

Jacek Szczepkowski

Niewłaściwe zachowania młodzieży – konstruktywne rozwiązania instytucjonalne z perspektywy Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach*

Wprowadzenie

Niniejszy artykuł jest próbą opisaną i podzielenia się z Państwem doświadczeniami związanymi z pomocnymi sposobami radzenia sobie w pracy z młodzieżą, w sytuacjach kiedy przekracza ona określone normy, czy zasady funkcjonujące w danym środowisku wychowawczym, tj. szkole, instytucji, itp. Odwołuję się przy tym do moich doświadczeń wynikających z pracy z młodzieżą uzależnioną i nadużywającą narkotyków w ramach funkcjonującego od 2002 roku Całodobowego Młodzieżowego Oddziału Leczenia Uzależnień w Toruniu [Grodzki, Szczepkowski 2003, s. 17-21]. Pracując z młodzieżą często spotykamy się z dylematem, co zrobić w sytuacjach, kiedy takie zdarzenia mają miejsce. Przy czym całkowite wyeliminowanie niestosownych zachowań jest raczej nierealne, gdyż zwykle mają one charakter normatywny i wiążą się bardzo często z prawidłowościami rozwojowymi. Z jednej strony gwałtowny rozwój fizyczny stanowi często przedmiot zmartwień i trosk wychowanków. Z drugiej strony zmiany w obszarze poznawczym (m.in.: spostrzeganie, uwaga i pamięć oraz myślenie i wyobraźnia) warunkują rozwój i kontrolę sfery uczuć, moralności oraz kształtowanie się tożsamości osób dorastających. Dodatkowo jednym z przejawów dorastania jest przekonanie młodzieży o swojej wyjątkowości, wierzą, że ich przeżycia są absolutnie jednostkowe i nie podlegają takim samym regułom jak innych, co może i często skutkuje tendencją do zachowań ryzykownych. Nie bez znaczenia dla zrozumienia zachowań młodzieży są także ich uprzednie doświadczenia życiowe, które tworzą pewien specyficzny kontekst ich bieżącego funkcjonowania.

Biorąc pod uwagę te wszystkie czynniki, jak również fakt zgrupowania w jednym miejscu większej liczby młodzieży możemy założyć, że prędzej czy później będziemy świadkami niewłaściwych zachowań. Przy

czym warto na nie spojrzeć z odmiennej, bardziej użytecznej perspektywy. Nie tylko stanowią problem wychowawczy, dają również szansę poznać określony wzór funkcjonowania młodzieży ujawniający ich priorytety, wartości, czyli to co mają w głowach, a co wyznacza ramy ich funkcjonowania.

Idea modyfikacji zachowań

Początkowo, zgodnie z ugruntowaną praktyką, staraliśmy się przewidzieć i opisać wszystkie potencjalne trudne sytuacje, aby następnie znalazły one odzwierciedlenie w obowiązującym regulaminie, na który w głównej mierze składały się różne zakazy. Działanie takie związane było z przekonaniem, iż określenie granic i ich konsekwentne egzekwowanie będzie służyło budowaniu dyscypliny i porządku w pracy z młodzieżą. Rezydentów ośrodka obowiązywał zatem szczegółowy regulamin, który miał porządkować wzajemne relacje i sposób ich funkcjonowania w trakcie pobytu. W przypadku naruszenia regulaminu przewidziane były różne formy konsekwencji, czyli tzw. dociążeń. Działania takie wpisywały się zatem w ideę modyfikacji niewłaściwych zachowań młodzieży. Oprócz regulaminu i ustaleń kolejnym elementem tego systemu były opracowane przez nas stopnie – poziomy odpowiedzialności. Założyliśmy, że proponowany program nastawiony będzie na budowanie osobistej odpowiedzialności adolescentów za różne wymiary ich własnego funkcjonowania. Istotne było zatem różnicowanie poziomów odpowiedzialności¹, które miało uczyć młodzież odróżniania zachowań odpowiedzialnych i ich pozytywnych konsekwencji oraz zachowań nieodpowiedzialnych powiązanych z negatywnymi następstwami [zob. Rylke 1999]. Wyznacznikami konkretnego poziomu odpowiedzialności były zmiany w zachowaniu, czas pobytu, realizacja stawianych celów, opinia społeczności oraz ocena kadry. Rozwiązanie to wyraźnie nawiązywało, i to w bardzo prostej formie, do koncepcji poznawczo-behawioralnych. Za sprawą promocji na kolejne, wyższe szczeble tej drabinki wzmacnia się przejawy pozytywnych zachowań, a poprzez negatywne konsekwen-

* Artykuł ten powstał na bazie szerszego opracowania, tj. jednego z rozdziałów przygotowanej do druku książki: J. Szczepkowski, *Resocjalizacja młodzieży uzależnionej oparta na potencjalach. W poszukiwaniu rozwiązań instytucjonalnych*, która ukaze się drukiem w Wydawnictwie Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu.

¹ Ideę tę zaczerpnięto z programu Hannah More Center School w Reisterstown w USA.

cje lub/i brak owej promocji, wygasza zachowania niepożądane [Grodzki, Szczepkowski 2003, s. 17-21]. Oczywiście z czasem zmianom ulegały poszczególne punkty i szczegółowe rozwiązania (co, za co i jak), ale podstawowa idea i podejście do kwestii dyscypliny oraz zasad pozostawały względnie te same.

