



Projekt „Przestrzeń rozwoju! Adaptacja metody zintegrowanego doradztwa rozwoju kariery dla młodzieży” jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

CASE STUDY UCZESTNIKÓW PROJEKTU

Załącznik 7 do Raportu z analizy efektów testowanego rozwiązania w ramach projektu „Przestrzeń rozwoju! Adaptacja metody zintegrowanego doradztwa rozwoju kariery dla młodzieży”

Opracowanie: Fundacja Imago

Wrocław, 2018

Studium Przypadku: Maja

Panią Maję miałam okazję poznać w trakcie rozmowy rekrutacyjnej do projektu. Przed pierwszym spotkaniem długo zastanawiam się czy zebrać podstawowe informacje na jej temat, które mam dostępne w systemie Syriusz oraz które może mi przekazać opiekujący się nią doradca klienta PUP, czy też pozwolić sobie zbudować jej obraz na podstawie tego, co sama zechce mi przekazać o sobie. Postanowiłam zebrać tylko podstawowe informacje. Pani Maja posiada wykształcenie średnie techniczne w zawodzie technik obsługi turystycznej. Posiada niewielkie doświadczenie zawodowe w zawodzie kelnera oraz pracownika produkcji. W trakcie nauki odbyła praktyki zawodowe w wymiarze 160 h każda. Od XI.2016 zarejestrowana w Powiatowym Urzędzie Pracy jako osoba bezrobotna. Klientka posiada orzeczenie o stopniu niepełnosprawności w stopniu lekkim w zakresie zaburzeń narządu ruchu (brak palców u lewej ręki). Byłam zaskoczona występującą niepełnosprawnością, gdyż w ogóle jej nie zauważyłam w trakcie spotkania na rozmowie rekrutacyjnej. Ustaliliśmy termin pierwszego spotkania podczas rozmowy telefonicznej.

1 sesja

Spotkanie z p. Mają rozpoczęłam od podkreślenia, że w realizowanym procesie poradnictwa to klient ponosi odpowiedzialność za podejmowanie decyzji i rezultaty. Zwróciłam również uwagę na istotną rolę jej zaangażowania. W celu nakreślenia ogólnej wizji realizacji projektu opisałam proponowany plan sesji doradczych oraz poruszanych zagadnień. Zapewniłam p. Maję, że jest to tylko plan i pozostaje w pełni elastyczna, po to aby dopasować się do jej potrzeb i propozycji, które pojawią się w czasie naszych spotkań. Mimo, że spotkanie miało miejsce na terenie PUP starałam się, aby atmosfera była zdecydowanie mniej formalna, niż ta którą kojarzy ze spotkań z naszą instytucją.

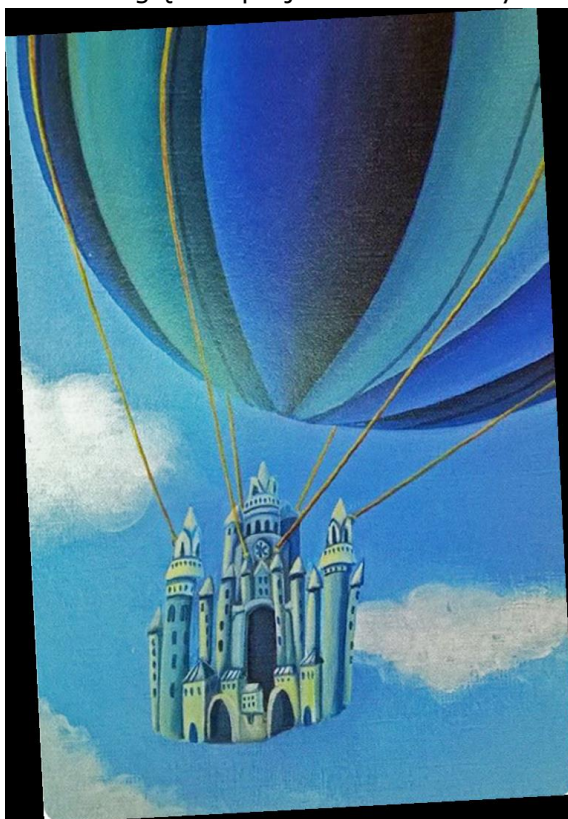
Poprosiłam uczestniczkę o wybranie dwóch kart obrazkowych (wykorzystałam do ćwiczenia karty z gry „DIXIT”): jednej opisującej jej samopoczucie „tu i teraz” oraz drugiej obrazującej oczekiwania p. Mai względem projektu.

Aby opisać swoje samopoczucie klientka wybrała następującą kartę:



Według klientki karta ta podkreślała jej dobre samopoczucie, ekscytację i radość, gdyż takie uczucia wywołuje w niej muzyka.

Do opisania swoich oczekiwań względem projektu klientka wybrała kartę:



W rozmowie przyznała, że zakwalifikowanie się do projektu stanowi dla niej „nowe rozdanie”. Na moje pytanie „Kto jest kim?” na tym obrazie, odpowiedziała, że ona jest zamkiem, w którym zawiera się całe jej życie, natomiast projekt i ja jesteśmy balonem, który ma ją podnieść.

Podkreślenie przez klientkę tak dużej mojej roli oraz ogromnych jej oczekiwań względem projektu spowodowało, że po raz kolejny podkreśliłam jej rolę w procesie oraz wzięcie odpowiedzialności za rezultaty.

Następnie przeszłyśmy do ćwiczenia „Jakie role pełnię?”. Ćwiczenie to wywołało niewielkie trudności w realizacji. Podkreślenia wymaga fakt, że większość wskazanych przez p. Maję ról wiąże się ze służebną rolą wobec innych. Istotna dla procesu jest również rola „córkę”, która pojawia się jako pierwsza i do połowy procesu doradczego będzie wpływała na wybory, samoocenę i samopoczucie klientki.

Na zakończenie spotkania zastosowałam „Radar relacji życia zawodowego”. Klientka wskazała deficyty w zakresie umiejętności do pracy oraz pewności co do swoich możliwości. P. Maja w żaden sposób nie napomknęła o swojej niepełnosprawności, a lewą rękę cały czas trzymała na kolanach, schowaną pod stołem.

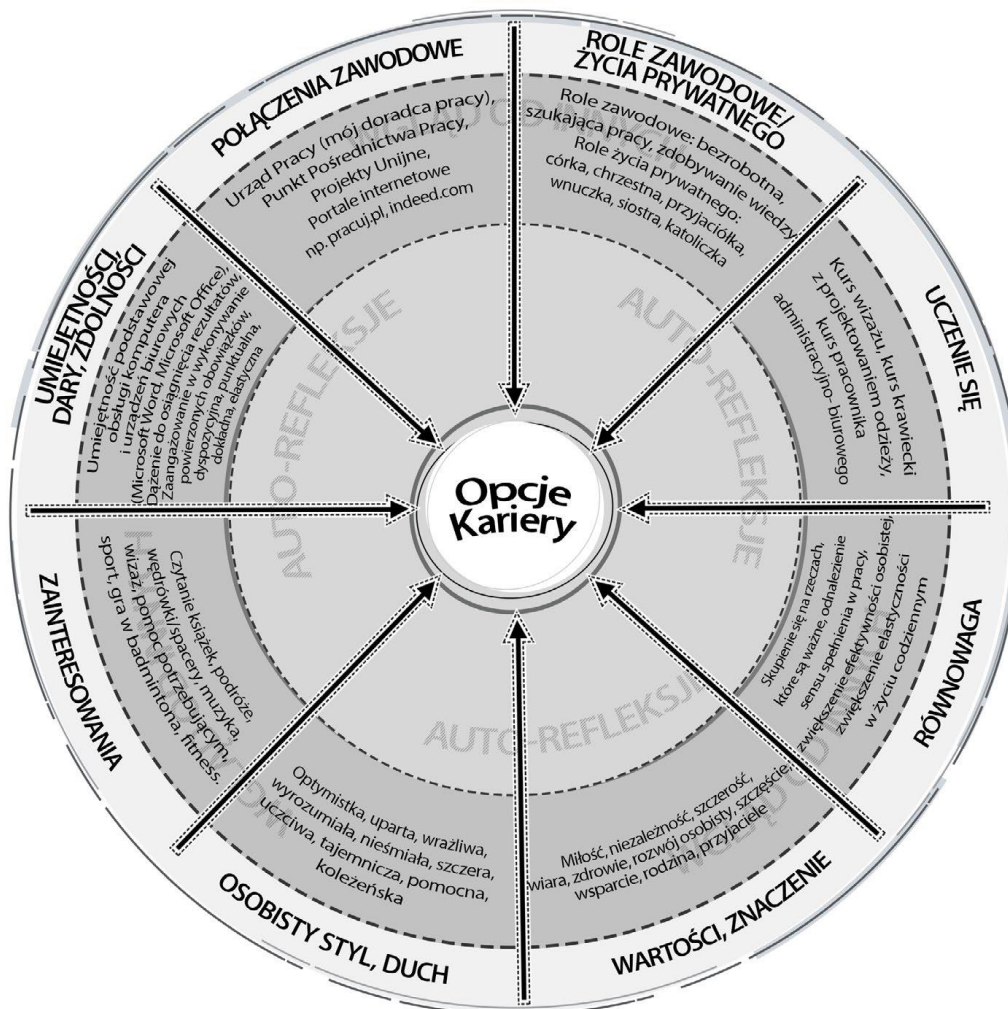
Pierwsza sesja wskazała mi kierunek, w którym należało poprowadzić klientkę, a moim głównym celem stała się poprawa samooceny klientki.

