



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Projekt współfinansowany przez Unię Europejską  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



## „Z OPIEKI W DOROSŁOŚĆ – MODEL USAMODZIELNIENIA”

# OPIS MODELU USAMODZIELNIENIA

**Temat innowacyjny:** Poszukiwanie metod wczesnej interwencji socjalnej i przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu młodzieży powyżej 15 roku życia (ukierunkowanych na poprawę sytuacji zawodowej tych osób)

**Nazwa projektodawcy:** Towarzystwo Psychoprofilaktyczne Oddział w Warszawie

**Nazwa Partnera 1:** Powiat Otwocki - Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Otwocku

**Nazwa Partnera 2:** Instytut Organizacji Przedsiębiorstw i Technik Informatycznych InBIT sp.z.o.o.

**Nazwa Partnera Ponadnarodowego:** Systemic Solutions Ltd

**Tytuł projektu:** „Z opieki w dorosłość – model usamodzielnienia”

**Numer umowy:** UDA-POKL.07.02.02-14-004/11-00



## SPIS TREŚCI

I.Wstęp .....	1
II.Założenia .....	4
III.OPIS MODELU USAMODZIELNIENIA .....	9
IV.I etap - pomoc w rozwiązywaniu problemów zgłaszanych przez wychowanka .....	9
V.II etap - pomoc w rozwiązywaniu problemów emocjonalnych .....	12
VI.III etap – przygotowanie do budowania bliskich relacji i założenia rodziny .....	14
VII.IV etap – trening umiejętności społecznych i zadaniowych .....	16
VIII.Praca z rodziną wychowanka .....	18
IX.Działania towarzyszące wdrażaniu modelu usamodzielnienia .....	19
X.Model pracy asystenta usamodzielnienia .....	22
XI.Rekrutacja wychowanków .....	23
XII.Umiejętności i kompetencje asystenta .....	23
XIII.Ewaluacja pracy asystenta usamodzielnienia .....	24
XIV.Superwizja .....	25
XV.Załączniki do opisu modelu usamodzielnienia .....	26
1.Załącznik nr 1.1 Zakres zadań i obowiązków asystenta usamodzielnienia .....	27
2.Załącznik nr 1.2 Karta pracy asystenta usamodzielnienia .....	28
3.Załącznik nr 1.3 Karta informacyjna usamodzielnianego wychowanka .....	29
4.Załącznik nr 1.4 Przykładowe kontrakty z wychowankami .....	30
5.Załącznik nr 1.5 Schemat diagnozy problemowej wychowanka .....	34
6.Załącznik nr 1.6 Schemat programu usamodzielnienia .....	35
7.Załącznik nr 1.7 Rejestr dyspozycji i umiejętności dorastającego .....	36



## OPIS MODELU USAMODZIELNIENIA.

### Wstęp

Cały proces wychowania dziecka od narodzin do dorosłości służy przede wszystkim przygotowaniu go do samodzielności. W dobrze funkcjonującej rodzinie dziecko stopniowo uzyskuje coraz większy zakres swobody i autonomii, rośnie jego samodzielność. Pojawiają się nowe zadania, obowiązki oraz realne konsekwencje podejmowanych decyzji. Dużą rolę w wychowaniu pełni też pozytywna więź emocjonalna między rodzicami a dzieckiem, dzięki której dziecko się stara, bo zależy mu na akceptacji rodziców. Rodzice przekazują dziecku swoje wartości, normy i wzorce poprzez codzienne życie. Z rodziny dziecko wynosi stosunek do siebie, nadzieje, oczekiwania wobec świata i najbliższych, obraz rodziny, wzory ról rodzinnych a także urazy, kompleksy i obawy.

Model usamodzielniania, którego opis i założenia zamieszczamy przedstawia proces korekcyjny. Adresowany jest do młodych osób, których doświadczenia, zdobyte w okresie dzieciństwa i dorastania a szczególnie braki w tych doświadczeniach mogą stać się przyczyną poważnych problemów w ich dorosłym życiu oraz utrudnić im uzyskanie samodzielności.

Osobę, której zadaniem jest pomoc w przygotowaniu wychowanka do dorosłości nazwalibyśmy asystentem usamodzielniania, ponieważ idea asysty jest najbardziej adekwatna do zamierzonych celów, tego procesu.

„Asysta jest metodą pracy z osobami wykluczonymi, opartą na wprowadzeniu indywidualnego towarzysza i doradcy, który kompleksowo wspiera, motywuje i prowadzi podopiecznego przez cały proces reintegracji społecznej i zawodowej, nakierowany na osiągnięcie samodzielności życiowej poprzez pełen i trwały powrót do społeczeństwa, w sposób i czasie dostosowanym do potrzeb osoby<sup>1</sup>.”

---

<sup>1</sup> A. Dębska-Cenian *Standard asystowania w: Od ulicy do samodzielności życiowej. Standardy...* A. Cenian-Dębska, P. Olech, Gdańsk 2008



Celem pracy asystenta usamodzielnienia jest rozpoznanie i pomoc w rozwiązaniu problemów utrudniających uzyskanie samodzielności życiowej. Przygotowanie do samodzielnego życia obejmuje cały proces wychowania, każdy etap rozwoju przygotowuje dziecko do podejmowania nowych zadań, zaniedbania w tym procesie skutkują później problemami w kolejnych etapach. Przygotowanie do samodzielności wychowanka opuszczającego opiekę zastępczą oznacza zarówno pracę z nim jak i z jego opiekunami, rodziną, czasem pracownikami szkoły i innymi ważnymi osobami. Asystent usamodzielnienia powinien być koordynatorem procesu usamodzielnienia. Pobyt w opiece zastępczej powinien przygotować wychowanka w zakresie podstawowych umiejętności zadaniowych i samoobsługi. Asystent koordynuje proces usamodzielnienia nastawiony na rozwiązanie problemów emocjonalnych stanowiących barierę w dalszym rozwoju (mający często swoje źródło we wczesnych doświadczeniach z dzieciństwa) oraz na nabycie umiejętności związanych z pełnieniem podstawowych ról społecznych: partnera, rodzica, pracownika itd. Zadaniem asystenta jest wspieranie, motywowanie i towarzyszenie wychowankowi, prowadzące do uzyskania przez niego samodzielności. Głównym założeniem tej metody jest indywidualizacja postępowania oraz respektowanie podmiotowej roli podopiecznego. Każda osoba objęta pomocą stawia sobie własne cele, dąży do nich własną drogą, może też potrzebować na to różnego czasu. Tylko wspieranie własnych suwerennych decyzji dorastającego umożliwi jego identyfikację z realizowanymi celami. Asystowanie jest narzędziem skierowanym do osób, rodzin i środowisk, którym obecnie funkcjonujący system pomocy nie jest w stanie zapewnić odpowiedniego wsparcia.

Tworząc model programu usamodzielnienia opieraliśmy się zarówno na własnych doświadczeniach związanych z wypracowaniem metody indywidualnej asysty rodzinnej w ramach PIW EQUAL DRUGA SZANSA (A0283), jak i doświadczeniach brytyjskich, uzyskanych dzięki współpracy międzynarodowej z partnerem z Wielkiej Brytanii.



Założenia zawarte w brytyjskiej ustawie „Children Leaving Act 2000”, regulującej obowiązki gmin wobec wychowanków opuszczających opiekę zastępczą, w dużym stopniu pokrywały się z naszymi doświadczeniami i przemyśleniami. Najważniejszą podnoszoną kwestią, było budowanie programu usamodzielnienia możliwie wcześniej („planowanie usamodzielnienia nie powinno mieć miejsca w dniu kiedy wychowanek kończy 16 lat, powinno być integralną częścią ocen i weryfikacji podczas całego pobytu w opiece zastępczej”<sup>2</sup>). Program usamodzielnienia ma być „żywym” dokumentem podlegającym nieustannej ocenie i ewaluacji. Powinien być oparty o diagnozę wychowanka, zaakceptowany przez niego oraz skonsultowany z innymi ważnymi osobami. Działania podejmowane wobec wychowanka powinny być planowane zgodnie z trzema głównymi założeniami, ilustrowanymi przez odpowiedzi na następujące pytania:

- czy proponowane rozwiązania byłyby wystarczająco dobre dla mojego własnego dziecka,
- czy mam plan zapasowy, jeżeli obecne działania okażą się niezgodne z oczekiwanymi efektami,
- czy plan wsparcia jest dostosowany do indywidualnych potrzeb wychowanka, czyli do osoby mającej szczególne potrzeby i więcej trudnych doświadczeń niż jej rówieśnicy.

