



MIASTO  
STOŁECZNE  
WARSZAWA



odkryj siłę  
społeczności

cal.



## Poradnik dla specjalistów - jak pracować z rodzicami programem „Odzyskać dziecko”

Warszawa 2021

Projekt „Praski kokon” realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.



Fundusze  
Europejskie  
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita  
Polska

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



Materiał ten jest skierowany do wszystkich osób, które wspierają rodzinę w sytuacji odebrania praw rodzicielskich, ograniczenia lub stojących przed takim zagrożeniem.

Materiał przygotowany przez:

*Magdalenę Cechnicką - pedagog, terapeuta rodzinny*

*Izabelę Owczaruk - psycholog, trener grup psychoedukacyjnych*

W poradniku staramy się opisać zagadnienia, które są ważne z punktu widzenia samej idei pomagania, roli osoby pomagającej, procesów, które towarzyszą osobom, których dotyczy pomoc i emocji towarzyszących w całym procesie wsparcia. Skład się on z trzech części:

**I cz.** to wiedza w zakresie ogólnej idei pomagania, którą należy uporządkować i poszerzyć.

Każdy specjalista pracujący z rodziną powinien traktować swój zawód profesjonalnie, rzetelnie, a sam jako pomagający powinien być świadomy, refleksyjny i kompetentny.

**II cz.** to wiedza na temat systemowego rozumienia rodziny i procesów grupowych. Na bazie tej wiedzy można realizować program „Odzyskać dziecko”. Wiedza o specyfice funkcjonowania systemów rodzinnych (tu podstawą jest genogram) o procesach grupowych ułatwi każdemu specjalście prowadzącemu program towarzyszenie rodzicom w realizacji zamierzonych celów tj.: odzyskanie dzieci, budowanie z nimi dobrych relacji, uporanie się z nałogami i innymi chorobami deprawującymi system rodziny.

**III cz.** to scenariusze spotkań i dokładny opis programu „Odzyskać dziecko” .

## I Część

**„Z pomaganiem nie jest tak jak ze śpiewaniem, że pomagać każdy może trochę lepiej lub trochę gorzej”.**

Możemy śmiało powiedzieć, że podstawowym „narzędziem” w pomaganiu jest sam pomagający. Takie „narzędzie” trzeba „szlifować”, „obrabiać”, „ogłądać” i nieustannie poddawać refleksji. Im my więcej wiemy, umiemy, rozumiemy tym łatwiej nam pomagać drugiemu człowiekowi. Zachęcamy wszystkich specjalistów by zawód pomagania innym, traktował jako coś co jest swego rodzaju sztuką, rzemiosłem, czego należy się po prostu dobrze nauczyć. Pomaganie to ogromna wiedza i konkretne umiejętności. Jeżeli podejmiesz się pracy tym programem to pamiętaj, że masz możliwość konsultowania tego co robisz, superwizowania oraz korzystania ze wsparcia. Pomaganie to rzemiosło, którego trzeba się nauczyć. Ono niesie za sobą rozwój samego Ciebie. Pomagając innym w sposób profesjonalny sam dbaj o swój rozwój, zdobywając nową wiedzę i umiejętności poszerzasz swoje możliwości radzenia sobie z trudnymi życiowymi sytuacjami. Poznajesz nowych, ciekawych ludzi, miejsca, więcej wiesz, więcej umiesz. Im Twoja kondycja psychiczna jest lepsza, tym Twoi klienci bardziej skorzystają z Twojej pomocy. Człowiek szukający pomocy jest szczególnie czuły na to, co Ty możesz mu dać. Niekiedy zdarza się tak, że samo przebywanie osoby szukającej pomocy z osobą pomagającą daje poczucie ulgi, nadziei i wsparcia. Im Ty sam w sobie więcej masz tym więcej możesz dać tym, którzy tej pomocy szukają. Zachęcamy Cię więc do inwestowania w samego siebie. Pomaganie to rzemiosło, którego trzeba się nauczyć.

Wszyscy, którzy zawodowo zajmują się pomaganiem: lekarze, pielęgniarki, nauczyciele, pedagodzy, psycholodzy, pracownicy socjalni, wychowawcy, socjolodzy, księża i siostry zakonne - wykonują ***zawód społecznego zaufania***.

W praktyce zawodowej znaczy to, że nawiązują *specyficzne relacje* z osobą czy grupą, z którą pracują. Oznacza to również, że odbiorcy powyższych usług obdarzają osobę pomagającą zaufaniem. Ufają jej gdyż: powierzają jej swoje intymne i osobiste przeżycia. Często osoby pomagające mają dostęp do osobistych dokumentów lub akt penitenta, są świadkami ich kryzysów, trudności i zaniedbań. Wykonując zawód społecznego zaufania należy przede wszystkim pamiętać, że *„Pomagając nie chodzi tylko o to, by skutecznie pomóc człowiekowi, ale także by przy tej okazji nie naruszyć ważnych dla niego wartości, nie pozbawić go poczucia niezależności, decydowania o samym sobie i autonomii”* (za Małgorzata Toeplitz-Winiewska *„Etyczne aspekty uprawiania zawodu psychologa”* str.823).

Zawody społecznego zaufania to także konieczność kategorycznego zachowania tajemnicy zawodowej. *Umiejętność przekazywania informacji o człowieku* w formie ustnej i pisemnej innym upoważnionym do pomagania instytucjom. Każdy zawód powołany do celów pomocowych ma swoją *etykę zawodową*, którą należy rozumieć i której należy przestrzegać.

Każdy zawód zaufania społecznego ma również swoje nierozwiązane dylematy etyczne, trzeba podejmować wokół nich dyskusje, dzielić się doświadczeniem, jak również rozmyślać o nich, rozważać i analizować.

Pomaganie jest więc szczególnym rodzajem interakcji i relacji między osobą pomagającą i wspomaganą. Mogą się tu zawrzeć różne formy pomagania takie jak: profilaktyka, doradztwo, psychoterapia, interwencja, mediacje, rehabilitacja, resocjalizacja, reedukacja czy jeszcze inne.

### **Czym jest pomaganie innym? Co nazywamy pomocą?**

Samo słowo POMOC można „rozłożyć” na dwa człony. Po-MOC, czyli potrzebujący człowiek przychodzi do drugiego człowieka, instytucji... Aby odzyskać utraconą MOC. Pomocą więc będą wszelkie działania, które pozwalają na odbudowanie wewnętrznej mocy każdego człowieka tak, aby potrafił samodzielnie i godnie kierować swoim życiem.

Godność człowieka jest jego niezaprzeczalnym prawem i wartością. Aby to prawo stało się rzeczywistością trzeba je nie tylko uznać, lecz rozpoznać i korzystać z niego. Godność to szacunek do samego siebie. Dzięki niej człowiek może świadomie dokonywać poprawnych wyborów i potem je realizować, ma też świadomość przysługujących mu praw i obowiązków.

## II część

### **Rodzina rozumiana jako system - czyli rozumienie procesów dotyczących rodziny**

W naszej pracy pomagania w odzyskaniu lub nie utraceniu dziecka będziemy mieli do czynienia z pojedynczym rodzicem, a niekiedy z całymi rodzinami. Niezależnie od tego wszyscy jesteśmy osadzeni w kontekście rodzinnym, dlatego warto dysponować wiedzą na temat systemów rodzinnych i rozumieć rodzinę jako działający system.

W ostatnich latach coraz częściej rodzinę ujmuje się jako system. Podejście systemowe traktuje rodzinę jako całość, jako wspólnotę, jako jeden organizm. W tak ujmowanej rodzinie analizuje się strukturę, którą tworzą wszyscy jej członkowie oraz zachodzące między nimi relacje, opisuje się granice, czyli sposoby dokonywania wymiany między rodziną i otoczeniem, a także pomiędzy poszczególnymi osobami w rodzinie. Rodzina funkcjonująca prawidłowo ma elastyczne granice, które ją otaczają, a które służą ochronie odrębności i autonomii poszczególnych osób, regulują liczbę kontaktów z innymi. Owa „całość” jest czymś więcej niż prostą sumą części i charakteryzuje się tym, że między elementami systemu zachodzą interakcje. Oznacza to w praktyce, że każdy z członków rodziny reaguje na zachowania pozostałych osób, zaś zachowanie każdego z nich wpływa na funkcjonowanie tych ostatnich. Aby więc móc pracować z rodziną należy odejść od schematu myślenia przyczynowo skutkowego a wejść w myślenie systemowe.

Myślenie systemowe pozwala nam spostrzegać jednostkę jako osobę „wplątana” w spiralę więzi, powiązań i relacji. Jednostka jest tu elementem systemu, który odbiera relacje i powiązania od innych członków rodziny, oddaje je jak również jest ich spiralą napędową. Skomplikowany układ powiązań członków rodziny powoduje, że nikt, kto stoi obok rodziny nie jest w stanie rozszyfrować owej spirali powiązań. Tylko wejście w system, słuchanie głosów członków rodziny, dialog z całym systemem może spowodować, że zrozumiemy i docenimy siły owego systemu.

Warunkami, myślenia systemowego to między innymi:

- Umiejętność wyjścia poza schemat myślenia i nawyk reagowania - co wiąże się z przeżywanymi stresami.
- Posiadanie wiedzy na temat systemu, umiejętność spostrzegania zjawiska systemowych i pracy swoją osobą nie tylko schematycznymi standardowymi narzędziami.
- Rozumienie swojego systemu rodzinnego, odpowiedzialność i zaangażowanie w pracę w systemie rodzinnym. Wiedza, co to znaczy i czym dla systemu jest bycie jego elementem.

