

Simon Gabriella

# „AMÍG VELE VAGYOK, BOLDOG”

## Bevezető gondolatok

Mentálhigiénés segítőként, szupervizorként, egyetemi oktatóként, pedagógus hivatásszemélyiségemben is kapcsolatba kerültem, találkoztam, dolgoztam együtt a szociális szféra számos szakmai képviselőjével, szakmacsoportjaival. Az alábbi írásom ezért részben szubjektív, részben a szakmai személyiségemből végzett munkatapasztalatok megosztása, részben olvasmányélményeim közzététele lesz.

Írhatnék, írhattam volna a terület felépítéséről, a segítő különböző ágazatokról, a hivatások szakmai kapcsolódásáról, de vagy sokan tisztában vannak vele, vagy, ha mégsem, utána nézhetnek remek munkákban. Aki ismeri, kapcsolatba került vele, tudja, hogy komplex a rendszer, ahogyan azok az élethelyzetek is, amelyekben a szociális terület különböző szakmai képviselőire támaszkodunk a valóságban, a rendszerbe kerülve kérjük és igénybe vesszük segítségüket.

De arról, hogy hogyan kapcsolódhatunk, kapcsolódunk velük, hogy mit gondolnak ők a munkájukról, vagy hogyan élik azt meg a feladataikon, a kollegiális kapcsolataikon, esetleg a szervezeti hálón keresztül, talán kevesebbet olvashatunk. Pedig, valójában ott válik láthatóvá a lényeg: a kliens, az ápoló, a gondozott, a lakó, az ügyfél, az ellátott – ahogyan feladataikból fakadóan nevezik a rászorulókat - gondjainak átélésében. Abban, ahogy mindez megjelenik a munkatársak szubjektív tapasztalataiban, nehézségeiben vagy örömeiben. Vagy a hozzátartozók elégedettségében, érzelmi-fizikai terheik megkönnyítésében, az erről szóló élményeikben. Összességében: a kialakult, szubjektív megélésekben, a kapcsolatokban vagy a kölcsönös, olykor elővételezésen alapuló reakcióikban, a narratívákban.

Leginkább arra a mozzanatra szeretnék ezért fókuszálni, hogy milyen, sokszor szubjektív, de a szakmai személyiségből reflektált megéléseket tapasztaltam én, hogyan, miből érzékelhető a sok különböző viszonyulás. Arra, hogy azok, akikkel kapcsolatba kerültem szakemberként, hogyan élik meg, hogy munkájuk, lehet, több is, mint napi tevékenység, több, mint bérért, fizetésért ellátott feladatok, tevékenységek sora. Talán már identitásuk része az, hogy segítők. Izgalmas, hogy mindez hogyan válik identitás-elemmé, illetve, hogy miből érzékelni azt, hogy a végzett munka a nehézségei ellenére hivatássá lesz.

Alkalmam volt számos, a segítő szakmát képviselő szakemberrel a fent felsorolt szakmai szerepeimből fakadóan beszélgetni, vagy kifejezett, jól keretezett szakmai tevékenységet folytatni. Az így szerzett tapasztalataimat adom tehát közre saját csoportosításban, úgy, ahogyan az számomra – részben előzetes ismereteim alapján - hangsúlyozódott.

Nem terveztem a szó hagyományos értelmében kutatást. Hivatásban megélő magam, a hivatástudattal mentálhigiénés segítőként, pedagógusként, szupervizorként is foglalkozó szakemberként önkéntelenül is arra figyeltem fel, majd fókuszáltam a szociális terület dolgozóival való munkám során, amikor a segítők érzelmei, viszonyulásai, énképe, identitása,

hivatástudata, elköteleződése megjelent a szupervíziók, a segítő beszélgetések, vagy a hallgatói szerepükből adott megnyilatkozásaik során.

Az elégedettséget, a napi örömeket, a nehézségeket, a megfáradtság nyomait, vagy a tevékenységben való feloldódás, a nagyobb egészhez való kapcsolódás jeleit vettem papírra szinte automatikusan, majd egyre tudatosabban. Számos megfigyelésem mellett az is érdekelt, hogy mi motiválja az ágazat különböző képviselőit tevékenységeik végzésekor, és mi tartja őket a pályán. Ha megosztották, érdekelt, hogy honnan érkeztek, és hogyan élik meg azt, ahol most tartanak, milyen, talán eszme-szerűnek nevezhető hit ölt alakot bennük akkor, amikor a jól végzett munka öröme tölti el őket, vagy a nehézségek ellenére is maradnak ott, ahol mindennapi tevékenységeiket végzik. Egyáltalán: mi foglalkoztatja őket a munkájukkal kapcsolatban, milyen témák köré illeszkednek elbeszéléseik.

