

2019 (4)

„ROZWIĄZANIA”

CZASOPISMO

POLSKIEGO STOWARZYSZENIA TERAPEUTÓW
TERAPII SKONCENTROWANEJ NA ROZWIĄZANIACH

ZESPÓŁ REDAKCYJNY:

Izabela Krasiejko – redaktor naczelna

Tomasz Świtek

Jacek Szczepkowski

Ewa Majchrowska

Artur Lewiński – tłumaczenie tekstów z j. angielskiego

REDAKCJA TECHNICZNA:

Paweł Sobierajski

© Copyright by Polskie Stowarzyszenie Terapeutów Terapii Skoncentrowanej
na Rozwiązaniach

**Przedruk i rozpowszechnianie materiałów z niniejszej publikacji, w całości lub
w części, jest dozwolone wyłącznie z podaniem pełnej informacji o źródle!**

Warszawa – Toruń **2019**

Redakcja czasopisma: „Rozwiązania”, ikrasiejko@interia.pl, tel. 661 460 9 17

Uwagi dla Autorów – na końcu numeru!



Szanowni Państwo!

Przekazujemy Państwu kolejny numer czasopisma Polskiego Stowarzyszenia Terapeutów Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach.

Ten numer „Rozwiązań” otwierają rozważania Renaty Pająkowskiej-Rożen, dotyczące dbałości o siebie przez terapeutę.

Czy i jak rozmawiać o problemie w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach dowiemy się od Igora Rotberga.

Ewa Majchrowska przedstawia TSR-owe sposoby pracy z dziećmi i osobami dorosłymi z niepełnosprawnością intelektualną, natomiast Adrian Kondraciuk – z młodzieżą w warunkach ulicznych.

Zachęcamy do dzielenia się opisem metodycznych działań oraz wydarzeń w obszarze PSR. Również Państwo możecie być autorami tekstów „Rozwiązań”. Wtedy będzie możliwe, by powrócić do co trzymiesięcznego ukazywania się czasopisma.

Małgorzata Krasiejko

Redaktor Naczelna
ikrasiejko@interia.pl

Informacja

Gdy zrodziła się inicjatywa powołania do życia czasopisma, zamiarem zespołu redakcyjnego było wydawanie kolejnych numerów co kwartał. Kolejne miesiące i lata zwerfikowały nasze ambicje – do redakcji nie służywało tyle tekstów do następnych numerów, ile byśmy sobie tego życzyli.

Dlatego też dokonujemy zmiany na stronie tytułowej periodyku z „kwartalnika” na „czasopismo”. Zachowując ciągłość numeracji i nadal mając nadzieję, że kolejne numery będą ukazywały się częściej.

**Zarząd
PSTTSR**

„Rozwiązania” 2019 (Nr 4)

SPIS TREŚCI

PSR-owe AKTUALNOŚCI Z KRAJU I ZAGRANICY

Opracowanie: *Tomasz Świątek* 5

WYKORZYSTANIE PODSTAW TEORETYCZNYCH PSR W RÓŻNYCH OBSZARACH PRAKTYKI

Renata Pająkowska-Rożen

Procesy równoległe z innymi początkami. Terapeuta – klient – proces terapeutyczny 7

Igor Rotberg

Porozmawiajmy o problemie 11

Ewa Majchrowska

Program „Dam Radę!” jako metoda skoncentrowana na rozwiązaniach do pomocy dla dzieci i osób z niepełnosprawnością intelektualną 15

Adrian Kondraciuk

Warunki skutecznej pracy opartej na podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach z młodzieżą w przestrzeni ulicy 19

Informacja dla Autorów 22

PSR-owe AKTUALNOŚCI Z KRAJU I ZAGRANICY

Opracowanie:
Tomasz Świtek

☞ Dnia 3 maja 2019 roku obchodziliśmy po raz pierwszy Światowy Dzień Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach – SF World Day. Pomysłodawcą obchodzenia 3 maja, jako dnia PSR w Szwecji był Jonas Wels. Pomysł ten stał się inspiracją do rozszerzenia tych obchodów na cały świat. Grupa współpracy międzynarodowej przy EBTA wspierała swoimi działaniami propagowania i wymianę informacji na temat tego „gdzie, kto, co, kiedy i jak” będzie celebrował SF World Day. Więcej na profilu FB dotyczącym SFWD: poszukaj grupy SFWORLDDAY.

☞ Journal of Solution Focused Brief Therapy wydawany przez Australasian Association for SFBT ma od niedawna nowego redaktora – została nią dr Sara Smock-Jordan ze Stanów Zjednoczonych. Celem wydawnictwa jest służyć „TSR-owej” społeczności na całym świecie (więcej na <https://www.solutionfocused.org.au/journal>).

☞ Konferencje w roku 2019:

- European Brief Therapy Association – Florencja, Włochy – 20-22 września 2019 (<https://www.ebta2019florence.org>);
- Solution Focused Brief Therapy Association – Montreal, Kanada – 06-09 listopada 2019 ([link do programu konferencji](#));

☞ Konferencje w roku 2020:

- European Brief Therapy Association – Elsinore (koło Kopenhagi), Dania – 18-20 września 2020 (<https://www.ebta2020.dk>);
- Solution Focused Brief Therapy Association – Las Vegas, Stany Zjednoczone – listopad 2020;

Niektórzy z nas tam będą – dołączycie?

☞ Jest już w sprzedaży książka konferencyjna EBTA z Sofii, 2018. Tytuł: „Making waves”. 25 years of SF practice in Europe. Książkę można zamówić na stronie zeszłorocznej konferencji EBTA - <https://ebtaconference2018sofia.org>.

☞ Od niedawna dostępna jest internetowo książka Steva de Shazera pt. „Kiedy słowa były magią”. Polecamy.

WYKORZYSTANIE PODSTAW TEORETYCZNYCH PSR W RÓŻNYCH OBSZARACH PRAKTYKI

Renata Pająkowska-Rożen*

PROCESY RÓWNOLEGŁE Z INNYMI POCZĄTKAMI TERAPEUTA – KLIENT- PROCES TERAPEUTYCZNY

Procesy równoległe to procesy, które dzieją się jednocześnie. Mogą mieć różne początki i końce, nakładają się i zazębiają, ale równocześnie są autonomiczne i rozdzielnie złożone. Czyj jest proces terapeutyczny? Kto jest najważniejszy?

Klient rozpoczyna swój proces terapeutyczny w momencie, w którym podejmuje decyzję o podjęciu terapii lub ktoś inny (instytucja) wysyła go na terapię. Cele klienta są uzależnione od sytuacji, w której się znajduje, od tego jakie ma potrzeby (uświadomione i nieuświadomione).

Terapeuta w procesie terapeutycznym rozpoczyna swój udział w momencie, w którym klient pojawia się w gabinecie. Od tej chwili każde zachowanie, gest a przede wszystkim słowo wpływa na klienta i na proces terapeutyczny.

