

Od poklica do poslanstva – psihologi v prostovoljstvu

Lučka Guna, Tina Pogorelčnik, Nika Šašek, Katja Trbanc

Prostovoljstvo v Sloveniji še ni široko raziskano, še manj raziskav pa se nanaša na psihologe, ki poleg redne zaposlitve opravljajo prostovoljsko delo. V raziskavi smo na eksploratoren način želele preučiti motive psihologov za opravljanje prostovoljstva, njihove delovne naloge, povezovanje le-tega z njihovo izobrazbo ter uporabo poklicnih kompetenc psihologa. V raziskavi je sodelovalo 12 psihologinj, ki poleg redne zaposlitve opravljajo tudi prostovoljsko delo. Podatke smo pridobivale kvalitativno, prek individualnega polstrukturiranega intervjuja, izvedenega s pomočjo videoklica. Na podlagi odgovorov lahko zaključimo, da udeleženke prostovoljsko delo najpogosteje opravljajo zaradi želje po pomoči drugim, lastnega dobrega počutja in zadovoljstva ter pridobivanja novih veščin. Ti dejavniki pripomorejo tudi k vztrajanju pri tovrstnem delu. Slednje se pogosto navezuje na delo psihologa, večina udeleženk pa poroča, da v svoji izobrazbi vidijo pomembno prednost. Udeleženke izpostavljajo, da so na fakulteti dobile znanja na področju razvojne psihologije in osnov svetovanja, želele pa bi si pridobiti več konkretnih praktičnih izkušenj. Prostovoljsko delo jim pomaga pri opravljanju poklica predvsem prek razvoja medosebnih veščin in pridobivanja praktičnih izkušenj. Udeleženke pri delu v okviru prostovoljstva najpogosteje uporabljajo oz. potrebujejo kompetence opredelitve ciljev, intervencije, komunikacije, razmišljanja o sebi, stalnega strokovnega razvoja in profesionalne strategije. Redkeje pa uporabljajo kompetence raziskovanja in razvoja ter trženja in prodaje, kar se smiselno povezuje z neprofitno naravo samih dejavnosti. Naša raziskava prinaša pomemben začetni vpogled v področja, na katerih psihologi

opravljajo prostovoljstvo, izpostavlja pa tudi, na katerih področjih so njihova znanja in izkušnje pomanjkljive.

Uvod

Psihologija je veda, ki se ukvarja s preučevanjem uma in vedenja (Doyle, 2000, v Bajec, 2016). Tako strokovnjaki grobo opisujejo psihologijo, vendar pa je ta zapis precej skop in bralec težko razbere, kako bogata je ta veda. Obenem se psihologija že od svojega začetka nenehno razvija v toku z novimi znanstvenimi odkritji in ni nikoli podlegla stagnaciji, temveč se tako prilagaja kot tudi oblikuje trende raziskovanja v znanosti. Slednje rezultira v kontinuiranem razvoju novih teoretičnih in aplikativnih vej ter vedno širšem naboru znanj in zahtevanih kompetenc. Nenazadnje pa psihologija pridobiva ugled tudi kot veda, katere znanja lahko veliko doprinejo tudi k optimalnemu delovanju na drugih področjih, ki morda sicer niso primarno psihološka.

Kot posledica omenjenega razvoja psihologi delujejo na izredno različnih področjih. Ta zajemajo klinično psihologijo, ki se osredotoča na odpravo psihičnih stisk in povečanje blagostanja (ZKPS, b. d.), psihologijo v izobraževanju, kjer psihologi svoja znanja prenašajo na področje vzgoje, izobraževanja in šolanja (Musek, 2005), psihologijo dela in organizacije, ki se osredotoča na ljudi znotraj njihove poklicne poti, njihovega dela in dogajanja v organizacijah (Bajec, 2016), ter mnoga druga svojstvena področja, kot so športna psihologija, vojaška psihologija, ekonomska psihologija ... (EuroPsy, b. d.).

Ne glede na to, na katerem področju deluje psiholog, pa EuroPsy (b. d.) navaja nekatere poglobitve kompetence, ki naj bi jih ta razvil in uporabljal pri delu. Pomenijo opis različnih vlog, ki jih opravljajo psihologi, temeljijo pa na znanju, razumevanju in veščinah. Kompetence so sicer splošne, vendar pa se na različnih strokovnih področjih izvajajo na različne načine oz. so zastopane v različni meri.

Primarne kompetence mora biti sposoben dokazati vsak psiholog in so vezane predvsem na psihološko plat prakse; so edinstvene za to stroko glede vsebin, znanja in veščin. Sem prištevamo 20 kompetenc, ki jih nadalje razdelimo v šest kategorij (tabela 1) (EuroPsy, b. d.).

Tabela 1: *Primarne kompetence po EuroPsy*

Kategorija	Opis kategorije
Opredelelitev ciljev	Interakcija s klientom, da se opredelijo cilji intervencije ali storitve, ki bo opravljena (zbiranje informacij o potrebah in usklajevanje ciljev).
Ocenjevanje	Opredelejanje pomembnih značilnosti posameznikov, skupin, organizacij in razmer z ustreznimi metodami.
Razvoj	Razvijanje intervencij, storitev ali proizvodov na podlagi psihološke teorije in metod, ki jih lahko uporabljajo klienti ali psihologi.
Intervencija	Opredelejanje, priprava in izvedba intervencij, ustreznih za doseganje postavljenih ciljev, z uporabo rezultatov aktivnosti ocenjevanja in razvoja.
Evalvacija	Ugotavljanje ustreznosti intervencij glede na skladnost z načrtom intervencije in doseganje postavljenih ciljev.
Komunikacija	Zagotavljanje informacij klientom na način, ki ustrezno izpolnjuje njihove potrebe ter pričakovanja.

