

LEOKADIA SZYMCZYK
Uniwersytet Śląski w Katowicach
Wydział Teologiczny

PORADNICTWO RODZINNE JAKO FORMA WSPARCIA MAŁŻEŃSTWA I RODZINY

FAMILY COUNSELING AS A FORM OF SUPPORT FOR MARRIAGE AND THE FAMILY

ABSTRACT

Osoby uwikłane w kryzysy i konflikty małżeńskie, rodzinne wymagają niejednokrotnie szczególnej pomocy. Dlatego też celem artykułu jest próba przedstawienia poradnictwa rodzinnego jako formy wsparcia małżeństwa i rodziny. Rozważania dotyczą charakterystyki wsparcia społecznego, poradnictwa małżeńskiego i rodzinnego. Artykuł omawia także korzyści wynikające z korzystania z różnych form wsparcia, w tym także z poradnictwa rodzinnego, które funkcjonuje zarówno w instytucjach państwowych, jak i w kościelnych. W tekście zasygnalizowana została konieczność podejścia wielopłaszczyznowego zaangażowania specjalistów w procesie wsparcia małżeństwa i rodziny.

People involved in crises and marital or family conflicts often require special assistance. Therefore, the aim of this article is an attempt to present family counselling as a form of support for marriage and the family. The characteristics of the social support, marriage and family counselling is considered. The article discusses the benefits of using various forms of support, including family counselling, which is supported by both state institutions and the church ones. It indicates the need for a multidimensional approach and involvement of the specialists in the process of supporting marriage and family.

Wprowadzenie

Współcześnie w piśmiennictwie naukowym upowszechnia się systemowe podejście do rodziny, oznaczające traktowanie jej jako pewnej całości, w której poszczególne elementy pozostają w integralnym związku, wpływają wzajemnie na siebie¹. Rodzina ma określone właściwości: zasady i normy organizujące jej życie, strukturę władzy, formy komunikowania się ze sobą oraz rozwijane przez lata sposoby rozwiązywania konfliktów i problemów. Relacje łączące członków rodziny są wynikiem doświadczeń i wypracowanej wspólnej historii. W obszarze

¹ Por. L. Drożdżowicz, *Ogólna teoria systemów*, w: *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, red. B. de Barbaro, Kraków 1999, s. 14.

rodzinnym powstaje również system przekonań i poglądów na świat, niejednokrotnie silnie wiążący ze sobą członków rodziny. Dla wielu osób podstawowe znaczenie mają transakcje przebiegające w rodzinie, ponieważ dotyczą ważnych osób – rodziców, rodzeństwa i dzieci².

Rodzina to środowisko, w którym występują różnego rodzaju sytuacje trudne, konfliktowe, zaburzające równowagę systemu rodzinnego. Ich pojawienie się jest szczególnie widoczne, gdyż dotyka osób bliskich sobie, które natychmiast rozpoznają pojawiające się trudności i nieporozumienia między poszczególnymi członkami rodziny.

Zdaniem Danuty Kowalczyk³ ważne znaczenie dla wyjaśnienia podłoża zaburzonego zachowania ma poznanie funkcjonujących we wspólnocie rodzinnej wzorów zachowań i wzajemnych relacji. Staje się to o tyle trudne, że system rodzinny nie jest czymś statycznym, a wręcz odwrotnie – charakteryzuje go znaczna dynamika. Występujące w nim zmiany są naturalną konsekwencją procesów rozwojowych, którym podlega rodzina.

Rozwój i zmiany zachodzące w rodzinie jako całości stanowią jeden proces, a towarzyszy mu równoległy proces dorastania, rozwijania autonomii i indywidualnej tożsamości poszczególnych osób. W dobrze funkcjonującej rodzinie potencjał rozwojowy jej członków jest dostrzegany, a jednocześnie utrzymywana jest grupowa równowaga całej rodziny. W rodzinach „zablokowanych” trwanie całego systemu jest przedłużone, ale indywidualne potrzeby ich członków pozostają niezaspokojone⁴. Takie właśnie rodziny – zatrzymane w rozwoju, z deprivacją potrzeb poszczególnych osób, frustracją wynikającą z zablokowania możliwości osiągania wspólnych celów, dysfunkcją któregoś z członków rodziny – zgłaszają się po pomoc⁵.

Tematyka artykułu dotyczy szeroko rozumianego poradnictwa rodzinnego jako formy wsparcia małżeństwa i rodziny. Analizie teoretycznej zostały poddane takie zagadnienia, jak: rola wsparcia społecznego w życiu rodziny, charakterystyka i rodzaje wsparcia społecznego, poradnictwo małżeńskie i rodzinne, terapia rodzinna. Dokonano charakterystyki osób udzielających wsparcia i potrzebujących pomocy. W niniejszym opracowaniu przedstawiono także korzyści wynikające z udzielanych różnych form wsparcia, w tym także z poradnictwa rodzinnego, terapii rodzinnej oraz poradnictwa duszpasterskiego. Wskazano, iż poradnictwo rodzinne jako forma wsparcia małżeństwa i rodziny udzielane jest zarówno w instytucjach państwowych, jak i kościelnych. Zasygnalizowana została potrzeba interdyscyplinarnego działania w procesie wspierania małżeństwa i rodziny.

² Por. H. Goldenberg, I. Goldenberg, *Terapia rodzin*, Kraków 2006 – cyt. za: I. Jelonkiewicz, *Poradnictwo rodzinne*, w: *Poradnictwo psychologiczne*, red. C. Czabała, S. Kulczyńska, Warszawa 2015, s. 228.

³ Por. D. Kowalczyk, *Poradnie rodzinne*, w: *Formy opieki, wychowania i wsparcia w zreformowanym systemie pomocy społecznej*, red. J. Brągiel, S. Badora, Opole 2005, s. 158.

⁴ Por. H. Goldenberg, I. Goldenberg, *Terapia rodzin...*, s. 229.

⁵ I. Jelonkiewicz, *Poradnictwo rodzinne*, s. 229.