Bez względu na to, w jakim nurcie terapeutycznym jest prowadzona terapia ani czego dotyczy, każda terapia dzieje się w relacji terapeutycznej pomiędzy klientem i terapeutą i jest bardzo ważna. I to terapeuta (szczególnie na początku terapii) w większym stopniu niż klient odpowiada za proces terapeutyczny. Nie jest specjalistą od spraw klienta (to klient jest ekspertem od samego siebie), ale jest osobą, która powinna wprowadzić klienta w pewne zasady terapii i kontraktu. To terapeuta wskazuje granice bezpiecznej relacji terapeutycznej. Terapeuta nie może brać odpowiedzialności za cały proces terapeutyczny, ale może i powinien brać odpowiedzialność za wrażliwą i bezpieczną dla klienta relację terapeutyczną.

Proces terapeutyczny ma swoją własną historię. Najmocniej na jego przebieg wpływają terapeuta i klient, ale definiują go również inne okoliczności. Wystarczy wspomnieć choroby, przypadkowe spotkania, zainteresowania...

Proces ma swoją dynamikę i swój czas. Warto mieć szacunek do tej dynamiki, nie poganiać wydarzeń, ale i nie przeciągać procesu, który się już wytrawił.

* **Renata Pająkowska-Rożen** – absolwentka psychologii (Uniwersytet SWPS w Warszawie) i kulturoznawstwa (Uniwersytet Wrocławski). Ukończyła dwuletnie studium psychoterapii metodą Psychologii Procesu Arnolda Mindella (Instytut Psychologii Procesu w Warszawie) oraz szkolenie terapeutyczne pierwszego i drugiego stopnia w nurcie Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach. Posiada certyfikat konsultanta i terapeuty w nurcie Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach i tą metodą aktualnie pracuje. Jest członkiem Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, współzałożycielką Sekcji Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach przy PTP. Specjalizuje się w terapii depresji, stanów zaburzeń nastrojów i oswojaniu procesu zmiany. Prywatnie zwolenniczka minimalistycznego stylu życia i wielbicielka polskiej szkoły filmowej. FB: [Psychoterapia Zmiany](#).

Kto jest najważniejszy w procesie terapeutycznym?
Jak zadbać o siebie (terapeutę), klienta i proces terapeutyczny?

Klient, który się do ciebie zapisuje, będzie chciał się umówić w wygodnym dla siebie terminie. Jeśli nie masz w kalendarzu wyznaczonych stałych terminów przyjęć w gabinecie, możesz wkrótce się przyłapać na braku dbałości o siebie. Szczególnie na początku pracy zawodowej w charakterze terapeuty, można cieszyć się z każdego klienta, który się do nas zapisuje i całkowicie pomijać własne potrzeby. Po prostu przyjmujemy klienta wtedy, kiedy on tego chce. I jeśli tych klientów jest mało, kiedy dopiero zdobywam doświadczenie - jest to sytuacja normalna. Problem może pojawić się wtedy, gdy liczba klientów się zwiększa, a my zaczynamy myśleć o otwarciu działalności gospodarczej i wynajęciu gabinetu. Mamy wtedy do czynienia z wielowarstwową sytuacją: po pierwsze mamy interes klienta, który chce przychodzić wtedy, gdy jest mu najwygodniej, odwoływać sesje nie ponosząc kosztów itd. – jednym słowem odczuć zmianę jakościową w swoim życiu, ale przy minimalnym wysiłku. To wchodzi w konflikt z interesem terapeuty, który musi opłacić ZUS, gabinet, podatek, pójść na superwizję, szkolenie i kupić czasem jakiś podręcznik. A tu jeszcze czynsz za mieszkanie, wazywa na obiad, jedynka się ukruszyła a dziecko chce jechać na obóz językowy.... jak temu wszystkiemu sprostać?

Mówi się, że każda sesja może być ostatnią sesją. I tak właśnie jest - wcale nie musi, ale jednak może....

Dlatego jeśli dopiero zaczynasz swoją drogę bycia terapeutą musisz świadomie zadbać o swój komfort. Oczywiście przede wszystkim trzeba pamiętać o ustanowieniu swoich zasad i przestrzeganiu kodeksu etycznego, ale ten komfort ma też swój aspekt materialny – pamiętaj, że klienci pojawiają się, wchodzi w terapię, znikają z terapii. Każdy klient, który pojawia się w twoim gabinecie, prędzej czy później odejdzie, a ty nie możesz budować swojego bezpieczeństwa na założeniu, że TEN klient rozpoczyna terapię i będzie do ciebie przychodził przez najbliższe 3 miesiące i przez 3 miesiące będzie ci płacił. Podobnie nie najlepiej jest na początku zapowiedzieć, że musi się zadeklarować jak długo będzie chodził, bo to da ci poczucie bezpieczeństwa finansowego. Przecież ani klient, ani ty nie wiecie ile będzie trwać jego terapia i w jakich etapach będzie przebiegać.

Tak samo jak trzeba rozmawiać z klientem o kontrakcie terapeutycznym, o tym jaki ma wybór co do częstotliwości sesji, ważne też jest, aby terapeuta potrafił zadbać o siebie. Era Internetu ma swoje dobre strony (klient może świadomie wybrać terapeuta na podstawie zamieszczonych informacji i opinii innych), ale ma też złe, z których bodaj najbardziej dokuczliwa jest możliwość odwołania sesji przez kalendarz internetowy na 5 min przed umówioną godziną.... czasem naprawdę można poczuć frustrację.

Dlatego warto ustawić sobie sztywno grafik sesji, w zależności od tego czy mamy jeszcze jakieś inne zobowiązania zawodowe. Liczy się tu osobiste podejście do sytuacji odwołania sesji. Jeśli klient jest już po spotkaniu konsultacyjnym, ma informacje co zasad i konsekwencji. Ale co z klientem, który jeszcze nie był w gabinecie?

Warto ustalić z samym sobą, jak długo będziemy mu dawać szansę zapisywania się i odwoływania sesji. 3, 10, 15 razy? Oczywiście po przekroczeniu tej liczby możemy go zablokować. Ale w tyle głowy powinniśmy mieć pytanie o przyczyny – nie jest gotowy, boi się i dopiero musi „dojrzeć” do wejścia w terapię, czy może w ogóle nie jest w stanie wyjść z domu?

Przy czym odwoływanie sesji przez jednego klienta, którego jeszcze nie poznaliśmy, zapewne nie musi mieć dla nas znaczenia. Ale jeśli przestaje przychodzić ktoś, kto już był na kilku sesjach? Jeśli takich klientów będzie więcej, nieuchronnie pojawi się pytanie obawa i pytanie... może nie jestem dobrym terapeutą?