Uczciwie trzeba przyznać, że metoda modyfikacji zachowań i tzw. ekonomia punktowa bywają skuteczne, posiadają przy tym zalety, które z pewnością przyczyniły się do ich rozpowszechnienia w wielu instytucjach edukacyjnych i wychowawczych. Mowa jest m.in. o czytelnych, jasnych procedurach, precyzyjnych kryteriach oceny postępowania wychowanków, algorytmach postępowania, co w sumie sprowadza się do pewnej, względnej wygody kadry pedagogicznej. Ten ostatni argument nie jest bez znaczenia biorąc pod uwagę ograniczenia samego systemu, tj. liczbę etatów, ilość powierzonych opiece dzieci, dynamikę ich funkcjonowania, itp.

Podejście takie ma jednak także swoje istotne ograniczenia, które skłoniły nas do porzucenia tego typu rozwiązań. Przede wszystkim powierzchowność zmian, która wiąże się z zewnętrznym ośrodkiem kontroli. Innymi słowy, stosując takie procedury można skłonić młodzież do zmiany zachowań, ale zwykle ograniczają się one do kontekstu, gdzie obowiązują takie zasady, a przestają działać w sytuacjach, gdzie nie sięga oko wychowawcy lub kamera monitoringu. Dla wielu rezydentów celem samym w sobie było „zaliczenie” danego etapu poprzez dostosowanie się do obowiązujących reguł, a nie zmiana oparta na autotelicznej, wewnętrznej, potrzebie. Ponadto owe konsekwencje powiązane z rodzajem przewinienia, deprecjonują znaczenie szerszego kontekstu, który pozwala lepiej zrozumieć powody określonych zachowań młodzieży. Bójka bójce nierówna, podobnie jak szereg innych przykładów niewłaściwych zachowań chłopców i dziewcząt. Czasami z tego też względu konsekwencje mogą mieć raniący wymiar, potęgując poczucie niezrozumienia i krzywdy u młodzieży. Ekonomia punktowa uczy także młodzież kalkulatywności, czyli myślenia w kategoriach zysków i strat, tego co im się bardziej opłaca, a więc nieco się rozmija z ideą wychowania, opartą na określonych wartościach. Bywa również, że konsekwentne egzekwowanie tzw. dociążeń prowadzi także do usztywnienia reakcji młodzieży i przyjęcia konfrontacyjnego sposobu zachowania.

Biorąc pod uwagę opisane plusy i minusy, zdecydowaliśmy się rozwijać alternatywne sposoby postępowania, oparte o ideę podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach, które dotychczas bardziej odnosiliśmy w ośrodku do oddziaływań o charakterze *stricte* terapeutycznym, niż wychowawczym.

Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach

Charakterystykę istoty owych rozwiązań poprzedzę krótkim opisem samego podejścia, a ściślej rzecz ujmując, modelu terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach

(ang. *Brief Solution Focused Therapy*). Model ten należy do jednego z szesnastu współczesnych wiodących systemów psychoterapeutycznych, określanego mianem terapii konstruktywistycznych [zob. Prochaska, Norcross 2006].

Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach (ang. *Solution Focused Approach*) to nie tylko specyficzny model terapii, ale także znacznie szerszy zakres pojęciowy. Liczne przykłady aplikacji tego podejścia odnajdujemy m.in. w obszarze ochrony zdrowia psychicznego, wychowania, edukacji (ang. *Solution Focused Education*), zarządzania zasobami ludzkimi w biznesie, czy praktyce pracy socjalnej, itp. Ponadto model ten znajduje zastosowanie zarówno w pracy z pojedynczymi osobami, jak i grupami. W odniesieniu zaś do zagadnienia terapii warto także zaznaczyć, że podejście to sprawdza się w pracy z klientami doświadczającymi różnych problemów, np. przemocy, depresji, uzależnień, bulimii i anoreksji, konfliktów małżeńskich, itp.

Specyfika modelu TSR określa sposób postrzegania zarówno samego człowieka, natury jego problemów, możliwości zmiany oraz najbardziej użytecznych sposobów pomagania ludziom w jej osiągnięciu. Sposób, który możemy określić jako *podejście radykalne*, oparte o ideę konwersacji, zakładające możliwość skutecznej pracy nad zmianą bez potrzeby zgłębiania, czy szczegółowej analizy natury problemów, których doświadczają klienci.

Podejście to zakłada także *upelnomocnienie* klienta, rozumiane jako jednocześnie środek i efekt końcowy relacji pomocowej. Idea ta bazuje na dwóch źródłach: znaczeniu przypisywanemu budowaniu obrazu rozwiązań, które są domeną tzw. preferowanej przyszłości klienta oraz przekonaniu, że klienci posiadają wystarczające zasoby, aby obraz ten zmaterializować w swojej przyszłości, czyli osiągnąć zakładane cele.

Autorami tego modelu są Steve de Shazer i Insoo Kim Berg, którzy wraz z zespołem swoich współpracowników od końca 70. lat ubiegłego wieku rozwijali go w ramach Centrum Terapii Krótkoterminowej w Milwaukee w Stanach Zjednoczonych. Nawiązywali oni do dorobku M. H. Ericksona oraz metod pracy stosowanych w Mental Research Institute w Palo Alto. Doświadczenia te związane były z pracami J. Haley'a, D. Jacsona i J. Weaklanda.

