbálne. Participanti v rámci sebapozorovania uviedli, že je vhodné na ďalšom supervíznom stretnutí požiadať klienta, aby podal návrhy na riešenie danej problematiky, ako aj začínajúci supervízor a spolu vyberú najvhodnejšiu alternatívu, ktorá pomôže vzniknutú situáciu vyriešiť. Participanti P4, P6 si nerobili plány na ďalšie stretnutie.

Kategória K3: Sebareflexia, sebahodnotenie vo vzťahu k autosupervízii. Všetci participanti hodnotia vlastný výkon, reakcie klienta, účinok výberu medzi alternatívami a zhodnocujú výber okrem participantov P6, P4.

Na tomto mieste môžeme skonštatovať, že medzi modulom hodnotenia – spätnej väzby a modulom sebahodnotenia v rámci autosupervízie, existuje určité premostenie. V rámci týchto modulov fáza premostenia znamená v intenciách autosupervízie požadovanie sám od seba ale aj do supervidovaného niekoľko alternatív k dosiahnutiu spoločného cieľa a následný výber tej najvhodnejšej.

Kategória K4: Prínos autosupervízie s akcentom na psychohygienu. Participanti sa zhodli vo vzťahu k realizácii autosupervízie po každom supervíznom sedení (ktoré si každý realizuje, tak ako mu to najviac vyhovuje). Všetci participanti okrem P3 a P4 sa vyjadrili, že autosupervízia je jedna z možností ako predísť syndrómu vyhorenia a je vhodná ako jedna metóda psychohygieny. Čo sa týka ďalšieho vzdelávania vo vzťahu k autosupervízii, pretože

nie je vôbec vo vzdelávacom procese uchopiteľná, a mala by byť súčasťou vyučovacieho procesu zaradená ako osobitný predmet, kvôli jej nepostrádateľnému opodstatneniu vo výkone pracovných činností nielen začínajúcich supervízorov zhodli sa vo výpovediach všetci účastníci výskumu okrem P3, P5.

Ako sme už v úvode spomínali, supervízia je jedným z mocných nástrojov na verifikovanie správnosti postupov pri práci s klientom, skupinou alebo komunitou. V supervízii ide v prvom momente o medzilidské interakcie s cieľom zlepšiť schopnosť vidieť riešenú situáciu supervidovaného z rôznych uhlov pohľadu, nevynímajúc fakt, ktorý je vo vzťahu účinnejšie pomáhať ľuďom.

Medzi nepostrádateľné súčasti overenia si správnosti postupov, ako zaznamenáva výskum je autosupervízia, ktorá nielenže plnohodnotne plní túto funkciu, ale aj predchádza určitým spôsobom syndrómu vyhorenia, a týmto sa stáva jedným z dôležitých momentov v oblasti psychohygieny. Výskum, ktorý uvádzame potvrdzuje naše kladené otázky v tomto smere. Znalosti o fenoméne autosupervízie sú jednoznačné, účastníci sú oboznámení s významom slova, vo svojom prístupe ho aj využívajú. Výskum bol vedený v dvoch moduloch. Prvým modulom bolo zistenie o sebazporovaní - myšlienky, postupy a pocity spojené so správaním klienta, čo účastníci plne vyjadrili. Druhým modulom bolo sebahodnotenie – hodnotenie vlastného s pozorovaním reakcií klienta, všetci účastníci vyjadrovali vlastné nastavenia, pozorovanie nielen seba svojich reakcií ale aj supervidovaného. *Premostením týchto dvoch modulov bolo zistenie u väčšiny účastníkov, plánovanie, spätné väzby, začínajúci supervízori sa zhodli v tom, že je vhodné požadovať od klientov rôzne návrhy a postupy, nasledoval by spoločný výber tej najvhodnejšej alternatívy k vyriešeniu určitej situácie.* Všetci účastníci sa zhodli, že autosupervízia má určitý význam, ktorý zlepšuje supervízne stretnutia, predchádza sa zbytočným nedorozumeniam, je určitou prevenciou syndrómu vyhorenia a je jednou z metód psychohygieny, v neposlednom rade verifikuje dané nastavenia priamo v teréne, pri práci s klientom.