Poleg teh EuroPsy (b. d.) navaja še usposobitvene kompetence, ki praktiku omogočajo učinkovito zagotavljanje storitev; te niso strogo psihološke, temveč so enake kot pri drugih poklicih in ponudnikih (tabela 2).

Tabela 2: *Usposobitvene kompetence po EuroPsy*

Kompetenca	Opredelelitev
Profesionalna strategija	Izbor ustrezne strategije za reševanje problema (problemov) na podlagi refleksije o strokovnih razmerah in svojih primarnih kompetencah.
Stalen strokovni razvoj	Posodabljanje in razvijanje svojih primarnih in usposobitvenih kompetenc, znanja in veščin skladno s spremembami na področju, standardi in zahtevami psihološkega poklica ter glede na nacionalni in evropski Pravilnik EFPE o <i>EuroPsy</i> .
Poklicni odnosi	Vzpostavitev in vzdrževanje odnosov z drugimi strokovnjaki in ustreznimi organizacijami.
Raziskovanje in razvoj	Razvoj novih intervencij, storitev in proizvodov, ki lahko izpolnjujejo trenutne ali prihodnje potrebe klientov ter ustvarijo nove strokovne dejavnosti in poslovne priložnosti.
Trženje in prodaja	Opozorjanje dejanskih ali možnih klientov na trenutne in nove proizvode in storitve, vzpostavljanje stikov s klienti, priprava poslovnih ponudb, prodaja storitev, zagotavljanje storitev po prodaji.

Kompetenca	Opredelitev
Vodenje evidenc	Vzpostavljanje in vzdrževanje odnosov z (možnimi) klienti, spremljanje potreb in zadovoljstva klientov, prepoznavanje priložnosti za širitev strokovnih dejavnosti in poslovanja.
Upravljanje prakse	Oblikovanje in upravljanje prakse, ki zagotavlja storitve, ne glede na to, ali gre za malo podjetje ali za del večje zasebne ali javne organizacije, vključno s finančnimi, kadrovskimi in operativnimi vidiki; zagotavljanje vodstva uslužbencem.
Zagotavljanje kakovosti	Vzpostavitev in vzdrževanje sistema zagotavljanja kakovosti za celotno prakso.
Razmišljanje o sebi	Kritično razmišljanje o svoji praksi in usposobljenosti je ključno za strokovno usposobljenost.

Iz zapisanega je razvidno, da psiholog poseduje raznolika strokovna znanja, ki lahko presega okvire psihološke prakse in se kot koristna izkažejo tudi na drugih področjih, ki sicer niso eksplicitno vezana na psihologijo. Še posebej široko uporabne so usposobitvene kompetence, ki so enake kot pri drugih strokah in tako psihologu omogočajo veliko širine pri njegovem delovanju.

Znanja in veščine lahko psihologi uporabljajo tudi v delovanju zunaj svoje redne zaposlitve, saj se nekateri poleg te ukvarjajo tudi s prostovoljstvom na raznih področjih, ki pa so bolj ali manj vezana na psihologijo. Ravno delovanje psihologov na področju prostovoljstva je bil naš primarni fokus raziskovanja; natančneje torej vidik, kako se posamezniki, ki so po izobrazbi psihologi in ki so kot psihologi tudi zaposleni, ukvarjajo s prostovoljskim delom. O navedenem problemu je potrebno še veliko raziskovanja, saj med pregledom literature nismo uspele zaslediti nobene raziskave, ki bi se približala našemu raziskovalnemu problemu, ne v slovenskem ne v svetovnem merilu. Veliko raziskav je namreč posvečenih raziskovanju prostovoljstva ter psiholoških vidikov in motivov, ki so v ozadju (več o tem v poglavju »Kaj nas motivira za prostovoljstvo – primerjava med prostovoljci v študentskih društvih in prostovoljci v drugih prostovoljskih organizacijah«), vendar pa nobena od teh ne naslavlja same vloge psihologa kot take. Posledično smo se odločile, da bo naša raziskava eksploratorna, saj smo z našim raziskovanjem stopile na neraziskano področje in zato nismo imele na voljo teoretične podlage, iz katere bi lahko izhajale. Ključen doprinos raziskave bo osnovni vpogled na to področje, o katerem zaenkrat še ni veliko znanega.

Cilj naše raziskave je bil pridobiti splošne informacije o prostovoljskem delovanju psihologov ter natančnejše informacije o sami naravi povezave med

njihovim prostovoljskim delom in poklicem psihologa; torej ali povezava obstaja, in če obstaja, kakšna je.

Metoda

Udeleženci

V raziskavi je sodelovalo 12 psihologinj, ki poleg redne zaposlitve opravljajo tudi prostovoljsko delo. Prostovoljsko delo opravljajo na naslednjih področjih: spletno psihološko svetovanje, telefonska psihološka pomoč v času covid-19, področje socialnega dela, psihosocialna podpora za žrtve nasilja, taborništvo in pomoč družinam v stiski. Zaradi majhne velikosti vzorca in specifičnosti področij ostalih demografskih podatkov z namenom zagotovitve anonimnosti nismo zbirale, prav tako pa smo ocenile, da ti za analizo niso bili nujno potrebni.