Problemy egzystencjalne mogą pojawić się w różnych obszarach działania człowieka, dezintegrując jego funkcjonowanie. W sytuacji, gdy pogłębia się stan bezradności jednostki, nieodzowna staje się pomoc innych w uzyskaniu zmiany tego położenia⁶. Stanisław Kawula pisze, iż „w momentach przechodzenia trudności życiowych ogromną rolę odgrywają różne grupy i stowarzyszenia społeczne, z którymi jesteśmy związani lub pojedyncze bliskie nam osoby (partner, małżonek, przyjaciel, rodzic, duchowny, lekarz, prawnik czy własne dziecko). Pomoc, którą oferują inni, bywa różna i ma różne odniesienia. W zależności od okoliczności i od nas samych – różnego rodzaju wsparcia człowieka potrzebuje stale. Czasem niezbędna jest konkretna pomoc, czasem porada. Sama obecność kogoś lub choćby świadomość, że nie jesteśmy sami, dodaje energii naszemu życiu”⁷.

Wsparcie społeczne w życiu człowieka i rodziny

Wsparcie społeczne to przede wszystkim pomoc dostępna jednostce lub grupie w sytuacjach trudnych, stresowych, przełomowych, których bez wsparcia innych nie jesteśmy w stanie przezwyciężyć⁸. Wsparcie, zdaniem D. Smykowskiej⁹, jest „szczególnym rodzajem pomocy udzielanej rodzinie. Powinno być udzielane głównie w celu mobilizowania jej sił i wzmocnienia zachowanego potencjału, aby mogła osiągnąć zdolność samodzielnego rozwiązywania swoich problemów i trudności”.

Ten rodzaj pomocy skierowany jest do rodzin, osób, które zostały dotknięte specyficznymi trudnościami, spowodowanymi np. niepełnosprawnością, chorobami, „uzależnieniami, przemocą, utratą pracy bądź innymi traumatycznymi doświadczeniami”¹⁰. Wsparcie odnosi się do sposobu, w jaki ludzie pomagają sobie w uporaniu się z osobistymi trudnościami oraz jak pomagają sobie w codziennym życiu, rozwiązując problemy, udzielając informacji, towarzysząc, starając się poprawić drugiemu samopoczucie czy też nastroj. Ma ogromne znaczenie w relacjach międzyludzkich. Niejednokrotnie pomaga przetrwać w trudnych chwilach życia. Dotyczy to zwłaszcza małżonków, dla których interakcja wspierająca jest pewnym szczególnym przypadkiem komunikacji, częścią prowadzonej przez małżonków rozmowy. Wsparcie może być wyrażane w sposób werbalny bądź niewerbalny, jednak – jak twierdzi Beata Hołtyń¹¹, duża jego część przekazywana jest za pomocą słów.

⁶ Por. D. Kowalczyk, *Poradnie rodzinne...*, s. 152.

⁷ S. Kawula, *Człowiek w relacjach socjopedagogicznych*, Toruń 2004, s. 57.

⁸ Por. L. Bonnichs, *Sozialpädagogik des Kindesalters*, München 1992 – cyt. za: S. Kawula, *Człowiek w relacjach socjopedagogicznych*, Toruń 2004, s. 58.

⁹ D. Smykowska, *Rodzina wychowująca dziecko z niepełnosprawnością*, w: *Rodzice i dzieci w różnych systemach rodzinnych*, red. J. Janicka, Kraków 2010, s. 193.

¹⁰ Por. T. Biernat, *Przemiany rodziny jako problem społeczny*, w: *Budowanie systemu wsparcia dla rodziny – możliwości i ograniczenia*, red. M. Sobczyk-Michałowska, M. Kozubska, Bydgoszcz 2010, s. 21-23.

¹¹ B. Hołtyń, *Istota udzielania wsparcia w związkach małżeńskich*, w: *Małżeństwo, rodzina, rozwód*, red. B.M. Kaja, Bydgoszcz 2013, s. 187.

W literaturze przedmiotu wyróżniamy następujące rodzaje wsparcia:

- Wsparcie emocjonalne – rozumiane jako zachowania mające na celu pokazanie, że dany człowiek jest kochany i okazywana jest mu troska¹². Wyrażane jest poprzez okazywanie zaufania, empatii, troski, miłości, a także opieki. Ten rodzaj wsparcia może być udzielany, gdy ktoś przytula drugą osobę, dotyka jej dłoni, powierza coś cennego pod opiekę na przechowanie¹³. Polega on także na dawaniu komunikatów werbalnych typu: *kocham Cię, jesteś przez nas kochany; jesteś nasz; lubimy Cię; masz mocne cechy charakteru; nie poddawaj się; nie ulegaj*¹⁴.
- Wsparcie wartościujące (przez niektórych autorów nazywane wsparciem oceniającym) polega na dostarczaniu informacji zwrotnych danej osobie o niej samej, ocenie jej działań osobistych, dostarczeniu informacji służących do kształtowania jej samooceny, a zatem jest to szeroko rozumiane wpływanie na samoocenę. Może się ono przejawiać w komunikatach typu: *jestem pod ogromnym wrażeniem tego, jak się zachowałeś; zrobiłeś to wyjątkowo dobrze; słyszałam, że wywarłeś na niej niesamowite wrażenie*¹⁵. Mogą to być również takie komunikaty, jak: *jesteś dla nas kimś znaczącym; dzięki tobie mogliśmy to osiągnąć; trzymaj się tak dalej*¹⁶.
- Wsparcie instrumentalne – czyli zachowania, które zapewniają pomoc i są skierowane na osiągnięcie celów bądź rozwiązanie problemów¹⁷. To dostarczanie konkretnej pomocy, świadczenie usług, np.: pożyczanie pieniędzy, udzielenie kredytu, załatwienie mieszkania, ubrania, wskazanie formy leczenia¹⁸.
- Wsparcie informacyjne – to przekazanie informacji, które mogą pomóc w rozwiązaniu jakiejś trudnej sytuacji, uczenie nowych umiejętności¹⁹. To także udzielanie rad, porad prawnych, medycznych, informacji, które mogą pomóc w rozwiązaniu problemu życiowego jednostki, np.: w ustaleniu drogi kształcenia, poszukiwaniu pracy, a nawet porad towarzyskich, hobbyistycznych, w zakupach i w modzie²⁰.
- Wsparcie duchowe (psychologiczno-rozwojowe) ma miejsce wówczas, kiedy jednostki lub grupy (w tym rodzina) pomimo prób i wysiłków własnych oraz udzielonego im wsparcia w innych formach nadal pozostają w sytuacjach dla nich trudnych, bez wyjścia. Najczęściej jest to stan apatii, niemożności, rezygnacji, wyczekiwania, iluzji, widzenia przyczyn kryzysu poza sobą²¹.