És, persze, megjelent bennem az is, hogy mindaz, amit hallok, milyen, az egyének, a csoportok megnyilatkozásaiból szőtt témák köré, vagy talán rendszerbe illeszkedik vajon, ezek hol kapcsolódnak egymáshoz, hol kapcsolódnak mindahhoz, amit a szakirodalomból, vagy a korábbi tapasztalataimból már ismerek, esetleg fel is dolgoztam már (Simon, 2021a; Simon, 2021b). Tapasztalataimat úgy adom közre, hogy a személyeket, helyeket – etikai okokból - szándékosan anonimizáltam, fel nem ismerhetővé tettem.

## A gondoskodás szükségletének kialakulása

A gondoskodás – a gondolkodás alapélménye számos segítő *korai indíttatásában* megjelenik. Van, aki gyermekkori élményét említi: ő segített, mentett, gondozott, ápolókat – akár a babáit, kisállatait, tehát nem feltétlenül parentifikálódtak, hanem egy nagyon erős, korai belső motiváció érhető ki elmondásaikból. Előfordul, hogy jól érzékelhető segítői példa állt előttük: gyermekként látták, megélték, tapasztalták, hogy a környezet – szülei, nagyszülei, a környezetükből valaki – tevékenyen segítettek másokon, családjukba fogadtak nevelt gyermekeket. Ellentétes példa is megjelent: a segítő éppen azt látta gyermekként, hogy a környezete ellenséges a rászoruló irányába, elfordul tőlük, és ez ébresztette fel benne a részvét, a másokért kiállás érzését. Utóbbi talán a kamaszkorban megjelenő igazságérzettel is összekapcsolható.

Már ezekben a korai élményekben jelen van az együttérzés és a tettekben megnyilvánuló szándék, valamint egy, a későbbi segítőnél kifejezetten szükséges magatartás. Az, hogy nyílik az elfogadás ollója: nem tartanak a testi érintéstől, sem a szegénység, a fogyatékoság megtapasztalásától, nem ódzkodnak a betegség látható, szagolható, tapintható jeleitől, fizikailag is közel tudnak menni a rászorulóhoz. És nem idegen tőlük az sem, hogy rászoruló gyermekeket hosszabb-rövidebb ideig az otthonukba fogadjanak, családi életük részesévé, részévé tegyenek.

Fontos elem lehet még a pályaválasztásában, hogy felnőttként, hitbéli közösség hívására érkeznek a szociális területre, és döntését egy spirituális elhívás határozza meg. Többen nem ott kezdtek, ahol ma dolgoznak, korábban ápolónők, szociálpedagógusok, óvodapedagógusok voltak más munkahelyeken. Gyógypedagógus végzettségű, ezt megelőzően köznevelésben foglalkoztatott szakemberek is dolgoznak a különböző ellátások területén. Közös bennük a vonzódás a segítségnyújtás, a támogatás adása iránt. És olykor praktikus okokat is megemlítenek: közeli munkahely, jól artikulált munkafeltételek, biztonság. De ahogy közelebb megyünk, és elmélyül a beszélgetés, különösen a „*Mit jelent nekem, és mit jelentek én a segítettnek?*” kérdésre szinte mindig megjelenik ezen okok mögött is a részvétel, az elhivatottság, a munka, és e munka által a tevékenységeik, végső soron – ettől válik hivatássá – az életük *jelentésselisége*.

### Szeretni, feltétel nélkül

A feltétel nélküli szeretet létezésének kérdése sok, általam megismert segítőt foglalkoztat. Különösen azokat, akik nagyon szoros közelségben, ápolóként, szociális gondozóként, nevelőszülőként vannak jelen a rászoruló, a rászoruló gyermekek életében. Zömmel kihívásos helyzetekben, nehéz fizikai és lelki megterhelődések között, esetleg végstádiumban segítenek a gondozók például az ápoltaiknak, a gondozottaknak, a lakóiknak – de a segítették számossága miatt erre csak korlátozottan képesek.

