

**Paulina Kiczko-Kamut**

Placówka Wsparcia Dziennego

„Iskierka Nadziei” Stowarzyszenie SOS Wioski Dziecięce w Polsce

**PROGRAM SOCJOTERAPEUTYCZNY  
„KOLORY TĘCZY”  
SZANSĄ NA ROZWÓJ KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH  
OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH INTELEKTUALNIE**

**SOCIOTHERAPY PROGRAM  
"COLORS OF THE RAINBOW" OPPORTUNITY  
TO DEVELOP SOCIAL COMPETENCES  
OF PEOPLE WITH INTELLECTUAL DISABILITIES**

**Streszczenie:** W artykule zwrócono szczególną uwagę na problemy, z jakimi borykają się osoby niepełnosprawne intelektualnie, podjęto rozważania na temat poziomu kompetencji społecznych osób niepełnosprawnych. Przedstawiono również doświadczenia z realizacji programu socjoterapeutycznego „Kolory Tęczy”, który jest cyklem 14 warsztatów skierowanych do osób mających trudności w radzeniu sobie z sytuacjami stresowymi oraz konfliktowymi.

**Słowa kluczowe:** niepełnosprawność intelektualna, kompetencje społeczne, działania socjoterapeutyczne

**Abstract:** The author points out to the problems of people with intellectual disabilities. The author presents the reflections of the level social competences of people with intellectual disabilities. The author in her article represent sociotherapy activities “Colors of the Rainbow”, which is a series of 14 scripts for people who have difficulty in coping with stressful situations and conflict.

**Keywords:** intellectual disability, social competences, sociotherapy activities

W życiu dorosłego człowieka przychodzi moment, w którym pragnie on posiadać dziecko. Jest to okres szczególny, wymagający miłości, cierpliwości, chęci, a przede wszystkim dojrzałości emocjonalnej. Kobieta i mężczyzna, podejmując świadomą decyzję o rodzicielstwie, biorą na siebie dużą odpowiedzialność, która nigdy się nie kończy. Jest to trwająca w sercu rodzica obawa o bezpieczeństwo dziecka, jego rozwój, marzenia oraz pasje. Rodzice, gdy usłyszą informację, że urodzi im się dziecko, wpadają w wir przygotowań. Cieszą się, że będą mogli urządzić dziecku kącik, kupić niezbędne akcesoria, ubranka. Niektórzy zaczynają nawet planować przyszłość swojego nienarodzonego jeszcze potomka – szkołę, studia czy też pracę. Niestety czasem marzenia i plany rodziców ulegają diametralnym zmianom w momencie narodzin dziecka, kiedy dowiadują się, że ich pociecha jest niepełnosprawna. Towarzyszące temu uczucia mogą być horyzontalnie rozbieżne: od miłości, złości, niedowierzenia, rozgoryczenia, załamania, po najgorsze, jakie może być – odrzucenie dziecka. Rodzice upośledzonego dziecka, po usłyszeniu diagnozy, muszą się z nią oswoić. Jednakże wymaga to czasu, wielu wylanych łez oraz poszukiwań możliwości uleczenia dziecka.

W literaturze przedmiotu wielu autorów prowadziło rozważania na temat przystosowania się rodziców do narodzin dziecka niepełnosprawnego intelektualnie. Jednym z tych autorów jest Małgorzata Kościelska [Kościelska, 2000, s. 91-94], która wymienia następujące bezpośrednie reakcje na traumę:

- zagłuszanie – ucieczka od uczuć poprzez koncentrację na licznych działaniach zajmujących codzienny czas, tj. praca, życie towarzyskie. Chodzi o to, żeby nie odczuwać, nie koncentrować się na zaistniałej sytuacji, po prostu zapomnieć;
- deformacje percepcyjne – zaprzeczenie diagnozie, niedostrzeżenie zaburzeń oraz zamiana wartości negatywnych na pozytywne;
- porządkowanie poznawcze – poszukiwanie informacji o niepełnosprawności dziecka oraz tworzenie własnych koncepcji choroby, często rozbieżnych ze stanowiskiem specjalistów;

- poszukiwanie wsparcia – poszukiwanie instytucji oraz osób, które pomogą rodzicom dzieci upośledzonych – udziela porad, wskazówek. Bardzo często jest to próba przerzucenia odpowiedzialności na innych;
- uprzedmiotowienie dziecka – koncentracja na zabiegach pielęgnacyjnych jako formie zadaniowej.

