

Wiesława OKŁA, *Poradnictwo terapeutyczne*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2013, ss. 214. ISBN: 978-83-7702-676-2.

*Ludzie są nierozsądni, nielogiczni, samolubni.  
Kochaj ich mimo wszystko.  
Jeśli czynisz dobro, ludzie oskarżą cię o ukryte, egoistyczne pobudki.  
Czyn dobro mimo wszystko [...]  
Pomagaj mimo wszystko*  
Wiesława Okła

Kościół towarzyszy rodzinie na wszystkich etapach jej życia. W słowach tych św. Jan Paweł II zwraca uwagę na potrzebę poradnictwa w rodzinie. Tym bardziej, że współczesna rodzina doświadcza kryzysów społeczno-kulturowo-religijnych. Papież stwierdził: „Rodzina w czasach dzisiejszych znajduje się pod wpływem rozległych, głębokich i szybkich przemian społecznych i kulturowych. Wiele rodzin przeżywa ten stan rzeczy, dochowując wierności tym wartościom, które stanowią fundament instytucji rodzinnej. Inne stanęły niepewne i zagubione wobec swych zadań, a nawet niekiedy zwątpiły i niemal zatraciły świadomość ostatecznego znaczenia i prawdy życia małżeńskiego, i rodzinnego. Inne jeszcze, na skutek doznawanych niesprawiedliwości, napotykają na przeszkody w korzystaniu ze swoich podstawowych praw” (*Familiaris Consortio*, 1).

Socjologowie są przekonani, że w ostatnim czasie, szczególnie po transformacji ustrojowej, rodzina uległa wielu procesom i przemianom społecznym, które zarysowały się zarówno na poziomie mikrostrukturalnym, jak i makrostrukturalnym. Przeobrażenia te doprowadziły nie tylko do zmiany modelu małżeńsko-rodzinnego, ale również mocno zmieniły obraz współczesnej rodziny.

Ważnym elementem owych przeobrażeń jest migracja zarobkowa, w której uczestniczy coraz więcej rodzin. Zjawisko to, chociaż pozornie lokujące jednostkę w przestrzeni jej mobilności społecznej, cechuje wiele tak pozytywnych, jak i negatywnych aspektów. Aspekty te odbijają się zarówno na kondycji rodziny, która pozostała w miejscu swojego zamieszkania, jak też na rodzinach, które przenieśli się do kraju emigracji. Problemy te, chociaż nie są nowe, to jednak jawią się w nowej skali ich

eksploracji. Wciąż rośnie skala rozwodów, coraz więcej młodych ludzi żyje w związkach kohabitacyjnych, nerwowość i szybkość egzystencji zamyka małżonków na właściwe procesy komunikacji międzyosobowej. Poczucie osamotnienia, brak odpowiedzialności i dojrzałości rodzą zdrady, emocjonalne uwikłania, zanik miłości, uzależnienia a w konsekwencji traumy i dramaty życiowe. Ciągłe wzrasta liczba zagubionych i zaniedbanych wychowawczo dzieci. Cierpią sami małżonkowie i cierpią ich dzieci. Jak zatem pomagać małżonkom doświadczającym trudności w ich wspólnym bytowaniu. Rozrywać ich czy łączyć, dzielić czy scalać.

Istnieje zatem pilna potrzeba nie tylko tworzenia poradni, ale również potrzeba przygotowania kompetentnych osób do udzielania pomocy rodzinom, które ulegają różnym kryzysom małżeńskim. Poradnictwo to powinno być integralne, to znaczy przygotowywać specjalistów z różnych dziedzin nauki: psychologów, pedagogów, prawników, pracowników socjalnych, duszpasterzy itd. W tym kontekście społecznych uwarunkowań rodziny książka dr Wiesławy Okły pt. *Poradnictwo terapeutyczne* jest nieocenionym darem dla dzieła tworzenia i przygotowania doradców do pracy w poradniach rodzinnych. Składa się z sześciu rozdziałów, a każdy z nich jest humanistycznym dziełem pięknego zamysłu i dobrego pióra autorki. Książka jest wyrazem metodycznego postępowania z rodziną w sytuacji jej zagubienia. Składa się z 214 stron, a każda z nich wnosi coś nowego, pięknego i wręcz poetyckiego w kształtowanie pomocy względem rodziny, rozwiązywania kryzysów małżeńskich.

