

Supervīzija sabiedrības veselības speciālistiem

Marta Lillā

Sabiedrības veselības speciālisti pilda dažādas nozīmīgas funkcijas iedzīvotāju veselības saglabāšanā un veicināšanā; tās ir, piemēram, vakcinācijas un infekcijas slimību uzraudzība, drošas pārtikas un nekaitīga dzeramā ūdens uzraudzība, gaisa kvalitātes un augsnes piesārņojuma novēršana, aicināšana veikt profilaktiskās veselības pārbaudes, atkarību izraisošo vielu ierobežošana, ceļu satiksmes drošība, kā arī daudzas citas darbības. Un šīs sabiedrības veselības speciālistu funkcijas klasificē šādās jomās: veselības veicināšana, izglītība un profilakse; veselības aprūpes politika un organizācija; epidemioloģija, veselības statistika; epidēmiju, infekcijas slimību uzraudzība un novēršana, higiēna; vides uzraudzība, vides drošība, darba aizsardzība; pārtikas drošība, uztura kvalitāte (Latvijas Sabiedrības veselības asociācija, n.d.).

Sabiedrības veselības speciālistu darbs ir orientēts uz veselības un traumu profilaksi, veselībai nekaitīgas apkārtējās vides nodrošināšanu un veselīga dzīvesveida veicināšanu iedzīvotāju vidū, kā arī veselības politikas veidošanu un veselības statistiku (Latvijas Sabiedrības veselības asociācija, n.d.). Bieži vien sabiedrības veselības speciālisti ir pakļauti augstam stresa līmenim un atbildībai, kas izriet no darba pienākumiem, un tie ir, piemēram, komunicēšana ar sabiedrību dažādos krīzes apstākļos, sabiedrības izglītošana un dalība veselības politikas veidošanā. Paaugstināts stresa līmenis var negatīvi ietekmēt fizisko un emocionālo veselību (*Murphy et al.*, 2023).

Sabiedrības veselības speciālistu profesionālā pieredze nereti ir pakļauta nenoteiktībai, kas ir cieši saistīta ar dažādu intensīvu emociju piedzīvošanu. Izplatīta reakcija veselības aprūpes speciālistiem, kas strādā katastrofu jomā, ir skumjas un bezpalīdzības sajūta (*Rodriguez-Arrastia et al.*, 2021). Ir svarīgi sniegt atbalstu veselības aprūpes speciālistiem, kas veic darbu ārkārtas un katastrofu jomā, lai uzlabotu darbinieku pašpalīdzības stratēģiju un novērstu viņu emocionālās sagatavotības trūkumu. Sabiedrības veselības krīzes, tostarp pandēmijas, ir saistītas ar ievērojamu veselības apdraudējumu un vienlaicīgi arī stresu, bailēm, kontroles sajūtas samazināšanos un nenoteiktību.

Ir dažādas pašpalīdzības metodes, lai uzlabotu psiholoģisko noturību un labklājību: refleksija, apzinātības praktizēšana, palīdzības lūgšana u. c. (Wald, 2020). Supervīzija ir viens no pašpalīdzības veidiem, kas nodrošina konfidenciālu telpu, kur saņemt atbalstu, veikt refleksiju, izdzīvot dažādas intensīvas emocijas un dalīties ar saviem profesionālajiem izaicinājumiem.

Bieži vien sabiedrības veselības speciālistiem ir jāuzņemas līderība un vadības loma. Tās var būt ārkārtas situācijas, pandēmijas, piesārņojums peldvietās vai dzeramajā ūdenī, svarīgu lēmumu pieņemšana, kas ietekmē sabiedrību, un citi profesionālie izaicinājumi. Viena no šādām situācijām bija Covid-19 pandēmijas krīzes pārvarēšana. Sabiedrības veselības līderiem ir jāuzņemas aktīva loma krīzes pārvarēšanas procesā (Glenn et al., 2021). Sabiedrības veselības speciālistiem tiek mācīts, kā rūpēties par citiem un sabiedrību kopumā, taču netiek likts uzsvars uz to, kā rūpēties par saviem kolēģiem, komandas locekļiem un pašiem par sevi. Ir secināts, ka sabiedrības veselības praksē nepieciešams iekļaut vadības un līderības prasmes (Moodie, 2016). Pašreizējā darba tirgū sabiedrības veselības speciālistiem būtiskas vajadzības ir zinātniskos pierādījumos balstītas zināšanas un starppersonu kompetences, tostarp komunikācija, reaģēšana un sagatavotība (Treviño-Reyna et al., 2021).

