

SPRAWOZDANIE ZE SZKOLENIA TERAPEUTYCZNEGO W ZAKRESIE TRAUMATYCZNYCH DOŚWIADCZEŃ (PRZEMOCY, ZANIEDBANIA I STRAT PROKREACYJNYCH)

Racibórz Miedonia, 20-25 czerwca 2005 roku

W dniach 20-25 VI 2005 r. odbyło się w Raciborzu Miedonii szkolenie w terapii I^o dla osób z doświadczeniem przemocy, zaniedbania i strat prokreacyjnych. Zgłoszenie do szkolenia podlegało procedurze kwalifikacyjnej składającej się z dwóch etapów: (1) wypełnienia szczegółowego kwestionariusza i analizowania go przez osoby prowadzące szkolenie; (2) indywidualnej rozmowy kandydata z prowadzącymi. Do szkolenia zakwalifikowano kilkanaście osób z całej Polski: psychologów, pedagogów, pracowników różnych poradni, przedstawicieli służby zdrowia, osób zaangażowanych w Duszpasterstwie Rodzin, dwie siostry zakonne odpowiedzialne za formację nowicjatu, dwóch księży, przedstawicieli uczelni (nauczyciel akademicki, student V r. psychologii UKSW oraz doktorant teologii KUL).

Szkolenie stanowił 60-godzinny trening mający charakter intensywnej pracy ćwiczeniowej połączonej z koniecznością przyswojenia wielu szczegółowych opracowań teoretycznych dotyczących problematyki szkolenia. Każdego dnia odbywało się pięć sesji warsztatów, niektóre z nich poprzedzane były wykładami. Osoby szkolące się pracowały w dwóch 8-osobowych grupach. Na wykładach spotykali się wszyscy uczestnicy szkolenia.

Wśród poruszanych zagadnień znalazły się m.in.: geneza i etiologia traum, psychopatologia osób doświadczających następstw przemocy (słownej, seksualnej, fizycznej), zaniedbania (emocjonalne, intelektualne, fizyczne) oraz utraty ciąży (aborcja, poronienie, urodzenie martwego dziecka, śmierć dziecka tuż po porodzie, oddanie dziecka do adopcji, zabiegi zapłodnień *in vitro*), asertywność, kluczowe konflikty, mechanizmy obronne jako maski, dziecko chciane a przyjęte, negocjowanie, pojednanie, teorie rozwojowe, powiązania pomiędzy przemocą a utratą ciąży, poczucie winy, żałoba, więzi partnerskie, przeżywanie radości. Szczególną wartością szkolenia była możliwość poznania różnorodnych technik terapeutycznych i metod pracy z grupą.

Poznawana w czasie szkolenia terapia składa się z trzech części: 1. Dlaczego jestem, jaki jestem?; 2. Proces przebaczenia i pojednania; 3. Trenowanie nowych sposobów kontaktowania się z innymi. Można w niej wyróżnić następujące fazy, które uczestnicy szkolenia zobowiązani byli przeżyć i doświadczyć na samych sobie: 1. Informacja o ryzyku: kosztach, korzyściach, mechanizmach obronnych; 2. Analiza relacji rodzinnych – genogram; 3. Reintegracja uczuć w konkretnych wydarzeniach z przeszłości (OFIARA, KRZYWDZICIEL, OBSERWATOR); 4. Nauka asertywności; 5. Konstruktywne radzenie sobie z poczuciem winy; 6. Odkrywanie i rezygnowanie z niekorzystnych mechanizmów obronnych; 7. Przeżycie żalu i smutku po różnych stratach życiowych; 8. Pojednanie i przebaczenie; 9. Przedefiniowanie relacji

z najbliższymi; 10. Osłabianie niekorzystnych relacji seksualnych z przeszłości; 11. Radowanie się, dobre pożegnanie, zamknięcie procesu terapeutycznego, realistyczne oczekiwania.

Szkolenie było przejawem działalności Stowarzyszenia New Experience for Survivors of Trauma – NEST (wcześniej The International Institute of Pregnancy Loss Child Abuse Research and Recovery – IIPLCARR). Prowadzili je Andrzej Winkler (psycholog, psychoterapeuta, trener i superwizor NEST) oraz Witold Simon (psychiatra, psychoterapeuta pracujący w Klinice Nerwic Instytutu Psychiatrii i Neurologii, trener i superwizor NEST).

Powyższy program terapeutyczny opracował – na podstawie własnego doświadczenia i wiedzy czerpanej z różnych dotychczasowych kierunków terapeutycznych – kanadyjski psychiatra Philip Ney. Początkowo była to odpowiedź na problemy osób doświadczających syndromu postaborcyjnego czy zespołu ocalańca, później – także tych, którzy doświadczyli innych traum, zwłaszcza przemocy słownej i fizycznej z okresu dzieciństwa i niekorzystnych relacji seksualnych. Szkolący się w tym programie Winkler i Simon odbywali staże w Kanadzie, a następnie, uzupełniwszy program i dostosowawszy go do warunków polskich, podjęli tego typu szkolenia w Polsce. Pierwsze z nich odbyło się w 2000 r., obecne było trzynastym z rzędu. Łącznie z naszą grupą, szkolenie tego typu odbyło w Polsce ok. 150 osób.

Założone przez Philipa Neya Stowarzyszenie zajmujące się terapią osób z doświadczeniem przemocy, zaniedbania i strat prokreacyjnych grupuje terapeutów z całego świata. Polskie Stowarzyszenie New Experience for Survivors of Trauma liczy 35 osób. Jego prezesem jest Andrzej Winkler.

Liczne patologie i ich psychologiczne oraz społeczne następstwa skłaniają do podejmowania różnych form profilaktyki i terapii. Proponowany program jest jedną z form pomocy. Jego wartość wyraża się w celnym odniesieniu do przyczyn wielu istniejących problemów oraz wszechstronnej propozycji terapeutycznej. Znajomość dotychczasowych kierunków diagnozy i pomocy psychologicznej umożliwiła stworzenie wyjątkowo cennego programu. Ma on bowiem zarówno ugruntowane podstawy teoretyczne, jak i bogatą propozycję technik umożliwiających prowadzenie terapii. Dotarcie do źródeł rzeczywistych problemów pozwala na ich adekwatne rozwiązywanie oraz odnajdowanie nowych sposobów własnego funkcjonowania. Kompetencja terapeutów, stworzony przez nich kontakt pomocny oraz życzliwa atmosfera grupy umożliwiają konstruktywne przepracowywanie własnych traum, odnajdowanie nowych sposobów reagowania, budowania udanych relacji z innymi i formułowania realistycznych oczekiwań pod własnym adresem. Tego typu umiejętności pozytywnie wpływają na jakość życia. Przedstawione walory składają się na pozytywną ocenę odbytego w Raciborzu szkolenia. Udział w treningach NEST poszerza wiedzę i dostarcza nowych umiejętności przydatnych do pracy z innymi. Uznanie wartości takich szkoleń wyraża się również w powiększeniu grona osób mogących bardziej rozumieć i pomagać innym. Dla zainteresowanych – po odbyciu szkolenia jest możliwość zdania egzaminu, odbycia stażu, superwizji, uzyskania certyfikatu wewnętrznego i bycia terapeutą NEST.

*Urszula Dudziak
Instytut Nauk o Rodzinie KUL*