W rozdziale pierwszym – *Dlaczego ludzie nie radzą sobie i szukają pomocy innych* – autorka przedstawia podstawowe przyczyny nieradzenia sobie z trudnymi sytuacjami w życiu, do których zalicza:

- ♦ niedostatki wiedzy i umiejętności – nie wiem;
- ♦ brak sił wewnętrznych – nie mam siły;
- ♦ brak wsparcia zewnętrznego ze strony osób i instytucji (s. 17, 18, 19).

Ponadto dokonuje zdefiniowania pojęcia „trudne sytuacje”, by następnie przejść do ich klasyfikacji. Jak stwierdza autorka, „trudności zawsze istnieją w odniesieniu do osoby i są wynikiem zarówno obiektywnych, jak również subiektywnych zdarzeń”. Na poparcie tej teorii przytacza takie nazwiska jak Dryden, Oleś, Grzesiuk, Cade, Edynburg, Kępiński. W dalszej części tegoż rozdziału opisuje, w jaki sposób należy radzić sobie z trudnymi sytuacjami. Dla wyjaśnienia tego zagadnienia powołuje się na znamienitych przedstawicieli literatury, opisując możliwe sposoby radzenia sobie ze stresem. Kolejnym zadaniem omawianego rozdziału są teoretyczne analizy dotyczące zmagania się z trudnościami, próba znoszenia ich. „Jak się zmagać i znosić trudności?”. W tym pytaniu autorka odwołuje się do myśli wielkich postaci, a wśród nich do Antoniego Kępińskiego, Marii Kaczyńskiej, Viktora Frankla, Władysława Tatar-kiewicza, a przede wszystkim Karola Wojtyły. W ten sposób wskazuje na interdyscyplinarny charakter poradnictwa.

Rozdział drugi – *U kogo szukać pomocy – czym jest poradnictwo* – opisuje powszechność zjawiska pomagania. Autorka stwierdza, że „pomaganie jest jednym

z najstarszych i najbardziej powszechnych zachowań u istot żywych” (s. 47). Nadto przedstawia obszary pomagania i formy pomocy psychologicznej. W tym znaczeniu konferuje wychowanie, psychoterapię, interwencję kryzysową oraz odróżnia poradnictwo od doradztwa. W ramach ujęcia teoretycznego dokonuje zdefiniowania współczesnych ujęć i celów poradnictwa. Według autorki „celem poradnictwa terapeutycznego jest znalezienie, wspólnie z osobą szukającą pomocy, skutecznych sposobów zaradczych i wyposażenie jej w nowe kompetencje życiowe” (s. 58). Wyliczając natomiast formy uczestnictwa doradcy w procesie pomagania: podmiot pomocy, czas pomocy, rodzaj wsparcia, rodzaj placówki wspierającej, dokonuje ich kategoryzacji. W tym aspekcie dokonuje deskrypcji trzech kryteriów podziału poradnictwa: relacji pomiędzy wspomaganym a pomagającym, wyposażenie i kompetencje terapeuty, potrzebę motywacji u osoby udzielającej wsparcia. Zdaniem autorki istnieje wiele możliwych form pomagania: profesjonalne, nieprofesjonalne oraz z wyboru i z konieczności.