Sabiedrības veselības speciālista profesijas standartā ir minētas šādas profesionālās prasmes:

- 1) informēt un izglītēt sabiedrību kopumā un sabiedrības grupas par veselību ietekmējošiem riska faktoriem, to novēršanas un profilakses pasākumiem, kā arī veselīgu dzīvesveidu;
- 2) informēt sabiedrību par pieejamiem veselības aprūpes pakalpojumiem un to saņemšanas kārtību, kā arī konsultēt iedzīvotājus par viņu tiesībām saņemt veselības aprūpes pakalpojumus;
- 3) argumentēt savu viedokli un uzņemties atbildību par savu profesionālo darbību;
- 4) kritiski domāt, patstāvīgi risināt problēmas un prast strādāt komandā (Valsts izglītības satura centrs, 2017).

Šīs kompetences aktualizē plānošanas, argumentācijas, komunikācijas un sadarbības spējas, kas nereti nepieciešamas augsta stresa apstākļos, piemēram, komunicējot ar sabiedrību par tēmām, kas izraisa pretestību (vakcināciju, atkarību izraisošām vielām u. c.).

Lai veiksmīgi sagatavotu topošos speciālistus darba tirgum, svarīgi jau preventīvi topošajiem sabiedrības veselības speciālistiem nodrošināt mācības par pašpalīdzības stratēģijām, komunikācijas prasmēm un ietvert grupu diskusijas par darbu ietekmējošajiem faktoriem. Pierādīts, ka, šādi mācoties, tiek uzlabotas starppersonu komunikācijas prasmes, attīstīta empātija un aktīvās klausīšanās prasme

(Dopelt et al., 2023). Pastāv saistība starp mērķtiecīgām labbūtības aktivitātēm un izdegšanas riska mazināšanu veselības aprūpes speciālistiem, kā arī darba attiecību uzlabošanu (Almeida et al., 2020). Ir secināts, ka apzinātības praktizēšana uzlabo emocionālo labbūtību, palīdz identificēt un mazināt darbā radušos aizspriedumus (Murphy et al., 2023).

Reāli darba prakses piemēri dod iespēju sabiedrības veselības speciālistiem pilnvērtīgāk veikt savus darba pienākumus (Wegene et al., 2018). Ja mācībās tiek iekļauti simulāciju scenāriji, studējošie novērtē, ka šie scenāriji reālistiski atspoguļo jautājumus par vadību, lēmumu pieņemšanu un komandas darba izaicinājumiem. Ir pierādīts, ka simulācija mācību procesā ir spēcīgs pedagoģisks instruments sabiedrības veselības izglītībā. Simulācija ļauj gūt arī emocionālu pieredzi, kas pielāgota dažādām profesionālajām un ārkārtas situācijām (Dopelt et al., 2023). Šādas mācības saturiski daļēji atbilst grupas supervīzijas sesijām, jo tajās tiek risināti ar darbu saistīti jautājumi, kas ir iekļauti grupu diskusijās.

Ir veikti pētījumi par supervīzijas nozīmīgumu un nepieciešamību sabiedrības veselības jomā. Atbalstoša supervīzija var uzlabot veselības aprūpes kvalitāti, veselības aprūpes darbinieku prasmes un sniegumu (Avortri et al., 2019). Supervīzija tiek raksturota kā noderīga gan personiski, gan profesionāli. Nozīmīga supervīzijas sastāvdaļa ir refleksija, kas var palīdzēt darbiniekiem atpazīt emocijas, pārmērīgu darba slodzi, neapmierinātās profesionālās vajadzības un apzināt stresa avotus (Karadzhev et al., 2022). Supervīziju var pielīdzināt profesionālās izaugsmes mācībām; ir secināts, ka šādas mācības ir jāiekļauj studijās, lai izveidotu ilgtspējīgu, daudzveidīgu un kompetentu sabiedrības veselības darbaspēku (Sherrer & Prelip, 2018). Galvenie faktori sabiedrības veselības speciālistu tālākizglītībā ir motivācija un efektīva supervīzija. Supervīzija var būtiski ietekmēt sabiedrības veselības speciālistu uzvedību un stiprināt viņu darbaspējas (Chikhladze & Pitskhelauri, 2019).