Dzięki cytowanej ustawie i kontaktom z brytyjskimi pracownikami socjalnymi, pracującymi zgodnie z tymi standardami oraz przeprowadzonym w ramach projektu badaniami, mieliśmy okazję przekonać się, jak bardzo różni się podejście do usamodzielniania wychowanków w Polsce i w Wielkiej Brytanii. Największe różnice dotyczą intensywności i jakości pomocy, jej indywidualizacji, podmiotowego traktowania wychowanka oraz stałego poprawiania i ewaluacji programu. W Polsce proces usamodzielniania wychowanków opuszczających opiekę zastępczą, rozpoczynany jest 2-3 miesiące przed ukończeniem przez wychowanka 18 roku życia. Dotyczy głównie wsparcia finansowego, czasem pomocy w sprawach formalnych, rzadziej proponowany jest udział w kursach zawodowych.

---

<sup>2</sup> „Children Leaving Act 2000”,



Wychowanek najczęściej nie pisze żadnego planu usamodzielnienia, tylko podpisuje przygotowany przez pracownika socjalnego dokument, a opiekun usamodzielnienia pełni swoją funkcję tylko formalnie. Gdy jest nim pracownik Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie (PCPR) jego kontakty z wychowankiem podczas procesu usamodzielnienia sprowadzają się do paru spotkań, związanych z dostarczaniem zaświadczeń i podpisywaniem dokumentów.

W tym kontekście wydaje się, że najbardziej efektywną formą interwencji socjalnej, która zwiększa szanse na samodzielne radzenie sobie w życiu jest umożliwienie wszystkim wychowankom opuszczającym opiekę zastępczą, korzystania z pomocy asystenta usamodzielnienia.

## Założenia

Skuteczna pomoc w usamodzielnieniu powinna stanowić odpowiedź na potrzeby i problemy wychowanków. Według prawa, dzieci mogą być umieszczane poza swoją rodziną, gdy ta nie wypełnia swoich funkcji, a pomoc jej udzielana nie przynosi efektów.

Niestety większość dzieci trafia do placówek opiekuńczo-wychowawczych lub rodzin zastępczych z powodu, biedy, problemów z nauką i zwykle przed wyczerpaniem możliwości udzielenia rodzinie pomocy. Dzieci te pochodzą z rodzin, które mają wiele problemów: socjalnych, emocjonalnych, zdrowotnych. Wiele z tych rodzin od kilku pokoleń żyje w biedzie, pod presją wielu problemów, w trudnych warunkach socjalnych, bez pracy i stałych dochodów. W środowisku tym nierzadko jest wiele konfliktów, występuje przemoc i uzależnienia. Dorośli żyją z dnia na dzień, utrzymują się z drobnych przestępstw, pokątnego handlu, alimentów, zasiłków i darów. Do opieki zastępczej trafiają też dzieci z rodzin, które nie poradziły sobie z kryzysem (choroba, utrata pracy, rozwód, śmierć jednego z rodziców) i nie otrzymały żadnej pomocy.

Dzieciom chowanym w trudnych warunkach, brakuje poczucia bezpieczeństwa, brak im stabilnej, przewidywalnej sytuacji i oparcia w dorosłych. Ich podstawowe potrzeby fizyczne i emocjonalne są słabo i nieregularnie zaspokajane. W wielu domach nie ma stałych reguł, brakuje jasnych oczekiwań.



Dzieci żyją w ciągłym napięciu wynikającym z konfliktów i kryzysów rodzinnych. Są zaniedbane zdrowotnie: mają nie zdiagnozowane wady rozwojowe, brakuje szczepień, badań, bilansów. Członkowie rodziny odżywiają się nieregularnie i nieracjonalnie (słodczyce, fast-foody), niewłaściwa dieta wynika nie tylko ze złych nawyków żywieniowych, ale także z ubóstwa. Przekazywane dzieciom przez rodziców dziedzictwo kulturowe jest bardzo ubogie (wzorce, normy, wiedza o świecie). Mają one również mały zasób słów, często nie rozumieją języka, którym posługują się rówieśnicy z innych środowisk i nauczyciele. Większość z nich nie ma dostępu do komputerów, zajęć artystycznych, sportowych, edukacyjnych. Często są niedomyte i źle ubrane, co nierzadko powoduje niechęć, izolację i stygmatyzację ze strony zarówno rówieśników, jak i dorosłych, w tym także w szkole.

W związku z tym, że żyją w stałym napięciu, nie potrafią się koncentrować i mają słabą pamięć. Ponieważ stale walczą o uwagę (np. poprzez zachowania destrukcyjne) mają wiele problemów w środowisku, także w instytucjach wychowawczych i edukacyjnych. Żyją z godziny na godzinę i podobnie jak ich rodzice, nie planują niczego na przyszłość, brakuje im poczucia sprawczości, nie wierzą w siebie. Unikają ryzyka i porażek. Są nieufni wobec innych, zwłaszcza wobec dorosłych. Nie umieją działać długofalowo, uczyć się na błędach. Brakuje im odpowiedzialności za siebie i swoje życie oraz nadziei na zmianę. Są bierne, roszczeniowe, mają nierealistyczne wyobrażenia i oczekiwania. Mają natomiast wiele form kompensacji: kłamstwa, fantazje, uzależnienia, manipulacje, gry, tworzenie pozorów.

Część z nich, w wyniku interwencji szkoły lub służb społecznych, wbrew własnej woli i woli rodziców, umieszczana jest w placówkach lub rodzinach zastępczych, mających zabezpieczyć im dobre warunki, możliwość rozwoju i bezpieczeństwo. Niestety zarówno kadra placówek jak i opiekunowie zastępczy nie są przygotowani do pracy korekcyjnej z dziećmi mającymi głębokie i utrwalone problemy emocjonalne. Wielu z nich wydaje się, że dobre warunki bytowe, dyscyplina, wsparcie w nauce szkolnej rozwiążą wszystkie problemy.



W placówkach o codziennym życiu decyduje grupa, a nie wychowawcy, którzy najczęściej niewiele wiedzą o relacjach pomiędzy dziećmi. Gdy wychowanek trafia do placówki musi się obronić lub wywalczyć sobie pozycję w grupie, dostosować się do systemu, nauczyć konformizmu, wyrachowania, manipulacji. Jednocześnie, mając zabezpieczoną obsługę, uczy się bierności, tego że co prawda niewiele może, ale też niewiele musi i nic od niego nie zależy. Osoby, które się buntują i sprawiają problemy, kierowane są do placówek resocjalizacyjnych (ponad połowa wychowanków ośrodków resocjalizacyjnych była w domu dziecka) lub szpitali psychiatrycznych.

Z badań I. Obuchowskiej wynika, że długi pobyt w placówce sprzyja występowaniu takich cech jak: obniżona samoocena, brak aspiracji, lęk przed opuszczeniem placówki i rozpoczęciem samodzielnego życia<sup>3</sup>.

Niewielka część dzieci trafia do niespokrewnionych rodzin zastępczych lub rodzinnych domów dziecka. Ponieważ jednak trafiają tam wbrew własnej woli i woli swoich rodziców, również i tam buntują się, stawiają opór, łamią reguły i zasady. Problemy z zachowaniem nasilają się w okresie dorastania i są źródłem wielu konfliktów, żali, narastającej wzajemnie niechęci. Opiekunowie, nieprzygotowani często do takich problemów, nie potrafią sobie z nimi poradzić i albo rezygnują z opieki nad trudnym dzieckiem, albo z prowadzenia rodziny zastępczej czy rodzinnego domu dziecka. Większość dzieci wychowywanych w rodzinach zastępczych wychowuje się jednak w rodzinach spokrewnionych (85%) zawiązanych przez babcię lub dziadków, powodowanych nierzadko motywacją finansową. Często dzieci mieszkają wspólnie zarówno z dziadkami, jak i swoimi rodzicami, w ten sposób rodzina zastępcza staje się fikcją.

<sup>3</sup> I. Obuchowska: *Dziecko w rodzinie zastępczej i instytucji*. (1997)





Główne problemy młodzieży przygotowującej się do usamodzielnienia, sprowadzają się do:

- braku poczucia bezpieczeństwa,
- braku poczucia własnej wartości,
- niskiego poczucia sprawczości,
- braku zaufania do innych,
- braku realnej oceny własnych możliwości,
- wrażliwości na punkcie własnej godności (reagują agresją gdy czują się upokarzani),
- skutków wychowania w biedzie i niedostatku (egoizm, egocentryzm, agresja),
- braku wiedzy o świecie i umiejętności społecznych i zadaniowych.

Nie potrafiąc rozwiązać swoich problemów, szukają sposobów, by sobie z nimi poradzić, najczęściej poprzez ucieczkę od nich i różne metody kompensacji takie jak:

- używanie alkoholu i narkotyków,
- kłamstwa, gry i manipulacje,
- tworzenie pozorów,
- ucieczka w gry komputerowe i kompulsywne używanie internetowych komunikatorów i portali społecznościowych.

Wspólną cechą wielu młodych osób wchodzących w uzależnienia jest łatwość życia w wyobrazeniach. Często zaciera im się granica między rzeczywistością a fikcją. Wszystko można sobie wyobrazić i wytłumaczyć. Uzależniające jest przede wszystkim to, że to co w rzeczywistości jest trudne, kosztowne, wymaga wielu starań i mimo to często się nie udaje, w wyobrazeniach jest możliwe, proste i łatwe. Istotą takiego sposobu radzenia sobie jest kłamstwo i tworzenie pozorów.