Odporúčania do praxe, ktoré vyplynuli z nášho výskumu:

- Mapping používania autosupervízie v pomáhajúcich profesiách, hlbšie skúmanie tohto fenoménu, ktorý eliminuje syndróm vyhorenia u pomáhajúcich profesionálov.
- Aktívna propagácia o pozitívach autosupervízie v pomáhajúcich profesiách a šírenia informácií prostredníctvom prednášok, konferencií, workshopov, školení, kurzov, mediálna propagácia.
- Odporúčať nielen začínajúcim supervízorom ale aj profesionálom v pomáhajúcich profesiách, pravidelne po supervíznych sedeniach zrealizovať autosupervíziu, ktorá môže byť vhodnou prevenciou syndrómu vyhorenia, a týmto sa stáva jedným z dôležitých momentov v oblasti psychohygieny.
- Vytvoriť samostatný predmet Autosupervízia a zakomponovať ho do študijných programov v pomáhajúcich profesiách ako sú: sociálna práca, psychológia, sociálna pedagogika, špeciálna pedagogika, zdravotnícke odbory ako ošetrovatel'stvo, urgentná medicína a pod., ale napr. aj do akreditovaných kurzov ako Mediátor v civilnom práve, Supervízia v pomáhajúcich profesiách a pod.

ZÁVER

Supervízia je jeden z mocných nástrojov na verifikovanie správnosti postupov pri práci s klientom alebo skupinou. Slúži ako prevencia syndrómu vyhorenia a zaraďujeme ju medzi vysoko odborné špecializované činnosti v pomáhajúcich profesiách. Je určená pre každého, kto chce pomáhať zodpovedne.

Autosupervízia v rámci vlastného sebaopozorovania, sebahodnotenia, sebareflexie, spätnou väzbou je veľmi prínosnou metódou práve pri práci s klientom nielen u začínajúceho supervízora, ktorý hľadá odpovede na otázky, kladené sám sebe.

Autosupervízia je dôležitý proces vlastnej psychogygieny, ktorý eliminuje možný syndróm vyhorenia v profesionálnom výkone nielen začínajúcich supervízorov v pomáhajúcich profesiách, ale v neposlednom rade chráni supervidovaných pred ublížením alebo poškodením.

Začínajúci supervízori, ktorí aplikujú pri svojej práci autosupervíziu s akcentom na sebahodnotenie, sebaopoznanie, reflexiu a spätnú väzbu sú nielen svedomitejší, ale aj zodpovednejší, sú otvorení ku kreatívnym a netradičným riešeniam problému, vedia uchopiť situácie z rôznych uhlov pohľadu, mávajú presnejšie posúdenia dôsledkov svojho rozhodnutia, a tiež vedia efektívnejšie vyhodnotiť výsledok konania.

LITERATÚRA

BÁRTLOVÁ, E., 2007. *Supervize v sociální práci*. Ústí nad Labem: Fakulta sociálně ekonomická UJEP, 2007, ISBN 978-80-7044-952-3

CASEMENT, P., 1999. *Hledání a objevování*. Nakladatelství Lidové noviny, ISBN 80-7106-324-X

Etický kódex sociálneho pracovníka a asistenta sociálnej práce Slovenskej republiky.[online] [cit. 2022-13-010] 2015. Dostupné na internete: https://www.employment.gov.sk/files/slovensky/rodinasocialna-pomoc/socialna-praca/eticky-kodex_final-3.pdf

GABURA, J., 2018. *Supervízia v pomáhajúcich profesiách*. 1. vydanie, UKF v Nitre, Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva, ISBN 978-80-558-1260-1

GABURA, J., 2005. *Sociálne poradenstvo*. 1. vydanie, Bratislava: Občianske združenie Sociálna práca, ISBN 80-89185-10-X

HOWARD, FM, BEDDOE, L., & MOWJOOD, A., 2016. Interprofessional supervision in social work and psychology in Aotearoa New Zealand . *Aotearoa New Zealand Social Work* , 25 (4), 25–40. <https://doi.org/10.11157/anzswj-vol25iss4id60>

