

BURNOUT A MÓKUSKERÉKBEN

A humán szférában dolgozók csak nagymértékű túlmunkával képesek megteremteni a veszélyben lévő életszínvonal fenntartásához szükséges anyagiakat. Az életlehetőségek fenntartására és – jó esetben – javítása érdekében nincs hétvégi pihenés és nincs évi szabadság. Viszont az árat komolyan meg kell fizetni: a túlmunka feszítettsége, a túlhajszoltság és a pihenés, illetve pihentető cselekvések hiánya, a személyiséget és kapcsolatokat idő előtt tönkre teszi. Köznapi szinten hajszának vagy önkizsákmányolásnak mondják, ami az életért az életerőt is felemészti.

A pihenés nélküli hajtásban, ahol nincs megállás, nincs oldódás, nem megengedett a lazítás, az emberi erő határáig gyorsítja fel az élettempót. A hajsza akkor teremthet károsodásokat, amikor a cél elérése érdekében a szervezet biológiai ritmusa és a feladat diktálta ritmus eltér egymástól. A versenykényszerben az játszik szerepet, hogy meg kell felelni az igényeknek, belső és külső kívánalmaknak. Nem szabad lemaradni a többiek-től, előre kell jutni, meg kell teremteni azt, ami a másoknak már megvan. Az akarat célja a belső elégedettséget csak a külső igazodás útján teremtheti meg, és akkor sem állandósul a siker. Ez tulajdonképpen a külső kényszer általi hajsza.

A belső kényszer vezette hajsza a korai szocializáció eredménye, amely az emberre állandó hajtást erőltet. A belső kényszerrel vezetett hajszában a teljesítmény és a cél motiválja a személyiséget. Ennek a hajtásnak egyik típusát az eszme vezérli, amikor úgy tűnik, hogy az eszmék beváltása, csak a befektetett energiamennyiségtől és az akarattól függ. Magánéletet, embert, egészséget, örömeiket, mindent föláldoz, hogy beváltsa a célt. A belső kényszerrel vezetett hajsza akkor is diktál, ha nem függ külső igazolástól, ha célját már elérte. Ez a beépült tempó teremti meg az új és új célt. A hajzás élettempó, a kikapcsolódás nélküli felfokozott tevékenység végül is „második természeté” válhat, gyakorlattá rögzülhet, s ez válik a cselekvés egyetlen lehetséges módszerévé, emberi kifejezésévé. Állandósul a tempó, csak a cél változik, olyan cél, amelynek érdekében az egyén mozgósíthatja szervezete fizikai és lelki energiáit. Úgy szervezi erőit, hogy képességeit maximálisan kihasználhassa, hogy mindig meglegyen a hajtásnak tempót indokló célja. Egy adott cél elérése után a beteljesülés az illető számára nem hozza el a megnyugvást a létrehozott produktumban, hanem egy következő cél beteljesítéséért erősítő tempóba hajtja magát tovább.

A túlfáradás, a kimerültség és a hajsza nem minden esetben vezet betegséghez, és nem minden esetben vezet sérüléshez.¹

1 Petróczi, 2007. 44-45.

Sérüléshez vezet:

- Ha a feszített tempót nem követi lazulás és kikapcsolódás.
- Ha a tempónak nincs tartalma, értelme.
- Ha azért, amit tett, amiért elismerést vár, büntetik, és nem jutalmazták.
- Ha maga a cél is értelmét veszti.
- Ha azt kívülről akadályozzák.

Tehát nem vezet betegséghez, és nem emészti fel az ember erejét a munka, legyen az bármilyen intenzív és odaadó:

- Ha eredménye van, ha értelme van, ha az erőfeszítéshez képest megfelelően jutalmaz.
- Ha az eredmény tudata, a siker tapasztalata és a környezet becslése mellett mód van ebből is, részben másból is, a munkát végzőnek újra „feltöltődnie, akkumulálódnia”.
- Ha kompenzálódik a munka erőfeszítése, és így mód nyílik az emberi erők újrateremtésére.
- Ha az ember nem pusztító módon egyensúlyozza ki a hajtást.