Głównym źródłem problemów, deficytów i niepowodzeń tej grupy są problemy emocjonalne. Bez rozwiązania tych problemów wychowanek nie ma motywacji do nauki, czy podnoszenia kwalifikacji, ponieważ spodziewa się wyłącznie porażek i upokorzeń. W rozwiązaniu problemów emocjonalnych może pomóc osoba, której uda się uzyskać zaufanie wychowanka i choćby wstępną motywację do zmiany.



Proponowany model usamodzielnienia zakłada rozpoczęcie pracy z wychowankiem, gdy ma on 14-15 lat oraz w miarę potrzeb kontynuowanie jej po uzyskaniu przez niego pełnoletniości. Relacja wychowanka z asystentem bazuje na więzi i zaufaniu. Jej celem jest nie tylko pomoc w uzyskaniu niezbędnych do dorosłości doświadczeń i umiejętności ale przede wszystkim rozwiązanie problemów emocjonalnych blokujących rozwój wychowanka. Cały proces usamodzielnienia prowadzony jest przez jedną osobę - asystenta usamodzielnienia, który jest w stałym i intensywnym kontakcie z wychowankiem oraz ze wszystkimi ważnymi dla niego osobami. Koordynuje także pozostałe działania wspierające rozwój wychowanka. Pomoc asystenta ma charakter zindywidualizowany, jest dostosowana do potrzeb i możliwości wychowanka oraz dotyczy wyłącznie spraw i obszarów wspólnie uzgodnionych z podopiecznym. Asystent w swojej pracy nie łączy różnych ról zawodowych wobec wychowanka (np. kuratora czy pracownika socjalnego od którego zależy przyznanie świadczeń finansowych). Wychowanek akceptuje osobę asystenta, w razie konfliktu lub chęci zmiany opiekuna może odwołać się do osoby sprawującej nadzór nad pracą zespołu asystentów.



## OPIS MODELU USAMODZIELNIENIA

### **I etap - pomoc w rozwiązywaniu problemów zgłaszanych przez wychowanka.**

Celem pierwszego etapu pracy jest nawiązanie kontaktu z wychowankiem i umotywowanie go do zmiany. Etap ten służy nawiązaniu kontaktu i zbudowaniu relacji opartej na więzi emocjonalnej i zaufaniu. Aby na dalszych etapach była możliwa pomoc w rozwiązywaniu problemów emocjonalnych niezbędny jest dobry kontakt i zaufanie. Po wzajemnym poznaniu się przez asystenta i wychowanka, oraz wyjaśnieniu na czym może polegać pomoc, zawierany jest wstępny kontrakt, który określa bardzo ogólnie cel pracy: *pomoc w rozwiązaniu problemów*.

Asystent pomaga wychowankowi w zgłaszanych przez niego problemach, stara się go dobrze zrozumieć, słucha, podąża za nim, stara się wczuć w jego sytuację. Pomaga tylko w tym, czego chce wychowanek i tylko na tyle, ile on chce. Wspiera jego aktywność, nie wyręcza, nie narzuca, nie ocenia - pyta, pomaga i towarzyszy. W tym samym czasie możliwa jest też praca socjalna z rodziną wychowanka oraz nawiązanie kontaktu ze wszystkimi ważnymi w jego życiu osobami: rodzeństwo, wychowawcy lub opiekunowie zastępczy, nauczyciele.

Najważniejsze jest uzyskanie własnej motywacji wychowanka do podejmowania konstruktywnych działań. Wychowanek zaangażuje się wyłącznie w sprawy, które są dla niego ważne. Asystent stara się więc wspierać każdą konstruktywną aktywność wychowanka.

1. Szczególnie pomaga, gdy wychowanek wycofuje się z realizacji swoich planów, gdy pojawiają się trudności.
2. Wspiera w każdej samodzielnej próbie poradzenia sobie – ważniejsze jest to, że wychowanek zrobi coś sam, niż uzyskanie optymalnego efektu.
3. Towarzyszy i wspiera, ale nie wyręcza.
4. Pomaga tylko wtedy, gdy wychowanek sam nie jest sobie w stanie poradzić z trudnościami i zewnętrzna pomoc jest niezbędna .

W odbudowie poczucia wartości i wiary we własne siły wychowanka bardzo ważny jest sposób traktowania go przez asystenta. Asystent pracując z wychowankiem respektuje jego decyzje, jest partnerski, traktuje go z szacunkiem.



Przede wszystkim unika:

1. arbitralności
2. pouczania
3. oceniania
4. okazywania lekceważenia i pogardy

Najczęściej taka pomoc sprawdza się w działaniu, więc problemy zgłaszane przez wychowanka są coraz poważniejsze i dotyczą bardziej osobistych sfer. Gdy asystent dotrzymuje słowa, jest zaangażowany i szczery, wychowanek stopniowo nabiera do niego zaufania. Gdy widzi, że sam z niewielką pomocą radzi sobie coraz lepiej, zaczyna wierzyć, że może coś osiągnąć samodzielnie. Ważnym celem tego etapu jest też uodpornienie na trudności i niepowodzenia. Nastolatki wychowane w warunkach opieki zastępczej przede wszystkim uciekają przed trudnościami. Uważają, że nie warto próbować, bo na pewno im się nie uda. Celem postępowania jest sprowokowanie ich do uczenia się na próbach i błędach.

Problemy, które mogą być rozwiązywane na tym etapie pracy:

1. relacje z rówieśnikami,
2. relacje z rodziną,
3. problemy w szkole, z nauką,
4. problemy w placówce lub rodzinie zastępczej (RZ) (relacje z rówieśnikami, wychowawcami, opiekunami zastępczymi).

Asystent stara się zrozumieć wychowanka i traktuje go z szacunkiem, życzliwością, tolerancją i po partnersku. Respektuje prawo wychowanka do własnych ocen i decyzji dotyczących sposobu rozwiązywania kolejnych problemów, nawet jeżeli nie są zbyt efektywne. Ważne jest, by wychowanek możliwie wiele działań wykonywał samodzielnie i dzięki temu zyskiwał poczucie sprawczości. Samo towarzyszenie wychowankowi i wspieranie go, gdy pod wpływem trudności chce zrezygnować, jest mu bardzo pomocne.



Asystent zabiega przede wszystkim o to, by wychowanek się nie wycofywał, by zaakceptował to, że niewiele udaje mu się za pierwszym razem, by próbował dalej i uczył się na błędach. Omawia z nim to, co się udało, a co nie. Wspólnie szukają błędów i możliwych rozwiązań na przyszłość. Najważniejsze, żeby młody człowiek mógł się stopniowo przekonać, że czyni postępy, że udaje mu się coraz więcej, i że zawdzięcza to przede wszystkim sobie. Że chwilowa porażka to nie jest kolejne upokorzenie ale nauka.

Rozwiązanie najbardziej absorbujących problemów i zaspokojenie potrzeb wychowanka jest niezbędne do odblokowania jego energii, wzrostu poczucia sprawczości i wartości. Zakładanym efektem tego etapu jest wzrost poczucia bezpieczeństwa, objawiający się zarówno w relacji z asystentem, jak i w większej samodzielności i odwadze. Wychowanek potrafi otwarcie prosić o pomoc, samodzielnie próbuje rozwiązywać bieżące problemy, nie unika trudności, uodparnia się na porażki. Przestaje się bać niepowodzenia i ośmieszenia, przekonuje się też, że jak naprawdę się postara to częściej mu się udaje. Wtedy staje się możliwe przejście do następnego etapu pracy.



## **II etap - pomoc w rozwiązywaniu problemów emocjonalnych**

Kiedy wychowanek zacznie ufać pomagającemu mu asystentowi i uzyskać w tej relacji poczucie bezpieczeństwa, asystent rozpoczyna z wychowankiem rozmowę na temat cech jego charakteru, problemów emocjonalnych, urazów, kompleksów, obaw itp. Wspólnie poszukują zrozumienia zarówno specyficznych, ograniczających rozwój osobisty problemów wychowanka, jak i ich źródeł w przeszłości lub obecnej sytuacji.

Pomoc w tym etapie zaczyna się od wspólnego przygotowania diagnozy problemowej wychowanka. Wychowanek, przy pomocy asystenta, próbuje odpowiedzieć sobie na pytania dotyczące tego jaki jest i jaki chciałby być, co potrafi, a czego nie i czego chciałby się nauczyć. Diagnoza zawiera rejestr problemów i potrzeb oraz deficytów i silnych stron wychowanka. Asystent pomaga w zrozumieniu jego konstruktywnych i destrukcyjnych zachowań, które służą radzeniu sobie z problemami. Jeżeli wychowanek dobrze zrozumie jaki jest i dlaczego ma określone problemy, łatwiej mu będzie zmienić lub zaakceptować siebie. W tym czasie ważne jest też ułatwienie wychowankowi kontaktów z rodziną naturalną, pomoc w zrozumieniu swoich bliskich, przełamanie mitów na temat swojej historii.