HUGHES, J.,M.: 2010, *School of Applied Social Studies, University College Cork, Ireland pod názvom The Role of Supervision in Social Work: A critical analysis*. Critical Social Thinking: Policy and Practice, Vol. 2, 2010. ISBN: 9781452268330

KAM-SHING YIP, 2011. *Self-reflection in reflective practice: A note of caution*. British Journal of Social work, [online].[cit.2022-07-09] Dostupné na internete:

<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=sih&an=22975861>

LANGS, R., 2018. *Doing supervision and being supervised*. Published by Routledge, ISBN 978-185575-0609

MORRISSETTE, P.J., 2001. *Self-supervision*. Routledge, Taylor & Francis Group, ISBN 1-58391-075-1

OLÁH, M., SCHAVEL, M., 2019, In: *Supervize (nejen) v sociální práci a sociálních službách*. MÁTEL, A., SCHAVEL, M., Praha: Institut zdravotních a sociálních věd, z.ú, 2019, ISBN 978-80-907489-0-3

RICHARD, A., SHEA, K., 2011. *Delineation of self-care and associated concepts*. University of Colorado Denver College of Nursing, Aurora, CO, USA

SCHAVEL, M., KUZYŠIN, B., HUNYADIOVÁ, S., 2018. *Podoby supervízie a prevencia syndrómu vyhorenia*. Zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie. Bratislava: VŠZaSP sv. Alžbety, ISBN 978-80-8132-193-1

SCHAVEL, M, TOMKA, M.,2010. *Základy supervízie a supervízia v praktickej výučbe v sociálnej práci*.VŠZaSP sv. Alžbety, ISBN 978-80-89271-87-0

VASKA, L., 2014. *Teoretické aspekty supervízie začínajúcich sociálnych pracovníkov*. Iris, Bratislava, ISBN 978-80-89726-23-3

VASKA, L., ČAVOJSKÁ, K., 2012. *Supervízia u začínajúcich profesionálov vo výkone sociálnej práce*. Výskumná správa, Bratislava: Iris, s. ISBN 978-80-89238-72-9

Vyhláška 224/2019 Z.z. ktorým sa mení a dopĺňa zákon č. 553/2003 Z.z. o odmeňovaní niektorých zamestnancov pri výkone práce vo verejnom záujme a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov

Zákon NR SR č. 305/2005 Z. z. o sociálnoprávnej ochrane detí a sociálnej kuratele a o zmene a doplnení niektorých zákonov znení neskorších predpisov

Zákon NR SR č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní v znení neskorších predpisov

Zákon NR SR č. 219/2014 Z. z. o sociálnej práci a o podmienkach na výkon niektorých odborných činností v oblasti sociálnych vecí a rodiny a o zmene a doplnení niektorých zákonov

Zákon NR SR č. 131/2002 Z.z. o vysokých školách a o zmene a doplnení niektorých zákonov

THE PATH OF PROFESSIONALISM OF BEGINNING SUPERVISORS IN SOCIAL WORK

Abstract: The paper deals with one of the key issues in helping professions, namely the development of reflexivity, which belongs to the basic equipment of helping professionals and beginning supervisors. Supervision is one of the powerful tools for verifying the correctness of procedures when working with a client or a group. It serves as a prevention of burnout syndrome and we include it among highly professional specialized activities in the helping professions. It is intended for everyone who wants to help responsibly. Supervision is legislatively treated by laws. In this area, self-supervision is an important and indispensable

moment of self-control when working in the social sphere. Self-supervision is a certain form of supervision in which not only the beginning supervisor in the helping professions turns to himself and asks himself whether he has used all possible alternatives to solve the problem, so that the problem is eliminated to the satisfaction of all involved. Self-supervision is a form of self-reflection, self-development, feedback aimed at reflection of one's own activities, feelings, reactions to behavior and feelings not only of the supervised, but also one's own. Self-supervision is an important process of one's own psychohygiene in the professional performance of not only beginning supervisors in the helping professions, and last but not least, it protects the supervised from harm or damage.

Key words: Supervisor. Supervised. Car supervision. Self-reflection. Feedback. Elimination. An alternative.