¹² Por. tamże, s. 189.

¹³ Por. tamże.

¹⁴ Por. S. Kawula, *Człowiek w relacjach socjopedagogicznych*, Toruń 2004, s. 58.

¹⁵ B. Hołtyń, *Istota udzielania wsparcia...*, s. 189.

¹⁶ S. Kawula, *Człowiek w relacjach socjopedagogicznych*, Toruń 2004, s. 58.

¹⁷ B. Hołtyń, *Istota udzielania wsparcia...*, s. 187.

¹⁸ S. Kawula, *Człowiek w relacjach...*, s. 58.

¹⁹ Por. B. Hołtyń, *Istota udzielania wsparcia...*, s. 189.

²⁰ Por. S. Kawula, *Człowiek w relacjach...*, s. 58.

²¹ Por. tamże.

Ważne jest także wsparcie sieci, związane z przynależnością do osobistej sieci wsparcia²². Ten rodzaj wsparcia prowadzony jest w domu klienta, polega na tym, że członkowie rodziny, przyjaciele, sąsiedzi i inne zaangażowane osoby udzielają pomocy, wspierają w trudnych chwilach²³.

Aby wsparcie zostało udzielone, spełnione muszą zostać różnorodne warunki, leżące zarówno po stronie dawcy, jak i biorcy wsparcia. Potrzeba wsparcia wiąże się z pewnymi umiejętnościami leżącymi po stronie biorcy wsparcia. Natomiast umiejętność udzielania wsparcia, poprawiającego dobrostan biorcy, odnosi się do predyspozycji dawcy wsparcia. W relacji diadycznej wsparcie odnosi się przede wszystkim do dwóch aspektów: umiejętności udzielania wsparcia oraz rozpoznawania i wykorzystywania otrzymanego wsparcia²⁴.

Jacek Szczepkowski²⁵ wskazał kilka kluczowych czynników współpracy między rodzinami potrzebującymi wsparcia, pomocy czy interwencji a osobami pomagającymi („pomagaczami”). Należą do nich: złożoność i niepowtarzalność sytuacji rodzinnej – rodziny tworzą swoiste „mikroświaty”, cechujące się odrębną jakością, strukturą, relacjami, celami i wyznawanymi wartościami; obciążenie zawodowe „pomagaczy” i presja związana z ich zawodem; rozbieżność celów, rozdrobienie, nieprzejrzystość i finansowa niewydolność systemu pomocowego.

Do osób zawodowo związanych z pomaganiem, obok pracowników socjalnych, należą także: lekarze, pielęgniarki, pedagodzy, psycholodzy, pielęgniarki, terapeuci, nauczyciele, wychowawcy, doradcy, księża²⁶. Udzielają oni specjalistycznego, fachowego, profesjonalnego, a przy tym uzawodowionego wsparcia, służąc pomocą, charakteryzującą się asymetrią w relacjach z klientem, usystematyzowaniem i sformalizowaniem. Istota pomocy zawodowej to dzielenie się z inną osobą różnymi zasobami: wiedzą, usługami, emocjami, dobrami materialnymi w celu poprawy jej sytuacji po to, by w pełni rozwinęła swój potencjał, wykorzystwała posiadane możliwości i uprawnienia. Istotną formą tak pojmowanej pomocy jest poradnictwo²⁷.

Poradnictwo jako forma wsparcia małżeństwa i rodziny

Poradnictwo interpretowane jest jako „działanie społeczne polegające na przekazywaniu rad, porad, informacji, wskazówek odnośnie potencjalnych skutków określonego działania lub powstrzymania się od działania²⁸. Definicja sformuło-

²² Z. Jaworska-Oblój, B. Skuza, *Pojęcie wsparcia społecznego i jego funkcji w badaniach naukowych*, „Przeгляд Psychologiczny” 29 (1986), s. 733-734.

²³ Por. H. Goldenberg, I. Goldenberg, *Terapia rodzin...*, s. 536.

²⁴ B. Hołtyń, *Istota udzielania wsparcia...*, s. 187.

²⁵ J. Szczepkowski, *W poszukiwaniu współpracy z rodziną*, w: *Budowanie systemu wsparcia dla rodziny – możliwości i ograniczenia*, red. M. Sobczyk-Michałowska, M. Kozubska, Bydgoszcz 2010, s. 39.

²⁶ H. Brzuszczyk, *Metodyka poradnictwa interdyscyplinarnego dla osób i rodzin w systemie pomocy społecznej*, w: *Budowanie systemu wsparcia dla rodziny...*, s. 48-59.

²⁷ Por. tamże, s. 51.

²⁸ Por. tamże, s. 52.

wana przez Brytyjskie Stowarzyszenie Poradnictwa stwierdza: „O poradnictwie mówimy wtedy, gdy osoba pełniąca stale lub częściowo funkcję doradcy zgadza się poświęcić swój czas, uwagę i szacunek innej osobie czy osobom czasowo odgrywającym rolę klientów”²⁹.

Najważniejszym celem poradnictwa, zdaniem Anny Kargulowej, jest optymalizacja różnych dziedzin życia oraz rozwoju osobowości człowieka, natomiast celami pośrednimi są: usuwanie zaburzeń i trudności, profilaktyka i prognoza. Owa działalność jest ściśle związana z ogólną koncepcją człowieka i w zależności od niej przybiera różne formy³⁰. Celem poradnictwa jest także dawanie klientowi sposobności do badania, odkrywania i rozumienia sposobów osiągania pełniejszego życia i poprawy samopoczucia³¹. Natomiast Carl Rogers pisał, że „związki międzyludzkie, których celem jest niesienie pomocy, mają określone właściwości: bezwarunkowy szacunek wobec klienta, kongruencję (otwartość i konsekwencję), autentyczność (uczciwość i szczerłość), empatię (wczuwanie się w rzeczywiste uczucia drugiej osoby)”³².