Pripomočki

Podatke smo pridobile s pomočjo kvalitativne metode, in sicer s pomočjo individualnega polstrukturiranega intervjuja. Uporabile smo 12 osnovnih vprašanj ter dodatna pomožna vprašanja, ki smo jih zastavile glede na potek posameznega intervjuja. Vprašanja so se nanašala na: tipične naloge, ki jih opravljajo v okviru prostovoljskega dela; časovno perspektivo – koliko ur na teden povprečno posvetijo prostovoljskemu delu ter koliko časa ga že opravljajo; razloge za pričetek opravljanja prostovoljskega dela ter razloge za vztrajanje pri njem; razloge za izbiro področja opravljanja prostovoljskega dela; kaj osebno jim tovrstno delo prinaša; ali jim izkušnje in znanje, ki jih pridobijo pri prostovoljskem delu, koristijo pri opravljanju poklica psihologa; ali pri prostovoljskem delu vidijo prednost tega, da so psihologinje; kako jim pri tovrstnem delu koristijo izkušnje in znanje, ki so jih pridobile med študijskim procesom, ter ali pogrešajo kakšna znanja, ki jih na fakulteti niso pridobile; kompetence po Europsy; ali se zaradi njihove izobrazbe posamezniki pogosteje obračajo na njih; ali so vključene v kadrovanje in usposabljanje prostovoljcev; kaj so za njih najtežji vidiki prostovoljstva ter kakšne izzive je v njihovo prostovoljsko delo vnesla pandemija bolezni covid-19.

Postopek

Udeležence smo k sodelovanju povabile prek e-pošte, kontakte pa smo dobile s pomočjo Slovenske filantropije in lastnih poznanstev. Omejitev za vključitev posameznikov v vzorec je bila, da so po poklicu psihologi ter da so že redno zaposleni. V vzorec torej nismo vključile študentov in študentk psihologije, ki opravljajo prostovoljska dela. Skupno je bilo kontaktiranih 17 psihologov, od tega je en psiholog sodelovanje zavrnil, ker prostovoljskega dela ne opravlja več. Štirje psihologi se na povabilo k sodelovanju niso odzvali. Odločile smo se, da z intervjuvanjem udeležencev zaključimo pri 12 udeležencih, saj odgovori niso več prinašali prednosti, oziroma so se v veliki meri ponavljali, kar pomeni, da je prišlo do teoretične saturacije (Fusch in Ness, 2015).

Polstrukturirane intervjuje smo izvedle s pomočjo računalniškega programa Zoom ter aplikacije Microsoft Teams, saj jih zaradi epidemije bolezni covid-19 ni bilo mogoče izvesti v živo. V povprečju so trajali okoli 30 minut. Vsi intervjuji so bili s privolitvijo udeleženk zvočno posneti z namenom poznejšega zapisa transkripta pogovora in analize. Intervjuje smo izvajale vse avtorice te raziskave, udeleženkam pa smo zagotovile popolno anonimnost. Zvočne posnetke intervjujev smo v celoti pretvorile v dobesedni prepis besedila. Transkripte smo nato prebrale in iz njih izpisale ključne besede odgovorov. Pri vsakem vprašanju smo nato vsebinsko podobne odgovore združile v nadredne kategorije.

Rezultati in razprava

Udeleženke ($N = 12$) so odgovarjale na vprašanja, ki so glede na tematiko razvrščena v pet sklopov. Vsem udeleženkam nismo postavile popolnoma enakih vprašanj, saj nekatera od teh za določene udeleženke niso bila relevantna. To je tudi razlog za različne končne numeruse odgovorov.

Splošne informacije o prostovoljskem delu

V prvem sklopu so nas zanimale predvsem splošne informacije o prostovoljskem delu – koliko časa že opravljajo prostovoljsko delo, koliko svojega časa mu posvetijo ter kaj so njihovi razlogi za opravljanje prostovoljskega dela. Najpogosteje udeleženke prostovoljskemu delu posvetijo med štiri in šest ur tedensko ($n = 5$). Ostale navajajo, da mu posvetijo od dve do tri ure ($n = 2$), sedem do osem ur ($n = 2$), dve udeleženki pa navajata, da prostovoljskemu delu posvetita 30 ur mesečno. Odgovori udeleženk

glede časovnega obdobja opravljanja prostovoljskega dela se zelo razlikujejo. Navajajo, da ga opravljajo devet mesecev ($n = 2$), eno leto ($n = 1$), dve leti ($n = 1$), tri leta ($n = 1$), 6 let ($n = 1$), sedem do osem let ($n = 2$) ter 14 let ($n = 1$).

Kot najpogostejši razlog za opravljanje prostovoljskega dela prostovoljke navajajo konkretne pozitivne posledice ($n = 5$). Znotraj te kategorije prostovoljke najpogosteje navajajo željo po pomoči drugim ($n = 5$), poročajo pa tudi o novih izkušnjah, ki jih pridobijo ($n = 1$). Druga najpogostejša razloga sta zadovoljstvo in dobro počutje ($n = 4$), pri katerih prostovoljke omenjajo dober občutek, ki se pojavi ob delu ($n = 2$), zanimivost samega dela ($n = 1$) ter pozitivno okolje ($n = 1$). Tretja kategorija, ki smo jo oblikovale na podlagi odgovorov, je vezana na kompetence in veščine ($n = 2$). Prostovoljke poročajo, da so se za prostovoljsko delo odločile zaradi kompetenc, ki jih imajo, saj vedo, da lahko veliko doprinesejo k delovanju organizacije ($n = 2$), ena od prostovoljk pa je navedla, da se je za delo odločila zaradi nadgrajevanja poklicnih kompetenc. Nekaj razlogov prostovoljk smo združile v kategorijo drugo ($n = 4$). To so razbijanje ustaljenega dela ($n = 1$), altruizem kot posledico vzgoje ($n = 1$) ter zavedanje, da je določeno tematiko treba nasloviti ($n = 2$), kar lahko ponazorimo z besedami ene od udeleženk, ki je dejala »Enostavno se mi je zdelo, da tukaj je neka potreba, da je treba to nasloviti in delati na tem področju. In če ne bom jaz tega naredila, kdo pa bo.« Na podlagi opisanega lahko sklepamo, da se prostovoljke za opravljanje prostovoljskega dela odločajo predvsem zaradi želje po izboljšanju situacije in življenj drugih ljudi, kar je ena od prostovoljk povezala tudi s poklicem psihologa: »Če se odločiš za študij psihologije, si verjetno že želiš pomagati ljudem.« O podobnih rezultatih poročajo tudi avtorji poglavja Kaj nas motivira za prostovoljstvo – primerjava med prostovoljci v študentskih društvih in prostovoljci v drugih prostovoljskih organizacijah, ki so raziskovali motive za opravljanje prostovoljstva med prostovoljci v splošnem. Kot enega najpomembnejših motivov tudi oni izpostavljajo altruizem, tako kot naše udeleženske pa so tudi prostovoljci v njihovi raziskavi poročali o želji po učenju in razvoju.