Na zakończenie zapoznałam klientkę z „Kołem Kariery”. Wspólnie omówiliśmy poszczególne ćwiartki, w kontekście tego, jakie informacje powinny się w nich zawierać.

2 sesja

Sesję rozpoczęłam od pytań o przemyślenia po poprzedniej sesji oraz nastawienie do dzisiejszej. P. Maja powiedziała, że czuje się dobrze i jest bardzo podekscytowana naszymi kolejnymi działaniami. Podkreśliła, że poprzednie spotkanie dało jej niesamowitą energię i pozytywne nastawienie.

Następnie przeszliśmy do omówienia wypełnionego przez nią „Koła Kariery”. Przeanalizowałyśmy wpisy klientki pod kątem wydarzeń i sytuacji, z których je wywiodła.



Klientka wskazała, że najtrudniej było wskazać jej mocne strony. To pozwoliło w płynny sposób przejść do kolejnego ćwiczenia „Koła mocnych stron”.

Poprosiłam p. Maję, aby pomyślała o rzeczy którą lubi robić lub o wydarzeniu, które sprawiło, że była z siebie dumna i zadowolona. Klientka po namyśle zaczęła opowiadać o tym, jak lubi organizować przyjęcia urodzinowe dla swoich przyjaciół i znajomych. W trakcie opowiadania widać było duże zaangażowanie i radość.

Pani Maja opowiedziała mi również o swojej niepełnosprawności. Przyznała, że z dużą trudnością, ale w końcu udaje jej się zaakceptować zdeformowaną dłoń. Podkreśliła, że mimo akceptacji wciąż wstydzi się jej pokazywać, nawet przed najbliższymi, oraz stara się ukryć swoją niepełnosprawność w trakcie rozmów kwalifikacyjnych z pracodawcami. Na moje pytanie czy czuje, że jej stan zdrowia wpływa w jakikolwiek sposób na możliwość wykonywania zadań zawodowych, stwierdziła że nic do tej pory nie sprawiło jej trudności.

Dzięki ćwiczeniu udało nam się wydobyć mocne strony i podbudować samoocenę klientki.



Kolejne ćwiczenie, które udało nam się wykonać to „20 rzeczy, które lubię robić”. Najistotniejszym elementem, który udało nam się wydobyć z tego ćwiczenia, jest stwierdzenie, że każda z wymienionych czynności wiązała się ze strefą emocjonalną. P. Maja podkreśliła, że ostatnio do wszystkiego podchodzi bardzo emocjonalnie i trudno jej czasem o „trzeźwą” ocenę wydarzeń.

Na zakończenie sesji poprosiłam o przygotowanie dokumentów aplikacyjnych i listy pracodawców, u których chciałaby odbyć staż. Zakończyłyśmy podsumowaniem wrażeń uczestniczki i przemyśleń po sesji.

3 sesja

Rozpoczęłam sesję od pytania o samopoczucie klientki oraz przemyślenia po poprzedniej sesji. P. maja podkreśliła, że czuje się bardzo pozytywnie nastawiona do wszystkiego i pełna energii, choć zauważyłam, że nie do końca potrafi poradzić sobie z sytuacją rodzinną. Zapytałam, czy chciałaby o tym porozmawiać. Zgodziła się. P. Maja opowiedziała o konflikcie pomiędzy rodzicami oraz o tym, jak to wpływa na jej relacje z ojcem. W trakcie sesji klientka uświadomiła sobie, że nie jest odpowiedzialna za stosunki pomiędzy rodzicami, a także to, że nie powinna stawać po żadnej ze stron.

W następnej części sesji p. Maja przedstawiła opracowaną przez siebie listę pracodawców, u których zamierza ubiegać się o staż. Były to firmy z branży turystycznej oraz handlowej. Porównałyśmy zawód handlowca oraz pracownika biura podróży z jej „Kołem kariery” i znalazłyśmy wiele elementów wspólnych, potwierdzających jej wybór.

Aby podkreślić trafność wyboru zrobiliśmy również ćwiczenie „Kotwice kariery”. Zgodnie z przewidywaniami najwyższe wyniki uzyskano w skali bezpieczeństwo i stabilizacja oraz styl życia.

Na zakończenie podsumowałyśmy sesję. P. Maja powiedziała, że to spotkanie było dla niej bardzo emocjonalne i musi poukładać sobie wszystkie przemyślenia, do których doszła.

4 sesja

Kolejną sesję rozpoczęliśmy od podsumowania spotkań z pracodawcami odnośnie stażu. Klientka była zbudowana, gdyż znalazła biuro podróży, którego właściciel był chętny do przyjęcia na staż. P. Maja opowiedziała również o zmianach, jakie zaszły w domu. Postanowiła porozmawiać z ojcem i wyjaśnić wszystkie nieporozumienia. Ta rozmowa pozwoliła odbudować ich relacje.

Klientka od początku sesji wydawała się odmieniona. Widać było pozytywne nastawienie i entuzjazm, lecz z drugiej strony wydawała się bardziej zrównoważona. Ona również zwróciła uwagę na fakt, że zmianę w jej zachowaniu zauważyły najbliższe osoby.

Cała sytuacja pozwoliła na bezpośrednie podjęcie wątku poczucia własnej wartości. Klientka potwierdziła, że zaczęło się ono powoli zmieniać. Zaczyna dostrzegać swoją wartość, a także stawać w swojej obronie. Duży postęp zauważyłam w akceptacji własnej niepełnosprawności. W końcu niepełnosprawna dłoń była na stole, z nie pod nim, jak na każdej z poprzednich sesji. Odczytałam to również jako okazanie zaufania mojej osobie.

5 sesja

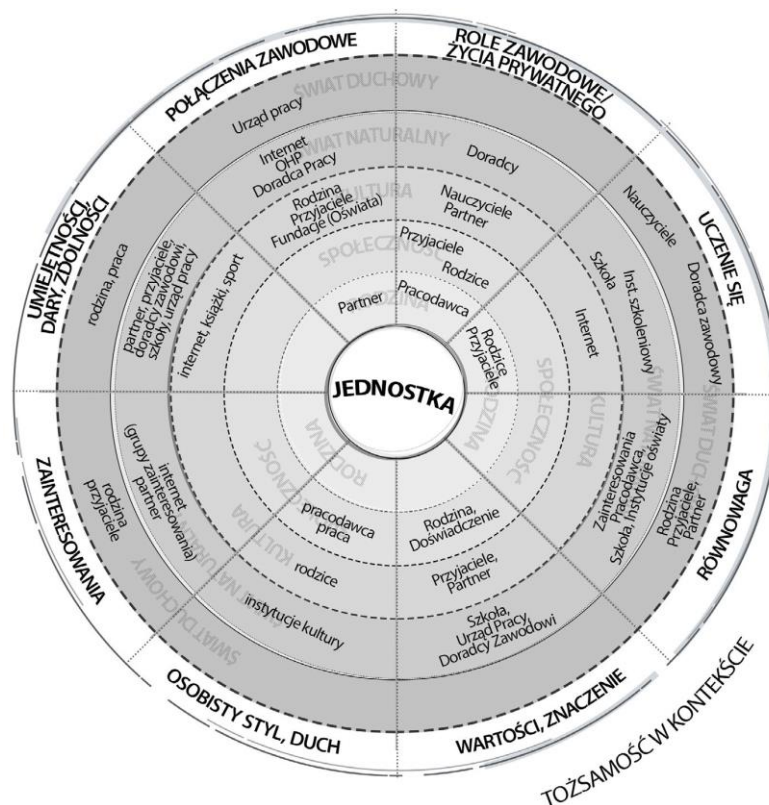
Kolejna sesja miała miejsce w tydzień po poprzedniej. Z perspektywy czasu dostrzegam, że spotkanie to było przedwczesne. Brak postępów w znalezieniu stażu (pracodawca z biura podróży się wycofał) p. Maja potraktowała jako porażkę. Cała sesja podporządkowana była podniesieniu jej samopoczucia i motywowaniu do działania.