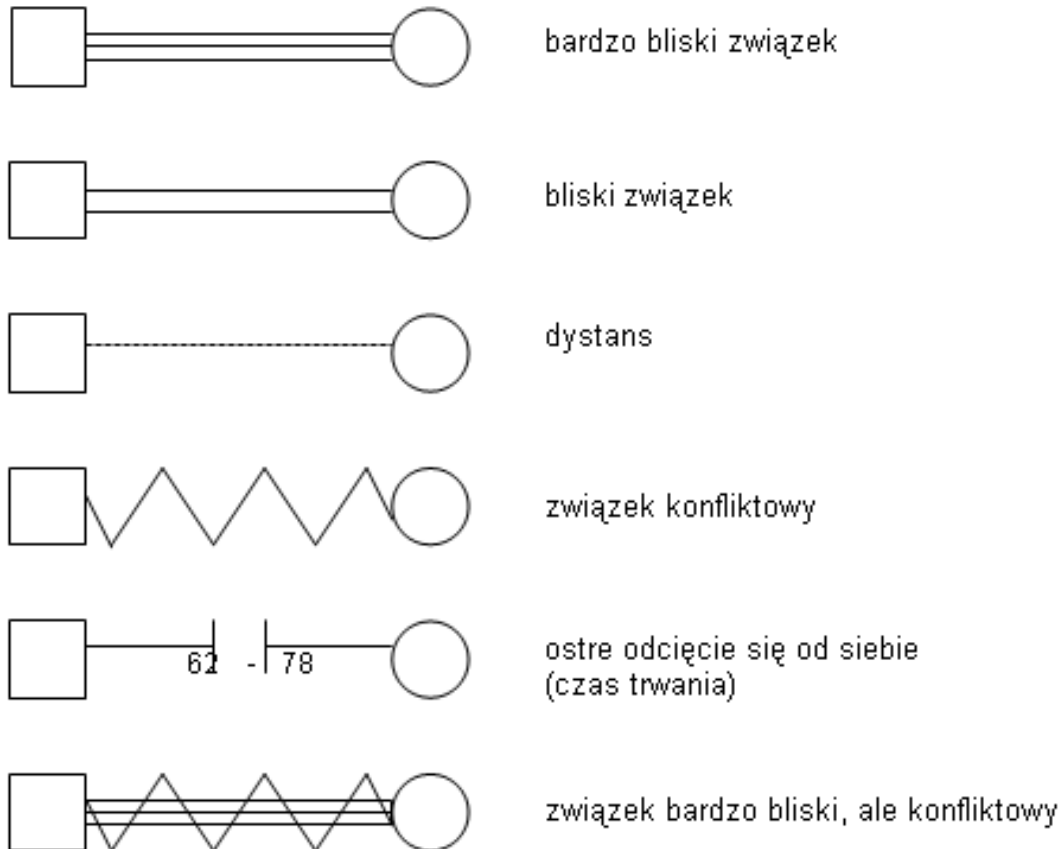
Ten rodzaj myślenia jest potrzebny, by móc zrozumieć mechanizmy rodziny, a w konsekwencji zaproponować takie zmiany, które są możliwe do wykonania i które przyczynią się do powrotu dziecka do rodziny.

### **Narzędzia pracy z systemem - genogram**

GENOGRAM jest to graficzny rysunek rodziny przedstawiający jej członków i relacje, jakie ich ze sobą łączą. Genogram służy do porządkowania zebranych informacji o rodzinie i jest też wykorzystywany w prowadzeniu terapii. Narzędzie to pozwoli zobaczyć osobie badanej siebie w relacjach z innymi oraz siebie jako jednostkę w systemie.

Źródła nie podają twórcy tego narzędzia. Pierwszy raz zostało opisane przez M. McGoldrick, R. Gerson Genogram w roku 1988 w „Genograms In Family Assessment” (Silvini-Palazzoli 1998) i zastosowany w USA. Genogram jest przejrzystym, dającym dobrą wizualizację sposobem graficznego przedstawienia rodziny.

Kod genogramu w znormalizowany sposób przedstawia w obrębie kilku pokoleń wszelkie istotne wydarzenia, takie jak kolejność i rodzaj zawieranych związków, separacje, rozwody czy sztuczne poronienia, płeć, wiek dzieci, a także typy relacji między członkami rodzin.



#### Zastosowanie i celowość genogramu:

1. Porządkuje informacje o rodzinie.
2. Sięga do korzeni rodziny i pokoleń.
3. Pozwala członkom rodziny zmniejszyć poczucie osamotnienia, odnaleźć swoje korzenie, zyskać poczucie tożsamości.
4. Pomaga uzyskać wgląd w system mechanizmów rodzinnych i rodowych.
5. Dostarcza wizualizacji struktury i dynamiki relacji rodzinnych, dzięki czemu ułatwia wgląd w mechanizmy patogenne czy hamujące rozwój.
6. Służy do analizy powtarzających się, charakterystycznych dla danego rodu struktur, relacji międzyludzkich.

Według koncepcji M. Bowen cechy charakterystyczne rodzin mają tendencje do powtarzania się w kolejnych pokoleniach Bowen nazywa to zjawisko „transmisją między pokoleniową” (inaczej „przekazem w pionie”). Także nie przypadkowo rozkładają się ważne wydarzenia „w poziomie”, a więc w różnych odgałęzieniach rodziny, w tym samym czasie, są one z reguły - według omawianej koncepcji - systemowo połączone ze sobą np. typowe dla cyklu rodzinnego punkty przemian usamodzielnienie dzieci, śluby, niektóre choroby, separacje czy rozwody (Praszkier, 1998, s. 57-65).

Genogram jest szeroko stosowanym narzędziem terapeutycznym, służy też do pracy zespołów klinicznych i konsultacyjnych lekarzom i terapeutom.

### **Co to jest motywacja? Skąd się bierze? Kiedy człowiek jest zmotywowany do zmian?- czyli początek pracy z rodziną**

Motywacja w języku potocznym oznacza: intencję, pragnienie, interes, cel, pobudkę, wybór, preferencję. Motywacja jest czymś, co porusza osobę, jest swego rodzaju energią popychającą człowieka do działania. Motywacja jest też pojęciem kumulatywnym oznacza to, że każde znaczące działanie jest spowodowane wielością motywów. Istnieje tzw. motyw centralny, czyli ten najbardziej znaczący, ale i tu na ten motyw może składać się kilka motywów. W najprostszym ujęciu można wyróżnić motywy emocjonalne i motywy racjonalne. Motywy emocjonalne pochodzą ze sfery nieświadomej. Nieświadomość należy tu rozumieć jako: magazyn wspomnień emocjonalnych, dziedzinę nieuświadomionych konfliktów, które przeżywa człowiek, siedlisko stylów reagowania, stylu życia, radzenia sobie z różnymi sytuacjami. Nieświadomość jest potężnym zbiornikiem energii ludzkich zachowań. Często impulsywnych, niekiedy nieracjonalnych. Działanie, które jest wynikiem motywacji emocjonalnej jest nieuporządkowane, wręcz niekiedy jest niezależne od rzeczywistości. Drugi rodzaj motywacji to motywacja dojrzała oparta na ocenie, refleksji, przemyśleniach tzw. racjonalna. Jest związana z analizą i rozumieniem motywów emocjonalnych.

Co motywuje do zmian? *Rozumienie samego siebie - samoświadomość*. Odkrywanie prawdy o sobie, o swojej sytuacji, o swojej rodzinie, uświadamianie sobie swoich zasobów i sił systemu, jakie działają na człowieka, mechanizmów, jakim podlega jego działanie. Samoświadomość, widzenie siebie w procesie zmian, powoduje, że człowiek chce uzasadniać swoje postępowanie, tłumaczyć swoje wybory, organizować swoje życie.

Motywować może również brak równowagi czy inaczej mówiąc dysonans.

Człowiek w naturalny sposób dąży do homeostazy, gdy odczuwa *brak równowagi* w systemie rodzinnym (*dysonans*), gdy nie działa to, co działało do tej pory, szuka innych rozwiązań, aby zachować lub przywrócić równowagę zgodność myślenia i działania, zgodność działania i oczekiwanych efektów. W pomaganiu rodzinie ważne jest, aby wychwycić ten moment, gdy na skutek utraty homeostazy rodzina zaczyna się organizować, szukać rozwiązań, bo dotychczasowe działania, myślenie nie jest skuteczne. Homeostazę naruszają *naturalne fazy rozwojowe* w rodzinie (przyjście na świat kolejnych dzieci, wiek średni rodziców, czas opuszczania „gniazda” przez dzieci, przejście na emeryturę itp.) jak również czynniki zewnętrzne sytuacje takie jak: śmierć jednego z członków rodziny,

utrata pracy, choroba, zabranie dziecka do placówki. Ważne jest, aby w takich momentach przy rodzinie był ktoś, kto pomoże jej odbudować to, co zostało zburzone w wyniku sytuacji kryzysowych. Odbudować na prawdzie i świadomości. Bardzo ważne jest też, aby pomóc rodzinom, w których równowaga została zaburzona była spójna. Niespójność w pomaganiu przez kuratora, OPS i placówkę, w której jest dziecko może doprowadzić do: dysfunkcji rodziny, uzależnieniu jej od osób lub instytucji pomagających, zaburzeń zachowania rodziny. Interdyscyplinarnie to znaczy pomagać spójnie w jednym kierunku.

Aby, człowiek chciał się zmieniać i odkrywać prawdę o sobie i swojej sytuacji, musi czuć się bezpieczny, rozumiany i wolny. Aby dokonywał zmian w sobie nie wystarczy brak homeostazy, samoświadomość, prawda i bezpieczeństwo, potrzebna jest *nowa silna motywacja*. Czyli sensowność zmian, cel i powód, dlaczego miałby się zmieniać. Zmiana motywacji powinna uczynić decyzję człowieka stanowczą i racjonalną (nieoddzielającą się od emocji). Potrzebne są: nowe wzorce i nowy sposób myślenia, aby człowiek mógł inaczej działać. Osoba pomagająca musi te zmiany dostrzegać, akceptować i wzmacniać. Zaufać klientowi, pomóc mu wyjść z roli złego rodzica, złego pracownika, niezaradnego człowieka.

