



**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”

# PROGRAM SZKOLENIA ASYSTENTÓW 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

1

  
POWIAT OTWOCKI  
*Lider nowoczesnych klimatów*



„Z opieki w dorosłość – model usamodzielnienia”  
*Towarzystwo Psychoprofilaktyczne Oddział w Warszawie*  
00-355 Warszawa  
Ul. Tamka 38, lok. 704  
Tel./fax 22 622 22 62  
e-mail: [szkolenia@tpp.org.pl](mailto:szkolenia@tpp.org.pl) [www.tpp.org.pl](http://www.tpp.org.pl)

**InBIT**  
KOMPETENCJE TWORZĄ MOŻLIWOŚĆ



## SPIS TREŚCI

Wstęp .....	1
I. Założenia programu szkolenia .....	1
II. Uczestnicy szkolenia .....	2
III. Zespół prowadzący szkolenia .....	3
IV. Program szkolenia .....	4
1. Trening komunikacji .....	4
2. Trening interpersonalny .....	5
3. Warsztaty umiejętności wychowawczych .....	5
4. Warsztaty diagnozy problemowej .....	6
5. Warsztaty budowania programu usamodzielnienia .....	6
6. Wykłady .....	7
7. Konsultacje i superwizja programów pomocy .....	7
8. Sposób oceny efektów programu .....	7
V. Oczekiwane efekty szkolenia .....	8



## Program szkolenia asystentów usamodzielnienia

Szkolenie przygotowuje asystentów usamodzielnienia do pracy z młodzieżą przebywającą w opiece zastępczej i borykającą się z wieloma problemami wyniesionymi z rodzin pochodzenia, pogłębianymi w wyniku pobytu w opiece zastępczej. Wychowankowie placówek i rodzin zastępczych wywodzą się z rodzin, w których otrzymali ubogie i nierzadko destrukcyjne dziedzictwo. Wchodzą w wiek dorastania z wieloma kompleksami, przekonani, że niewiele potrafią, niewiele od nich zależy, że nie można ufać ludziom. Ich podstawowym problemem jest brak motywacji wynikający z braku wiary w możliwość zmiany.

Osoby pomagające młodzieży w przełamaniu kompleksów i nadrobieniu deficytów oraz pracujące z rodzinami dysfunkcyjnymi powinny mieć odpowiednie dyspozycje i umiejętności. W pracy z osobami nieufnymi i nieumotywowanymi szczególnie ważne są: szacunek wobec klienta, partnerstwo, życzliwość, tolerancja, empatia, zaangażowanie, odpowiedzialność oraz kompetencje zawodowe pomagającego (świadomość własnych wartości i ograniczeń, znajomość zasad etyki zawodowej, umiejętność formułowania specyficznej diagnozy i prowadzenia programu korekcyjnego). Warto, by asystent usamodzielnienia pracował w zespole i poddawał swoją pracę superwizji, ponieważ zwiększa to efektywność pomocy.

### I. Założenia programu szkolenia

Praca z młodzieżą zagrożoną wykluczeniem społecznym oraz z ich rodzinami wymaga odpowiednich dyspozycji emocjonalnych, wysokich kwalifikacji zawodowych i znacznej kultury etycznej. Działania wobec tej grupy powinny się opierać na umiejętności nawiązywania kontaktu, zawierania kontraktu, diagnozy problemowej oraz tworzenia i realizacji specyficznych programów pomocy. Uzyskanie przez pracowników socjalnych, kuratorów, nauczycieli, wychowawców i opiekunów zastępczych odpowiednich umiejętności oraz dyspozycji emocjonalnych wymaga specjalistycznych programów szkoleniowych. Proponowane szkolenie prowadzone jest w formie treningów psychologicznych i warsztatów metodycznych, obejmując dwa obszary: osobowościowy oraz fachowy.



Treningi psychologiczne umożliwiają praktyczne uczenie się poprzez bezpośrednie doświadczenie zdobywane w małej 8-12 osobowej grupie laboratoryjnej. Uczestnicy takiej grupy skoncentrowani są przede wszystkim na poszerzaniu własnych dyspozycji emocjonalnych oraz umiejętności społecznych ułatwiających nawiązywanie bezpośredniego kontaktu emocjonalnego z wychowankiem, rodziną czy grupą. Celem tak rozumianego szkolenia jest uzyskanie umiejętności wszechstronnego posługiwania się samym sobą, możliwość podejmowania zróżnicowanych ról i relacji, zwiększenie elastyczności funkcjonowania w sytuacjach trudnych i nowych oraz umiejętność pracy zespołowej.