Po przygotowaniu diagnozy, która w ciągu dalszej pracy podlega stałej weryfikacji, asystent zawiera z wychowankiem kontrakt dotyczący obszarów, w których wychowanek chce wprowadzić zmiany i problemów, które chce rozwiązać. Kontrakt zawiera też wyszczególnienie zadań, określonych przez wychowanka i form pomocy asystenta. W tym okresie praca służy głównie rozwiązywaniu problemów emocjonalnych, poprzez:

1. zmianę zachowań (np. działań podejmowanych mimo oporów i trudnych emocji),
2. zdobywanie nowych doświadczeń,
3. godzenie się z realiami.

Zmiana zachowania może dotyczyć przełamywania obaw, oporu, powstrzymywania się od destrukcji, wytrzymania napięcia.



Wychowanek doświadczając skutków innego niż dotychczas zachowania, widzi, że zmiana jest możliwa, zdobywa nowe doświadczenia i wiedzę, poznaje swoje możliwości. Przekonuje się również, że w wielu obszarach ma możliwość wyboru ale też ponosi ich konsekwencje.

Może wybrać dotychczasowy, łatwiejszy dla niego sposób postępowania, zwłaszcza w sprawach mniej dla niego istotnych, ale ma też świadomość, że może zmienić swój sposób funkcjonowania. Wybierając dotychczasowy sposób, działania musi jednocześnie pogodzić się z jego skutkami. W ten sposób poznaje też cenę zmiany lub jej braku. Jeżeli do tej pory wierzył, że losy ludzi zależą od szczęścia lub pecha, w wyniku własnego działania ma okazję się przekonać, że sukces najczęściej jest wynikiem starań, a „pech” nierzadko skutkiem zaniechania. Stopniowo uzyskuje kontrolę nad swoim życiem i zaczyna dostrzegać realne zależności. Przełamując obawy, ryzykując, konfrontując się z trudnymi dla siebie uczuciami stopniowo uwalnia się od nich. Zaczyna rozumieć, że jego życie zależy głównie od niego i osiągnie tyle, na ile się postara. Zdobywa nowe doświadczenia, nabiera pewności siebie, urealistycznia też swoje aspiracje.

Zakładanym efektem tego etapu jest uzyskanie przez wychowanka realistycznego, spójnego, dość uporządkowanego obrazu siebie. Świadomość swoich słabych i silnych stron służy odbudowie poczucia wartości – daje szansę na adekwatną samoocenę. Zwiększa poczucie sprawczości, zaufanie do siebie i innych ludzi. Rezultatem analizy jest uzyskanie świadomości swoich potencjałów, braków, aspiracji i celów. Wychowanek odpowiada sobie na pytania:

- „kim jestem i jaki jestem?”
- „jaki chciałbym być?”
- „jakich cech i umiejętności mi brakuje?”
- „czego muszę się nauczyć?”



### **III etap – przygotowanie do budowania bliskich relacji i założenia rodziny**

Pomoc w tym etapie dotyczy ważnych i trudnych dla wychowanka problemów. Wychowanek ma najczęściej wiele destrukcyjnych wzorców dotyczących miłości i bliskości wyniesionych z dzieciństwa. Jednocześnie ma też w tej sferze wiele niezaspokojonych potrzeb i nierealistycznych oczekiwań. Ten etap pracy dotyczy przygotowania do funkcjonowania w bliskich, opartych na zaufaniu związkach. Pomocne jest przeanalizowanie z wychowankiem jego dotychczasowych istotnych relacji z bliskimi – jak w nich funkcjonował, na czym mu zależało, czego się obawiał.

Asystent pomaga wychowankowi w zrozumieniu siebie i swoich zachowań w relacjach z bliskimi (rodzicami, rodzeństwem, przyjaciółmi, partnerami). Wychowanek bardzo często, bojąc się odrzucenia, ucieka z bliskich relacji. Nie może znieść napięcia wynikającego z obaw będących skutkiem dotychczasowych doświadczeń. W efekcie jest samotny lub niszczy związki, destrukcją sprawdzając stosunek partnera do siebie. Często partnerów traktuje instrumentalnie nie ufając im. Zwykle nie jest świadomy przyczyn i skutków swego postępowania. W tym etapie wychowanek powinien zrozumieć swoją historię, historię swoich rodziców, skutki i wpływ przeszłości na jego charakter a szczególnie stosunek do partnera.

Warto, też żeby wychowanek przyjrzał się negatywnym skutkom doświadczeń z okresu przebywania w opiece zastępczej: instrumentalne traktowanie innych, nieufność, manipulacje, pozory itp. Ważna jest na tym etapie relacja z asystentem. Jeżeli wychowanek odczuwa życzliwość, tolerancję, szacunek i szczerść asystenta, może przyjrzeć się swoim obawom i otwarcie o nich rozmawiać. Wtedy może uświadomić sobie nieadekwatność swoich przekonań i wzorców. Asystent wspiera wychowanka w podejmowaniu prób wchodzenia w pierwsze związki erotyczne, przyjaźnie, pomaga mu lepiej zrozumieć swoje potrzeby. Rozmawia z nim o oczekiwaniach wobec partnera, wyobrażeniach na temat rodziny, wychowywania dzieci.

Dla kobiety pierwszym wzorem mężczyzny jest zwykle jej ojciec, szczególnie wtedy, gdy uczestniczył w jej wychowaniu. Podobnie dla mężczyzny pierwowzorem kobiety jest jego matka. Z doświadczeń w relacjach z rodzicami dziecko wynosi zarówno różne nadzieje i oczekiwania, jak i obawy i urazy.





Znaczenie mają nie tylko relacje dzieci z rodzicami, ale także wzajemne relacje rodziców. Ważna jest też dynamika tych relacji, ich stopniowa ewolucja i ostateczny finał. W wielu rodzinach przekazywane dzieciom wzorce mają charakter destrukcyjny. Są oparte przede wszystkim na kłamstwie, manipulacji, dominacji, rozgrywkach i przemocy. To wszystko kształtuje późniejsze oczekiwania dziecka wobec własnego partnera i własnej rodziny. W zrozumieniu swojej historii i jej skutków pomóc może analiza doświadczeń z okresu dzieciństwa, pomocne być może uczestnictwo w zajęciach grupowych dla osób o podobnych doświadczeniach. Propozycją mogą być, na przykład, warsztaty poświęcone relacjom w rodzinie naturalnej, wzorcom z niej wyniesionym, oczekiwaniom związanym z miłością itp.

Zakładanym efektem tego etapu jest uzyskanie przez wychowanka motywacji i gotowości do wchodzenia w bliskie związki (przyjaźń, miłość). Zadaniem programu usamodzielnienia jest przygotowanie do założenia rodziny, przełamanie nieufności wobec ludzi, wsparcie w poszukiwaniu przyjaciół. Samotność będąca skutkiem nieufności wobec innych jest jednym z głównych problemów osób opuszczających opiekę zastępczą.

#### **IV etap – trening umiejętności społecznych i zadaniowych**

Kiedy rozwiązane zostaną podstawowe problemy emocjonalne, wychowanek zaczyna planować własny rozwój. Podobnie jak w poprzednich etapach asystent wspiera, motywuje, ale nie narzuca i nie wyłącza. W tym okresie pomaga wychowankowi w znalezieniu możliwości zdobywania konkretnych umiejętności, koordynuje różne zadania. Wspólnie z wychowankiem przygotowują rejestr deficytów w zakresie umiejętności:

- społecznych,
- zadaniowych,
- związanych z samoobsługą,
- dotyczących wiedzy o świecie, zainteresowań.

Pomocny w realizacji tego zadania jest „Rejestr dyspozycji i umiejętności dorastającego wychowanka” (Załącznik nr 1.7 )

Następnie, wspólnie z asystentem wychowanek weryfikuje kontrakt i formułuje plan usamodzielnienia. Plan może zawierać różne zadania, powinien jednak być realistyczny, możliwy do realizacji i określony w czasie. Plan może zawierać np. podjęcie pracy zarobkowej, poszukiwanie zainteresowań, poznawanie nowych ludzi i środowisk. Wychowanek może zaplanować zdobycie określonych kwalifikacji (kurs masażu, fryzjerski, prawo jazdy, języki obce, obsługa komputera, budowa stron internetowych itp.), wspólny wyjazd ze znajomymi, naukę gotowania. Wychowanek co najmniej raz na kwartał omawia efekty i weryfikuje swój plan z asystentem. Podobnie jak w poprzednich etapach pracy asystent głównie wspiera, towarzyszy w kryzysach, pomaga wyciągać wnioski z niepowodzeń. Cały czas stara się, żeby jak największa ilość działań wynikała z chęci, niezależnych wyborów i aktywności wychowanka.