### **Opór klienta - czyli kontynuacja pracy z rodziną.**

Wiele osób pomagających rodzinie i jej członkom twierdzi, że pewien poziom oporu u klientów pojawia się prawie w każdej relacji pomagania. Jest czymś naturalnym w perspektywie zmian. Opór jest wynikiem uzasadnionych obaw przed nowymi relacjami, ujawnianiem swoich błędów i porażek. I wreszcie przed zmianami swojego starego i znanego myślenia czy schematu postępowania. Opór chroni naszego klienta, może dawać mu poczucie własnej kontroli nad sytuacją i chroni przede wszystkim jego tożsamość i poczucie własnej wartości. W pracy z oporem daremnie jest podejmowanie swego rodzaju gry z klientem np.: „moje na wierzchu” - czyli słowne przekonywanie go do tego, aby zrobił tak jak nam się wydaje, że będzie najlepiej.

W tej grze zawsze przegrywa osoba pomagająca. Korzystniejsza postawa to towarzyszenie klientowi w jego oporze. W myśl znanego powiedzenia, „jeśli chcesz żebym się zmienił - wzmocnij mnie”. Co zrobić, żeby klient nie musiał się bronić? Wzmocnić go - przywołać z pamięci jego silne strony, pozwolić mu, aby posługiwał się swoimi zasobami. Może dobrze jest zwolnić tempo zmian, wzmocnić relacje, zmienić temat rozmowy, dawać dużo komunikatów wspierających i akceptujących. Rozmawiać o obawach i lękach, jakie przeżywa klient, ustalać nowe chroniące klienta zasady.

Sygnalem oporu jest wzrost napięcia, unikanie kontaktu wzrokowego, unikanie odpowiedzi na pytania, podważanie sensu kontraktu, podważanie sensu spotkań, przedłużające się milczenie, nadgorliwe spełnianie poleceń prowadzącego, żartowanie, bagatelizowanie, intelektualizacja, racjonalizacja



### **Sytuacje, w których można zaobserwować opór klienta**

- 1) Klient nie rozumie czego chce i oczekuje osoba prowadząca (nie zawarcie jasnego kontraktu). Klient może podporządkować się osobie prowadzącej tak długo jak ma z tego korzyści, bądź jest dla niego wygodne, zagrożony zaczyna oporować
- 2) Klient nie wypełnia zadań, nie potrafi sprostać wymaganiom (odpowiedzi typu „nie wiem”)
- 3) Klient zmienił umowę, zapomina o umowie, inaczej ją rozumie, zmienia cele, stracił nadzieje na uzyskanie pomocy, stracił zaufanie
- 4) Osoba prowadząca zmieniła kontrakt bądź jego elementy i nie ujawniała tego klientowi
- 5) Brak wiary we własne możliwości i siły, brak motywacji, niepodejmowanie wyzwań, nie dostrzeganie korzyści ze współpracy
- 6) Lęk przed zmianą i z poczucie winy. Klient boi się tłumionych w nim uczuć (demony przeszłości)
- 7) Wtórne efekty zaburzeń /motywy konkurencyjne (korzyści np. unikanie odpowiedzialności, konieczność podjęcia pracy itd.)

### **Jak pracować/poradzić sobie z oporem:**

- 1) Nazwij napięcia, zachowanie klienta
- 2) Dawaj możliwość odreagowania przeżywanych przez klienta emocji
- 3) Sprawdzaj kontrakt, czy nadal klient gotowy na pracę, czy nie pojawiły się motywy konkurencyjne, czy wierzy w zmianę i rozwiązanie problemu

### **Warsztat grupowy jako środek do osiągnięcia celu**

W procesie pomagania dużą rolę odgrywa grupa czy też może wspólnota. Jeżeli zachęcamy swoich klientów do zmian, to często zdarza się tak, że klient nie rozumie, nie wierzy lub nie wie o co nam pomagającym chodzi. Czego my od niego chcemy... Pomocna może być tu grupa ludzi, których gromadzi podobny problem, mają ten sam cel - odzyskać dziecko. Uczestnicy grupy są najprawdopodobniej na różnych poziomach możliwości, spostrzegania, rozumienia. Jeśli gromadzą się wspólnie wokół wspólnego celu, mają poczucie wspólnoty to prawdopodobnie będą się uzupełniać, wręcz razem prowadzić. Dlatego zachęcamy Cię do zbierania grup rodziców i do prowadzenia ich w procesie zmian i mam nadzieję, że doświadczysz tego, jak silne oddziaływanie na jednostkę ma grupa.

W wyniku wspólnego przebywania osób, w grupie zachodzą pewne zjawiska. Jak wynika z praktyki psychologicznej, nie wszystkie z tych zjawisk są przypadkowe. Niektóre z nich następują w pewnej kolejności i są dość typowe, zjawiska te nazwano fazami procesu grupowego.

## **Czym jest grupa?**

Jest to zbiór trzech lub więcej osób, który spełnia następujące warunki:

- Pomiedzy tymi osobami zachodzi bezposrednia interakcja. (siec osob porozumiewajacych sie przez Internet nie jest grupa)
- Mają one wspólny cel
- W zbiorze tym funkcjonują pewne normy zachowania.
- Istnieje w nim pewna struktura ról
- Członkowie tego zbioru mają świadomość odrębności w stosunku do innych grup.

## **Wyróżniamy VII faz procesu grupowego, biorąc pod uwagę dwa kryteria:**

- zależności – autonomii.
- egocentryzmu – współpracy.

### **1. FAZA ORIENTACJI I ZALEŻNOŚCI**

Członkowie grupy organizują się, ustalają cel, zasady, próbują ustalić, jakie są wobec nich oczekiwania, przed jakimi staną zadaniami. W tej fazie procesu grupowego osoby poszukują oparcia w kimś bardziej doświadczonym lub bardziej dynamicznym, silnym (tu pojawia się najczęściej rola lidera aktywisty). Dominuje potrzeba zależności i egocentryzm (koncentracja na sobie). Faza ta często w literaturze porównywana jest do okresu symbiozy z matką (zlewania się z nią).

### **2. FAZA KRYZYSU, KONFLIKTU I BUNTU.**

Próba integracji grupy, często lider aktywny ujawniony w I fazie okazuje się nieskuteczny. Członkowie zbiorowości zaczynają poszukiwać możliwości dla swych indywidualnych aspiracji. Pojawiają się role buntowników. Dominują potrzeby autonomii i egocentryzmu. Tworzą się pary i podgrupy, uczuciem dominującym jest agresja. Pojawia się rola kozła ofiarnego, gdyż trudno jest jeszcze walczyć między sobą wprost, łatwiej jest ściągnąć agresję na kozła ofiarnego. Grupa walczy o względy prowadzącego grupę. Jest to bardzo ważna faza od jej zakończenia zależy czy grupa osiągnie autonomię. Dobrze rozwiązane konflikty w tej fazie dadzą poczucie bezpieczeństwa. Najczęściej ludzie boją się i unikają konfliktów, różnicy zdań, jeśli uda się ich przekonać, doświadczą, że konflikty mogą być pozytywnie rozwiązane, że dobrze rozwiązany konflikt zbliża, a nie oddziela to grupa poczuje się bezpieczna na tyle, aby przejść do następnej fazy.

### **3. FAZA SPÓJNOŚCI I WSPÓŁPRACY.**

Jeżeli w wyniku konfrontacji i konfliktów ukształtował się nowy, korzystniejszy dla członków grupy układ ról, zaczyna wzrastać potrzeba integracji i współdziałania. Uczestnicy zaczynają odczuwać osobiste korzyści z bycia razem i współpracy. Cel grupy zaczyna być świadomie

zauważany i dyskutowany. Wzrasta znaczenie lidera emocjonalnego i nawigatora. Zaczyna być poruszany wątek prowadzącego, jego rola, osoba, celowość. Grupa czuje siłę i zaczyna wymagać od prowadzącego realizacji swoich coraz to śmieiej ujawnianych potrzeb.

#### 4. FAZA KONFRONTACJI Z PROWADZĄCYM

Aby grupa przeszła do fazy konfrontacji z prowadzącym musi mieć poczucie siły i mieć już jakąś swoją historię. Wiele problemów w grupie już zostało podjętych. Grupa zaczyna wymagać od prowadzącego, aby zaspakajał ich coraz to większe potrzeby, często występuje bunt w grupie przeciwko prowadzącemu. Faza ta często w literaturze porównywana jest do etapu buntu młodzieńczego przeciwko rodzicom. To że w grupie jest coś źle to temu winny jest prowadzący, bo źle zorganizował, źle ułożył, źle dopasował itd. Trener w tej fazie powinien stosować jak najwięcej parafrazy, wyjaśniać, dopytywać, urealniać nie brać odpowiedzialności za niezrealizowane potrzeby grupy.

#### 5. FAZA SYMBIOZY PO KONFRONTACJI Z AUTORYTETEM.

Bardzo duże poczucie siły w grupie, dominują uczucia zachwytu, mocy, pozytywnych zwrotów. Grupa czuje też dużą niezależność od prowadzącego, ale on nie jest już atakowany. Członkowie grupy czują, że dużo mogą zrobić sami, czują się silni i stać ich na odejście z grupy lub przejście do kolejnej fazy.

#### 6. FAZA SEPARACJI.

Wyraźny podział grupy na jednostki. Wrażenie nieufności i alienacji. Poczucie „za ciasno”, „za dużo”. Tendencja odchodzenia, oczerniania grupy. Sam zadania robię lepiej i szybciej.

