

# **Standardy pracy w PSR**

## **Sekcji Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR)**

### **Polskiego Towarzystwa Psychologicznego**

#### **I. Zasady Ogólne**

Podejście skoncentrowane na rozwiązaniach (PSR) to określona filozofia rozumienia i traktowania drugiego człowieka – klienta oraz jego stosunku do świata. Na bazie tej filozofii buduje się strategie pomagania, w których kładzie się nacisk na poszukiwanie rozwiązań. Z klientem dokładnie bada się jego potrzeby (nie problemy), zasoby i mocne strony (nie deficyty i zaburzenia), dotychczasowe osiągnięcia i sukcesy (nie porażki), wyjątki od sytuacji problemowej. Podejście to znajduje zastosowanie w różnorodnych obszarach pracy psychologicznej, m.in. w.:

- Ochronie zdrowia psychicznego,
- Poradnictwie,
- Edukacji,
- Pracy socjalnej, kuratorskiej, działaniach interwencyjnych,
- Biznesie.

Założenia teoretyczne podejścia mieszczą się w nurcie postmodernistycznym – konstrukcjonizmie społecznym.

Podstawowe założenia podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach zawarte są w tak zwanej filozofii centralnej, która ma odniesienie zarówno do osób udzielających pomocy, jak i ich klientów:

- Jeśli coś działa, rób tego więcej.
- Jeśli coś nie działa, rób coś innego.
- Jeśli się nie popsuło, nie naprawiaj.

#### **II. Stosowanie Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach w praktyce**

##### **§ 1 Relacja pomiędzy klientem a prowadzącym. (Terapeuta, coach, konsultant, interwent, trener)**

1. Osoba potrzebująca pomocy jest określana mianem klienta, co stanowi o jego roli i miejscu w terapii rozumianej jako współpracy.
2. Relacja pomiędzy klientem a prowadzącym jest równorzędna. Prowadzący stanowi zasób dla klienta, który to klient traktowany jest jako ekspert w kwestii własnego

życia. Bycie ekspertem ze strony prowadzącego polega natomiast na takim prowadzeniu spotkania oraz takim wykorzystaniu narzędzi i technik, aby określić potrzeby klienta oraz stworzyć wraz z nim wizję możliwego do osiągnięcia celu i sposobu jego realizacji. Wyjątki od problemu, czyli sytuacje, w których nie występowały problemy lub występowały z mniejszym natężeniem, są podstawą i kierunkiem poszukiwania konstruktywnych rozwiązań

3. Prowadzący poszukuje takich sposobów pracy z klientem, które są dostosowane do potrzeb i możliwości klienta. Zadaniem prowadzącego jest dobór optymalnych metod i dopasowanie procesu zmiany do celów klienta oraz budowanie konstruktywnej relacji.
4. Krótkoterminowość PSR oznacza, że w praktyce ilość spotkań oraz ich częstotliwość wynikają z decyzji klienta (podejmowanej po każdej sesji). Prowadzący pracuje tak, aby czas trwania współpracy był jak najkrótszy w stosunku do możliwości osiągnięcia celu przez klienta, tj. według zasady „maksymalizacji korzyści klienta w najkrótszym możliwym czasie”
5. Prowadzący dobiera optymalną strategię postępowania wobec klienta, biorąc pod uwagę typ relacji zaproponowanej przez klienta. W PSR odróżniamy trzy takie relacje.: „relację goszczenia”, „relację narzekania” lub „relację współpracy”.

## **§ 2 Kontrakt**

1. Współpraca wymaga zgody ze strony klienta. W przypadku osoby niepełnoletniej istotne jest uzyskanie zgody rodzica lub opiekuna prawnego. We wstępnym etapie prowadzący ustala wraz z klientem ważne dla współpracy kwestie, jak np. zasady odwoływania spotkań, przestrzeganie tajemnicy zawodowej czy opłaty.
2. Prowadzący w fazie zawierania kontraktu informuje klienta o sytuacjach, w jakich jest zobowiązany przepisami prawa do ujawniania informacji uzyskanych od klienta. Następuje to w celu zapewnienia bezpieczeństwa klienta lub innych osób, szczególnie gdy:
  - a. Klient stanowi zagrożenie dla siebie
  - b. Prowadzący uzyska od klienta wiedzę o planach i zamiarach wyrządzenia krzywdy innej osobie.

