

# ŠMIDOVÁ, M. – JAMBOROVÁ, R. – ŽUFFA, J.: *Counseling – umenie počúvať.*

Trnava : Dobrá kniha, 2016. 77 s.

ISBN 978-80-8191-043-2

Recenzovaná vedecká monografia „*Counseling – umenie počúvať*“ je dielom troch pedagógov Teologickej fakulty Trnavskej univerzity v Bratislave a výsledkom ich akademickej činnosti v rámci projektu KEGA – *Nový model študentskej praxe s využívaním counselingu ako metódy sprevádzania rodín so špecifickými sociálnymi potrebami*. Šmidová, Jamborová a Žuffa ukazujú *counseling* v špecifickej perspektíve sociálnych pracovníkov ako odborníkov, ktorí sa sústreďujú na bezprostredné poskytovanie podpory ľuďom v núdzi a ktorí spoločne vytvárajú tzv. *helping professions*, alebo v širšom chápaní *profesiu verejnej dôvery*. Recenzovaná práca predstavuje *counseling* (definovaný aj ako poradenstvo) ako jednu z metód sociálnej práce, ktorej cieľom je predovšetkým tak vypočuť, prijať a podporiť vnútorné zdroje a adaptačné schopnosti osoby, ktorá potrebuje pomoc, aby mala možnosť autonómne riešiť vlastné životné situácie.

V prvej časti knihy autori, poukazujúc na špecifiká *counselingu* (s jeho metódami) v rozličných častiach sveta, upozorňujú na dynamizmus jeho rozvoja v ostatných desaťročiach, čo nepochybne zdôrazňuje potrebu *dobročinnej podpory* tohto druhu. Jadrom *counselingu* sú vždy medziludzské vzťahy, ktoré sa prejavujú v pripravenosti poskytnúť kompetentnú pomoc druhému človeku. Ide o pomoc ponúkanú prostredníctvom dialógu, ktorý smeruje k vnútornej premene osoby v komplikovaných životných situáciách, a o prítomnosť poradcu (counselora), ktorý má k dispozícii primerané prostriedky a podporuje rozvoj sebapoznania, „objavenie vlastného ja“ a odlišného, dokonalejšieho pohľadu na prežívanú situáciu. Poradca môže v kontakte s klientom pozorným počúvaním a prejavom empatie pre neho vytvoriť „vnútorný priestor“, v ktorom nájde akceptovanie bez akýchkoľvek predchádzajúcich podmienok, prijatie celej jeho osobnosti a toho, čo svojim osobným opisom predstavuje. To zväčšuje vedomie vlastnej dôstojnosti (*empowerment*) klienta a v dôsledku toho mu umožňuje obnoviť vedomie zodpovednosti za vlastné skutky a rozhodnutia. V sociálnom poradenstve autori publikácie preferujú prístup orientovaný na osobu, ktorý má na zreteli objaviť a rozvíjať zdroje, ktoré sú prítomné v každom jednotlivcovi. Zdôrazňujú, že úlohou poradcu nie je radíť či vysvetľovať, ale pomôcť klientovi hľadať na celok problému ako celok, aby on sám našiel stratégiu jeho riešenia. V tomto procese veľmi dôležitú úlohu zohráva schopnosť aktívneho (empatického) počúvania zo strany poradcu, ktorá sa opiera o skutočný záujem o klienta. Poradca sa aktívne podieľa na vzťahu, snažiac sa pochopiť klienta a aj slovné mu túto svoju snahu vyjadrovať pomocou

techniky preformulovania, ktorá je pokusom len inými slovami vyjadriť klientovu skúsenosť. Pri aktívnom počúvaní je veľmi dôležité zdôrazňovať spôsob vyjadrovania sa klienta pomocou rozličných slovných vstupov: empatickým komentárom, otvorenými otázkami, či spätnými informáciami (feedback).

V druhej časti knihy sa autori sústreďujú na osobu poradcu a na jeho prípravu. Poukazujú na to, aké dôležité je pre *counselora* ovládať techniky poradenstva, mať komunikačné schopnosti a supervíziu. Medzi neodmysliteľnými vlastnosťami poradcu autori publikácie spomínajú autenticitu – pravosť, bezpodmienečnú akceptáciu a empatiu, zdôrazňujúc, že autenticita je *conditio sine qua non* dôvery zo strany klienta. Z toho dôvodu je žiaduce, aby bol poradca veľmi citlivý, bez akejkoľvek snahy popierať či stvárňovať to, čo cíti. Vierohodnosť poradcu je neodmysliteľnou podmienkou vzťahu pomoci a predpokladá súlad medzi tým, čo cíti, čo si myslí a tým, čo robí. Autori jednoznačne hovoria o tom, že bezpodmienečná akceptácia je základným postojom poradcu, ktorý nekladie nijaké úvodné podmienky a má od samého začiatku pozitívny vzťah ku klientovi bez ohľadu na čokoľvek a kohokoľvek. Úlohou poradcu je prejavíť klientovi od samého začiatku hlboký a úprimný záujem, ktorý nie je ovplyvnený posudzovaním jeho ideí, citov a skutkov. Tento záujem odzrkadľuje schopnosť poradcu k interakcii bez tvorenia akéhokoľvek mravného hodnotenia. Prijímať klienta s empatiou podľa autorov publikácie značí ocitnúť sa v jeho životnej situácii, pochopiť jeho osobné a intímne pocity ako svoje vlastné, nezabúdajúc pritom na to, že to v skutočnosti tak nie je. Skutočné chápanie druhého človeka sa musí vždy spájať s primeranou dávkou citovej angažovanosti a pozornou inteligenciou. V tomto kontexte autori publikácie hovoria o nutnosti supervízie v rámci sociálnej práce a o potrebe ochrany pred vyhorením vo vlastnom povolání.

V záverečnej časti publikácie nachádzame opis využitia *counselingu* v sprevádzaní invalidov, chorých, ale aj ich rodičov. Osobitná pozornosť je venovaná praktickej príprave študentov sociálnej práce na využívanie všetkých metód *counselingu*. Študentské praxe s využívaním metodológie sprevádzania, o ktorých hovoria autori publikácie, potvrdzujú osožnosť bližšieho kontaktu s realitou života klientov, ako aj nutnosť systematického zdokonaľovania schopností v novom operatívnom kontexte. V tomto zmysle sa ukázala prítomnosť supervízorov ako veľmi vzácna, lebo v každej chvíli mohli pomáhať študentom riešiť ich pochybnosti a uplatňovať primerané metódy. Kniha „*Counseling – umenie počúvať*“ novátorským spôsobom ukazuje hodnotu *consuelingu* ako veľmi užitočnej metódy sociálnej práce v jej celostnom chápaní v kontakte s klientmi. Toto profesionálne sprevádzanie im osobne umožňuje objavovať často veľmi vzácne vnútorné poklady, ktoré, správne využité, sa pričiňujú o zmenu optiky pohľadu na prežívanú situáciu, na správne rozhodnutia a na uskutočňovanie nových životných plánov.

ThLic. Krzysztof Trębski MI  
Teologická fakulta Trnavskej univerzity  
Kostolná 1, P.O. Box 173  
814 99 Bratislava  
krzysztof.adam.trebski@tvu.sk