Próba skrótowego przedstawienia głównych idei i źródeł tego modelu sama w sobie ze względu na jego specyfikę, jest dosyć karkołomnym zadaniem. Odnajdujemy tu bowiem, w jego warstwie teoretycznej, odwołania m.in. do idei postmodernizmu, poststrukturalizmu, społecznego konstrukcjonizmu, koncepcji narracyjnej tożsamości i rozważań dotyczących roli oraz znaczenia języka, jakie podejmowali m.in. F. de Saussure, L. Wittgenstein, M. Foucault, czy J. Derrida [Szczepkowski, w druku]. Przybliżenie podstawowych założeń konstytuujących Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach także nastęrcza pewnych trudności. W myśl słów S. de Shazera, model ten składa się bowiem z prostych opi-

sów podobieństw i różnic w stosowanych różnych interwencjach służących zmianie [de Shazer 1988, s. 84]. Z założenia więc jego opis koncentruje się głównie na tym co działa, a pomija odpowiedzi dlaczego coś działa. Stąd też jego przedstawienie jest równoznaczne z dokonaniem deskrypcji głównych jego zasad, niż wyjaśnianiem mechanizmów związanych z określonymi interwencjami.

Podstawowe założenia TSR

Model TSR jest prosty, ale wcale niełatwy. Kluczowymi dla rozumienia Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach jest kilka konstytuujących go założeń wyszczególnionych poniżej:

- Koncentracja na pozytywach, rozwiązaniach, teraźniejszości i przyszłości, kierunek terapii wyznacza nie problem, a potrzeby.
- Nie trzeba znać szczegółów dotyczących problemu, aby znaleźć rozwiązanie.
- Nigdy nie jest zawsze, zawsze są momenty gdy najgorsza rzeczywistość wygląda trochę lepiej – wyjątki od problemu sugerują stosowne rozwiązania.
- Małe zmiany wywołują duże zmiany.
- Klienci są pełni zasobów potrzebnych do znalezienia rozwiązania.
- Klient jest ekspertem od swojego życia, czasami potrzebuje jednak wsparcia.
- Klienci znają stosowne rozwiązania, oni określają cele terapii.
- Opór nie jest użyteczną koncepcją w pracy – współpraca jest nieuchronna.
- Istnieje wiele sposobów spojrzenia na daną sytuację, żaden nie jest bardziej właściwy niż inne.

Istotna jest zatem anormatywność i uznanie kompetencji klienta, koncentracja na jego osobie oraz zasobach, ponadto koncentracja na potrzebach i celach, które wyznaczają kierunek pracy. Wiąże się to z przekonaniem o konieczności kreowania określonej, pożądanej przez klienta wizji przyszłości.

Filozofia centralna

Jak mawiają osoby praktykujące TSR, prawdziwymi autorami tego podejścia, niezależnie od jego źródeł i korzeni wspomnianych uprzednio, są sami klienci. To od nich można nauczyć się zarówno tego, co jest pomocne w poszukiwaniu właściwych rozwiązań, jak również tego, co się nie sprawdza. Stąd najważniejsze założenia modelu TSR można sprowadzić do tzw. filozofii centralnej, której tezy odnoszą się nie tylko do terapeutów, ale także do samych klientów:

– Jeśli coś DZIAŁA – rób tego więcej

Zasada ta wskazuje, że warto powtarzać te czynności i zachowania, co do których jesteśmy przekonani, że są pomocne.

– Jeśli coś nie działa, nie rób tego więcej. RÓB COŚ INNEGO

Równie ważna jest świadomość i określenie tego, co nie działa. Warto zaprzestać robienia tego, co jest nieskuteczne i poszukać innego, choćby najprostszego rozwiązania, które coś zmieni w tej sytuacji. Chodzi o różnicę, która uczyni różnicę.

– Jeśli coś się NIE ZEPSUŁO – NIE NAPRAWIAJ tego

Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach zakłada pewien minimalizm w działaniach pomocowych sprowadzający się do pracy nad celami, które określa przy pomocy konsultanta, sam klient. To klient ostatecznie rozstrzyga, czego potrzebuje i co jest mu pomocne. Większość ludzi ma mylne przekonanie, że jeśli problem jest poważny i skomplikowany, to rozwiązanie również jest skomplikowane, trudne do wprowadzenia w życie. Wygląda to logicznie, ale tak nie jest. TSR podpowiada, aby nie komplikować sytuacji i zaczynać od najprostszych rozwiązań.