Wtedy właśnie trzeba zachować spokój i równowagę. Klienci przychodzą i odchodzą... To energia, nie zatrzymuj jej. Każdy klient musi znaleźć swojego terapeutę. Jeśli ktoś nie przychodzi na kolejną sesję to nie znaczy od razu, że jestem słabym terapeutą o niskich kompetencjach. Najczęściej znaczy to po prostu, że ten klient nie był dla mnie ani ja dla niego. Wkrótce on znajdzie kogoś bardziej mu odpowiadającego, a i do mnie zapisze się ktoś nowy. Nie miejmy złudzeń – nawet najlepszy terapeuta nie jest w stanie pomóc każdemu, wszak warunkiem udanej relacji terapeutycznej jest na podstawowym poziomie w ogóle odczucie możliwości współpracy.

W byciu terapeutą istotne jest myślenie o wizji i misji tego zawodu czy powołania.

I dla ciebie, i dla innych ważne jest w jakim stylu będziesz to robić i czemu będzie to miało służyć.

Wybór tej drogi życiowej może być bardzo wyczerpujący, frustrujący i kosztowny. Tym bardziej, że już po tej decyzji w trakcie pracy wciąż spotykać będziesz klientów, którzy nie współpracują, nie są zadowoleni, wiecznie oceniają i wymagają, ale to właśnie oni zdecydują (świadomie lub nie) o rozpoczęciu terapii i wytrwaniu w tej decyzji.

W byciu terapeutą świadomie dbającym o granice – tak swoje, jak i klienta – niesłychanie istotne są własne doświadczenia przebytej terapii, kryzysów, bycia po drugiej stronie, stronie klienta właśnie. To bardzo otrzeźwia i pozwala spojrzeć na proces terapeutyczny wielowymiarowo.

Terapeuta nie musi wiedzieć wszystkiego, nie musi mieć pomysłu na każdą terapię i na każdego klienta. Więcej, może nawet popełniać błędy! Tak, nie jesteśmy osobami, które dokonują zawsze właściwych wyborów. Czasami trzeba więc potrafić przyznać się do tego klientowi, porozmawiać z superwizorem lub przyjacielem psychologiem w trakcie interwizji. Nasze błędy będą skutkować w pracy oporem klienta, jego ucieczką z terapii, wydłużeniem terapii, ale wszystko to jest w ten czy inny sposób do naprawienia. Absolutnie największym i najgroźniejszym błędem w naszej pracy jest nałożenie na siebie społecznego oczekiwania, że jako specjaliści nie możemy popełniać błędów.

Taka paniczna obawa może nas skutecznie sparaliżować. Obsadzimy się wtedy w roli terapeuty, który tak sztywno przestrzega reguł gry, że zapomina być wrażliwym. Z kolei terapeuta nadwrażliwy jest trudnym towarzyszem i dla siebie w pracy, i dla klienta w terapii. To co istotne w tym zawodzie to bycie empatycznym i wrażliwym człowiekiem, który jednocześnie potrafi świadomie zadbać o swoje granice. Bo tylko wtedy uda się przeprowadzić udany proces terapeutyczny – skupimy się na nim, a nie na pilnowaniu swoich „przywilejów”.

Inną rzeczą, która często zaburza proces, czy raczej relację terapeutyczną jest przyziemna kwestia pieniędzy. Trzeba rozmawiać o tym z klientem szczerze i otwarcie, szczególnie na pierwszej sesji. Jest to bardzo istotny element terapii, który może zablokować cały proces terapeutyczny nie dlatego, że klient nie ma pieniędzy a terapeuta musi opłacić gabinet, ale z racji nie wyjaśnienia ważnego tematu. Nie chodzi nawet o proste pytanie czy stać pana/panią na terapię, ale raczej dokładny opis kosztów i rozmowa o częstotliwości spotkań

tak, aby klient mógł sobie to zaplanować, pomyśleć o organizacji. Bo wysiłek, jaki trzeba podjąć w terapii to nie tylko kwestia wydatkowania pieniędzy, ale też czasu i energii psychicznej. Oczywiście wybór częstotliwości spotkań jest wyborem klienta, on najlepiej zna swoje możliwości i potrzeby. Ale w wyborze warto mu pomóc - klienci często pytają jaka jest najlepsza częstotliwość spotkań, wtedy trzeba umieć przedstawić mu możliwe rozwiązania, ich wady i zalety. A przede wszystkim jasno powiedzieć, że w każdej chwili może wrócić do tego tematu, porozmawiać o nim i coś ewentualnie zmienić.

Bycie uważnym w terapeutą w procesie terapeutycznym to bycie za pan brat z metodami i kodeksem etycznym, ale równocześnie bycie zaciekawionym i otwartym na klienta, na siebie, na jego pomysły i własne reakcje. Chodzi o połączenie umiejętności przestrzegania granic, ale z gotowością na wychodzenie z własnej sfery komfortu. Im bardziej skupiasz się na tym, dlaczego klienci powiększają twoją dziurę finansową, tym mniej jesteś aktywnym uczestnikiem procesu terapeutycznego.

Zawrzyj kontrakt sam ze sobą... Co wybaczysz klientowi, na co mu nie pozwolisz... co jest dla ciebie komfortem, a czego już nie zaakceptujesz. Zadbaj o siebie!

Igor Rotberg*

POROZMAWIAJMY O PROBLEMIE

Podjęcie skoncentrowane na rozwiązaniach w swoich założeniach skupia się nie na analizowaniu problemu, z którym zgłasza się klient, ale na preferowanej przyszłości, w której problem nie występuje. Nie na przyczynach, jakie spowodowały występowanie problemu – ale na rozwiązaniach, które stanowią pożądany przez klienta stan. Teraźniejszość może być determinowana nie tylko przez przeszłość, ale i przez przyszłość (czyli może być zależna od planów czy pomysłów klienta). Przyszłość z kolei może być kreowana zgodnie z tym, czego potrzebuje klient [J. Prochaska, J. Norcross 2006, L. Grzesiuk, H. Suszek (red.), 2011]. Tendencja, żeby odchodzić od rozmów poświęconych analizie problemów, jest widoczna w wielu podejściach postmodernistycznych (do których zalicza się również TSR). Wskazuje się na to, że w rozmowach o przyszłości wolnej od problemu powinno się stosować inny język niż ten, w którym problem jest opisywany. Dzięki temu klient nie tylko poszerza swoje horyzonty poznawcze i zauważa nowe możliwości, ale również doświadcza innych emocji niż te, które są związane z sytuacją problemową. Pozwala mu to podejmować działania zbliżające go do preferowanego celu [S. Chrzastowski, B. de Barbaro, 2011].

Zwraca się uwagę również na to, że rozmawianie o problemie wzmacnia go, osłabiając przez to osobę, której on dotyczy. Im więcej czasu poświęca się problemowi, tym bardziej dominujący staje się w życiu klienta [S. Chrzastowski, B. de Barbaro, 2011]. Uwaga w rozmowach o problemie skupiona jest na deficytach, patologii, brakach i wadach. Można przez to nie zauważyć wielu zasobów, które posiada klient i które mogą być spożytkowane do budowania rozwiązań. A zadaniem terapeuty pracującego w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach jest przecież pomoc w poszukiwaniu zasobów w świecie klienta, dzięki którym klient ten będzie mógł żyć w sposób uznany przez siebie za bardziej satysfakcjonujący.

