

**Hubert Kaszyński**  
**Olga Maciejewska**  
**Katarzyna Ornacka**

**Uniwersytet Jagielloński**

## **ISTOTA I ZNACZENIE POMOCY WZAJEMNEJ OSÓB DOŚWIADCZONYCH Z PERSPEKTYWY PRACY SOCJALNEJ**

### **Abstract**

**The essence and importance of mutual assistance of experienced people from the perspective of social work**

The authors discuss from the perspective of social work the basic issues of mutual assistance (self-help) – emphasize its group deprivation, the necessary independence from professionals and indicate the main assumptions and the importance of self-help. They approve of social movements that promote new forms of education of social workers, in which experienced people share their experiences and knowledge of the “first hand”.

**Key words:** self-help, mental health, education for social work, service user involvement

### **Wstęp**

Pyrrusowe zwycięstwo pracowników socjalnych w profesjonalnej walce z ludzkim ubóstwem polega na nieuchronnym naznaczeniu tych, którzy z pomocy korzystają. Rozważając koszty działalności socjalno-terapeutycznej, nie można zapomnieć o uzależnianiu, a często ubezwłasnowolnianiu osób będących przedmiotem zinstytucjonalizowanego miłosierdzia. Jednym z możliwych remediów tego paradoksu wpisanego w istotę pracy socjalnej jest refleksja, czy w ogóle, a jeśli tak, to w jakim stopniu profesjonalści przyczyniają się do stymulowania i podtrzymywania u osób korzystających z pomocy kompetencji związanych z pomocą wzajemną. Fundamentalne znaczenie ma w tym kontekście zdiagnozowanie rozwojowego potencjału sieci międzyludzkich relacji klienta oraz uważność na działające – na podstawie tych sieci – lokalne i często niesformalizowane grupy, dla których spoiwem jest wspólne doświadczenie i wynikające z niego międzyludzkie zaufanie. Podobieństwo losów wpływa na wytworzenie się pomiędzy doświadczonymi poczucia emocjonalnej bliskości i współodpowiedzialności, które są podstawą dla zaistnienia fenomenu pomocy wzajemnej.

## Instynkt pomocy wzajemnej

Wartość pomocy wzajemnej<sup>1</sup>, jako idei wspomagającej tworzenie wizji nowoczesnego społeczeństwa, została dostrzeżona przez społecznych filozofów i polityków na początku XX wieku. W cieniu dominacji eugeniki, która odwoływała się do negatywnego postrzegania istoty człowieczeństwa, wzrastała myśl filozoficzna i praktyka społeczna apoteozująca wolność człowieka oraz fakt, że z natury jest on istotą dobrą i na czynienie dobra otwartą. Należy podkreślić, że działo się to równolegle z pierwszymi próbami tworzenia naukowych podstaw pracy socjalnej. Koncepcja pomocy wzajemnej wywodzi się ze stanowczej opozycji wobec rozpowszechnionej w XX stuleciu – głównie za sprawą poglądów Herberta Spencera i Thomasa Huxleya – pesymistycznej interpretacji darwinizmu prowadzącej się do konstatacji: „walka wszystkich przeciw wszystkim”. Odmienna, jednoznacznie optymistyczna analiza poglądów Charles’a Darwina, którą przedstawił filozof społeczny Piotr Kropotkin, zakłada, że prawem umożliwiającym rozwój społeczeństw nie jest dominująca walka gatunku o przetrwanie, lecz wszechobecna dążność ludzi do pomocy wzajemnej „zakorzeniona w człowieku tak głęboko, iż zachowała się aż do dnia dzisiejszego pomimo wszystkich błędów historii” (Kropotkin 1919: 6). Zgodnie z poglądami wspomnianego autora, dla obecnej w każdym człowieku naturalnej skłonności do pomocy wzajemnej najbardziej zagrażająca jest organizacja, która krępuje wolność jednostki, niszczy nieformalne relacje, jest pozbawiona bezpośredniego związku z osobą i jej naturalnym środowiskiem społecznym oraz nie respektuje indywidualnych potrzeb człowieka. Prace Piotra Kropotkina wpisują się w nurt ruchu anarchistycznego i podejmują szereg zagadnień stale dyskutowanych w środowisku pracowników socjalnych. Dość wspomnieć problem nierozwiązywalnego napięcia powstającego pomiędzy jednostką, której właściwość najistotniejszą anarchizujący myśliciele powiązali z niczym nieskrępowaną, absolutną wolnością, a państwem, władzą polityczną oraz wszelkimi przejawami strukturalnie usankcjonowanej dominacji i uprzywilejowania. Podejmowane przez rosyjskiego filozofa rozważania zmierzały do zdefiniowania nowego ładu społecznego i poszukiwania takich zasad funkcjonowania społeczeństwa, które zagwarantują trwałą harmonię pomiędzy indywidualistycznym „ja” i społecznym „nie-ja”, zniosą egzystencjalny konflikt pomiędzy Stirnerowskim „jedynym” a wszelkimi, nawet najbardziej elementarnymi, formami życia społecznego (Stirner 1995). Orędownicy koncepcji anarchistycznych doświadczyli wszelkich zagrożeń, jakie niesie ze sobą zaangażowanie się w działalność polityczną powiązaną z promowaniem gwałtownych zmian społecznych. Ich udziałem był upadek komun wzorowanych na eksperymentach Roberta Owena i Charles’a Fouriera, fiasco radykalizacji działań politycznych, zjawisko ideologicznych uproszczeń i ostatecznie stopniowa marginalizacja przyjętego sposobu myślenia o społecznej rzeczywistości. Filozofia anarchizmu nadal