Sposób działania jako pochodna celu

W miarę kolejnych doświadczeń w pracy z młodzieżą doszliśmy do przekonania, które z dzisiejszej perspektywy wydaje się truizmem. Niepożądane zachowania wpisują się w specyfikę funkcjonowania młodzieży, mają więc charakter normatywny. Sytuacje takie z pewnością zdarzają się we wszystkich placówkach przeznaczonych dla młodzieży, szczególnie zaś o charakterze rezydencjonalnym [zob. m.in. Kendrick (red.) 2008]. Brakuje jednak aktualnych danych na ten temat. Czas pobytu w ośrodku można więc potraktować jako okres prób i błędów, czyli swoistego eksperymentu. Zmiana nie ma przecież charakteru linearnego, progresywnego, a w jej dynamikę wpisane są potknięcia. Oczekiwania zarówno natychmiastowej zmiany, jak i równomiernego, harmonijnego postępu (opisany uprzednio system etapów, czy stopni odpowiedzialności) są zatem mało realne. Oczywiście nie chodzi jednak o to, aby bez namysłu akceptować wszystkie niewłaściwe zachowania młodzieży, składając to na karb ich wcześniejszych różnych doświadczeń czy trudnego okresu dorastania. Pytanie zasadnicze, jakie się w związku z tym pojawia brzmi: nie *czy*, ale *jak postępować w takich sytuacjach*, które dla kadry stanowią spore wyzwanie.

Z punktu widzenia podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach, kluczowe jest *dookreślenie odpowiedzi o cel*, jakiemu mają służyć wszelkie rozwiązania dyscyplinujące. Odpowiedź na tak postawione pytanie wynika z przyjęcia tezy, mówiącej o tym, że *dane zachowanie odzwierciedla sposób postrzegania siebie i świata* [Durrant 1993, s. 115]. Na fakt występowania tzw. niewłaściwych zachowań, zarówno z perspektywy konkretnej jednostki, jak i całej społeczności ośrodka, można więc spojrzeć jako na określoną *szansę dającą*

sposobność uzyskania przez nich pewnych ważnych informacji, zmieniających ich sposób rozumienia siebie i otaczającej ich rzeczywistości. Środki służące realizacji tego generalnego celu mogą być różne, ważne jest jednak, aby nasze postępowanie w sytuacjach niewłaściwych zachowań młodzieży było znaczące, tj. wnoszące coś w ich doświadczenie, stanowiące ważną dla nich informację zwrotną, która uczyni istotną różnicę. Sposób ten musi korespondować z zasadami funkcjonowania całego ośrodka i być w zgodzie z jego specyficznym klimatem jako miejscem, które stwarza młodzieży okazję do doświadczania nowych możliwości [ibid., s. 121]. Tak rozumiane podejście do zagadnienia dyscypliny zmienia zdecydowanie jego optykę oraz możliwości ewentualnych działań. Przede wszystkim wprowadza rozróżnienie dwóch zasadniczych pojęć: *reakcji* i *odpowiedzi* [ibid., s. 102]. Ta pierwsza wiąże się z pośpiechem i potrzebą podjęcia natychmiastowego działania, zareagowania na określone zdarzenie i kojarzona jest zwykle z karą.

Niewłaściwe zachowanie (odzwierciedlenie sposobu myślenia o sobie i swoich możliwościach)

Reakcja – interwencja

- natychmiastowość
- emocjonalność
- koncentracja na zachowaniu problemowym

Niestety taki sposób postępowania bywa mało pomocny w nabywaniu przez klientów przeświadczenia o możliwościach autokontroli. Zmiana w takich sytuacjach, nawet jeśli ma miejsce, jest wymuszona naszym działaniem i wpisuje się w technikę modyfikacji zachowań. Zewnętrzny ośrodek kontroli z założenia deprecjonuje obszar wpływu samego klienta. Tymczasem właściwa *odpowiedź, znacząca i wnosząca określoną informację* w doświadczenie danej osoby, nie jest taka prosta. Jej dookreślenie wymaga więc czasu i namysłu, a także dobrej znajomości historii jednostki oraz kontekstu warunkującego jej zachowanie. Powinna więc uwzględniać cały proces i kontekst współpracy, a nie pojedynczy incydent w odniesieniu do obowiązujących standardów. W mniejszym stopniu winna być także emocjonalnym, czyli reaktywnym, a w większym przemyślanym działaniem, dostosowanym nie tyle do rodzaju przewinienia, co raczej do konkretnej osoby [ibid., s. 108].

Niewłaściwe zachowanie (odzwierciedlenie sposobu myślenia o sobie i swoich możliwościach)

Odpowiedź

- informacja czyniąca różnicę
- rozważa – potrzeba refleksji
- uwzględnienie znaczenia kontekstu

Takie podejście stoi oczywiście w sprzeczności z wcześniej praktykowanym przez nas tzw. taryfikato-

rem dociążeń, w którym staraliśmy się dokładnie opisywać wymiar konsekwencji za określone niepożądane zachowanie. Rozwiązanie to było próbą uproszczenia działań poprzez opracowanie schematycznego mechanizmu, który możemy porównać do algorytmów. Przeciwnie działanie, heurystyczne, oparte na potrzebie indywidualizacji i kontekstualności nie jest prostym zadaniem. Nie da się bowiem określić dokładnie sposobu reakcji kadry na każdy incydent czy zachowanie naszych klientów. Staraliśmy się jednak wypracować określone i dość elastyczne narzędzia, które w takich sytuacjach mogą znaleźć zastosowanie. Wydaje się także, że ważna jest również ogólna informacja, która wynika z naszej postawy wobec niewłaściwych zachowań osób przebywających w ośrodku, a która tworzy specyficzny kontekst podejmowanych przez kadrę działań [Szczepkowski w druku, s. 218].

