

Superwizja jako element pomocy w przeciwdziałaniu skutkom pandemii oraz wsparcia i kształcenia nauczycieli, specjalistów w udzielaniu pomocy psychologiczno-pedagogicznej na terenie placówek oświatowych

W ostatnim czasie coraz więcej uwagi poświęca się kryzysowi w dziedzinie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Ograniczona liczba specjalistów, niewiele miejsc, w których dzieci i młodzież mogą skorzystać ze wsparcia psychoterapeutycznego, długie terminy oczekiwania oraz rosnąca liczba dzieci doświadczających problemów i zaburzeń wpływa na pogłębiające się trudności w utrzymaniu zdrowia psychicznego u dzieci i młodzieży. Sytuacja pandemii, izolacja, nauczanie zdalne wpływa na wzrost napięcia występującego w rodzinach. Odpowiednio prowadzone działania profilaktyczne, szybki dostęp do specjalistów, a także profesjonalne szkolenia specjalistów na co dzień pracujących z dziećmi, czyli psychologów, pedagogów i nauczycieli, wydają się być właściwą ścieżką, która pomoże w obecnej sytuacji oraz pozwoli na zmniejszenie ryzyka wystąpienia zaburzeń psychicznych po powrocie dzieci do szkoły. Już dziś w grupach superwizyjnych ważnym tematem pracy są przewidywane skutki pandemii i praca w obszarze ich redukcji.

W ostatnich latach coraz częściej mówi się o konieczności zatrudniania w szkołach nie tylko pedagogów, ale także psychologów, którzy stanowiliby istotny element sieci wsparcia i pomocy dla dzieci i ich rodzin. To oni, wraz z pedagogami i nauczycielami, jako pierwsi diagnozują dzieci i młodzież przejawiającą trudności rozwojowe. To od ich determinacji oraz działań zależy jak szybko rodziny z dziećmi zgłoszą się po pomoc do specjalistów. Wcześniej wykryte zaburzenia dają lepsze rokowania i mają wpływ na dobrą kondycję społeczną. Powoli coraz więcej szkół może wygospodarować środki na zatrudnienie specjalistów, choć w tym aspekcie jest jeszcze wiele trudności – psychologowie często zatrudniani są na część etatu, także ich rola w szkole dopiero się

kształtuje. Często też ich możliwości rozwoju są ograniczone, gdyż wykszolenie zawodowe z reguły wykracza poza obszar oświaty, i jest niestety związane z trudnością w uzyskaniu finansowania. Jedną z form doskonalenia zawodowego psychologów jest superwizja, zaś wsparcie superwizyjne specjalistów na co dzień pracujących z dziećmi będzie pomocne w utrzymaniu dobrego zdrowia psychicznego dzieci, młodzieży, ich rodziców i nauczycieli.

Superwizja jest terminem używanym w psychoterapii jako element niezbędny w kształceniu oraz dalszej pracy zawodowej osób związanych z pomaganiem innym. Jej funkcją jest konsultowanie, wspieranie, modelowanie, dostarczanie informacji zwrotnej o pracy terapeuty, jego zasobach i ograniczeniach, monitorowanie jakości udzielanej przez niego pomocy. Natomiast do zadań superwizora należy: rozwijanie umiejętności terapeutycznych superwizanta, korzystanie z zasobów, konceptualizacja przypadku lub zgłaszanego problemu, podnoszenie jakości i skuteczności udzielanej przez superwizanta pomocy. Ten rodzaj pracy i rozwoju znajduje coraz szersze zastosowanie nie tylko w rozwoju zawodowym psychoterapeutów, ale też w rozwoju zawodowym osób zajmujących się profesjonalną pomocą i coraz częściej odnosi się do nauczycieli, pedagogów i psychologów. Umożliwienie tego rodzaju wsparcia jest niezwykle istotne w środowisku, które wielu dzieciom jest najbliższe i najszybciej może udzielić pomocy psychologicznej.

Superwizja pozwala osobom w niej uczestniczącym zdobyć nie tylko wiedzę i umiejętności zawodowe, jest także elementem zadbania o własną kondycję psychologiczną. Pomaganie innym wiąże się z wieloma obciążeniami i stresem, szczególnie, kiedy doświadczenia dzieci i młodzieży są coraz trudniejsze. Dodatkowe doświadczenia kryzysowe związane z epidemią SARS-CoV-2 będą miały wpływ na kondycję psychiczną zarówno dzieci i młodzieży, jak i ich rodziców i nauczycieli jeszcze bardzo długo. Udzielanie pomocy także profesjonalistom powinno na stałe wpisać się w obraz pomocy psychologiczno-pedagogicznej w każdej placówce oświatowej.