---

<sup>1</sup> Traktujemy terminy „pomoc wzajemna” i „samopomoc” jako synonimy. Jednakże podkreślamy, że pierwszy z nich oddaje istotę tej formy pomocy, która opiera się na relacyjności, partnerstwie oraz specyficznych obopólnych korzyściach.

stanowi mało popularne, a jednak inspirujące źródło teoretycznych poszukiwań i refleksji dla tych pracowników socjalnych, którzy możliwości rozwojowe wiążą przede wszystkim z potencjałami będącymi w posiadaniu osób, grup oraz wspólnot doświadczających zróżnicowanych przejawów społecznego skrzywdzenia i pogardy. Wśród klasycznych autorów wskazujących na związki filozofii anarchizmu z pracą socjalną należy wymienić Alfreda H. Katza (1977), który teorię i praktykę ruchu samopomocy powiązał z poglądami Piotra Kropotkina. Współcześnie przemyślenia autora *Pomocy wzajemnej* mają znaczenie dla klinicznie zorientowanych pracowników socjalnych, którzy prowadzą poszukiwania badawcze i aplikacyjne, przyjmując tezę, że świadczenie samopomocy i poleganie na niej koresponduje z najgłębszym przesłaniem profesji, bowiem tworzy trwałe aksjologiczne fundamenty mikroporządku społecznego.

## Grupa pomocy wzajemnej

Istotą pomocy wzajemnej jest jej grupowe osadzenie. Powstaje ona i rozwija się w wyniku przesunięcia indywidualnego „ja” we wspólnotowe „my”. Spośród szeregu dostępnych określeń grupy społecznej najbardziej właściwe są te akcentujące – wzorem ujęcia promovanego przez Georga C. Homansa – znaczenie bezpośredniej komunikacji uczestników życia grupowego. W grupie każdy członek ma faktyczną możliwość komunikowania się z innymi nie pośrednio, przy pomocy innych ludzi, lecz bezpośrednio, „twarzą w twarz”. Relacje przepełnione bliskością i możliwością uczuciowego dotknięcia losów Innego mają zaspokajać u członków grupy potrzebę doświadczania idei Tönniesowskiej wspólnoty, której trwałość bazuje na silnych emocjonalnych więziach, wytwarzanych na podstawie podobieństwa doświadczeń życiowych. Specyfika doświadczenia grupowego – w grupach będących w polu zainteresowania pracy socjalnej – wiąże się z nieuznaniem, krzywdą społeczną, pogardą i jest najważniejszym źródłem kształtowania się kultury grupowej obejmującej tak życie duchowe, jak i wartości, normy, mechanizmy kontroli oraz rytuały.

Cele grup samopomocowych oscylują przeważnie wokół rozwoju osobowego, który obejmuje wymiar duchowy. Nie bez znaczenia są również cele związane z możliwością twórczego przekształcania indywidualnego doświadczenia i włączenia go w rozwój profesjonalny poszczególnych członków grupy. Podejmowane działania grupowe, odwołujące się do etosu solidarności pomiędzy doświadczonymi, wpisują się w semantyczną przestrzeń zróżnicowanych form wsparcia społecznego oraz wzajemnego rzecznictwa. Należy podkreślić ze szczególną siłą, że ważną kwestią grup pomocy wzajemnej jest całkowity brak ich zależności lub znacznie ograniczona zależność od profesjonalnych terapeutów – oczywiście z wyłączeniem tych, którzy przynależą do grupy ze względu na świadomość i znaczenie doświadczenia własnego.

## **Dlaczego grupy pomocy wzajemnej powinny być wolne od profesjonalistów**

Aby uchwycić znaczenie koniecznego dystansu grup samopomocowych wobec władzy profesjonalistów, zwrócimy uwagę na trzy możliwe ich postawy. Opis pierwszej zamknijemy terminem „ambiwalentnych obserwatorów”, którzy deklarując zainteresowanie pomocą wzajemną oraz badawczy dystans obserwatora, występują *de facto* w roli wątpiących w możliwości trwania więzi pomiędzy doświadczonymi. Przypisują im takie cechy diagnostyczne, które jednoznacznie sugerują, że bez profesjonalnego wsparcia doświadczeni skazani będą na narastającą samotność i ostatecznie izolację społeczną. Druga kategoria profesjonalistów reprezentuje postawę „siłowych integratorów”. Podejmują oni działania polegające na katalogowaniu istniejących grup pomocy wzajemnej i wpływaniu na specyfikę ich działań poprzez podporządkowywanie grup istniejącym formom zinstytucjonalizowanej pomocy. Również ta postawa hołduje przeświadczeniu, że działania profesjonalistów są konieczną humanistyczną odpowiedzią na funkcjonalną niesamodzielność wszelkich przejawów samoorganizowania się pomocy wzajemnej. I wreszcie postawa trzecia to „utytułowani znachorzy”. Ta forma sprawowania władzy i kontroli nad międzyludzką samopomocą usankcjonowana jest tytułami naukowymi, które mają uprawomocnić głoszone twierdzenia i wyprowadzane z nich rekomendacje dla działań praktycznych tych, których wiedza nie płynie z doświadczenia, a jedynie z przekazu z drugiej ręki. Podbudową ich aktywności są empiryczne próby uchwycenia fenomenu ludzkiego losu. Każda z wymienionych postaw – przynależna ludziom, którzy pozbawieni doświadczenia starają się nie tyle z zewnątrz badać problem kształtowania się relacji pomocy wzajemnej, ile przeniknąć w głąb grup samopomocowych – jest zagrożeniem dla kultury grupowej. Dalecy jesteśmy od konstatacji, że grupy samopomocowe są skazane na wolność od profesjonalistów. Jednakże zwracamy uwagę, że prawomocną postawą profesjonalistów jest konieczność pierwotnego otwarcia się na własne doświadczenie skrzywdzenia, a następnie przystąpienie do pracy bezpośredniej z grupami samopomocy. W przeciwnym razie ich aktywność związana będzie ze sprawowaniem kontroli nad doświadczeniem skrzywdzenia i pogardy, które pozostanie nienazwane lub zostanie nazwane, ale po uprzednim zredefiniowaniu przy użyciu słów obcych narracji doświadczonych. Tym samym rdzeń grupowy utraci uczuciowe znaczenie dla odbiorców przekazu z pierwszej ręki, którego siła polega na budowaniu poczucia solidarności między członkami grupy samopomocy. Raz jeszcze zwracamy uwagę, że samoorganizowanie pomocy wzajemnej jest z perspektywy pracy socjalnej szczególnym obszarem praktyki zamkniętej dla tych wszystkich, którzy są „tylko” profesjonalistami.