Praktyczne rozwiązania

Przyjęcie kluczowego założenia, w myśl którego różne zachowania młodzieży odzwierciedlają to, w jaki sposób ona sama postrzega siebie i świat wokół, skutkowało obraniem przez nas dwóch zasadniczych kierunków działań. Z jednej strony wzmacnianie pożądanych zachowań, postaw i wyborów, z drugiej zaś eliminowanie tych, które są uznawane za szkodliwe czy problematyczne.

Praca na potencjalach

Nie od dziś wiadomo, że wzmocnienia pozytywne działają bardziej efektywnie, niż negatywne. Przy czym idea pracy na potencjalach zakłada znacznie szerszą formułę postępowania i nie ogranicza się tylko i wyłącznie do tego aspektu. Konstytuują ją następujące elementy:

- zorientowanie na cel;
- systemowe szacowanie potencjałów;
- postrzeganie klientów i ich środowiska jako posiadających zasoby;
- jasno zdefiniowane metody pracy;
- interakcje jako źródło nadziei;
- kreowanie możliwości wyboru [zob. Rapp, Saleebey, Sullivan 2010].

Wszystkie wymienione założenia odnajdujemy w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach. Znajdują one także odzwierciedlenie w sposobie naszej pracy i relacjach z młodzieżą. Podstawą naszego działania jest poszukiwanie tego, co klient potrafi, wzmacnianie tego, co już umie, wie. Istotne jest spożytkowanie odkrywanych kompetencji, a tym samym budowanie w oparciu o nie skutecznych umiejętności i rozwiązań, a nie rozwiązywanie problemów czy eliminowanie zachowań niepożądanych [Szczepkowski w druku, s. 218].

Za oczywiste przyjmujemy, że tylko sam klient, w oparciu o to, co myśli o sobie, swoich priorytetach, a także dostępnych możliwościach itp., które ujawniają się w relacjach z innymi ludźmi, może podjąć decyzję

o zmianie swojego postępowania. Nie można przecież nikogo zmusić do zmiany, można ją ewentualnie czasowo wymusić, ale jej efekt – w takim przypadku raczej krótkotrwały – będzie ograniczał się zwykle do kontekstu, w którym takie ramy przymusu funkcjonują [ibid., s. 186]. A nie o taką zmianę nam jako pedagogom chodzi.

Z perspektywy podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach w pracy nie tylko z młodzieżą nadużywającą narkotyków pomocna jest koncentracja na tzw. *wyjatkach*, czyli momentach, kiedy klienci zachowują się w sposób pożądany, czy zgodny z przyjętymi normami. Strategia ta zakłada eksplorację wysiłków klienta zarówno z przeszłości, jak i z teraźniejszości, kiedy z powodzeniem potrafi kontrolować swoje zachowania problemowe [zob. Jarzębiński, Szczepkowski 2008, s. 205-223]. Szczególnie w kontekście instytucjonalnym dysponujemy dodatkowo możliwościami spożytkowania tego ostatniego rodzaju wyjątków, które mają miejsce w przestrzeni, jaką współtworzymy w ośrodku. Te doświadczenia aposterioryczne mają miejsce nieustannie, każdego dnia, możemy także w pewnym stopniu sami je kreować. Chodzi więc o spożytkowanie perspektywy teraźniejszości, w której zawierają się mniejsze lub większe sukcesy naszej młodzieży, sukcesy dotyczące zaspokajania ich potrzeb w sposób bardziej akceptowany społecznie.

Jednym z rozwiązań, które odnosi się do tej idei jest „Skrzyneczka postępu”, pozwalająca na wzmacnianie przejawów pozytywnych zachowań rezydentów ośrodka. Na każdym wieczornym spotkaniu społeczności wszyscy zgromadzeni wraz z kadrą obecną na dyżurze proszeni są o chwilę zastanowienia i wytypowania osoby, która ich zdaniem zrobiła danego dnia największy postęp, jeśli chodzi o zmianę swojego zachowania. Ważne jest podkreślenie, iż nie chodzi o osoby, które zachowują się „najlepiej”, miarą jest sam postęp, stąd często zdarza się, że beneficjentami zostają osoby, które jeszcze do niedawna zachowywały się w mało akceptowalny sposób. Następnie każdy może anonimowo lub jawnie, opisując konkretne zachowanie, na które zwrócił uwagę, oddać swój głos poprzez wrzucenie karteczki z imieniem wytypowanej osoby. Raz na dwa tygodnie przeliczamy wszystkie głosy, a osoba, która zebrała ich najwięcej otrzymuje pozytywne informacje oraz drobny „prezent”, stanowiący formę pozytywnego wzmocnienia. Staramy się, aby był on związany z jej zainteresowaniami, i nie zawsze chodzi tutaj o jakąś rzecz materialną, czasami możliwe jest wyjście do kina, do profesjonalnego klubu fitness, z którym nawiązaliśmy współpracę, lub inna forma przyjemności. Ostateczne rozwiązanie zwykle uzgadniane jest z indywidualnym konsultantem danego klienta, który zna go najlepiej, i pozostaje tajemnicą, czyli pewną formą niespodzianki.