#### 7. FAZA SOJUSZU I WSPÓŁPRACY.

Przekonanie, że sam mogę dużo, ale z grupą jeszcze więcej. Potrafię funkcjonować w grupie nie tracąc swojej autonomii, indywidualności. Zachowanie niezależności przy wspólnej pracy. Duża mobilizacja i samosterowanie.

#### **Role w grupie**

Role w grupie są zawsze. Rola jest to postawa, którą przyjmuje osoba po to aby:

- przetrwać w grupie
- poradzić sobie z napięciem i emocjami
- poradzić sobie z ambicjami

#### **Role lidarskie:**

- Lider aktywista – potrzebuje działania, ruchu do przodu, wyraźnego przywództwa – nadaje najczęściej pierwszy impuls grupie
- Lider nawigator – potrafi trafnie nadawać kierunek aktywności grupie, porządkuje często bezładną działalność lidera aktywnego

- Lider emocjonalny – dobrze wyczuwa nastrój w grupie, dba o dobrą atmosferę, jest nieoceniony, kiedy w grupie pojawiają się napięcia i konflikty

#### **Inne role grupowe:**

- Szara eminencja – osoba pełniąca tę rolę dąży do uzyskania wpływu na sytuację w grupie poprzez oddziaływanie na któregoś z liderów
- Kamikadze – radykalnie realizuje zasadę otwartości, np.: opowiada o swoich trudnych sprawach, intymnych szczegółach życia w sytuacji gdy grupa nie jest jeszcze na to gotowa
- Kozioł ofiarny – osoba, która jest obiektem rozładowania przez grupę negatywnych emocji (często niewyrażanych wprost) w tę rolę wpadają nieraz nosiciele innych ról w grupie. Np. aktywny lider, błazen, kamikadze
- Sumienie grupy – pilnuje by komuś nie stała się krzywda, by grupa kogoś nie „zniszczyła”, często ujmuje się za kozłem ofiarnym
- Błazen – osoba rozładowująca napięcie w grupie przez humor i śmiech, bardzo przydatna w pierwszej fazie rozwoju grupy, czasem nie potrafi dostosować swojego zachowania do bardziej poważnych spraw i wówczas traci swoją pozycję
- Dobry uczeń – nastawia się głównie na odczytywanie zamiarów lidera lub trenera, dostosowuje się do nich, nieraz apeluje do grupy, by też tak czynili
- Osoba wspierająca lidera – wyraża poparcie dla lidera lub trenera czyniąc to wprost i zachowuje autonomię
- Buntownik – uaktywnia się zwłaszcza w fazie konfliktu i buntu. Atakuje lidera, trenera lub/ i normy grupowe, bywa, że pełni przez jakiś czas rolę liderką w grupie.
- Ekspert – uznawany przez grupę specjalista (ktoś kto zna się na procesie grupowym, psycholog w grupie nie psychologów )
- Obserwator – osoba mało aktywna w wypowiedziach i działaniu, skoncentrowana na oglądzie zachowań innych, jednak określająca się jako członek grupy. (podejmie jakieś działanie ale jeśli ktoś mu zaproponuje )
- Outsider – w odróżnieniu od obserwatora (do którego jest podobny poprzez małą aktywność) widzi siebie poza grupą.

Lista ról jest otwarta, w różnych grupach mogą się pojawiać role nie mieszczące się w powyższym wykazie.

Praca z grupą metodami aktywnymi to inaczej mówiąc nauka poprzez osobiste doświadczenia. Osobiste doświadczenia życiowe lub doświadczenia ćwiczeń warsztatowych ich analiza budują naszą percepcję, określają filozofię życia, własne poglądy, powodując tym samym rozwój człowieka.

#### **Jak budować warsztat psychoedukacyjny?**

Warsztat składa się z 3 zasadniczych elementów:

Elementy warsztatu	Zasady	Uwagi
Przekaz wiedzy	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wykład ok. 15 min</li> <li>2. Prezentacja</li> </ol>	Krótką, zrozumiałą formą.
Analiza doświadczenia	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ćwiczenie</li> <li>2. Aktualizacja</li> </ol>	Bardzo ważne jest odpowiednio zadać pytanie.
Nauka zachowań	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Opis umiejętności</li> <li>2. Modelowanie</li> <li>3. Instrukcja</li> <li>4. Ćwiczenie</li> <li>5. Podsumowanie</li> </ol>	Konkretnie, zrozumiale, ćwiczyć na prostych przykładach.

**Każdy warsztat powinien mieć/być:**

1. Dobrze określony cel
2. Przełożenie celu na efekt
3. Realność
4. Dostosowany do odbiorcy
5. Przekaz jasny czytelny, zrozumiały i adekwatny do celu warsztatu
6. Elementy struktury warsztatu
7. Logikę kolejności przebiegu warsztatu
8. Dobrze skalkulowany czas
9. Elastyczny.

**III część**

**Program „Odzyskać dziecko”**

**Cele programu „Odzyskać dziecko” to:**

- Motywowanie rodziców do podjęcia zmian, które muszą zaistnieć, aby dziecko mogło powrócić do domu rodzinnego.
- Stworzenie rodzicom warunków (głównie psychologicznych) do tego, aby zmiany były możliwe.
- Stworzenie indywidualnego planu powrotu dziecka do domu rodzinnego.
- Wspieranie i motywowanie rodziców w realizacji indywidualnego planu powrotu dziecka do domu.

Ogólnymi założeniami jakie obowiązują w programie są:

1. Rodzina – uznajemy, że każde dziecko powinno się wychowywać w rodzinie a nie w placówce instytucjonalnej. Rodzinę rozumiemy bardzo szeroko: jest to w pierwszej kolejności mama i tata ale też kuzyni, ciotki wujowie, babcie, dziadkowie. Rodzina to zazwyczaj krewni, ale rodzina może być niespokrewniona: zastępcza lub adopcyjna. Program zakłada więc taką pracę z szeroko pojętą rodziną, aby dziecko nie wychowywało się w placówkach instytucjonalnych.
2. Zmiana – to kolejne ważne założenie w naszym programie. Sytuacja odebrania dzieci lub zagrożenia odebraniem, ma swoje przyczyny. W programie musimy je dokładnie poznać, zdiagnozować i przez cały czas współpracy do nich się odwoływać. To zarzuty postawione rodzinie przez Sąd, system pomocy społecznej są wyznacznikiem kierunku naszej pracy. Przez cały program intensywnie pracujemy nad tym aby doszło w rodzinie do zmian, motywujemy rodziny, określamy konieczność zmian i w procesie przeprowadzamy rodzinę przez te zmiany.
3. Współpraca – to założenie polega na tym, że sami ale też uczymy rodzinę współpracy z instytucjami w systemie. Zachęcamy rodziny aby korzystali z bogatej oferty wsparcia lokalnego. Bardzo często zdarza się, że rodzina jest negatywnie nastawiona do systemu pomocy społecznej. Dzieje się tak z różnych powodów: 1. To właśnie „system” odebrał dzieci rodzinie. 2. Pomoc społeczna w swej strukturze jest bardzo rozbudowana i wiele osób nie rozumie kto za co odpowiada i gdzie jakiej pomocy mogą się spodziewać 3. Bardzo często specjaliści pomagający rodzinie nie współpracują ze sobą wzajemnie co powoduje niespójność w pomaganiu to z kolei sprawia, że rodzina nie rozumie tego co wokół niej się dzieje i musi się bronić. Przejawia się to często w oporze, manipulacji, nie mówieniu prawdy przez rodzinę, unikaniu kontaktów. Pracując z rodziną staramy się pokazać rodzinie jak są widziani przez system, w czym i kto może im pomóc. Zachęcamy ich do samodzielnego myślenia i korzystać z zasobów systemu wsparcia. Uczymy rodzinę aby współpracowała z pomagającymi, a nie unikała, oporowała czy zamykała się na pomoc.

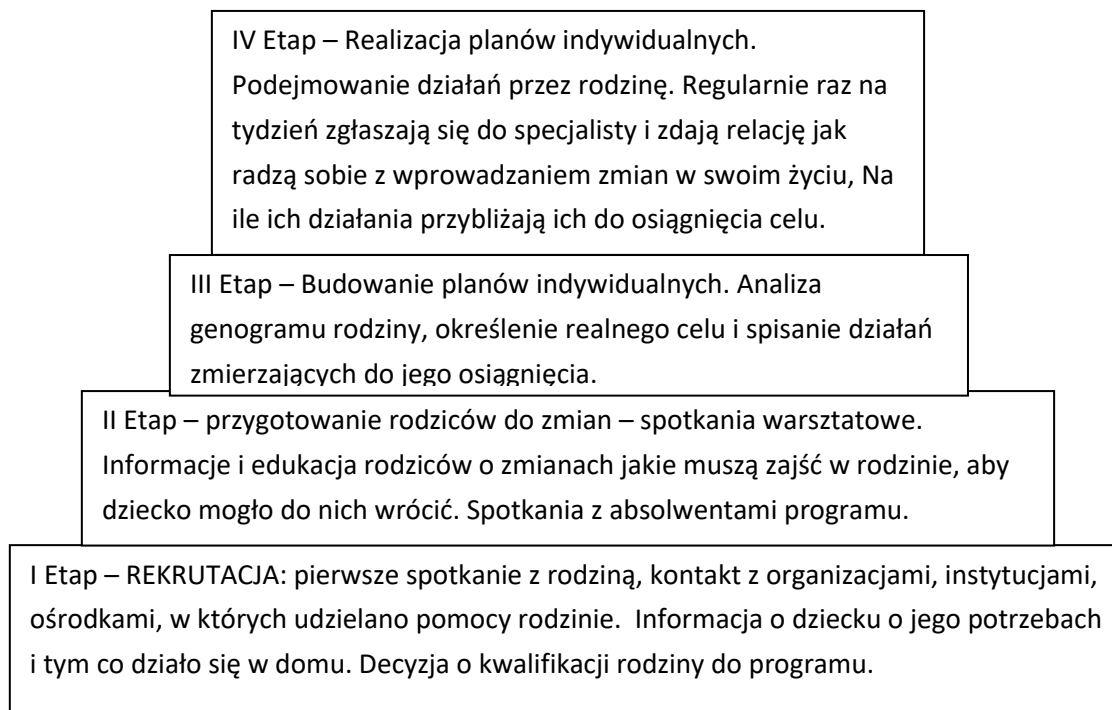
To są 3 zasady, główne założenia na których oparty jest PROGRAM „ODZYSKAĆ DZIECKO”