Jasne staje się zatem, że w omawianym podejściu promowane są rozmowy o rozwiązaniach, o przyszłości bez problemu, o celach, nadziejach i oczekiwaniach odnośnie terapii. Wiadać to również w strukturze sesji, w której występuje chociażby rozmowa poza problemem lub poszukiwanie wyjątków. Stwarza to nierzadko sytuację, że rozmowa o problemach postrzegana jest jako niepożądana, a w samym terapeutycznym rodzi się lęk przed sytuacjami, kiedy podczas spotkania zamiast rozmowy o celach, nadziejach, zasobach czy wyjątkach, klient wraz z terapeutą będą rozmawiać o deficytach czy trudnościach. Ta istna *problemofobia*, występująca wśród osób praktykujących podejście skoncentrowane na rozwiązaniach, może utrudniać prowadzenie terapii, wprowadzać niepotrzebne napięcie po stronie terapeuty

* Igor Rotberg – psycholog, psychoterapeuta, trener. Prowadzi sesje indywidualne osób dorosłych i nastolatków oraz terapię par. Prowadzi również szkolenia terapeutyczne i wykłady psychologiczne. Zajmuje się także terapią przez Skype’a. Współorganizuje i współprowadzi cykliczne sesje superwizji koleżeńskiej z elementami warsztatu w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach.

i poczucie, że – jeśli pojawi się w rozmowie problem – nie wykonuje on swojej pracy właściwie.

Tymczasem rozmowa o problemie może dużo wносить do pracy terapeutycznej nawet w podejściu, które skupia się głównie na rozwiązaniach. Jeśli klient, przychodząc do terapeuty, opowiada mu o trudnościach, których doświadcza, rozmowa o problemie często daje klientowi poczucie, że jest on wysłuchany, zrozumiany. Czasami terapeuta jest jedyną (niekiedy pierwszą) osobą, z którą klient może o danej sytuacji porozmawiać. Nie tylko opowiedzenie o problemie, ale też bezpieczne przeżycie emocji podczas takiego opowiadania oraz doświadczenie szacunku i zrozumienie dla tych emocji ze strony terapeuty, są czynnikami, które ułatwiają budowanie zaufania do terapeuty, dając klientowi poczucie bycia wspieranym i akceptowanym przez terapeutę [M. J. Lambert, 1991; M. J. Lambert, A. E. Bergin, 1994]. Zbyt szybkie przejście do pytań o cel terapii czy o nadzieje związane z terapią może skutkować wzbudzeniem w kliencie poczucia bycia niezrozumianym przez terapeutę (wszak klient przyszedł z ważnymi dla niego sprawami, a terapeuta, pytając o cel terapii, ignoruje je, pomija). W kliencie może powstawać zatem przekonanie: „Nie jestem ważny dla terapeuty. Moje sprawy go nie obchodzą”.

Oczywiście w terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach ważną kwestią jest dobrze sformułowany cel [I. K. Berg, S. D. Miller, 2000]. Warto jednak zwrócić uwagę na to, że w trakcie trwania terapii cele mogą się zmieniać. Niekiedy celem początkowych spotkań może być po prostu doznanie poczucia ulgi, które będzie towarzyszyć klientowi podczas opowiadania o problemie. I dopiero po pewnym czasie będzie on gotów zająć się formułowaniem bardziej odległego celu i budowaniem rozwiązań osadzonych w preferowanej przyszłości. Doznanie ulgi przez klienta można również rozumieć jako niezbędny środek do tego, żeby dopiero sformułować cel terapii. Ponieważ to klient określa, co jest dla niego na ten moment ważne, uważne słuchanie tego, co ma do powiedzenia klient i przyjęcie jego punktu widzenia leży po stronie terapeuty [Szczepkowski, 2014]. Zbyt szybkie porzucenie rozmów o problemie może prowadzić do tego, że klient będzie odbierał terapeutę jako chłodnego, pozbawionego współczucia, troski i zrozumienia dla trudnej sytuacji, w jakiej klient się znalazł [K. Sass-Stańczyk, J. Czabała, 2015]. Co ostatecznie może skutkować niepotrzebnym wydłużaniem się procesu terapeutycznego lub porzuceniem terapii przez klienta.

Pojęcie *optymalnej różnicy* może dostarczyć kolejnego wyjaśnienia, dlaczego rozmawianie o problemie może być ważne dla szukania rozwiązań, jest pojęcie. Pojęcie te do psychoterapii wprowadził Tom Andersen, twórca koncepcji zespołu odzwierciedlającego. Pojęcie to odnosi się do sposobu prowadzenia sesji terapeutycznej i podkreśla, że to, co mówi terapeuta, nie może być zbyt odległe od doświadczenia klienta (wtedy terapeuta będzie zbyt „dziwny”, a sam klient może się poczuć niezrozumiany). Nie może też być identyczne z treścią wypowiedzi klienta (terapeuta będzie wtedy odbierany jako „nudny” lub „papugujący” klienta i żadna zmiana nie będzie mogła być wprowadzona) [B. Józefik 2003, S. Chrzęstowski, B. de Barbaro, 2011]. Jeśli zatem w reakcji na opowieść klienta o problemach, terapeuta zbyt szybko zacznie zapraszać klienta do formułowania celu terapii i operować językiem osadzonym w przyszłości, rozmowa taka będzie raczej zamykała klienta na zmianę, niż go otwierała. Parafrazując słowa Harry’ego Goolishiana (pod wpływem którego pozostawał wspomniany

już Tom Andersen) można powiedzieć, że jeśli terapeuta chce zrobić szybką terapię, musi zwolnić [S. Chrzastowski, B. de Barbaro, 2011].

Rozmowa o problemie może być również niezwykle skarbnicą zasobów. W podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach ważna jest zasada spożytkowania, którą zwięźle można przedstawić jako wykorzystanie „istniejących zasobów, umiejętności, wiedzy, przekonań, motywacji, zachowania, symptomów, relacji społecznych, okoliczności i charakterystycznych cech klienta po to, aby doprowadzić go do pożądaných wyników” [W. H. O'Hanlon, J. Wilk, 1987]. Nie chodzi zatem o to, żeby terapeuta unikał rozmów o problemie, lecz o to, by słuchał tej opowieści w taki sposób, żeby wychwycić z niej zasoby, mocne strony klienta czy obszary, w których klient już sobie radzi. Dodatkowo sposób, w jaki terapeuta słucha tego, co klient mówi o problemach, może być ważnym elementem do wykorzystania przy konstruowaniu celu terapii. Oczywiście słuchając opowieści o problemach terapeuta może skupiać się na deficytach i patologii. Może jednak w tej opowieści dostrzegać ważne potrzeby, o jakich informuje go klient i w oparciu o tę diagnozę potrzeb, pomóc klientowi zastanowić się nad oczekiwaniami względem terapii.