Inną formą odkrywania i wzmacniania pozytywnych zachowań młodzieży przebywającej w ośrodku jest „Arkusze postępu”, który wywieszany jest na drzwiach dyżurki albo sali społeczności, czyli w miejscach wi-

doczynych dla wszystkich. W ciągu dnia można wpisywać tam wszystkie sytuacje, które naszym zdaniem zasługują na docenienie i stanowią przykład właściwych, pożądanych zachowań. Czasami bywa tak, że niektórzy nasi rezydenci sami się dopominają, aby na arkuszu tym uwzględnić także ich osobę. Na koniec dnia arkusz ten jest omawiany w taki sposób, aby nadać znaczenia tym wszystkim sytuacjom, które miały miejsce w ciągu dnia, a które sprzyjają kreowaniu „atmosfery zmiany”.

Działania w przypadku zachowań niepożądanych

Z perspektywy PSR sytuacje trudne są tak samo, a może nawet potencjalnie bardziej wartościowe i znaczące w pracy nad zmianą. Stanowią ważną podpowiedź ze strony samej młodzieży, czym warto zająć się w pracy z nimi. Istotna jest jednak umiejętność dostrzeżenia przez kadrę ich potencjału oraz konstruktywnego sposobu spożytkowania takich okazji, czy to w ramach relacji indywidualnej, czy też w pracy z grupą lub całą społecznością ośrodka.

Jednym z praktykowanych przez nas rozwiązań, pozostającym w zgodzie z zasadami opisanymi uprzednio, jest procedura „Dasz radę, Ziomuś”. Jest ona adaptacją koncepcji pod nazwą „Kids’ Skills” autorstwa fińskiego psychiatry B. Furmana i jego współpracowników: T. Ahola, S. Birn i T. Terava, pracujących w ramach Helsiński Brief Therapy Institute [zob. Furman 2005]. Bywa ona pomocna w rozwijaniu umiejętności przewycięzania problemów emocjonalnych i behawioralnych przy udziale rodziny, przyjaciół i innych bliskich dla młodzieży osób [Furman 2011, s. 15]. Zasadniczo sprowadza się do zamiany problemów na umiejętności, których opanowanie w wystarczającym stopniu umożliwi przewycięzanie trudności związanych z tymi problemami. Na przykład używanie wulgarnego języka jako problem można zamienić na opanowanie umiejętności kulturalnego komunikowania się z innymi, a zaczepianie czy prowokowanie innych na życzliwe traktowanie i pomaganie innym itp. Jedną z opcji spożytkowania tego pomysłu jest tradycyjny kwestionariusz ankiety, który umożliwia zapis konkretnych ustaleń i zobowiązań w ramach pracy własnej danej osoby.

Dasz radę, Ziomuś

Krok 1. Zamień problem na umiejętność.

Zastanów się, co stanowi dla Ciebie aktualnie jakąś trudność, coś, co chciałbyś zmienić, poprawić, nauczyć się lepiej z tym radzić itp. Następnie zamień ów problem na umiejętność (sformułowaną pozytywnie), która powinna określać to, co będziesz robił w zamian (np. przestać pyskować – wyrażać swoje opinie w stanowczy, ale życzliwy sposób).

Problem:

.....

Umiejętność:

.....

Krok 2. Wybierz jeden cel, nad którym chcesz popracować w pierwszej kolejności.

Nazwij ten cel i przypisz mu jakiś symbol, który będzie go reprezentował.

.....

Krok 3. Rozpoznaj korzyści z osiągnięcia tego celu.

.....

Krok 4. Zadbaj o wsparcie.

Im więcej jest ludzi, którzy będą Cię wspierać, tym bardziej rosną szanse na osiągnięcie celu.

Wypisz w tym miejscu osoby, które będą Cię wspierały w realizacji Twojego projektu!

.....

Krok 5. Stań się świadomy wszystkich znaków, które świadczą o postępie.

Określ małe znaki, po których poznasz, że idziesz w dobrą stronę i czynisz postępy w opanowaniu umiejętności, nad którą pracujesz.

.....

Krok 6. Wyobraź sobie nadchodzący sukces.

Zastanów się i opisz (namaluj, zrób kolaż), jak będzie wyglądał Twój dzień, jak będziesz się zachowywał, jak będą wyglądać Twoje relacje z innymi ludźmi itp., kiedy osiągniesz sukces i opanujesz w wystarczającym stopniu umiejętność, nad którą pracujesz!

.....

Krok 7. Zastanów się, dlaczego osiągnięcie celu będzie dla Ciebie wyzwaniem.

.....

Krok 8. Znajdź dowody na to, że osiągniesz sukces.

Co takiego przekonuje Cię, że będziesz w stanie osiągnąć swój cel?

.....

Krok 9. Teraz jesteś gotowy wykonać ruch w stronę swojego celu.

Jakie działania zobowiązujesz się wykonać, aby zbliżyć się do celu?

.....

Krok 10. Przygotuj się na potknięcia.

Przyjmij za pewnik, że mogą wystąpić po drodze jakieś trudności. Zastanów się, jak możesz poradzić sobie z potknięciami, i przyjmij sobie postawę, która pomoże Ci je przezwyciężyć.

.....

Krok 11. Zwracaj uwagę na postępy.

Prowadź dziennik, w którym będziesz zapisywał, co zrobiłeś, aby osiągnąć cel.

Zapisuj oznaki postępu i zauważ, jakie nastąpiły pozytywne zmiany dzięki realizacji projektu.

Krok 12. Uczcij sukces i podziękuj wszystkim, którzy byli Ci pomocni w jego osiągnięciu.