Prostovoljke pri opravljanju prostovoljskega dela najpogosteje vztrajajo zaradi zadovoljstva in dobrega počutja ($n = 4$). Znotraj te kategorije so kot razlog navedle notranje zadovoljstvo ($n = 2$), občutek vzajemnosti ($n = 2$), produktivnosti ($n = 1$) in sreče. Drugi najpogostejši vzrok so konkretne pozitivne posledice ($n = 3$), kjer prostovoljke kot razlog navajajo pomoč drugim ($n = 2$), nove izkušnje, ki jih pridobiš ($n = 1$), ter odzive ljudi ob pomoči ($n = 1$). Ena od prostovoljk je dejala: »Odzivi ljudi na naših prvih

aktivnostih 13 let nazaj so bili tako ganljivi, srečni, veseli, dijaki pa tako hvaležni, da druge možnosti, kot da to počnem naprej in samo širim in osmišljam, ni.« Eden od razlogov opravljanja prostovoljskega dela je tudi življenjski smisel ($n = 3$), kjer prostovoljke navajajo, da vztrajajo zaradi občutka smisla ($n = 2$), osebnostne rasti ($n = 1$) ter občutka izpolnjenosti ($n = 1$). V kategorijo stiki z ljudmi, družabno življenje, navezovanje poznanstev ($n = 1$) smo uvrstile stik s svetovanci ($n = 1$). Ena od prostovoljk pa kot razlog navaja to, da gre za stvar, ki je zelo pomembna.

Kot zadnji so nas v tem sklopu vprašanj zanimali razlogi za opravljanje prostovoljskega dela na izbranem področju. Kot poglavitni razlog prostovoljke najpogosteje izpostavljajo zunanje okoliščine oz. slučaj ($n = 7$). Znotraj te kategorije kot razlog navajajo naključje ($n = 2$), prošnjo s strani ljudi v organizacijah oz. projektih ($n = 2$), opravljanje prakse na tem področju in nato nadaljevanje dela v obliki prostovoljstva ($n = 2$), na odločitve so vplivali tudi prispevki na televiziji ($n = 1$) ter krajevna skupnost ($n = 1$). Kot enega od razlogov omenjajo tudi pomembnost področja ($n = 4$). Ena prostovoljka izpostavlja, da »pomaga, kjer je to potrebno,« druge pa pravijo, da se jim to področje zdi pomembno ($n = 1$), gre za del osebne etike ($n = 1$) in da se je prostovoljstvo zdela dobra ideja oz. odločitev ($n = 1$). Eden od razlogov je tudi osebna korist ($n = 3$). Te prostovoljke pravijo, da so to področje izbrale, ker jim to koristi ($n = 1$) ter iz želje po nadgradnji lastnega znanja ($n = 1$).

Koristi in težki vidiki prostovoljstva

Drugi sklop vprašanj se je nanašal na osebne koristi prostovoljskega dela za prostovoljke in na težke vidike, ki jih to delo prinaša. Kot osebne koristi prostovoljskega dela prostovoljke najpogosteje omenjajo konkretne pozitivne posledice ($n = 10$). Znotraj te kategorije je najbolj pogost odgovor konkretna pomoč nekemu ($n = 6$), tri prostovoljke omenjajo tudi pridobitev konkretnih izkušenj. Prav tako jim prostovoljstvo pomeni način, kako izboljšati družbo ($n = 2$), delati nekaj vrednega in nekaj prispevati k družbi ($n = 2$), saj kot je izpostavila ena prostovoljka: »Eni pravijo, da ne moreš spremeniti sveta. Jaz pa pravim, da lahko nekaj malega storiš ti, pa on nekaj malega stori, pa se lahko hitro nekaj premakne.« Drugi najpogostejši osebni koristi sta zadovoljstvo in dobro počutje ($n = 9$), kjer so najpogosteje omenjeni notranje zadovoljstvo ($n = 3$) in dober občutek ($n = 3$) ter hvaležnost ($n = 2$). Ena prostovoljka je dejala, da ji prostovoljsko delo prinaša samozavest, ena pa izpostavlja, da ji je delo preprosto vseč. Prostovoljsko delo jim prinaša tudi kompetence in veščine ($n = 5$), predvsem nadgrajevanje že

usvojenih kompetenc in veščin ($n = 3$). Prostovoljke izpostavljajo različne kompetence, in sicer urjenje v javnem nastopanju, načrtovanje, organizacijo, improvizacijo, razmišljanje o željah ciljne publike, razvijanje empatije in razumevanja, pa tudi vsesplošno učenje. Kot ena od koristi je bilo omenjeno tudi pridobivanje stikov z ljudmi oz. navezovanje poznanstev ($n = 5$). Prostovoljke menijo, da jim tovrstno delo omogoča stike z drugimi ljudmi ($n = 2$), kar ponazori izjava ene od prostovoljk, ki je dejala, da »gre za nek kontakt in nek dotik, ki ga sedaj ne smeš imeti v fizičnem smislu, ampak je dotik v nekem drugem smislu.« Delo jih tudi povezuje z isto mislečimi in jim prinaša nova poznanstva ($n = 3$). Prostovoljstvo udeleženkam intervjuja prinaša tudi življenjski smisel ($n = 4$). Glede na odgovore prostovoljk jim prostovoljsko delo prinaša izpolnitev ($n = 2$), jih bogati oz. jim omogoča osebnostno rast ($n = 2$), prav tako pa daje občutek smisla ($n = 2$).