Jeszcze inną perspektywę proponuje, wywodzące się (tak samo jak TSR) z konstrukcjonizmu społecznego, podejście narracyjne. W podejściu tym rozmowa o problemie może być użyteczna jako sposób na odzyskanie sprawczości, wpływu i kontroli klienta nad własnym życiem. Dzieje się tak za sprawą rozmów eksternalizujących. Problem jest tutaj postrzegany jako zewnętrzny w stosunku do klienta. Zatem rozmowa o problemie jest tak naprawdę rozmową o podmiotowości klienta (problem bowiem – za pomocą języka – zostaje uprzedmiotowiony). Klient – rozmawiając o problemie – zaczyna dostrzegać swoje umiejętności, kompetencje i zdolności, które wcześniej były zdominowane przez problem. Zaczyna dostrzegać również ważne dla siebie wartości i przekonania. Dzięki takiej rozmowie może stopniowo budować życie w preferowany przez siebie sposób: w oparciu o to, co jest dla niego ważne i korzystając z licznych zasobów, jakie posiada, a których wcześniej nie dostrzegał [J. Józefik, 2003, S. Chrzastowski, B. de Barbaro, 2011, A. Morgan, 2011].

Podsumowując należałoby powiedzieć, że unikanie rozmów o problemie może negatywnie oddziaływać na przebieg procesu terapeutycznego, niepotrzebnie go spowalniając, tworząc dystans pomiędzy terapeutą a klientem czy wręcz – zaciemniając obraz życia klienta przez zbyt duże skupianie uwagi na paradygmacie podejścia (zachęcającym do skupiania się na rozwiązaniach), a zbyt małe – na sposobie przeżywania życia przez klienta. Zatem takie prowadzenie terapii może być zupełnie przeciwnie skuteczne i nie prowadzić do budowania preferowanych przez klienta rozwiązań. Rozmawianie z klientem o problemach – również w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach – stanowi nierzadko ważną część procesu terapeutycznego i może być spożytkowane w celu budowania zaufania do terapeuty, poszukiwania zasobów, odnajdywania potrzeb, formułowania celów terapii, przywracania sprawczości w życiu klienta czy wreszcie – paradoksalnie – skracania czasu trwania terapii.

Bibliografia:

Berg I. K., Miller S. D. (2000), *Terapia krótkoterminowa skoncentrowana na rozwiązaniu. Pomaganie osobom z problemem alkoholowym*, Wyd. Galaktyka, Łódź.

- Chrzęstowski, S., de Barbaro B. (2011), *Postmodernistyczne inspiracje w psychoterapii*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Grzesiuk L. Suszek H. (red.) (2011), *Psychoterapia. Szkoły i metody*, Wydawnictwo ENETEIA, Warszawa.
- Józefik B. (2003), *Terapia jako proces współtworzenia nowych znaczeń i opowieści. Idee i praktyki narracyjne*, [w:] L. Górnika & B. Józefik (red.). *Ewolucja myślenia systemowego w terapii rodzin. Od metafory cybernetycznej do dialogu i narracji*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Lambert M. J. (1991), *Introduction to psychotherapy research*, [w:] L. E. Beutler, M. Cargo (red.), *Psychotherapy research. An international review of programmatic studies*, Wyd. American Psychological Association, Washington.
- Lambert M. J., Bergin A. E. (1994), *The effectiveness of psychotherapy*, [w:] A. E. Bergin, S. L. Garfield (red.), *Handbook of Psychotherapy and behavior change*, Wyd. Wiley, New York.
- Morgan A. (2011), *Terapia narracyjna. Wprowadzenie*, Wyd. Paradygmat, Warszawa.
- O'Hanlon, W. H., Wilk J. (1987), *Shifting contexts: The generation of effective psychotherapy*, Wyd. Guilford, Nowy Jork.
- Prochaska J., Norcross J. (2006), *Systemy psychoterapeutyczne. Analiza transteoretyczna*, Wyd. Instytut Psychologii Zdrowia, Warszawa.
- Sass-Stańczak K., Czabała J. C. (2015), *Relacja terapeutyczna — co na nią wpływa i jak ona wpływa na proces psychoterapii?*, „Psychoterapia” nr 1 (172).
- Szczepkowski J. (2014), *Terapia młodzieży z problemem narkotykowym. Podejście skoncentrowane na rozwiązaniach*, Wyd. Edukacyjne Akapit, Toruń.

Ewa Majchrowska*

PROGRAM „DAM RADĘ!” JAKO METODA SKONCENTROWANA NA ROZWIĄZANIACH DO POMOCY DLA DZIECI I OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ

W dzisiejszych czasach określenie „dziecko sprawiające problemy” jest używane dość często. W sensie medycznym oznacza to zaburzenia emocjonalne lub behawioralne związane z niektórymi chorobami organicznymi lub istniejące niezależnie od nich. Dzieci w gabinecie terapeutycznym są klientami wieloprotblemowymi, ale o problemach nie chcą rozmawiać. W naturalny sposób myślą o przyszłości a nie o przeszłości. Chętnie skupiają się na tym co robią dobrze a nie na tym co robią źle [I. K. Berg, T. Steiner, 2003]. Stąd pomysł, aby nie rozmawiać z dziećmi o problemach, ale o dziecięcych umiejętnościach, których dzieci uczą się, aby poradzić sobie z problemem.

Program „Dam Radę!” oryginalna nazwa „Kids’Skills” jest innowacyjną metodą opracowaną w Finlandii w latach 90. Autorem programu jest Ben Furman – fiński psychiatra, psychoterapeuta wraz z współpracownikami: Tapani Aholą, Tuija Terava oraz Sirpa Birn. Metoda powstała w oparciu o pracę z dziećmi w wieku od 4 do 6 lat z różnymi problemami natury emocjonalnej i behawioralnej, które uczęszczały do przedszkola w Keuli okolice Helsinek. Początkowo był zbiorem użytecznych zasad sprawdzających się w pracy dziećmi i ich rodzicami. Stopniowo został stworzony program 15 kroków metody „Dam Radę!”. Metoda została opracowana z myślą o nauczycielach, aby radzili sobie z problemami dzieci uczęszczających do przedszkola lub szkoły. Być może ze względu na prostotę została również wykorzystywana przez innych profesjonalistów m.in. terapeutów rodzinnych, psychologów, pracowników socjalnych oraz samych rodziców. Metoda daje bardzo dobre efekty w nauce osób niepełnosprawnych intelektualnych bez względu na wiek.

Wpływ na powstanie tego programu miał rozwój myślenia systemowego oraz krótkoterminowa terapia skoncentrowana na rozwiązaniu – Brief Solution Focused Therapy (BSFT).

