

ROLA SOCJOTERAPII W PROCESIE RESOCJALIZACJI

Pomysł wykorzystania socjoterapii w pracy z młodzieżą niedostosowaną społecznie zainteresował mnie pod wpływem własnych doświadczeń zdobytych w czasie pracy zawodowej w placówkach opieki całodobowej. Młodzież trafiająca do placówek jest obciążona bagażem doświadczeń negatywnych, pochodzi najczęściej z rodzin niewydolnych wychowawczo, proces jej demoralizacji pogłębia się w trakcie przebywania w zdemoralizowanym środowisku rówieśniczym. Młodzież tą dodatkowo obciążają niepowodzenia zdobywane na gruncie szkolnym, które dodatkowo stymulują niską samoocenę i niskie poczucie wartości. Brak zaspokajania podstawowych potrzeb psychicznych i fizycznych, wadliwe wzorce postępowania i pełnienia określonych ról społecznych oraz zaburzona komunikacja w rodzinie, powoduje, dodatkowe nasilenie zaburzeń zachowania i zaburzeń emocjonalnych w tej grupie osób. Podejście socjoterapeutyczne polega na tym, że przejawy zaburzonego zachowania dzieci i młodzieży możemy traktować jako skutki urazów, doznanych w toku wcześniejszych negatywnych doświadczeń. W momencie, gdy osoby te trafiają do placówki ich podstawowym środowiskiem społecznym staje się grupa wychowawcza, w której spędzają najwięcej czasu i tu powinni czuć się bezpiecznie. Praca z grupą według określonego programu socjoterapeutycznego stanowi cenne uzupełnienie codziennej ukierunkowanej na podobne cele, ale realizowanej innymi metodami pracy wychowawczej w grupie. Praca ta powinna polegać na założeniu, że dostarczenie wychowankom odpowiednio zorganizowanych doświadczeń społecznych może wywołać zmianę zachowań patologicznych.

W „Słowniku pedagogicznym”, socjoterapia jest definiowana jako jeden ze sposobów łagodzenia oraz eliminowania norm i objawów negatywnych lub społecznie niepożądanych w zachowaniu. Definicja ta kładzie szczególny nacisk na charakter zaburzenia, którymi są zachowania niepożądane społecznie.¹

Akcentowanie różnych aspektów w definicjach pozwoliło na zebranie i ujęcie tych najważniejszych we współczesnym opracowaniu pojęcia socjoterapii. Opracowania tego dokonał Ośrodek Rozwoju Umiejętności Wychowawczych PTP oraz Specjalistyczna Poradnia Terapeutyczna dla Dzieci i Młodzieży ze Środowisk Zagrożonych Alkoholizmem

¹ K. Sawicka., Socjoterapia-proces i metoda, K. Sawicka (red), Socjoterapia, Warszawa, 1999, str.9

OPTA. Taką kompleksową definicję zawarł w swojej pracy, J. Strzemieczny, według niego, socjoterapia polega na celowym stwarzaniu dzieciom warunków (doświadczeń społecznych) umożliwiających zajście procesu socjoterapeutycznego polegającego m.in. na zmianie sądów o rzeczywistości oraz sposobów zachowań i odreagowaniu emocjonalnym. Socjoterapię określa cel zajęć, głównym celem w zajęciach socjoterapeutycznych ma być stwarzanie uczniom, dzieciom, wychowankom, doświadczeń korygujących zaburzenia.²

Do współczesnego ujęcia definicji Sobolewska dodaje grupową formę zajęć z dziećmi młodzieżą ukierunkowanych na realizację celów terapeutycznych, edukacyjnych oraz rozwojowych.³

Bardzo istotną rolę w tym procesie odgrywa wzmocnienie osobowości młodych ludzi poprzez realizację celów rozwojowych, edukacyjnych i terapeutycznych biorąc pod uwagę charakter zaburzenia oraz wiek uczestników. Zaburzenia zachowania, zaniedbanie wychowawcze i dydaktyczne, nadpobudliwość lub zahamowanie zakłócają proces socjalizacji, utrudniają rozwój osobisty i społeczny, powodują lub potęgują problemy w szkole. Dlatego też, w obszarze zainteresowania socjoterapii znajdują się dzieci mające problemy szkolne, związane z deficytami parcjalnymi, nadpobudliwe, co może być przyczyną ich zachowań negatywnych na terenie szkoły, dzieci z opóźnieniami szkolnymi i zaniedbaniami dydaktycznymi, a także dla dzieci agresywnych.⁴

