

## SOCIALINIO DARBO STUDENTŲ SAVIREFLEKSIJOS GEBĖJIMŲ UGDYMAS TEORINIUISE KURSUOSE

**Dr. Violeta Ivanauskienė**  
**Nijolė Liobikienė**

Vytauto Didžiojo universitetas, Socialinio darbo institutas, Socialinio darbo katedra  
Donelaičio g. 52, LT-44244 Kaunas  
Telefonas 8 37 32 78 47  
Elektroninis paštas violeta\_ivanauskiene@fc.vdu.lt, nijole\_liobikiene@fc.vdu.lt

Mykolo Romerio universitetas, Socialinio darbo fakultetas, Socialinio darbo katedra  
Valakupių g. 5, LT-10101 Vilnius  
Telefonas 247 06 37  
Elektroninis paštas sdk@mruni.lt

*Pateikta 2005 m. kovo 5 d.*  
*Parengta spausdinti 2005 m. kovo 30 d.*

### Santrauka

Socialinis darbas – tai dviejų asmenybių – darbuotojo ir kliento – sąveika. Šiame sąveikos procese socialiniam darbuotojui svarbu pažinti ne tik kliento savybes, poreikius, gyvenimo ir bendravimo patirtį, bet ir save patį.

Straipsnio tikslas – atskleisti socialinio darbo studentų savirefleksijos gebėjimų ugdymo galimybes dėstant teorinius kursus.

Straipsnyje nagrinėjamos refleksijų rašymo, kaip savęs pažinimo, metodo taikymo galimybės ir iššūkiai, atskleidžiami dėstant teorinius socialinio darbo kursus. Išskiriami refleksijos rašymo etapai (pradžia, atsiskleidimas ir integracija, įvertinimas, baigimas) ir dėsningumai. Aptariami jausmų reiškimo sunkumai bei iššūkiai dėstytojui: rizika sulaukti kritikos, konfidencialumo, objektyvumo išlaikymo svarba. Refleksijos padeda studentams pažinti save bei suteikia daugiau savirealizacijos galimybių, o dėstytojui leidžia geriau pažinti studentus.

**Pagrindinės sąvokos:** savirefleksija, refleksijų rašymas, empatija, konfidencialumas.

### Įžanga

Socialiniam darbuotojui, dirbančiam visuomenėje, turinčioje sudėtingų socialinių problemų ir daugybę žmogiškųjų poreikių, svarbu įgyti žinių ir gebėjimų, leidžiančių suprasti žmones įvairiose situacijose. Tai skirtingų mokslo sričių – psichologijos, sociologijos, pedagogikos, ekonomikos, teisės, antropologijos, biologijos – žinios. Socialiniam darbuotojui svarbu ne tik žinoti apie žmogaus vystymosi ypatumus, pagalbos metodus ir jų taikymo būdus, bet ir pažinti save, kad galėtų atsakingai, sąžiningai, disciplinuotai, sumaniai ir kūrybiškai naudotis savimi, kaip pagrindiniu įrankiu socialiniame darbe. Tam reikalinga savistaba, savianalizė, savęs studija. Pažinti save reikia tam, kad būtų galima maksimaliai išreikšti ir realizuoti save, savo asmenybės galimybes, kad galima būtų tapti tikruoju savimi. Tapti tuo, kuo žmogus gali tapti, tai ir reiškia aktualizuoti save (Maslow, 1979).

Socialinio darbo pagrindas – profesionalus, pasitikėjimu paremtas socialinio darbuotojo ir kliento ryšys. Pagrindinis socialinio darbuotojo instrumentas, naudojamas pagalbos procese – jis pats. Socialinis darbas – tai dviejų asmenybių – darbuotojo ir kliento – sąveika, o sistemų teorijos požiūriu – dviejų sistemų – socialinio darbuotojo, kaip keičiančio agento, ir kliento sistemos sąveika. Socialinis darbuotojas neišvengiamai yra pagalbos proceso dalis – ne tik kaip profesionalas, bet ir kaip asmuo. Nėra pasirinkimo būti ta dalimi ar ne – tiesiog reikia tai pripažinti. Šiame sąveikos procese svarbu nustatyti ne tik kliento savybes, ypatybes, gyvenimo bei bendravimo patirtį ir poreikius. Ypač svarbu pažinti save patį, kaip instrumentą, kuris naudojamas teikiant pagalbą.