Prostovoljke kot najpogostejši težek vidik prostovoljstva ($n = 5$) navajajo časovni vidik. Tako včasih težko najdejo čas za prostovoljsko delo, saj imajo tudi svojo redno službo, družino in druge obveznosti. Včasih se počutijo tudi preobremenjene in utrujene ter težko najdejo energijo še za prostovoljstvo. Omenjeni so tudi občutki nemoči ($n = 3$), kjer je izpostavljeno dejstvo, da vsem ljudem ne moreš pomagati in da se je včasih s tem tudi težko soočiti, ter soočenje z lastnimi vsebinami ($n = 2$), kar pa se po mnenju prostovoljk da rešiti predvsem z intervizijo in supervizijo ter s postavljanjem mej. Ena od udeleženk izpostavlja tudi birokracijo, saj se srečuje z vodenjem velikega števila evidenc in dokumentov, česar niti ni pričakovala, ko se je odločila za to delo.

Delovne naloge

Tretji sklop vprašanj se je nanašal na tipične delovne naloge, ki jih prostovoljke opravljajo pri svojem prostovoljskem delu. Tako najpogosteje navajajo naloge, vezane na psihološko pomoč ($n = 8$). Tukaj navajajo predvsem pregledovanje e-poštnih sporočil za psihološko podporo ($n = 3$), dogovarjanje za srečanja za psihološko podporo ($n = 3$) ter samo zagotavljanje psihološke podpore ($n = 3$), dežurstvo na e-poštnem naslovu ($n = 1$), svetovanje ($n = 1$), reševanje življenjskih situacij ($n = 1$), izvajanje skupine za samopomoč ženskam, ki so doživele spolno zlorabo, ter supervizijo ($n = 2$). Drugi najpogostejši delovni nalogi sta delo z otroki ($n = 3$), med katerimi so učna pomoč otrokom ($n = 2$), druženje z otroki ($n = 2$) in varstvo otrok ($n = 1$) ter priprava aktivnosti ($n = 3$), med katere se uvrščajo priprava srečanj za tabornike oz. skavte ($n = 2$), priprava načrtov za voditelje tabornikov ($n = 2$) ter priprava vsebin za tabore pri

tabornikih ($n = 2$). Pogosto so naloge vezane tudi na ozaveščanje o duševnem zdravju ($n = 2$), med njimi so izvajanje predavanj o duševnem zdravju ($n = 2$) ter pisanje prispevkov na temo duševnega zdravja ($n = 1$). Ena od delovnih nalog so tudi kadrovske zadolžitve ($n = 2$), med katere sta uvrščena koordiniranje prostovoljcev ($n = 1$) ter izvajanje razgovorov ($n = 1$). Nekaj delovnih nalog prostovoljk smo združile v kategorijo drugo ($n = 5$), med katere smo uvrstile koordinacijo delitve hrane ($n = 2$), urejanje družbenih omrežij ($n = 1$), pomoč pri lokalnem društvu za starejše občane ($n = 1$) ter izvajanje coaching srečanj za odrasle popotnike in popotnice ($n = 1$). Rezultati kažejo, da se njihove delovne naloge najpogosteje nanašajo na klinično področje, kar lahko pripišemo tako trenutni situaciji (npr. tri udeleženke zagotavljajo pomoč med epidemijo), prav tako pa potrebi po psihološki pomoči in njeni splošni nedostopnosti v slovenskem prostoru.

Zanimalo nas je tudi, ali naše udeleženke sodelujejo pri izobraževanju in usposabljanju ostalih prostovoljcev. Večina prostovoljk ($n = 8$) ne sodeluje pri izobraževanju in usposabljanju drugih prostovoljcev. Tiste, ki sodelujejo ($n = 3$), se ukvarjajo predvsem s supervizijo, spremljanjem kakovosti odgovorov ali pa pripravljajo izobraževanja za ostale prostovoljce. Dve od prostovoljk, ki se ne ukvarjata z izobraževanjem in usposabljanjem, poudarjata, da je temu tako le zaradi trenutnih življenjskih situacij, da si pa to vseeno želita početi v prihodnje.

Povezava poklica in izobrazbe s prostovoljskim delom

V četrtem sklopu vprašanj, ki je bil tudi najobsežnejši, smo prostovoljke spraševale predvsem o njihovi izobrazbi in povezavi izobrazbe s prostovoljskim delom. Zanimalo nas je, ali vidijo kakšno prednost psihološke izobrazbe pri prostovoljskem delu. Le ena od prostovoljk poroča, da v svojem poklicu v primerjavi z drugimi ne vidi nobene prednosti za opravljanje prostovoljskega dela. Dve prostovoljki sta mnenja, da ima vsak poklic določeno prednost, saj posamezniku prinese neka nova znanja in kompetence, tri pa dodajajo, da je pri prostovoljstvu bistveno, da je študij oz. poklic usmerjen v delo z ljudmi, ni pa nujno, da je to ravno psihologija. Večina prostovoljk ($n = 9$) pa kljub temu izpostavlja določene prednosti svojega poklica, kot so poznavanje razvoja in motenj v razvoju otrok in mladostnikov, dobra teoretična podlaga ter več znanja o komunikaciji in aktivnem poslušanju v primerjavi z drugimi poklicnimi profili. Devet prostovoljk opravlja delovne naloge, povezane s psihološkim svetovanjem, tri pa opravljajo delo, pri katerem je psihološka izobrazba predpogoj, zato so takšni rezultati smiselni in

pričakovani. Vendar tudi prostovoljke, ki opravljajo druge vrste prostovoljskega dela, izpostavljajo pomembno prednost psihološke izobrazbe. Ena od njih je izpostavila, da ji je »psihološka izobrazba močno pomagala tudi pri vsakdanjih dogovorih in razumevanju drugih«. Na podlagi odgovorov lahko zaključimo, da študij psihologije posamezniku da določene medosebne spretnosti in kompetence, ki so v splošnem koristne pri delu z ljudmi, in tako psihologom omogoča lažje opravljanje prostovoljskega dela.