Modern társadalmunkban egyre többen szenvednek a kiégéstől, az életuntságtól és a stressztől. Valamilyen formában szinte minden munkakörben találkozhatunk ezekkel a jelenségekkel, de nem mindegy, hogy emberekkel foglalkozik vagy tárgyakkal dolgozik az illető. A „kiégett” dolgozó keze alatt a gép tovább termel, de ha a pedagógus, szociális gondozó, orvos, ápoló, tisztviselő kedv nélkül végzi munkáját, akkor negatívan befolyásolja a rábízott emberek, gyerekek közérzetét.

Nem tehetjük meg, hogy nem foglalkozunk a kiégés jelenségével, mert az nagyon sok embert érinthet. A veszélyeztetettek köre széles – orvosok, ápolók, szociális munkások, gondozók, segítők, pszichiáterek, pszichológusok, pedagógusok, hivatalnokok, rendőrök, vezetők, menedzserek és mindazok, akik emberekkel foglalkoznak. A kiégés nagyon összetett jelenség, rengeteg oldalról közelíthető meg. Kapcsolatban áll a stresszel, a megküzdéssel, szerepkonfliktussal, külső-belső kontrollal, önbizalommal, önbecsüléssel, munkahelyi elégedettséggel, krízissel, mentálhigiéniával, segítő identitással, motivációval stb.

A kiégés a humán szférában az alábbi két nagy területre irányulhat:

1. A segítséget nyújtó pályákra, mint például a tanácsadói, a tanári, a szociális munkás, az egészségügy dolgozói, az iskolai adminisztrátori, a pszichológiai stb. pályákra.
2. A közalkalmazotti és köztisztviselői pályákra, mint pl. a rendőri, légi irányítók, kinevezett tisztviselők a hivatalokban, továbbá vezetők, menedzserekre stb.

A munkahelyi kiégés egyrészt foglalkozással járó kockázat, másrészt kimerültség által kiváltott jelenség.

Általános jellemzői:

- bizonyos fokú fizikai és érzelmi fáradtság,
- szociális viselkedészavarok, különösen jellemző a munkatársaktól való eltávolodás,
- lelki károsodás – az egyén különösen erős, negatív érzelmeket táplál maga iránt,
- szervezési elégtelenség, a csökkent teljesítmény és levert hangulat következtében.

Azok az emberek tartoznak a veszélyeztetett csoportba, akik viszonylag hosszú időn keresztül emberekre irányuló, állandó koncentrációt és érzelmi igénybevételt követelő munkát végeznek. Munkájuk során nem túl gyakran számíthatnak egyértelmű, gyors eredményekre. Tünetei lehetnek a fizikai kimerültség, az empátiás készség teljes elvesztése. Mindehhez kevés visszajelzést kapnak az eredményességről, tehát kevés a sikerélményük.

A kiegészítés nemcsak a magunkhoz, valamint a kollégáinkhoz fűződő viszonyt ronthatja el, hanem jelentősen befolyásolhatja a barátokkal, családtagokkal kialakult kontaktust is; házasságon belüli konfliktust eredményezhet és alááshatja a személyes kapcsolatokat. Aki a munka terén nem tudja kielégíteni az igényeit, jellemző módon a házastársától vagy a barátoktól vár el többet. Csak nagyon kevés kapcsolat tud e túlzott és jogtalan követelmények miatt kialakult állandó nyomásnak ellenállni. A „kiegített” embernek a másik fél egykor szimpatikusnak vagy közömbösnek tartott magatartásmódzatai most már elviselhetetlennek tűnnek, és haragot váltanak ki belőle.

Milyen tényezők játszanak szerepet a kiegészítés kialakulásában?²

1. Érzelmileg nagyon megterhelő foglalkozás
2. Bizonyos személyiségjegyek, amelyek a foglalkozás-választásban is szerepet játszanak.
3. Kliensközpontúság.

Minden humán szférában dolgozó szakember folyamatosan érzelmileg megterhelő helyzetben dolgozik. Akikkel foglalkoznak, azoknak mindenfajta pszichikai, szociális és fizikai problémáiban osztozniuk kell. Minden munka, mely során egy ember más emberekkel foglalkozik – stressz-hordozó.

A stressz kialakulásához vezető további tényezők a humán szférában dolgozók **különös személyiségjegyeiből** adódnak. Általában azok az emberek választják foglalkozásuknak a segítséget, akik különösen nagy empátiával rendelkeznek. Az érzelmek intenzív megnyilvánulása minden ember számára megterhelő, azokra, akik a humán szférában választottak maguknak foglalkozást különösen igaz ez, hiszen ők különösen érzékenyek embertársaik szenvedéseire.