Ben Furman w książce „Program „Daję Radę! w praktyce” pisze, iż metoda powstała pod wpływem wielu idei, które poznał na przestrzeni lat. Inspiracje czerpał od M.H Ericksona psychiatry amerykańskiego pioniera terapii krótkoterminowej, Jay’a Haley’a terapeuty rodzinnego, który określił swoje podejście jako strategiczną terapię rodzin. Osobami znaczącymi dla powstania programu byli również Insoo Kim Berg i Steve de Shazer terapeuci krótkoterminowi skoncentrowani na rozwiązaniu. Kolejną szkołą psychoterapii, która miała wpływ na

* **Ewa Majchrowska** – psycholog kliniczny, certyfikowany terapeuta, trener i superwizor BSFT [Brief Solution Focused Therapy]. Ambasador metody KIDS’SKILLS w Polsce oraz Przewodnicząca Rady Merytorycznej PSTTSR [Polskie Stowarzyszenie Terapeutów – TSR]. Ma dwudziestoletnie doświadczenie jako terapeuta rodzinny, pracuje z dziećmi i młodzieżą. Jest szkoleniowcem PSR w terapii i edukacji oraz prowadzi prywatną praktykę. Jest założycielem Laboratorium Edukacji i Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach – LETSR, w którym z powodzeniem szkoli osoby różnych profesji.

ukształtowanie programu była terapia narracyjna, której przedstawicielami byli Michael White i David Epston [zob. B. Furman 2012].

„Dam Radę!” jest łatwą metodą do nauczenia się i praktykowania, dlatego rodzice zaczęli sami ją wykorzystywać w celu pomocy swoim dzieciom. Podstawowa idea „Dam Radę!” jest prosta. Nie rozmawiamy o dziecięcych problemach, ale o dziecięcych umiejętnościach, których dzieci uczą się, aby poradzić sobie z problemem. Bez względu na to jaki dziecko ma problem zawsze jest umiejętność, którą dziecko mogłoby się nauczyć się. Metoda ta angażuje do pomocy dziecku jego najbliższych oraz osoby z którymi przebywa w przedszkolu lub szkole, dlatego oddziałuje na cały ekosystem w którym ono rozwija się.

Metoda „Dam Radę!” wymaga nowego sposobu myślenia. Z myślenia o problemie na myślenie o umiejętnościach. Nie jest to zawsze łatwe, należy wnikliwie zastanowić się nad umiejętnością, która odpowiada danemu problemowi. Metoda sprawdza się w szerokim spektrum dziecięcych problemów np. dziecięcych lęków, autyzmu, całościowych zaburzeń rozwojowych, niewłaściwego zachowania, zaburzeń koncentracji, zespołu nadpobudliwości psychoruchowej, depresji, zaburzenia obsesyjno-kompulsyjnego i napadów złości. Program jest użyteczny w każdym dziecięcym problemie, który poprzez nauczenie się nowej umiejętności można usunąć lub złagodzić. Nie jest to metoda uniwersalna, która wyeliminuje pomoc medyczną dziecku, czy konieczność dokonania interwencji. „Dam Radę!” sprawdza się również, jako metoda uczenia się nowych umiejętności dla dzieci i osób dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie. Nie ma potrzeby, aby wykorzystywać wszystkie piętnaście kroków, ale wybiórczo skorzystać z tych, które są najbardziej pomocne np. pokazywanie umiejętności, której będzie uczyło się dziecko, planowanie świętowania i samo świętowanie.

Piętnaście kroków programu „Dam Radę!”:

1. Rozmowa z rodzicami lub dzieckiem o tym jakich konkretnych umiejętności może nauczyć się dziecko, aby poradziło sobie ze zgłaszanym przez rodziców problemem.
2. Ustalenie z dzieckiem jakiej jednej umiejętności chce się nauczyć.
3. Rozmowa z dzieckiem o korzyściach, jakie będzie miało z nauczenia się wybranej umiejętności.
4. Zachęcenie dziecka do nadania nazwy umiejętności, której uczy się.
5. Dziecko wybiera pomocnika w postaci zwierzaka, postaci bajkowej, która będzie jego symbolicznym pomocnikiem.
6. Dziecko wybiera i poprosi o wsparcie kilka osób, które będą go wspierać podczas nauki umiejętności.
7. Pomoc dziecku w zdobyciu pewności siebie potrzebnej do nauki umiejętności.
8. Planowanie sposobu uczczenia zdobycia nowej umiejętności.
9. Ustalenie w jaki sposób dziecko będzie zachowywało się, kiedy nabeździe wybraną umiejętność.
10. Poinformowanie przez dziecko ważne osoby o tym jakiej umiejętności będzie się uczyło.
11. Powstanie planu uczenia się umiejętności lub jej rozwijania.
12. Ustal z dzieckiem w jaki sposób będzie można przypominać dziecku o ćwiczonej umiejętności jeśli o niej zapomni.

13. Kiedy dziecko nauczy się wybranej umiejętności przychodzi czas na świętowanie. W świętowaniu uczestniczą osoby wspierające.
14. Dziecko uczy zdobytej umiejętności inną osobę.
15. Po nauczeniu się wybranej umiejętności dziecko może uczyć się następnej [zob. B. Furman, 2012].

W pracy z dziećmi ważne jest budowanie sojuszy z ważnymi dla nich dorosłymi osobami w otoczeniu każdego dziecka ponieważ po zakończeniu spotkania z terapeutą powraca ono do interakcji z tymi rodzicami, nauczycielami i innymi osobami [zob. P. de Jong, I. K. Berg 2007). Metoda „Dam Radę!” bazuje na współpracy z dzieckiem całej rodziny i innych ważnych osób.

Na bazie metody Kids' Skills - Dam Radę! Ben Furman stworzył aplikację dla rodziców, nauczycieli i innych opiekunów dzieci. Jest to podręcznik i przewodnik, który daje konkretne pomysły, jak pomóc dzieciom przezwyciężyć różne dziecięce problemy z zachowaniem, złymi nawykami, problemami z jedzeniem, spaniem, czy relacjami z rówieśnikami za pomocą metody Kids'Skills.

Aplikacja zawiera artykuły o problemach i diagnozach różnych dzieci, które pomagają zobaczyć dziecięcy problem w nowym świetle – jakiej umiejętności dziecko musi uczyć się w celu rozwiązania problemu.

Kroki Kids'Skills i instrukcje wbudowane w program, dają praktyczne informacje o tym, jak motywować dziecko do nauki umiejętności.

Ponadto aplikacja zawiera szereg dziecięcych historii, które pomagają zrozumieć, jak Kids'Skills działa w praktyce. Przykłady te są zbiorem autentycznych, skróconych spotkań z dziećmi i rodzicami, którzy pracowali metodą Kids'Skills z różnymi praktykami, ambasadorami z całego świata, co również pokazuje dużą uniwersalność zastosowania metody nie tylko ze względu na różnorodność umiejętności, ale też zaplecze kulturowe danego kraju.