Olyan gyermekekkel osztják meg az életüket a nevelőszülők, akik nehéz élethelyzetekből, olykor súlyos érzelmi-fizikai terhekkel érkeznek. Nem húzható meg a határ: a szeretet jelenléte nélkül nem végezhető a feladat, de nehezebb az elengedés.

Annak a dilemmája érzékelhető szinte minden területen dolgozó szakember esetében, hogy vajon meddig lehet, meddig szabad együtt érezni a fájdalommal, a nehézségekkel küzdőkkel, hol húzzák meg a szakmaiság és a személyesség határait, miközben szinte lehetetlen, hogy legmélyebb emberi mivoltukban ne szólítsa meg őket a helyzet, a sors. Azt érzékelik sokszor, hogy a rászoruló szinte bármennyi segítséget, odafordulást elfogadnának, és ők is szívesen adnának, de menni kell tovább. Vagy el kell engedni valakit. Mert várják a segítőt mások is, a többi gondoskodást igénylő, változik az ellátott, a nevelt gyermek élethelyzete. Szorít az idő, és olykor szorít a torokban az együttérzés is.

„*Beszélgessünk!*” – mondják sok lakásban, apartmanban, kórteremben az érzelmi nélkülözésben, egyedüllétben, a végső kérdések között magukra maradván az ápoltak, a gondozottak, de a fizikai teendők mellett a ráhangolódásra, a tekintetek egymásba fonódására már alig jut idő.

Dilemma ezért, hogy meddig engedjék a fizikai mellett a lelki igénybevételt, hol kell, hogy megjelenjen az érvédelem, a saját munkaerő, a „munkaeszköz” védelme a megterhelődésektől. Sőt: dilemma az is, hogy esetenként a saját fizikai fájdalmak, az ízületi bántalmak kihallása két emelet-mászás, számos emelgetés között vajon elegendő jel-e a megállásra, vagy a nem gyengeség jele-e, az önbecsülés sérülésével.

Az önfeláldozás és a határ-szabás kettőssége, a belső hang meghallása és a „*meddig feltétel nélküli a szeretet*” paradoxona több segítőt ezért intenzíven foglalkoztat. Olykor büntudattal is találkoztam, például azokban az esetekben, amikor

hosszú ápolás, érzelmi összehangolódás után a gondozó nem tudott megjelenni a temetésen, mert egy másik, új helyen várták. Sokuk lelki igénye lenne, hogy méltóképpen elköszönhesenek néhány gondozottjukról. Ezt a család is várná, hiszen a nehéz helyzetekben a segítő és a család összekapcsolódik, összekapaszkodik, szövetséget köt egymással. Talán kötődik is, amelyet érzelmileg is le kell zárni.

Utóbbi kérdés számos egyéb dilemmát is okoz. A hogyan kötődjenek „okosan”, hogyan szeressenek meg rájuk szorulókat a saját érzelmi sérülés veszélye nélkül, mit kezdjenek a veszteségeikkel, hogyan dolgozzák fel őket, és hogyan éljenek együtt a felelősségtudatukkal.

A feltétel nélküli szeretetet a kisgyermek-gondozó kollégák gyakran megélik, az érzelmi közelség munkájuk szerves része. Tapasztalataik szerint a szülőkkel is megtalálják a közös hangot a kisgyermeki életkorban előforduló helyzetekben. Élettapasztalatuk, gyakorlatuk sok szorongó szülőnek is támogatást nyújt. Nehézséget okoz, ha olykor bizalmatlan a szülő, illetve előfordul, hogy a nehéz esetek során a szakemberek önmagukban keresik a hibát. Megjelennek nehéz érzések akkor is, amikor a nevelt gyermekek sorsa mégsem fordul jobbra. A szakemberek egyik dilemmája ekkor az, hogy vajon mindent megtettek-e, amit a helyzetben meg lehetett tenni, a másik a szeretetből fakadó nehéz érzések sora.

### Az idő szorításában

Az idő, mint fentebb is láttuk, meghatározó tényező: mi határozza meg, hogy a segítők kivel, mennyi időt töltsenek a segítségnyújtás során. Bentlakásos intézményben vagy házi gondozás alkalmával – időbeosztástól függetlenül -, mikor induljanak tovább a következő gondozotthoz. Ehelyütt gyakran megjelenik, hogy a lakók érzékelik és patika-mérlegesen mérik, kinél mennyi időt töltenek a segítők. Ügyelni kell tehát az eltérő igényekre, de az egyéni érzékenységre is. A jogszabályok által szabályozott helyzetekben pedig az ügykezelés alaposságának követelménye belső igény, de kötelezettség is. Az érzékeny ügyek gyors, hatékony megoldása iránti saját elvárás is gyakran feszíti a szakembereket.