A kiegészítéshez vezető harmadik ok a **kliensközpontú orientáció**, amely szinte minden humán szférában dolgozóra jellemző: az érdeklődés középpontjában a segítségre szoruló emberek állnak. Az ő igényeik határozzák meg a segítő szakemberek megértő, támogató

² Petróczi, 2007. 50-53.

segítségnyújtó szerepét. Csak a kliensek érzelmei legitimek. A legtöbb emberi kapcsolat valamelyest kiegyensúlyozott. A segítő kapcsolatok azonban aszimmetrikusak: a segítségnyújtók adnak, a kliensek kapnak. A humán szférában dolgozók munkájukat hivatásnak tekintik, melynek jutalma az „adásban” valósul meg.

Hogyan szembesülnek az emberek a kiégéssel azon túl, hogy nem érzik jól magukat?

- Egyesek **föladják a foglalkozásukat.**
- Mások az adott **szakmán vagy szervezeten belül változtatják meg a pozíciójukat.**
- Másokat pont az ment meg, hogy **elhagyják azt a munkahelyet, ahol a kiégést átélték.** Ez az esetek nagy százalékában csak átmeneti megoldás, mert mindenütt szembe találkozik az adott személy saját magával.
- Mások **továbbképzik magukat**, például adminisztrációs ügyintézőnek, ahol nem kell közvetlen kapcsolatot kiépíteni a kliensekkel.
- Vannak olyan emberek, akik **soha nem adják fel a munkahelyüket – hasztalan statisztákként működnek tovább az intézménynél.** Ez nem jó sem az egyénnek, sem a munkahelynek.

Egy ilyen válság viszont személyes fejlődést is elindíthat! Felismeri a problémáit, és átgondolja a környezet, a szakma és a család támasztotta követelményeket. Védekező- illetve megküzdő stratégiákat építhet ki. Átértékeli a helyzetét, hogy mi a számára a fontos, megismeri, mik az erősségei és mik a gyengéi azért, hogy fejlessze készségeit és képességeit.

A siker jó dolog, de senkit nem véd meg a kiégéstől. Kellenek a sikerek, de az élet legfontosabb, legértékesebb állomásai a krízisek. Ezek a helyzetek adnak lehetőséget arra, hogy újra értékeljünk, másként lássunk dolgokat, új perspektívát találjunk magunknak.

Nézzük meg, hogy egy sikerektől elkényeztetett ember karrierje csúcspontján, hogyan látja a munkában szerzett tapasztalatait:³

„A kormányzás feladatai különböző dolgokra irányulnak: aki mindegyikre oda akar figyelni, egyiket sem tudja megoldani. A lélek túlzott elfoglaltsága miatt kifelé irányul és elveszti az istenfélelem belső, szilárd támaszát: a külső dolgokról gondoskodik, csak önmagáról feledkezik meg – mindenre odafigyel, csak magára nem. Ha a szükségesnél jobban belebonyolódik a külvilág elfoglaltságaiba, és útközben sok mindennel foglalatosskodik, elfelejti, hogy merre tart: törekvéseitől elidegenedve nem veszi észre, hogy mennyire sérül, sem azt, hogy mennyi hibát követ el.”

Ez az idézet Nagy Szent Gergely pápától származik, aki tipikus példája a késő ókorban „alternatív életmódot” folytatóknak.

Gergely Róma püspöke lett a népvándorlás kusza viszonyai közepette megmentette a várost a pusztulástól, megreformálta egyházmegyéje kormányzását, s egészen a fizikai

³ Abel, 2017. 89-94.

kimerültségig a lelkipásztori munkának szentelte magát. A lelkes és odaadó munkájának azonban ára volt. A püspöki szolgálattal együtt járó rengeteg munka oda vezetett, hogy túlságosan lekötötték a külső feladatok. Püspöki szolgálatának teljesítése közben a „lélek hajótörésétől” tartott. Kereste, hogyan lehetne önmagával szemben is tisztességes. Ő, az agilis és tevékeny ember, próbálta összhangba hozni a hivatali felelősségvállalást és a megélt spiritualitást, az aktivitást és az Isten utáni vágyat. S vajon hogyan sikerülhetett ez neki?