Na tę sesję przewidziałam również opracowanie „Indywidualnej ścieżki rozwoju zawodowego i edukacyjnego”. Pozwoliło nam to zebrać w całość wszystkie osiągnięcia, które udało nam się wypracować. Mimo charakteru formalnego dokumentu „Ścieżka kariery” okazała się być narzędziem, które pozwoliło nam zrobić krok w przód.

6 sesja

Czas pomiędzy sesjami okazał się być bardzo efektywny. Klientce udało się pozyskać pracodawcę na staż, który miał się rozpocząć następnego dnia. Mimo, że nie było to wymarzone przez p. Maję stanowisko w branży turystycznej, dało się wyczuć dużą ekscytację oraz poczucie dumy z odniesionego sukcesu. Na bazie tych dobrych emocji postanowiłam zrobić ćwiczenie „Koło połączeń”.

Nie ukrywałam przed p. Mają, że to najtrudniejszy dla mnie element, szczególnie jeśli chodzi o 'zewnętrzne' kręgi (Świat Przyrody, Świat Duchowy), gdyż są dla mnie zbyt abstrakcyjne i trudne. Mimo mojego ostrożnego podejścia ćwiczenie nie sprawiło uczestnicze większych problemów.



Na zakończenie sesji wróciłyśmy do wypełnionego na sesji II „Radaru relacji życia zawodowego”. Z radością zauważyłam wzrost w zakresie oceny swoich umiejętności oraz pewności swoich możliwości (zmiany zaznaczałyśmy kolorem czerwonym).

7 sesja

Mimo, że od ostatniej sesji upłynęły 2 miesiące, ciągle utrzymywałam z klientką kontakt bądź przez email, bądź telefoniczny. Dzięki temu miałam bieżące informacje na temat realizacji stażu i jej samopoczucia.

P. Maja przysłała na sesję z bardzo dobrą informacją. Pracodawca jest tak zadowolony z jej pracy, że zaproponował umowę o pracę. Z treści wypowiedzi widać, że klientka zaczyna odczuwać poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji, które stanowią jej kotwice kariery. To poczucie bezpieczeństwa przekłada się też na chęć patrzenia w przyszłość. P. Maja opowiedziała o tym, jakie zmiany planuje w swoim życiu w perspektywie najbliższych 6 miesięcy.

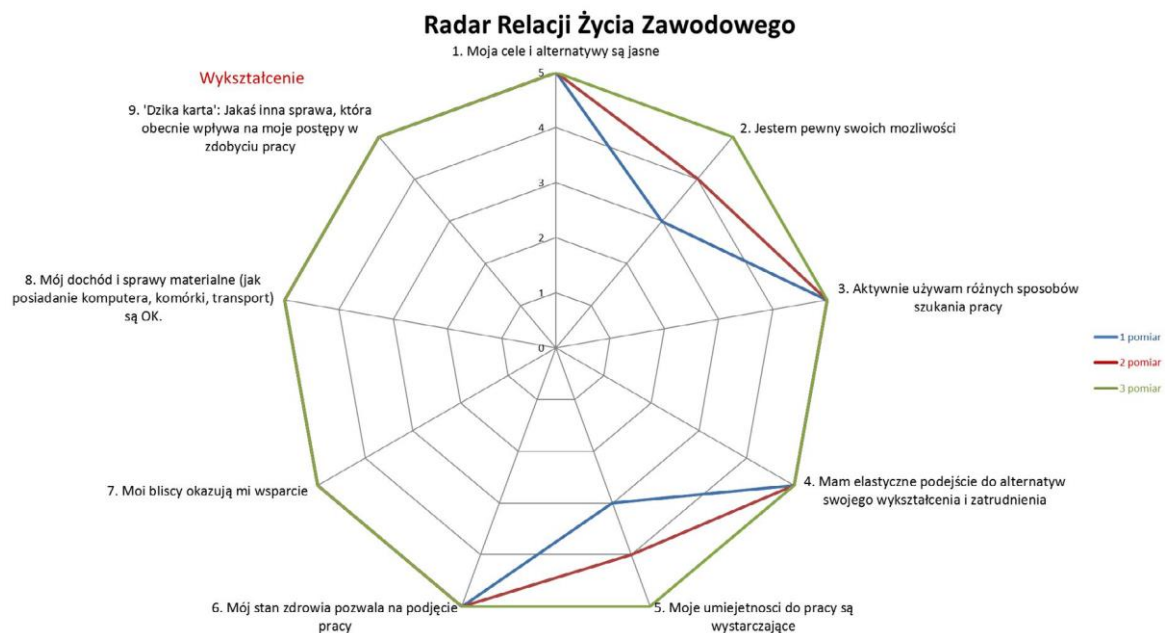
Nastawienie klientki pozwoliło rozpocząć końcowy etap procesu poradniczego. Ja, czując się odpowiedzialna za klientkę, mam poczucie, że wypracowane umiejętności pozwolą jej na poradzenie sobie z ewentualnymi trudnościami. Klientka też czuje gotowość na zakończenie procesu.

Wspólnie ustaliłyśmy formę pożegnania. Stanowić ją będzie list, który każda z nas przygotowuje na kolejną, ostatnią sesję.

8 sesja

W końcu przyszedł czas pożegnania. To był wyjątkowy dla mnie dzień. Podkreślenie roli zakończenia procesu. Mimo, że jest on w mojej ocenie sukcesem, nie byłam przekonana czy poradzę sobie z tym zadaniem i budziło ono mój niepokój.

P. Maja na początku spotkania opowiedziała o stażu, zmianach, które zajądą, kiedy rozpocznie pracę. Następnie przeszłyśmy do ostatniego uzupełnienia „Radaru relacji życia zawodowego” na zakończenie udziału w procesie poradnictwa.



Poprosiłam P. Maję o podzielenie się ze mną podsumowującą refleksją na temat całego procesu doradczego, zmian w jej życiu, a także planów na przyszłość.

Następnie przeszliśmy do rytuału zakończenia, którym była wymiana listów. Klientka wyraziła zgodę na zamieszczenie jej listu:

„Udział w projekcie pozwolił mi w szybki sposób znaleźć staż, o co niestety dzisiaj trudno. Sesje doradcze otwały mnie na świat i pozwoliły zaakceptować moją niepełnosprawność. Dużo dowiedziałam się o sobie, o sposobach radzenia sobie z trudnymi sytuacjami oraz w jak efektywny sposób zaistnieć na rynku pracy. Zajęcia były prowadzone w bardzo ciekawy sposób poprzez rysunek, gry i przede wszystkim rozmowę, która jest najważniejsza, a z którą miałam jednak duży problem, bo nie umiałam wcześniej otworzyć się na ludzi. Nic bym nie zmieniła, jeśli chodzi o sposób prowadzenia tych zajęć. Pani Doradczyni z całego serduszka dziękuję za szczerość, doświadczenie i sposób w jaki umie dotrzeć do danej osoby. Polecam każdemu skorzystać z takiej formy wsparcia, ponieważ oprócz pomocy w znalezieniu pracy, zajęcia doradcze pomagają nam otworzyć się na świat.”

Pod koniec sesji ja opowiedziałam o tym, czego nauczyłam się w projekcie, czym dla mnie był oraz z czym z niego wychodzę.

Na koniec zapewniłyśmy się wzajemnie o możliwości kontynuowania naszej relacji i kontakcie w przyszłości.

Studium przypadku: Paulina

Po raz pierwszy spotkałam Paulinę 27 lipca 2017 roku, w momencie w którym zdecydowała się złożyć Formularz Zgłoszeniowy do Projektu. Po przejściu pozytywnie procedury rekrutacyjnej zaprosiłam Paulę na spotkanie.