### Nehéz érzések, dilemmák, a kiégés veszélye

A „*Mit tehettem volna még, mindent megtettem-e?*” – kérdése szintén többször láthatóvá válik a szakemberek támogatása során. Különösen akkor, amikor a halállal, esetleg az önkezü halállal találkoznak a segítők. Ilyenkor az elengedés még nehezebb. A legodaadóbb gondoskodás melletti minden állapot-romlás, a végesség megtapasztalása szükségszerűen önvizsgálatot is eredményez. Vagy az egyes hatósági esetek ügymenetének relatív lassúsága – még ha az a körülmények intézkesedése okán történik is -, a szenvedés, a megfosztottság újra megjelenése, „újratermelődése” felvetetik olykor a segítővel a fenti kérdést. Legnehezebb érzésként a veszteség - feldolgozás, a lelkiismeret kérdései jelennek meg itt is. Megjelennek a nehéz érzések a nevelőszülőknél is: az elválások még sikertörténetek esetén is megterhelőek.

A hiábavalóság érzése, és az ebből fakadó nehéz érzések is láthatóvá válnak olykor. Felzaklató érzések, mint a büntudat, harag, lelkiismeret-furdalás is megjelennek a munka során. Főképp olyan helyzetekben, amelyekben a legtöbb, amit a segí-

tők adhattak, sem bizonyult elegendőnek. Mivel személyközi kapcsolatokban zajló munkáról beszélünk, ezek a hiányok is érzelmi helyzetekben mutatkoznak meg. Főképpen emocionálisan megterhelő alkalmakkor (fáradtság, kimerültség az egyik oldalon, elégedetlenség a másikon), vagy saját mércével mérhető, indikátorokkal nehezen kifejezhető elégtelenség - érzésben. Utóbbi akkor válik láthatóvá, amikor a segített nem érzékeli a munka áldozatosságát, helyzetéből, korából, vagy más, esetleg pszichés okokból kifolyólag mindössze a saját állapotára tud fókuszálni, és már csak a hiányon keresztül képes kommunikálni. Néha valóban az érezhető, hogy az adó fél oldalán elfogytak a lehetőségek, és a legtöbb, ami nyújtható, a szenvedés enyhítése, a romló állapot szinten tartása.

Ezért előfordul, hogy a személyes gondoskodásban a kötődések tudatos kerülése a segítők részéről, a gyakorlatiasság olykor csak annak fedésére szolgál, hogy az érzelmi-kapcsolati terheket enyhítsék, a kapcsolat nehéz felelősségét csökkentsék, és megelőzzék a nagyon intenzíven jelen lévő kiegészítő-veszélyt.

### A felelősség arcai

Ezzel függ össze a *felelősségérzet*, amely szintén gyakran megjelenik e munkakörökben. A lehető legnagyobb gondoskót kívánja meg a feladat, határozottságot és együttérzést egyszerre, mérlegelést és döntéseket szinte minden pillanatban. Ezért sokszor más, a fentiekől eltérő okokból is gyakorlatiasnak tűnnek a munkatársak. Szükségessé válik, hogy határozottságot mutassanak, gyakorolják a határtartást a maguk iránti együttérzésből, de olykor a kollégák felé is, például a helyettesítések vállalása alkalmával. Ehhez társul annak a felelőssége, hogy – részben a gondozottak érzelmi bevonódása miatt, részben a munkaerőhiányból fakadóan – szorító érzésként tapasztalják például a „*Nem lehetsz beteg, nem hiányozhatsz*”-gondolatát, a felelősség érzését másokért, a saját munkaerő esetenkénti kizsákmányolásával és a túlterheltséggel együtt.

Azokon a helyeken, ahol jogszabályok által meghatározottan dolgoznak és döntenek a segítők, kevesebb helye marad az érzelmi dilemmáknak. De a *felelősségérzet*, és az ügyfelek oldalán nehéz sorsokat, élethelyzeteket látva, a megterhelő, fájdalmas érzések közül számos hatványozottan jelen van. A részvét és a jogszabályok találkozása, az emberi elesettség, a kilátástalan helyzetek lehető legjobb megoldásának igénye és kötelezettsége, valamint a sokszor újratermelődő nehézségek okoznak megterhelő pillanatok. Mellettük a sikeres folyamatokban való ügyfél-szakember együttműködés örömei szereznek ritka és értékes érzéseket. Megelégedettséget okoz például a család működőképességének helyreállításában való részvétel, a hatékonyság megélése, vagy amikor jól fogadják a családok a megkereséseiket.