Kids'Skills App jest mobilnym podręcznikiem, który szybko wyjaśnia, jakiej umiejętności ma nauczyć się dziecko, aby przezwyciężyć swoje problemy i wyjaśnia, jak motywować dziecko do nauki tej umiejętności. (zob. www.kidsskillsapp.com) **służy ona polskim nauczycielom i rodzicom.**

Bibliografia:

- Berg I. K., Dolan Y. (2001), *Tales of solutions: A collection of hope-inspiring stories - (Opowiadania o rozwiązaniach: Zbiór (Kolekcja) opowieści zainspirowanych nadzieją)*, Wyd. Norton, New York.
- De Jong, P. & Berg, I. K. (2007), *Rozmowy o rozwiązaniach. Podręcznik + DVD; Rozmowy o rozwiązaniach. Podręcznik dla trenerów; Rozmowy o rozwiązaniach. Ćwiczenia dla studentów*, Kraków.

Adrian Kondraciuk *

WARUNKI SKUTECZNEJ PRACY OPARTEJ NA PODEJŚCIU SKONCENTROWANYM NA ROZWIĄZANIACH Z MŁODZIEŻĄ W PRZESTRZENI ULICY

Przekonanie, że młodzież zaetykietowana jako trudna, z którą w swojej pracy spotykają się streetworkerzy – pedagodzy ulicy, nie ma absolutnie żadnych zdolności, umiejętności czy mocnych stron jest niestety nadal silnie utrwalonym oraz aktualnym poglądem wśród pozostałych specjalistów współpracujących z dzieckiem i rodziną (nauczycieli, wychowawców, pedagogów, kuratorów itp.). Wzorzec ten utrudnia lub wręcz bardzo często uniemożliwia efektywną i skuteczną pracę. Skupianie się w dużej mierze na deficytach i trudnościach oraz traktowaniu młodego człowieka z pozycji eksperta czy doradcy dodatkowo implikuje strategię narzucania własnego schematu rozwiązywania trudności (w przekonaniu dorosłych uznanego za właściwy, najlepszy, najbardziej odpowiedni). Każdorazowe wyłamanie się z tego schematu poprzez niewywiązanie się z ustaleń, niedotrzymanie słowa, złamanie norm czy zasad (co najczęściej wynika z braku kompetencji u młodzieży lub innego pomysłu na poradzenie sobie z doświadczaną trudnością) utwierdza w przekonaniu, że dziecko jest niewspółpracujące, oporujące, przypadek jest beznadziejny i nic więcej nie można zrobić. Tymczasem oczekiwania stawiane przed młodzieżą, która pomimo burzliwego etapu rozwoju, jakim jest dojrzewanie dodatkowo bardzo często ma za sobą najróżniejsze trudne doświadczenia, wydają się czasem wręcz oderwane od rzeczywistości. Środowisko lokalne, rodzina, grupa rówieśnicza czy trudna sytuacja życiowa w znaczący sposób wpływają na przekonania nastolatków o sobie, innych, a także otaczającym świecie. Determinują różne sposoby radzenia sobie z napotykanymi trudnościami, co paradoksalnie jest ich podstawowym i najważniejszym, a jednocześnie najmniej zauważanym zasobem, ponieważ daje im możliwość przetrwania i dostosowania się do otoczenia.

Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach w pracy z młodzieżą w przestrzeni ulicy pozwala współpracować z nią w sposób nieetykietujący, dzięki czemu możliwe jest nawiązanie relacji opartej na akceptacji, zaufaniu, szczerości i współpracy. Takie spojrzenie już samo w sobie sprzyja wydobywaniu zasobów i generowaniu pozytywnych zmian. Dzięki podkreśleniu ważności młodego człowieka w relacji ze streetworkerem - pedagogiem ulicy i znaczeniu jego perspektywy, zwiększa się przekonanie o jego skuteczności, wpływu własnych działań na życie oraz podejmowane decyzje. Praca w taki sposób pozwala obudzić motywację, a opie-

* **mgr Adrian Kondraciuk** – terapeuta TSR i psychoterapeuta uzależnień (w trakcie procesu certyfikacji). Specjalizuje się w pracy z dziećmi, młodzieżą i rodzinami. Absolwent pedagogiki specjalnej na Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie. Specjalista resocjalizacji, profilaktyk, streetworker – pedagog ulicy, certyfikowany praktyk fińskiej metody pracy z dziećmi – „Kids’ Skills”. Członek Polskiego Stowarzyszenia Terapeutów Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach oraz Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

rając się na małych, łatwych do wprowadzenia w życie zmianach, kreować nową, konstruktywną rzeczywistość.

Każdy młody człowiek potrzebuje czasu, żeby otworzyć się przed dorosłym i móc w pełni mu zaufać. Pracując z młodzieżą w przestrzeni ulicy, ważne jest, aby w początkowym etapie pracy skupić się na nawiązywaniu i budowaniu relacji, unikając przy tym wszelkich założeń i hipotez. Warto być za to uważnym i czujnym na to, co mówi do nas nastolatek. Im dalej odsuwamy się od jego perspektywy, tym trudniej jest nam mu pomóc, ponieważ w swoich wyobrażeniach kreujemy rzeczywistość opartą o nasze doświadczenia, wiedzę i założenia, w konsekwencji czego reakcje i interwencje, na które się decydujemy, mogą generować opór. Podstawą relacji z młodzieżą w przestrzeni ulicy jest szacunek i akceptacja do tego, do czego jest się dopuszczonym. Wymaga to dużo wyrozumiałości i dystansu do doświadczanych sytuacji, ponieważ bardzo często mogą one naruszać granice pedagoga oraz wzbudzać w nim niepokój, lęk czy pewnego rodzaju niezgodę na to, czego doświadcza i w czym bierze udział. W związku z tym absolutną podstawą jest świadomość własnych zasobów. Ważne jest, aby streetworker, pracując z tą wyjątkową młodzieżą, zdawał sobie w pełni sprawę z własnych możliwości, umiejętności, mocnych stron, ale też granic i w celu dbania o swój komfort nie pozwalał ich przekraczać. Świadomość i wgląd w siebie pozwala być bardziej skutecznym i planować podejmowanie działań w oparciu o arsenał własnych możliwości. Daje to również gwarancje poczucia kompetencji i bezpieczeństwa w wymagającym środowisku lokalnym. Pozwala to również czuć się pewniej w kontakcie z młodzieżą i bezpośrednio oddziaływać na uczestników grupy, pokazując im pewne alternatywne spojrzenie na rzeczywistość.