Grupowe spotkania superwizyjne dla nauczycieli, pedagogów i psychologów w oświacie są nie tylko formą doskonalenia zawodowego i uzyskania pomocy, to także platforma budowania sieci współpracy i poczucia wspólnoty. Szczególnie rola psychologa w szkole

jest rolą dość nową, a ze względu na specyfikę pracy nie jest do końca zdefiniowana – nie każdy w szkole zna cele pracy psychologa, zasady jego pracy i stosowane przez niego narzędzia. Psycholog to osoba w szkole, do której dzieci i ich rodzice mają zaufanie. Narzędziem pracy psychologa jest pełna akceptacja dziecka takiego, jakie jest, a granice stawiane w sytuacjach terapeutycznych są inne, niż te zdefiniowane w szkole. Pełnienie przez psychologa dyżurów na przerwach, „bycie straszakiem”, pełnienie roli opiekuńczej w przypadku braku nauczycieli, wchodzenie na zastępstwa zamiast umówionych wcześniej rozmów z dziećmi podważa taką rolę, która najbardziej służy dziecku i rodzinie. Uczestnicy spotkań superwizyjnych mają możliwość omawiania tych trudności związanych z pełnieniem wielu ról w jednej placówce, i mogą uzyskać wsparcie oraz informację na temat stosowanych w innych placówkach rozwiązań. Spotkania superwizyjne oferują psychologom i pedagogom szkolnym zbudowanie sieci wsparcia, w czasie której nie tylko możliwa jest wymiana doświadczeń, ale także zbudowanie tożsamości zawodowej wraz z dookreśleniem pełnionej funkcji i roli w placówce.

Superwizja jest metodą pracy bazującą na wzajemnym zaufaniu oraz gotowości do dzielenia się własnym doświadczeniem. Może być organizowana w formie indywidualnej lub grupowej. Każda z tych form dostarcza innych korzyści dla uczestnika – forma indywidualna sprzyja pogłębionej analizie doświadczanych trudności oraz uruchamianiu zasobów, do jakich dostęp był utrudniony. Za zasób uznaje się każde wewnętrzne doświadczenie, które może być spożytkowane w procesie zmiany. Zasób może być rozumiany jako pozytywna część własnego *Ja*; to co osoba sama uważa za swoje zasoby; dobre doświadczenie z obecnego życia i przeszłości; własne cechy, które samemu ocenia się pozytywnie; to co w sobie się lubi. Zasobem może być też wiedza, wykształcenie, umiejętności czy pasje, ale też pozytywne doświadczenia z relacji z osobą znaczącą. Zasobem może być odczucie przynależności do wspólnoty, grupy szkolnej, doznanie sukcesu i zwycięstwa, zdanie egzaminu, spełnienie marzenia czy osiągnięcie zamierzonego celu.

Udział w grupie superwizyjnej pogłębia doświadczenie wspólnoty, pozwala na zdobycie wsparcia, odkrycie praktyk stosowanych przez innych specjalistów danej dziedziny. Grupa zawsze posiada więcej wiedzy niż jednostka, ma więcej doświadczenia, jest różnorodna,

co pomaga spojrzeć na daną trudność z wielu różnych perspektyw. Co więcej, pomaga poprzez wsparcie w pełnieniu odpowiedniej roli w placówce, dzieli się rozwiązaniami, i pokazuje, co jest możliwe, nawet jeśli możliwe się nie wydawało. Udział w superwizji, bez względu na jej formę, zawsze objęty jest tajemnicą zawodową. Na spotkaniach omawiane są trudności, z jakimi borykają się uczestnicy w swojej pracy. Celem spotkań jest pomoc w rozwiązywaniu trudności oraz sytuacji kryzysowych. W pracy grupowej jednym z zasobów są różnorodne doświadczenia wielu uczestników – pomagają spojrzeć na dany problem z wielu perspektyw, odnaleźć właściwy dystans oraz rozwiązanie sytuacji problemowej. Określona struktura spotkania sprzyja poczuciu stałości i pozwala na zwiększenie poczucia bezpieczeństwa, jednak wypełnienie struktury treścią jest zależne od uczestników. Na spotkaniach superwizyjnych to uczestnicy zgłaszają tematy poddawane superwizji. Są one poddawane analizie oraz poszukuje się zarówno genezy danej trudności, jak i możliwych rozwiązań bazujących na zasobach wszystkich osób zaangażowanych w daną sytuację. Uczestnicy dzielą się swoim postrzeganiem danej sytuacji, pomagają osobie przedstawiającej temat zgłębić go na wielu płaszczyznach. W procesie wewnętrznym uczestnicy sami diagnozują własny styl pracy i modyfikują go, co sprzyja zmianie oraz zwiększa skuteczność własnych oddziaływań w przyszłości. Superwizja to niezastąpiona metoda kształcenia i rozwoju, nie tylko zawodowego, ale także osobistego.