**Dlaczego grupa** – pełni ona tu funkcję wsparcia. Uczestnicy dzielą się swoimi doświadczeniami. W różnych etapach procesu zmian, będąc razem wspierają się i „napędzają” do działania. W początkowej fazie dzielą się swoim smutkiem i rozgoryczeniem, potem razem szukają rozwiązań a następnie wspierają się w działaniu. Opowiadają kto, gdzie i jak coś zrealizował z planu indywidualnego, podpowiadają sobie rozwiązania. Rolą prowadzącego (specjalisty) jest wspierać grupę w ich działaniu, mądrych refleksjach i dobrych działaniach. Grupa ma jeszcze jedną bardzo ważną zaletę – ludzie głośno dzielą się

swoimi myślami, uczą się wyrażać siebie i swoje emocje, tworząc więzi. Dzięki temu procesowi bardzo często dochodzi do samorozwoju, udrażnia się samoświadomość co sprzyja postawie działania, chęci wpływania na swoje życie a nie bierności i bezradności.

**Kiedy kontakt indywidualny** – tę kwestie należy rozpatrywać bardzo indywidualnie, prowadzący (specjalista) musi sam z rodzicem podjąć decyzję co do formy uczestnictwa w programie. Przypadki kiedy kwalifikujemy rodzica do kontaktu indywidualnego to np.: rodzic sam o to prosi, uczestnikami grupy są osoby znane klientowi i on sam zgłasza chęć uczestniczenia poza grupą, zdarzają się przypadki kiedy rodzic jest osobą publiczną (aktorzy, nauczyciele, lekarze) oni też proszą o zachowanie dyskrecji i nie chcą pracować w grupie. Jeśli celem pracy jest zrzeczenie się praw do dziecka wówczas trudno takiego rodzica skazywać na bycie w grupie, gdzie wszyscy odzyskują dzieci.

W ramach programu stworzyliśmy pewną etapowość. Ma to służyć lepszemu rozumieniu przez rodzinę tego co wspólnie robimy, aby doszło do reintegracji rodziny i odzyskania lub nie utracenia dziecka. Etapowość programu daje rodzinie poczucie, że krok po kroku, etap po etapie idą ku osiągnięciu założonego celu.



#### I etap – REKRUTACJA RODZIN DO PROGRAMU – trwa do ok 1- 2 miesięcy

1. Rodzina zostaje do nas zgłoszona przez kogoś ze służb społecznych, najczęściej są to: kuratorzy Sądów rodzinnych, asystenci rodzin, pracownicy socjalni lub koordynatorzy rodzin zastępczych. Może być również sytuacja, że rodzina zgłasza się sama lub przez instytucję, w której przebywa dziecko – placówkę lub rodzinę zastępczą zał. karta zgłoszeniowa rodziny
2. Pierwsze spotkania rekrutacyjne z rodziną – w czasie spotkania rozmawiamy z rodziną o jej sytuacji: co się zdarzyło, kto udzielał rodzinie wsparcia, z jakim skutkiem, kto z rodziny jest zainteresowany losem dzieci i może pomóc rodzinie. Zbieramy tu wszystkie podstawowe informacje. Zał. wstępny genogram i zał. karta rodziny.
3. Trzecim krokiem rekrutacji są spotkania lub kontakt z osobami z systemu pomocy, którzy w jakikolwiek sposób są zaangażowani w sytuację rodziny. Poznajemy ich opinię o rodzinie, to oni wskazują nam co należy w rodzinie zrobić. Określamy zarzuty wobec rodziny, przyczynę interwencji odebrania dzieci lub zagrożenia taką interwencją. Ważnymi osobami do kontaktu są: Kurator rodziny, osoba, która zna dziecko lub u której to dziecko aktualnie przebywa np.: rodzina zastępczą lub wychowawca placówki czasem jest to też dziecko (w zależności od możliwości). W tym punkcie etapu – rekrutacja powstają notatki z rozmów z danymi osobami.
4. Zespół rekrutacyjny – to spotkanie, w ramach którego specjaliści Fundacji zbierają wszystkie dane o sytuacji rodziny i dziecka i decydują o przyjęciu do programu. Z programu dyskwalifikowane są następujące osoby:



- Rodzic lub członek rodziny wobec którego toczy się postępowanie karne wobec dziecka. Został on np.; oskarżony o nadużycia wobec dziecka.
- Rodzic ma zdiagnozowane zaburzenia lub ograniczenia intelektualne w stopniu na tyle dużym, że nie jest w stanie zapewnić bezpieczeństwa dziecku.
- Wszystkie służby a przede wszystkim Sąd nie wyraża zgody na pracę z rodziną i uznaje z jakiegoś powodu, że sytuacja odzyskania dzieci jest obecnie niemożliwa. Np.: rodzice zostali pozbawieni władzy rodzicielskiej i rozpoczęto proces proadopcyjny wobec dziecka.

Jeśli nie ma przeciwwskazań i rodzic został przyjęty do programu to zespół rekrutujący wraz z rodziną podejmują decyzję czy rodzina będzie uczestniczyć w programie w trybie indywidualnym czy grupowym.

5. Informacja dla rodziny o decyzji zespołu rekrutacyjnego – zał. zaświadczenie o przyjęciu do programu.

II etap – przygotowanie rodziców do zmian. Ponieważ jednym z 3 założeń programu jest zmiana musimy więc rodzinę na to przygotować. Omówić z nimi indywidualnie lub w ramach warsztatów co to są zmiany, jak przebiegają, czego ludzie boją się w zmianach, czego potrzebują itd. (poniżej dokładny opis). Jednym z najważniejszych punktów tego etapu jest zaproszenie na spotkanie warsztatowe „Gościa” jednego lub kilku rodziców którzy w ramach programu odzyskali dzieci. Opowiadają oni grupie tym, którzy są na początku drogi zmian, o procesie jaki musieli przejść aby odzyskać swoje dzieci. Opowiadają o swoich terapiach, o tym jak osoby bliskie z ich otoczenia reagowali na ich zmiany. Opowiadając o swoich doświadczeniach przygotowują rodziców do ich zmian, zasiewają w nich w ten sposób nowe myślenie o ich sytuacji.

III etap – Budowanie planów indywidualnych. Każdy rodzic do tego etapu wie: jakie są wobec niego zarzuty, jeśli chodzi o system pomocy, ma świadomość, że aby odzyskać dziecko jego sytuacja powinna się zmienić, wie jak inni radzą sobie aby zmiany były możliwe i wie jak inni je przeprowadzili, inni – ci którym udało się odzyskać lub uchronić dzieci przed utraceniem. Mając taką wiedzę i świadomość każdy rodzic może więc przystąpić do napisania dla samego siebie planu. Plan piszemy na forum grupy, wszyscy uczestnicy programu wspierają się wzajemnie. Podstawowym narzędziem, na podstawie którego piszemy plan jest: genogram i zarzuty jakie są postawione przez Sąd i służby społeczne wobec rodziny. Plan indywidualny to jakoby „recepta” która daje odpowiedź na pytanie: muszę się zmienić, odnosząc się do genogramu wiemy kto może nam pomóc, kto z rodziny jest wsparciem, a kto nim nie jest. Na tym etapie bardzo ważne jest też to aby trafnie postawić sobie cel planu. Niekiedy jest to odzyskanie dzieci przez rodziców biologicznych, niekiedy celem jest, zbudować kontakt z dzieckiem, które jest w innej rodzinie lub placówce, niekiedy celem będzie utrzymanie dziecka w rodzinie a niekiedy zrzeczenie się rodzica praw do dziecka, przejście przez czas

żałoby, pożegnania się z nim po to aby miało ono szansę na adopcję i nowy dom. Na tym etapie powstaje więc: genogram z nałożonymi relacjami i zaznaczonymi osobami – członkami rodziny, którzy mogą odegrać ważną rolę w procesie reintegracji oraz plan indywidualny – czyli punkty według których rodzina będzie dalej pracowała. Bardzo ważne jest też to aby plan indywidualny był prosty w swojej konstrukcji, nawet roboczą kartką czytelną dla rodzica. Im prostszy tym lepszy to ma być jego praca, rodzaj listy zakupów, krok po kroku co ma robić. W planie umieszczamy warsztaty, które rodzic powinien ukończyć. Standardowo każdy rodzic powinien uczestniczyć w zajęciach na temat: Warsztaty umiejętności wychowawczych, Asertywny rodzic, umiejętności udzielania pierwszej pomocy dziecku w sytuacji zagrożenia zdrowia i życia. Pozostałe tematy warsztatowe typu: dla sprawców lub ofiar przemocy, współzależnienia – korzystają w środowisku lokalnym lub w ramach programu są organizowane według potrzeb.