Poradnictwo może być rozpatrywane w dwóch aspektach: jako instytucjonalny system o określonej strukturze organizacyjnej oraz jako specyficzna czynność podejmowana przez doradców pomagających jednostkom przeżywającym problemy. Wyróżniamy trzy główne kierunki poradnictwa:

- Poradnictwo dyrektywne, czyli instrumentalne; nie licząc się z indywidualnością jednostki, jej przeżyciami i samooceną, doradca formułuje prognozę i podaje sposób rozwiązania problemu, traktując odbiorcę jako przedmiot działań poradnianych. Porada w tym rodzaju poradnictwa ma charakter instrumentalny.
- Poradnictwo liberalne – jest nastawione na rozwiązywanie sytuacji problemowych z uwzględnieniem wewnętrznych przeżyć jednostki, umożliwia więc samopoznanie, uwalnianie od lęków i zahamowań. Doradca jest nastawiony na wskazywanie sposobów lepszego zrozumienia siebie i innych ludzi, na zmianę sposobów myślenia u odbiorcy o własnym problemie.
- Poradnictwo dialogowe – umożliwia badanie i poszukiwanie strategii i środków rozwiązywania problemów. Doradca i radzący się współpracują ze sobą, szukając adekwatnych rozwiązań. Badaczami są obie strony, jednak doradca wykorzystuje swoje doświadczenie. W tym ujęciu poradnictwo jest dialogiem, w którym doradca usiłuje pomóc innej osobie w zmianie jej zwyczajowego sposobu myślenia i postaw, w podejmowaniu decyzji, w rozwiązywaniu problemów lub w zmaganiu się z różnymi sytuacjami życiowymi, tak by maksymalizować szanse i zminimalizować niesprzyjające warunki środowiskowe. Istotą porady jest to, aby przez kontakt osobowy i rozmowę człowiek potrzebujący mógł

²⁹ C. Sutton, *Psychologia dla pracowników*, Gdańsk 2004, s. 138.

³⁰ Por. A. Kargulowa, *O teorii i praktyce poradnictwa. Podręcznik akademicki*, Warszawa 2007, s. 40.

³¹ Por. C. Sutton, *Psychologia dla pracowników*, s. 138.

³² Tamże.

odzyskać lub uzyskać możliwość samodzielnego rozwiązywania problemu, podjęcia właściwych decyzji, wprowadzenia ich w czyn i unikania błędów. Do tego nurtu zalicza się też koncepcję poradnictwa dla dorosłych i poradnictwa rodzinnego, a także koncepcję pomocy dziecku w jego rozwoju bio-i socjokulturowym³³.

Spośród wielu dziedzin poradnictwa wyodrębnione zostało poradnictwo rodzinne, koncentrujące się na problematyce relacji i ról jednostki w układzie tego najważniejszego środowiska życia. W literaturze przedmiotu nadaje się temuż poradnictwu różny zakres; oznacza ono albo całość zagadnień związanych z funkcjonowaniem rodziny w różnych fazach życia, albo też poszczególne jego działy – i wówczas poza poradnictwem rodzinnym wyróżnia się poradnictwo przedmażeńskie, małżeńskie, wychowawcze, seksualne³⁴.

Według Marii Ziemskiej³⁵, poradnictwo rodzinne obejmuje: problemy dotyczące zewnętrznych stosunków grupy rodzinnej, jej kontaktów z innymi instytucjami, i środowiskami – sąsiedzkim, zawodowym, szkolnym, koleżeńskim rodziców, koleżeńskim dzieci; problemy związane ze stosunkami w obrębie rodziny.

Poradnictwo rodzinne adresowane jest do osób doświadczających kryzysów rozwojowych lub mających przejściowe trudności z przystosowaniem się do trudnych wydarzeń życiowych, pojawiających się w życiu rodziny. Celem udzielanej pomocy jest wspieranie klientów w przejmowaniu większej kontroli nad swoim życiem. Pojawienie się kryzysów w życiu rodzinnym wymaga zastosowania w działalności poradnianej podejścia wielopłaszczyznowego i zaangażowania specjalistów z dziedziny psychologii, pedagogiki, seksuologii lub innych specjalności medycznych, prawnika bądź pracownika socjalnego³⁶.

W poradnictwie ważne są rzeczywiste, zgłaszane problemy, kontakt dotyczy tego, co dzieje się „tu i teraz”, a pomagający może występować w roli doradcy udzielającego wskazówek i nauczyciela uczącego umiejętności rozwiązywania problemów. Rodziny nie zawsze potrzebują psychoterapii rodzinnej, która jest zalecana – lub nawet konieczna – w wypadku pojawienia się zaburzeń psychicznych. Dużo częściej rodziny szukają porady, konsultacji, mądrej interwencji wychowawczej czy możliwości podzielenia się problemami z innymi rodzicami w grupie wsparcia³⁷.

Zadania poradnictwa rodzinnego wynikają ze specyficznej sytuacji rodziny współczesnej. Zdaniem Elżbiety Sujak³⁸ najważniejsze z nich to:

- pomoc rodzinie w zachowaniu i rozwoju więzi emocjonalnych – świadczona indywidualnie w konkretnych trudnościach pozwoli przekroczyć pozornie

³³ Por. A. Kargułow, *O teorii i praktyce...*, s. 40.

³⁴ Por. tamże, s. 43.

³⁵ M. Ziemska, *Rodzina a osobowość*, Warszawa 1975, s. 173.

³⁶ Por. D. Kowalczyk, *Poradnie rodzinne...*, s. 153.

³⁷ Por. K.M. Davis, *Structural-Strategic Family Counseling: A Case Study in Elementary School Counseling*. „Professional School Counseling” 30,4 (2001), s. 180-186 – cyt. za: I. Jelonkiewicz, *Poradnictwo rodzinne*, s. 230.

³⁸ E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie i rodzinne*, Katowice 1988, s. 19-20.

piętrzące się progi i zażegnać niejedną stan zagrożenia. Jest w stanie nauczyć prawidłowego kontaktu i wyrażania własnych uczuć w sposób, który nie raniłby drugiego,

- pomoc małżeństwom w podjęciu odpowiedzialnego rodzicielstwa przez liczące się z naturą gospodarzenie płodnością,
- pomoc w sytuacjach konfliktowych i kryzysowych, która polega nie tylko na nauczaniu akceptowania nieuniknionych sytuacji konfliktowych, ale także umiejętnego ich rozwiązania,
- pomoc w zadaniach wychowawczych, szczególnie w trudnościach, jakie przynoszą indywidualność dziecka i jego przemiany rozwojowe.