Realizacja celów, edukacyjnych poprzez prawidłowo ułożony program terapeutyczny, wspomaga proces nabywania wiedzy o świecie, funkcjonowania w nim, oraz uczy jak radzić sobie z różnymi problemami. Cele edukacyjne mogą obejmować takie zagadnienia jak: rozpoznawanie emocji, poznawanie mechanizmów uzależnień, poznanie chorób społecznych np. AIDS, uczenie się wybranych technik pracy umysłowej, umiejętności przekazywania zdobytej wiedzy, uczenie się pełnienia określonych ról społecznych, czy poznawanie sposobów rozwiązywania konfliktów. Realizacja celów edukacyjnych wspomaga proces nabywania wiedzy o otaczającym świecie i samym sobie, a co bardzo ważne ukierunkowuje zmiany zachowań dziecka, aby mogło ono, wykorzystując zdobytą wiedzę, uchronić się przed kolejnymi urazami psychicznymi, których już doznało w wyniku wcześniejszych negatywnych doświadczeń.⁵

² Tamże..., str. 10

³ Tamże..., str. 10

⁴ Tamże..., str. 15

⁵ Tamże..., str. 15

Proces socjoterapeutyczny należy dostosować odpowiednio do danej grupy uczestników, aby prawidłowo zrealizować cele rozwojowe. W poszczególnych okresach życia dominują określone potrzeby dziecka, a ich realizacja pozwala na prawidłowy rozwój. Cele te są różne w zależności od wieku uczestników, potrzeby dominujące w okresie dorastania, przede wszystkim potrzeba wyrażania się w różnego rodzaju formach np. literackich. Jest to czas, gdy potrzeba aprobaty społecznej przeplata się z potrzebą autonomii, intymności i niezależności z potrzebą przynależności do grupy społecznej. Następuje czas kryzysów: emocjonalnych, autorytetu dorosłych, motywacyjnych i moralnych. W okresie tym młody człowiek odkrywa życie wewnętrzne i kształtuje się jego pogląd na świat i życie. Przy formułowaniu celów rozwojowych należy uwzględnić potrzeby uczestników zajęć, prawidłowości rozwoju osobistego, społecznego i moralnego młodzieży oraz sytuację społeczną i wychowawczą poszczególnych członków grupy.⁶

Zajęcia socjoterapeutyczne projektowane są dla młodzieży, których zaburzone zachowanie ma swoje tło psychiczne. Osobom tym towarzyszą zwykle przykre emocje np. lęk, poczucie winy, niepokój, poczucie krzywdy, strach, gniew, złość, osamotnienie oraz określone sądy poznawcze na temat własnej osoby. Emocje te i sądy poznawcze są efektem wcześniejszych negatywnych doświadczeń z okresu dzieciństwa, z którymi nie mogli lub nadal nie mogą oni sobie poradzić. Mają one wpływ na kształtowanie się m.in. poczucia własnej wartości, godności i poczucia bezpieczeństwa. Realizacja celów terapeutycznych odbywa się dzięki postępowaniu, które polega na organizowaniu takich sytuacji społecznych podczas spotkań grupowych, które dostarczają uczestnikom doświadczeń korekcyjnych, przeciwstawnych do treści doświadczeń urazowych oraz doświadczeń kompensujących doświadczenia deprivacyjne, również hamujące rozwój emocjonalny i społeczny. Cele terapeutyczne, są realizowane także dzięki stwarzaniu takich sytuacji w toku zajęć grupowych, które sprzyjać będą odreagowaniu napięć emocjonalnych oraz posłużą aktywnemu uczeniu się nowych umiejętności psychologicznych.⁷ Trening umiejętności psychologicznych składa się, zgodnie z teorią nauczania społecznego, z trzech komponentów, tj. demonstrowanie alternatywnych zachowań oraz pokazanie, w jaki sposób można je wykorzystać, następnie zapewnienie uczącym się niezbędnej pomocy do czasu aż opanują je w sposób umiejętny i spontaniczny, ostatnim komponentem jest zapewnienie

⁶ Tamże..., str. 16

⁷ Tamże..., str. 18

satysfakcjonujących doświadczeń podczas prób zachowania się w inny sposób.⁸ Cele terapeutyczne określone są jako istota socjoterapii.