### **Grupy pomocy wzajemnej – założenia**

Grupy samopomocy opierają się na trzech założeniach, zgodnie z którymi szczególne znaczenie mają: 1) relacja równoległa, 2) wzajemność oraz 3) autentyczność.

Zgodnie z pierwszym założeniem doświadczeni są bardziej skuteczni w dostarczaniu pomocy aniżeli profesjonalści, którzy – na co zwracaliśmy już uwagę – nie mają doświadczenia z pierwszej ręki i tym samym nie potrafią zbudować relacji równoległej (partnerskiej) z klientem. Pozostaje ona zawsze „skośna”, czyli zagrożona utratą zaufania, redukcją bliskości, co może skutecznie niwelować szanse na zaistnienie znaczącego dla ludzi spotkania. Doświadczeni nie muszą pracować nad relacją równoległą – ona jest im dana niejako naturalnie. Relacja pomagania budowana w kontekście istnienia inicjatywy samopomocowej wydaje się bardziej trwała w porównaniu z kontaktem o charakterze świadczenia profesjonalnej pomocy. Nie ograniczają jej bowiem ani czas trwania kontaktu terapeutycznego, ani ramy instytucjonalne wyznaczające określone jego zasady. W relacji samopomocowej nie ma mowy o instrumentalnym traktowaniu kontaktu i drugiego człowieka. Ze spotkania opartego na wspólnocie doświadczeń i emocji rodzi się pewna nowa jakość, która stanowi wobec działań profesjonalnych rzeczywistość emergentną.

W drugim założeniu zwraca się uwagę na znaczenie „wzajemności” w relacjach pomocowych. Potencjalne korzyści czerpią nie tylko osoby, które pomocy potrzebują, ale też ci, którzy jej udzielają. Jej świadczenie – poprzez odwoływanie się do własnych doświadczeń – powoduje bowiem, że dotychczasowe przeżycia stają się bardziej uporządkowane i ważne nie wyłącznie dla świadczącego pomoc, ale również dla odbiorcy tej pomocy. Jak trafnie zauważył Frank Riessman, „podczas gdy wcale nie możemy być pewni, że osoba otrzymująca pomoc w ramach grupy rzeczywiście czuje się usatysfakcjonowana, to pewne jest, że osoba, która pomoc tej drugiej stronie przekazuje, czerpie z tego korzyści” (2000:10). Dzielenie się wiedzą i własnym doświadczeniem wymaga otwartości, przy równoczesnym zachowaniu własnej autonomii i poczucia bezpieczeństwa. Doświadczenie skrzywdzenia nabiera aksjologicznego sensu i kształtuje bardziej spójne, wzbogacone poczucie tożsamości partnerów relacji pomocowej.

Wreszcie trzecie założenie – tu podkreśla się, że pomoc wzajemna jest wyrazem idei miłości i solidarności wobec Innego, apoteozując tym samym znaczenie autentyzmu jako trzeciego, po równoległości i wzajemności, fundamentu aktywności pomocowej. Kontakty w obrębie inicjatywy samopomocowej odznaczają się bowiem otwartością, wzajemnym zaufaniem, poszanowaniem osoby i bagażu doświadczeń, który niesie przez życie. „Gdy mówi się o przejawach siebie, demonstrowanych w spotkaniu (...) trzeba mieć na uwadze przejawy autentyczne, będące wyrazem tego, jakim się faktycznie jest” (Węgrzecki 2014: 29). Najważniejsza jest wspomniana autentyczność. Spotkanie samopomocowe, ufundowane przecież na wzajemności dzielenia się doświadczeniem, musi opierać się na poczuciu zaufania uczestników. Obdarzone wrażliwością osoby z doświadczeniem skrzywdzenia wyczuwają od razu każdy – bardziej czy mniej zamierzony – przejaw fałszu czy nieszczeroci. Należy pamiętać słowa Józefa Tischnera (2006: 150), że „słowem kluczowym opisującym spotkanie jest twarz (...) ludzie mają twarze”. Autor rozwija myśl w sposób następujący: spotkać znaczy doświadczyć twarzy; doświadczeniu twarzy drugiego musi towarzyszyć odsłonięcie własnej twarzy, natomiast drugi musi chcieć przyjąć to, co się odsłoniło. Ponadto odsłonięcie na zasady wzajemności prawdy partnera

spotkania wzmaga potrzebę mówienia o własnej prawdzie. Stąd bycie sobą wydaje się być nieodzownym elementem spotkania samopomocowego – ale i ogromnym wyzwaniem.