Wśród zadań poradnictwa nie sposób pominąć także pomocy indywidualnej w osobistych problemach zarówno człowieka młodego, jak i dojrzałego, dotyczących ważnych decyzji życiowych, wyboru stanu czy zmiany zawodu, a także pomocy w problemach indywidualnych związanych z rozwojem osobowym, religijnym czy z przystosowaniem się do zmiany warunków życiowych³⁹.

Współcześnie zadania z dziedziny poradnictwa realizowane są przez wiele poradni – co wynika ze złożoności problematyki rodzinnej, wymagającej wieloaspektowego podejścia z różnych specjalności⁴⁰.

Poradnictwo duszpasterskie

Poradnictwo rodzinne może być realizowane w placówkach służby zdrowia (poradniach zdrowia psychicznego, przychodniach przyklinicznych), ale również w: szkołach ośrodkach pomocy społecznej, centrach pomocy rodzinie, ośrodkach interwencji kryzysowej⁴¹. Realizowane jest także w Kościele w ramach duszpasterstwa rodzin.

Jak twierdzi T. Kukołowicz⁴², parafialne poradnictwo rodzinne posiadało zawsze wyraźne podstawy teoretyczne, oparte na koncepcji filozoficzno-teleologicznej ugruntowanej w chrześcijaństwie. Sukcesywny rozwój tych placówek sprawiał, że poradnictwem obejmowano coraz szersze grupy osób. W ramach duszpasterstwa rodzin, głównie diecezjalnego, zaczęto tworzyć poradnie gromadzące specjalistów z wielu dziedzin.

W tym kontekście można mówić o poradnictwie duszpasterskim.

Parafialne poradnie życia rodzinnego zajmują się także poradnictwem małżeńskim. Do rozwoju poradnictwa małżeńskiego przyczyniła się *I Instrukcja Episkopatu Polski o przygotowaniu wiernych do sakramentu małżeństwa i o duszpasterstwie rodzin* z 12 lutego 1969 roku, która zaleca, by duszpasterstwo obejmowało

³⁹ Por. tamże, s. 20-21.

⁴⁰ Por. D. Kowalczyk, *Poradnie rodzinne...*, s. 153.

⁴¹ Por. K.M. Davis, *Structural-Strategic Family Counseling...*, s. 230.

⁴² Por. T. Kukołowicz, *Podstawy teoretyczne parafialnego poradnictwa rodzinnego*, w: *Teoretyczne i metodologiczne problemy poradnictwa*, red. A. Kargulowa, M. Jędrzejczak, Wrocław 1985, s. 138.

poradnictwo małżeńskie i rodzinne z zakresu psychologii, wychowania dzieci czy też życia wewnętrznego⁴³.

C. Stewart pisze, iż „przez poradnictwo małżeńskie rozumiemy pomoc duszpasterza w przypadku aktualnych zakłóconych relacji osobowych pomiędzy małżonkami”⁴⁴.

Specyficzne w poradnictwie małżeńskim jest to, że duszpasterz czy powiernik rodzin ma do czynienia nie z pojedynczą osobą, ale z parą osób. W centrum zainteresowania duszpasterza, powiernika rodzin znajdują się małżonkowie. Powiernik pomaga małżonkom w podjęciu odnowionych emocjonalnych kontaktów. Dokonuje się to w atmosferze wolności i zaufania, którą powiernik stwarza swoją postawą, tak że małżonkowie otwierają się nie tylko przed nim, ale również wzajemnie wobec siebie⁴⁵.

Jeżeli duszpasterstwo rodzin ma spełnić swoje zadanie, to nie wolno mu się zamykać w wąskim kręgu. Zadaniem proboszcza i powiernika rodzin jest nawiązać kontakt z każdą rodziną. Nieodzowna jest współpraca z katechetami⁴⁶. Ważna jest także współpraca z instytucjami działającymi dla dobra dzieci, małżeństwa i rodziny.

Korzyści wynikające z poradnictwa i terapii

Byłoby naiwnością sądzić, stwierdza E. Sujak, że „poprzez poradnictwo rodzinne czy małżeńskie zdołamy zapewnić odzyskanie pełnej (być może dotychczas nawet nie doświadczonej) harmonii małżeńskiej, czy wyprostować wszystkie błędne dotychczas drogi poszukiwania porozumienia czy wychowania. Zupełnie taką samą naiwnością byłoby sądzić, że poradnictwo polega na zachęcaniu ludzi do wzajemnej tolerancji, wybaczenia sobie nawzajem i kochania się mimo wszystko”⁴⁷.

Poradnictwo daje ludziom okazję do otwartego mówienia o swych uczuciach, umożliwia im odkrywanie i doświadczanie emocji, których dotychczas sobie nie uświadamiali. Akceptująca więc, w ramach której ludzie mogą mówić o swoim lęku lub bólu, sprawia im wielką ulgę i powinna zmniejszyć odczuwany dyskomfort emocjonalny. Poradnictwo powinno także pomóc ludziom przeanalizować konsekwencje różnych potencjalnych rozwiązań⁴⁸. Taka forma pomocy to nie tylko nauczanie prowadzenia negocjacji czy rozwiązywania konfliktów, ale przede wszystkim pomoc w wewnętrznej przemianie, w uruchomieniu dynamizmów rozwojowych, w dojrzewaniu osobowości. Niejednokrotnie konieczne jest najpierw budowanie pewności siebie u osoby potrzebującej pomocy, pozytywnego

⁴³ Por. H. Krzysteczko, *Poradnictwo duszpasterskie. Teoria i praktyka rogeriańskiego kontaktu pomocnego*, Katowice 1998, s. 113.

⁴⁴ C. Stewart, *The Minister as marriage counselor*, Nashville 1961, s. 82.

⁴⁵ Por. H. Krzysteczko, *Poradnictwo duszpasterskie...*, s. 114-115.

⁴⁶ Por. tamże, s. 129.

⁴⁷ E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie...*, s. 84.