Warsztaty metodyczne, podobnie jak treningi psychologiczne, odbywają się w tych samych małych grupach laboratoryjnych. Koncentrują się one na ćwiczeniu umiejętności formułowania wieloczynnikowej diagnozy problemowej wychowanka i jego rodziny oraz tworzeniu i realizacji programów pomocy. W trakcie warsztatów uczestnicy grupy uczą się rozpoznawać i rozwiązywać trudne i nowe sytuacje zawodowe w "symulowanych" (np. psychodramatycznie) warunkach laboratoryjnych. Uczą się przewyżczać własne ograniczenia emocjonalne oraz wprowadzać nowe metody postępowania, dostosowane do dynamicznie rozwijającej się sytuacji. Wszystkie te doświadczenia są analizowane i korygowane w grupie. Zajęcia prowadzone są przez 2 - osobowe zespoły trenerskie.

## II. Uczestnicy Szkolenia

Szkolenie przeznaczone jest dla osób zajmujących się zawodowo resocjalizacją, terapią uzależnień, pomocą psychologiczną, wychowaniem korekcyjnym i szeroko rozumianą pomocą społeczną, które mogą prowadzić lub wspierać proces usamodzielniania wychowanków opieki zastępczej. Szkolenie obejmuje pracę nad sobą oraz praktyczne ćwiczenie metodyki pracy. Wymaga ono od uczestników znacznej **otwartości**, **aktywności** i gotowości do poszukiwania nowych sposobów funkcjonowania. Sprzyja temu poczucie psychologicznego bezpieczeństwa w grupie, wynikające z tego, że uczestnicy rekrutują się z różnych placówek, nie znają się i nie są w żaden sposób powiązani służbowo.



Decyzja o podjęciu szkolenia powinna więc być **indywidualna i całkowicie dobrowolna**. Szkolenie to przewidziane jest wyłącznie dla osób, które są zainteresowane udziałem w całym cyklu zajęć oraz są gotowe na aktywną pracę nad sobą, własnymi problemami i ograniczeniami społecznymi i emocjonalnymi.

Warunkiem wzięcia udziału w szkoleniu jest własnoręczne pisemne zgłoszenie uczestnika zawierające wszystkie wymagane informacje, pisemna akceptacja kierownika jego placówki oraz udział w spotkaniu informacyjnym.

### III. Zespół prowadzący szkolenie

Jesteśmy zespołem terapeutów i wychowawców. Prowadzimy lokalne programy środowiskowe obejmujące resocjalizację, wychowanie korekcyjne, pomoc psychologiczną, leczenie uzależnień oraz reintegrację społeczną. Specyfiką prowadzonych przez nas programów jest praca środowiskowa, praca z rodziną, podejście systemowe oraz nastawienie na aktywizację potencjalnych możliwości odbiorcy.

Zespół nasz od 30-tu lat prowadzi różne formy szkolenia zawodowego pracowników służby zdrowia, edukacji, pomocy społecznej i resocjalizacji. W organizowanych przez nas treningach i warsztatach wzięło dotychczas udział ponad 6000 osób (lekarzy, psychologów, instruktorów terapii, nauczycieli, wychowawców, kuratorów sądowych, pracowników socjalnych, opiekunów zastępczych, studentów uniwersyteckich kierunków społecznych itp.).

Zajęcia treningowe i warsztatowe w ramach tego szkolenia prowadzone będą przez pracowników i współpracowników TPP, którzy mają znaczne doświadczenie w zakresie pracy środowiskowej, interwencji kryzysowej, resocjalizacji, pracy z rodziną, organizacji rodzinnej opieki zastępczej, terapii uzależnień. Wszyscy trenerzy mają też specjalistyczne przygotowanie w zakresie prowadzenia treningów i warsztatów psychologicznych oraz superwizji.



## IV. Program Szkolenia

Szkolenie dla asystentów usamodzielnienia przygotowuje do wdrażania modelu usamodzielnienia młodzieży zagrożonej wykluczeniem społecznym - absolwentów różnych form opieki zastępczej. Szkolenie obejmuje pracę nad sobą oraz trening praktycznych umiejętności fachowych: budowania diagnozy problemowej, formułowania i prowadzenia indywidualnych programów usamodzielnienia, pracy w środowisku oraz pracy z rodziną. Takie podejście do szkolenia zawodowego oparte jest na współczesnych metodach pracy nastawionej na aktywizację i integrację osób i grup zmarginalizowanych i zagrożonych wykluczeniem społecznym.