Supervīzijai ir dažādi modeļi, kas ir atšķirīgi pēc formas, pieejas un satura. Sabiedrības veselības speciālistiem atbilstošākais ir Viskonsinas–Medisonas Universitātes profesora sociālajā darbā Alfrēda Kadušina (*Alfred Kadushin*) un Bridžidas Proktoras (*Brigid Proctor*) izveidoto modeļu apvienojums. Kadušins izdala trīs galvenās funkcijas – izglītojošo, atbalstošo un vadošo. Savukārt Proktore ir izstrādājusi alianses modeli (*supervision alliance model*) pamata procesiem supervīzijā, konsultēšanā un psihoterapijā, kurā ir trīs Kadušina modelim līdzīgas supervīzijas funkcijas – normatīvā, formējošā un spēcinošā (*normative, formative and restorative*). Apvienojot šo autoru modeļus, var izdalīt trīs supervīzijas funkcijas – izglītojošo, atbalstošo un administratīvo funkciju (Kadushin & Harness, 2014; Proctor, 2008), kuras ir atbilstošas sabiedrības veselības speciālistu supervīzijas vajadzībām.

Sabiedrības veselības speciālisti nav ārstniecības personas, un tiem nav tiešas saskarsmes ar pacientiem, tāpēc šiem speciālistiem nav piemēroti klīniskās supervīzijas modeļi. Izglītojošā supervīzijas funkcija palīdz pilnveidot prasmes, spējas un izpratni, tās gaitā tiek attīstīta paškritika un nodrošināta profesionālā socializācija. Mācīšanās process notiek, analizējot supervīzijas klienta profesionālo pieredzi jeb veicot refleksiju. Atbalstošā funkcija tiek īstenota, sniedzot mierinājumu, iedrošinot un mazinot bažas, sniedzot iespēju atjaunot emocionālo līdzsvaru, aktīvi klausoties (Apine, 2017). Savukārt administratīvās funkcijas ietvaros supervizors ir palīgs ikdienas operatīvo jautājumu risināšanā.

Sabiedrības veselības speciālista darbs ir pakļauts augstam stresa līmenim, nenoteiktībai un atbildībai jebkurā no sabiedrības veselības jomām. Bieži vien speciālistiem ir jāuzņemas līderība, jāspēj reaģēt dažādās situācijās, jāpiedalās svarīgu lēmumu pieņemšanā, jākomunicē ar sabiedrību un jāizglīto tā. Ir pierādīts, ka dažādas mācības, kurās iekļauta simulāciju izspēle, reāli darba prakses piemēri un grupu diskusijas, uzlabo topošo sabiedrības veselības speciālistu prasmes un stresa noturības spējas. Supervīzijas nozīme sabiedrības veselībā ir maz pētīta, tomēr ir pierādīts, ka tā attīsta refleksijas spējas, uzlabo prasmes, ļauj apzināt profesionālās vajadzības un identificēt stresa avotus.

Lai preventīvi parūpētos par sabiedrības veselības speciālistiem, viņiem ir svarīgi aktualizēt supervīzijas nozīmīgumu profesionālajā attīstībā. Supervīziju ir nepieciešams iekļaut jau studiju procesā, it sevišķi 3. un 4. studiju gadā, jo tad topošajiem sabiedrības veselības speciālistiem norisinās prakses dažādās valsts un nevalstiskajās organizācijās, kā arī tiek uzsāktas darba gaitas. Lielu daļu no praksēm sastāda komunikācija ar sabiedrību, pašvaldībām, dažādām organizācijām un citām iesaistītajām pusēm, tāpēc aktualizējas komunikācijas prasmju un stresa noturības nozīmīgums. Regulāras supervīzijas var palīdzēt attīstīt šīs prasmes.

Supervīzijas ieviešana jau studiju procesā un tās aktualizēšana nozares profesionāļiem ir būtiska, lai uzsvērtu profesionālās higiēnas nozīmīgumu. It sevišķi svarīgi ir nodrošināt supervīzijas tiem sabiedrības veselības speciālistiem, kas ir pakļauti ārkārtas situācijām.

Avoti un literatūra

- Almeida, S., Bowden, A., Bloomfield, J., Jose, B., & Wilson, V. (2020). Caring for the carers in a public health district: A well-being initiative to support healthcare professionals. *J Clin Nurs*, 29(19–20), 3701–3710. <https://doi.org/10.1111/jocn.15398>
- Apine, E. (2017). Supervīzijas process. No K. Mārtinsone un S. Mihailova (sast.), *Supervīzija: Teorija. Pētījumi. Prakse* (49.–53. lpp.). Rīgas Stradiņa universitāte.