W tym okresie ważne jest zdobywanie nowych doświadczeń związanych z pracą, nauką, innymi ludźmi i poznawaniem świata. Dzięki zadaniom realizowanym w tym etapie wychowanek nabywa i rozwija konkretne umiejętności społeczne i zadaniowe.



Zwiększa się rola asystenta jako koordynatora, który pokazuje różne możliwości aktywności, pomaga w wyborze i uzyskaniu dostępu do nich. Umiejętności społeczne, zadaniowe i samoobsługi mogą być kształtowane również na wspólnych wyjazdach z rówieśnikami, w grupie warsztatowej, grupie wsparcia. Pomocne może być też podjęcie wolontariatu, udział w warsztatach dotyczących aktywnego poszukiwania pracy, czy umiejętności poruszania się w urzędach. Wychowanek sam decyduje, z których możliwości skorzysta.

Celem tak rozumianego przygotowania do samodzielności jest nie tyle nauczenie wychowanka określonych umiejętności ale przede wszystkim przełamanie barier utrudniających uczenie się i rozwój. Sukcesem w realizacji tego programu jest przełamanie kompleksów i zahamowań, uzyskanie poczucia sprawczości i wiary we własne siły, umiejętność przyjmowania niepowodzeń i uczenia się na próbach i błędach.



## Praca z rodziną wychowanka

Ponieważ wielu wychowanków placówek i niespokrewnionej opieki zastępczej wraca do swoich rodzin, ważne jest, aby asystent usamodzielnienia nawiązał kontakt i podjął pracę z rodziną wychowanka (jeżeli istnieje taka możliwość). Ważne jest rozpoczęcie kontaktów od pomocy w rozwiązaniu problemów socjalnych rodziny, ponieważ jest to naturalny sposób nawiązania relacji, a bez uzyskania podstawowego poczucia bezpieczeństwa członków rodziny niemożliwa jest praca nad odbudową relacji z wychowankiem przez wiele lat przebywającym poza środowiskiem rodziny pochodzenia. Zneutralizowanie najbardziej palących problemów socjalnych rodziny, uwalnia energię i uwagę jej członków pochłoniętą dotychczas sprawami codziennymi.

Efekty, jakie może przynieść odpowiednia praca nad rozwiązywaniem podstawowych problemów socjalnych rodziny to:

- zbudowanie kontaktu asystenta z członkami rodziny opartego na zaufaniu, wiarygodności, czytelności i autentyczności,
- dobre poznanie i zrozumienie rodziny przez pomagającego,
- wzrost poczucia bezpieczeństwa rodziny poprzez rozwiązanie najbardziej palących spraw i obecność życzliwego, zaangażowanego rzeczownika,
- wzmocnienie odpowiedzialności za swoje życie osób z rodziny,
- odbudowa poczucia współodpowiedzialności za sytuację bytową rodziny,
- odblokowanie uwagi na inne sprawy poza bieżącymi problemami socjalnymi,
- odbudowanie motywacji i podjęcie przez rodzinę aktywności do uzyskania trwałej zmiany.

Celem pracy z rodziną wychowanka jest, więc pomoc w rozwiązaniu problemów socjalnych, przygotowanie na powrót wychowanka do domu, pomoc we wzajemnym zrozumieniu i odbudowie relacji, ewentualnie w pogodzeniu się z rozstaniem.

Asystent prowadząc proces usamodzielnienia, nawiązuje też kontakt ze wszystkimi istotnymi dla wychowanka osobami: wychowawcami z placówki, opiekunami zastępczymi, nauczycielami itp. Celem kontaktów z ważnymi osobami z otoczenia wychowanka jest uzyskanie ich zrozumienia i pomocy w realizacji programu usamodzielnienia.



## **Działania towarzyszące wdrażaniu modelu usamodzielnienia**

W pracy z młodzieżą zagrożoną wykluczeniem pomocne jest, gdy asystent usamodzielnienia dysponuje możliwością pomocy w realizacji zadań związanych z trenowaniem umiejętności. Może przy tym korzystać z możliwie różnorodnej oferty np. nawiązać współpracę z lokalnymi organizacjami pozarządowymi czy PCPR. Pomocne jest też wsparcie biznesu: firm mogących przyjmować na staże czy praktyki wychowanków, otaczając ich wsparciem i zrozumieniem.

Wychowanek, przy pomocy asystenta, uzyskuje dostęp do możliwości wolontariatu, uzyskania dorywczych prac zarobkowych, kursów, szkoleń, pomocy w nauce, kursów językowych, dotarcia do grupy wsparcia, aktywnych form wypoczynku, kół zainteresowań, zajęć artystycznych, sportowych itp.

Ważne jest, żeby ta oferta była możliwie szeroka i by wychowanek zachował możliwość wyboru. Większość tych form powinna być wprowadzana pod koniec procesu usamodzielnienia, jako wsparcie w rozwoju. Jednak każdy program mając zindywidualizowany charakter może zakładać wymienione działania w dowolnym etapie procesu, w zależności od potrzeb, gotowości i celów wychowanka.

Ważną rolę w procesie przygotowania do usamodzielnienia pełnić może grupa wsparcia połączona z warsztatami umiejętności społecznych, psychologicznych czy związanych z rozwijaniem sfer zadaniowych, zainteresowań, wiedzy itd. Program takich zajęć powinien być dostosowany do potrzeb grupy biorącej w nim udział oraz do możliwości i umiejętności osób prowadzących. Z doświadczeń realizatorów wynika, że gotowe scenariusze zajęć w przypadku tej grupy odbiorców się nie sprawdzają, ważniejsze jest rozumienie procesu grupowego, partnerstwo i podążanie za identyfikowanymi na każdym etapie potrzebami uczestników.

Istotnym doświadczeniem mogą być też wyjazdy i obozy, nastawione na jak najdalej posuniętą samodzielność, kiedy wychowankowie uczą się załatwiać różne sprawy organizacyjne, planować czas wolny, gospodarować pieniędzmi, gotować, rozwiązywać problemy i konflikty w grupie itd.



**ZASADNICZYM ELEMENTEM PRACY ASYSTENTA USAMODZIELNIENIA**  
**JEST WZBUDZANIE I PODTRZYNYWANIE MOTYWACJI**  
**NA KAŻDYM Z ETAPÓW PRACY Z WYCHOWANKIEM**

Wskaźniki odróżniające prace metodą asystentury od innych metod pracy<sup>4</sup>.

1. DOBROWOLNOŚĆ – pomoc jest realizowana wyłącznie przy dobrowolnym udziale wychowanka w realizacji programu.
2. UCZESTNICTWO - akceptacja relacji z asystentem usamodzielnienia, zgoda na aktywny udział.
3. PROWADZENIE I KIEROWNICTWO ZE STRONY OSOBY WSPIERANEJ – podmiotem relacji jest wychowanek, przedmiotem - wyrażane przez niego problemy.
4. WSPIERANIE – wspieranie wysiłku i starań wychowanka podejmowanych w celu osiągnięcia samodzielności.
5. MOŻLIWOŚĆ UCZENIA SIĘ – wyważenie zależności między wspieraniem a edukowaniem.
6. KIEROWANIE DO OKREŚLONEGO CELU – wspieranie konstruktywnych działań wychowanka.

Proces usamodzielnienia jest:

- a) rozciągnięty w czasie,
- b) wymaga pracy opartej na podejściu indywidualnym, dostosowanym do potrzeb wychowanka,
- c) koncentruje się na pokonywaniu barier, które utrudniają rozwój i uzyskanie samodzielności życiowej.

<sup>4</sup> Za A. Dębską-Cenian *Asystowanie osobie bezdomnej i zagrożonej bezdomnością, standard wypracowany w ramach projektu PIW EQUAL*



Osiągnięcie samodzielności przez wychowanka wymaga pracy w następujących obszarach:

- pracy socjalnej (rozwiązywania bieżących problemów życiowych),
- pracy psychologicznej (dotyczącej problemów emocjonalnych),
- aktywizacji społecznej,
- pracy z rodziną,
- edukacji,
- przygotowania do podjęcia pracy zawodowej.

Do prawidłowej realizacji działań asystenta konieczne jest opracowanie Indywidualnego Programu Usamodzielnienia, który powinien podlegać stałemu monitorowaniu i zakładać wprowadzanie modyfikacji.

Program usamodzielnienia tworzony jest w oparciu o diagnozę potrzeb i problemów wychowanka. Ważne jest, by asystent usamodzielnienia miał wsparcie merytoryczne w zespole zajmującym się realizacją podobnych programów, by mógł na spotkaniach takiego zespołu omawiać bieżące problemy w postępowaniu, konsultować merytoryczne wątpliwości, uzyskiwać informacje o alternatywnych rozwiązaniach, czy ofertach wsparcia dla wychowanków.