Gergely írt **Szent Benedekről** egy életrajzot, amelyben saját személyes problémáját is feldolgozta: azt, hogy miképpen tudja egyszerre megszerezni lelke nyugalma, s felelősséggel ellátni püspöki hivatalát. Benedeknek, aki túlságosan korán vette át egy szerzetes közösség vezetését, beletörött a bicskája ebbe a feladatba. Nem kellett hozzá sok idő, hogy világossá váljon előtte, a szerzetesek meg akarnak szabadulni tőle, mert túl szigorúnak találták. Benedek meghúzta a vészféket és visszatért a magányba. Amint Gergely írja, *„ott egyedül önmagával volt az égi szemlélő színe előtt. A kolostor vezetése túlhaladta erejét, elvesztette lelki békéjét, s lelkének szemét a szemlélődés fényétől elvonta...”*

A kudarc előre vetítette a fordulatot, amely Benedek számára az önmagához való visszatérést jelenti. Maga mögött hagyta azt az elvárást, amelynek nem tudott megfelelni.

A rosszkor elvállalt vezetői pozíció nyugtalanná tette gondolatait, eltávolította önmagától. A „gondolatok” az ókeresztény lelkiségben a rejtett kívánságokat és kielégítetlen szükségleteket, nagyvágyi hóbortot, hatalom- és birtoklási vágyat vagy az elismerés és siker utáni mohó vágyat jelenthetik. De gondolhatunk a menekülésre az élet által támasztott követelményektől, a lelki levertségre és ellenkezésre is. Ezek a gondolatok elidegenítik az embert önmagától, „lelkünk szeme” elkalandozik, s már nem önmagán nyugszik. Az ember elveszti önmagát. *Lelki nyugtalanság vesz erőt rajta.*

A lélek nyugtalansága és sötétsége, mindazok a hosszantartó negatív érzések, amelyek a kimerültség állapotában nyomasztanak minket, hozzánk tartoznak: düh, bosszúság, reménytelenség, elhagyatottság érzése, szomorúság, kisebbségi érzés, tehetetlenség, büntudat, féltékenység, harag, önsajnálát és sok egyéb. Amikor megnyugszunk, gyakran éppenséggel felerősödnek az efféle érzések.

Ilyenkor rájuk tekinthetünk, és jogunkban áll megengedni őket. Amikor a lélek szembeesül saját nyughatatlanságával, akkor egyszerre mind lehetőséget is kap: Vedd szemügyre életedet és vizsgál meg magad! Mi az, ami jó benned? Mi az, ami rossz? Melyek azok az energiák, amelyek akadályozzák benned az életet, s melyek mozdítják elő? Mi betegít meg? Mi gyógyít? Szánd rá az időt, hogy megvizsgálj magad. Adj magadnak elég időt és teret a belső minőségellenőrzésre! Figyelj oda önmagadra! Ahol a szíved, ott tudsz egészen önmagad lenni, ott tudod kilesni a váratlant, ott tudsz találkozni önmagaddal, mély, az életet feltáró értelemben.

Az önmagát kereső ember visszavonul a szívébe, hogy önmagával legyen. Nincs messze a következő lépés sem: aki önmagával van, az már közel van ahhoz, hogy Istennel legyen. Aki pontosan ismeri önmagát, az a Teremtő tekintete elé járul. Éber figyelemmel fordul Isten felé. Isten teremtményeként tapasztalja meg önmagát, olyan férfiként vagy

nőként, aki hibái és korlátai ellenére szeretetre méltó, és meg is tapasztalja a szeretetet. Itt kezdődik a gyógyulás. A kereső ember bízhat abban, hogy elidőzhet Isten jelenlétében. Ha azon fáradozom, hogy rend legyen a belsőmben, ez visszavezet Istenhez, hiszen ő életünk igazi alapja.

Az hogy önmagammal legyenek, több lépésben valósul meg: Az ember kiszakítja magát a szétszórtságából és visszavonul, megvizsgálja önmagát és megkülönbözteti a jót a rossztól, figyel magára és visszatér igazi önmagához, és szíve nyugalomra lel Istennél. Nagy Szent Gergely számára a nyugalom önmagában még nem jelenti az Istennel való találkozás teljességét. Gyökeret verni Istenben azzal jár, hogy másokért is felelősséget vállalunk. A belső nyugalomnak belülről vezérelt cselekvés a következménye. A munka akkor válik károsá a lélek számára, ha az ember a „túl sok feladat” miatt nem képes távolságot tartani, munkamániába menekül és elveszti önmagát. Gergely számára annak a munkának van értelme, amelynek során lelkében Istent megtapasztalva, s e tapasztalatból merítve teszi a jót, s Istent jeleníti meg az emberek között.