IV etap – realizacja planów indywidualnych. Na tym etapie grupa realizuje plan który każdy wspólnie z grupą wypracował w poprzednim etapie. Praca idzie więc dwutorowo: Jeden tor to indywidualna ścieżka reintegracji - są to np. podjęcie terapii uzależnień, podjęcie mediacji, spotkanie z innymi członkami rodziny celem omówienia wsparcia itp. Ten tor pracy zakłada regularny kontakt z prowadzącym, z grupą celem omówienia tego czy wszystkie założenia w planie są realizowane, czy może gdzieś jeszcze rodzic potrzebuje wsparcia, może w czasie realizacji okazało się że plan trzeba trochę zmienić, coś dopisać lub skreślić. Tematem spotkań jest: Realizacja planu indywidualnego. Drugim torem tego etapu jest ścieżka warsztatowa – tu rodzic uczestniczy w warsztatach psychoedukacyjnych, które zwiększają jego świadomość, wiedzę i kompetencje. Są to jak wyżej pisałyśmy różnego rodzaju warsztaty.

**To ogólny opis programu przejdźmy więc do szczegółowego opisu poszczególnych spotkań.**

#### **Przygotowanie rodziców do programu:**

Rodzic, który zgłasza się do Ciebie z prośbą o pomoc w odzyskaniu dziecka powinien przede wszystkim poznać Ciebie. Zobaczyć Cię i usłyszeć. Doświadczyć z Tobą kontaktu. Wskazane jest więc jedno lub kilka spotkań, celem których będzie nawiązanie dobrych relacji, wspólne poznanie się oraz możliwość odpowiedzenia sobie na kilka pytań.

Pytania, na które Ty powinieneś móc sobie odpowiedzieć:

- Czy jesteś odpowiednią osobą, do której zgłosił się klient?
- Czy Twój system wartości pozwala Ci na to, abyś rozpoczął z nim pracę?
- Czy osobiście wierzysz w to, że można temu klientowi pomóc?
- Zapoznając się z jego sytuacją, na poziomie ogólnym czy będziesz potrzebował wsparcia innego specjalisty lub dodatkowej wiedzy, aby móc pracować z tym rodzicem lub tą rodziną?

- W jakiej roli jesteś? (psycholog? pedagog?, asystent?, koordynator?) Koniecznie jasno sam przed sobą określ swoją rolę w tej sytuacji pomagania.

Po spotkaniach z klientem lub rodzina sprawdź, czy można przewidzieć pewne trudności w pracy. Nie chodzi o to, abyś mnożył problemy, prorokował lub prowokował samospełniające się proroctwo. Chodzi o to, abyś sprawdził czy Ty nie potrzebujesz wsparcia w tym, aby rodzinie lub klientowi pomóc jak najlepiej.

#### Pytania do uczestnika.

1. Czy jest Pan/Pani gotowa na taki sposób odzyskiwania dziecka?

Ty i grupa rodziców może inni specjaliści będziemy Panu/Pani towarzyszyć na drodze zmian, ale same zmiany, wysiłek będzie Pan/Pani musiała podjąć sam/a, co Pan/Pani na to?

2. Program, który Panu/Pani proponuję zakłada następujące zasady:

- Przez okres kilka tygodni będzie Pan/Pani uczestniczył/ła w spotkaniach z grupą ludzi o podobnych problemach. Będzie to więc kilka spotkań raz/ dwa w tygodniu po kilka godzin ( tu dobrze mieć dokładny harmonogram działań i omówić go z klientem daty godziny).
- Następnie planowane jest spotkanie, w czasie którego zostanie stworzony indywidualny plan dla Pana/Pani/ rodziny, aby dziecko mogło wrócić do domu.
- Następnie przez okres kilku miesięcy będzie Pan/Pani indywidualnie realizować ten plan i jeśli będzie to konieczne ja będę wspierać Pana/Panią w tych działaniach.
- Raz/dwa razy w tygodniu będziemy się spotykać w grupie i omawiać Wasze sukcesy, porażki i trudności na drodze zmian, celem których jest odzyskanie dziecka.
- Może się zdarzyć w trakcie naszej współpracy, że zmiany są zbyt trudne i odzyskanie dziecka na dziś nie będzie możliwe. Wówczas będziemy rozmawiać o tym jak zaplanować przyszłość Pańskiego dziecka, gdzie jest jego miejsce, w którym będzie mogło się dobrze rozwijać i wychowywać. Będziemy rozmawiać też o tym jak zadbać o relacje z Panem/Panią, aby dziecko nie czuło się odrzucone i jak miałyby wyglądać wasze kontakty.

Jeśli masz wątpliwości, że rodzic zrozumiał to co do niego powiedziałaś, dopytaj, wyjaśnij, dobrać może jeszcze trafniejsze słowa niż te które proponuję. Jeśli masz pewność, że rodzic zrozumiał zasady proponowanego programu i wyraża zgodę na uczestnictwo w nim zaproś go na pierwsze spotkanie z grupą. W rozmowie daj przestrzeń na dopytanie przez rodzica niezrozumiałych kwestii. Nie spiesz się niech rozmowa przebiega spokojnie i przejrzysto dla rodzica. Stwórz mu czas na zastanowienie się, zapytaj Cię o wszystko co nasuwa mu się do pytania. Daj mu wyrazić swoje niepokoje, obawy i trudności. Wyjaśnij wszystko to, co możesz, ale w żadnym wypadku nie namawiaj go na ten program, wręcz zachęcam Cię do

korzystania z takich sformułowań jak: do Pana/Pani należy decyzja, od Pana/Pani zależy czy Pan/Pani chce skorzystać z takiej formy odzyskiwania dziecka.

Jeśli do programu zgłosiły się osoby leczone psychiatrycznie, wymagaj koniecznie zaświadczenia od lekarza psychiatry zgody na uczestnictwo w programie.

### **Pierwsze spotkanie grupy:**

Pamiętaj, że uczestnicy są w pierwszej fazie procesu grupowego. Potrzebują więc jak najwięcej jasnych, zrozumiałych komunikatów. Celem pierwszego spotkania jest zbudowanie dobrych relacji z uczestnikami, stworzenie bezpiecznych warunków do funkcjonowania grupy. Celem jest też zapoznanie uczestników z celami, zasadami i etapami programu. Powinni wyjść z przekonaniem, że wiedzą o co chodzi w programie, czego się od nich wymaga, co będą robić na spotkaniach. Powinni być przekonani, że słuchasz ich potrzeb, reagujesz na to co mówią. Cenisz sobie to jak myślą i co mówią. Jest to czas budowania relacji i zaufania. Czas orientowania się w zasadach programu.

- Krótkie zapoznanie. Tu w I fazie procesu grupowego najważniejsze jest, aby wytworzyć jak najlepszą atmosferę bezpieczeństwa. Czyli zapoznanie na tym etapie powinno być jak najmniej inwazyjne. Najlepiej samo imię i może ile mam dzieci, w jakim wieku. Możesz zacząć od siebie żeby zamodelować „płytki” poziom przedstawienia się.
- Przedstaw program: temat, o co w nim chodzi i to co Ty uznasz za stosowne powiedzieć. Pamiętaj mówić językiem prostym, dla wszystkich zrozumiałym.
- Przedstaw zasady jakie proponujesz w tym programie. Wyjaśnij je, zapytaj czy chcą sami też coś zaproponować. Dobrym przykładem na to, żeby sami zaproponowali jest umówienie się na to co robicie z telefonami komórkowymi (wyłączacie, wyciszacie, odbieramy, nieodbieramy w czasie zajęć?). Bardzo ważne abyś dał grupie poczucie wpływu na to co lub bardziej w jaki sposób tu będą spędzać czas. Spytaj o kwestię przerw, możliwościach kawy, herbaty, ustal gdzie wolno, a gdzie nie wolno palić papierosów. Wyraźnie zaznacz, że w programie obowiązuje abstynencja. Wyjaśnij dlaczego.
- „Czy chcesz tu być”? Kończąc kwestie kontraktu dopytaj uczestników czy w związku z tym na co jesteśmy umówieni, co będziemy tu robić i w jaki sposób, czy jest to miejsce w którym chcecie być, podejmujecie decyzję, że to jest dla was miejsce? – Niech każdy się wypowie TAK lub NIE.
- Zapoznanie się z uczestnikami, zawiązanie grupy. Jeśli wszyscy się zgodzili na udział w programie i zgodzili się na spisane zasady, można pogłębić poziom zapoznania się. Zaproponuj wspólną integrującą zabawę.
- Pozwól na dowolną dyskusję, pamiętaj, o bezpiecznym samopoczuciu. Dynamika dyskusji da Ci obraz na jakim poziomie bezpieczeństwa jest grupa.

- Podsumowanie i zakończenie spotkania. Podsumuj i podkreśl to, co samodzielnie wypracowała grupa – zasady. Zauważ to o czym dyskutowali, zwróć też uwagę na to co działo się przy poznawaniu się, podziękuj za aktywny udział, za to, że są i że to ważne nie tylko dla ich dzieci ale przede wszystkim dla nich samych.

### **Drugie spotkanie:**

O zmianach. Celem tego spotkania jest przygotowanie uczestników do zmian. Pamiętaj nadal o bezpieczeństwie w grupie. Celem jest oswojenie z tematem - to Ty rodzicu masz się zmienić.