Daugelis autorių (Baldwin ir Satir, 1987; Teyber, 1992) pabrėžia savęs taikymo svarbą terapiame procese. Darbuotojo patirtis, jausmai, vidinės nuostatos turi didelę, kartais lemiamą reikšmę socialinio darbo procese. Socialinių darbuotojų ugdymo procese, profesinio konsultavimo (supervizijos) ir seminarų metu dažnai galima pastebėti emocinį susitapatinimą, teisimą, įvairius gynybinius mechanizmus.

Straipsnio tikslas – atskleisti socialinio darbo studentų savirefleksijos gebėjimų ugdymo galimybes dėstant teorinius kursus.

Tyrimė dalyvavo 77 trečio ir ketvirto kurso studentai, studijuojantys socialinį darbą Vytauto Didžiojo universitete Socialinio darbo institute. Tyrimo metodika pagrįsta studentų rašytų refleksijų analize, anonimine apklausa raštu bei straipsnio autorių darbo užrašais (*Field notes*).

### Tyrimo rezultatai ir jų aptarimas

Pirmieji dveji bakalauro studijų metai Vytauto Didžiojo universitete skirti bendrosioms universitetinėms studijoms, paskutiniai dveji – specialybės studijoms, per kurias studentai įgyja ne tik teorinių žinių, bet ir lavina specifinius įgūdžius. Socialinių darbuotojų rengimo programose daugiausia dėmesio skiriama kliento problemų vertinimui, jo poreikių nustatymui ir pagalbos teikimui. Akivaizdu, kad labai mažai laiko ir dėmesio skiriama studento savęs pažinimui bei savianalizei, todėl jau pačiuose pirmuosiuose socialinio darbo specialybės kursuose siekiama parengti studentą nuolatinio savęs pažinimo procesui.

Dėstant teorinius kursus „Socialinio darbo pagrindai“ (SOR 221) ir „Socialinis darbas su individu ir šeima“ (SOR 315) nustatyta, kad dažniausiai studentai įsimena tik tas žinias, kurios nedaro didesnio poveikio jų elgesiui, netampa jų veiklos pagrindu. Be to, seminarų metu išryškėjantys stereotipiniai požiūriai į žmogų, teisiančios nuostatos, kliento pranašumų ignoravimas bei netikėjimas pokyčių galimybėmis neramino ir skatino ieškoti metodų, suteikiančių studentams galimybę geriau pažinti save ir padedančių jiems mokytis naudoti save kaip instrumentą socialinio darbo su klientais procese. Tuo tikslu taikomas refleksijų rašymas kaip pradinis metodas ugdant savęs pažinimo įgūdžius. Janette Rainwater (1994) nurodo, kad pokytis vyksta tada, kai žmogus įsisažmonina, kas jis yra, o ne tada, kai jis bando tapti tuo, kuo iš tikrųjų nėra, todėl reikia sau atsakyti: „Kas būtent dabar vyksta? Ką dabar darau? Ką dabar jaučiu? Ką dabar galvoju? Kaip dabar kvėpuoju? Ko aš noriu šiuo momentu? Ar aš noriu tęsti tai, ką dabar darau/galvoju/jaučiu/kaip kvėpuoju? O gal noriu kažką keisti?“. Kaip teigia Nilsas Magnaras Grendstadas (1997) savo knygoje „Vaizduotė ir jausmai“, rašant dienoraštį ar refleksijas svarbu, kad būtų rašoma būtent tai, ką žmogus jaučia ar galvoja tuo metu ir kad tai būtų įvardijama žodžiais. Autorė teigia, kad popieriuje užrašyti žodžiai veikia stipriau, nes tai susiję su didesniu „kanalų“ skaičiumi: jaučiama kaip rašymo priemonė spaudžia popierių, liečia ranką ir tuo pat metu popieriuje matomi žodžiai. Kad šis metodas būtų maksimaliai naudingas, autorius turi būti nuoširdus ir sąžiningas. Čia negali būti nieko klaidingo ar teisingo.