Szkolenie to trwa około jednego roku i składa się z pięciu etapów:

- |  |                      |
|--|----------------------|
| 1. trening komunikacji                           | - 4 dni (30 godz.)   |
| 2. trening interpersonalny                       | - 7 dni (60 godz.)   |
| 3. warsztaty umiejętności wychowawczych          | - 7 dni (60 godz.)   |
| 4. warsztaty diagnozy problemowej                | - 6 dni (50 godz.)   |
| 5. warsztaty budowania programu usamodzielnienia | - 6 dni (50 godz.)   |
| 6. wykłady                                       | - (10 godz.)         |
| -----  |                      |
| łącznie  | - 30 dni (260 godz.) |

### 1. trening komunikacji

Trening ten poświęcony jest wprowadzeniu podstawowych zasad komunikacji oraz uzyskaniu przez uczestników doświadczeń i umiejętności umożliwiających efektywną i partnerską współpracę w zespole. Doświadczenia te ułatwiają też dalszą pracę nad sobą w grupie treningowej. Trening obejmie ustrukturalizowane ćwiczenia z zakresu komunikacji i negocjacji. Udział w nim umożliwia zdobycie praktycznych umiejętności efektywnego porozumiewania się i współpracy w grupie oraz niekonfrontacyjnego rozwiązywania sprzeczności i konfliktów. Pozwala też uczestnikom na poznanie siebie nawzajem, poznanie treningowo-warsztatowej formy szkolenia oraz przyjętych w nim zasad.



## 2. trening interpersonalny

Trening interpersonalny nastawiony jest przede wszystkim na optymalizację funkcjonowania w grupie i w kontaktach z innymi ludźmi. Przedmiotem doświadczenia i analizy są relacje i zachowania w grupie, sposoby komunikowania się, gry i manipulacje poszczególnych uczestników, role społeczne przez nich podejmowane, a także cele i procesy grupowe. W trakcie tego treningu każdy uczestnik uzyska wyczerpujące informacje na temat tego jak jest odbierany i rozumiany przez pozostałych członków grupy. Pozna swoje silne i słabe strony w zakresie umiejętności kontaktowania się z innymi i funkcjonowania w grupie. Będzie miał też wielokrotnie okazję do wypróbowania nowych zachowań i ról, uzupełnienia braków, skorygowania błędów, zmierzenia się z własnymi trudnościami w kontakcie z innymi. Trening ten umożliwi poznanie procesów zachodzących w każdej grupie oraz tkwiących w niej potencjalnych możliwości rozwojowych. Celem tego treningu jest też integracja grupy szkoleniowej umożliwiająca dalszą bezpieczną i intensywną pracę warsztatową.

## 3. warsztaty umiejętności wychowawczych

Celem warsztatu jest poznanie i zrozumienie przyczyn problemów i deficytów emocjonalnych podopiecznych. Świadomość tych przyczyn jest niezbędna w pomocy wychowankom i ich rodzinom. Uczestnicy pogłębią swoje rozumienie potencjałów i ograniczeń dziecka wynikających z wychowania w rodzinie, wpływu różnych doświadczeń życiowych na jego charakter, skutków wpojonych systemów norm i wartości.

Ułatwi to uczestnikom zrozumienie dzieci i rodzin, którym pomagają. Pozwoli unikać zachowań arbitralnych, ferowania ocen, pouczania, i przyczyni się do poszanowania podmiotowości młodzieży i ich rodzin oraz do uwzględniania ich gotowości do zmiany. W trakcie warsztatu uczestnicy poznają metody rozwiązywania problemów i kryzysów wychowawczych oraz efektywne metody w pracy wychowawczej. Poszerzą i pogłębią umiejętności nawiązywania kontaktu ze swoimi podopiecznymi. W trakcie zajęć warsztatowych uczestnicy będą poszukiwać i weryfikować sposoby motywowania do zmiany oraz formułowania i zawierania kontraktu z wychowankiem.



#### 4. warsztaty diagnozy problemowej

Warsztaty te uczą stawiania pogłębionej, wieloaspektowej diagnozy problemowej wychowanka obejmującej jego sytuację socjalną, problemy emocjonalne, problemy rodzinne, podstawowe deficyty umiejętności życiowych, motywację do rozwoju oraz rejestr potencjałów. W okresie poprzedzającym warsztaty uczestnicy przeprowadzą, w swoich miejscach pracy, szereg kontaktów indywidualnych ze swoimi wychowankami i członkami ich rodzin. W wyniku tych kontaktów, według podanego wzoru, przygotują razem z nimi ich diagnozy problemowe. Diagnozy te uczestnicy będą omawiali i analizowali w grupie w trakcie sesji warsztatowych. Zadania warsztatowe dotyczą różnych form i obszarów diagnozy problemowej. Uczestnicy będą ćwiczyć różne sposoby zdobywania, interpretowania i weryfikowania informacji o podopiecznych oraz motywowania ich do zmiany i poszerzania własnych dyspozycji i umiejętności. Diagnozę problemową asystent będzie budował razem z wychowankiem. Umożliwi to wychowankowi uświadomienie sobie tego, na czym mu szczególnie zależy i czego musi się nauczyć a czego oduczyć aby to osiągnąć.