- Mini wykład o zmianie: zmiany w życiu to nowe doświadczenie. Zmiany można też rozumieć jako naszą zdolność do przystosowania się do nowych warunków. Było jakoś.... a jest inaczej. Zmiany wymagają od nas pewnej akceptacji i zaangażowania. Zmiany zależą też od naszego spostrzegania. Powodzenie zmian zależy więc od naszego zaangażowania, spostrzegania, akceptowania naszej elastyczności. Np. dla jednego jazda samochodem będzie udręką i będzie on widział dużo wad np.: (wymieńcie) a dla innego jazda samochodem będzie miała dużo zalet (wymieńcie). Zróbmy sobie takie ćwiczenie, w którym zobaczycie jak wiele zależy od naszego rozumienia i spostrzegania.
- Ćwiczenie 1  
Wyobraźcie sobie, że politycy w naszym kraju ustalili, że wszystkie samochody mogą mieć kolor tylko żółty. Wymieńmy wady takiej decyzji...(stwórzcie listę wad) A teraz zastanówmy się i wypiszmy jakie mogłyby być tego zalety.  
W ćwiczeniu zwróć uwagę na to, że na początku pomysł żeby samochody były w kolorze żółtym wydawał się być absurdalny, ale z czasem, kiedy zaczęliśmy o tym rozmawiać, analizować to okazało się, że jest kilka zalet takiej decyzji.  
Podobnie jest ze zmianami, na początku mogą się wydawać głupie i nie możliwe z czasem może się okazać, że są całkiem sensowne i niosą za sobą wiele ciekawych doświadczeń.
- Czy miałeś w swoim życiu doświadczenie zmian – opowiedz o tym – dopiszcie cechy charakterystyczne zmian.
- Co się dzieje po zmianie – radość ze zmiany.
- Czego boimy się w czasie zmian? Wypisać.
- Podsumować wiedzę na temat zmian.
- Zaproponuj przerwę.
- Rozrysować wspólnie dzieło o zmianach – narysujcie ten proces, drogę. Proponuję, żebyś grupę zostawił i opuścił salę warsztatową, zachęcam Cię do tego, aby to było ich wspólne dzieło. Ok. 20 min.

- Dyskusja i podsumowanie. – Możesz pozwolić sobie na informację zwrotną do grupy na temat tego jak pracowali, co zauważyłaś itd. Wydobądź z nich to co dobrze robili, wzmocnij grupę w pracy. Wspólny rysunek zawieś w widocznym miejscu, niech towarzyszy grupie przez cały czas programu.

### **Trzecie spotkanie:**

Wartości: Celem tego spotkania jest wprowadzenie uczestników w temat ich własnej motywacji. Pamiętaj, że jest to temat, który niesie za sobą wiele emocji i jest podatny na opór (patrz temat o motywacji). Na tym etapie poruszamy się po ogólnym jeszcze poziomie rozumienia. Celem tego spotkania jest przede wszystkim wydobycie jak najwięcej zasobów z życia klienta. Będą mu one potrzebne do zmian. Pamiętaj stwierdzenie z tematu motywowanie: „chcesz, żebym się zmienił to mnie wzmocnij”.

- Mini wykład o wartościach: Wartości nadają życiu prawdziwy sens. Ważne są w życiu pieniądze, stała praca, dom, ale wszystko to bez wartości staje się puste. Np. Jeżeli ktoś jest bogaty ma swój dom, dużo pieniędzy, ale w tym pięknym domu w którym mieszka nie ma wzajemnego szacunku, ludzie nie troszczą się o siebie, to często zdarza się tak, że te właśnie bogate rodziny po kilku latach stwierdzają, że są nieszczęśliwi. Wartości najczęściej się odczuwa. Gdzieś tu w środku... Wartości nie widać „gołym” okiem one powodują, że czujemy się ważni, niepowtarzalni, jedyni i co najważniejsze kochani. Wartości nadają sens naszemu życiu. Dzięki wartościom wiemy po co żyjemy, czego od życia chcemy, co w życiu chcemy osiągnąć? One też nie pozwalają nam się zgubić w życiu. Jeżeli życie doświadcza nas trudnymi sytuacjami np.: śmierć kogoś bliskiego, zdrada, utrata pracy, domu, dziecka to wartości, jeśli są, pozwalają nam się nie załamać i wyznaczają nam cel, dodają sił, aby godnie żyć mimo trudności. Wartościami może być: uczciwość, miłość, skromność, wierność, co jeszcze może być wartością?..... wypiszcie listę. Podaj grupie te przykłady, które oni sami mówili przy okazji rozmów na inny temat.
- Jakie wartości Ty wyniosłeś z domu i w jaki sposób przekazano Ci je w życiu? Dyskusja – pozwól na własne historie uczestników. Dopisz do listy wartości uczestników. Zwróć uwagę w jaki sposób przekazuje się wartości.
- Dlaczego miałbyś się zmieniać? – budowanie własnej motywacji.

### **Czwarte spotkanie:**

Genogram. Celem tego spotkania jest dostarczenie wiedzy i umiejętności rysowania genogramu. Uczestnicy po tym spotkaniu powinni rozumieć po co rysują genogram, jak należy go rysować i w jakim zakresie będą go analizować. Bardzo ważne jest to, aby uczestnicy programu otrzymali informację, że nie muszą o wszystkim co się w rodzinie

działo opowiadać, że każda rodzina ma swoje tajemnice, sytuacje, które są dla nas trudne. Możemy o nich mówić teraz, możemy potem a możemy też indywidualnie, albo w całe. Należy przygotować grupę, że każda rodzina jest inna, każda historia jest inna jeżeli pojawią się trudne sytuacje to warto, żebyście o tym rozmawiali.

- Przykład instrukcji do genogramu: Genogram jest metodą rysowania drzewa rodziny. Umożliwia zobaczenie siebie w kontekście rodzinnym. Pomaga zgromadzić informacje o rodzinie: o więziach, relacjach, chorobach, powtarzających się przypadkach, zgonach, uzależnieniach. Genogram prawdopodobnie pozwoli nam lepiej poznać przyczynę umieszczenia lub zagrożenia umieszczeniem poza domem. Rysujemy go po to aby lepiej poznać sytuację rodzinną Waszego dziecka i aby jak najlepiej napisać plan indywidualny. Genogram będziemy rysowali za pomocą kodów. Rozdaj uczestnikom kod genogramu rys.... omów dokładnie kody, narysujcie fikcyjną rodzinę – dla przykładu.
- Czego będziemy szukać w genogramie – jak w najlepszy sposób poradzić sobie z obecną sytuacją? Jak ma wyglądać Twój plan indywidualny uwzględniając kontekst rodzinny?
- Omówienie kodów.
- Genogram – własny – tylko rysunek – praca indywidualna pod okiem specjalistów.

### **Piąte spotkanie: warsztatowe**

Genogram c.d.

Celem tego spotkania jest stworzenie planu indywidualnego każdego z uczestników.

- Omówienie rysunków każdego z uczestników – wspólna praca zespołu. Nakładacie na rysunek rodziny relacje, pamiętaj, że celem jest plan indywidualny. Po kilku krótkich historiach rodzinnych kieruj pytaniami do uczestników na temat planu indywidualnego np.: Co trzeba zmienić, aby dziecko wróciło do domu lub mogło w nim pozostać? Co przekona sąd aby dziecko wróciło albo aby go nie zabierać?. Cała grupa może proponować rozwiązania, nawet zachęcaj ich do tego. Staraj się jak najmniej sugerować i proponować, niech to będą ich pomysły. Wydobywaj ze słyszanych historii jak najwięcej zasobów, wartości dopisuj je do indywidualnych notatek uczestników i głównej listy wartości.

### **Szóste spotkanie: praca grupowa**

Plany indywidualne c.d. Celem tego spotkania jest analiza i urealnienie planów indywidualnych. Może zdarzyć się tak, że ktoś będzie potrzebował dodatkowego wsparcia, które należy ująć w planie.

- Rozdanie planów spisanych na komputerze każdemu z uczestników sprawdźcie czy wszystko jest ok.

- Obok planów zestawić wartości – zbudować motywację i czy potrafię to zrobić?
- Po czym poznam zmianę? – dyskusja – praca własna
- Kto pierwszy zauważy zmianę? – praca własna
- Jakie trudności przewidujesz? – jak sobie z nimi poradzić? Czego potrzebujesz? – omówienie.
- Dopisać uzupełnić plan indywidualny.
- Zyski i straty ze zmian.
- Urealniamy i planujemy – konkrety, terminy.

Spotkania koordynacyjne. Celem spotkań koordynacyjnych jest motywowanie, wspieranie rodziców w procesie zmian. Pamiętaj, że zmiany mają swój indywidualny proces w każdym człowieku, każdy czego innego potrzebuje. Prowadź indywidualne obserwacje każdego z uczestników, analizuj, konsultuj, superwizuj. Pamiętaj też o sile grupy w procesie zmian, poczuciu wspólnoty, informacjach zwrotnych w grupie.

### **Przykładowy warsztat**

Warsztat rozwoju osobistego:

- Pokazanie procesu zmian – nasz wspólny rysunek. Gdzie jesteście jak Wasz rysunek ma się do realnych zmian, może trzeba go uzupełnić?
- Ja na skali rozwoju. Co już mam? – autoprezentacja. Kto widzi mój rozwój? – sukcesy wzmacniają, budują poczucie wartości. Analizuj korzyści ze zmian.
- Dyskusja
- Radość i zysk z nowego funkcjonowania.
- Trudności – czego potrzebujesz.
- Wartości.

### **Przykładowe zasady i normy w grupie:**

1. Tajemnica grupy
2. Zakaz oceniania i krytykowania
3. Mówienie o sobie i o swoich problemach ( komunikaty „Ja”)
4. Bycie w zgodzie z sobą
5. Punktualność w przychodzeniu
6. Obecności ustal Ty
7. Trzeźwość
8. Forma zwracania się do siebie
9. Pozostałe problemy, które mogą wyniknąć w grupie.