Šis metodas taikomas dėstant „Socialinio darbo pagrindų“ (SOR 221) ir „Socialinio darbo su šeima ir individu“ (SOR 315) teorinius kursus. **Refleksijų tikslas** – padėti studentui pažvelgti į save mokymosi procese, išmokti atpažinti ir išreikšti savo jausmus, ugdyti socialinio darbuotojo darbo užrašų rašymo gebėjimus bei stiprinti studento ir dėstytojo tarpusavio ryšius.

Po kiekvieno užsiėmimo studentai rašo užsiėmimo-seminaro refleksiją, kurioje jie bando įvardyti savo jausmus (emocinis komponentas), savo išvalgas arba suvokimą (kognityvinis komponentas) ir žinių naudojimo veikloje galimybes (veiksmo komponentas). Refleksijos turinys – konfidencialus, žinomas tik dėstytojui ir nevertinamas pažymiu. Refleksija, su dėstytojo reakcijomis (klausimais, komentarais, pastebėjimais), grąžinama pačiam studentui asmeniškai kito seminaro metu.

Per semestrą, studijuodami minėtus teorinius kursus, studentai parašo 10–12 refleksijų. Taškais vertinamas refleksijų skaičius – 1 taškas už kiekvieną refleksiją.

Analizuojant asmeninius užrašus apie studentų refleksijas bei pačias refleksijas, aiškiai matyti pasikartojantys dėsningumai, atspindintys refleksijų rašymo proceso vyksmą ir dėsningumus: **pradžia**, kuriai būdingas nepasitikėjimas, testavimas, įtarumas; **atsiskleidimas** ir **integracija** (kurso viduryje), kai laisviau, atviriau reiškiami jausmai, keliami klausimai ir svarstomos idėjos; **įvertinimas** ir **užbaigimas**, vykstantis kurso pabaigoje (žr. 1 lentelę).

Nepasitikėjimo, įtarumo komponentas galimas dėl kelių priežasčių: patirtis šeimoje, mokykloje, nesaugumas, noras įtikti dėstytojui, noras gauti geresnį pažymį ar suformuoti palankią nuomonę apie save. Galima daryti prielaidą, kad nemažai studentų augo autoritariškose šeimose, į universitetą perkelia savo mokyklos patirtį. Reikėtų nepamiršti galimų skirtingų asmenybės brandos lygmenų bei vystymosi krizių (Eriksonas, 1968), savo tapatybės, artimų ryšių siekimo arba, pagal V. Satir (1989), chaoso išgyvenimą dėl pokyčių (naujas dalykas, nauji dėstytojai, naujos užduotys).

Dėstytojo komentarai labai svarbūs – dažniausiai prašoma parašyti, ką studentai jaučia, mąsto (nežinau, ką tu parašysi, nežinau, kaip jautiesi, reikia rašyti, tai, ką jauti, supranti, o ne tai, ko nori ar tikisi dėstytojas). Proceso metu daugumos studentų refleksijose atsiranda daugiau spontaniškumo, pasitikėjimo.

Išreikšti jausmus – studentams sunkiausias uždavinys. Kai kurie studentai taip ir neišmoksta reikšti jausmų – jų žodynas skurdus, dažniausiai sulaukiama stereotipinių pasakymų: „normaliai“, „ge-

rai“, „blogai“, „patenkinamai“. Kai kurie studentai rašo tik apie tai, ką jie suvokė, suprato: „Supratau, kaip svarbu vertybės“, „Supratau, sužinojau apie darbą su klientu“ ir pan., tačiau žodžių, išreiškiančių jausmus, beveik nėra. Tokiu atveju dėstytojas savo komentarus dažnai pateikia klausimų forma: „Ką reiškia „normaliai“?“, „Kaip suprasti „gerai“?“ ir pan.