Oraz

  - c. W ramach procedury prawnej, na mocy postanowienia wydanego przez prokuraturę i na mocy nakazu sądu o zwolnieniu z tajemnicy zawodowej.
  - d. W zespole współpracowników na potrzeby superwizji i konsultacji, ale bez ujawniania tożsamości klienta.

3. Jeśli z sesji sporządzane są zapisy, podlegają one ochronie przed użyciem ich przez osoby niepowołane. Za przechowywanie i udostępnianie dokumentacji z sesji odpowiada osoba lub podmiot sporządzający. Sporządzający dokumentację informuje klienta o czasie przechowywania sporządzanych dokumentów i zasadach jej udostępniania. Jeśli dokumentacja z sesji jest określana, jako „dokumentacja medyczna”, sporządzający stosuje się do odpowiednich przepisów dotyczących jej prowadzenia, przechowywania i udostępniania nałożonych przez obowiązujące prawo.
4. Prowadzący ma obowiązek rzetelnego informowania o swoich kompetencjach, kwalifikacjach i doświadczeniu zawodowym. W sytuacji stwierdzenia przez prowadzącego ograniczeń zawodowych, mogących wpływać na przebieg procesu pomagania, prowadzący:
  - a. Kontynuuje współpracy pod ścisłą superwizją lub
  - b. Proponuje klientowi pracę z innym terapeutą, względnie opiekę innej placówki specjalistycznej.

### **§ 3 Techniki i narzędzia**

**PSR jest zbiorem założeń filozoficznych, a nie zbiorem technik.**

1. Prowadzący korzysta ze specyficznych dla podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach narzędzi i technik, m.in. skalowania, komplementowania, przeformułowywania, pytania o cud oraz innych, które mogą być przydatne do osiągnięcia celu przez klienta.
2. Prowadzący stosuje różne możliwe i dostępne formy terapii, dostosowane do potrzeb i możliwości klienta oraz własnych kompetencji zawodowych – sesje indywidualne, grupowe, rodzinne – przy zachowaniu zasad filozofii centralnej PSR.

### **§ 4 Role osoby pomagającej**

1. Osoba udzielająca pomocy jest świadoma roli, w jakiej występuje (terapeuta, coach, konsultant, interwent, trener). Jasne określenie ról pomagającego i klienta oraz klaryfikacja charakteru i przebiegu relacji zwiększa efektywność procesu pomagania i zapobiega możliwym nadużyciom.
2. Relacja pomagania oznacza realizację celów klienta. Interwencja oznacza realizację celów innych (instytucjonalnych, rodzinnych itp.). Wejście w rolę interwenta wobec danego klienta istotnie ogranicza, a często wyklucza relację pomagania.
3. Prowadzący unika występowania w podwójnych rolach ze swoimi klientami ze względu na ich potencjalną szkodliwość.

4. Prowadzący dba o poziom swoich kwalifikacji zawodowych. Korzysta z dostępnych metod i szkoleń, rozwijając własne kompetencje. Bierze udział w superwizji.
5. Dbając o jakość świadczonych usług prowadzący korzysta z procedur certyfikowania swoich kompetencji zawodowych.
6. Prowadzący dba o przestrzeganie standardów pracy zawartych w niniejszym kodeksie, i współpracę ze środowiskiem osób zajmujących się pomaganiem.