Trudne stany emocjonalne, które przeżywa młodzież mogą być wynikiem m.in. doznawanej przemocy ze strony dorosłych, odtrącenia emocjonalnego przez rodziców, braku satysfakcjonujących kontaktów z najbliższymi, braku oparcia w rodzinie, stawiania mu zbyt wysokich oczekiwań i obowiązków. Bardzo często sytuacje trudne obciążające emocjonalnie dziecko występują w rodzinach o zaburzonej więzi emocjonalnej, w rodzinach z problemem alkoholowym, dysfunkcyjnych, żyjących w nędzy i ubóstwie. Dziecko, które doświadczyło jednorazowo, nagle, intensywnie trudnej sytuacji lub doznawało chronicznie sytuacji trudnych silnie obciążających emocjonalnie może doznać urazu psychicznego. „Uraz psychiczny jest to doświadczenie stresowe o silnie traumatycznym czy zaburzającym charakterze.”⁹

Doświadczenia stresowe, których doznaje dziecko i nie potrafi sobie z nimi poradzić powodują ogromne konsekwencje w jego dalszym życiu. Rzutują one na budujące się poczucie własnej wartości, godności, zagrażają jego poczuciu bezpieczeństwa i prawidłowemu spostrzeganiu siebie i świata. Młody człowiek, który doznał urazu, może mieć problemy z oceną własnej osoby, trudności z podejmowaniem decyzji, nie jest świadomy swoich pragnień, ma trudności z wyrażaniem opinii, planowaniem przyszłości, z odczytywaniem, wyrażaniem i przyjmowaniem uczuć.¹⁰ Efektem tego może być zachowanie wyrażające się agresją, naruszaniem praw innych, krytyką i nadmiernymi wymaganiami wobec innych i siebie.¹¹

„Przeżywana sytuacja trudna, przerastająca możliwości poznawcze i emocjonalne dziecka, powoduje uogólnienie tego doświadczenia w postaci określonych sądów poznawczych o rzeczywistości, a zwłaszcza o sobie, oraz powstanie pewnego stereotypu zachowania, czyli takich zachowań, które mają je chronić przed kolejnymi przykrymi przeżyciami.”¹² Zachowania te są zachowaniami zaburzonymi, nie zgodnymi

⁸ A. P. Goldstein, K. W. Reagles, L. L. Ammann., Umiejętności chroniące (odmawiania). Zapobieganie narkomanii wśród młodzieży, Warszawa, KFPOU i KARAN, 2001. str. 6

⁹ K. Sawicka., Socjoterapia – proces i metoda, Op., cit., str. 17

¹⁰ Tamże..., str. 17

¹¹ Tamże..., str. 17

¹² Tamże..., str. 17

z oczekiwaniami dorosłych lub szkodliwe dla innych osób lub samego dziecka. Ujawniają się one w relacjach: ja – dorosły, ja – rówieśnicy, ja – zadanie, ja – ja.¹³

W toku zajęć grupowych, pod wpływem zdobywanych doświadczeń społecznych powinny nastąpić w psychice wychowanka określone zmiany, które mogą pozytywnie wpłynąć na jego dalsze funkcjonowanie i rozwój. W procesie socjoterapeutycznym kładzie się nacisk przede wszystkim na takie elementy jak: zmiana sądów poznawczych, zmiana wzorców zachowań oraz odreagowanie emocjonalne.¹⁴

Zmiana sądów poznawczych powinna nastąpić dzięki organizowaniu doświadczeń społecznych przeciwstawnych do treści urazowych wyniesionych przez dziecko. J. Strzemieczny podaje przykładowe kierunki przebudowy struktur społecznych uwzględniając cztery obszary występującego zaburzonego zachowania. W obszarze zaburzonego zachowania w relacji ja – rówieśnicy, treść urazowa: „Nie jestem dla innych atrakcyjnym partnerem” powinna być przebudowana poprzez dostarczeniu dziecku treści korygującej: „Jestem atrakcyjny dla innych, mam dużo do dania. W obszarze relacji ja – dorosły, treść urazowa: „Dla dorosłych nie jest ważne, co przeżywam, chcę i co mnie interesuje” powinna zostać przebudowana treścią korygującą: „Dorośli interesują się mną i chcą abym był sobą”. W obszarze relacji ja – zadanie, treść urazowa wyniesiona przez dziecko: „Nic mi się nie udaje, więc nie warto próbować”, powinna być skorygowana treścią: „Jestem w stanie dużo zrobić. Mam wiele szans na sukces.” W obszarze relacji ja – ja, treść urazowa: „Jestem zły, nie lubię siebie”, powinna być przebudowana poprzez dostarczeniu dziecku treści korygującej: „Jestem dobry, lubię siebie”.¹⁵

Poprzez odpowiednio zorganizowanie doświadczeń społecznych powinna nastąpić również określona zmiana wzorców zachowań. Zmian ta może nastąpić dzięki poznaniu i ćwiczeniu przez uczestników zajęć nowych, konstruktywnych sposobów funkcjonowania, które umożliwią mu bardziej satysfakcjonujące kontakty społeczne. W obszarze funkcjonowania ja – rówieśnicy, głównym celem jest ćwiczenie umiejętności interpersonalnych np. współdziałania, rozwiązywania konfliktów, negocjowania. W obszarze ja – dorośli, w zależności od potrzeb ćwiczenie umiejętności interpersonalnych może dotyczyć np. komunikowania i wyrażania swoich potrzeb, przeżyć, korzystania z oparcia osób