W dalszym postępowaniu M. Kościelska odnosi się do działań długofalowych, koncentrując się na trzech liniach życia osób wychowujących dziecko upośledzone. Pierwsza skupia się na odsunięciu dziecka od życia rodzinnego. Polega to na pozornym akceptowaniu niepełnosprawności. W tej fazie opieka nad dzieckiem często jest powierzona osobom zatrudnionym do pielęgnacji. Druga linia, zdaniem M. Kościelskiej, jest swoistą formą osiągnięcia kompromisu pomiędzy potrzebami dzieci a planami i obowiązkami rodziców. Natomiast trzecia linia charakteryzuje się aktywnym udziałem rodzica w wychowaniu dziecka upośledzonego, przy szczególnym skupieniu się na jego rehabilitacji. Przejście poprzez kolejne fazy wychowania dziecka niepełnosprawnego intelektualnie jest niezwykle trudne i wymaga wiele cierpliwości oraz miłości. Jednakże tak kręta droga jest kluczem do osiągnięcia sukcesu – koncentracji na dziecku i jego możliwościach. Odnalezienia w nim tego co jest najważniejsze – wartościowego człowieka. I właśnie w tym kierunku powinny podążać wszelkie działania o charakterze edukacyjno-rewalidacyjno-wychowawczym prowadzone przez rodziców, specjalistów, a przede wszystkim przez zwykłe codzienne relacje społeczne. Powyższe stwierdzenie potwierdza stanowisko Ireny Obuchowskiej, zdaniem której „problemy ludzi niepełnosprawnych to nie tylko problemy rehabilitacji pedagogicznej, psychologicznej czy innej, ale to również społeczna egzystencja tych ludzi, ich byt” [Obuchowska, 1987, s. 33].

W społeczeństwie polskim żyje prawie 4,5 miliona osób niepełnosprawnych intelektualnie, stanowi to prawie 12% społeczeństwa polskiego [GUS, 2013]. Zatrważający jest fakt, że Polacy w dalszym ciągu stanowią środowisko zamknięte na osoby niepełnosprawne. Jak pisze

Ditta Baczała, „(...) obserwacje społecznych postaw wobec osób z niepełnosprawnością intelektualną przekonują o negatywnym nastawieniu społecznym wobec tej niepełnosprawności. Wiele osób niepełnosprawnych, a szczególnie niepełnosprawnych intelektualnie, doświadcza traktowania pełnego uprzedzeń. Wpływa to na poczucie mniejszej wartości, napiętnowania, upokorzenia”. [Baczała, 2012, s. 29]. W dalszych rozważaniach D. Baczała podkreśla, że ludzie bardzo często postrzegają osoby niepełnosprawne intelektualnie jako dziwne, budzące nawet strach. Nietrudno znaleźć przykłady świadczące o tym, jak polskie społeczeństwo postrzega osoby upośledzone. Do dziś pamiętam sytuację, kiedy w autobusie komunikacji miejskiej chłopiec chciał usiąść koło upośledzonej dziewczyny. Dla dziecka to była zwykła, codzienna czynność – wejść do autobusu i usiąść tam, gdzie jest miejsce. Zaskakująca była natomiast reakcja babci chłopca, która szybko go skarciła, nie pozwalając usiąść koło niepełnosprawnej dziewczyny. Opisywana sytuacja jest jednym z licznych przykładów, jak wielkiego upokorzenia doświadczają osoby niepełnosprawne intelektualnie. Idąc dalej tropem rozważań Baczały, „sytuacja upokorzenia jest swoistym trudem, z którym musi się zmagać człowiek znajdujący się w niej, i nie ma znaczenia, czy jest to osoba z niepełnosprawnością intelektualną. W jej przypadku może być trudniej, bo brakuje kompetencji społecznych, szczególnie tych warunkujących prawidłowe reakcje w ekspozycji społecznej” [Baczała, 2012, s. 30].

Osoby niepełnosprawne intelektualnie w kontaktach społecznych przejawiają zachowania typowo infantylnie, są szczerze w swoich poglądach, mówią to, co im podpowiada serce. Często staje się to przyczyną niezrozumienia, dotkliwych żartów, czy nawet naznaczenia ze strony społeczeństwa, charakteryzującego się niskim poziomem wiedzy o osobach upośledzonych. Rozbieżności pojawiające się w relacjach społecznych osób niepełnosprawnych i pełnosprawnych powodują wycofanie się i wzajemne zamknięcie na siebie. Z tą różnicą, że osoby niepełnosprawne intelektualnie dotkliwiej odczuwają zjawisko odrzucenia. Można to zapewne powiązać z niskim poziomem kompetencji społecznych osób upośledzonych. Wskazaną tezę potwierdzają

badania prowadzone przez Dittę Baczałą – wyniki uzyskane w badaniach pozwalają stwierdzić, że ogólny poziom kompetencji społecznych osób niepełnosprawnych intelektualnie jest niski [Baczała, 2012, s. 219-228].