## Znaczenie grupy pomocy wzajemnej

Analizując znaczenie grup pomocy wzajemnej, podkreślamy możliwość bezpośredniego dostępu do potrzebnej wiedzy z „pierwszej ręki”, która komunikowana jest językiem pokory i wrażliwości wobec doświadczeń słuchającego oraz jego kompetencji. Właśnie ten przyjazny sposób uczenia sprawia, że uczeń odczuwa sympatię wobec członków grupy, które to uczucie początkuje koleżeństwo i gotowość do dzielenia się swoją historią. Próby opowiadania o swoich traumatycznych przeżyciach powodują, że przypadkowy, obcy i budzący niepewność „ślepy los” staje się uporządkowanym, możliwym do przekazania słowami – a więc możliwym – do skontrolowania doświadczeniem. Znaczącym elementem w tym szczególnym procesie odbudowywania własnej tożsamości jest fakt, że świadkowie opowieści dostarczają poczucia niemalże natychmiastowego zrozumienia, co redukuje poczucie osamotnienia oraz wstydu, ale również zwiększa refleksyjność i otwiera doświadczonych na pytania o sens przeżyć. Nie bez znaczenia jest również możliwość wsparcia społecznego, którego udzielają członkowie grupy, dzieląc się informacjami dotyczącymi pracy, mieszkania, dostępnych form terapii i usług, ale również przebywania ze sobą i tym samym uczenia się pozytywnej obecności w grupowej przestrzeni aksjonormatywnej.

W zależności od swej specyfiki i założeń przyświecających działalności danej inicjatywy, grupy zrzeszają zarówno osoby bezpośrednio dotknięte określonym problemem, jak i członków ich rodzin oraz bliskich. Działalność ich, oparta na wspólnocie doświadczeń i interesów, ukierunkowana jest bowiem na podjęcie wspólnej walki z trudnościami. Trudności owe rozumiane być muszą w sposób szeroki. Mowa bowiem nie tylko o samej krzywdzie oraz wszelkich wynikających z niej, czy z nią związanych, psychosomatycznych dolegliwościach, ale także o aspektach w sposób niebezpośredni związanych z doświadczaniem – społecznym napiętnowaniem, marginalizacją, a nawet wykluczeniem doświadczonych z różnych obszarów życia społecznego.

Warto podkreślić, że wobec członków inicjatyw samopomocowych używamy zróżnicowanej terminologii. Obecna w praktyce pracy socjalnej od dziesięcioleci trudność w określaniu partnerów relacji pomocowo-terapeutycznej zmusza nas do ciągłego refleksowania znaczeń takich tradycyjnych już pojęć jak: „pacjent”, „klient”, „konsument”, lub bardziej współczesnych: „ekspert przez doświadczenie” oraz *service user*. Należy podkreślić, że każde z nich stanowi metaforę, która nie tylko definiuje osoby korzystające z profesjonalnej pomocy, ale i wpływa na konstruowanie ich tożsamości. Nie ulega wątpliwości, że poszczególne terminy, którymi posługują się teoretycy i praktycy pracy socjalnej, aby zdefiniować osoby zagubione w sobie i świecie, powodują konieczność redukcjonowania bądź pomijania ich złożonych tożsamości, zakładając, że wszystkie są do siebie podobne. Należy jednak zwrócić uwagę, że przedmiotem refleksji powinna



być nie tyle egzegeza terminologii, ile przede wszystkim kontekst, w jakim jest ona stosowana oraz intencja tych, którzy jej używają. Ta oczywista i ogólna refleksja pozwala na ograniczanie do niezbędnego minimum akademickich dyskusji nad poszukiwaniem uniwersalnej definicji partnera relacji pomocowej, a zwraca uwagę na konieczność kształcenia kompetencji uważnego, refleksyjnego i intencjonalnego używania takich określeń jak: „pacjent”, „klient”, „konsument”, „użytkownik” lub „edukator”.