1 lentelė. Refleksijų rašymo procesas

Etapas	Charakteristika	Refleksijų turinys (citasos)
PRADINIS	Nepasitikėjimas; testavimas; įtarumas;	Nežinau, ką rašyti; nežinau, kaip reikia rašyti; ne viskas Jūsų kurse man patinka; viskas puiku; viskuo džiaugiuosi; supratau; sužinojau; jaučiuosi normaliai; ir pan.
Atsiskleidimas	Jausmų, idėjų, klausimų ir svarstymų laikas; žvilgsnis į save, savo patirtį šeimoje, mokykloje; pasitikėjimas dėstytoju; atsakomybės suvokimas;	Suvokiau; jaučiausi blogai; nesuprantu, kodėl; supykau; pasibaisėjau; ieškau, kaip suprasti; negaliu pateisinti, nors žinau, kad reikia; prisiminiau mokyklą; panašiai jaučiausi namie; augau alkoholio šeimoje; skaudu prisiminti; ir pan.
INTEGRACIJA	Atsiranda visi refleksijos komponentai: jaučiu, mąstau, veikiu ar numatau veikti; savo galimybių realus įvertinimas; pasirinktos specialybės suvokimas; atsakomybės klientui supratimas ir poelgių svarbos vertinimas;	Supratau, kaip svarbu empatija; reikia dar daug sužinoti; negalėčiau dirbti su ...; galvoju, kad reikėtų daugiau padėti šeimoms ir vaikams; suprantu, kad augau disfunkcinėje šeimoje; palengvėjo, nes padėjo suprasti, kodėl taip jaučiuosi; ir pan.
Įvertinimas, užbaigimas	Apibendrinama įgyta patirtis; refleksijų aptarimas; apsisprendimai;	Nors sunku buvo rašyti, bet labai naudinga; pripratau giliau analizuoti patirtį, jausmus; buvo naudinga; nors ir nesuprantu, kodėl reikia rašyti, bet buvo naudinga; supratau, kad šis darbas ne man; nedirbsiu socialinio darbo, bet tai, ką sužinojau, labai naudinga gyvenime; ir pan.

Kiti studentai skirsto jausmus į teigiamus ir neigiamus – tai būdinga autoritarinėms sistemoms. Gerus jausmus jie labai noriai išreiškia, ypač jei tai siejasi su dėstyto metodika. Galima įtarti slaptą norą įsiteikti, nes jausmai, laikomi „blogais“ (pyktis, sutrikimas, nepasitenkinimas), nurodomi retai.

Jausmų reiškinys ypač svarbus formuojant empatijos įgūdžius. Socialinio darbo srityje būtina šį įgūdį ugdyti bei stiprinti.

Baimė ir nepasitikėjimas savo jėgomis, atsakomybės pojūtis, abejonės dėl savo pasirinkimo tinkamumo išryškėja semestro viduryje. „Bijau, nežinau ar sugebėsiu; labai daug atsakomybės; kiek daug reikia žinoti; bijau kalbėti su klientu; nežinosiu, ką daryti“ ir panašios mintys gana dažnos semestro viduryje. Galima tikėti, kad atsiranda pasitikėjimas dėstytoju, studentai pradeda atviriau reikšti savo jausmus, nerimą, abejonę. Šiuo laikotarpiu labai svarbu padrašinantis dėstytojo žodžiai, empatiška reakcija, pastiprinimas.

Savęs atskleidimas ryškiausiai pastebimas semestro pabaigoje. Studentai pasidalija skaudžiomis savo gyvenimo istorijomis, šeimoje įgyta patirtimi. Šiuo laiku labai svarbu dėstytojo įsijautimas, jautrumas, taktas. Kartais refleksija virsta studento ir dėstytojo bendradarbiavimu, pagalbos procesu. Dažnai jau pačioje refleksijų rašymo pradžioje galima numatyti tokią proceso dinamiką: iš pradžių didelis uždarumas, stereotipiniai pasakymai – jaučiuosi normaliai; viskas labai gerai; džiaugiuosi dėl to, kas vyksta; kaip smagu, kad galiu mokytis; viskas labai naudinga; ir t. t. Dažniausiai šių studentų refleksijos būna gana trumpos, jose atsispindi disfunkcinės šeimos patirtys (jaučiu, ką turėčiau jausti; sakau, ko iš manęs tikimasi). Po seminaro apie alkoholizmą, smurtą atsiveria jausmų ir patirčių šaltinis, kartais studentai nori pasikalbėti asmeniškai apie savo išgyvenimus. Ši situacija gana sudėtinga, nes galima sumaišyti vaidmenis – dėstytojas nėra supervizorius ar konsultantas psichologas, tačiau atstumi studentą, kuris dažniausiai pirmą kartą atvirai prabyla apie savo problemas, taip pat negalima. Tokiu atveju empatiškai išklausa, padėjama už pasitikėjimą ir atvirumą, o prireikus ieškoma profesionalios pagalbos. Studentas pasijunta geriau ir savarankiškai sprendžia tolesnės pagalbos klausimą.