### **Model pracy asystenta usamodzielnienia.**

Asystent usamodzielnienia jest osobą prowadzącą pracę z wychowankami przygotowującymi się do opuszczenia opieki zastępczej. W realizacji swoich zadań współpracuje z opiekunami zastępczymi, wychowawcami w placówce, rodziną naturalną wychowanka i szkołą.

### **Model ten opiera się na:**

- indywidualnej pracy z wychowankiem,
- prowadzeniu tej pracy w środowisku wychowanka,
- budowaniu wokół wychowanka platformy współpracy (rodzina naturalna, opiekunowie, pracownik socjalny z PCPR, organizacje pozarządowe, zakłady doskonalenia zawodowego, firmy zainteresowane organizacją praktyk i staży zawodowych, młodzieżowe agencje pracy),
- planowaniu pomocy wspólnie z wychowankiem, budowaniu indywidualnego programu usamodzielnienia,





### **Rekrutacja wychowanków:**

Asystent usamodzielnienia zawiera indywidualny kontrakt z wychowankiem (w wieku 14-15 lat) i spotyka się z nim minimum 1-2 razy w tygodniu. Początkowe spotkania poświęcone są nawiązaniu kontaktu i diagnozie problemów życiowych. Asystent jest osobą z zewnątrz placówki czy rodziny zastępczej, zatrudnioną przez PCPR, OPS lub organizację pozarządową w ramach realizowanych programów usamodzielniania wychowanków. Ważne jest, by zadania asystenta usamodzielnienia nie pokrywały się z obowiązkami, kuratora sprawującego nadzór sądowy czy pracownika socjalnego przyznającego wsparcie finansowe.

### **Umiejętności i kompetencje asystenta**

Warunkiem zatrudnienia asystenta do prowadzenia programu usamodzielnienia według prezentowanego modelu, jest przejście 250 godz. szkolenia i uzyskanie certyfikatu w zakresie asysty usamodzielnienia.

### **Wymagane wykształcenie:**

- wykształcenie wyższe kierunkowe (pedagogika, psychologia, socjologia, pomoc społeczna) lub policealne w kierunku pracy socjalnej,
- w przypadku osób nie posiadających wykształcenia wyższego wymagany jest staż pracy (z osobami wykluczonymi społecznie) minimum 1 rok.

### **Dodatkowe wymagania:**

- umiejętność planowania swojej pracy, odpowiedzialność,
- niekaralność za przestępstwa umyślne lub umyślne przestępstwa skarbowe,
- znajomość zagadnień i problematyki wykluczenia społecznego,
- znajomość regulacji prawnych z zakresu pomocy społecznej oraz z obszaru rynku pracy,
- znajomość specyfiki danego „ryнку wsparcia” (wiedza o instytucjach i organizacjach świadczących pomoc młodzieży i młodym dorosłym zagrożonej wykluczeniem społecznym),
- znajomość zagadnień z zakresu metod aktywnego poszukiwania pracy.



### **Ewaluacja pracy asystenta usamodzielnienia.**

W modelu zakładamy pracę zespołową. Asystenci usamodzielnienia działający w danym powiecie, tworzą zespół, który spotyka się regularnie na zebrania służące omawianiu wychowanków, wymianie informacji o możliwościach szkoleń, praktyk, zajęć dodatkowych oraz omawianiu przebiegu prowadzonych procesów usamodzielnienia. Zespół wspólnie analizuje trudniejsze przypadki, udziela swoim członkom informacji zwrotnych, pomaga w rozwiązywaniu sytuacji kryzysowych, wspólnie poszukuje optymalnych rozwiązań. W miarę możliwości, korzysta też z zewnętrznego superwizora np. raz w miesiącu. Okresowo zespół wspólnie ocenia efekty pracy poszczególnych członków zespołu. Każdy asystent prowadzi dokumentację swojej pracy, która również podlega ocenie zespołu. Podmiot prowadzący procesy usamodzielnienia wyznacza osobę, której zadaniem jest monitorowanie pracy asystentów oraz przyjmowanie uwag, postulatów czy skarg odbiorców.

Wskaźniki służące do oceny pracy asystentów:

a) twarde:

- regularność spotkań,
- częstotliwość i czas trwania spotkań,
- zawarcie kontraktu z wychowankiem,
- kontakty z ważnymi osobami dla wychowanka,

b) miękkie:

- ocena stopnia zaufania wychowanka do asystenta,
- ocena celowości spotkań (na ile podejmowane są istotne tematy),
- ocena programu usamodzielnienia,
- ocena stopnia realizacji zakładanych celów.



## Superwizja

Superwizja stanowi ważny element zwiększania efektywności pracy asystentów. Pełni rolę edukacyjną, wspierającą rozwój zawodowy asystentów, służy korekcie pracy prowadzonej w oparciu o więź emocjonalną, wprowadza dodatkowy wymiar analizy pracy: standardy etyczne. Z uwagi na wymagane wysokie kwalifikacje superwizora, niektóre zespoły z małych miejscowości mogą mieć trudności w dostępie do superwizji. W związku z tym superwizja stanowi element zalecany we wdrażaniu modelu, nie jest jednak wymagane poddawanie pracy zespołu superwizji zewnętrznej, również zebrania zespołu realizatorów mogą być poświęcone monitoringowi i wewnętrznej superwizji pracy asystentów.



Załączniki do opisu modelu usamodzielnienia:

1. Załącznik nr 1.1 **Zakres zadań i obowiązków asystenta usamodzielnienia.**
2. Załącznik nr 1.2 **Karta pracy asystenta usamodzielnienia**
3. Załącznik nr 1.3 **Karta informacyjna usamodzielnianego wychowanka.**
4. Załącznik nr 1.4 **Przykładowe kontrakty z wychowankami.**
5. Załącznik nr 1.5 **Schemat diagnozy problemowej wychowanka.**
6. Załącznik nr 1.6 **Schemat programu usamodzielnienia wraz z procedurą analizy efektów.**
7. Załącznik nr 1.7 **Rejestr dyspozycji i umiejętności dorastającego**



**ZAŁĄCZNIK nr 1.1**

**ZAKRES OBOWIĄZKÓW  
ASYSTENTA USAMODZIELNIENIA  
WZÓR**

**Do obowiązków w szczególności należy:**

1. przestrzeganie przepisów prawa i wykonywanie zadań sumiennie starannie i bezstronnie,
2. przestrzeganie czasu pracy ustalonego umową/ harmonogramem pracy,
3. przestrzeganie przepisów oraz zasad bezpieczeństwa i higieny pracy, a także przepisów przeciwpożarowych,
4. przestrzeganie bezpieczeństwa przy wykonywaniu obowiązków i kierowania się zasadą ograniczonego zaufania w kontaktach z osobami znajdującymi się pod wpływem alkoholu i środków psychoaktywnych,
5. przestrzeganie przepisów o ochronie danych osobowych,
6. prawidłowa praca biurowa z zabezpieczeniem przechowywania dokumentacji,
7. dbać o dobro zakładu pracy, chronić jego mienie oraz zachować w tajemnicy informacje, których ujawnienie mogłoby narazić pracodawcę na szkodę,
8. przestrzegać tajemnicy określonej w odrębnych przepisach,
9. przestrzegać w zakładzie pracy zasad współżycia społecznego.

**II. Do zadań asystenta usamodzielnienia należy w szczególności:**

1. prowadzenie pracy z wychowankiem, jego rodziną i otoczeniem zgodnie z modelem usamodzielnienia,
2. odbywanie regularnych spotkań z odbiorcami – praca w środowisku,
3. udzielanie wychowankom informacji, wskazówek i pomocy w zakresie rozwiązywania spraw życiowych,
4. wspieranie wychowanków w przywracaniu, odbudowie relacji rodzinnych i przyjacielskich,
5. motywowanie wychowanków do podejmowania działań prowadzących do poprawy ich sytuacji,
6. prowadzenie współpracy wychowankiem zgodnie z zasadami partnerstwa, życzliwości i w oparciu o ustanowione granice,
7. bieżące współdziałanie z instytucjami i organizacjami na rzecz wychowanka,
8. prowadzenie dokumentacji działań, w części dotyczącej wychowanka, jego rodziny i otoczenia społecznego, z którymi prowadzone jest postępowanie,
9. dochowanie tajemnicy zawodowej w sprawach dotyczących uczestników projektu, zabezpieczenie dokumentacji,
10. bezzwłoczne informowanie pracodawcy (zleceniodawcy) o faktach mogących mieć wpływ na realizację zlecenia,
11. badanie skuteczności udzielanej pomocy i monitorowanie celowości realizowanych działań,
12. w miarę możliwości, branie udziału w cotygodniowych zebraniach zespołu.

.....  
pracownik

.....  
pracodawca

.....  
Miejscowość, data



**ZAŁĄCZNIK nr 1.2**

**KARTA PRACY**  
**ASYSTENTA USAMODZIELNIENIA**  
**WZÓR**

Asystent: .....

Wychowanek: .....

Miesiąc:.....