Każdy z nas dysponuje pewnymi zdolnościami czy umiejętnościami. Nieprawdą jest, że ktoś może być pozbawiony zasobów. Tym bardziej dzieci i młodzież, która często przyzwyczajona do ekstremalnych warunków musi już od wczesnych lat swojego dzieciństwa nauczyć się jak radzić sobie z doświadczanymi trudnościami w specyficznym środowisku rodzinnym, rówieńniczym i lokalnym. Mapy myślowe i wyobrażenia na temat prawidłowych postaw, a także oczekiwania ze strony dorosłych, zwyczajnie bardzo często utrudniają dostrzeżenie owych pozytywnych zachowań, tym samym skupiając uwagę specjalistów na własnym wyobrażeniu o podopiecznym i jego deficytach. Dlatego tak bardzo ważna jest diagnoza mocnych stron podopiecznych. Wiedza na temat zasobów młodego człowieka z perspektywy podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach daje przede wszystkim możliwość opierania się na nich w indywidualnym, ale i grupowym kontakcie. Towarzystwo młodym ludziom w poznawaniu swoich mocnych stron, zauważaniu ich w codziennym życiu i zaakceptowaniu jest elementem mocno sprzyjającym budowaniu relacji, która jest niezwykle ważna w procesie pracy. Zinternalizowanie zasobów daje młodym ludziom możliwość włączenia ich w schemat własnej tożsamości. Jest punktem wyjścia do dalszego wzmacniania oraz pokazywania i modelowania tego, jak nastolatek może sam zacząć używać ich jako narzędzia do radzenia sobie z doświadczanymi trudnościami w inny, bardziej konstruktywny sposób. Można na podstawie tego założyć, że poczucie kompetencji i własnej skuteczności jest niezbędne, aby zainicjować proces dokonywania się w młodym człowieku zmian.

Niezwykle istotnym zasobem zarówno dla pedagoga ulicy w jego specyficznej pracy jak i dla młodych ludzi są ich rodzice/opiekunowie. Streetworker ma możliwość za pomocą odpowiednich słów i nadawanych im znaczeniom kreować rzeczywistość w taki sposób, aby po-

kazywać inny, być może dotychczas nieznan sposób patrzenia na swoje dzieci. Jedną ze strategii realizowania tego zadania jest stały, regularny kontakt i informowanie rodziców/opiekunów o sukcesach oraz osiągnięciach, jakie odnosi dziecko podczas spotkań z pedagogiem. Wpływa to pozytywnie zarówno na młodzież, z którą mają przyjemność pracować pedagodzy ulicy, jak i na ich rodziców, oddziałując bezpośrednio na cały system rodzinny.

Zachowania destrukcyjne, jakich podejmuje się młodzież zawsze są środkiem do osiągnięcia czegoś, na czym młodemu człowiekowi zależy. Znaczącym krokiem w procesie pracy z młodzieżą z punktu widzenia streetworkera - pedagoga ulicy jest dowiedzenie się jakie potrzeby dziecko realizuje, podejmując się ryzykownych zachowań, a następnie wspólnie przywrócić się i zastanowienie, w jaki inny sposób jest możliwe ich zaspokajanie. Świadomość mocnych stron podopiecznych jest również cenną wskazówką dla pedagoga ulicy do tego, aby organizować spotkania z młodzieżą w oparciu o ich pasje i zainteresowania. Stwarza to przede wszystkim idealne warunki do tego, aby uświadamiać młodym ludziom ich potencjał i komplementować w sposób szczerzy i oparty na konkretnych sytuacjach, których uczestnikami są wszyscy członkowie grupy. Dzięki temu kontakt z pedagogiem jest jeszcze bardziej atrakcyjny i zachęcający do podejmowania alternatywnych form spędzania wolnego czasu. Poszczególni uczestnicy grupy przyjmują różne role oraz podejmują się różnorodnych aktywności. Świadomość tego pozwala opierać się w pracy na ich indywidualnych zdolnościach, co jest również znakomitą okazją do komplementowania i tym samym konstruowania i utrwalania nowej historii o sobie.

Pomimo tego, że młodzież posiada najróżniejsze umiejętności, jest jednocześnie w szczególności mocny sposób niedowartościowania, co w dużej mierze jest przyczyną podejmowania ryzykownych zachowań. Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach w idealny sposób pozwala odnaleźć się pedagogowi w grupie młodzieży spędzającej swój wolny czas w przestrzeni ulicy. W oparciu o szacunek, akceptację i zrozumienie streetworker funkcjonuje w niej jako postać, która bardzo dużo daje, będąc przy tym jej pełnowartościowym członkiem, a nie intruzem lub kimś narzucającym pewną wizję świata z zewnątrz. Dzięki specyficznej relacji, jaką udaje się nawiązać z młodzieżą i charakterze pracy opartym na podążaniu, towarzyszeniu i wspieraniu, udaje się realizować misję konstruowania nowej, alternatywnej rzeczywistości, która jest efektem optymalnych małych zmian zachodzących w świecie podopiecznych.

Bibliografia:

- Kurzeja A. (2010), *Dzieci ulicy*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków
- Szczepkowski J. (2014), *Terapia młodzieży z problemem narkotykowym. Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach*, Wyd. Edukacyjne AKAPIT, Toruń.

Informacja dla Autorów

- Teksty należy przesyłać na adres e-mail: rada.naukowa@psttsr.pl
- Redakcja zastrzega sobie prawo do edytorskiej i stylistycznej korekty tekstów. Ewentualna potrzeba dokonania zmian ze względów merytorycznych będzie konsultowana z Autorem/Autorką.
- Artykuł należy zapisać w formacie MS Word (DOCX), w języku polskim. Objętość artykułu ok. 2-5 stron znormalizowanego maszynopisu (ok. 1800 znaków na stronie).
- Tekst zasadniczy: czcionka Times New Roman 12 punktów, interlinia 1,5 wiersza, tekst obustronnie wyjustowany, wcięcie akapitu – 1 cm.
- Dane o autorze umieszczamy w lewym górnym rogu tekstu (imię i nazwisko autora/ów), oraz pod tekstem wraz z informacjami: nazwa placówki, opis działalności zawodowej, zainteresowania (4-6 wierszy).
- W tekście stosujemy przypisy w postaci, np. [T. Szlendak, 2010, s. 25]. Jeśli jeden autor w tym samym roku wydał kilka książek, to do roku wydania dodajemy małą literę a, b, itd. (np. 2004a).
- Zapis bibliograficzny na końcu tekstu według przykładów:
 - Szlendak T. (2010), *Socjologia rodziny*, Wyd. WSiP, Warszawa.
 - Plopa M. (2011), *Rodzicielstwo jako wyzwanie dla małżeństwa: perspektywa teorii systemowej*, [w:] *Wybrane problemy współczesnych małżeństw i rodzin*, H. Liberska, A. Malina (red.), Wyd. Difin, Warszawa.
 - Smolińska-Theiss B. (2010), *Korczakowska idea praw dziecka*, „Pedagogika Społeczna”, nr 3-4.