Az utolsó lépés: önmagammal vagyok, és innen kiindulva cselekszem. Az aktív és a kontemplatív (azaz a szemlélődő, elmélyülő, elmélkedő) élet nem elkülönülten léteznek, és nem is játszhatók ki egymás ellen, hanem feltételezik és megtermékenyítik egymást.

Egy másik eset napjainkból:⁴

Myron Rush beszámol arról, hogy a munkához való helytelen hozzáállás belső kétségbeeséshez vezethet. Hosszú évekig túl sokat dolgozott, életéből hiányzott az egyensúly, s még a házasságát is kockára tette. Így ír erről:

Beléptem a lakásba, kabátomat a székre dobtam, és bereteszeltem az ajtót. A szobámba menet félretettem a telefonkagylót. Aztán behúztam a függönyöket, behuppantam az egyik puha fotelbe és lehunytam a szemem. Ha az ember – ahogy én is tettem hosszú időn át – mindkét végén égeti a gyertyát, akkor az hamarabb fog kialudni. Az életemben vaksötétség honolt – testileg, lelkileg, szellemileg egyaránt a végét jártam.

Megdöbbenem azon, hogy mennyire szörnyű hangulat uralkodott el rajtam. Mindig is pozitív beállítottságú, erősen motivált, sikerorientált ember voltam. Most pedig ott ültem egy sötét lakásban, és teljesen mindegy volt számomra, hogy kimegyek-e még valaha az ajtóig. Önbizalmamból semmi sem maradt. Céljaim szertefoszlottak. A szeretet és az együttérzés, amikor egykor az emberek felé fordultam, átcsapott elutasításba és bosszankodásba.

S ha mindez még nem lett volna elég, arra a megállapításra jutott, hogy hite is megváltozott:

⁴ Abel, 2017. 68-72.

S a legszörnyűbb számomra az volt, hogy Isten iránti egykori mély szeretetem apátiává változott. Kinyitottam a szemem, felkeltem a fotelból, néhány percig fel-alá járkáltam a szobában, s végül bementem a fürdőszobába. Rámeredtem a tükörképekre, s azt gondoltam: hova tűnt az az ember, akit ismertem? Amit láttam nem volt más, mint egy hátrahagyott csigaház. Valóban teljesen ki voltam égve.

SPIRITUÁLIS KIMERÜLTÉG, MINT FORDULÓPONT

„Isten iránti mély szeretetem apátiává változott” – mondja Myron Rush önmagáról. A feladatok súlya alatt elhanyagolja hitét. Kezdetben egyszerűen más köti le a figyelmét. Túlságosan sok a dolga, s nem törődik a lelkével. Lelkében ugyanis kihunyt minden tápláló szikra. Ahogy elhasználódik a lelke, úgy fárad ki a hite. A belső kimerültség és hit elvesztése kéz a kézben járnak.

Mivel eddig Istenre alapozta az életét, most úgy érzi, hogy kihúzták a lába alól a talajt. Már nem reméli, hogy Isten megtartja élete folyamán. Elveszítette élete célját és értelmét. Összszavarodott világlátása, ami eddig értelmet adott életének és munkájának. A kétségbeesés, amelyet tükörképének ürességével szembesülve érez, oda vezet, hogy nem hisz már Isten jóságában.

Elérkezett lelki életének egy végpontjához. Búcsút mond Istennek, akivel eddig bizalmas kapcsolatban volt. Olyan búcsú ez, amely először csak csendesesen adott jelt magáról, később azonban egyre jobban elhatalmasodik. Megkérdőjeleződik mindaz, ami egykor értéket jelentett: rítusok, szokások, lelki élet. Sőt, talán már el is fordult tőlük. A vallási szabályok értelmét veszítik. Az ima nem hoz vigasztalást. A szertartások sem, ezért nem is vesz részt rajtuk. Fennáll a veszélye, hogy mindent eldob magától, s feladja vallásos életét.