## Pytania stawiane podczas analizy genogramu.

**Monica McGoldrick, Randy Gerson i Sylwia Shellenberger, Wydawnictwo W.W Norton Co. New York 1999r.**

### **Zarys metody przeprowadzania wywiadu genogramowego**

#### 1) Zaczynij od przedstawienia problemu

- dlaczego oni teraz poszukują pomocy?
- kiedy pojawił się problem?
- kto go dostrzegł?
- jak każda z osób go postrzega?
- jak reagują na ten problem?
- jak przedstawiały się relacje przed wystąpieniem problemu?
- czy problem uległ zmianie? Jak?
- co się stanie, jeśli problem będzie nadal trwał?

#### 2) Przejdź do pytań związanych z sytuacją domową

- kto wspólnie zamieszkuje w domu? (imię, wiek, płeć)
- jakie jest ich wzajemne pokrewieństwo?
- czy podobne problemy wcześniej istniały w tej rodzinie
- jakich rozwiązań próbowano w przeszłości? (terapia, leczenie, hospitalizacja itp.)
- co się ostatnio działo w rodzinie?
- czy w ostatnim czasie zaszły jakieś zmiany lub pojawiły się czynniki stresujące?

#### 3) Zbierz informacje dotyczące rodzin pochodzenia (rodziców)

- liczba rodzeństwa, ich imiona i daty urodzin, kolejność urodzenia rodzeństwa
- ślub rodziców (separacje, rozwody, ponowne śluby)
- śluby rodzeństwa (separacje, rozwody, ponowne śluby, dzieci)
- przyczyna zgonu członka rodziny

#### 4) Pytania dotyczące innych grup pokoleniowych

- rodzice rodziców (imiona, daty urodzin/śmierci, zawód, zdrowie)
- przyczyna śmierci
- ich rodzeństwo ( imiona, daty urodzin/śmierci, zawód, zdrowie)

#### 5) Dane dotyczące czynników kulturowych

- rytuały funkcjonujące w obrębie kultury dotyczące sposobu traktowania śmierci
- trauma związana z jakąkolwiek śmiercią lub stratą
- wpływ czynników kulturowych na sposób traktowania najważniejszych wydarzeń

życiowych, rodzinnych relacji i ról

#### 6) Wydobądź wypowiedzi na temat stosunku do ról męskich/żeńskich

- wpływ ról związanych z posiadaną płcią do sytuacji domowej, na sposób traktowania najważniejszych wydarzeń w życiu

- jakie w obrębie rodziny obowiązują reguły związane z płcią dotyczące sposobu wyrażania

smutku radości? (emocji)

7) Najważniejsze wydarzenie w życiu

- śluby
- narodziny
- zgony, choroby, kalectwa
- przeprowadzki
- zmiany pracy
- traumatyczne wydarzenia (np. katastrofy naturalne) Jak rodzina przystosowała się do tych zmian?

8) Relacje rodzinne

- odcięci
- sojusze
- schematy relacji małżeńskich
- schematy relacji rodzic dziecko
- schematy dominacji i podlegania

9) Role rodzinne

- opiekujący się
- chorzy
- problematyczni
- dobrzy/źli
- ci, którym się powiodło/nie powiodło

10) Odpowiedz na to co można uznać za siłę tej rodziny

- zachowania, które świadczą o elastyczności
- siła charakteru członków rodziny:
- lojalność, odwaga, nadzieja, poczucie humoru, inteligencja itp.
- zasoby rodziny:
- miłość, społeczność sąsiedzka, praca, pieniądze

11) Pytania dotyczące funkcjonowania poszczególnych członków rodziny

- praca
- szkoła (osiągnięcia, problemy)
- problemy zdrowotne
- problemy psychiatryczne (depresje, niepokoje, fobie itp.)
- nałogi
- problemy prawne
- przemoc (fizyczna, psychiczna, nadużycia seksualne)

12) Nakładanie relacji rodzinnych

ZAŁĄCZNIKI:

1. KARTA ZAGŁOSZENIOWA RODZINY
2. ANKIETA REKRUTACYJNA
3. KARTA RODZINY
4. ANKIETA – MOTYWACJA DO ZMIAN
5. ANKIETA PODJĘTYCH ZMIAN
6. WSTĘPNY GENOGRAM. PIERWSZE SPOTKANIE Z RODZINĄ
7. PLAN INDYWIDUALNY RODZICA/RODZINY

**KARTA ZAGŁOSZENIOWA RODZINY**

1. Imię i nazwisko zgłaszającego rodzica

.....  
.....

2. Tel kontaktowy do rodzica.....

3. Ile jest dzieci w rodzinie i w jakim wieku

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

4. Kto zgłasza rodzinę

.....  
.....

5. Instytucja i pełniona funkcja osoby zgłaszającej rodzinę

.....  
.....  
.....

6. Tel kontaktowy do osoby zgłaszającej rodzinę.....

7. Krótki opis rodziny / przyczyny zagrożenia lub odebrania dzieci/ powód zgłoszenia

.....  
.....  
.....

Gdzie przebywają dzieci

.....  
.....

8. Jakie instytucje są zaangażowane w pomoc rodzinie

.....  
kontakt.....

.....  
kontakt.....

9. Kto z rodziny kiedykolwiek podjął współpracę lub kontakt z instytucjami wspierającymi

.....  
kontakt..... kontakt.....

.....  
kontakt.....

10. Kto z rodziny jest zainteresowany losami dzieci

.....  
.....  
.....

**11.** Czy jest coś co powinniśmy jeszcze wiedzieć na temat rodziny zaczynając z nią pracę/uwagi

**ANKIETA REKRUTACYJNA**

Wskaźniki do                    tak                    nie                    uwagi

przyjęcia/nieprzyjęcia  
do programu

Czy rodzina jest  
objęta nadzorem  
kuratora

Czy rodzina ma  
wsparcie asystenta  
rodziny

Czy rodzina już kiedyś  
straciła dzieci

Czy rodzice są  
zmotywowani do  
odzyskania dzieci

Czy regularnie  
kontaktują się z  
dziećmi

Czy służby społeczne  
są za tym aby rodzina  
odzyskała dzieci

Czy rodzic był karany  
za nadużycie wobec  
dzieci

Czy obecnie toczy się  
jakaś postępowanie  
wobec rodzica

Czy dzieci chcą  
powrotu do domu

Opis sytuacji  
rodzinnej.....

.....  
.....  
.....  
.....

Uzasadnienie przyjęcia lub nieprzyjęcia do programu

.....  
.....  
.....

Osoby rekrutujące:

- 1.
- 2.
- 3.

**KARTA RODZINY**

Imię i nazwisko  
zgłoszonego rodzica

Tel kontaktowy

Adres zamieszkania

wykształcenie

Dzieci/ wiek

Miejsce pobytu dzieci

Powód zgłoszenia do  
programu

Ważne osoby z rodziny  
do kontaktu

Instytucje do kontaktu

Uwagi





**ANKIETA PODJĘTYCH ZMIAN**

1. Na którym etapie programu jesteś obecnie?

.....  
.....

2. Czy napisałeś już swój plan indywidualny?

TAK            NIE

3. Czy odpowiadała Ci forma w jakiej pisany był plan?

TAK            NIE

4. Czy zgadzasz się ze wszystkimi punktami tego planu?

TAK            NIE

5. Czy w Twojej ocenie punkty tego planu są realne do wykonania?

TAK            NIE

6. Czy w Twojej ocenie napisany plan zbliży Cię do osiągnięcia celu?

TAK            NIE

7. Czy udało Ci się zrealizować wyznaczone punkty planu?

TAK            NIE

8. Kto udzielał ci wsparcia w czasie realizacji planu?

.....  
.....  
.....

9. Które punkty planu zrealizowałeś samodzielnie?

.....  
.....  
.....

10. Czy było coś co Cię zaskoczyło przy realizacji planu?

.....  
.....

.....Wypisz uczucia jakie towarzyszyły ci przy pisaniu i realizacji planu.

.....  
.....  
.....  
.....

11. Jeśli jest coś co chciałbyś jeszcze powiedzieć. Napisać na temat realizacji planu, tu jest na to miejsce

.....  
.....

## WSTĘPNY GENOGRAM. PIERWSZE SPOTKANIE Z RODZINĄ

*Miejsce na rysunek genogramu*

1. Osoby do współpracy i ewentualnego kontaktu

..... kontakt.....  
..... kontakt.....  
..... kontakt.....  
..... kontakt.....

2. Zarzuty stawiane rodzinie

.....  
.....  
.....  
.....

3. Dokumentacja Sądowa i diagnostyczna rodziny

.....  
.....  
.....  
.....

4. Opis historii pomagania / gdzie i u kogo byli kto już udzielał im pomocy

5. Wnioski i plan działań w kierunku diagnozy rodziny.

## PLAN INDYWIDUALNY RODZICA/RODZINY

Cel mojej pracy to:

1. ....
2. ....
3. ....

Plan:

Co mam zrobić	celem	Wsparcie /osoba/instytucja	termin	Kto jest odpowiedzialny za realizację
---------------	-------	-------------------------------	--------	---

Ankieta – Utrwalenie zmian .

- 1. Imię i nazwisko .....
- 2. Kontakt tel.....
- 3. Instytucja.....
- 4. Funkcja.....

• Czy zauważyłeś u swojego klienta/rodzica jakieś zmiany w ostatnim czasie?

TAK NIE

• Jeśli tak to jakie?

.....

.....

.....

• Czy współpracowałeś z prowadzącymi program w czasie gdy twój klient uczestniczył w nim?

TAK NIE

• Jeśli tak to w jakiej formie była ta współpraca?

.....

.....

.....

• Które zmiany u klienta wydają Ci się na tyle ważne, że należałoby je lepiej utrwalić i utrzymać?

.....

.....

.....

• W jaki sposób Twoim zdaniem należy wesprzeć Twojego klienta po zakończeniu programu?

.....

.....

.....

• Jaką strategię pomocy zastosujesz w przypadku ewentualnych kryzysów w tej rodzinie?