- Avortri, G. S., Nabukalu, J. B., & Nabyonga-Orem, J. (2019). Supportive supervision to improve service delivery in low-income countries: Is there a conceptual problem or a strategy problem? *BMJ Glob Health*, 4(9). <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2018-001151>
- Chikhladze, N. & Pitskhelauri, N. (2019). From pillars of postgraduate education towards motivated and competent public health workforce. *European Journal of Public Health*, 29(4). <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckz186.405>
- Dopelt, K., Shevach, I., Vardimon, O. E., Czabanowska, K., De Nooijer, J., Otok, R., Leighton, L., Bashkin, O., Duplaga, M., Levine, H., MacLeod, F., Malowany, M., Okenwa-Emegwa, L., Zelber-Sagi, S., Davidovitch, N., & Barach, P. (2023). Simulation as a key training method for inculcating public health leadership skills: A mixed methods study. *Frontiers in Public Health*, 11(1202598). <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1202598>
- Glenn, J., Chaumont, C., & Dintrans, P. V. (2021). Public health leadership in the times of COVID-19: A comparative case study of three countries. *International Journal of Public Leadership*, 17(1), 81–94. <https://doi.org/10.1108/IJPL-08-2020-0082>
- Kadushin, A., & Harness, D. (2014). *Supervision in social work* (5th ed.). Columbia University Press.
- Karadzhev, D., Davidson, J. C., & Wilson, G. (2022). “You cannot pour from an empty cup!”: child well-being service providers’ and policymakers’ professional supervision, coping and well-being during COVID-19. *Journal of Public Mental Health*, 21(2), 95–107. <https://doi.org/10.1108/JPMH-08-2021-0095>
- Latvijas Sabiedrības veselības asociācija. (n.d.). *Sabiedrības veselība*.
- Moodie, R. (2016). Learning about self: Leadership skills for public health. *Journal of Public Health Research*, 5(1), 679. <https://doi.org/10.4081/jphr.2016.679>
- Murphy, J., Farrell, K., Kealy, M. B., & Kristiniak, S. (2023). Mindfulness as a self-care strategy for healthcare professionals to reduce stress and implicit bias. *Journal of Interprofessional Education & Practice*, 30. <https://doi.org/10.1016/j.xjep.2022.100598>
- Proctor, B. (2008). *Group supervision: A guide to creative practice* (2nd ed.). SAGE Publications Ltd.
- Rodriguez-Arrastia, M., García-Martín, M., Villegas-Aguilar, E., Ropero-Padilla, C., Martín-Ibañez, L., & Roman, P. (2021). Emotional and psychological implications for healthcare professionals in disasters or mass casualties: A systematic review. *Journal of Nursing Management*, 30(1), 298–309. <https://doi.org/10.1111/jonm.13474>
- Sherrer, K. J., & Preliip, M. L. (2018). A multifaceted approach to public health career and professional development training. *Health Promotion Practice*, 20(6) 932–940. <https://doi.org/10.1177/1524839918783744>
- Treviño-Reyna, G., Czabanowska, K., Haque, S., Plepys, C. M., Magaña, L., & Middleton, J. (2021). Employment outcomes and job satisfaction of international public health professionals: What lessons for public health and COVID-19 pandemic preparedness? Employment outcomes of public health graduates. *The International Journal of Health Planning and Management*, 36(S1), 124–150. <https://doi.org/10.1002/hpm.3140>

- Valsts izglītības satura centrs. (2017). *Piektā profesionālās kvalifikācijas līmeņa profesiju standarti, Sabiedrības veselības speciālista profesijas standarts*.
- Wald, H. S. (2020). Optimizing resilience and wellbeing for healthcare professions trainees and healthcare professionals during public health crises – practical tips for an ‘integrative resilience’ approach. *Medical Teacher*, 42(7), 744–755. <https://doi.org/10.1080/0142159X.2020.1768230>
- Wegener, J., Fong, D., & Rocha, C. (2018). Education, practical training and professional development for public health practitioners: A scoping review of the literature and insights for sustainable food system capacity-building. *Public Health Nutrition*, 21(9), 1771–1780. <https://doi.org/10.1017/S1368980017004207>