Povprašale smo jih tudi o tem, ali menijo, da se zaradi njihove izobrazbe uporabniki pogosteje obračajo nanje. Nekatere prostovoljke ($n = 5$) so poročale, da nimajo občutka, da bi se na njih pogosteje obračali samo zato, ker so psihologinje. Nekatere od teh so tudi izpostavile, da dvomijo, da uporabniki sploh vedo, kaj so one po poklicu in da tudi same tega ne izpostavljajo. Tudi ko se predstavijo, se ne predstavijo s svojo izobrazbo, pač pa z imenom. Od tistih, ki so odgovorile, da se uporabniki na njih obračajo, ker so psihologinje, pa jih je večina ($n = 3$) odgovorila, da je temu tako, ker delo zahteva izobrazbo psihologa, ne pa zato, ker bi to same izpostavljale.

Zanimala so nas tudi znanja, pridobljena na fakulteti, ki jim pomagajo pri prostovoljskem delu, ter znanja, za katera bi si želele, da bi jih pridobile med izobraževanjem, vendar jih niso. Prostovoljke kot pomembna izpostavljajo tako vsebinska znanja kot tudi različne praktične kompetence, ki so jih pridobile med študijskim procesom. Med vsebinskimi znanji najpogosteje izpostavljajo znanja o razvoju otrok in mladostnikov ($n = 4$), tem pa sledijo pedagoška znanja ($n = 2$) in osnovne svetovalne spretnosti ($n = 2$). Prostovoljke poročajo, da jih je študij dobro opremil s komunikacijskimi kompetencami in kompetencami aktivnega poslušanja ($n = 3$), prav tako so pridobile nekaj praktičnih znanj o vzpostavljanju odnosa s svetovanci ($n = 1$) in ohranjanju meja svetovalnega odnosa ($n = 1$). Več kot polovica prostovoljk ($n = 7$) izpostavlja, da so na fakulteti pogrešale praktična znanja, želele bi si pridobiti tudi več konkretnih svetovalnih spretnosti in znanj o pomoči v stiski ($n = 7$). Prostovoljke omenjajo tudi nekaj medosebnih spretnosti; želele bi pridobiti več veščin sočutja do sočloveka in razumevanja drugih ($n = 2$) ter tudi veščin spoprijemanja s težkimi izkušnjami, s katerimi se soočajo pri delu ($n = 1$).

Od prostovoljk smo želele pridobiti tudi informacijo, katere kompetence po njihovem mnenju potrebujejo za opravljanje prostovoljskega dela. Vse prostovoljke poudarjajo, da navedenih kompetenc ne uporabljajo nujno v neposredni povezavi s psihološkim delom oz. na način, kot so opisane v certifikatu EuroPsy, kljub temu pa večino kompetenc uporabljajo oz. upravljajo

z njimi. Vse prostovoljke ($N = 12$) pri prostovoljskem delu uporabljajo naslednje primarne kompetence: opredelitev ciljev (vključuje npr. analizo potreb uporabnikov in postavljanje ciljev delovanja), intervencijo (prostovoljke so izpostavile, da se ta nanaša v večji meri na delo s posamezniki in načrtovanje intervencij) in komunikacijo (vključuje tako ustno komunikacijo z uporabniki in sodelavci kot tudi pisno komunikacijo v obliki poročil in podobnih izdelkov), sledita pa evalvacija, pri kateri prostovoljke na neformalen način evalvirajo uspešnost in kakovost svojega dela ($n = 10$), in ocenjevanje, pri katerem se osredotočajo na ocenjevanje posameznikov ($n = 8$). Prostovoljke so kot relevantno za njihovo delo najmanjkrat navedle razvoj novih intervencij, storitev ali proizvodov ($n = 5$). Med usposobitvenimi kompetencami so vse prostovoljke kot pomembno navedle razmišljanje o sebi, saj so vse mnenja, da je ta ena ključnih kompetenc psihologa, ki jo mora uporabljati skozi celotno poklicno pot ($N = 12$). Sledi stalen strokovni razvoj ($n = 11$), pri katerem prostovoljke kot pomembno izpostavljajo izobraževanje in lastno iniciativo za pridobivanje novih informacij, nato pa profesionalna strategija (ki se nanaša predvsem na načrtovanje prostovoljske »kariere«) in poklicni odnosi ($n = 10$). Ena od prostovoljk je izpostavila, da »brez pravega odnosa skoraj nisi več prostovoljec«. Kompetenci, ki so ju prostovoljke najredkeje omenjale kot pomembni za njihovo delo, sta upravljanje prakse, saj se večina s tovrstno dejavnostjo ne ukvarja v sklopu prostovoljstva ($n = 3$), ter trženje in prodaja, kar se smiselno povezuje z dejstvom, da so vse organizacije, pri katerih delujejo udeleženske, neprofitne ($n = 1$). Če rezultate vprašanja o kompetencah povežemo z delovnimi nalogami psihologinj, so ti pričakovani, saj se predvsem kompetence analize potreb in postavljanja ciljev ter tudi intervencije in komunikacije tesno povezujejo s svetovalnim delom in psihosocialno podporo, s čimer se ukvarja večina naših udeleženk. Enako velja za najpogosteje izpostavljene usposobitvene kompetence. Kot pravi ena od prostovoljk: »Zdi se mi, da je razmišljanje o sebi ena ključnih lastnosti psihologov, seveda ves čas delam tudi to.« Najpogosteje uporabljene usposobitvene kompetence pa lahko povežemo tudi z naravo poklica psihologa, saj se ta vseskozi razvija, delo pa se lahko posameznika zelo dotakne, kot tudi izpostavljajo udeleženske. Zato je pomembno, da se tudi same razvijajo in razmišljajo o svojem delu. Za takšne rezultate bi lahko iskali razloge tudi v sami obliki študija, ki pri velikemu številu predmetov vključuje refleksije o lastnih duševnih procesih in delu.