⁴⁸ Por. C. Sutton, *Psychologia dla pracowników*, s. 141.

obrazu siebie. Często potrzebne jest także sięgnięcie do okresu dzieciństwa, poszukiwanie przyczyn braku miłości samego siebie, uświadomienie sprzecznych często dążeń – szukania miłości i zamykania się przed ludźmi, pragnienia bycia kochanym i poczucia całkowitej niemożności spełnienia tych pragnień⁴⁹. W wielu przypadkach konieczna staje się terapia dotycząca relacji dorosłych już dzieci z ich własnymi rodzicami, którzy starają się manipulować własnymi dziećmi, utrzymywać je w zależności psychicznej. Często skutki tego typu relacji są przedmiotem głębokich konfliktów i kryzysów małżeńskich i rodzinnych⁵⁰.

Celem oddziaływania doradczego poprzez prowadzenie rozmowy jest:

- poprowadzenie współmałżonków do tego, by mogli podjąć na nowo – bez lęku – prawdziwe słowne porozumiewanie się (ponieważ zakłócenie zdolności kontaktu słownego jest niekiedy sytuacją błędnego kola nasilającego wzajemne pretensje i agresję),
- pomoc partnerom małżeńskim w uwolnieniu się od wewnętrznych napięć, stereotypów zachowań i reakcji uczuciowych, by stali się zdolni do realnej oceny własnej sytuacji i podjęcia świadomych zabiegów zmieniających tę sytuację⁵¹.

W procesie udzielania wsparcia i pomocy rodzinie podkreśla się konieczność wykorzystywania jej wewnętrznych zasobów i pobudzania „ukrytego” potencjału. Coraz częściej proponuje się otwarte, elastyczne rozwiązania problemów, polegające na łączeniu elementów instytucjonalnych i pozainstytucjonalnych, formalnych i nieformalnych, systemowych i pozasystemowych, publicznych i niepublicznych⁵².

Wkroczenie w sytuację kryzysu małżeńskiego czy rodzinnego osoby postronnej bywa niezbędne dla poprawy sytuacji, ale – i z tego trzeba zdawać sobie sprawę – nie obojętne, a niekiedy niebezpieczne. Zadaniem doradcy jako osoby postronnej jest doprowadzenie szukającego pomocy do uświadomienia sobie w pełni własnego przeżywania uczuciowego i umożliwienie mu wyjścia z emocjonalnych „ślepych uliczek”, skorygowanie stereotypowych przekonań, uzyskanie nowego, bardziej obiektywnego spojrzenia na własną sytuację⁵³.

W procesie porady szukający pomocy uzyskuje niezbędną motywację racjonalnego zaangażowania się w zmianę atmosfery panującej we wspólnocie małżeńskiej i podjęcia określonych wysiłków kształtowania wzajemnych relacji. Szukający porady uczy się dostrzegać postępujące w czasie złagodzenie napiętej domowej atmosfery i wiązać ją w logiczną, przyczynowo-skutkową całość z podejmowanymi wysiłkami czy nawet konkretnymi ćwiczeniami. Prawidłowy przebieg kontaktu z doradcą pozwala rozpoznać istnienie pewnych prawidłowości w rozwoju

⁴⁹ Por. M. Ryś, *Konflikty w rodzinie niszczą czy budują?*, Warszawa 1994, s. 55.

⁵⁰ Por. tamże, s. 55-56.

⁵¹ Por. F. Fischaleck, *Faires Streiten in der Ehe. Partnerkonfliktebesserlösen* – cyt. za: E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie...*, s. 84.

⁵² Por. T. Biernat, *Przemiany rodziny...*, s. 213.

⁵³ Por. E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie...*, s. 84.

stosunków partnerskich, dostrzec istnienie zupełnie nowych i niewypróbowanych dotąd możliwości rozwiązywania problemów⁵⁴.

Spośród korzyści wynikających z poradnictwa warto zwrócić uwagę na takie, jak:

- Więź i zaufanie pomagają doradcy zrozumieć klienta oraz przekazać mu to zrozumienie i respekt, jaki wobec niego żywi.
- Doradca oferuje klientowi wsparcie: może to być wsparcie w radzeniu sobie ze stresującą lub kryzysową sytuacją; wsparcie w kategoriach akceptacji i respektu wobec klienta jako osoby lub wsparcie w stawianiu czoła minionym traumatycznym wydarzeniom.
- Klient doświadcza zmniejszenia napięcia lub redukcji lęku, co pozwala mu na podjęcie prób radzenia sobie ze swym problemem lub rozmawiania o nim.
- Przystosowawcze reakcje klienta są wzmacniane. Ucząc się coraz więcej o sobie i o szkodliwych wzorcach zachowania i myślenia, klient uzyskuje możliwość rozwiązania określonych problemów, naprawiania więzi itp. Doradca dzieli się z nim wszelkimi umiejętnościami i wiedzą, jakie mogą być w tym przydatne⁵⁵.

Niezależnie od stopnia realizacji zasadniczych celów poradnictwa szukający pomocy w samym procesie korzystania z porady uzyskuje: rozluźnienie wewnętrznego napięcia (ulgę) poprzez wypowiedzenie swych przeżyć i uczuć; motywację do podjęcia określonych starań i wysiłków zmiany swego postępowania; nowe spojrzenie na sytuację i umiejętności zmiany własnego postępowania w życiu małżeńskim i rodzinnym⁵⁶.

Granice poradnictwa niełatwo określić. Doradca musi zdawać sobie sprawę z tego, że to, co najistotniejsze i decydujące o losach wspólnoty małżeńskiej i rodzinnej, rozgrywa się w czterech ścianach domu, a nie w poradni. Dlatego też odpowiedzialność za losy małżeństwa i rodziny pozostaje zawsze w rękach współmałżonków. Oni też mogą liczyć na pomoc nadprzyrodzoną, na łaskę wynikającą z sakramentalności ich związku.

Odpowiedzialność doradcy wyczerpuje się w wierności celom poradnictwa i w wykorzystaniu możliwości, jakie otwiera kontakt doradczy i dobra wola, a także prawidłowa postawa doradcy i właściwe dobrane metody postępowania⁵⁷.

Osoba udzielająca wsparcia i potrzebujący pomocy

Człowiek, który pragnie służyć innym pomocą, udzielać rad, sam musi spełnić określone wymogi. Musi być osobą kongruentną, czyli wewnętrznie zgodną, zwartą, harmonijną. Zgodność ta dotyczy widzenia samego siebie i przekazu siebie innym. Osoba doradcy winna służyć swoją wewnętrzną prawdziwością,

⁵⁴ Por. tamże, s. 85-86.