Lp.	Data	Godz. od – do	Czas kontaktu	Nazwisko i imię funkcja
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
ŁĄCZNIE GODZIN:				

.....  
(podpis asystenta)(podpis wychowanka)



**ZAŁĄCZNIK nr 1.3**

**KARTA INFORMACYJNA  
USAMODZIELNIANEGO WYCHOWANKA  
WZÓR**

**I. PODSTAWOWE INFORMACJE O WYCHOWANKU**

1. **Nazwisko i imię**
2. **Data urodzenia**
3. **Adres zamieszkania**
4. **Rodzina**

Nazwisko i imię      wiek      pokrewieństwo      adres zamieszkania      telefon

5. **Pracownicy instytucji**

Nazwisko i imię      stanowisko      instytucja      adres      telefon

6. **Data przyjęcia do programu:**
7. **Sytuacja formalno-prawna:**

**II. OPIS PROBLEMÓW WYCHOWANKA**

1. **Podstawowe problemy emocjonalne**
2. **Deficyty umiejętności**
3. **Problemy socjalne**
4. **Stan zdrowia**

**III. PROBLEMY RODZINY WYCHOWANKA**

**IV. ZAŁOŻENIA PROGRAMU POMOCY W USAMODZIELNIENIU**

**V. ZAŁOŻENIA PROGRAMU POMOCY RODZINIE**

**VI. OCENA EFEKTÓW**



## ZAŁĄCZNIK nr 1.4

### KONTRAKT W ZAKRESIE POMOCY W PRZYGOTOWANIU DO SAMODZIELNOŚCI

(przykład 1)

#### I. POTRZEBY I PROBLEMY WYCHOWANKA

- Brakuje mi poczucia bezpieczeństwa, opieki i pomocy ze strony rodziców.
- Mam problemy w nauce i zaległości w szkole.
- Jestem mało otwarty i nieufny
- Jestem mało pewny siebie, nie wierzę, że coś mi się uda.
- Jestem mało samodzielny poza placówką, obawiam się nowych sytuacji.
- Bywam wybuchowy, często wchodzę w konflikty i bójki.
- Nie umiem podejmować decyzji, czekam aż problemy same się rozwiążą.

#### II. CO CHCIAŁBYM ZMIENIĆ W SOBIE

- Przygotować się do samodzielnego życia poza placówką, odważyć się na nowe rzeczy.
- Nauczyć się samodzielnie rozwiązywać swoje problemy i załatwiać swoje sprawy,
- Nauczyć się jak szukać pracy, pisać życiorys, podanie itp.
- Chciałbym być bardziej odważny i pewny siebie.
- Chcę nadrobić zaległości szkolne.

#### III. NA CO JESTEM GOTOWY

- Uczyć się i nadrabiać zaległości szkolne.
- Uczyć się różnych umiejętności życiowych.
- Uczyć się samodzielności.
- Nie zrażać się trudnościami i niepowodzeniami
- Szukać bliskości z innymi ludźmi.
- Do aktywnego uczestnictwa w programie





#### IV. CZEGO OCZEKUJĘ OD ASYSTENTA

- Pomocy w rozwiązywaniu bieżących problemów
- Szczerości i mówienia tego co naprawdę myśli.
- Pomocy w poprawie relacji z rodzeństwem.
- Pomocy w uzyskaniu nowych doświadczeń i umiejętności życiowych.

#### V. WARUNKI UDZIAŁU W PROGRAMIE

- Bezwzględnie powstrzymywanie się od przemocy fizycznej wobec innych.
- Zachowanie trzeźwości.
- Respektowanie prawa i własności.
- Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa placówki i innych osób.

#### VI. ZOBOWIĄZANIA ASYSTENTA

- Do zachowania tajemnicy.
- Do regularnych spotkań.
- Pomocy w rozwiązywaniu różnych bieżących problemów.
- Pomocy w nauce i zdobywaniu różnych umiejętności życiowych.
- Zachowanie życzliwości, tolerancji i cierpliwości w relacjach z wychowankiem.
- Respektowanie jego decyzji w różnych sprawach.

Imię i nazwisko wychowanka

.....  
(czytelny podpis wychowanka)

Imię i nazwisko asystenta

.....  
(czytelny podpis asystenta)

.....  
(miejsowość, data)



## KONTRAKT W ZAKRESIE POMOCY W PRZYGOTOWANIU DO SAMODZIELNOŚCI (przykład 2)

### I. POTRZEBY I PROBLEMY WYCHOWANKI

1. Nigdzie nie czuję się bezpiecznie brakuje mi stabilizacji.
2. Nie mam zaufania do ludzi.
3. Nie umiem rozmawiać o swoich problemach, nie umiem być otwarta,
4. Uważam, że niewiele ode mnie zależy.
5. Nie umiem planować brakuje mi cierpliwości i wytrwałości.
6. Nie mam przyjaciół i znajomych, często jestem sam.
7. Łatwo się denerwuję i złościę.
8. Nie mam kontaktu ze swoim ojcem.

### II. CO CHCIAŁABYM ZMIENIĆ W SOBIE

1. Zdobyć nowe umiejętności potrzebne w życiu.
2. Być bardziej zaradna w trudnych sytuacjach
3. Zrozumieć i rozwiązać swoje problemy.
4. Poznać nowych ludzi, zaufać im, zdobyć przyjaciół.
5. Nauczyć się panować nad złością.

### III. NA CO JESTEM GOTOWA

1. Uczyć się rozmawiania na trudne tematy.
2. Pracować nad większą zaradnością w załatwianiu potrzebnych spraw.
3. Pracować nad poprawą relacji z rówieśnikami i domownikami.
4. Próbować zrozumieć i poznać siebie: swoje problemy, silne i słabe strony, swoje realne możliwości, oczekiwania wobec siebie i innych.
5. Być szczerą i uczciwą.
6. Uczyć się rozwiązywania konfliktów.
7. Pracować nad swoją systematycznością, odpowiedzialnością, obowiązkowością, wytrwałością.

### IV. CZEGO OCZEKUJĘ OD ASYSTENTA

1. Pomocy w rozwiązywaniu problemów i pracy nad sobą.
2. Wsparcia w trudnych sytuacjach.
3. Pomocy w uzyskaniu nowych doświadczeń i umiejętności życiowych.
4. Uszanowania niezależności.
5. Pomocy w nawiązaniu kontaktu z ojcem.



## V. WARUNKI UDZIAŁU W PROGRAMIE

1. Bezwzględne powstrzymanie się od przemocy fizycznej wobec innych uczestników programu.
2. Zachowywanie trzeźwości.
3. Respektowanie prawa i własności.
4. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa.

## VI. ZOBOWIĄZANIA ASYSTENTA

1. Postaram się pomagać Ci w rozwiązywaniu Twoich problemów i zrozumieniu skąd się biorą.
2. Będę Cię wspierać w trudnych sytuacjach.
3. Będę szanowała Ciebie i Twoją niezależność.
4. Będę się z Tobą systematycznie spotykać i postaram się być punktualna.
5. Będę dyskretna.
6. Nie zrobię niczego co Ciebie dotyczy bez porozumienia z Tobą albo powiadomienia Cię o tym.
7. Postaram się nie zawieść Twojego zaufania.

Imię i nazwisko wychowanka

.....  
(czytelny podpis wychowanka)

Imię i nazwisko asystenta

.....  
(czytelny podpis asystenta)

.....  
(miejsowość, data)



## ZAŁĄCZNIK nr 1.5

### DIAGNOZA POTRZEB I PROBLEMÓW WYCHOWANKA

#### A. Problemy socjalne

1. sytuacja mieszkaniowa
2. sytuacja materialna (dochody, wydatki, długi)
3. sytuacja prawna
4. problemy zdrowotne
5. braki wykształcenia i kwalifikacji
6. praktyczne doświadczenie i umiejętności zawodowe
7. umiejętności samoobsługi
8. inne problemy i potrzeby socjalne

#### B. Problemy społeczne i zadaniowe

1. kontakty społeczne
2. kontakty z dalszą rodziną
3. znajomość własnych praw
4. swoboda poruszania się poza swoim środowiskiem
5. funkcjonowanie w rolach społecznych

Funkcjonowanie zadaniowe

- a. deficyty
- b. posiadane umiejętności

#### C. Problemy psychologiczne

1. dominujące potrzeby
2. samoświadomość
3. samoocena
4. nieadekwatne wyobrażenia i oczekiwania
5. odpowiedzialność za własny rozwój
6. motywacja do zmiany
7. gotowość do ponoszenia kosztów
8. umiejętność uczenia się na błędach
9. potencjały i silne strony pomocne w zmianie