Dla lepszego zrozumienia dalszych rozważań warto zastanowić się, jak można wyjaśnić termin kompetencje społeczne. Pojęcie to jest na tyle obszerne, że przedstawiciele nauki nie potrafią przyjąć jednej definicji wyjaśniającej znaczenie tego terminu. W niniejszym opracowaniu zostało zaprezentowane stanowisko Anny Matczak, zdaniem której kompetencje społeczne to „złożone umiejętności warunkujące efektywność radzenia sobie w sytuacjach społecznych, nabywane przez jednostkę w toku treningu społecznego” [Matczak, 2007, s. 7]. Trening społeczny należy tu rozumieć jako szereg działań zaplanowanych, organizowanych w placówkach wyspecjalizowanych w pracy z osobami niepełnosprawnymi intelektualnie, jak również wszelkie możliwe oddziaływania środowiska społecznego, w którym osoby niepełnosprawne żyją. Chodzi przede wszystkim o stymulowanie m.in. umiejętności analizowania sytuacji społecznych oraz kontroli własnych zachowań, redukcję lęku, wzmacnianie poczucia godności i samooceny niepełnosprawnych, jak również kształtowania umiejętności radzenia sobie ze stresem [Baczała, 2012, s. 230].

Wskazane powyżej umiejętności można kształtować między innymi podczas warsztatów socjoterapeutycznych organizowanych w placówkach, gdzie osoby niepełnosprawne intelektualnie przebywają. Uczestnictwo osób niepełnosprawnych intelektualnie w grupach socjoterapeutycznych będzie szansą na odreagowanie napięć emocjonalnych powstałych w toku przykrych doświadczeń, które są udziałem osób upośledzonych. Ponadto, każde oddziaływanie o charakterze socjoterapeutycznym ma na celu dostarczenie korekcyjnych treści, przeciwstawnych do tych doznawanych w przeszłości [Sawicka, 1998, s. 16-17]. Uczestnictwo osób niepełnosprawnych intelektualnie w grupie jest szansą na wspólne zdobycie wiedzy, jak również rozwój praktycznych umiejętności społecznych, przydatnych w codziennym funkcjonowaniu. Zajęcia socjoterapeutyczne są specyficzną formą warsztatów.

Uczestnicy zaangażowani w pracę przechodzą kolejne etapy dynamiki rozwoju procesu grupowego, począwszy od wycofania, niechęci, poprzez opór, konflikty, sprawdzanie siebie i prowadzącego, kończąc na fazie konstruktywnej pracy, przynoszącej wiele satysfakcji i spełnienia. W pracy grupy ważną rolę odgrywa prowadzący, który musi tak zorganizować oddziaływania, aby uczestnicy sami dochodzili do konkretnych wniosków. Dzięki takiemu podejściu uczestnicy niepełnosprawni intelektualnie stworzą grupę, w której będą czuli się bezpiecznie i pewnie, a to stanowi bezpośredni klucz do osiągnięcia sukcesu terapeutycznego.

Zdaniem W. Zaidlera, pedagogika powinna odejść od instytucjonalizacji, a skupić się na jednostce jako wartości samej w sobie [Zeidler, 2002, s. 112-113]. W niniejszym opracowaniu przedstawiono założenia programu socjoterapeutycznego „Kolory Tęczy” jako szansy na rozwój wybranych kompetencji społecznych osób niepełnosprawnych intelektualnie.

Program socjoterapeutyczny „Kolory Tęczy” [Kiczko-Kamut, Rosocha, 2013] jest cyklem 14 warsztatów skierowanych do osób niepotrafiących bądź też niewłaściwie radzących sobie w sytuacjach stresowych i konfliktowych. Program ten jest sumą doświadczeń zdobytych w pracy pedagoga i psychologa, a dobrane w programie zestawy gier i zabaw zawierają treści o charakterze korygującym, edukacyjnym i terapeutycznym. Program „Kolory Tęczy” zawiera rozwiązania, które są szansą dla osób niepełnosprawnych intelektualnie na odciążenie tłumionych, przykrych emocji powstałych w sytuacjach stresowych oraz konfliktowych. Organizacja warsztatów w oparciu o wyżej wymieniony program ułatwi uświadomienie odbiorcom znaczenia tych pojęć oraz umożliwi udoskonalenie posiadanych i rozwój nowych umiejętności przydatnych w radzeniu sobie z konfliktami i stresem. To z kolei będzie szansą na rozwój osobisty osób niepełnosprawnych intelektualnie.