1 sesja

Paulina na spotkanie przybyła w umówionym wcześniej terminie. Przypomniałam jej kim jestem i poprosiłam o poświęcenie kilku minut uwagi na ustalenie podstawowych ram i zasad naszych sesji. Przybliżyłam jej dokumentację, która jest wymagana dla potwierdzenia naszych spotkań, zasady kontaktu, formę zajęć. Na początku zwracałam się do Pauliny używając grzecznościowego zwrotu Pani. Natychmiast zwróciła mi na to uwagę i poprosiła, żebym zwracała się do niej po imieniu. Wyjaśniłam, że ze względu na miejsce w jakim się znajdujemy musiałam używać w stosunku do niej zwrotu Pani, gdyż jest już osobą dorosłą, klientem instytucji, w której pracuję i bez wyraźnego sygnału z jej strony nie mogę zwracać się do niej po imieniu. Zawieramy kontrakt, w którym określamy, że będę się do niej zwracała Paulino (na późniejszym etapie przeszło w Paula, co ogromnie jej się podobało). Przyjmujemy, że ze względu na poważne utrudnienia komunikacyjne dopuszczalne są kilkuminutowe spóźnienia na spotkania, a o odwołaniu Sesji będziemy się starały informować możliwie jak najwcześniej. Powtarzam Paulinie również informację dotyczącą trwania spotkań, żeby mogła sobie zaplanować dalszą część dnia i środek lokomocji umożliwiający powrót do miejsca zamieszkania, co jest nie lada wyzwaniem. Paulina stwierdza, że nie ma problemu i nie będzie to raczej czynnik zakłócający nam realizację projektu.

Kolejnym etapem pierwszej sesji było przedstawienie Paulinie ogólnego zarysu metody Amundsona i mojej roli w naszych relacjach, w czasie naszych wspólnych spotkań. Paulina stwierdziła, że najbardziej odpowiada jej to, że nie będę „nic nakazywać i mówić, co ma robić tak jak nauczyciele w szkole”. Starałam się wyjaśnić, że moja rola będzie polegała raczej na zachęcaniu i wspieraniu, a nie nakazywaniu konkretnych czynności i zachowań.

Następnie poprosiłam Paulinę o opowiedzenie mi o sobie nie sugerując, czego chcę się dowiedzieć konkretnie. Chciałam zobaczyć na ile jest otwarta na rozmowę z obcym człowiekiem i ile jest w stanie o „sobie zdradzić”. Mówienie przychodzi Pauli bardzo łatwo, jest otwarta i bez zażenowania a nawet dowcipnie opowiedziała gdzie i z kim mieszka, co do tej pory robiła, wspominała o swoich sukcesach, niepowodzeniach i braku zdecydowania. Wspomina również o ograniczeniach zdrowotnych, tj. alergii na jak to ujęła „prawie wszystko”, a co za tym idzie bardzo częstym „łapaniu wirusów różnych chorób” i obecnie trwającym procesie odczulania (wskazuje, że jest to poważny problem w życiu codziennym).

Zaproponowałam też Paulinie wykonanie ćwiczenia: „Co lubię robić” czyli wypisanie na czystej kartce papieru 20 aktywności, które się lubi. Zaznaczyłam, że może wypisać wszystkie zarówno z życia osobistego, jak i zawodowego. Paulina z uśmiechem stwierdziła, że nie wie czy jest takich czynności 10, a co dopiero 20. Zapewniłam Ją, że ma na to tyle czasu ile potrzebuje, nie musi się spieszyć, może pomyśleć. Po wypisaniu czynności poprosiłam Paulę, żeby zastanowiła się teraz i odpowiedziała na pytania: „Kiedy ostatnio robiła każdą z tych czynności?”, „Ile to kosztowało?“, „Czy jest to coś, co robi się samemu czy z innymi?“, „Czy wymaga planowania czy też może być spontaniczne?“, „Co wnosi ono w życie Pauliny – spełnienie umysłowe, emocjonalne, fizyczne, duchowe?”. Rozmowa i ćwiczenie to pokazało mi w jakiej sytuacji życiowej znajduje się obecnie Paulina.

Recepcje, które lubię robić	kwiecień	czy darmo czy płatne	czy robię to sama, czy z kimś	czy było to planowane, czy spontaniczne	czy wpłynęło to bardziej na ciało, umysł, duch
1. lubię wykonywać medytacje	dzisiaj	za darmo	sama	planowane	z, D
2. wykonywanie charakterystyki	31.10.2016r	za darmo	sama	spontaniczne	D
3. Opiekować się dziećmi	sobota	za darmo	sama / z kimś	planowane	U, D
4. Gotowanie	wtorek	za darmo	sama	planowane	A, U, D
5. Spotkanie ze znajomymi	piątek	za darmo	z kimś	spontaniczne	D
6. Wykonywanie ćwiczeń gimnastycznych dla poprawy sylwetki	czwartek	płatne	z kimś	planowane	C, U, D
7. Spotkanie rodzinne u kogoś	niej	za darmo	z kimś	planowane	C, D
8. Dla organizacji	dzisiaj	płatne	z kimś	spontaniczne	C, D
9. Dla Robię zakupów (warzywa, mięso)	wtorek	płatne	z kimś	spontaniczne	U
10. Dla Robię lekcji z brzoś	piątek	za darmo	z kimś	spontaniczne	D
11. Nauka medytacji	wtorek	za darmo	sama	spontaniczne	D, U
12. Wykonywanie ćwiczeń	wtorek	za darmo	sama	spontaniczne	C, U
13. Wykonywanie ćwiczeń naprawy	dzisiaj	za darmo	sama	spontaniczne	A, D
14. Wykonywanie ćwiczeń	wtorek	za darmo	z kimś	spontaniczne	U, D
15. Wykonywanie ćwiczeń	wtorek	za darmo	sama	planowane	E, D, U
16. Wykonywanie ćwiczeń	wtorek	za darmo	z kimś	planowane	C, D, U
17. Wykonywanie ćwiczeń	wtorek	za darmo	sama	spontaniczne	D, C
18. Wykonywanie ćwiczeń	wtorek	za darmo	sama	spontaniczne	C, D, U
19. Wykonywanie ćwiczeń	wtorek	za darmo	sama	spontaniczne	C, D, U
20. Wykonywanie ćwiczeń	wtorek	za darmo	z kimś	spontaniczne	C, D, U
21. Wykonywanie ćwiczeń	wtorek	za darmo	sama	spontaniczne	C, D, U

2 sesja

Po powitaniu zapytałam Paulinę jak się czuje i czy ma jakieś uwagi/refleksje po pierwszym naszym spotkaniu oraz czy nadal chce uczestniczyć w naszej wspólnej ścieżce poznawania siebie, swoich możliwości, słabości prowadzącej drobnymi krokami do celu. Paulina stwierdziła, że projekt staje się dla niej coraz bardziej ciekawy.

Już po drugiej sesji doradczej wiedziałam, że Paulina nie „boi się” dzielenia ze mną swoimi przemyśleniami i uwielbia rozwijać opowieści.

Dla rozluźnienia i wzmocnienia wiary w siebie zaproponowałam krótkie ćwiczenie z ołówkiem, które ćwiczy kreatywność. Poprosiłam ją o narysowanie ołówka i podanie skojarzeń-zadań, które można wykonać za pomocą ołówka. Ćwiczenie było bardzo ożywcze i rozbawiło Paulinę.