Zaplanuj, w jaki sposób będziesz świętował swój sukces!

Innym rozwiązaniem zapożyczonym od B. Furmana, z którego także korzystamy w ośrodku, jest procedura nosząca nazwę „Stopnie odpowiedzialności”. Stosujemy ją w sytuacjach, kiedy ktoś spośród członków społeczności zachowa się niestosownie, sprawiając przykrość, krzywdę, naruszając granice osobiste innej osoby. Zazwyczaj w takich sytuacjach młodzi ludzie dosyć szybko uzyskują świadomość niestosowności swoich zachowań, mają jednak trudność w określeniu sposobu postępowania, który pozwoli im uporać się z taką sytuacją i wyjść z niej „z twarzą”. Narzędzie to z założenia ma pomóc poprawie reputacji takiej osoby za sprawą przekonania innych, że potrafi ona zachowywać się inaczej, w sposób, który nie krzywdzi innych. Procedura ta składa się z kilku etapów:

- przyznania się do danego czynu;
- zrozumienia;
- zadośćuczynienia wyrządzonym krzywdom;
- zobowiązania – obietnicy poprawy;
- pomocy innym w podobnych sytuacjach.

Całość opracowana jest także w formie prezentacji elektronicznej, z którą może zapoznać się dana osoba, poszukując własnego sposobu uporania się z trudną dla niej sytuacją, nawet bez konieczności podejmowania w chwili zaistnienia takiej sytuacji trudu rozmowy na ten temat.

Na użytek pracy z młodzieżą dokonaliśmy adaptacji jeszcze innego narzędzia, które nosi nazwę „Arkusze zachowań alternatywnych” [zob. Berg, Reuss 1998]. Składa się on z kilku zasadniczych pytań, które koncentrują uwagę klientów na przyszłości i zmianie ich sposobu funkcjonowania, skłaniając do dookreślenia wskaźników behawioralnych owej zmiany. Prezentowany arkusz może być spożytkowany w różny sposób, np. jako zadanie samodzielnie realizowane przez klienta, albo jako dyspozycje do rozmowy z konsultantem lub innym członkiem kadry.

ARKUSZ ZACHOWAŃ ALTERNATYWNYCH

1. Co zrobisz od dzisiaj, by zmniejszyć ryzyko powrotu do starych zachowań?
2. Jak dokonasz tych rzeczy?
3. W jaki sposób robienie tych rzeczy pomoże Tobie?
4. Kto jeszcze oprócz Ciebie zauważy, że próbujesz poczynić postęp?

5. Co z tego, co już robisz, inni nazwaliby dowodem na Twój postęp?
6. Przypuśćmy, że zdecydujesz się zrobić coś więcej z tym, co już zacząłeś – co w takim razie zrobiłbyś w ciągu miesiąca z rzeczy, których nie robisz teraz?
7. Co inni wychowankowie/ kadra/ bliscy będą postrzegać jako dowód Twojego postępu?

Szukając konstruktywnych odpowiedzi w przypadku naruszania regulaminu przez młodzież, warto także uwzględnić wskazówki sformułowane przez M. D. Selekmana [zob. 1993, s. 90-106]:

– *Humor i niespodzianki*. Stosowanie humoru w pracy z młodzieżą jest jednym z udokumentowanych empirycznie skutecznych sposobów nawiązania bardziej efektywnej współpracy z tzw. trudną młodzieżą [Newfield, Kuehl, Joanning, Quinn 1991]. W praktyce wskazanie to może przybierać postać opowiadania dowcipów, czytania bajek pasujących do danej sytuacji, czy innych rozwiązań, których najmniej spodziewają się nasi klienci.

– *Pracując po drugiej stronie barykady*. W wielu przypadkach pomocne jest jednoznaczne opowiedzenie się po stronie adolescenta (np.: „Wiesz, wiele słyszałem już od pozostałych osób na temat tego, czego oni chcieliby, aby się zmieniło w Twoim zachowaniu. Teraz jednak chcę usłyszeć od Ciebie, w jaki sposób mogę być Tobie pomocny?”). Klienci często są zaskoczeni tego rodzaju pytaniami i to może ułatwić nawiązywanie współpracy.

– *Klient jako ekspert*. Młodzież, która posiada doświadczenia w zakresie kontaktów z innymi pomagaczami, dysponuje dużą wiedzą na temat tego, co powinni, a czego nie powinni oni robić wobec nich (np.: „Miałeś uprzednio kontakt z wieloma różnymi osobami, pedagogami, nauczycielami, psychologami czy też terapeutami. Jakie błędy popełniali wobec Ciebie? Jakie rady mógłbyś mi udzielić, abym był w tej sytuacji i w przyszłości bardziej pomocny?”).

– *Zmiana zachowań dorosłego*. Sugestia ta odwołuje się bezpośrednio do podstawowego założenia modelu PSR, czyli zmiany tego, co nie działa, i poszukiwania bardziej funkcjonalnych rozwiązań (np.: „Co takiego będziesz robił inaczej, gdy Twój klient będzie się zachowywał tak, jak chciałbyś, aby się zachowywał? Ostatnia rzecz, jakiej spodziewa się po Tobie Twój klient?”).