⁵⁵ Por. C. Sutton, *Psychologia dla pracowników*, s. 141.

⁵⁶ Por. E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie...*, s. 87.

⁵⁷ Por. tamże.

autentycznością. Winna żyć w zgodzie ze swoimi wartościami. Autentyczność doradcy oznacza życie w prawdzie. Jest to związane z wewnętrzną prostotą, nieudawaniem przed samym sobą i przed innym⁵⁸.

Doradca, zdaniem Marii Ryś⁵⁹, powinien być człowiekiem pełnym energii – czyli intuicyjnej zdolności do ujmowania autentycznej rzeczywistości drugiego człowieka. Winien współodczuwać z innymi i adekwatnie reagować na ich stany emocjonalne. Powinien on posiadać zdolność „rozumienia sercem”, bez przeprowadzania zbędnych analiz, zadawania raniących pytań, porównywania przeżyć innych ze swoimi. Doradca winien w pełni akceptować człowieka, troszczyć się o niego, wierzyć w jego możliwości, zachować szacunek dla jego psychicznej odrębności. Doradca winien ukazywać człowiekowi, że mu na nim zależy, że przedstawia dla niego wartość. Dzięki takiej akceptacji człowiek zaczyna pragnąć rozwoju, stawania się pełnowartościową osobą.

Stanisław Kawula⁶⁰ podkreśla, iż do nawiązywania i podtrzymywania kontaktu z drugą osobą ważne są: nastawienie na słuchanie, nastawienie na mówienie, otwartość w ujawnianiu własnych myśli i otwartość na przyjmowanie punktu widzenia drugiej osoby, czytelność w wyrażaniu myśli, spójność treści przekazywanych za pomocą słów i przekazywanych jednocześnie w sposób niewerbalny. Ważne jest także: organizowanie warunków działania sobie i innym ludziom, kierowania działaniami innych osób i grup społecznych, umiejętność mediowania, negocjowania, pośredniczenia między osobami

Spotkanie z doradcą daje człowiekowi szansę na wewnętrzną przemianę, na uzyskanie poczucia własnej autonomii, otwarcie się na innych, kształtowanie życzliwości wobec drugich⁶¹.

W procesie działania, kiedy to osoba udzielająca pomocy dostarcza porad, wskazówek pomocnych w rozwiązaniu problemu, mogą pojawić się pewne trudności w realizacji tej formy pomocy.

- Pierwsza z nich wiąże się z uzgadnianiem perspektywy klientów i doradcy. Zgodność może dotyczyć celu poradnictwa: czy na pewno doradcy i rodziny myślą o podobnym wyniku ich spotkań?
- Druga trudność dotyczy rozumienia roli doradcy rodzinnego: czy jest on ekspertem, nauczycielem, trenerem, konsultantem, czy może jeszcze kimś innym? Odpowiedź na to pytanie jest szczególnie istotna dla osoby zajmującej się poradnictwem rodzinnym. Jasne określenie celu i zakresu udzielanej pomocy, unikanie podejmowania roli psychoterapeuty lub wiecznego opiekuna „nieudanej rodziny” pozwala uniknąć kłopotów z własną identyfikacją zawodową i oszczędza rodzinie wysiłku w zastanawianiu się, jak traktować doradcę: jak przełożonego w miejscu pracy, jak nauczyciela szkolnego, a może jak guru i przewodnika duchowego?

⁵⁸ Por. M. Ryś, *Konflikty w rodzinie...*, s. 54.

⁵⁹ Por. tamże, s. 54-55.

⁶⁰ Por. S. Kawula, *Człowiek w relacjach socjopedagogicznych*, Toruń 2004, s. 63.

⁶¹ Por. M. Ryś, *Konflikty w rodzinie...*, s. 55.

- Trzecia rozważana trudność jest związana z utrzymaniem ciepłej, przyjaznej relacji z wszystkimi członkami rodziny. Doradca powinien unikać zaangażowania w relacje jednej ze stron. Zachowanie bezstronności jest trudnym zadaniem.
- Czwarta trudność w ustanowieniu dobrego kontaktu z wszystkimi osobami przychodzącymi po pomoc wiąże się z bagażem dotychczasowych doświadczeń rodziny. Rodziny przychodzące do doradcy mają często obawy, które nie zawsze są rozpoznawane przy pierwszym kontakcie. Obawiają się oceny osoby z zewnętrznego otoczenia systemu rodzinnego – przy czym każdy boi się czegoś innego: rodzice boją się oskarżenia, że są niedobrymi rodzicami, a dzieci nie chcą po raz kolejny usłyszeć, że są niedobrymi dziećmi.
- Piątym dylematem doradcy może być ograniczenie własnej tendencji do udzielania pomocy w szerszym zakresie niż ten zadeklarowany przez rodziców/osoby/małżonków poszukujących pomocy. Wiedza doradcy obejmuje szersze spektrum problemów niż ten jeden, przedstawiony przez rodzinę. Koncentracja na sprawie wniesionej przez rodzinę jest koniecznym ograniczeniem, które na pewno ma pewne zalety. Oznacza szacunek dla wyboru ważnego problemu, który został dokonany przez rodzinę – być może taki właśnie problem jest możliwy do przedstawienia na „tu i teraz”⁶².

Zakończenie

Współcześnie obserwujemy wzrastającą rolę poradnictwa, również ze względu na powiększenie obszarów, w których udzielana jest różnego rodzaju pomoc. Jedną z form pomocy, oferowanych współcześnie rodzinom, jest poradnictwo rodzinne. W Polsce funkcjonuje ono zarówno w instytucjach publicznych, świeckich, jak i w ramach działania różnych Kościołów.

Zdaniem E. Sujak⁶³, „poradnictwo rodzinne jest potrzebą obiektywną, dostrzegalną w skali ogólnospołecznej, ale jest także potrzebą subiektywną wszystkich doświadczających bolesnych rozterek, szarpiących się w więzach własnych nieumiejętności, czasem na skraju rozpacz. Potrzeba ta dotyczy nie tylko zagrożonych rozpadem więzi małżeńskiej, ale także wielu tych, którzy chcieliby coś w swoim małżeństwie zmienić lub poprawić, tych, którzy oprócz rozczarowania ogarnia czasem lęk dotyczący przyszłości, tych, którzy chcieliby świadomie uczestniczyć w procesie rozwoju i zbierania doświadczeń, których są na razie biernymi uczestnikami”.

