

TRNAVSKÁ UNIVERZITA V TRNAVE
TEOLOGICKÁ FAKULTA

Esej – Kto som?

Syntéza všetkých portfólií

Študijný program: Counseling
Akademický rok: 2024/2025
Vypracovala: Mgr. Veronika Hrošová
Ročník: tretí

Volám sa Veronika Hrošová, som žena, teta, sestra, švagriná, kamarátka, slobodná, bezdetná, špeciálny pedagóg, členka občianskeho združenia, ktoré sa venuje mladým ľuďom s mentálnym postihnutím a ich rodinám, som študentka profesijne orientovaného študijného programu counseling. Medzi moje kladné vlastnosti patrí pracovitosť, zodpovednosť, schopnosť udržať tajomstvo, ochota pomáhať druhým. Mojimi zápornými vlastnosťami sú hlavne váhavosť, nerozhodnosť, prílišná opatrnosť. Hodnoty, ktoré sú pre mňa dôležité sú láska, dôvera, viera, sebaznatie, sebaaprijatie, rodina, zdravie, spravodlivosť, práca. Mám rada tímovú prácu, organizovanie a realizáciu rôznych skupinových aktivít, kreatívnu tvorbu. Teší ma, ak môžem pomôcť a urobiť radosť iným ľuďom.

Pracovitosť a zodpovednosť som si priniesla z rodiny. Veľmi ma zasiahla strata oboch rodičov. Táto skúsenosť na dlhú dobu ovplyvnila môj život. Na základe tejto skúsenosti si uvedomujem, ako je ťažké vyrovnať sa so stratou blízkej osoby.

Na štúdium counselingu som nastúpila hlavne preto, lebo som pociťovala, že mi niečo chýba. Na začiatku som chcela získať nové vedomosti, osvojiť si nové spôsoby komunikácie, naučiť sa naozaj počúvať druhých ľudí, nebáť sa s nimi komunikovať, vedieť im pomáhať. Počas týchto troch rokov som však dostala oveľa viac. Štúdium counselingu mi prinieslo nový pohľad na človeka ako celistvú bytosť a hlavne mi prinieslo nový pohľad na seba samú. Nastúpila som na cestu sebaznania a osobného rastu, v ktorej chcem pokračovať. Sebaznatie a sebaaprijatie považujem za jeden z najdôležitejších zdrojov človeka pri vyrovnávaní sa s výzvami a náročnými životnými situáciami. Dôležitým sa pre mňa stalo pochopenie zmeny, ktorá keď sa stane, tak niečo znamená a nemusí to byť vždy iba to zlé. Za mimoriadne dôležité považujem poznať svoje zdroje, uvedomiť si, čo mi prináša pokoj a rovnováhu.

Z hľadiska odborných vedomostí ma zaujal model rastu Virginie Satirovej, logoterapia a jej dôraz na hľadanie zmyslu života, tiež Jung jeho nevedomie, práca so symbolmi, technika IMAGO, ktorá umožňuje bezpečný a liečivý dialóg a mnohé iné. Dôležitou časťou môjho života je viera. A aj v tomto smere som počas štúdia counselingu dospela k mnohému poznaniu a uvedomeniu. Counseling otvára nové možnosti. Chcela by som sa hlbšie venovať prístupom, metódam a technikám, ktoré ma zaujali. Získané poznatky by som chcela využiť pri pomoci rodinám, ktoré sa starajú o dieťa s postihnutím, neskôr aj v pomoci ľuďom, ktorí smrťou stratili blízkeho človeka a tým, ktorí potrebujú povzbudenie a možno všetkým ostatným aspoň tým, že ich budem vedieť správne počúvať.