Refleksijos yra iššūkis dėstytojui (žr. 2 lentelę). Skatindamas atvirumą, dėstytojas rizikuoja sulaukti kritikos, kuri, nors ne visada objektyvi, emociškai gali būti nemaloni. Labai svarbu, kad dėstytojas vadovautųsi tomis vertybėmis, kurias deklaruoja, būtų jautrus, nuoširdus ir objektyvus. Pasitikėjimo išdavimas, vertinant refleksijų turinį pažymiu, šališkas, neobjektyvus elgesys, priklausanti nuo refleksijos turinio, niekais paverstų geriausius ketinimus ir sužalotų jauną žmogų. Konfidencialumas, generoriškumas, nuoširdumas ir objektyvumas – savybės, kurių reikia dėstytojui, savo darbe taikančiam šį metodą.

## 2 lentelė. Refleksijų rašymo metodo taikymas

Galimybės	IŠŠŪKIAI
Padedą studentui save pažinti	Reikalauja papildomo dėstytojo laiko
Padedą išreikšti jausmus	Galimi emociškai nemalonūs komentarai ar kritika
Sustiprina dėstytojo ir studento ryšį	Reikalauja asmenybės brandos
Leidžia ieškoti pagalbos	Galima vaidmenų sumaištis (dėstytojas – konsultantas)
Padedą pasirinkti	Galimas studento ir dėstytojo ryšio pablogėjimas

**Išvados**

1. Refleksija teoriniuose kursuose – reikšmingas metodas, skatinantis studentus geriau save pažinti, išreikšti jausmus, integruoti teorines žinias ir savo patirtį ir sudaro prielaidas geriau panaudoti savo, kaip profesionalo, žinias padedant klientui.

2. Refleksija padeda dėstytojui geriau pažinti studentą, prirėkus jam padėti.

3. Geriau pažindamas save studentas gali keisti savo pasirinkimą, ieškoti kitų savirealizacijos galimybių.

**LITERATŪRA**

1. **Baldwin M., Satir V.** The Use of Self in Therapy. – New York, London: The Haworth Press, 1987.
2. **Erikson E. H.** Identity: Youth and crisis. – New York: Norton, 1968.
3. **Grendstad N. M.** Vaizduotė ir jausmai. – Vilnius, 1997.
4. **Maslow A.** Motivation and Personality. – New York: Harper and Bros, 1979.
5. **Rainwater J.** Padėk sau. – Vilnius, 1994.
6. **Satir V.** The New People Making. – New York, 1989.
7. **Teyber E.** Interpersonal Process in Psychotherapy.– Pacific Grove, California: Brooks/Cole Publishing company, 1992.

**DEVELOPING SOCIAL WORK STUDENTS' SELF-REFLECTION SKILLS IN THEORETICAL COURSES****Dr. Violeta Ivanauskienė****Nijolė Liobikienė**

Vytautas Magnus University

Mykolas Romeris University

**Summary**

Social work is an interaction between two personalities: a social worker and a client. It becomes important for a social worker not only to identify client's qualities, needs, and life experience but also to know and understand himself/herself better.

The article analyses the possibilities and challenges of reflection writing method used in theoretical social work courses. The purpose of writing reflections is to help students to look at themselves in their learning process, trying to recognize and express their feelings, and also to train field notes writing skills. Expressing feelings is extremely important for developing emphatic skills necessary in social work. Teacher's individual comments are very important: they empower the students to express their real feelings, not what they think the teacher might expect them feel. Reflections also help to strengthen relations between a student and a teacher.

Phases of reflection writing (beginning, revealing, integration, evaluation, termination) are described. Students' difficulties to express their feelings and challenges for the teacher (risk to be cruised, importance of confidentiality and objectivity) are discussed. Reflections help students to know themselves better and give more opportunities to self-realization and they help teachers to know students better.

Thus, reflection writing in theoretical courses is a significant method enabling students to integrate theoretical knowledge and their practical experience in order to be helpful for a client.

**Keywords:** self-reflection, reflection writing, empathy, confidentiality.