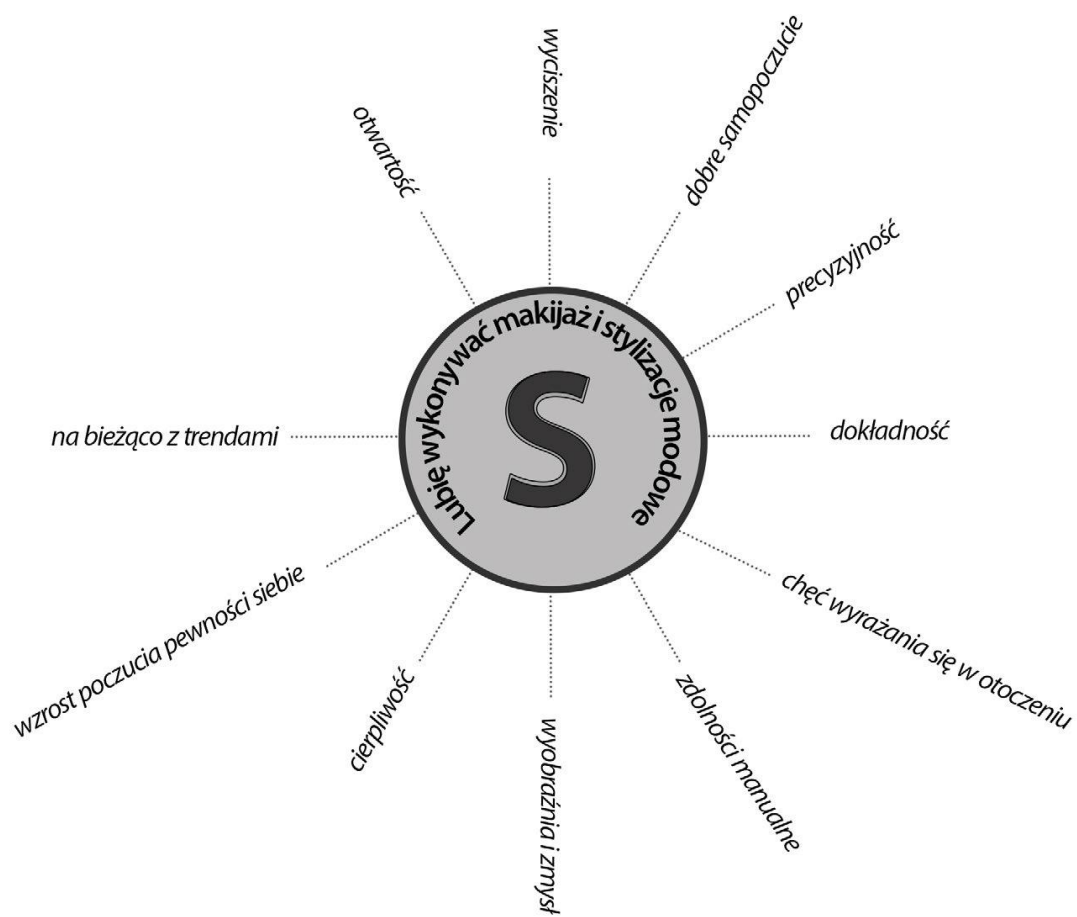
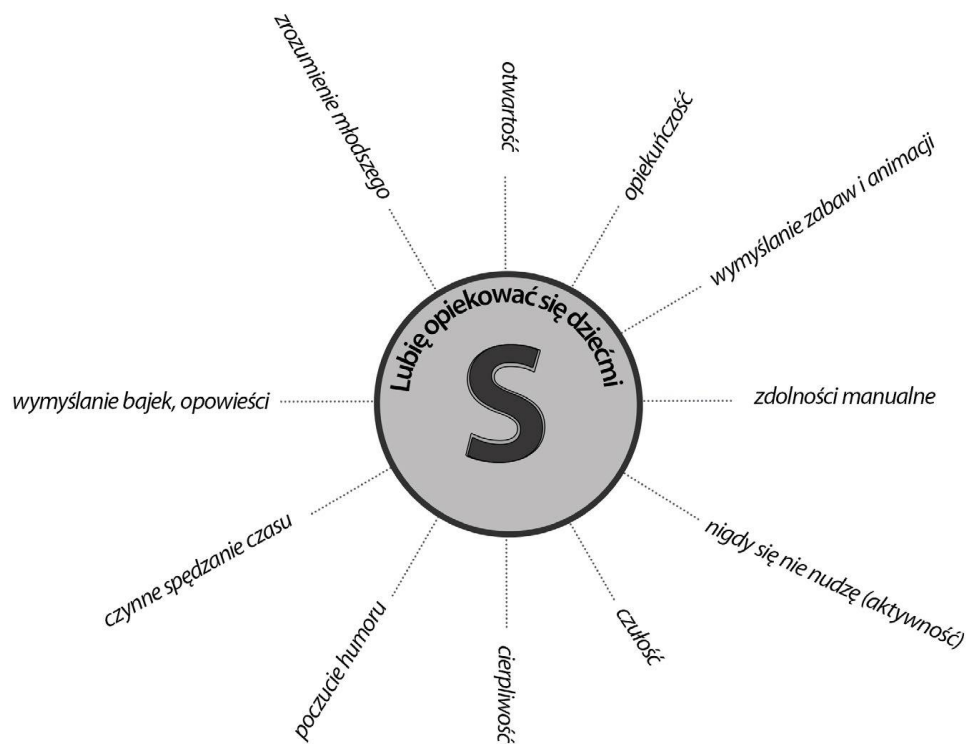
Następnie zaproponowałam Paulinie ćwiczenia na określenie Wzoru. Poprosiłam, aby pomyślała sobie o jakiejś czynności, z jakiegokolwiek dziedziny. Gdy już nazwie tę czynność, niech zastanowi się nad momentami, kiedy sprawiła jej ona najwięcej frajdy, a kiedy najmniej. Paulina każdą myśl szeroko komentowała.

Następnie niech opisać dokładnie pozytywne i negatywne doświadczenia z nią związane. Niech wskaże swoje odczucia i przemyślenia oraz czynniki wpływające na pozytywne i negatywne postrzeganie sytuacji.

Paula po zastanowieniu postanowiła opowiedzieć i opisać opiekę nad dziećmi.

Po wysłuchaniu opowieści i wykonaniu ćwiczenia, poinformowałam Paulinę, że podczas następnego spotkania zajmiemy się refleksjami na ten temat i spróbujemy zaplanować Ścieżkę rozwoju zawodowego i edukacyjnego.

Jako zadanie domowe poprosiłam Paulę o zastanowienie się nad branżami, w których rozważy odbicie stażu.



3 sesja

Paulina na sesję przyszła w dobrym nastroju i bardzo podekscytowana i poinformowała mnie, że już wie gdzie chciałaby odbywać staż.

Zapytałam czy możemy wrócić do poprzedniego ćwiczenia, a potem przejdziemy do planowania Ścieżki. Paulina przejrzała ćwiczenie w celu przypomnienia sobie głównych wątków. Dopytałam także od kiedy interesuje się tą aktywnością (opieką nad dziećmi) i jaki to może mieć wpływ na jej przyszłość zawodową? Jak te informacje, którymi się ze mną podzieliła łączą się z jej zainteresowaniami, predyspozycjami, celami. W tym momencie Paulina stwierdziła, że to jest właśnie to co chciałaby robić podczas stażu, że do tej pory była się z myślami, co będzie celem głównym na najbliższe miesiące, a co alternatywą.

Wyjaśniła mi, że na stażu chciałaby potwierdzić swoje zainteresowania opiekuńcze, aby się upewnić czy to, co do tej pory robiła przez krótkie okresy czasu potwierdzi się w momencie dłuższych pobyków z małutkimi człowieczkami. Czy nie okaże się to nużące, a przede wszystkim będzie miała wsparcie w profesjonalistach z doświadczeniem.

Natomiast jeżeli chodzi o wizaż uznała, że lepszym rozwiązaniem będzie ukończenie przynajmniej kursu, a najlepiej studium, dzięki czemu będzie miała możliwość zdobycia wiedzy teoretycznej i podstaw praktycznych w odniesieniu do swojej drugiej pasji. Wizażem, face chartami i charakteryzacją Paulina interesuje się od szkoły średniej. Jako „model” w przypadku charakteryzacji występuje młodszy brat Pauliny, na którym ćwiczy pomysły, a koleżankom jak to określiła pomaga wyszykować się na imprezę wykonując makijaż, fryzurę i dobierają ubiór.

Zadeklarowała rozeznanie oferty edukacyjnej w regionie. Stwierdziła, że otrzymała od rodziców zapewnienie pomocy jeżeli chodzi o wsparcie finansowe na pokrycie ewentualnych kosztów kształcenia. Poinformowała mnie, że najlepszym rozwiązaniem będzie staż w przedszkolu.

Wspomniała również, że bardzo ważnym aspektem na przyszłość jest ukończenie w końcu kursu „Prawo jazdy”, który uatrakcyjni ją jako potencjalnego kandydata do pracy, a przede wszystkim skończą się jej problemy komunikacyjne (w chwili obecnej nie jest mobilna). Zwróciła uwagę, że akurat do tego aspektu podchodzi mniej entuzjastycznie, ze względu na swoje wcześniejsze niepowodzenia i związane z tym obawy, obniżony poziom samooceny i wiary we własne możliwości.

