

## **ASYSTA RODZINNA**

### **Praca socjalna**

Większość rodzin, którym próbowałem pomagać to właśnie rodziny z marginesu. Często pretekstem do rozpoczęcia kontaktów z taką rodziną były problemy ich dzieci w szkole. Podejmując kontakty z nimi nigdy nie stawiam żadnych wstępnych warunków. Deklaruję jednostronną pomoc w opiece nad dziećmi (np. w świetlicy) oraz pomoc w rozwiązywaniu problemów socjalnych. Takie propozycje są zwykle przyjmowane przez rodziny, ponieważ są bezpieczne i zgodne z ich oczekiwaniami. Praca socjalna pełni wiele funkcji. Po pierwsze odciąża rodzinę z wielu przygniatających ją problemów, które pochłaniają jej całą uwagę i energię, uniemożliwiając jakiegokolwiek długofalowe postępowanie. Po drugie pozwala na naturalne nawiązanie kontaktu i stopniowe uzyskanie ich zaufania. Po trzecie, jeżeli pomagam w tym w czym sobie nie radzą, nie eksponuję swojej pomocy, zawsze podążam za nimi, nigdy przed nimi, stopniowo odzyskują poczucie bezpieczeństwa, wiarę w siebie i swoje możliwości. Dlatego staram się pomagać tylko w tym, czym członkowie rodziny są zainteresowani. W miarę możliwości dbam o to, by problemy socjalne rozwiązywać wspólnie i rodziny nie wyręczać. Unikam arbitralności, oceniania i pouczania. Staram się okazywać im szacunek, życzliwość i tolerancję, traktować ich po partnersku, zrozumieć ich sytuację „od ich strony”. Zostawiam im dużo miejsca na własne oceny i decyzje dotyczące sposobu rozwiązywania kolejnych problemów, nawet jeżeli nie są zbyt efektywne. Ważne, żeby możliwie wiele rzeczy robili po swojemu i zawdzięczali sobie. Samo towarzyszenie im i wspieranie, gdy pod wpływem trudności chcą zrezygnować, jest im bardzo pomocne. Zabiegam przede wszystkim o to, by się nie wycofywali, by zaakceptowali to, że niewiele udaje się za pierwszym razem, by próbowali dalej i uczyli się na błędach. Omawiam z nimi to co im się udało a co nie. Wspólnie szukamy błędów i możliwych rozwiązań na przyszłość. Czasem ćwiczymy je w scenkach. Najważniejsze, żeby mogli się stopniowo przekonać, że czynią postępy, że udaje im się coraz więcej, że zawdzięczają to przede wszystkim sobie. Że chwilowa porażka to nie tylko kolejne upokorzenie ale także nauka.

Wspierając członków rodziny staram się być szczery, otwarty, autentyczny. Nigdy niczego nie robię wbrew nim czy poza ich plecami. Nigdy też nie próbuję nimi manipulować ani na nic naciskać. Mogę powiedzieć co o czymś myślę ale zawsze oni decydują, ponieważ to oni ponoszą wszystkie konsekwencje tego co robią, ja prawie nigdy. Nigdy też nie deklaruję zbyt wiele. Na początku nieufnie mi się przyglądają, oceniają zgodność tego co mówię z tym co robię i co czuję. Wielokrotnie mnie sprawdzają. Jeśli jestem szczery, jeśli się sprawdzam w trudnych sprawach, jeśli nie jestem też naiwny i nie daję się wykorzystywać, mogę stopniowo zyskać ich zaufanie i szacunek. Właśnie mój stosunek do nich, zrozumienie, szacunek i partnerstwo budują też ich poczucie wartości i własnej godności. Jeżeli zyskam ich zaufanie, jeżeli czują że ich rozumiem, jeżeli czują się ze mną bezpiecznie, sami zaczynają zwykle mówić o swoich głębszych problemach.