### II.CEL PROGRAMU USAMODZIELNIENIA (co trzeba uzyskać)

### III.ZAŁOŻENIA PROGRAMU USAMODZIELNIENIA (jak to uzyskać i w jakiej kolejności)



## ZAŁĄCZNIK nr 1.6

### SCHEMAT PROGRAMU USAMODZIELNIENIA I ANALIZY EFEKTÓW

1. SPECYFIKA WYCHOWANKA (diagnoza problemowa)
2. CELE PROGRAMU USAMODZIELNIENIA (formułowane i weryfikowane wspólnie z wychowankiem)
3. SOSOBY REALIZACJI CELÓW PROGRAMU
4. WSPOLNE PLANOWANE DZIAŁANIA (wraz z harmonogramem realizacji)
5. PODZIAŁ ZADAŃ (pomiędzy wychowanka i asystenta, zaakceptowany przez obie strony)

Schemat okresowej weryfikacji programu usamodzielnienia przeprowadzanej wspólnie przez wychowanka i asystenta usamodzielnienia (minimum raz na trzy miesiące):

6. REALIZACJA PROGRAMU (omówienie stopnia osiągnięcia zakładanych celów oraz przebiegu programu)
7. ODSTĘPSTWA OD PLANU (jakie planowane zadania nie zostały zrealizowane i dlaczego, jakie nieplanowane zadania zostały zrealizowane i dlaczego)
8. EFEKTY PROGRAMU (co w wyniku realizacji programu uzyskał wychowanek np. świadomość, dyspozycje, umiejętności)
9. OCENA KONCEPCJI (ocena na ile zakładane cele, sposoby realizacji i działania były adekwatne do problemów i potrzeb wychowanka)
10. OCENA REALIZACJI (jak zostały zrealizowane poszczególne działania - ocena zaangażowania i rzetelności)
11. OCENA WSPÓŁPRACY
12. WŁASNE PROBLEMY (problemy wychowanka i asystenta pojawiające się w toku realizacji programu)
13. WNIOSKI (co wynika z analizy dotychczasowych działań i co należy uwzględnić w zweryfikowanym programie)
14. WERYFIKACJA PROGRAMU USAMODZIELNIENIA



## ZAŁĄCZNIK nr 1.7

### REJESTR UMIEJĘTNOŚCI i DYSPOZYCJI DORASTAJĄCEGO

#### I. UMIEJĘTNOŚCI PSYCHOLOGICZNE

1. świadomość swoich problemów emocjonalnych, potrzeb, ograniczeń
2. adekwatność oceny siebie i swoich możliwości, świadomość własnych potencjałów i deficytów
3. adekwatność oczekiwań wobec świata i wobec siebie
4. umiejętność samodzielnego nazywania problemów, konfliktów oraz konstruktywnego ich rozwiązywania
5. umiejętność radzenia sobie z kryzysami
6. odpowiedzialność za własny rozwój
7. umiejętność analizy doświadczeń i uczenia się na błędach
8. umiejętność podejmowania decyzji
9. niezależność od oceny i wpływu innych - pewność siebie
10. umiejętność budowania swoich granic, szanowanie granic innych
11. świadomość własnych uczuć
12. umiejętność wyrażania i nazywania uczuć
13. umiejętność tolerowania napięcia
14. umiejętność kontroli wyrażania uczuć
15. empatia
16. wrażliwość na innych i świat; przyjaźń, opiekuńczość
17. tolerancyjność
18. otwartość

#### II. SPRAWNOŚĆ I DYSPOZYCJE FIZYCZNE

1. ogólna sprawność fizyczna
2. znajomość zasad prawidłowego odżywiania się
3. dbałość o zdrowie
4. regularna aktywność fizyczna

#### III. INTELEKT

1. umiejętność uczenia się, samodzielnego zdobywania wiedzy i poznawania świata, rozwijanie zainteresowań
2. sprawność intelektualna, umiejętność logicznego myślenia
3. umiejętność kojarzenia
4. umiejętność analitycznego myślenia i wyciągania wniosków
5. umiejętność przewidywania i planowania
6. umiejętność przekładania abstrakcyjnych informacji na praktyczne działanie, praktycznego wykorzystywania wiedzy
7. dobra pamięć
8. odczytanie, bogate słownictwo, umiejętność rozmowy na różne tematy



#### IV. UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNE

1. umiejętność komunikowania się:
  - a. jasny, precyzyjny sposób wypowiedzania, jasne wyrażanie swoich potrzeb, poglądów
  - b. umiejętność słuchania i rozumienia
  - c. partnerski sposób komunikacji
  - d. bycie wprost, otwartość
  - e. umiejętność słuchania i przyjmowania inf. zwrotnych
2. umiejętność nawiązywania kontaktu
3. umiejętność załatwiania różnych spraw ~~na zewnątrz~~ w środowisku
4. poczucie bezpieczeństwa poza własnym środowiskiem i najbliższą znaną okolicą
5. umiejętność rozwiązywania konfliktów (umiejętność zgody na kompromis, negocjacji, wypracowania konsensusu)
6. umiejętność współpracy i współdziałania (ustalanie reguł, podział obowiązków, współodpowiedzialność)
7. umiejętność konstruktywnej rywalizacji - uczenie oceny siebie i swoich możliwości na tle innych
8. konstruowanie oczekiwań i wymagań wobec innych (adekwatność oczekiwań i wymagań)
9. umiejętność wspólnego przeżywania ważnych chwil - święta i rytuały wspólnotowe
10. umiejętność niedestrukcyjnego rozładowania napięcia, tolerowanie napięcia związanego z przeżywaniem świąt
11. umiejętność zaspokajania swoich potrzeb bez naruszania potrzeb innych
12. umiejętność pełnienia różnych ról w życiu

#### V. SAMOOBSŁUGA

1. dbałość o siebie, swój wygląd zewnętrzny, czystość
2. higiena osobista, posiadanie nawyków utrzymywania czystości ciała (włosów, zębów, paznokci)
3. umiejętność utrzymywania w czystości ubrań, butów
4. dbałość o swoje rzeczy
5. umiejętność utrzymania wokół siebie czystości, sprzątanie, pranie, prasowanie, szycie
6. umiejętność przygotowania sobie posiłku, gotowanie
7. umiejętność robienia zakupów
8. zaradność, umiejętność sprawnego załatwienia swoich spraw, zdobycia informacji
9. umiejętność posługiwania się urządzeniami technicznymi i sprzętem AGD
10. umiejętność wykonania drobnych napraw, proste remonty, majsterkowanie
11. umiejętność zarabiania i oszczędzania pieniędzy oraz gospodarowania nimi
12. umiejętność pakowania się
13. umiejętności biwakowe: rozbijanie namiotu, rozpalanie ogniska
14. umiejętność poruszania się po mieście, orientacja w terenie
15. umiejętność organizowania własnego czasu wolnego
16. znajomość zasad pierwszej pomocy



## VI. SFERA KULTURY

1. umiejętności wypowiedzania się, rozmawiania:
  - a. poszerzanie słownictwa
  - b. nieużywanie przekleństw w miejscach publicznych, przy nauczycielach, rodzicach itp.
  - c. nawiązywanie rozmowy
  - d. umiejętność rozmowy na tematy ważne i trudne
2. umiejętność zachowania się w miejscach publicznych:
  - a. odpowiadanie na przywitanie, witanie się
  - b. ubieranie się stosowne do czasu, miejsca i przyczyny (teatr, pub, dyskoteka, biwak)
  - c. kulturalne zachowanie w miejscach publicznych, także specyficznych - teatr, restauracja, dyskoteka (pytanie o kartę, toaletę, rachunek)
3. kultura jedzenia:
  - a. higiena przy przygotowywaniu posiłku
  - b. mycie rąk przed jedzeniem
  - c. przygotowanie stołu, estetyka nakrywania stołu
  - d. umiejętność prawidłowego wykorzystania sztućców, serwetek itp.
  - e. zachowanie przy stole, kulturalne zachowanie w czasie jedzenia
4. znajomość obyczajów, rytuałów zachowania się w różnych sytuacjach:
5. gościnność
6. obycie, znajomość dziedzin kultury:
  - a. muzyka
  - b. teatr
  - c. film
  - d. książki i gazety
  - e. architektura
  - f. sztuka

## VII. SFERA ZADANIOWO - ZAWODOWA

1. posiadanie zainteresowań, umiejętność realizowania zainteresowań
2. umiejętność wyboru szkoły i zawodu (orientacja na rynku szkół, szkoleń, kierunków kształcenia i pracy)
3. znajomość swoich mocnych i słabych stron oraz własnych zdolności
4. kreatywność
5. obowiązkowość i odpowiedzialność
6. dokładność, rzetelność
7. systematyczność
8. wytrwałość i cierpliwość
9. umiejętność zorganizowania się
10. umiejętność szukania pracy
11. realne oczekiwania związane z zarabianiem
12. umiejętność gospodarowania pieniędzmi, planowania wydatków i oszczędzania
13. szanowanie pieniędzy i posiadanych rzeczy
14. umiejętność działania z odroczonym wzmocnieniem
15. umiejętność obsługi komputera, języków obcych, znajomość źródeł szukania pracy, pisanie życiorysu i podań, rozmawiania w sprawie pracy