Isten mintha elpárolgott volna, a mindennapok hajszája közepette eltűnt. Csendben, szinte észrevétlenül búcsút vesz a korábban oly közelinek érzett Istentől, pontosabban először az istenképtől és az eddig meghatározó istenélménytől. A krízis, a korlátokkal való szembesülés idején már nem segít egy olyan Isten, aki hatalmas erővel beavatkozik az életbe. Ilyenkor az ember fellázad Istene ellen, káromolja őt. Miért kell nekem ilyen életet élnem? Másoknak bezzeg sokkal könnyebb! Isten! Miért engeded, hogy ilyen szomorúság és fáradtság vegyen erőt rajtam? Istent a vádlottak padjára ültetjük, és kétségbeesésünkben legszívesebben búcsút vennénk tőle. Az Úr azonban hallgat.

A lelket üresség, közöny, tehetetlenség és apátia tölti el. Kétségbe vonjuk még Isten létezését is, hiszen hogyan hagyhatja ilyen nyomorúságos módon egyedül az embert? Vagy elhagyott az Isten? A mélységes fájdalom érzete uralkodik el rajtunk amiatt, hogy már nem bízhatunk saját életünk és erőink mindenhatóságában, s Istenben sem, legalábbis a magunk alkotta istenkép alapján. Mélységes szomorúság van bennünk amiatt, hogy egyedül vagyunk, s nem hiszünk többé az életben.

Szívünk ürességének legmélyén azonban hirtelen megmozdul valami. Lelkünk ürességében, ott, ahol csődöt mondott saját erőnk és teljesítményünk, s mezítelen valójá-

ban látjuk önmagunkat, csendben megtörténik a csoda. Bekövetkezik a fordulat: el kell engednem Istenemet, még a kétségbe esés közepette is le kell mondanom arról, hogy választ reméljek tőle, hogy lelkemben új erőre és nyugalomra leljek. Istenre a szívcsendességében találhatunk rá. A lelket éppen arra készíti fel, hogy új bizalomra leljen, s életében megtalálja az egyszerűséget. Ha megmaradok a szív csendjében, visszatalálok igazi hivatásomhoz, és újra kapcsolatba léphetek belső erőimmal.

Az állandó kényszeres cselekvés helyett hagyom, hogy Isten megajándékozzon. Engedem, hogy beszűkült állapotomban Isten kegyelme rám találjon, még mielőtt hozzá fordultam volna. Ez hozzátartozik ahhoz a fájdalmas lelki folyamathoz, amely újra megnyit minket Isten felé, s lehetővé teszi, hogy új életre ébredjünk. Mindez azonban nem nélkülözi a csalódásokat, félelmeket és fájdalmakat.

Befejezésül jó lenne, ha a humán szférában dolgozó szakemberekként a krízist, azaz a kiégést nem rémként, ellenségként fognánk föl. Ha nem is barátokozunk meg vele, legalább **belső munkára sarkallhat, sőt vezetőnk lehet az önmagunkon való munkálkodásban.** Ha a kimerültséget kulcsnak, jelzőtáblának tekintjük belső munkánkhoz – utunk nem csupán könnyebb lesz, de messzebbre és mélyebbre is vezet. **Nem csak túlélünk, de fejlődünk is!**⁵

*Dr. Petróczi Erzsébet
intézetvezető főiskolai tanár, dékánhelyettes
Gál Ferenc Főiskola, Speciális Pedagógiai Intézet*

5 Petróczi, 2007. 163.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Hézszer Gábor: *Miért? Rendszerszemlélet és lelkipálcázói gyakorlat. Pásztorálpszichológiai tanulmányok.* Budapest, Kálvin János Kiadó, 1996. 80-99.
- Hézszer Gábor: *Újra szárnyra kapni.* Marosvásárhely, Lector Kiadó, 2014.
- Maslach, Christina – Jackson, Susan E.: Burnout in health professions: a social Psychological Analysis. In: Sanders, Glenn S. – Suls, Jerry (edited by): *Social Psychology of Health and Illness.* New Jersey, London, 1982. 227-251.
- Abel, Peter: *Burnout és továbblépés.* Pannonhalma, Bencés Kiadó, 2017.
- Petróczi Erzsébet: *Kiégés – elkerülhetetlen?* Budapest, Eötvös József Könyvkiadó, 2007.
- Malakh-Pines, Ayala – Aronson, Elliot – Kafry, Ditsa: *Ausgebrannt: Vom Überdruß zur Selbstentfaltung.* Weinsberg, Klett-Cotta, Siebte Auflage, 1992. (A német fordítás alapja: Malakh-Pines, Ayala – Aronson, Elliot – Kafry, Ditsa: *Burnout: from tedium to personal growth.* New York, Free Press, 1981.)
- Bergner, Thomas M. H.: *Burnout. A kiégés megelőzése 12 lépésben.* Miskolc, Z-Press Kiadó, 2012.