Jeżeli mam do czynienia z osobą uzależnioną, która jest zdegradowana i w rodzinie nikt się z nią nie liczy, nie ma na nic wpływu, podejmuję usilne starania aby się przebić do niej i uzyskać z nią dobry kontakt. Jest to trudne na początku. Osoba taka unika kontaktu z pomagającym ponieważ nauczona przykrym doświadczeniem spodziewa się ataku, nacisków, wzbudzania poczucia winy, uprzedzeń itp. Jednocześnie jest to osoba, która zwykle ma najtrudniejszą sytuację w rodzinie i największą motywację do zmiany tyle tylko, że nie widzi żadnych możliwości dla siebie. Jeżeli uda mi się z nią szczerze porozmawiać, jeżeli tylko przekona się, że nie jestem przeciwko niej, że ją rozumiem, najczęściej chętnie korzysta z mojej pomocy. Zapijając się i znieczulając stopniowo zabijała siebie. Zrozumienie i wsparcie przywraca jej chęć życia i nadzieję na zmianę losu. Gdy tylko dostrzeże szansę na zmianę swojej relacji z partnerem i pozycji w rodzinie jest gotowa na wiele. W rodzinach z marginesu w takiej sytuacji najczęściej są mężczyźni. Jeżeli uzależnienie nie zaszło zbyt daleko, jeżeli nie ma wyraźnych konsekwencji organicznych, zwykle możliwa jest dość szybka rehabilitacja. Często mężczyzna taki ma wiele atutów i potencjałów. Jeśli tylko zachce mu się znowu żyć, potrafi bez zbytniego trudu znaleźć pracę, zadbać o siebie, odbudować stopniowo swoją reputację w otoczeniu. Po odrzuceniu i wielu upokorzeniach w związku ważne jest dla niego aby poczuł się też atrakcyjny fizycznie. Decydujące jest odzyskanie przez niego wiary w siebie i swoje możliwości oraz nadziei na ułożenie relacji z partnerką.

## Terapia małżeńska

Podstawowym celem pomocy rodzinie, która konflikty pomiędzy sobą rozwiązuje poprzez wzajemną przemoc jest zrozumienie przez każde z nich swoich motywów i uwarunkowań oraz motywów i uwarunkowań partnera. Umożliwia to spojrzenie na postępowanie partnera w perspektywie wzorców i oczekiwań wyniesionych z domu oraz obustronnych reakcji i urazów narastających w trakcie trwania ich związku. Pozwala to na zmniejszenie obustronnej nieufności, uwzględnienie racji partnera, bez podejrzenia go o premedytację i złą wolę oraz dostrzeżenie i docenienie własnych grzechów w nakręcaniu konfliktu i konfrontacji. Wzajemne lepsze zrozumienie umożliwia szukanie i uczenie się porozumienia.

Aby cele te mogły być realizowane para musi być gotowa na spełnienie szeregu warunków. Po pierwsze jest to możliwe jeżeli obie strony nadal pragną rozwiązania swoich wzajemnych problemów. Po drugie muszą zgodzić się na, choćby czasowe, zawieszenie broni a w szczególności konfrontacji fizycznych. Po trzecie muszą być zainteresowani szukaniem przyczyn problemów i konfliktów nie tylko u partnera ale także u siebie. Wreszcie muszą być gotowi na zmianę swojego postępowania wobec partnera oraz poszukiwanie kompromisów i porozumienia.

