



INTERJÚ

INTERJÚ

„Bár többet foglalkozna a társadalom mindannyiunk jóllétével”

Interjú Sara Groffal, a Florida State University kutatójával

Sara Groff pszichológus, szociális munkás, a Floridai Állami Egyetem doktorandusza. Kutatási területe többek között a mentális egészség megőrzése és a nőket érintő kérdések tudományos igényű vizsgálata. A fiatal kutatónő nemrégiben egy magyarországi konferencián is előadott a mentális egészség témakörében. Ekkor kérdeztük meg arról, hogy szerinte milyen szerepet játszik a kommunikáció, az empátia és a konfliktuskezelés a segítő szakmákban.

Az interjút fordította Ruzsák Miklós.

MC: Szociális területen kutat és dolgozik. Mennyire fontos ezen a területen a kommunikáció és az empátia?

SG: A kommunikáció és empátia abszolút nélkülözhetetlen dolgok ezen a területen. A kapcsolatainkban nagyon sok probléma a gyenge kommunikációs képesség miatt kelet-

keznek. Szociális területen dolgozóként fontos, hogy kommunikáljunk a klienssel, valamint hogy fejlesszük a kommunikációs képességét, amit a saját kapcsolataiban tud előnyére fordítani. A jó kommunikáció fejleszti a képességünket, hogy könnyebben tudjunk számunkra nehéz dolgokról beszélni. Azonban ha ebben a direkt kommunikációban nincsen meg az empátia, mint összetevő, akkor az üzenet sokszor célt téveszt, vagy meg sem hallja a partner.

MC: El lehet sajátítani ezeket a készségeket, vagy alapvetően empátikus beállítódással, és jó kommunikációs képességekkel kell rendelkeznie annak, aki ezt a foglalkozást választja?

SG: Azt gondolom, hogy aki szociális területen szeretne karriert építeni, annak természeténél fogva jobb kommunikációs képességekkel és nagyobb empátiával kell rendelkeznie. Véleményem szerint fontos, hogy az emberek – főleg a szociális területen dolgozók – folyamatosan fejlesszék a kommunikációs és empátias képességüket. Mindig jobb kommunikátorok tudunk lenni, így mindig új utak nyílnak meg előttünk, hogy kimutassuk az empátiánkat a legkülönbözőbb kliensekkel szemben.



MC: Került már olyan helyzetbe a munkája során, amikor konfliktusokat kellett megoldania? Mi az, ami segített Önnek ebben?

SG: Igen, voltam olyan helyzetben a munkám során, amikor konfliktusokat kellett megoldanom. Azt gondolom, hogy ami leginkább segíteni tud ilyenkor az az, ha őszintén odafigyelve meghallgatjuk, hogy a másik fél mit akar mondani, és a problémát az ő szemszögéből nézve próbáljuk megérteni. Amikor elmondja a problémáját, akkor mintegy ellenőrzésként visszakérdezek, hogy valóban jól értettem-e a lényegét, aztán válaszolok a problémára, és visszakérdezéssel ellenőrzöm, hogy ő is megértette-e a lényegét annak, amit mondani próbáltam. Véleményem szerint a legfontosabb, hogy éreztessük, hogy tiszteljük a másik felet, ne ugorjunk a következtetések levonásához, és legyen nagyon tiszta és egyértelmű az üzenetünk. Szerintem a legtöbb konfliktus a kommunikáció hiánya miatt születik, ezért azt gondolom, hogy az első lépés a kommunikáció hiányának felszámolása.

MC: Mi a véleménye, meg lehet tanulni mindezt az iskolapadban, vagy mondhatjuk, hogy a segítő szakmák esetében kiemelten fontos a gyakorlatban szerzett tapasztalat?

SG: Nem tudom, pontosan milyen különbségek vannak az oktatási rendszerben az

országaink között, ezért kicsit nehéz erre válaszolni. Nálunk – például a szociális munka esetében – az oktatás része, hogy a hallgatóknak szakmai gyakorlaton kell részt venniük, amelynek során általában egy cégnél dolgoznak egy képezített szociális munkás vezetése alatt. Nagyon sok dolog van, amit meg lehet tanulni az osztályteremben, de az internship során a „való világban” tudják a hallgatók kipróbálni, amit megtanultak. Ez a program véleményem szerint nagyon fontos, és hatékony. Azt hiszem, az emberek többsége a gyakorlatból tanul a legtöbbet, ezért szerintem a hallgatóknak még több időt kellene terepen tölteniük az osztályterem helyett.

MC: Az Florida State University doktoranduszaként, kutatójaként milyennek látja a segítő szakmák jelenlegi helyzetét, illetve jövőjét és fontosságát a társadalomban?

SG: Úgy gondolom, hogy a segítő szakmák nagyon fontosak, de jelenleg nagyon alulértékelték a társadalomban. A szociális munkások bére például messze elmarad más foglalkozások béreitől. Azt hiszem, ez alapján ítéljük meg, hogy minek mekkora az értéke a társadalom számára, és ez nagyon szomorú. Azt kívánom, bár többet foglalkozna a társadalom mindannyiunk jóllétével, mint az egyéni jóléttel és a pénzcsinálással.

MC: Köszönjük, hogy megosztotta velünk és Olvasóinkkal ezeket a gondolatokat!