



Dána Ósk Óskarsdóttir,
Ph.D. í félagsráðgjöf, Mag.theol. MA.theol.
Teymisstjóri stuðningsteymis starfsfólks Landspítala

Fagleg handleiðsla: *Gæðastimpill fagaðila*

TENGL OG SJÁLFSVITUND Í HJÁLPARSTARFI

Tengsl eru knúin af eðlislægri hvöt okkar til að bindast annarri manneskju sem veitir öryggi, umönnun og vernd. Slík tenging er grundvöllur lífsafkomu okkar og þar getur legið djúpur ótti um tengslarof. Við eigum öll okkar lífssögu, gömul sár, áfallareynslu og samskipti sem hafa farið illa. Allt þetta getur ýfst upp þegar fagfólk situr frammi fyrir þjónustuþegum sínum. Því er mikilvægt að fagfólk í hjálparstörfum og stjórnendum með mannaforráð hafi innsæi í eigin reynslu og áhrif hennar. Slík vitund styður skýr mörk milli persónusjálfs og fagsjálfs og getur dregið úr ómeðvitaðri yfirfærslu til skjólstæðings eða komið í veg fyrir hana. Það stuðlar að öruggari og betri þjónustu og þessi innsýn er forsenda faglegs öryggis og trúverðugleika í starfi.

VERULEIKI FÉLAGSRÁÐGJAFAR

Félagsráðgjafar starfa oft við aðstæður sem fela í sér mikið álag, bæði hvað varðar málafjölda og umfang þeirra, takmörkuð úrræði og þann sálræna

þunga sem mörg mál bera með sér. Slíkar starfsaðstæður geta útsett manneskjuna á bak við faghlutverkið fyrir óbeinum áföllum og vinnustreitu sem getur leitt til andlegs og líkamlegs heilsubrests ef slíkt er langvarandi. Kulnun og útbruni vísa einmitt til slíkra langtímaáhrifa streitu og álags og geta meðal annars birst í tilfinningalegri örmögnun og skertri getu til samkenndar með öðrum. Þrátt fyrir þessa þekkingu er fagleg handleiðsla víða takmörkuð; sums staðar er aðeins boðið upp á fáa tíma á ári og á öðrum stöðum stendur hún félagsráðgjöfum hreint ekki til boða.

Aukið aðgengi að faglegri handleiðslu gæti verið ein markvissasta umbótaleiðin til að efla heilsu og vellíðan fagfólks og styrkja þannig stoðir velferðarkerfisins.

HANDLEIÐSLA SEM FORVÖRN OG FAGÞRÓUN

Meginmarkmið faglegrar handleiðslu er að styðja lærdóms- og þroskaferli handleiðsluþegans, en slíkt ferli krefst

tíma. Rannsóknir benda til þess að fagleg handleiðsla geti haft forvarnargildi gegn útbruna og verið dýrmætt viðbragð við kulnunareinkennum. (Hawkins og Shohet, 2012). Reynslan sýnir þó að fólk áttar sig oft seint á þessum einkennum, iðulega ekki fyrr en þau eru orðin það alvarleg að veikindaleyfi verður nauðsynlegt. Með því að efla faglega handleiðslu og þar með heilbriggt vinnuumhverfi má bæta verulega aðbúnað fagfólks og þá þjónustu sem það veitir. Vinnustaðir eru bæði lagalega og samfélagslega skyldir til að stuðla að öryggi, heilsu og vellíðan starfsfólks og mætti velferðarkerfið vera bæði leiðandi og til fyrirmyndar hvað þá þætti varðar. Í því samhengi væri æskilegt að fagleg handleiðsla væri meðal innviða stofnana.

RÝMI TIL ÍGRUNDUNAR OG SJÁLFSKILNINGS

Fagleg handleiðsla er dýrmætt verkfæri í þeim sálrænu ferlum sem fagfólk tekst á við í starfi sínu, enda er þar boðið upp á tíma og rými til ígrundunar í fullum trúnaði þar sem unnt er að ræða öll mál og berskjalda sig.