Válogatás

A SZOCIÁLIS MUNKA EGYHÁZI TANÍTÁSA

*– a gyermekvédelem a szociális képzésben –
konferencia a II. Gyulai Felsőoktatás Napján
2019. január 30.*

című rendezvény anyagából

*A Gál Ferenc Főiskola 2018/2019. tanévi jelmondata:
...akik igazságra tanítottak sokakat, tündökölnek örökkön-örökké, miként a csillagok.”
(Dán 12,3)*



A szociális munka egyházi tanítása

- a gyermekvédelem a szociális képzésben -
konferencia a II. Gyulai Felsőoktatás Napján
2019. január 30-án
a gyulai Városháza dísztermében



a Gál Ferenc Főiskola és Gyula Város Önkormányzata szervezésében

Program:

9³⁰– 10⁰⁰: **Regisztráció**

10 – 10⁴⁵: **Köszöntések**

Dr. Kiss-Rigó László, szeged-csanádi püspök, a GFF nagykancellárja
Fülöp Attila, szociális ügyekért és társadalmi felzárkózásért felelős államtitkár, EMMI
Dr. Rákóczi Attila főigazgató, Békés Megyei Kormányhivatal
Dr. Görgényi Ernő polgármester, Gyula Város
Dr. Kozma Gábor rektor, GFF
az egyházi felsőoktatási intézmények képviselői

10⁴⁵– 11⁰⁰: Kothenecz János c. főisk. tanár, főigazgató, Szent Ágota Gyermekvédelmi Szolgáltató
A képzések missziója a Szeged-Csanádi Egyházmegye gyermekvédelmi szolgálatában

11⁰⁰– 11¹⁵: Dr. Homoki Andrea intézetvezető docens, mb. dékán GFF ESZK
Gyermekvédelem megjelenése a szociális munkások hivatásképzésében - a GFF-en

11¹⁵– 11³⁰: **Kávészünet**

11³⁰– 11⁴⁵: Prof. Dr. Vajda Károly mb. rektor Országos Rabbiképző-Zsidó Egyetem
A szociális munka és gyermekvédelem az Országos Rabbiképző - Zsidó Egyetem oktatási gyakorlatában és a zsidó vallási hagyományban

11⁴⁵– 12⁰⁰: Czibere Károly, szociális vezetőképzésért felelős szaktanácsadó, Károli Gáspár Református Egyetem Egyház és Társadalom Kutatóintézet
A gyermekjóléti és gyermekvédelmi szolgáltatásokhoz kapcsolódó képzések a KRE-n

12⁰⁰– 12¹⁵: Dr. Joób Máté egyetemi docens, lelkesz-teológus, szupervízor, Evangélikus Hittudományi Egyetem
Személyiségünk mint legfontosabb munkaeszközünk a segítő hivatásban

12¹⁵– 12⁴⁵: **Kerekasztal-beszélgetés** (moderátor: Kothenecz János főigazgató)
Beszélgetés az intézményi képviselők részvételével a felsőoktatási szociális képzések feladatairól, és azokon belül is az egyházak szerepéről.

12⁴⁵: **Büfé**

A II. Gyulai Felsőoktatás Napja a Gál Ferenc Főiskolán is folyó szociális képzésekről szól, azokon belül is vizsgálja a gyermekvédelmi ismeretek oktatásának helyzetét az elméleti és a gyakorlati képzésben.

A Gál Ferenc Főiskola mint a katolikus Szeged-Csanádi Egyházmegye intézménye, meghívta a történelmi egyházak szociális képzésben érintett felsőoktatásának képviselőit, hogy országos kitekintéssel tárgyalják a gyermekvédelmi ismeretek oktatásának helyzetét.



A rendezvény az EFOP-3.6.1-16-2016-00008 és az EFOP-3.5.2-17-2017-00003 projekt keretében valósul meg.