#### 5. warsztaty budowania programu usamodzielnienia

Kolejne sesje warsztatowe poświęcone są analizie i metodom budowania programu pomocy (programu usamodzielnienia wychowanka) oraz poznaniu reguł pracy z jego rodziną. Uczestnicy zajęć będą uczyć się wspólnego z wychowankiem formułowania programu jego usamodzielnienia oraz zawierania z nim kontraktu. W czasie poprzedzającym te warsztaty uczestnicy będą formułować i częściowo przeprowadzać takie programy w swoich miejscach pracy.

W czasie warsztatów będą analizować w grupie te doświadczenia pod kątem efektów, trudności, relacji z usamodzielnianym wychowankiem itp. W czasie ćwiczeń będą uczyć się aktywnej pracy socjalnej, pomocy w przewyciężaniu problemów emocjonalnych, prowadzenia treningu umiejętności społecznych i różnych umiejętności życiowych. Szczególna uwaga poświęcana będzie nauce wspierania wychowanka w sytuacjach kryzysowych, trudnościach, niepowodzeniach, kryzysach motywacyjnych, utracie wiary w siebie i swoje możliwości. Uczestnicy grupy będą mieli okazję przećwiczyć w warunkach laboratoryjnych trudne sytuacje, które napotykają w swojej pracy z wychowankami i ich rodzinami oraz poznać i przećwiczyć nowe metody ich rozwiązywania.





## 6. wykłady

W trakcie treningów i warsztatów, wieczorami, po zakończeniu ustrukturalizowanych zajęć sesyjnych, odbywać się będą zajęcia wykładowo-seminaryjne, umożliwiające zdobycie wiedzy z zakresu przyczyn problemów dzieci i młodzieży ze środowisk marginalizowanych, założeń pracy korekcyjnej z młodzieżą oraz zasad pracy z rodziną. Udostępniana będzie literatura fachowa oraz materiały i opracowania instruktażowe.

## 7. konsultacje i superwizja programów pomocy

W trakcie szkolenia i po jego zakończeniu, uczestnicy będą mogli korzystać z indywidualnych konsultacji i superwizji dotyczących prowadzonych przez siebie programów pomocy w usamodzielnianiu wychowanków. Konsultacje te będą dotyczyły indywidualizacji postępowania, współpracy z wychowankiem w tworzeniu programu usamodzielnienia, problemów i kryzysów pojawiających się w prowadzonych programach, metodyki i indywidualnego stylu pracy, specyficznych trudności i ograniczeń emocjonalnych, kierunków i możliwości dalszego rozwoju programu.

## 8. sposób oceny efektów programu

Dla lepszego zilustrowania wyników szkolenia prowadzone będą badania jego efektywności oraz zmian postaw uczestników wobec pracy i podopiecznych. Badania te będą miały charakter kwestionariuszowy. Analiza wyników wniesie istotne i bardziej szczegółowe dane do opisu uzyskiwanych efektów proponowanego szkolenia oraz ich trwałości. Oprócz analizy wyników badań ewaluacyjnych, efekty szkolenia omawiane będą i analizowane w grupach uczestników i zespole trenerów.



## V. Oczekiwane efekty szkolenia

Z naszych dotychczasowych doświadczeń wynika, że w efekcie szkoleń treningowo-warsztatowych jego uczestnicy uzyskują poszerzenie dyspozycji emocjonalnych ułatwiających im nawiązywanie kontaktu z młodzieżą oraz członkami ich rodzin. Uczą się wszechstronnego posługiwania się samym sobą, podejmowania zróżnicowanych ról i relacji. Elastyczniej funkcjonują w sytuacjach nowych i trudnych. Chętniej poszukują i podejmują nowe, niekonwencjonalne metody postępowania, dostosowane do dynamicznie rozwijającej się sytuacji. Uczestnicy pogłębiają umiejętność formułowania wieloczynnikowej, systemowej diagnozy oraz programowania i realizacji adresowanego postępowania korekcyjnego. W trakcie szkolenia uczestnicy poznają podstawowe procedury zawodowe umożliwiające uczenie się na błędach, wymianę informacji zwrotnych, współpracę w zespole, superwizję zespołową itp. Podstawowym efektem szkolenia będzie przekazanie oraz przećwiczenie metod pracy asystenta usamodzielnienia.