Szczególnie trudna jest praca z parami ze środowisk zmarginalizowanych. Zwykle przytłoczeni są oni dramatycznymi problemami socjalnymi wymuszającymi doraźne i często radykalne działanie. Często zależni są od pomocy różnych służb społecznych, które nierzadko ingerują w ich konflikty małżeńskie arbitralnie forsując swoje rozwiązania (np. warunkując udzielenie pomocy uzyskaniem rozwodu). Osoby z marginesu społecznego mają silnie zakorzenione destrukcyjne wzorce i konfrontacyjne formy rozwiązywania konfliktów w rodzinie. Są zazwyczaj bardzo nieufni nawet wobec swoich bliskich i gotowi na bezwzględną walkę o swoje. Mają raczej bardzo niską samoświadomość i gotowość do zmiany. Choćby z tego powodu, że nie wierzą w siebie i swoje możliwości. W większości bardzo boją się słabości i upokorzeń. Nie mają zwyczaju prosić i przepraszać. Nie spodziewają się niczego dobrego od innych. Dlatego wierzą, że uzyskają tylko tyle ile wyrwą, wymuszą, wymanipulują. Pomiędzy partnerami zdarzają się znaczne różnice w zdolności wypowiedzenia się, sprawności i pozycji społecznej, w praktycznych umiejętnościach życiowych czy wreszcie w zakresie pozycji w rodzinie. Niezbędny więc jest długi wstęp i przygotowanie umożliwiające w ogóle rozpoczęcie samego procesu terapii małżeńskiej. Muszą zostać wcześniej rozwiązane ich podstawowe problemy socjalne, odbudowana ich wiara w siebie i swoje możliwości sprawcze, przełamana ich nieufność wobec innych oraz zniwelowane rażące różnice pomiędzy ich możliwościami.

Pracuję z rodzinami w tradycji pracy indywidualnej zorientowanej na rodzinę. Ten sposób postępowania jest szczególnie przydatny w pracy z rodzinami z marginesu. Oznacza to zwykle pracę w dwuosobowych zespołach terapeutów, prowadzoną przez długi czas w formie kontaktów indywidualnych z każdym z członków rodziny (pary). Dopiero po długim przygotowaniu (rok, dwa) podejmowane są wspólne kontakty z parą. Etap pracy indywidualnej służy na początku rozwiązaniu podstawowych problemów socjalnych rodziny oraz odbudowaniu ich poczucia bezpieczeństwa i wiary w siebie i swoje możliwości. Bez tego niemożliwa jest praca nad problemami emocjonalnymi i rodzinnymi. Niezbędne jest też wcześniejsze nawiązanie bliższego kontaktu z każdym z pary oraz uzyskaniu ich zaufania i poczucia bezpieczeństwa. Dopiero wtedy możliwa jest analiza własnej historii, historii związku, wzajemnych relacji oraz motywowanie do zmiany. Równoczesna praca zespołu z każdym z pary umożliwia z jednej strony poznanie i zrozumienie racji i punktu widzenia każdego z nich a z drugiej strony ich wzajemnych interakcji oraz znalezienie tego co łączy. Warunkiem rozpoczęcia wspólnej ich pracy jest to, aby wcześniej każdy z nich dobrze rozumiał siebie i swoje funkcjonowanie w tym związku jak i funkcjonowanie partnera. Wcześniej niemożliwy jest jakikolwiek dialog pomiędzy nimi, ani tym bardziej porozumienie.

