



Rówieśnicza interwencja kryzysowa

Często przyjmujemy, że pomocy w kryzysie młodemu człowiekowi udzielić powinni przede wszystkim odpowiedzialni za niego dorośli, czasem także specjaliści. Tymczasem bardzo często młodzież zmagająca się z trudnościami zwraca się z nimi w pierwszej kolejności do najbliższych koleżanek lub kolegów. Czy możliwe jest przygotowanie uczniów do takiej „rówieśniczej kryzysowej interwencji”?

Zofia Grudzińska

P przed podjęciem tematu warto uporządkować pewne określenia. Czym właściwie jest „kryzys”, o którym ma być mowa w tym tekście? Łatwo pojąć, że nie chodzi o ten gospodarczy w ujęciu teorii ekonomicznych – chociaż dobrze jest pamiętać, że jego skutki mogą się też przełożyć na kryzys osobisty. Jest też oczywiste, że każdy „kryzys” (załamanie negocjacji handlowych, zerwanie rozmów dyplomatycznych grożące wybuchem konfliktu zbrojnego) w ostatecznym rozrachunku powoduje konsekwencje w wymiarze jednostkowym. Kryzys natury medycznej, pandemia wywołana rozprzestrzenieniem się koronawirusa, stawia niezliczone osoby w obliczu prywatnych trudności – po utracie kogoś bliskiego, pracy, mieszkania; w następstwie długotrwałej izolacji; w wyniku doświadczania chronicznego lęku i stresu. Sytuacja kryzysowa może być wywołana także okolicznościami bardziej prywatnymi, nie o szerokim zasięgu. Wystarczą problemy w relacjach międzyludzkich, zawodowe czy szkolne albo pogorszenie warunków materialnych – wszystkie te okoliczności mogą się przełożyć na kryzys jednostki – ten właśnie, a raczej możliwości i rodzaje pomocy osób trzecich, będą przedmiotem niniejszych rozważań.

W ujęciu psychologicznym (wg definicji H. Sęk z książki *Społeczna psychologia kliniczna*) kryzys emocjonalny to „ostre, przejściowe doświadczenie zakłócenia

równowagi psychicznej, spowodowane zagrożeniami powiązаныmi z sensem życia, systemem wartości, koncepcji własnej osoby, skutkiem konfrontacji z zaskakującą sytuacją bądź wydarzeniem krytycznym”. Natomiast „interwencją kryzysową” określa się działania (jednostkowe lub zespołowe) podejmowane na rzecz osoby lub osób będących w stanie kryzysu. Według *Ustawy o pomocy społecznej* celem interwencji jest przywrócenie równowagi psychicznej i umiejętności samodzielnego radzenia sobie w trudnym położeniu.

Należy zwrócić uwagę na zwrot „samodzielne radzenie sobie”. Interwencja kryzysowa nie jest dostarczeniem przysłowiowej ryby, chociaż od tego trzeba czasem zacząć, szczególnie w obliczu zagrożenia życia czy zdrowia osoby w kryzysie. O powodzeniu działań można jednak mówić dopiero wtedy, gdy jednostka w kryzysie wypracowuje własne mechanizmy myślenia, reagowania czy postępowania, które zapewniają jej możliwość optymalnego ustosunkowania się do okoliczności powodujących kryzys. Wybór sposobów na to jest właściwie nieskończony, ale to osoba wypracowuje je czy też wybiera. Interwent przez cały czas pozostaje obok, wspiera emocjonalnie, konstruuje swoisty bufor bezpieczeństwa utrzymujący się tak długo, jak to konieczne, wreszcie – służy potrzebnymi informacjami. Może wyjaśnić osobie w kryzysie, co się z nią dzieje. Nie jest jednak dyktatorem



rozwiązań i nie przejmuje kontroli nad życiem osoby, wobec której podjęto interwencję. Przeciwnie – jedną z zasad pozostaje tu zapewnienie, że osoba tę kontrolę ma lub ją odzyskuje, choćby nie mogła mieć wpływu na czynniki zewnętrzne, które przyczyniły się do zaistnienia kryzysu. Klasyczny model interwencji kryzysowej polega na zapewnieniu wsparcia emocjonalnego, poczucia bezpieczeństwa, zredukowaniu lęku. Terapeuci pomagający ludziom w trudnych sytuacjach uważają, że takie doświadczenia niosą w sobie nadzieję na zmianę i rozwój.