Specjalistyczna Poradnia Wspierania Rozwoju i Terapii w Łodzi we wrześniu 2019 roku zapoczątkowała prowadzenie grup superwizyjnych dla pracujących w łódzkich placówkach psychologów. Oferta w styczniu 2021 roku została we współpracy z Wydziałem Edukacji UMŁ poszerzona o pedagogów i nauczycieli przedszkoli. Zainteresowanie tym typem pomocy było bardzo duże, wymogło organizacji kilku grup superwizyjnych. Obecnie prowadzone są 4 takie grupy. Wielu uczestników podkreśliło ogromną potrzebę uczestnictwa w tej formie pomocy, ponieważ daje możliwość omówienia sytuacji trudnych, niejednoznacznych, wymagających przeanalizowania i uzyskania dodatkowego wglądu oraz sposobów rozwiązania bieżących trudności, z jakimi spotykają się psychologowie, pedagogowie czy nauczyciele. Jest to doświadczenie, które wskazuje na to, jak silna jest potrzeba tworzenia takiej przestrzeni i formy pomocy w systemie oświaty. Po zakończeniu spotkań w roku szkolnym 2020/21 przeprowadzono ankietę

ewaluacyjną wśród uczestników grup superwizyjnych. Zebrano 16 informacji zwrotnych, od 7 psychologów, 8 pedagogów i 2 nauczycieli przedszkola. Wszyscy uczestnicy uznali spotkania grupy superwizyjnej za pomocne, zaś wskazówki i refleksje ze spotkań wykorzystują w swojej pracy często (13 odpowiedzi) lub bardzo często (3 odpowiedzi). Jako elementy najbardziej istotne podczas spotkań uczestnicy wskazali:

- rozszerzenie spojrzenia na dany problem (13 odpowiedzi)
- dzielenie się doświadczeniami (11 odpowiedzi)
- uzyskanie wsparcia (10 odpowiedzi)
- dzielenie się wiedzą, metodami, technikami, narzędziami (9 odpowiedzi)
- dzielenie się trudnościami (7 odpowiedzi)
- znalezienie rozwiązań do sytuacji analogicznych (6 odpowiedzi)

Uczestnicy najbardziej docenili fakt, że superwizja daje im możliwość poszerzenia wiedzy na temat problemu, uzyskanie innych perspektyw oraz znalezienie nowych rozwiązań, zbudowanie sieci wsparcia oraz wzbogacenie warsztatu pracy i wzrost kompetencji. Wszystkie osoby zadeklarowały dalszą chęć współpracy w danej formie, uznały, że zachęca ich to do omawiania wątpliwości związanych z wykonywaną pracą. Wśród odpowiedzi dotyczących tego, co w prowadzeniu zajęć zachęca do superwizji pracy własnej znalazły się sformułowania mówiące o tym, że była to atmosfera zajęć, otwartość, przyjazny, nieoceniający styl, dobre relacje z uczestnikami i prowadzącymi, możliwość uczenia się z doświadczenia innych osób, chęć poznania spojrzenia innych, zyskania nowej perspektywy, akceptacja, dawanie wsparcia, spostrzeżenia i sugestie, wymiana dobrych praktyk. Także forma online niektórym osobom dała możliwość uczestniczenia w zajęciach, co byłoby niemożliwe przy spotkaniach bezpośrednich.

Pozyskane informacje zwrotne wskazują na dużą potrzebę superwizji w zawodzie psychologa i pedagoga szkolnego, a także nauczyciela i wychowawcy. Zajęcia superwizyjne przeciwdziałają wypaleni zawodowemu i są formą podnoszenia jakości edukacji w oświacie. Po pandemii będą pomocne w przeciwdziałaniu jej skutkom. To działania skierowane do psychologów, pedagogów i nauczycieli, które sprzyjają uzyskaniu przez dzieci jak najszybszej i skutecznej pomocy psychologiczno-pedagogicznej.

Bibliografia:

- Klajs. K., *Poznawanie pacjenta w terapii ericksonowskiej*. Poznań Zysk i S-ka: 2017
- http://www.psychoterapiaptp.pl/uploads/PT_2_2015/5Bomba_Psychoterapia_2_2015.pdf
- http://psychoterapiaptp.pl/uploads/PT_4_2018/69Jelonkiewicz_Psychoterapia_4_2018.pdf
- http://www.psychoterapiaptp.pl/uploads/PT_2_2019/71Kalita_Psychoterapia_2_2019.pdf
-