Zadnje vprašanje v sklopu pa se je nanašalo na to, ali jim opravljanje prostovoljskega dela pomaga tudi pri opravljanju poklica psihologa. Vse prostovoljke ($N = 12$) so odgovorile pritrdilno. Najbolj pogosto so izpostavile koristi, ki se nanašajo na socialne oz. medosebne vidike ($n = 8$). Prostovoljke so omenile,

da jim tovrstno delo pomaga pri komunikaciji oz. razvijanju spretnosti pogovora ($n = 4$), pri razumevanju drugih ljudi ($n = 3$) ter jim obenem omogoča vpogled v bogastvo človekovega doživljanja ($n = 2$). Poleg komunikacije delo razvija tudi čut za poslušanje ($n = 2$), empatijo oz. sočutnost ($n = 2$), sprejemanje drugih ($n = 1$) in strpnost ($n = 1$). Ena prostovoljka je dejala tudi, da ji pomaga pri timskem delu in sodelovanju z drugimi. Prostovoljsko delo prostovoljkam prinaša tudi praktične izkušnje ($n = 6$). Prostovoljke namreč izpostavljajo, da prek prostovoljskega dela pridobivajo dejanske izkušnje ($n = 3$), ki jim koristijo pri delu. Prostovoljsko delo namreč ponuja vpogled v trenutno dogajanje ($n = 1$) in omogoči relevantnost pri delu, saj prek tega vedo, kaj je aktualno ($n = 1$). Obenem omogoča razvijanje življenjskih veščin, ki jih ne pridobiš na fakulteti ($n = 1$), pomaga pri konkretnem delu z uporabniki ($n = 1$), razumevanju praktičnih izzivov ($n = 1$) in pri stvareh, na katere moraš biti previden pri delu ($n = 1$). Ena od udeleženk je tako izpostavila, da »vsak faks nekaj da, veliko tistega življenjskega pa ti ne da«. Prav tako omogoča spoznavanje ljudi ($n = 1$). V odgovorih smo opazile tudi temo osebnostne rasti ($n = 4$), saj so prostovoljke dejale, da jim je prostovoljstvo omogočilo spoznavanje sebe ($n = 1$) in intelektualno širino ($n = 1$), prav tako pa tudi odpornost na stres ($n = 1$) in pridobitev trde kože ($n = 1$). Zadnja kategorija odgovorov zajema strokovne in organizacijske kompetence ($n = 3$). Med slednje smo uvrstile odgovore, kot so vodenje svetovalnega procesa ($n = 1$), načrtovanje ($n = 1$), administracija ($n = 1$), usmerjenost v rešitev ($n = 1$), iznajdljivost ($n = 1$) in vodstvene izkušnje ($n = 2$). Kot primer lahko navedemo izjavo prostovoljke, ki je dejala: »Po naravi sem bolj komplikator. Sedaj pa, ko sem vržena v neko situacijo, vse te izkušnje potegnem na plan in naredim.« Iz odgovorov je razvidno, da prostovoljstvo ponuja ravno tisti vidik, ki je pri študiju močno pomanjkljiv – praktične izkušnje, sploh na področju konkretnega dela z ljudmi in vzpostavljanja medosebnih odnosov.

Covid-19 in vpliv na prostovoljstvo

Zadnji sklop vprašanj, ki je sicer zajemal le eno vprašanje, se je nanašal na trenutno situacijo v prostovoljstvu zaradi epidemije bolezni covid-19. Večina prostovoljk ($n = 9$) je začutila vpliv epidemije bolezni covid-19 na prostovoljstvo. Ostali prostovoljki ($n = 2$) poročata, da nista zasledili oziroma občutili vpliva epidemije na prostovoljsko delo, ki ga opravljata. Ena sicer poroča, da so se mogoče spremenili razlogi, zaradi katerih se ljudje odločajo poklicati na linijo, na kateri deluje, pa še to so posamezniki, ki želijo le sprostiti svoje frustracije, večinoma zaradi sprejetih ukrepov. Od tistih, ki so začutili vpliv,

dve prostovoljki poročata, da se je zaradi epidemije sploh vzpostavilo njuno prostovoljsko delo, medtem ko se je dvema udeleženkama zgodilo to, da se je njuno prostovoljsko delo zaradi epidemije popolnoma prekinilo. Tistim, ki prostovoljsko delo še vedno opravljajo, se je zgodil porast dela, npr. več je iskalcev oziroma prosilcev pomoči. Zanimivo je opažanje ene udeleženke, ki je občutila porast uporabnikov po koncu prvega vala spomladi, kar sama razlaga z naslednjimi besedami: »Predvidevam, da so kar naenkrat imeli vsi več časa, časa za svoje misli in so se lahko ukvarjali sami s sabo in premlevali neke potlačene vsebine, ki so jih potem želeli dati ven.«

Kot največji izziv prostovoljstva v času epidemije udeleženke ($n = 7$) navajajo težave z izvajanjem, saj se v živo ne more oziroma ne sme izvesti skoraj nobenih dejavnosti. Tako so primorane iskati nove in predvsem ustrezne načine zagotavljanja pomoči, ki pa bodo še zmeraj učinkoviti. Ena od udeleženk izpostavlja tudi težave z zagotavljanjem anonimnosti iskalcev pomoči. Na podlagi odgovorov lahko sklepamo, da se je prostovoljsko delo, ki se vsaj do neke mere povezuje s psihološkim poklicem, zaradi epidemije spremenilo, kar je od udeleženk zahtevalo določeno mero prilagajanja in iznajdljivosti, opazile pa so tudi nove priložnosti za prostovoljsko delo in pomoč.