Kolejny rozdział (trzeci) – *Struktura procesu pomagania – trzy człony procesu poradnictwa* – autorka podzieliła na trzy punkty:

1. Osoba szukająca pomocy, czyli klient, osoba wspomagana
2. Pomagający – doradca i jego wyposażenie
3. Relacja terapeutyczna

Najpierw dokonuje opisu klienta, jego trudności i dyskomfortu z racji potrzeby skorzystania z pomocy, opisu cech jego osobowości, które pomagają bądź przeszkadzają w poszukiwaniu pomocy. Analizuje również klienta pod względem jego oczekiwań względem doradcy oraz motywacji do rozwiązania swojego problemu. Po omówieniu cech i właściwości klienta konferuje pomagającego-doradcę, wskazując na jego cechy osobowości, wiedzę, umiejętności, język, motywacje pomagania, tożsamość i etykę zawodową. Trzecim członem niniejszego rozdziału jest relacja terapeutyczna, w której autorka omawia ogólne jej założenia, więź jako istotę relacji wsparcia oraz poznawcze, emocjonalne i temporalne wymiary tejże relacji. Ponadto wskazuje również na formalne wymiary relacji wsparcia, które powinny być wykorzystane przez doradcę w sytuacji udzielanego wsparcia, pomocy.

Czwarty rozdział to próba ukazania przez autorkę *Dynamiki procesu pomagania*. W strukturze tego rozdziału odwołuje się do zjawisk zachodzących w procesie pomagania, czyli zjawiska pomocowe i oczekiwane; pomocowe i nieoczekiwane; utrudniające i oczekiwane; utrudniające i nieoczekiwane. Deskrypcja tych zjawisk pozwala wejść i zrozumieć integralny charakter poradnictwa. Wreszcie istotnym elementem tego rozdziału jest przedstawienie i analiza trójkąta terapeutycznego, wyrażającego się w osi więzi i osi problemu. W ten sposób autorka wyróżniała w obszarach wsparcia zarówno obszar pracy klienta i doradcy.

Rozdział piąty jest pewną formą ujęcia i pokazania przez autorkę *Modeli poradnictwa terapeutycznego*. Zastosowała w nim ciekawy rodzaj kryteriów podziału: pytań, źródeł problemu, sfer, teoretycznych podstaw problemów oraz elementów pro-

cesu pomagania. W ten sposób autorka dokonała integralnego opisu człowieka, poczynawszy od pesymistycznego spojrzenia na jednostkę w ujęciu Freuda, przez środowisko, w którym egzystuje w rozumieniu Hershensona oraz sfer psychiki człowieka w opisie Okuna i zrozumienia problemu w analizie Drydena i Myttona aż do elementów pomagania w ujęciu i deskrypcji studentów V roku psychologii KUL. Według nich istotną teorią w procesie kontaktu terapeutycznego jest teoria Rogersa, Perlesa, Fromma, Frankla, Allporta. Z analizy niniejszego rozdziału wynika, jak bogaty jest świat człowieczego bytowania i jak trudny jest człowiek w relacji do innych i przyjmowanego środowiska jego egzystencji.

W ostatnim rozdziale, szóstym – *Za pomocą jakich narzędzi psychologicznych osiąga się cele pomagania* – autorka dokonuje opisu komunikacji międzyosobowej, odwołując się do kwadratu wypowiedzi Schultza von Tuna oraz modelu komunikacji według Reuscha i poziomów komunikacji w aspekcie ujawniania uczuć według Powella (s. 155, 159, 165). Kolejną część omawianego rozdziału stanowi prezentacja specyfiki rozmowy terapeutycznej. Do cech owej rozmowy zalicza się: umiejętność słuchania oraz umiejętność mówienia. Istotnym jednak elementem zarówno słuchania, jak i mówienia w procesie terapeutycznym są przede wszystkim cele tego procesu, czyli poznanie stanu rzeczy (nawiązanie właściwego kontaktu) poprzez właściwe postawienie pytań. Kolejny cel to zrozumienie i nazwanie problemu, w którym wyraża się prawda o kliencie oraz jego subiektywna diagnoza. Bardzo istotnym celem rozmowy terapeutycznej jest również próba rozwiązania problemu, czyli doprowadzenie klienta do konstruktywnej zmiany. Zjawisko to często określa się jako „koło zmiany” (Schemat 12, s. 193). Ostatnim celem w procesie pomagania jest zaufanie i współpraca. Zaufanie może być analizowane na zasadzie skali jako wysokie i niskie, współpraca zaś jako synergiczna, kompromisowa, obronna. Zresztą te dwa rodzaje wartości są istotnie komplementarne.