4 sesja

Pomiędzy sesjami Paulina poinformowała mnie telefonicznie, że rozpoczęła naukę w systemie zaocznym, na kierunku wizażu.

Sesję rozpoczęłam od pytań o wydarzenia, jakie miały miejsce od naszego ostatniego spotkania, od którego minęło już półtora miesiąca. Jak się czuje w roli słuchaczki w nowej szkole i jak przebiega odbywanie stażu. Paulina rozpromienia się i tłumaczy, że jest trochę zmęczona nawąłem nowych obowiązków, które jej przybyły, ale że jest to bardzo ożywcze po czerwcowo-sierpniowej stagnacji i zawieszeniu w próżni. Twierdzi, że nowe wyzwania działają na nią pozytywnie.

W dalszej części sesji informuję Paulinę, że będziemy zajmować się metaforami i symbolami, ich zastosowaniem w precyzyjnym określeniu jej problemów i poszukiwaniu ich rozwiązań, jej odniesienia do sytuacji życiowej/zawodowej.

Przed sesją zastanawiałam się jaką metodę pracy z kartami wybrać. Czy wskazać uczestniczkę losowo metafory, czy pozwolić dokonać jej wyboru kart. Uznałam jednak, że lepszym rozwiązaniem będzie możliwość wyboru przez Paulinę, co umożliwi jej lepsze wpasowanie się w indywidualny życiowy kontekst. To nie ja narzucę tok myślenia, tylko ona wskaże metafory, które w danej chwili najbardziej oddziałują na jej myśli. W tej sytuacji poprosiłam o przejrzenie kart i dokonanie wyboru czterech z nich.

W pierwszym odruchu Paulina wskazała kartę, lecz od razu odpowiedziała, że nie czuje się w chwili obecnej na siłach, żeby na niej popracować, ale chciałaby do niej jeszcze kiedyś wrócić, wtedy gdy jej bagaż doświadczeń będzie większy. Zwróciła też uwagę na karty, które sugerują stworzenie własnej metafory, ale na ten rodzaj wyzwania również nie była gotowa.

Do wykonania ćwiczenia Paulina wybrała cztery karty: „Metafory Roli”, Metafory Przedstawienia”; „Metafory Ciała” i „Metafory Środków Transportu”. „Metaforami roli” Paulina zajęła się podczas naszego bezpośredniego spotkania. Analizy pozostałych trzech postanowiła dokonać w ramach zadania domowego.

Ze względu na zaskakujące wyniki pozwolę sobie opisać przemyślenia Pauliny w tym momencie zbiorczo. Paulina stwierdziła, że wszystkie cztery karty mają dla niej część wspólną. Pokazują, że jest elementem pewnej dużej rodziny, trybikiem w maszynie, częścią procesów, jakie zachodzą w jej codziennym życiu, sprawnym pojazdem płynnie jadącym. Harmonijne współdziałanie z innymi prowadzi Paulinę do rozwoju, napędza do działania, współgra. Paulina podkreśla, że najważniejsi są ludzie w każdym środowisku, w którym się znajduje (rodzina, przyjaciele, współpracownicy, koleżanki, wykładowcy). Ludzie są inspiracją, współtworzą przedstawienie jakim jest życie i kariera. Nie wyobraża sobie roli w teatrze jednego aktora. W relacjach międzyludzkich stawia nie na współzawodnictwo, a na współpracę i chęć niesienia pomocy, opiekowania się. W teatrze życia Paulina staje się reżyserem, scenarzystą, charakterizatorem, aktorem, ale zarazem i widownią, ponieważ stawia na bezpośredni kontakt i wymianę doświadczeń. Po przeprowadzeniu analizy ćwiczenia dostrzegam przemianę jaką zaszła w Paulinie od sierpnia, jej zmiany postawy, tego, że dostrzega i umie wskazać swoje mocne strony, sukcesy, wyciąga wnioski.

5 sesja

Podczas dzisiejszego spotkania proponuję ćwiczenie „Atraktory w miejscu pracy”, które wskażą co jest ważne przy wyborze miejsca pracy. Wyjaśniam na czym polega ćwiczenie i proszę o wypełnienie Inwentarza, zwracając uwagę, że Paulina powinna się odnieść do odczuć w tej chwili (nie myśleć o przeszłości i planach na przyszłość). Paulina wykonała ćwiczenie w dużym skupieniu. Następnie przeniosłyśmy wyniki w pola tabel kontrolnych.

Podsumowanie wskazało, które atraktory miejsca pracy są dla Pauli najważniejsze. Należą do nich: *Wkład w dobro wspólne; Relacje i Uczenie się/Innowacja* (wg Pauliny ściśle ze sobą powiązane). Za najmniej istotne uważa natomiast: *Lokalizację, Elastyczność i Odpowiedzialność*.

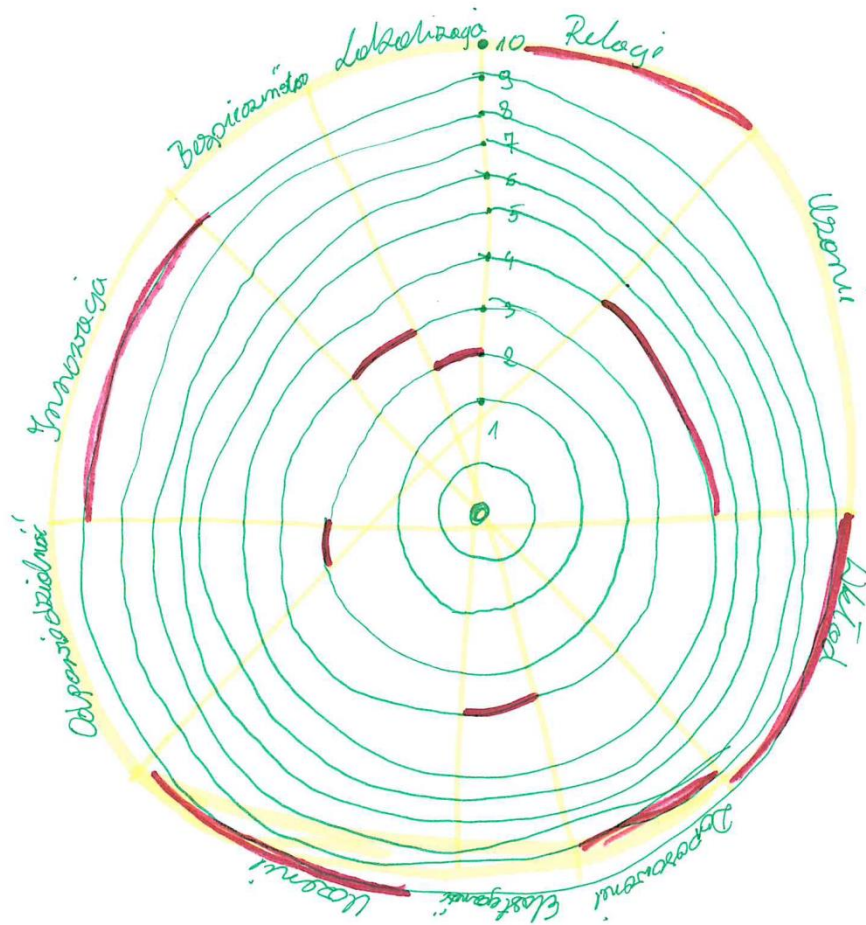
Paulina stwierdziła, że wyniki Diagramu i wybrane przez nią typy idealnie pasują do jej obecnej roli i planów na przyszłość. Myśli, że są i będą dla niej kluczowe. Ocenia to na podstawie swoich wcześniejszych doświadczeń z wolontariatem i aktualnych, związanych z odbywaniem stażu w przedszkolu. Stwierdza, że w przyszłości najważniejsze będą: *Relacje, Uczenie się i Bezpieczeństwo* ze względu, na fakt, że zamierza się usamodzielnąć. Nie ukrywa, że w takiej sytuacji bardzo ważne będzie zabezpieczenie i stabilizacja finansowa.

Stwierdza, że ćwiczenie bardzo jej się podobało i zaskoczyło ją pozytywnie, ponieważ nie brała wcześniej pod uwagę czynników mogących mieć wpływ na atmosferę w pracy i jej nastawienie, postawę czy samopoczucie.

Przy okazji opowiedziała, że właśnie dzięki relacjom jakie panowały w przedszkolu staż okazał się tak owocnym doświadczeniem. Podkreśliła, że była traktowana na równi z pracownikami etatowymi co dawało jej poczucie większej pewności siebie i przynależności do „grupy”.

W tym miejscu zaproponowałam ćwiczenie: „Krąg Kariery”

Powyższe rozważania potwierdził również Diagram Atraktorów miejsca pracy.



6 sesja

Dzisiejsze spotkanie poświęciliśmy na wpływ informacji z rynku pracy i innych znaczących na rozwój kariery. Przeanalizowałyśmy możliwe źródła pozyskiwania informacji m.in. Internet, lokalne instytucje, biblioteki, aktualne informatory, centra kariery przy uczelniach czy Ochotniczych Hufcach Młodzieżowych. Informacje z powyższych źródeł mogą okazać się pomocne na każdym etapie planowania i rozwijania kariery.

Staraliśmy się również zidentyfikować interesujące Paulinę zajęcia, dokładnie przyjrzałyśmy się dwóm zawodom: pomoc opiekunki i wizażystka-stylistka. W tym miejscu zaproponowałam ćwiczenie: „Kąg informacji o karierze”.

Ponadto zastanowiłyśmy się nad wpływem i wsparciem na jakie może liczyć Paulina ze strony innych znaczących ludzi. Pomogły nam w tym ćwiczenia: „Networking”, „Kwestionariusz dla znaczących innych” i „Kąg połączeń”. Paulina zrozumiała, że poza wsparciem najbliższego otoczenia, może również skorzystać z pomocy sieci kontaktów zewnętrznych. Zauważyła różnicę między tzw. „znajomościami przez kogoś”, a budowaniem i kontynuowaniem swoich kontaktów i pozytywnych relacji, swojej roli w tych zdarzeniach.

Paulina opowiedziała o osobach i instytucjach, z którymi czuła się powiązana w przeszłości, aktualnie i spróbowała wskazać grupy, które będą być może pomocne w najbliższej przyszłości. Do kontaktów utraconych zaliczyła Dom Dziecka, w którym działała jako wolontariusz, a także przynajmniej w najbliższym czasie kontakty edukacyjno-zawodowe w powiecie ze względu na przeprowadzkę i zbyt dużą odległość od nowego miejsca zamieszkania. Stwierdziła również, że część przyjaźni już się bardzo rozluźniła ze względu na różne zobowiązania i te kontakty również będzie chyba trzeba uznać za utracone. Zastanawia się również nad lekarzem specjalistą z pomocy którego dotychczas korzystała (zastrzyki co dwa tygodnie) i poważnie rozważa możliwość nawiązania nowej relacji już w nowym miejscu. Jest to dla niej istotny aspekt (zaostrenia choroby w poważnym stopniu dezorganizują jej życie codzienne, ale i edukacyjno-zawodowe).

Zwróciła również uwagę na znajomych dziadka, którzy w przypadku „kłopotów” ze znalezieniem wymarzonej pracy zadeklarowali chęć pomocy i mogą się okazać nowym kontaktem i grupą wsparcia.

Podkreśliła, że ona jako osobowość dostrzega w sobie otwartość na innych i na nowości. Stwierdziła również, że zmianie ulegnie również jej świat natury – ze spokojnej sielanki wiejskiej wkroczy w tętniący życiem świat dużego, rozwijającego się miasta. Będzie to stwarzało możliwość tworzenia nowych powiązań.

Jako sferę, która była, jest i będzie niewątpliwym wsparciem przez cały czas wskazuje najbliższą rodzinę i partnera, który wyraża gotowość przeniesienia się do miasta.

W tym miejscu chciałabym podkreślić, że partner Pauli jest obecny w procesie cały czas („fizycznie” – czeka za ścianą i pełni rolę „kierowcy”, z czego żartuje Paulina oraz „duchowo” – występuje bardzo często w opowieściach i każdym aspekcie życia). Dlatego też postanowiłyśmy zaprosić partnera do udziału w spotkaniu z nadzieją, że będzie bardzo ciekawym źródłem wiedzy, ciekawiła nas również jego opinia.

Analiza „Kwestionariusza dla znaczących innych” potwierdziła, że Paulina interesuje się pedagogiką i modą. Partner Pauli na początku rozmowy przejawiał pewne zdenerwowanie. Twierdził, że na pytania, z którymi się zapoznał będzie mógł odpowiedzieć w dwóch zdaniach. Poprosiłam, żeby na chwilę zapomniał o Kwestionariuszu i spróbował opowiedzieć swoimi słowami jaka jest Paula. Jego zdaniem Paula jest bardzo uczuciowa pomimo tego, że często „zgrywa twardą”. Stwierdził, że na nieszczęścia innych zawsze reaguje płaczem i chęcią niesienia pomocy (w tym miejscu opowiada jak reaguje na akcje charytatywne w telewizji). Wspomniął, jak odwoził ją do Domu Dziecka, gdzie była wolontariuszem, żeby mogli dostarczyć zabawki i ubranka. Mówi, że jest uparta, ale najczęściej w pozytywnym tego słowa znaczeniu, czyli jeżeli się zaprze to stara się dokończyć to, co zaczęła lub co sobie umyśliła. Mówi też, że jest otwarta, nie boi się wyzwań i odpowiedzialna, poświęcając danej sprawie 100% uwagi. Kocha dzieci i modę. Opowiada też, że Paula wraca ze stażu bardzo szczęśliwa i potrafi przez pół wieczoru opowiadać o swoich podopiecznych.

7 sesja

Po powitaniu i zwyczajowych pytaniach o samopoczucie i znaczące wydarzenia od naszego ostatniego spotkania oznajmiłam Paulinie, że znowu będziemy wizualizować i rysować. A dokładniej to ona będzie tworzyć swoją wizję Siebie, Otoczenia, Pracy i Przyszłości, czyli to o czym ostatnio nieustannie mówimy, spróbuje przekazać za pomocą obrazu.

Do wykonania ćwiczeń Paulina użyła wielu kolorów kredek, jej dzieła są niezwykle ekspresyjne i barwne. Paulina na każdym kroku podkreśla, że lubi barwy, nie boi się eksperymentować z ubiorem, wyglądem, makijażem, ale podkreśla również, że jest aktualnie na takim etapie swojego życia, który daje jej satysfakcję, jest po prostu szczęśliwa, życie widzi przez „różowe okulary”, dlatego też daje tego odzwierciedlenie używając całej palety barw. Nie ukrywa też faktu, że niektóre kolory są symbolami pewnych zjawisk. Np. żółty jest światłem, daje jej pewność, uspokaja ją, wszystkie zadania wymagające od niej precyzji stara się wykonywać przy mocnym oświetleniu (które w pokoju ma wzmocnione). Czarny i biały jawią się w jej oczach jako symbol elegancji, klasy, prestiżu, dlatego też w takim tonie chciałaby stworzyć gabinet swoich marzeń (Ja w pracująca w idealnym środowisku). Szkoda, że nie można przenieść muzyki na papier, bo to według Pauliny jest ściśle powiązane z barwami. Muzyka relaksacyjna w tle plus przyjaźnie zaprojektowane otoczenie jest synonimem sukcesu, rozwoju, uspokojenia, odprężenia, refleksyjności i zadowolenia.

Rysunki: „Ja i moje otoczenie teraz”, „Ja i moje otoczenie 2-5 lat później”, „Ja i mój czas wolny” oraz „Ja robiąca coś razem z innymi” wyraźnie ukazują jak ważne dla Pauliny są relacje z drugim człowiekiem. Jak ogromną wagę przywiązuje do słowa rodzina i znajomi. Podkreśla, że uwielbia wspólne spotkania, drobne przyjemności i wspólne szukanie rozwiązań zaistniałych problemów. Przewija się w nich również wątek „drogi”. Paulina od razu w tym miejscu zauważa metaforę (nawiasem mówiąc formę, która przypadła jej szczególnie do gustu). Wyjaśnia, że jest świadoma tego, że droga oznacza, że będzie teraz sporą odległość do domu, ale i drogę z wytyczonymi celami do osiągnięcia, czyli drogę kariery życiowej. Chwali ją za tę bardzo cenną uwagę i dostrzeżenie wielu znaczeń. Zwraca również uwagę, że nie potrafi być zbyt długo „sama ze sobą”, woli łądować akumulatory otoczona ludźmi.