Egyik legnehezebb gondolatként a „*Nehogy hibázzak*” aggodalmát említik a segítők közül sokan, az elvárásoknak való *megfelelés* igényét. Megfelelés a kollégáknak, a munkaköri feladatoknak, az ellátottaknak, folyamatosan kellő empátiát mutatni – szinte állandóan empátiás üzemmódban lenni a saját érzelmeknek való kiszolgáltatottság nélkül -, és végül a megfelelés saját maguk belső igényeinek, annak, hogy a jól végzett munka után büszkeséget, elégedettséget érezhessenek.

A leggyakrabban említett terhek az időhiány, a nehéz sorsokkal való találkozás, a fájdalom, a szenvedés, a kiszolgáltatottság megtapasztalása, a korlátozott segítségi lehetőségek,

a veszteségek, és gyakran az is, hogy a segítők nem látják a teljes folyamatot, részben a felgyorsultság miatt, részben mert a gondozottak kikerülnek vagy a látóterükből, és/vagy a rendszerből a. Utóbbi nem mindig a sikertörténetek okán történik.

### Ami megtart, és ami hiányzik

Arra a kérdésre, hogy mit tartanak a segítők - szociális gondozók, nevelőszülők, szociális foglalkoztatók, és az általam megismert más szakemberek a legnagyobb elismerésnek, sokan a *hála* érzésének kifejeződését említették – a szavakban, érintésekben, pillantásokban megjelenő mozzanatok. Azt, hogy a segítették jelzik, mennyire várják őket, örülnek nekik, és amikor mindez esetleg az ő állapotuk iránti érdeklődésben is megnyilvánul. Hihetetlen érzékenységgel veszik észre a gondozottak a segítők lelkiállapotát, és – ha a saját nehézségeik nem vonják el a figyelmüket – érdeklődéssel veszik körül őket. Azt viszont szinte kivétel nélkül jelzik, hogy bántja segítőket, ha munkájukat pusztán szolgáltatásnak tekintik, és ezt éreztetik is velük - akár a segítették, akár a hozzátartozók.

Örömforrás továbbá a megelégedettség számos kifejeződése: jó szóval, pozitív visszajelzésekkel legfőképpen, vagy az esetleges állapotjavulás, a pszichiátriai betegek, értelmi sérültek esetében az érzelmi kapcsolódás, a ragaszkodás jeleinek megtapasztalása, a kötődések megérintő jelei. Amelyeket például a bölcsődei gondozók, a nevelőszülők szép számmal tapasztalnak. Örömforrás továbbá a kollégák közötti spontán szakmai találkozások ereje, és a munkahelyi közösségi élmények.

A „*Mit kapok?*” – kérdésre a feltétel nélküli szeretetet, a folyamatos tanulás lehetőségét (önmagukról, másokról, olyan területekről, amelyekkel szemben akár ellenérzésük volt korábban), az önismeretet, az elfogadást, a sikerélményt, a hálát és néhányan a segítségben az áramlás-élmény, a flow megtapasztalását említették.

Ugyanakkor a társadalmi elfogadottság hiányát többen is megélik. Úgy érzik, nem tekintik hasznosnak, mert nem látványos a munkájuk, és olykor előfordul, hogy az „*ő választotta*”, „*nem vitte sokra*” megítélésekben jelenik meg a környezet elhatárolódása. „*Nem ismernek*”, „*sajnáltnak*”, érzékelik olykor a segítők. Egy – egy nyilvános megmutatkozás, vagy a segített - helyzet saját élményű megtapasztalása azonban gyakran módosít a véleményeken.

### Erőforrások: az önbecsülés és az elhivatottság

Sokan azonban azt jelzik, hogy fontosságuk tudata részben önbecsülés-alapú, részben – főképp a bölcsődei gondozók esetében, de sok helyen másutt is – a pozitív visszajelzések révén is megérkezik. A kollégákkal való kapcsolatuk leírásában szinte mindenütt a *szövetség*, a *bajtársiasság*, az összetartozás élménye fejeződött ki, mely a nehéz helyzetekben való összekapaszkodásra utal.