Warto wreszcie zwrócić uwagę na trzy krótkie człony zamieszczone zamiast zakończenia. Pierwszy z nich to autotest dla doradcy, drugi: mimo wszystko (???) oraz trzeci: desiderata. W tekstach tych autorka z jednej strony wskazuje, w jaki sposób poznać kompetentnego i profesjonalnego doradcę, z drugiej zaś odwołuje się do Stwórcy-Boga. Albowiem jeśli ktoś zachowuje spokój duszy, jego świat staje się piękniejszy, a sam człowiek pozostaje mocnym jego elementem.

Omawiana publikacja niesie w sobie wielkie bogactwo teoretyczne i praktyczne. Jest fantastycznym kompendium wiedzy dotyczącej poradnictwa, a jednocześnie niesamowitym dziełem literackim. Fascynuje, zadziwia i uczy, jak pomagać. Dzieło napisane piórem mistrza, który z bogactwa i doświadczenia naukowej pracy wydobywa najpiękniejsze i najbardziej wartościowe pokłady wiedzy, by ją zaprezentować innym. Publikacja ujmuje i sprawia, że czyta się ją z wielkim zainteresowaniem.

Publikacja napisana jest pięknym językiem, czasami trudnym, ale zarazem łatwym w odbiorze. Pozwala zatem na czytanie jej zarówno naukowcom, jak też rzemieślnikom, chociaż ci drudzy pewno trudniej będą asymilować meandry i treści teo-

retyczno-praktyczne tego kompendium. Autorka posłużyła się ogromną literaturą, właściwie dobraną i w pełni wykorzystaną. Bogactwo tej literatury świadczy nie tylko o intelektualnych walorach autorki, ale nade wszystko o profesjonalizmie i kompetencji w opisanej dziedzinie.

Struktura pracy została właściwie zaplanowana i konsekwentnie zrealizowana. Wielkim walorem jest sposób prowadzenia myśli przez autorkę, wychodzi bowiem od pytań, dlaczego ludzie sobie nie radzą i dlaczego szukają pomocy oraz gdzie i u kogo powinni szukać wsparcia, i dopiero po tym praktyczno-teoretycznym wstępie prezentuje cały proces pomagania: jak to robić, jak pomagać. Autorka jest mistrzem w swojej dziedzinie naukowej, doskonałym praktykiem i terapeutą, któremu nieobce są ludzkie problemy. Co do struktury pracy tylko jedno zastrzeżenie: warto by zastanowić się, czy przedstawiony i zaprezentowany trójkąt terapeutyczny jako wstęp do rozdziału trzeciego (s. 73) nie powinien być zaimplementowany dopiero w podpunkcie „relacja terapeutyczna” (s. 101).

Publikację dr Wiesławy Okły przeczytałem z wielkim zainteresowaniem, ale i krytycznym osądem naukowym. Jako cenne i zwarte dzieło teoretyczne o podwalinach poradnictwa terapeutycznego może i powinno posłużyć jako pomoc naukowa nie tylko studentom psychologii, ale również pracy socjalnej, pedagogiki oraz pracownikom pomocy społecznej. Książka ta winna znaleźć się nie tylko na półkach tych, którzy parają się psychologią czy poradnictwem, ale może być też cennym elementem biblioteki każdej rodziny, każdego człowieka, który w procesie szybkich zmian i pędu życia wcześniej czy później na pewno z niej skorzysta. Można omawianą publikację traktować jako pewien rodzaj poradnika. Wprawdzie nie daje gotowych odpowiedzi i przepisów na rozwiązywanie problemów, ale istotnie wyjaśnia wszelkie zawłości ludzkich trudności.

*Ks. Józef Młyński*  
*Wydział Teologiczny UPJPII*  
*Sekcja w Tarnowie*