Odnosząc się aprobatywnie do postulatu refleksyjnego stosowania terminologii wobec osób poszukujących pomocy, zwracamy jednak uwagę na określenie „doświadczeni”. Termin ten akcentuje szczególny rodzaj wiedzy i kompetencji wywiedzionych z indywidualnych, grupowych bądź środowiskowych przejawów skrzywdzenia i społecznego braku uznania w rozumieniu Axela Honnetha (2012). Doświadczeni są dysponentami społecznych historii nieuznania człowieczeństwa w osobie obdarzonej nieusuwalną godnością, mającej prawo do miłości oraz stającej się w diadzie „Ja-Ty”. Ich zranione opowiadania świadczą o faktach kwestionowania podstawowych praw człowieka oraz odmowie miłości, której przejawami są przynależność do wspólnoty i międzyludzka solidarność. Grupy pomocy wzajemnej są kulturowymi nośnikami przejawów społecznej pogardy wobec odmienności, ale równocześnie przestrzenią wypracowywania możliwych dróg powrotu do solidaryzmu międzyludzkiego. Doświadczeni uczą solidarności, której wykładnikiem jest nie tylko pasywna tolerancja, ale i pobudzanie do emocjonalnego uczestnictwa w odrębności Innego – co powoduje wzajemną możliwość akceptacji siebie i świata i jest inspiracją do otwartości oraz zmiany. W tym właśnie wymiarze lokalizujemy szczególne społeczne znaczenie grup pomocy wzajemnej, których wiedza, metody pracy oraz fundament gwarantujący spójność są odmienne od grup skupiających osoby profesjonalnie zajmujące się działalnością pomocowo-terapeutyczną. Raz jeszcze podkreślamy, że samopomoc obejmuje szeroki wachlarz aktywności ludzi skoncentrowanych na radzeniu sobie z trudnościami codziennego życia i podejmowanych przez osoby wykorzystujące w tych wysiłkach własną inwencję i pomysłowość. Metody te są całkowicie przeciwstawne zewnętrznej, profesjonalnej inżynierii społecznej (Oka, Borkman 2003: 41). Obszary pomocy profesjonalnej oraz oddolnej są w związku z tym całkowicie odrębne, jeśli nie wręcz sprzeczne i niemożliwe do pogodzenia. Ich emergentność sugeruje niemożność budowania spójnego systemu pomocowego złożonego z profesjonalistów oraz doświadczonych, a wszelkie próby w tym zakresie naznacza sztucznością i stopniowym podporządkowywaniem tych drugich wiedzy i władzy potwierdzonej siłą zawodowych certyfikatów i dyplomów. Oczywiście myśleniu o nowoczesnym systemie ochrony zdrowia psychicznego towarzyszyć powinien postulat współpracy profesjonalistów i uczestników samopomocowych inicjatyw oddolnych. Wiedza tych pierwszych w połączeniu z doświadczeniem drugich przyczynić się może do stworzenia oferty usług, która w sposób możliwie najlepszy odpowiadać będzie na potrzeby i oczekiwania potrzebujących. Integracja tych podejść nie oznacza jednak i nie może oznaczać, że staną się one tożsame. Lekarz czy psychoterapeuta nie mogą wyrzec się swej roli profesjonalistów. Tak samo jak sprzeciw budzi profesjonalizacja działań grupy samopomocowej, która staje się – podkreślamy raz jeszcze – podmiotem

podporządkowanym w jakiejś mierze instytucjonalnym ekspertom. Samoorganizacja doświadczonych nie może być traktowana jako element uzupełniający profesjonalnych działań pomocowych, ale jako niezależny nurt społecznej aktywności, co nie wyklucza współpracy i niesienia współodpowiedzialności za losy ludzi podatnych na społeczne zranienie.

## Ruch samopomocy

Ruchy społeczne odnoszą się z coraz to większą mocą do kwestii społecznych – zarówno tych o niewielkim zasięgu oddziaływania, jak i tych większych, czy wręcz o charakterze globalnym. Oparte są na pewnych uniwersalnych wartościach, na czele których stoją prawa człowieka i obywatela. Jak zaznaczył Krzysztof Herbst (2013: 8), ruchy takie „zdejmują tabu z reakcji niezadowolenia, gniewu, oburzenia”, co jest szczególnie istotne dla problematyki istnienia w strukturach społecznych jednostek i grup dotąd niesłyszanych, a domagających się zauważenia i usłyszenia manifestowanych postulatów. Zrzucenie tabu wiąże się z uzyskaniem możliwości mówienia o sprawach dotąd wypychanych poza oficjalny dyskurs społeczny. Jedną z takich kwestii jest problematyka psychospołecznego kontekstu utraty zdrowia psychicznego. Temat niepopularny w społecznej debacie, staje się współcześnie tym bardziej istotny, że skala doświadczania różnego rodzaju problemów natury psychicznej rośnie. W działaniu oddolnych niezależnych grup i ruchów użytkowników psychiatrii oraz ich bliskich tkwi nadzieja na wyraźniejsze zasygnalizowanie wagi przywołanej problematyki i ożywienie dyskusji. Felix Stalder (2012: 93) wskazuje w tym kontekście, że ruch społeczny staje się nowym bytem – samoświadomym „kolektywnym aktorem” propagującym ideę działania zbiorowego.

Nie sposób rozpatrywać społecznego ruchu jako sumy elementów składowych – osób w nim uczestniczących i postulatów, jakie wnoszą. Ta nowa jakość, zrodzona ze współdziałania i pozostawania w relacji, ukierunkowana jest na poprawę warunków i jakości życia swych członków oraz osób przez siebie reprezentowanych. Grupy i wyłaniające się ruchy społeczne dążą do dokonania pożądaných zmian społecznej struktury, nawet jeśli działania ich rozgrywają się w obszarze na przykład kultury czy ekonomii. Oszacowanie skali społecznych ruchów okazuje się zadaniem trudnym, bowiem „ich zasadą przyrodzoną jest wzajemne przenikanie się” (Herbst 2013: 17) tak, że rozpatrywać je można jako jeden wielowątkowy ruch, który dodatkowo charakteryzuje się stałym przepływem idei i osób. Badania na temat grup samopomocowych i ruchu obywatelskiego prowadzone były na przestrzeni lat przede wszystkim w krajach Europy Zachodniej i Ameryki Północnej – choć inicjatywy takie pojawiały się w krajach zarówno rozwiniętych, jak i tych rozwijających się. Współcześnie dostrzec je można w wielu obszarach życia społecznego. Jak twierdził swego czasu Ralph W. Emerson, historia społeczna dowodzi o sile mniejszości, a losy mniejszości są świadectwem potencji pojedynczej osoby. Refleksja nad kwestią początków ruchów społecznych kieruje ku obrazowi garstki osób, wokół której z czasem koncentrowały się liczniejsze zbiorowości – do inicjatywy dołączali kolejni podzielający postulat



tej małej grupy. Skutkiem tego było przerodzenie się mniejszości w bardziej lub mniej znaczącą siłę. Aktywistom przyświecała idea: po pierwsze, zasygnalizowania istnienia określonych problemów, po drugie, chęć oddania głosu samym grupom borykającym się z nimi. Wyraźny nacisk położony na owe działania wymuszał zainteresowanie świata polityków i decydentów. Grupy samopomocowe stały się narzędziem walki o prawa jednostek i grup – narzędziem wciąż jednakże niedoskonałym.