– *Musisz mieć do tego ważne powody...* Przyjęcie założenia, że niewłaściwe zachowania młodzieży z ich punktu widzenia mają sens i służą zaspokajaniu jakichś ważnych dla nich potrzeb. Stąd też elementem zmiany jest okazanie zrozumienia i poznanie punktu widzenia samego klienta oraz poszukiwanie alternatywnych sposobów zaspokajania owych potrzeb.

– *Przyznanie się do porażki*. Chodzi o sytuację, kiedy mamy świadomość, że podejmowane do tej pory działania nie skutkowały zmianą zachowania klienta (np.: „Nie wiem jak Ty, ale ja nie jestem zadowolony z przebiegu tej rozmowy, spróbujmy zacząć od nowa”).

Refleksja końcowa

Opisane pomysły pozostają w zgodności z założeniami podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach i stanowią dla nas pewne heurystyczne podpowiedzi, jak można nawiązać bardziej konstruktywną współpracę z młodzieżą, szczególnie w sytuacjach, kiedy trzeba postawić granice i zadbać o przestrzeganie pewnych ogólnie przyjętych zasad, które z założenia nie podlegają negocjacom.

Prezentowane rozwiązania potwierdzają, że nasza odpowiedź na niewłaściwe zachowania młodzieży nie musi być sprowadzona do tzw. nieprzyjemnych konsekwencji, które mogą ranić. Poza tym konsekwencje zwykle wcale nie muszą być bardziej skuteczne niż inne, alternatywne działania. Tym bardziej, że jak wynika z doświadczeń naszych klientów, wielokrotnie ponosili oni już różnorakie negatywne konsekwencje na skutek swoich mało odpowiedzialnych zachowań, które jednak nie nauczyły ich niczego dobrego, nie skłoniły tym samym do zmiany niewłaściwego postępowania. W niektórych sytuacjach wręcz zachęcały czy też prowokowały do eskalacji zachowań niepożądanych na zasadzie buntu, próby sił lub sprzeciwu wobec dorosłych. Zgodnie z założeniami PSR bardziej skuteczne mogą być te rozwiązania, które czynią pewną różnicę. Chodzi o małą zmianę, która przynosi optymalną różnicę, sprowadzającą się do reorientacji sposobu rozumienia samego siebie oraz swoich możliwości zachowań alternatywnych. Konsekwencje kojarzone z przykrością, bólem czy stratą, zwykle nie sprzyjają osiągnięciu tego celu.

Bibliografia:

- Berg I. K., Reuss N. H., *Solutions step by step. A substance abuse treatment manual*, New York 1998.
- Grodzki L., Szczepkowski J., *Całodobowy Młodzieżowy Oddział Leczenia Uzależnień*, Charakterystyka programu wychowawczo-resocjalizacyjnego, „Wychowanie na co Dzień” 2003, nr 7-8.
- Durrant M., *Residential treatment. A cooperative, competency-based approach to therapy and program design*, New York 1993.
- Furman B., *My kid's skills workbook*, Helsinki 2005.
- Furman B., *Program „Dam radę” w praktyce. Nowa metoda pomagania dzieciom w przezwyciężeniu problemów z emocjami i zachowaniem*, Warszawa 2011.
- Jarzębiński K., Szczepkowski J., *Zajęcia sportowe a terapia młodzieży z problemem uzależnienia*, [w:] *Zdrowie dzieci i młodzieży a zagrożenia cywilizacyjne*, B. Haor, L. Rezmerska (red.), Włocławek 2008.
- Kendrick A. (red.), *Residential child care. Prospects and challenges*, London 2008.

Newfield N. A., Kuehl B. P., Joanning H. P., Quinn W. H., *We can tell you about "psychos" and "shrinks": an ethnography of the family therapy of adolescent drug abuse*, [w:] *Family therapy approaches with adolescent substance abusers*, T. C. Todd, M. D. Selekman (red.), Boston 1991.

Prochaska J. O., Norcross J. C., *Systemy terapeutyczne. Analiza transteoretyczna*, Warszawa 2006.

Rapp Ch. A., Saleebey D., Sullivan W. P., *Przyszłość pracy socjalnej opartej na potencjalach*, [w:] *Postępy w pracy socjalnej*, J. G. Daley (red.), Warszawa 2010.

Rylke H., *Pokolenie zmian. Czego boją się dorośli*, Warszawa 1999.

Selekman M. D., *Pathways to change*, New York 1993.

Shazer de S., *Clues Investigating solutions in brief therapy*, New York 1988.

Szczepkowski J., *Resocjalizacja młodzieży uzależnionej oparta na potencjalach. W poszukiwaniu rozwiązań instytucjonalnych* (w druku).

Inappropriate behavior of young people – constructive institutional arrangements from the perspective of Solution Focused Approach

Abstract: The article describes the issue of discipline and order in the stationary center for young addicts. In contrast to the traditional approach, referred to as behavior modification which is based on assumptions of cognitive-behavioral approach, presented proposals relate to ideas of Solution Focused Approach. The inappropriate behavior of young people can be seen as a particular opportunity to obtain important information changing the way of understanding themselves and their surrounding reality.

Key words: youth, addiction, behavior modification, work on potentials

Dr Jacek Szczepkowski jest pracownikiem Katedry Opieki, Profilaktyki i Resocjalizacji Wydziału Nauk Pedagogicznych Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu.