

## Tomasz Polkowski Jak „czytać” dziecko

Kolejny rok powolnej reformy polskiego systemu pomocy dziecku i rodzinie przebiega pod znakiem medialnych skandali związanych z pochopnymi decyzjami sądów rodzinnych o odbieraniu dzieci niewydolnym rodzinom. W uzasadnieniach tych decyzji czytamy o „braku porządku w domu”, spóźnieniach do szkoły, niewpuszczaniu asystenta rodziny do domu, a nawet o zapachu piesków w mieszkaniu. Jednocześnie piecza instytucjonalna, która miała wzorem państw zachodnich ograniczyć swoje oddziaływanie do wyjątkowych przypadków nastoletniej młodzieży, przeżywa prawdziwy rozkwit. W roku 2014 liczba placówek przekroczyła 1000, co jest związane z mniej lub bardziej sztucznym dzieleniem dużych placówek na mniejsze, 14-osobowe grupy (zgodnie z ustawą o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej). Europejskie kampanie dotyczące deinstytucjonalizacji ( np. „Otwórzmy drzwi dla dzieci Europy” zainicjowana przez brukselską organizację Eurochild) są w Polsce niezauważane lub wyciszane, a reformę placówek ogranicza się do prób wprowadzania standardów organizacyjnych i metodycznych. Z różnego rodzaju propozycji zgłaszanych między innymi przez same placówki opiekuńczo-wychowawcze i organizacje pozarządowe warto przytoczyć dokument przygotowany przez zespół ekspertów działający przy Biurze Rzecznika Praw Dziecka Marka Michalaka. Zespół ten, składający się z ekspertów pieczy zastępczej pracujących pod kierownictwem prof. Barbary Smolińskiej-Theiss (wśród nich autor niniejszego tekstu), przygotował dokument opisujący standardy w dziedzinie opieki i wychowania. Zostały w nim zawarte postulaty bezpośrednio odnoszące się do najnowszych trendów psychologii rozwojowej i nauki o więzi<sup>1</sup>. Dokument został przesłany ministrowi pracy i polityki społecznej do dalszego opracowania i ewentualnego wprowadzenia w formie rozporządzenia.

Nawet, jeśli owe standardy miałyby pozostać metodyczną wskazówką dla pracowników domów dziecka i podobnych placówek, to jest to pierwszy dokument tak wyraźnie wskazujący na potrzebę odbudowywania przez dziecko zdolności do tworzenia stabilnych relacji i więzi. Mowa jest tu zarówno o rekonstrukcji więzi z rodziną, jak i o tworzeniu stabilnego środowiska wychowawczego w oparciu o „indywidualne relacje wychowanka z wychowawcą, z rodziną zaprzyjaźnioną lub innymi ważnymi dla dziecka osobami”<sup>2</sup>. Inny standard dotyczy „budowania między wychowawcą a dzieckiem atmosfery wzajemnego szacunku i zaufania w oparciu o pozytywne i bezpieczne relacje emocjonalne”<sup>3</sup>. Tego rodzaju standardy są nie tylko nowością w instytucjonalnej pieczy zastępczej, ale i wyjątkowo trudne do wprowadzenia, biorąc pod uwagę strukturę placówek, zmienność pracy, jak również częste rotacje wychowawców. A jednak „Standardy” wskazują na to, co dla wielu psychologów jest warunkiem niezbędnym dla zapewnienia optymalnych warunków rozwoju dziecka, – czyli na znaczenie więzi dla rozwoju w niemal każdej dziedzinie życia dziecka.

Wprowadzenie standardów wymagałoby nie tylko odpowiedniego przygotowania wychowawców, ale również zapewnienia im systemu wsparcia. Praca „na relacjach” jest wyjątkowo obciążająca emocjonalnie. Wymaga wypracowania technik, procedur i jasno określonych granic, ale przede wszystkim – wysokich

---

<sup>1</sup>Patrz: <http://brpd.gov.pl/aktualnosci-wystapienia-generalne/standardy-pobytu-dzieci-w-pieczy-zastepczej>

<sup>2</sup> Jw., Część II, Standard 1.

<sup>3</sup> Jw., Część II, Standard 6.

kompetencji emocjonalnych wychowawcy. Dlatego niezbędne byłoby profesjonalne wsparcie dla wychowawcy oraz zapewnienie warunków do osobistego rozwoju. Wymagałoby to również opracowania jasnych zasad pracy zespołowej oraz zapewnienia nie tylko pomocy lidera zespołu, ale również wsparcia superwizora lub konsultanta metodycznego.

System konsultacji metodycznych dla liderów i zespołów wychowawczych małych domów dla dzieci opracowała w roku 2013 Agnieszka Polkowska wraz z zespołem specjalistów pracujących wtedy dla Towarzystwa Nasz Dom. Potem wprowadzono konsultacje w niektórych domach dla dzieci w Polsce i w Gruzji, co wyraźnie wzmocniło zespoły wychowawcze w realizacji indywidualnych planów pomocy dziecku oraz w pracy zespołowej. Konsultacje okazały się również skutecznym wsparciem dla dyrektorów i liderów w procesie kierowania zespołem, jak również w procesie wspierania przez liderów realizacji planów pomocy dziecku przez wychowawców. W roku 2015 system wspierających konsultacji jest propagowany i wspierany przez Fundację Dziecko i Rodzina.

Jednym z najważniejszych celów konsultacyjnego systemu wsparcia dla wychowawców jest przygotowanie do optymalnych, stabilnych i bezpiecznych RELACJI z dziećmi i ich rodzinami. Indywidualne konsultacje dla wychowawców zapewniane przez przygotowanych liderów zespołów oraz konsultantów zewnętrznych mają pomóc w emocjonalnym zaangażowaniu się na rzecz dzieci i ich rodzin – i w efekcie – pomóc dzieciom uzyskać drugą (być może ostatnią) szansę w rozwoju, czyli w przepracowaniu problemów z przeszłości, zrozumieniu własnych mocnych stron i potrzeb, i w emocjonalnej stabilizacji.

Zarówno w „Standardach” ogłoszonych przez Rzecznika Praw Dziecka, jak i w indywidualnym, wzmacniającym podejściu opierającym się na Metodzie Indywidualnych Planów Pracy z Dzieckiem i Rodziną mojego autorstwa<sup>4</sup> nie chodzi o to, aby opiekunowie w domach dla dzieci wyuczyli się na pamięć definicji, tabel, cytatów z dzieł prekursorów nauki o więzi, takich jak John Bowlby czy Mary Ainsworth, ale żeby autentycznie CZUĆ dzieci, potrafili się z nimi komunikować na poziomie emocjonalnym (a nie tylko poprawnych komunikatów „ja”) i poczuli za nie autentyczną odpowiedzialność. Takich wychowawców jest z pewnością w Polsce wielu, ale dość trudno opracować narzędzie, które by zmierzyło tego rodzaju osobiste kompetencje połączone z mądrością życiową i znajomością narzędzi pracy.

Zastanawiając się, jak jeszcze bardziej efektywnie pomóc dzieciom umieszczonym w domach dla dzieci możemy próbować opierać się na różnych dziedzinach nauki. Neurologia może nam podpowiedzieć, w jaki sposób mózg reguluje takie procesy jak pamięć czy emocje. Psychologia rozwojowa - jak dziecięce umysły rozwijają się w środowisku rodzinnym i co (oraz na jakim etapie) jest prawidłowe, a co niezgodne ze społecznymi i biologicznymi normami. Psychiatria pokaże kliniczny obraz cierpienia spowodowanego emocjonalnymi i behawioralnymi zaburzeniami. Pedagogika zaś to zbiór wiedzy o wychowaniu i procesach wychowawczych, – ale najczęściej w oderwaniu od kontekstu, w jakim dziecko wychowywało się w pierwszych latach życia oraz jego mocnych stron i potrzeb. Każda z tych nauk rozwinęła się w szereg gałęzi, podgałęzi, szkół i systemów. Powstają specjalizacje tak szczegółowe, że można podejrzewać, że chodzi tu o wypełnienie kolejnych nisz rynkowych i zdobywanie studentów czy kursantów. A przecież, gdy popatrzymy na sprawę empatycznie, okaże się, że kluczem do sprawy jest rozumienie dziecka, EMOCJONALNA komunikacja (czyli umiejętność

---

<sup>4</sup> Autorskie materiały merytoryczne i szkoleniowe w dyspozycji Tomasza Polkowskiego oraz Fundacji Dziecko i Rodzina.

wzajemnego przekazywania emocji), współodczuwanie i – po prostu – autentyczne przejęcie się sprawą.

Ostatnio pojawiło się na międzynarodowym rynku wydawniczym wiele książek, które są wyrazem ogromnej zmiany w nauce zajmującej się kondycją człowieka. W miejsce amerykańskich specjalizacji powraca oświeceniowa multidyscyplinarność, mądrze nazywana „konwergencją”, w której osiągnięcia różnych nauk – w tym neurologii (a szczególnie badań nad mózgiem), psychologii rozwojowej, biologii czy psychiatrii połączono w jedną naukę, nazywaną za Danielem Siegel'em „**interpersonalną neurobiologią**”<sup>5</sup>. Nauka ta integruje procesy umysłowe (takie jak pamięć i emocje) z neurobiologią (odnosząc się do aktywności w poszczególnych obwodach mózgu) z relacjami międzypersonalnymi (w tym wzorcami komunikacji emocjonalnej). Podkreśla moc kultur i środowisk rodzinnych i wnika w mechanizmy molekularne wskazując, jak bardzo różnorodne procesy wpływają na nasze życie umysłowe, zwłaszcza emocjonalne.

W swojej bestsellerowej książce Daniel Siegel wskazuje, w jaki sposób relacje międzypersonalne mogą wspomagać lub ograniczać możliwość integrowania kolejnych doświadczeń w życiu dziecka czy dorosłego. Relacje we wczesnych latach życia kształtują struktury nerwowe, dzięki którym powstają reprezentacje doświadczeń dziecka i pozwalają (lub nie pozwalają) na powstanie spójnego obrazu świata. Oznacza to, że międzypersonalne doświadczenia bezpośrednio wpływają na sposób postrzegania rzeczywistości. Tak jak ojcowie (i matki) nauki o więzi przekonali nas do, w jaki sposób powstaje zdolność do nawiązywania więzi, tak teraz interdyscyplinarni naukowcy wskazują, jak te procesy oddziałują na rozwój układu nerwowego, mózgu oraz na sposób postrzegania świata. Współczesne badania neurologów i psychiatrów wskazują na jedną szczególnie optymistyczną prawdę naukową (podpartą wynikami różnorodnych badań, w tym badań długoterminowych): nie jesteśmy skazani na rezultat oddziaływania genów ani wzorców więzi z pierwszych lat życia. Okazuje się, że **mózg ludzki jest w stanie rozwijać się i podlegać ogromnym przemianom** nie tylko do okresu dojrzewania, ale do końca naszych dni. Pozabezpieczne wzorce więzi będą wprawdzie poważnym obciążeniem, ale „lekarstwem” na tego rodzaju sposób postrzegania świata są... bezpieczne relacje, pozytywna, emocjonalna komunikacja, empatia, zaufanie.

Wychowawcy mają więc ogromne możliwości. Mogą próbować odbudować to, co pozornie stracone, a co zawsze będzie podstawą dla rozwoju dziecka: więzi z opiekunem podstawowym, a więc najczęściej matką, ojcem lub inną ważną osobą z rodziny. W trakcie realizacji indywidualnego planu pracy z dzieckiem i rodziną (nazywanego w ustawie o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej „planem pomocy dziecku”) powinni zdecydować, czy dziecko odzyska te więzi, czy też powinni tę rolę przejąć sami opiekunowie lub inna ważna dla dziecka osoba. Zawsze jednak w trakcie pobytu dzieci w domu dla dzieci mogą być architektami ich rozwoju, inżynierami budowy silnych emocjonalnie, zdolnych do nawiązywania więzi młodych ludzi - w zasadzie bez względu na to, jak zostali skrzywdzeni i jak bardzo zostało zachwiane ich zaufanie do dorosłych. Nawet wtedy, gdy celem jest odtworzenie więzi z rodziną i reintegracja, przez pewien czas właśnie opiekun może przywrócić dziecku stabilizację emocjonalną i wpłynąć na odbudowę połączeń neuronowych umożliwiających dziecku racjonalizowanie emocji i nawiązywanie pozytywnych, bezpiecznych relacji. Opiekunowie mogą również, przy wsparciu innych specjalistów, wpływać na świadomość rodziców dziecka oraz na kształtowanie nich kompetencji

---

<sup>5</sup>Patrz D. J. Siegel, *Rozwój umysłu. Jak stajemy się tym, kim jesteśmy*, Kraków 2009, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

rodzicielskich, w tym przede wszystkim kompetencji tworzenia i utrzymywania bezpiecznych więzi.

Głównym środkiem, za pomocą którego doświadczenia więzi kształtują rozwijający się mózg, jest komunikacja emocji. Skoro tak – potrzebujemy opiekunów, którzy mają świadomość własnego rozwoju, sami przepracowali własne wzorce więzi, ale przede wszystkim – potrafią komunikować emocje – czyli przekazywać je dziecku, odczuwać emocje dziecka i tworzyć z nich zintegrowany, wspólny świat relacji. Powinni być to opiekunowie, którzy potrafią „czytać” dziecko – a więc nie patrzą jedynie na okładkę, (którą może być bezpośrednio zachowanie lub wyrażenia słowne), ale potrafią rozumieć emocje, które kryją się za zewnętrznymi objawami.

Daniel Hughes i Jonathan Baylin w książce *Brain-Based Parenting*<sup>6</sup> (*Rodzicielstwo w oparciu o rozumienie mózgu*) piszą o kompetencjach opiekunów (i rodziców), których wykorzystanie wpływa bezpośrednio na rozwój mózgu dziecka, w tym szczególnie obszarów związanych z inteligencją emocjonalną i zdolnością do nawiązywania więzi. Są to między innymi zdolność do bezpiecznego zaangażowania w relację z dzieckiem i umiejętność traktowania opieki nad dzieckiem jako czegoś przyjemnego, dającego satysfakcję. Jest to wreszcie tzw. zdolność do odczytywania dziecka, czyli umiejętność jego rozumienia, „dostrojenia się” do dziecka i pobudzania wzajemnej empatii. Zdolności te to również umiejętność wyciągania wniosków z własnych doświadczeń w opiece nad dzieckiem i w ten sposób – pobudzania zmiany i własnego rozwoju. I wreszcie jest to kompetencja związana z normowaniem własnych stanów emocjonalnych oraz czuwania nad jakością relacji opiekun – dziecko, w tym umiejętność naprawiania tego, co w relacji nieefektywne.

Ci sami autorzy opisują coraz częściej wspominaną w literaturze receptę na efektywną opiekę nad dzieckiem, tzw. „**Formułę PACE**”<sup>7</sup>, gdzie angielski skrót „Playfulness, Acceptance, Curiosity, Empathy” można odpowiednio przetłumaczyć jako „**Przeżywanie wspólnych radości, Akceptacja, Ciekawość, Empatia**”. We wszystkich tych określeniach moglibyśmy dodać przymiotnik „wzajemny”, aby podkreślić, że chodzi tu o wspólny proces, o odejście od schematu „ja” i „dziecko” do „MY”, czyli „ja i dziecko” razem. Tylko takie podejście umożliwia utrzymywanie delikatnej granicy pomiędzy zaspokojeniem potrzeby bliskości a potrzebą nieskrępowanego, indywidualnego rozwoju. Każdy wychowawca może wypracowywać własne kompetencje w tym zakresie, budując wzajemnie oddziaływujące relacje z dzieckiem właśnie poprzez formułę PACE. Taki **wychowawca przeżywa z powierzonym mu dzieckiem wiele wspólnych radości**, co oznacza w praktyce pełne wzajemnego zaangażowania wspólne działania, kontakt wzrokowy, zgodność tonu głosu, wzajemne rozumienie gestów, bezpieczny dotyk wynikający z potrzeb dziecka. To wszystko ma składać się na autentyczną radość z bycia razem, fascynację sobą nawzajem i cieszenie się wspólnymi działaniami. Opiekun potrafiłby również uczyć takiej radości rodziców dziecka – i... nie byłby o taką radość zazdrosny.

Kolejny składnik formuły PACE, czyli **akceptacja**, przywołuje pojęcie takiej aprobaty, z jaką rodzice traktują swoje małe dziecko – nie zastanawiając się, czy jest ono „dobre”, czy „złe”, ale po prostu je akceptując. Ich ocena potrzebna jest tylko wtedy, gdy należy zrobić coś, co jest bezpośrednio związane z potrzebami dziecka, jak zmiana pieluchy czy położenie spać. Oceniają więc obiektywnie samą potrzebę (po zachowaniu dziecka), a nie dziecko. Tak traktowane dziecko uczy się z czasem pełnej ekspresji własnych potrzeb i życzeń. A przecież chcielibyśmy, aby dzieci z

<sup>6</sup> D. A. Hughes, J. Baylin, *Brain-Based Parenting*, New York 2012.

<sup>7</sup> Angielski akronim PACE (czytaj „pejs”) można przetłumaczyć również jako odpowiednik słowa „tempo”.

domów dla dzieci rozwijały się w nieskrępowany sposób, ale zgodny z ich potrzebami bezpieczeństwa i zdrowia. Chcielibyśmy również, aby dzieci te były bezwarunkowo akceptowane przez własnych rodziców.

Trzeci element PACE to **ciekawość**. Również taka, jaką przejawiają rodzice małego dziecka, obserwując każdy jego ruch, krok czy słowo. Wzajemna fascynacja rodzica i dziecka widoczna jest w spojrzeniu dziecka w oczy dorosłego, w którym dziecko doszukuje się akceptacji i ciepła. Skuteczność tego spojrzenia staje się z czasem elementem nawiązywania więzi. Tak też mogłoby być w przypadku dzieci w domach dla dzieci. Potrzebni byłiby wychowawcy (może raczej „opiekunowie”), którzy każdego dnia „odkrywają” swoje dzieci poprzez bycie razem, obserwację, spojrzenie, rozmowę. Taki wychowawca byłby tak zafascynowany dzieckiem, którym się opiekuje, że wykorzystywałby każdą chwilę, aby „czytać” swoje dziecko, uczyć się i tym samym – zaspokajać własną fascynację. Z czasem tego rodzaju relacja stawałaby się trwałą i bezpieczną relacją, a jej granicę stanowiłoby to, co dziecku potrzebne jest do zdobywania niezależności lub odtwarzania więzi z rodzicami. Bycie „ciekawym” dziecka nie ma nic wspólnego z jego ocenianiem, to raczej ciekawość przyczyn zachowania, emocji, rozszyfrowywanie potrzeb i motywacji. Opiekun powinien potrafić tą „ciekawością” zarazić rodziców dziecka, który odkryli je na nowo, jako swój zaniedbany, ale jednak wielki skarb.

Ostatnim elementem formuły PACE jest **empatia**. Stosunkowo łatwo współodczuwać dziecięcą radość, zadowolenie, szczęście. Trudniej - złość, smutek czy rozpacz. Ale przecież dopiero taka empatia umożliwia przekazanie dziecku tego, co naprawdę potrzebuje i co w dużym stopniu buduje więź: zrozumienia, pełnej akceptacji, poczucia bezpieczeństwa poprzez nieuwarunkowane niczym wsparcie dorosłego. Tego rodzaju empatia umożliwia wzajemną synchronię, w tym również (jak pisze Schore<sup>8</sup>) synchronię prawych półkul mózgowych. Pobudza układy odpowiedzialne za tonowanie i racjonalizowanie emocji. Jak jednak uczyć empatii rodziców dziecka? To bardzo trudne zadanie. Potrzeba wielu rozmów, wspólnych zadań rodziców i wychowawcy z dzieckiem. Niezbędny jest obiektywizm i otwartość w relacjach z rodzicami, rozmowy o emocjach, wspólnych przeżyciach.

Jak osiągnąć tego rodzaju formułę PACE w domach dla dzieci? Z pewnością Metoda Indywidualnych Planów jest tu pomocna, ponieważ daje narzędzia, dzięki którym to, co „wyczytamy” w dzieciach, może być uporządkowane i przełożone na logiczny język planu. Potrzebne jest jednak jeszcze zrozumienie własnej roli, własnych kompetencji, świadomość procesu, jakim jest wzajemne budowanie relacji. Potrzebna jest też synchronizacja działań wychowawców w zespole, aby relacja indywidualna opiekun – dziecko i wychowawca – rodzice nie pozostawały w sprzeczności z oddziaływaniem innych opiekunów.

Tak rozumiana reforma domów pieczy instytucjonalnej nie jest zadaniem łatwym i możliwym do szybkiej realizacji. Wymaga nie tylko ogłoszenia „Standardów”, wprowadzenia systemów wsparcia dla wychowawców, ale też umożliwienia kadrze placówek przejścia przez proces zmiany sposobu myślenia i stosunku do podopiecznych i ich rodzin. Jest to proces wymagający wielu sił i środków oraz partycypacji i zgody samych zainteresowanych. Dopiero świadomy i wspierany proces rozwoju osobistego wychowawców może doprowadzić do kompetencji „czytania” dziecka ze zrozumieniem, a w rezultacie równomiernego i planowego rozwoju dziecka we wszystkich dziedzinach oraz zapewnienia mu emocjonalnej

---

<sup>8</sup> A. Schore, *Affect regulation and the repair of the self*, New York 2003.

stabilności rozumianej, jako reintegracja z „odbudowaną” rodziną lub zapewnienie innej, stałej relacji dziecka z ważną dla niego osobą dorosłą.