Punktem zwrotnym w historii pomocy wzajemnej były narodziny ruchu Anonimowych Alkoholików w 1935 roku. Frank Riessman i David Carroll (2000) mówią w tym kontekście o „nowej erze samopomocy”. Dzieje ruchu pokazują, iż stał się on realnym rozwiązaniem dla tych, dla których pomoc z dotychczas dostępnych źródeł okazywała się niewystarczająca. Fakt, że przetrwał w doskonałej kondycji do dziś wskazuje z kolei na skuteczność zaproponowanych rozwiązań. Idea AA okazała się – i nadal okazuje – tą wpisującą się w zakres potrzeb i oczekiwań osób borykających się z problemem choroby alkoholowej. Historia ruchu wiąże się z często cytowanym odkryciem jednego z jego inicjatorów, Billa Wilsona, że „alkoholik nie potrzebuje alkoholu, potrzebuje drugiego alkoholika”. Słowa te silnie podkreślają znaczenie obecności drugiego człowieka dla procesu zdrowienia i pokonywania trudności, ale także wspólnoty doświadczeń warunkującej zrozumienie.

Być może zwrócenie uwagi na teorię ruchów społecznych na rzecz zdrowia psychicznego i debata nad przyczynami faktycznej nieobecności takich ruchów w Polsce jest niezbędna, aby stworzyć podstawy dla poprawy stanu ochrony zdrowia w tym zakresie. Sytuacja, w jakiej znajdują się osoby, które doświadczyły utraty zdrowia psychicznego, wydaje się szczególnie, bowiem przez lata pozostawały one bez prawa do otwartego wyrażania własnych opinii. Są przez to silniej narażone na akty złego traktowania oraz na postępującą izolację. Jako przyczynę takiego stanu rzeczy wskazać można między innymi historię psychiatrii, która przez długie lata oparta była na wykorzystaniu modelu azylowego. Ten z kolei zakładał leczenie osób chorujących w zamkniętych szpitalach, co wiązało się z ich długotrwałą izolacją. Skoro przebywali poza nawiasem społeczności, to słusznym w mniemaniu większości było pozbawienie ich prawa głosu. Nikt też nie upominał się o ich wysłuchanie. Pojawienie się w latach siedemdziesiątych XX stulecia w krajach Europy Zachodniej koncepcji i rewolucyjnych haseł antypsychiatrii oraz rozwój środowiskowego modelu leczenia przyczyniły się do zmiany sytuacji. Po raz pierwszy głośno zaczęto podnosić kwestię podmiotowości chorujących. Pojawiające się coraz śmielej inicjatywy pacjentów oraz szersze ruchy użytkowników psychiatrii rozpatrywać można w kategoriach reakcji na stygmatyzujące w przeszłości traktowanie osób chorujących. W tych latach w Polsce zależnej od komunistycznego reżimu rewolucja przebiegała odmiennie. Jej istotą nie było ostrze krytyki intelektualnej i społecznej skierowanej przeciwko instytucjom dominacji nad pozbawionymi możliwości wpływu i uznania obywatelami, których emanacje podmiotowości są represjonowane przez psychiatrów i zamykane w gorsecie procedur diagnostycznych i medycznych. W Polsce rewolucja związana była z ożywionymi dyskusjami podejmowanymi wokół prac naukowych i praktyki społecznej wybitnych humanistów wpisujących się w etos

filozofii personalistycznej: Kazimierza Jankowskiego, Karola Wojtyły, Józefa Tischnera oraz Antoniego Kępińskiego. Ze zrozumiałych powodów intelektualne podstawy dla przekształceń w ochronie zdrowia psychicznego i społecznego stosunku do osób chorych psychicznie nie były przyczyną powstania szerszego ruchu społecznego zaangażowanego w walkę o prawa człowieka-pacjenta. Niemniej był to czas, kiedy zwrócono uwagę na powinność aksjologicznego podejścia nie tylko do terapii osób skrzywdzonych, ale również edukacji tych, którzy decydują się im służyć. Wybitny krakowski psychiatra Antoni Kępiński, mówiąc o osobach chorujących psychicznie, obdarował ich nową, szczególną rolą – pacjenta i nauczyciela równocześnie. Twierdził: „pacjent ma zawsze rację”. Trudno o lepsze uzasadnienie dla postulatu wsłuchania się w głos tych, którzy przez długie lata pozostawali poza obszarem kształtowania instytucji ochrony zdrowia psychicznego i podejmowania decyzji.

## Grupy samopomocy w kształceniu pracowników socjalnych

Do personalistycznego zwrotu w ujmowaniu problemu osób chorujących psychicznie nawiązują współcześnie inicjatywy podejmowane przez organizacje obywatelskie we współpracy z uczelniami wyższymi zajmującymi się kształceniem kadr pomocowych, w tym przede wszystkim pracowników socjalnych. Ten ruch często nieformalnej edukacji odgrywa coraz bardziej znaczącą rolę w procesie usamodzielniania się określonych grup oraz wzrostu ich aktywności. Powstające projekty zaczynają bowiem promować bezpośrednio i otwarte debaty dotyczące sytuacji członków danej grupy – ich potrzeb, oczekiwań, trudności. Dostarczają tym samym innym marginalizowanym czy defaworyzowanym sygnały, że podjęcie działań jest możliwe. Stanowią swego rodzaju wzór dla innych, co z kolei przyczynia się do wzrostu poczucia kontroli i możliwości działania. Kwestią, której nie sposób pominąć – jest ona bowiem istotna również dla realiów Polski – jest konieczność podjęcia trudu swoistego uwolnienia użytkowników instytucji psychiatrii od nadawanej im w sposób niemal automatyczny etykiety pacjenta psychiatrycznego. Osoby z doświadczeniem stają się coraz częściej i coraz śmielej aktywnymi obywatelami artykułującymi w sposób otwarty swe zdanie – już nie jedynie biernymi odbiorcami narzuconych im w dużej mierze usług. Współcześnie uzasadnionym wydaje się mówienie o procesie zdrowienia<sup>2</sup>, a nie jedynie zwalczania choroby lub przeciwdziałania jej objawom. I o tym niezbędnym przeformułowaniu celów działań pomocowo-terapeutycznych starają się dyskutować i uczyć doświadczeni. Zdrowieć można bowiem we wspólnocie, jedynie przy pomocy instytucji, organizacji, niezależnych inicjatyw i bliskich, a nie pod ich ścisłą kontrolą oraz izolującą „opieką”.

---

<sup>2</sup> Podkreślamy, że słowo „zdrowienie” nie oddaje istoty *recovery*. W działalności edukacyjnej, akademickiej oraz publikacyjnej zastępujemy ten termin słowem „przebudzenie”, które rozumiemy jako proces przekształcania doświadczonego urazu na poziomie uczuciowym i duchowym i stawania się silniejszym po trudnych doświadczeniach.

Nie ulega wątpliwości, że nieliczne polskie inicjatywy edukacyjne<sup>3</sup> wpisują się w europejski nurt badawczy i aplikacyjny określany jako *service user involvement*. Istotą tego podejścia w obszarze edukacyjnym jest włączanie doświadczonych w kształcenie kadr pomocowych i terapeutycznych. Jego zwolennicy podejmują przede wszystkim trud respektowania i ochrony przed deprecjonowaniem wiedzy z pierwszej ręki – jako empirycznie niesprawdzalnej i tym samym wątpliwej. Nie mniej ważnym aspektem jest gotowość i umiejętność niesienia odpowiedzialności za pracę odwołującą się nie tylko do doświadczeń osób prowadzących edukację, ale również tych, którzy się uczą. Ostatnie wyzwanie wiąże się z metodą pracy bazującą na otwartym dialogu, który w miejsce struktury instytucjonalnej władzy wprowadza władzę pochodzącą z uznania fenomenu ludzkiego doświadczenia.

Współczesne badania podkreślają wysoki poziom satysfakcji – tak studentów, jak i doświadczonych – związany z udziałem w zróżnicowanych modelach edukacji partycypacyjnej. W literaturze przedmiotu znajdujemy szereg korzyści dla studentów: 1) większy wgląd i świadomość osób korzystających z usług, 2) umożliwienie zerwania ze stereotypowymi poglądami na temat tych osób i otwarcie możliwości poznania ich mocnych stron, 3) rozwój empatii, 4) poznanie kontekstu rodzinnego oraz środowiska życia osób korzystających z pomocy, 5) rozwój umiejętności komunikacyjnych, 6) refleksję nad związkami między teorią i praktyką (Duffy 2012; Duffy, Hayes 2012; Duffy et al. 2013; Tew et al. 2012). Z perspektywy doświadczonych korzyści oznaczają: (1) wzrost pewności i wiary w siebie, (2) poczucie bycia partnerem, którego inni darzą szacunkiem, (3) satysfakcję z powodu wkładu w poprawę jakości kształcenia pracowników socjalnych, 4) możliwość zmiany roli z „ofiary” na „kogoś więcej niż jego historia” (Sadd 2011: 8), 5) rozwój umiejętności i zdolności, które dają większe możliwości powrotu do głównego nurtu życia społecznego oraz zatrudnienia (Matka et al. 2010; Branfield 2009; Stevens, Tanner 2006). Posługując się najbardziej ogólnym stwierdzeniem, podkreślamy, że źródłem wspomnianej satysfakcji dla studentów pracy socjalnej jest odkrywanie, odzyskiwanie lub umacnianie znaczenia woli sensu (Frankl 2010) w profesjonalnych działaniach na rzecz osób nieuznanych poprzez współpracę, współodczuwanie oraz waloryzację obecności w świecie przeszłego bądź nieuchronnego cierpienia.

---

<sup>3</sup> Opierając się na własnym wieloletnim doświadczeniu współpracy z organizacjami obywatelskimi podejmującymi działania edukacyjne w zakresie zdrowia psychicznego, wymieniamy: krakowskie Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi”, inicjatywy Lubelskiego Stowarzyszenia Ochrony Zdrowia Psychicznego, Grupę TROP działającą przy Stowarzyszeniu Pomost na warszawskim Bródnie, aktywności Pomorskiej Koalicji na rzecz Zdrowia Psychicznego oraz współpracujący z Instytutem Socjologii UJ Instytut Terapii i Edukacji Społecznej – Stowarzyszenie.

## Wyzwania

Ogólna refleksja nad pomocą wzajemną osób doświadczonych prowadzi do sformułowania trzech wniosków istotnych z perspektywy pracy socjalnej. Po pierwsze, przede wszystkim środowisko osób z doświadczeniem utraty zdrowia psychicznego powinno być postrzegane jako dysponujące unikatowym i wystarczającym potencjałem niezbędnym do inicjowania niezależnej aktywności i podejmowania działań o charakterze samopomocowym. Po drugie, ważnym elementem zawodowego przygotowania adeptów pracy socjalnej jest tworzenie otwartych przestrzeni współpracy pomiędzy grupami samopomocy a ośrodkami kształcenia. I ostatnia, trzecia uwaga: należy przyjąć, że dalszy rozwój inicjatyw samopomocowych i edukacyjnych wymaga zintensyfikowania kontaktów także między poszczególnymi grupami samopomocowymi. Cały czas pozostają one bowiem w dużej mierze nieznane sobie wzajemnie, a w konsekwencji dalekie.

Podstawowym problemem w rozwijaniu współpracy z doświadczonymi jest ich nadmierna zależność od osób i instytucji zajmujących się leczeniem psychiatrycznym oraz pomocą społeczną. Bez względu na punkt odniesienia tych dwóch systemów – medyczny czy społeczny – jedna rzecz wydaje się być dla nich wspólna, a mianowicie hołdowanie paternalistycznym praktykom, które przez blisko trzydzieści lat uniemożliwiały wyodrębnianie się ruchu samopomocowego oraz obywatelskiego osób doświadczonych w Polsce. Ruchu, który mógłby przede wszystkim na poziomie środowisk lokalnych kształtować własną kulturę organizacyjną oraz reprezentować własne interesy. Archaiczna – nawet jeśli nie w wymiarze instytucjonalnym, to w wymiarze manifestowanych postaw profesjonalistów – praktyka środowiskowa w polskiej ochronie zdrowia psychicznego i pomocy społecznej jest podstawową barierą włączania doświadczonych do współpracy.

Bez wątpienia wspomniane kwestie stanowią będą coraz poważniejsze wyzwanie dla fenomenu, jakim jest samopomoc i jej znaczenie w procesie kształcenia pracowników socjalnych. Istotą tego wyzwania jest społeczna gotowość na przyjęcie odpowiedzialności za krzywdy, które stały się udziałem doświadczonych. Tylko bowiem w takich warunkach możemy oczekiwać, że edukacja i praktyka, która bazuje na bliskości twarzy Innego, przyczynią się do wzajemnego rozwoju i uznania.

## Bibliografia

- Branfield F. (2009). *Developing User Involvement in Social Work Education. Workforce Development Report 29*. Social Care Institute for Excellence, London.
- Duffy J. (2012). *Service user involvement in teaching about conflict: An exploration of the issues*. „International Social Work”, 55 (5): 720–739.
- Duffy J., Das C., Davidson G. (2013). *Service user and carer involvement in role-plays to assess readiness for practice*. „Social Work Education”, 32 (1): 39–54.
- Duffy J., Hayes D. (2012). *Social work students learn about social work values from service users and carers*. „Ethics and Social Welfare”, 6 (4): 368–386.

- Frankl V.E. (2010). *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*. Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa.
- Herbst K. (2013). *Ruchy nieformalne a kierunki rozwoju ekonomii społecznej. Rekomendacje dla polityk publicznych*. Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa.
- Honneth A. (2012). *Walka o uznanie*. Wydawnictwo NOMOS, Kraków.
- Katz A.H. (1977). *Self-help groups*, in: R.L. Edwards et al. (eds.), *Encyclopedia of Social Work*. 17<sup>th</sup> ed. NASW Press, Washington.
- Kropotkin P. (1919). *Pomoc wzajemna jako czynnik rozwoju*, przeł. Jan Hempel. Wydawnictwo Stowarzyszenia „Książka”, Warszawa.
- Matka E., River D., Littlechild R., Powell T. (2010). *Involving service users and carers in admissions for courses in social work and clinical psychology: Cross disciplinary comparison of practices at the University of Birmingham*. „British Journal of Social Work”, 40 (7): 2137–2154.
- Oka T., Borkman T. (2003). *Krótką historia, idea i teorie związane z istnieniem grup samopomocowych z perspektywy międzynarodowej*, w: *Od pomocy do samopomocy*. Stowarzyszenie Centrum Wspierania Aktywności Lokalnej CAL, Warszawa: 38–42.
- Riessman F., Carroll D. (2000). *Nowa definicja samopomocy*. Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa.
- Sadd J. (2011). *We are More than Our Story: Service User and Carer Participation in Social Work Education*. SCIE Report 42. Social Care Institute for Excellence, London.
- Stalder F. (2012). *Manuel Castells. Teoria społeczeństwa sieci*, tłum. M. Król. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Stevens S., Tanner D. (2006). *Involving service users in the teaching and learning of social work students: Reflections on experience*. „Social Work Education”, 25 (4): 360–371.
- Stirner M. (1995). *Jedyny i jego własność*. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Tew J., Holley T., Caplen P. (2012). *Dialogue and challenge: Involving service users and carers in small group learning with social work and nursing students*. „Social Work Education”, 31 (3): 316–330.
- Tischner J. (2006). *Filozofia dramatu*. Wydawnictwo Znak, Kraków.
- Węgrzecki A. (2014). *Wokół filozofii spotkania*. Myśl Filozoficzna, Kraków.