### A segítő szakemberek legfőbb erőforrása az elhivatottság, a hivatástudat, a felelősség és a kapcsolatok, a kötődés.

„Viktor Frankl ön-transzcendenciájának (Frankl, 2016) gondolatát kifejtve, az élet értelméről, az ügyszolgáltatásról beszél Bagdy. Az öntranszcendáló képesség (Frankl, 1983, idézi

Bagdy, 1996b) az ember önmagán túl mutató céljait (például) a hivatástudat révén szolgáló emberi létezés sajátja, az önk-aktualizáció<sup>1</sup> pedig – e lehetőségnél maradván – az ügyszolgálatnak szentelt életbe való belefeledkezés, mely révén az egyén legalább időlegesen *maradandó jelet hagyhat az idő homokjában* (Bagdy, 1996b). Ez a vállalás, szándék, vágy hajthatja a hivatásban gondolkodók törekvéseit, ettől válik tevékenységük a munkavégzésnél többé, átszellemültebbé, magasztosabbá” (Simon, 2021b, 4).

Ezt a legtöbbben a „*Mi tart itt?*” kérdésre adott válasz, a *segítségadás*, szakmai nyelven az altruizmus igényével, annak önjutalmazó érzésével fejezték ki (metaforikus kifejezéseik sorában többször a *segítő kéz nyújtása, az élet megszínesítése, a napfény, a fényugár* jelent meg). Fontos vonzó elem egyes területeken a viszonylagos szabadság, a változatosság, a mozgalmasság megélése, a monotonitás-nélküli munka. Ugyanakkor a támogató kollegiális közeg hiánya is megjelenik ott, ahol a munkatársak kijárnak a gondozottakhoz. Motivációs erő az idősekkel, a kiszolgáltatottakkal való együttérzés, a gyermekek, gondozottak szeretete – sokan kifejezetten a *szeretet* szót említik.

Erőforrás továbbá, hogy sokan a segítettek, gondozottak közül kimutatják a szeretetüket, ragaszkodóak, támaszként gondolnak segítőkjükre, *stabilitást, biztos pontot* jelentenek nekik. Motivációik között hangsúlyos, hogy jó érzéssel tölti el őket a jól végzett munka, a családok esetében a korrekciós szerep betöltésének képessége, a segítő szándék kanalizálása.

### Összegzés

Segítők segítőkjeként szerzett tapasztalataim rövid összefoglalása e néhány oldal, de korántsem tudja visszaadni azt a

komplexitást, amilyen szervezeti hálóban, és azt az összetettséget, amilyen fizikai és érzelmi munkával, megterhelődésekkel és örömeikkel vannak jelen e segítők a terepen, a társadalom szövetében, az életünkben. A felületes szemlélő számára – ahogyan ők is érzik – sokszor szinte láthatatlanul, de egy-szersmind nélkülözhetetlenül. A szövet az ő áldozatos munkájuk nélkül bizonyosan felfeslene, hiányukat mindannyian megéreznék, hiszen nélkülük nehezebb lenne az életünk.

A leghitelesebben az egyik segítő szavaival zárhatok, aki amikor – az Angyal Andrásnak tulajdonított – emberi hajtóerőről, a *sükségeltségi szükségletéről* (Angyal, 1961, in: Bagdy, 1997) kérdeztem, azt válaszolta: „*Amíg velem vagyok, boldog. Mi lehet a számára, ami számunkra ennél fontosabb?*”

### Irodalom

- Bagdy Emőke (1997): Hivatás és személyiség. In: Bagdy Emőke (szerk.): *A pedagógus hivatásképzése*. Kossuth Lajos Tudományegyetem Pszichológiai Intézet, Debrecen, 34-42.
- Simon Gabriella (2021a): Hivatástudat, küldetés, elkötelezettség a pedagógus munkájában. In: *Tudomány, küldetés, társadalmi szerepvállalás*. Studia Caroliensia. A Károli Gáspár Református Egyetem 2020-as évkönyve, Károli Gáspár Református Egyetem, L'harmattan Kiadó, Budapest, 49-67.
- Simon Gabriella (2021b): Maradandó jele hagyni az idő homokjában. A hivatástudat megjelenése a szupervízióban. Szakdolgozat, Károli Gáspár Református Egyetem, 1-52.

<sup>1</sup> Az önkaktualizáció fogalma, látjuk, nem azonos az önmegvalósításával: utóbbi inkább a személyre önmagára fókuszál.