



# POD PRESJĄ

## odruchów serca

Fundacja ISKIERKA od wielu lat działa na rzecz dzieci z chorobą nowotworową. W różnorodny sposób wspiera leczenie onkologiczne na oddziałach dziecięcych i na oddziałach hematologii dziecięcej.

Fundacja ISKIERKA jest organizacją pożytku publicznego zajmującą się od 2006 roku budowaniem systemów wsparcia finansowego, psychologicznego i społecznego dla dzieci z chorobą nowotworową i ich rodzin. Od kilku lat organizuje także szkolenia dla personelu medycznego z zakresu komunikacji, pracy zespołowej i radzenia sobie ze stresem aby usprawnić dialog i współpracę na linii pacjent-lekarz-rodzina.

W maju br rozpoczęła się realizacja kolejnego projektu, który jest współfinansowany przez Fundację ISKIERKA i Urząd Marszałkowski Województwa Śląskiego, a jego realizacją zajęło się Centrum Coachingu „Progres” z Katowic. To jeden z wielu projektów realizowanych przez Fundację ISKIERKA, która w sposób systemowy pracuje z całym środowiskiem mającym styczność z chorobami nowotworowymi dzieci. Przedstawiciele Fundacji wychodzą z założenia, że podnoszenie kompetencji personelu medycznego ma bowiem bezpośredni związek z procesem leczenia małych pacjentów i efektywną współpracą w tym zakresie z rodzicami i innymi uczestnikami tego procesu.

Projekt Fundacji ISKIERKA „Coaching dla personelu medycznego oddziałów onkologii i hematologii dziecięcej na terenie województwa śląskiego” umożliwia personelowi medycznemu skorzystanie ze wsparcia w postaci indywidualnych sesji coachingowych, podczas których uczestnicy tych spotkań będą mogli wypracować korzystne dla zdrowia psychologiczne zachowania i umiejętności radzenia sobie w sytuacjach szczególnie narażających personel medyczny na stres i obciążenie psychiczne. Uczestnicy tych spotkań to ordynatorzy, lekarze i pielęgniarki trzech śląskich ośrodków onkologii dziecięcej.

– *Z założenia każda z tych osób sama ustala sobie cel naszych spotkań* – mówi Beata Piwowarczyk, dyrektor zarządzający CCProgres – *Spotkania powodują rozwój umiejętności w wielu obszarach. Nie tylko przeciwdziałają wypaleniu zawodowemu, ale także pozytywnie wpływają na relacje zawodowe. Pokazują, jak budować zespół i rozwiązywać konflikty. Ta*

*wiedza wykracza daleko poza wykształcenie medyczne, ale jest niezbędna w takich miejscach i przy spełnianiu takich funkcji.*

Ludzie ci podlegają nieprawdopodobnemu obciążeniu psychicznemu, a coaching ma wpłynąć na poprawę komfortu ich pracy. Nie ma przy tym znaczenia czy tematy poruszane na spotkaniach coachingowych dotyczyć będą spraw zawodowych, czy też osobistych oraz zawodowych i staną się próbą znalezienia balansu między jednym i drugim.

– *W ostatecznym efekcie* – dopowiada Aleksandra Holewa, coach – *spotkania mają doprowadzić do ogólnej poprawy komfortu funkcjonowania w tak nietypowych warunkach, a tym samym przełożą się na umiejętność radzenia sobie z emocjami wynikającymi ze stykania się z nieuleczalnymi chorobami małych pacjentów oraz emocjami ich rodziców.*

**Coaching** - to forma wsparcia dla danej osoby w wyznaczaniu i osiągnięciu celów. Etapowo wprowadza pozytywne zmiany rozwoju osobistym i zawodowym. Często uświadamia, że zamierzenia są możliwe do zrealizowania. Coaching opiera się na kreatywności klienta i zakłada, że ma on odpowiednią wiedzę i umiejętności lub może je osiągnąć, aby z powodzeniem osiągnąć swój cel.

Spotkania odbywają się w siedzibie Centrum Coachingu Progres w Katowicach, w biurze Fundacji ISKIERKA w Chorzowie, a także w Zabrze, w hotelu Diamant, który gościnnie użycza miejsce do spotkań. Są to indywidualne sesje trwające średnio od 1 do 1,5 godziny i odbywające się co dwa tygodnie. Każda z osób korzystających z tej formy wsparcia w sumie będzie miała od czterech do sześciu takich sesji.

Mimo, że akcja dopiero się zaczęła specjalistki od coachingu zauważyły już pewne obszary problemów, które się wyróżniają. Są one przede wszystkim związane ze stresem wynikającym z ograniczeń współczesnej medycyny, która nie zawsze może nieść skuteczną pomoc. Inny obszar stanowią relacje związane z pracą w zespole, który tworzą ludzie z róż-

nyimi osobowościami. Kolejny to kwestie dotyczące wzmocnienia samego siebie, swojej odporności. W wielu wypadkach są to problemy pokrywające się z tymi, z którymi specjaliści od coachingu spotykają się podczas pracy z innymi grupami zawodowymi.

– *Zauważamy* – mówi Beata Piwowarczyk – *że bardzo ważne jest dla tych osób zadbanie o samych siebie, odpowiedni relaks po pracy i odtworzenie zasobów energetycznych, które szybko wyczerpują się w sytuacjach trudnych do wyobrażenia przez ludzi nie mających styczności z pracą na oddziałach hematologii i onkologii dziecięcej. Wykonywane przez te osoby zadania zawodowe powodują ogromne zaangażowanie zarówno czasowe, jak i emocjonalne. Staramy się zatem znaleźć sposoby, by ci ludzie mieli oddech dla siebie, bo tylko wtedy nabiorą siły, by pomagać innym efektywnie i w sposób długotrwały.*

– *Przedstawiciele innych zawodów* – dodaje Aleksandra Holewa – *często szukają w coachingu sposobów na większą motywację i zaangażowanie w sprawy zawodowe. W tym wypadku sytuacja jest wręcz odwrotna.*

Narażeni na ogromny stres, na czasach niewyobrażalne obciążenia psychiczne uczestnicy spotkań coachingowych mają w ich trakcie możliwość wygadania się, bo coach potrafi aktywnie i dobrze słuchać. Im nie są potrzebne rady, co mają robić, bo to wiedzą doskonale. W trakcie spotkań łapią oddech, dzięki któremu łatwiej im wrócić do pacjentów i wykonywać swoje obowiązki. Dlatego też pomysły przeprowadzenia takiego projektu to strzał w dziesiątkę. A realizujący go przedstawiciele CCProgres twierdzą, że czynią to z dumą.

– *Traktujemy to* – mówi Beata Piwowarczyk – *w dużej mierze, jak działania z zakresu CSR i to nie tylko ze względu na zasady finansowania projektu, ale przede wszystkim dlatego, że ci ludzie i to, co robią, budzi nasz ogromny podziw.*