Kiedy partnerzy rozwiążą swoje główne problemy socjalne i względnie ustabilizują swoją sytuację życiową, możliwe jest rozpoczęcie pracy nad ich relacją. Na początku spotykam się z każdym z członków rodziny indywidualnie analizując z nim jego potrzeby i problemy. Z reguły każdy z nich widzi je jako skutki charakteru i postępowania partnera. W tym czasie staram się wysłuchać i zrozumieć każdego z nich. Jest to etap odreagowywania żalów i pretensji. Gdy się to wysyci proponuję zwykle przyjrzenie się swoim doświadczeniom z rodziny pochodzenia. Analizujemy relacje z rodzicami, wzorce i dyrektywy wyniesione z domu, wynikające z nich wyobrażenia na temat miłości, partnera, rodziny, wychowania dzieci itp. Następnie analizujemy historię związku, to jakiego partnera szukali, kogo udawali, czego od partnera oczekiwali, w czym się na nim zawiedli, jak na to reagowali. Jakie powstały między nimi konflikty, jakich metod walki doświadczały a jakie sami stosowali, jakie były ich skutki, jak je przeżywali, co się działo w ich wzajemnych uczuciach, jaka jest ich aktualna relacja. Po zakończeniu tej analizy od strony każdego z nich, proponuję symetryczną analizę od strony partnera. Jakie wzorce wyniósł ze swojego domu, jakiego szukał partnera, kogo udawał, na czym się zawiodł, jak przeżywał wojny domowe, jak teraz widzi ich wzajemną relację. Po tym omawiamy, czego każde z nich teraz oczekuje od partnera oraz na co jest gotowe. Indywidualne spotkania z każdym z partnerów prowadzone są do momentu, gdy każde z nich zrozumie zarówno własne postępowanie jak i postępowanie partnera. Ważne jest nie tylko poznanie i zrozumienie obu ich historii ale przede wszystkim świadome głębsze ich przeżycie i uświadomienie sobie, co dla każdego z nich naprawdę jest ważne w ich związku. Dopiero po takim indywidualnym przygotowaniu zaczynają się wspólne sesje małżeńskie czy rodzinne. Dotyczą one tego, co jest dla każdego z nich trudne w postępowaniu partnera, jak to przeżywają, czego oczekują od siebie nawzajem oraz tego na co wobec siebie są gotowi. Pozwala to na skonfrontowanie swoich dotychczasowych wyobrażeń na temat partnera z tym, czego on naprawdę chce i co przeżywa. Sesje te poświęcone są też odbudowywaniu wzajemnej więzi, zaufania i porozumienia oraz urealnieniu wzajemnych oczekiwań. Wydaje się, że to najważniejsza i najtrudniejsza część postępowania. Oczywiście praca z każdą rodziną przebiega inaczej a przedstawiony wyżej sposób postępowania jest znacznie uproszczony, ale podstawowe jego funkcje są podobne i dotyczą nie tylko rodzin z marginesu.

Następnym naturalnym etapem pracy z rodziną jest często analiza relacji i problemów wychowawczych z dziećmi. Na początku obejmuje ona przede wszystkim omawianie problemów z dziećmi, ich zachowania, deficytów i umiejętności. Stopniowo asystent przenosi uwagę podopiecznego na relacje emocjonalne z dziećmi czyli wzajemne uczucia i oczekiwania. Ułatwia przyjęcie perspektywy dziecka, zrozumienie jego potrzeb, problemów i zawiedzionych oczekiwań. Umożliwia to rodzicom większą identyfikację z dziećmi, których los i historia często przypominają ich własną. Asystent unika dawania rad a raczej stawia pytania i zachęca do poszukiwania własnych rozwiązań w postępowaniu z dziećmi.

Dopiero po ułożeniu i rozwiązaniu problemów we wzajemnych stosunkach następuje względny spokój i stabilizacja relacji emocjonalnych w rodzinie. Wtedy pojawia się wiara we własne możliwości oraz energia do uzupełniania wykształcenia, podnoszenia kwalifikacji i wreszcie podjęcia i utrzymania stałej pracy. Często towarzyszy temu gotowość do zdobywania wielu konkretnych umiejętności warunkujących powodzenie tych planów oraz okres zwiększonej aktywności społecznej. Wymaga to sformułowania kolejnego kontraktu dotyczącego zarówno zakresu i form pomocy ze strony asystenta jak i gotowości do konkretnych działań ze strony podopiecznych. Asystent pomaga w znalezieniu możliwości podnoszenia kwalifikacji oraz miejsca pracy. Motywuje i przygotowuje podopiecznego do poszukiwań, urealnia jego oczekiwania ale przede wszystkim wspiera go w pokonywaniu trudności oraz podtrzymuje w kryzysach i wahaniach wiary we własne siły.

Większość kontaktów asystenta odbywa się w domach podopiecznych, gdyż na swoim terenie czują się pewniej. Spotkania są częste, minimum 2-3 razy w tygodniu i trwają zwykle 1-2 godziny. Asystent rodziny ma pod swoją opieką równocześnie 8-10 rodzin. Osoby wykluczone społecznie wymagają długofalowej, fachowej i intensywnej pomocy.