¹³ J. Strzemieczny., Program zajęć socjoterapeutycznych dla dzieci szkół podstawowych, Warszawa, MEN, 1988. str. 14

¹⁴ Tamże..., str. 14

¹⁵ Tamże..., str. 16

dorosłych. W obszarze funkcjonowania ja – zadanie, trening odpowiednich umiejętności może dotyczyć umiejętności określania celów, planowania zadań, etapowego sposobu realizacji zadań. Obszar dotyczący własnej osoby ja – ja, skupia się na umiejętnościach rozpoznawania własnych stanów emocjonalnych i potrzeb, własnej sprawczości¹⁶.

W procesie socjoterapeutycznym, dostosowanym do potrzeb młodzieży, powinno dojść do rozładowania napięć poprzez różnego rodzaju formy aktywności, które umożliwiają ujawnienie, blokowanych emocji, w toku zajęć grupowych. W procesie tym nie chodzi o ponowne przeżywanie traumatycznych wydarzeń, lecz o rozładowanie napięć dzięki dzieleniu się z innymi swoimi przeżyciami w atmosferze wzajemnej akceptacji, szacunku i zrozumienia oraz ekspresję uczuć w formie śmiechu, krzyku czy płaczu.¹⁷ Jest to trzeci bardzo ważny element procesu socjoterapeutycznego, czyli odreagowanie emocjonalne ściśle związane z wcześniejszymi zmianami wzorców zachowań i zmianami sądów poznawczych. W toku doświadczeń społecznych dostarczonych w toku zajęć dochodzi do uwolnienia wcześniej blokowanych emocji. Przeżywane przez młodzież uczucia i emocje muszą być wyrażone, jest to możliwe dzięki możliwości śmiechu, krzyku, podniesionego i ożywionego mówienia, swobody ruchowej.¹⁸

Programy socjoterapeutyczne są cennym uzupełnieniem pracy wychowawczej z młodzieżą niedostosowaną społecznie w placówkach całodobowych. Stworzenie możliwości pracy w małych grupach oraz w odpowiednio dostosowanej sali terapeutycznej pozwala na wprowadzenie elementów socjoterapii w plan zajęć, daje możliwość zróżnicowania oddziaływań w zależności od rodzaju zaburzeń i zaawansowania w procesie dezadaptacji społecznej. Uczestnictwo w stworzonej odrębnej grupie terapeutycznej może dać szansę jej członkom na wzajemne głębokie poznanie się i ujrzanie siebie w zupełnie innym świetle, niż ma to miejsce w zwykłych kontaktach mających miejsce w codziennym życiu jednostki w placówce.

Poprzez pracę o charakterze socjoterapeutycznym, mamy szansę zintensyfikować dostarczanie pozytywnych doświadczeń o charakterze społecznym, kompensujących wcześniejsze negatywne doświadczenia. Bardzo cennym elementem pracy socjoterapeutycznej, jest możliwość osiągnięcia przez członków grupy poczucia indywidualności oraz podmiotowości. Zdobycie określonych umiejętności w toku trwania

¹⁶ Tamże..., str 16

¹⁷ K. Sawicka., Socjoterapia - proces i metoda, Op., cit., str. 18

¹⁸ Tamże..., str. 17

zajęć takich jak: rozładowywania napięć, rozpoznawania i radzenia sobie z emocjami, mediacji, komunikacji, tolerancji, radzenia sobie ze stresem, umiejętności alternatywnych wobec agresji, samoświadomości daje dużą szansę na zmniejszenie występowania zachowań niepożądanych. Od intensywności i czasu trwania zajęć zależy stopień przyswojenia i utrwalenia określonych umiejętności.

Grupa terapeutyczna istniejąca w warunkach placówki całodobowej może stać się azylem pozwalającym, chociaż na pewien czas oderwać się od codziennego życia podporządkowanego ścisłemu regulaminowi i planowi dnia. Spotkania grupowe dają okazję do satysfakcjonujących nowych doświadczeń społecznych, gdzie uczestnicy mogą liczyć na wsparcie, pomoc, relaks i zabawę. Działalność grupy, może stać się buforem łagodzącym stres, poprzez możliwość odreagowania nagromadzonych emocji a także stwarzać możliwość nabywania przez uczestników konstruktywnych sposobów rozwiązywania problemów występujących w codziennym życiu placówki.

Jolanta Marusiak