Program „Kolory Tęczy” był realizowany w świetlicy środowiskowej. Utworzona grupa socjoterapeutyczna miała charakter integra-

cyjny – dwie dziewczynki były niepełnosprawne intelektualnie. Pierwsze zajęcia, prowadzone w oparciu o przygotowany program, miały na celu integrację grupy, dzięki temu osoby uczestniczące w warsztacie mogły poczuć się bezpiecznie. Jest to niezwykle ważna cecha szczególnie w pracy z osobami niepełnosprawnymi intelektualnie, które na co dzień doświadczają przykrych odczuć. Zapewnienie przyjaznej atmosfery, pełnej szacunku, wsparcia i poszanowania godności ułatwiło dziewczynkom niepełnosprawnym otworzenie się na innych. W początkowej fazie tworzenia grupy szczególnie ważne było wypracowanie wspólnych zasad, którymi uczestnicy kierowali się w dalszych etapach pracy. Już w tym momencie doszło do istotnego procesu zawiązywania stałości zespołu. Kolejne zajęcia zawarte w programie stanowiły etap pracy właściwej, kiedy dzieci zdobywały wiedzę teoretyczną oraz praktyczne umiejętności, jak również korygowały destrukttywne sposoby radzenia sobie z sytuacjami stresowymi i konfliktowymi. Był to etap niezwykle ważny w pracy grupy, gdyż wtedy nastąpiło „przełamanie lodów” oraz wzajemne otworzenie się na siebie. Grupa w konstruktywny sposób wypracowywała sposoby radzenia sobie ze stresem i konfliktami. Etapem kończącym pracę grupy były zajęcia podsumowujące, na których uczestnicy wymieniali się informacjami. Była to chwila refleksji i zastanowienia się nad sobą, swoimi umiejętnościami oraz relacjami z innymi. Zadowalający był fakt, że dziewczynki niepełnosprawne intelektualne bardzo chętnie angażowały się w ćwiczenia oferowane na zajęciach, a pozyskiwane umiejętności wykorzystywały w codziennych relacjach. Program „Kolory Tęczy” stanowił znaczącą rolę w rozwoju umiejętności społecznych dzieci w nim uczestniczących. Udział w zajęciach był niezwykle cennym i bogatym doświadczeniem dla dzieci, jak również dorosłych. Obserwując pracę dziewczynek niepełnosprawnych podczas warsztatów należy stwierdzić, że program socjoterapeutyczny „Kolory Tęczy” może być z powodzeniem realizowany w szkołach integracyjnych, specjalnych, jak również w warsztatach terapii zajęciowej.

Efektom przedstawionego programu socjoterapeutycznego jest podniesienie własnej wartości osób biorących w nim udział i wykształcenie u nich umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych: stresowych i konfliktowych. Równocześnie istotą programu jest uwypuklenie wartości każdego człowieka i podkreślenie go jako indywidualności.

### **Bibliografia**

1. Baczała, D., 2012, *Niepełnosprawność intelektualna a kompetencje społeczne*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń.
2. GUS, 2013, *Rocznik demograficzny 2013*, Zakład Wydawnictw Statystycznych, Warszawa.
3. Kiczko-Kamut, P., Rosocha, A., 2013, *Program socjoterapeutyczny „Kolory Tęczy”*, Siedlce.
4. Kościelska, M., 2000, *Oblicza upośledzenia*, PWN, Warszawa.
5. Matczak, A., 2007, *Kwestionariusz Kompetencji Społecznych KKS – podręcznik*, wyd. II poprawione, Pracownia Testów Psychologicznych, Warszawa
6. Obuchowska, I., 1987, *Obecne i nieobecne paradygmaty w pedagogice specjalnej*, „Kwartalnik Pedagogiczny”, nr 4.
7. Sawicka, K., 1998, *Socjoterapia*, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej MEN, Warszawa.
8. Zeidler, W., 2002, *Integracja czy odrzucenie? Postawy wobec osób niepełnosprawnych: nowe problemy, nowe wątpliwości*, Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, nr 34.