Zaključek

Kot glavno pomanjkljivost raziskave bi izpostavile dejstvo, da se zaradi pomanjkljive literature in splošnih podatkov o psihologih v prostovoljstvu nismo mogle opirati na vire, ki bi nam pomagali pri interpretaciji rezultatov, prav tako pa nismo mogle postaviti utemeljenih hipotez. Poleg tega bi bilo priporočljivo v prihodnjih raziskavah zbrati bolj heterogen vzorec, saj so bile v našem vključene izključno ženske, prav tako pa je večina udeleženk v našem vzorcu opravljala prostovoljsko delo, vsaj do neke mere povezano z delom psihologa (npr. svetovanje, psihološka pomoč, psihosocialna podpora).

Čeprav so si bili odgovori naših udeleženk precej podobni, bi vseeno opozorile na previdnost pri posploševanju zaradi manjšega števila udeleženk ter zaradi že omenjene homogenosti vzorca. Kljub temu izpostavljamo, da naša raziskava prinaša pomembne začetne informacije o psihologih, ki opravljajo prostovoljstvo, ter značilnostih njihovega dela v povezavi s samim poklicem. Dodatno osvetljuje glavne težave, s katerimi se soočajo prostovoljke na teh področjih, kar lahko pomaga snovalcem izobraževalnih programov, da v prihodnje vanje vključijo več znanj in kompetenc, ki jih psihologinjam primanjkuje, saj so naše udeleženke pogosto omenile, da so se bile veliko

stvari primorane naučiti poleg rednega študija. Naša raziskava tudi izpostavlja, da je prostovoljstvo, ki vključuje psihološko pomoč v Sloveniji, še kako potrebno, sploh v času epidemije covida-19, saj večina prostovoljk opravlja ravno tovrstno delo. Ena od prostovoljk je celo opozorila, da je po njenem mnenju čedalje več ljudi v stiski, sistem pa se namesto sprejemanja ukrepov zanaša na delo prostovoljcev. Vsekakor lahko trdimo, da študij psihologije in sam poklic psihologa pomembno pripomore k spretnostim dela z ljudmi, kljub temu pa psihologom po mnenju naših udeleženk primanjkuje pomembnih praktičnih znanj za prostovoljsko delo. Prostovoljsko delo in izobrazba na fakulteti pa se prepletata ne le prek samih delovnih nalog, temveč tudi prek kompetenc, ki jih psihologi prostovoljci razvijajo in dopolnjujejo s pomočjo obeh oblik dela. Pri prostovoljstvu psihologi tako najpogosteje uporabljajo kompetence opredelitve ciljev, intervencije, komunikacije, razmišljanja o sebi in stalnega strokovnega razvoja, prostovoljsko delo pa jim pomaga te kompetence dodatno krepiti ter jih še kakovostneje uporabljati pri opravljanju primarnega poklica.

Raziskovalcem, ki se bodo v prihodnosti ukvarjali s psihologi, ki opravljajo prostovoljsko delo, svetujemo, da se osredotočijo tudi na samo razširjenost prostovoljstva med psihologi ter kvantitativno nekoliko bolj natančno preučijo zastopanost posameznih področij, na katerih psihologi opravljajo prostovoljsko delo. Prav tako bi bilo zanimivo preveriti posledice epidemije covida-19 na prostovoljsko delo psihologov z bolj dolgoročnega vidika.

Literatura

- Bajec, B. (2016). Opredelitev psihologije dela in organizacij. V E. Boštjančič (ur.), *Človek, delo in organizacija: pregled psiholoških področij in perspektiv* (str. 11–21). Znanstvena založba Filozofske fakultete.
- EuroPsy (b. d.). *Kompetenčni model EuroPsy*. Europsy. <https://www.europsy.si/vec-o-europsy/kompetencni-model-europsy/>
- Fusch, P. I. in Ness L. R. (2015). Are we there yet? Data saturation in qualitative research. *The Qualitative Report*, 20(9), 1408–1416.
- Musek, J. (2005). *Predmet, metode in področja psihologije*. Filozofska fakulteta.
- ZKPS (b. d.). *Kaj je klinična psihologija*. Zbornica kliničnih psihologov Slovenije. <http://klinikna-psihologija.si/kaj-je-klinikna-psihologija/>

WHEN YOUR JOB BECOMES A MISSION – PSYCHOLOGISTS AND VOLUNTEERING

Volunteer work in Slovenia is poorly researched, especially when it comes to psychologists who volunteer while also working their regular jobs. Our study sought to uncover the motives of psychologists for engaging in volunteer work, their volunteer tasks, the link between volunteering and psychology and also in what way the respondents use the EuroPsy competences. Our sample included 12 psychologists who volunteer and also have a regular job. All of them were female. We collected our data via semi-structured interviews, conducted online via videocall. The answers show that our participants' main motives for volunteering include a desire to help others, their own well-being and the acquisition of new skills. These factors also help them stay in their volunteer work. Our participants' volunteer work is in many cases linked to their education, and the majority of them recognize an important additional value to their professional work that comes from volunteering. Our participants report that their education provided them with important knowledge in the area of developmental psychology and the basics of counselling, but they also note a lack of practical knowledge and experience. The EuroPsy competences that volunteers in the sample use the most are the following: goal specification, intervention, communication, self-reflection, continuing professional development and professional strategy. The least used competences are development, along with marketing and sales, which is expected, since our participants work for non-profit organizations. Our research offers an important insight into the areas of volunteer work of Slovene psychologists, and also the areas where their knowledge and experience might be lacking.