Rodziny zgłaszające się do poradnictwa rodzinnego doświadczają wielu mieszanych uczuć. Trudno im zaakceptować myśl, że potrzebna jest pomoc zewnętrzna, ponieważ oznacza to, że dotychczasowe doświadczenia, przekonania, wartości, strategię rodziny nie są skuteczne i nie prowadzą do rozwiązania problemów.

⁶² Por. I. Jelonkiewicz, *Poradnictwo rodzinne*, s. 253-255.

⁶³ E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie...*, s. 18.

Przekonanie „jesteśmy niekompetentni” może rodzić poczucie winy i obawę przed oskarżeniem ze strony profesjonalisty o nieumiejętne rodzicielstwo⁶⁴.

Sami uczestnicy konfliktu, sytuacji trudnych – poszukują pomocy – szukają jej często na oślep i zamiast pomocy uzyskują niekiedy wzmocnienie własnego, nieprawidłowego i nierokującego pomyślnych zmian stanowiska. Spontaniczne doradztwo przyjaciół i krewnych tylko wyjątkowo może być rzeczywiście pomocne. Stąd rodzi się potrzeba pomocy życzliwej i obiektywnej, kompetentnej i sprawnej, dyskretnej i łatwo dostępnej. Zatem wynika z tego potrzeba obecności poradnictwa w życiu społecznym, a także wyczerpującej informacji o tej obecności i jej dostępności⁶⁵.

Ponieważ coraz więcej osób zwraca się do specjalistów z nadzieją na znalezienie pomocy w sytuacjach trudnych, należałoby promować poradnictwo rodzinne i wszelkie inne formy udzielania wsparcia małżeństwu i rodzinie. Być może korzystanie z tej formy pomocy, czy to w instytucjach państwowych, czy kościelnych – mogłoby zapobiec rozpadowi małżeństw, problemom osobistym i rodzinnym.

Bibliografia

- Biernat T., *Przemiany rodziny jako problem społeczny*, w: *Budowanie systemu wsparcia dla rodziny – możliwości i ograniczenia*, red. M. Sobczyk-Michałowska, M. Kozubska, Bydgoszcz 2010, s. 17-25.
- Bruzszczak H., *Metody poradnictwa interdyscyplinarnego dla osób i rodzin w systemie pomocy społecznej*, w: *Budowanie systemu wsparcia dla rodziny – możliwości i ograniczenia*, red. M. Sobczak-Michałowska, A. Kozubska, Bydgoszcz 2010, s. 48-60.
- Drożdżowicz L., *Ogólna teoria systemów*, w: *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, red. B. de Barbaro, Kraków 1999, s. 9-17.
- Fischaleck F., *Faires Streiten in der Ehe. Partnerkonflikte besser lösen*, Freiburg in Breisgau 1977.
- Goldenberg H., Goldenberg I., *Terapia rodzin*, tłum. M. Łuszczak, M. Młynarz, K. Siemieniuk, Kraków 2006.
- Hołyń B., *Istota udzielania wsparcia w związkach małżeńskich*, w: *Małżeństwo, rodzina, rozwód*, red. B.M. Kaja, Bydgoszcz 2013, s. 187-215.
- Jelonkiewicz I., *Poradnictwo rodzinne*, w: *Poradnictwo psychologiczne*, red. C. Czabała, S. Kulczyńska, Warszawa 2015, s. 228-257.
- Jaworska-Oblój Z., Skuza B., *Pojęcie wsparcia społecznego i jego funkcji w badaniach naukowych*, „Przegląd Psychologiczny” 3 (1986), s. 733-746.
- Kargulowa A., *O teorii i praktyce poradnictwa. Podręcznik akademicki*, Warszawa 2007.
- Kawula S., *Człowiek w relacjach socjopedagogicznych*, Toruń 2004.
- Kowalczyk D., *Poradnie rodzinne*, w: *Formy opieki, wychowania i wsparcia w zreformowanym systemie pomocy społecznej*, red. J. Bągiej, S. Badora, Opole 2005, s. 152-163.

⁶⁴ Por. I. Jelonkiewicz, *Poradnictwo rodzinne...*, s. 243.

⁶⁵ E. Sujak, *Poradnictwo małżeńskie...*, s. 17.

- Krzyszczeko H., *Poradnictwo duszpasterskie. Teoria i praktyka rogeriańskiego kontaktu pomocnego*, Katowice 1998.
- Kukołowicz T., *Podstawy teoretyczne parafialnego poradnictwa rodzinnego*, w: *Teoretyczne i metodologiczne problemy poradnictwa*, red. A. Kargulowa, M. Jędrzejczak, Wrocław 1985, s. 131-139.
- Ryś M., *Konflikty w rodzinie niszczą czy budują?*, Warszawa 1994.
- Smykowska D., *Rodzina wychowująca dziecko z niepełnosprawnością*, w: *Rodzice i dzieci w różnych systemach rodzinnych*, red. J. Janicka, Kraków 2010.
- Stewart C., *The Minister as marriage counselor*, Nashville 1961.
- Sujak E., *Poradnictwo małżeńskie i rodzinne*, Katowice 1988.
- Sutton C., *Psychologia dla pracowników*, Gdańsk 2004.
- Szczepkowski J., *W poszukiwaniu współpracy z rodziną*, w: *Budowanie systemu wsparcia dla rodziny – możliwości i ograniczenia*, red. M. Sobczyk-Michałowska, M. Kozubska, Bydgoszcz 2010, s. 38-47.
- Wesołowska A., *Poradnictwo interdyscyplinarne wobec wyzwań współczesnej rodziny*, w: *Wybrane problemy współczesnych małżeństwo i rodziny*, red. H. Liberska, A. Malina, Warszawa 2011, s. 213-223.
- Ziemska M., *Rodzina a osobowość*, Warszawa 1975.

Słowa kluczowe: małżeństwo, rodzina, wsparcie, poradnictwo rodzinne
Keywords: marriage, family, support, family counselling