Starfi félagsráðgjafa fylgir rík ábyrgð á trúnaði, þagmælsku og persónuvernd skjólstæðinga, sem ein og sér getur aukið sálrænt álag. Handleiðsluþeginn fær áheyrn, speglun og stuðning frá handleiðaranum og saman rýna þau í söguna, málin, upplifun og tilfinningar fagaðilans. Markmiðið er að efla sjálfskilning, dýpka sjálfsþekkingu og umhyggju í eigin garð, styrkja faglegt sjálfstraust og stuðla að auknum skilningi á hlutverkum. Slíkt skapar jafnframt tækifæri til að samþætta persónu fagaðilans, faglega færni og þekkingu og efla þannig fagvitund handleiðsluþegans.

BLINDIR BLETTIR: SPEGLUN Í HANDLEIÐSLU

Innan handleiðslusambands myndast tengsl og samvinna sem skapa rými fyrir heiðarlega speglun þar sem leyfilegt er að gagnrýna jafnvel þegar slíkt getur orðið óþægilegt. Í því samhengi getur handleiðarinn orðið sá spegill sem gerir handleiðsluþeganum kleift að sjá „blinda bletti“, það sem annars er erfitt að greina hjá sjálfum sér, líkt og að „sjá hnakkann á sér“. Markmiðið er að efla vitund fagaðilans um möguleg kulnunareinkenni eða skyld fyrirbæri sem koma upp í starfinu. Handleiðsluþeginn fær aðstoð við að ná góðum tengslum við sitt innra líf og auka þekkingu sína á eigin viðbrögðum og inngripum. Jafnframt er hvatt til sjálfsumhyggju, svo sem hvíldar, góðs mataræðis, hreyfingar og andlegrar næringar. Með þessum hætti verður handleiðslan mikilvægt stuðningstæki þar sem fagfólk öðlast skýrari sýn á eigin bjargráð og getur gripið fyrir til þeirra í streitufullum aðstæðum.

ÖRUGG HÖFN FAGFÓLKS

Fagleg handleiðsla er bæði spegill og öryggishnappur, örugg höfn sem gefur rými til sköpunar. Hún veitir fagfólki innsýn, stuðning og færni til að bregðast við áskorunum á öruggan, faglegan og frumlegan hátt. Fagleg handleiðsla er því ekki aðeins stuðningur við fagfólk heldur forsenda öruggrar, mannlegrar og vandaðrar þjónustu.

HEIMILDIR

- Díana Ósk Óskarsdóttir (2023). *Know thyself: A qualitative study of pastors' in the National Church of Iceland experience of supervision*. Háskólaprent.
- Hawkins, P. og Shohet, R. (2012). *Supervision in the helping professions* (4. útg.). Open University Press.
- Hudays, A, Gary, F., Voss, J. G., Hazazi, A., Arishi, A. og Al-sakran, F. (2024). Job satisfaction of nurses in the context of clinical supervision: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(1), 6.
- Martin, P, Lizarondo, L., Kumar, S. og Snowdon, D. (2021). "Impact of clinical supervision on healthcare organisational outcomes: A mixed-methods systematic review". *PLOS ONE* 16(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260156>
- Snowdon, D., Leggat, S. G. og Taylor, N. F. (2017). Does clinical supervision of healthcare professionals improve effectiveness of care and patient experience? A systematic review. *BMC Health Services Research* 17(1), 786. doi: 10.1186/s12913-017-2739-5.
- Sunneva Björk Gunnarsdóttir, Hafdís Skúladóttir og Hulda Sædís Bryngeldsdóttir. (2026). „Þetta gerir mig bara að betri deildarstjóra“ – Reynsla deildarstjóra hjúkrunar af áhrifum faghandleiðslu á líðan þeirra og störf. *Tímarit hjúkrunarfræðinga*, 102(1), 74–83. doi: 10.33112/th.102.1.3

Viðtal við Díönu Ósk er að finna í hlaðvarpi FÍ



Með því að efla faglega handleiðslu og þar með heilbriggt vinnuumhverfi má bæta verulega aðbúnað og fagfólks og þá þjónustu sem það veitir