### **§ 5 Założenia i zasady w procesie pomagania w PSR**

1. Małe zmiany są wystarczające do zainicjowania większych. Osoba pomagająca wspiera klienta w zainicjowaniu małej zmiany i tworzeniu okoliczności sprzyjających osiągnięciu celów klienta.
2. Szczegółowa znajomość problemu nie jest konieczna, aby budować rozwiązania.
3. Osoba pomagająca wspiera klienta w stosowaniu użytecznych dla niego zachowań, zgodnie z zasadą filozofii centralnej - „Jeśli coś działa, rób tego więcej”.
4. Osoba pomagająca przyjmuje postawę niewiedzy, rezygnując z wszelkich założeń i osądów na rzecz neutralności w poznawaniu świata klienta.
5. Osoba pomagająca koncentruje się na tym, co dobre i pożyteczne dla klienta, na jego mocnych stronach, a także na zasobach znajdujących się w jego otoczeniu.
6. Współpraca z klientem ukierunkowana jest na przyszłość. Służy temu zarządzanie terażniejszością zgodne z celami klienta. Przeszłość jest traktowana jako obszar zasobów, które potencjalnie mogą być wykorzystywane w procesie zmiany.
7. Poszerzanie perspektyw zwiększa szansę na wyszukanie i zastosowanie takiego rozwiązania, które przyniesie pożądaną przez klienta zmianę w jego życiu.

### **III. Stosowanie Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach w badaniach**

### **§ 1.Cele i zasady prowadzenia badań w ramach sekcji**

1. Realizowanie projektów badawczych ma na celu zdobycie wiedzy, która może posłużyć do poprawy skuteczności, adekwatności, użyteczności i trwałości udzielanej pomocy.
2. Badania w sekcji są prowadzone zgodnie z zasadami etyki dotyczącymi badań naukowych PTP.
3. Przy korzystaniu ze środków publicznych w projektach badawczych kierujemy się zasadą odpowiedzialności w gospodarowaniu tymi środkami.

### **§2.Współpraca zlecającego i zespołu badawczego**

1. Zlecający i realizator badania dbają o wysoką jakość procesu na każdym etapie jego realizacji. Z tego powodu proces badawczy opiera się na określonych zasobach realizatora, tj. kompetencjach zespołu, dostępnym potencjale technicznym i finansowym oraz zapleczu naukowym i organizacyjnym.
2. Badania są prowadzone zgodnie z zasadami uczciwości, niezależności, obiektywizmu i należytej staranności podczas projektowania, przebiegu, analizy wyników i wnioskowania.
3. Realizujemy badania, które mają znaczenie praktyczne dla PSR. Dla skuteczności prowadzonych badań precyzyjnie określamy przedmiot, cele, pytania badawcze oraz kryteria, według których badanie będzie prowadzone.
4. Powzięte badania oraz używane do nich narzędzia badawcze są prowadzone z zachowaniem obiektywizmu i poprawności metodologicznej.
5. W fazie projektowania badania uwzględniamy czynniki, które mogą wpływać na proces badawczy i jego wyniki.
6. W procesie badawczym korzystamy z potencjału innych zespołów i podejść, współpracując i uwzględniając je w części teoretycznej i praktycznej.

### **§ 3.Zasady współpracy z osobami badanymi**

1. Udział w badaniu wymaga zgody osoby badanej. Realizowane badania zapewniają poufność i anonimowość osobom badanym.
2. W badaniach zapewniamy badanym równość i poszanowanie różnic indywidualnych w zakresie wieku, płci, niepełnosprawności, orientacji seksualnej oraz różnic kulturowych, światopoglądowych, religijnych i politycznych.
3. Realizatorzy badań zachowują neutralność i obiektywizm. Szanują przy tym ich bezpieczeństwo, poczucie wartości i godność.

### **§ 4.Wykorzystanie wyników badań**

1. Z badań przygotowujemy raport o przejrzystej strukturze.
2. Badania prowadzone w sekcji dają możliwość ich wykorzystywania przez wszystkich zainteresowanych.
3. Ujawniamy źródła finansowania badań oraz osoby i podmioty zaangażowane w ich realizację.