Czy młodzi mogą interweniować?

Pora wprowadzić wątek rówieśniczej interwencji kryzysowej. Jest to, rzecz jasna, interwencja kryzysowa prowadzona przez młodzież wobec rówieśników. Oczywiście, określenia „rówieśnik” nie należy pojmować dosłownie, bo nie w tym rzecz, by piętnastolatkowi w kryzysie szukać interwenta w dokładnie tym samym wieku. Odnosi się ono raczej do podobnej grupy wiekowej.

Do interesujących rezultatów prowadzi próba wyszukiwania informacji na temat rówieśniczej interwencji kryzysowej w internecie. Poza linkami do jednej publikacji – za chwilę będzie o niej mowa – pojawiają się wyłącznie strony mówiące o „przemocy rówieśniczej” i „interwencji kryzysowej” bez zaznaczenia, że może być ona prowadzona również przez młodzież. Zapewne nie pomyślę się, wnioskując z tego, że w naszej kulturze rozpowszechnione jest przekonanie, iż wsparcie w trudnych sytuacjach mogą nieść wyłącznie osoby dorosłe.

A przecież... zarówno literatura piękna, jak i pamiętnikarska dostarczają dowodów na to, że „rówieśnicza interwencja kryzysowa” nie jest wynalazkiem ani cywilizacji Zachodu, ani nowoczesnego społeczeństwa. Analizy historyczne nie są celem artykułu, ale by nie być gołosłowną, przywołam przykład Marii Skłodowskiej, która, pracując jako guwernantka, umożliwiła siostrze ukończenie studiów lekarskich (aby następnie korzystać z jej wsparcia w pierwszym okresie własnych studiów w Paryżu). Wzajemnie wspierające się rodzeństwo pojawia się też niejednokrotnie na stronach powieści Małgorzaty Musierowicz, autorki „Jeżycjady” – popularnej serii o historii rodu Borejów.

W czasach, gdy przeciętna matka rodziła wielokrotnie, pomoc starszych dzieci przy wychowywaniu maluchów była konieczna i właściwie nikomu nie przyszło do głowy, by uważać ją czy to za niestosowną, czy za szkodliwą dla

któregokolwiek z dzieci. Nikomu nie przychodziło też do głowy powątpiewać, że starszy brat czy siostra potrafią sprostać wyzwaniom wiążącym się z rolą opiekuna. Miało to swoje złe strony, gdyż dzieci były często obarczane obowiązkami ponad swoje siły. I to właśnie przeciw takim nadużyciom wystąpiły w XIX w. towarzystwa pomocy publicznej. Stopniowo krystalizowało się pojęcie dzieciństwa jako nie tyle etapu życia, ile okresu szczególnej ochrony, wchodziły w życie odpowiednie regulacje prawne – aż w drugiej połowie XX w. (dokładnie w 1959 r.) opracowano Deklarację Praw Dziecka. Jednocześnie wraz z tymi, jakże korzystnymi, zmianami upowszechniło się przekonanie o dziecięcej bezsilności i słabości, któremu sprzeciwiali się wspaniali polscy pedagodzy, Janusz Korczak i Kazimierz Lisiecki, ps. Dziadek. W prowadzonych przez nich placówkach ich przekonanie, że dzieci posiadają niemałe zasoby i potrafią (w odpowiednich okolicznościach, oczywiście) nie tylko same sobie radzić, ale i pomagać innym, urzeczywistniało się w postaci samopomocy rówieśniczej, która stanowiła element normalnego funkcjonowania zarówno korczakowskiego Domu Sierot, jak i „Dziadkowych” Ognisk, prowadzonych przez Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Ulicy.

Skoro tak wybitni pedagodzy byli przekonani – i udowodnili – że dzieci mogą pomagać sobie nawzajem, spójrzmy przychylnie na koncepcję rówieśniczej interwencji kryzysowej. Tym bardziej że mamy współcześnie pedagoga, który ją z sukcesem promuje.