Po omówieniu Rysunków postanawiamy jeszcze wykonać ćwiczenie „Ocena kompetencji – lista kontrolna”, która będzie być może pomocna dla Pauliny przy subiektywnej ocenie kompetencji.

8 sesja

Paulina na początku sesji poinformowała mnie, że podjęła już ostateczną decyzję dotyczącą zmiany miejsca zamieszkania przynajmniej do ukończenia nauki w mieście. Zamierza drogą elektroniczną składać dokumenty aplikacyjne w żłobkach, przedszkolach i innych placówkach sprawujących opiekę nad małymi dziećmi. Umożliwi jej to utrzymanie się i opłacenie kosztów nauki. Nie będzie już musiała korzystać z hosteli. Niemniej jednak do momentu podjęcia pracy w Wielkopolsce zamierza skorzystać z ofert pracy na Śląsku. Jest to praca okresowa, ale dzięki niej zdobędzie dodatkowe środki finansowe, nowe umiejętności i zacznie się oswajać z urokami życia na własny rachunek. Jest tym faktem niezwykle podekscytowana i pozytywnie nastawiona na tę nową sytuację.

Wracamy do Życiorysu, który ponownie lekko modyfikujemy.

Po wykonaniu tego zadania poprosiłam Paulinę o podzielenie się ze mną podsumowującą refleksją na temat całego procesu doradczego i zmian jakie zaszły w niej i myśleniu o „sobie” oraz planów na przyszłość. Paulina wielokrotnie powtórzyła, że nie spodziewała się dowiedzieć o sobie tylu nowych rzeczy. Najbardziej cieszy ją fakt, że nie jest już „białą-czystą” kartą bez historii. Mówi, że projekt „otworzył jej oczy na posiadane przez nią umiejętności”. Nie ukrywa, że największe obawy budził w niej brak doświadczenia zawodowego i chyba zbyt niska samoocena (przeświadczenie to dodatkowo potęgowały niesatysfakcjonujące wyniki egzaminu dojrzałości i brak prawa jazdy).

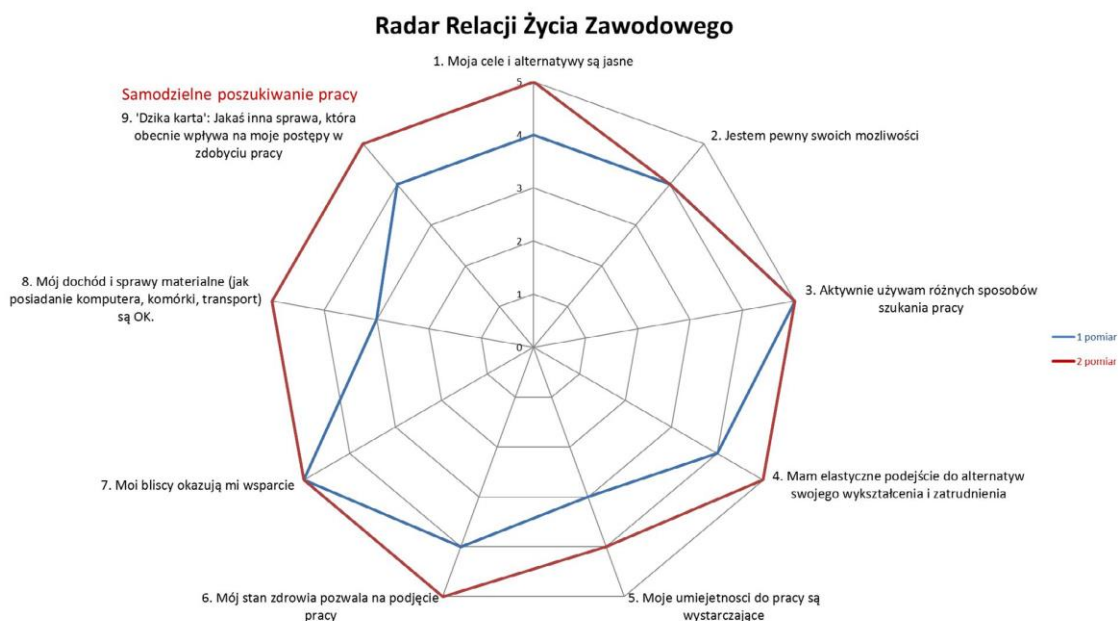
Wykonywanie ćwiczeń, odbycie stażu, wgląd w siebie dał jej „kopa” do działania. W ciągu niecałych sześciu miesięcy wywróciła swoje życie o 180 stopni. Przeprowadziła rozeznanie krajowego rynku ofert pracy i edukacji, podjęła się ukończenia kursu prawa jazdy, odbyła staż, zdecydowała się na podjęcie nowego wyzwania podejmując pracę poza miejscem zamieszkania.

I dokonała tego dziewczyna, która jeszcze w lipcu nie miała ochoty spojrzeć w przyszłość. Podkreśliła, że niezwykle istotny jest fakt, że nabrała wiary we własne możliwości.

W tym momencie uznałam za naturalny powrót do uzupełnienia Ścieżki rozwoju zawodowego i edukacyjnego, w tym głównie skupienie się na Radarze Relacji Życia Zawodowego. Paulina stwierdziła, że w sposób bardzo obrazowy i wyrazisty dostrzega zmiany i podniesienie poziomu wskaźników na skali. W tym miejscu też niezwykle ciepło wyraziła się na temat narzędzi stosowanych podczas wszystkich sesji. Bardzo podobały jej się zajęcia wizualizacyjne. Mówi, że prościej jest dopowiadać po narysowaniu, wyrażać siebie poprzez obraz. Odpowiedzi i opowieści są wtedy ciekawsze i dogłębne.

Pod koniec sesji ja również podzieliłam się z Pauliną moimi spostrzeżeniami i refleksjami na temat naszych spotkań. Podziękowałam Paulinie za zaufanie i za to, że zabrała mnie w niezwykłą wspólną podróż na tym etapie jej życia. Właściwie częściej byłam aktywnym słuchaczem niż doradcą. Wspólnie próbowałyśmy wykreować nową rzeczywistość i bardzo cenne doświadczenia. Podkreśliłam, że ja też zdobyłam wiele pozytywnych, świeżych inspiracji, co dla osoby w moim wieku jest niezwykle cenne. Powiedziałam Paulinie, że może będzie lepiej dla nas obu, że wyjeżdża, że pozwoli to dosłownie i w przenośni przeciąć pępowinę i stanąć na własnych nogach przed nowymi wyzwaniem. Paulina zażartowała, że niekoniecznie tak musi się stać, i w tym momencie przypomniała, że są jeszcze inne formy komunikacji (bardzo lubiane przez młodzież czyli smartfon i e-mail, i że tak łatwo się jej nie pozbędę; czyli nie stanę się kontaktem utraconym). Przez cały proces humor był niezwykle cennym narzędziem naszych spotkań, dlatego też pomimo żalu, że to już koniec naszej drogi potrafiłyśmy żartować („śmiać się przez łzy”). Zapewniłam Paulinę, że zawsze jeżeli będzie czuła taką potrzebę może się ze mną skontaktować, proces będzie trwał, pomimo zakończenia pewnego etapu. I tak przecież jest w życiu, zamykamy za sobą jedne drzwi, by móc otworzyć inne, tworzymy własny dom, ale z sentymentem powracamy zawsze do korzeni. I tak właśnie chciałabym potraktować naszą znajomość, jako pewien etap zakończony ramami czasowymi, ale pomimo wszystko zostawiając uchylone drzwi w przyszłość.

Miałam dla Pauliny jeszcze jedną niespodziankę, którą trzymałam w tajemnicy do końca spotkania. Było to zamykanie procesu, w którym chciała uczestniczyć również Dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy, która bardzo entuzjastycznie podchodziła do wszystkich etapów realizacji Projektu. Podziękowała Paulinie za chęć udziału i wolę jego zakończenia przekazując drobną pamiątkę.



Studium przypadku: Ewa

O Ewie dowiedziałem się od znajomej z pracy w innym projekcie. Gdy owa znajoma dowiedziała się o takiej nowej metodzie od razu pomyślała, że jej znajoma będzie zainteresowana. Z otrzymanych informacji wynikało, iż Ewa jest młodą ok. 30-letnią dziewczyną, która pracowała w organizacjach pożytku publicznego, NGO'sach, oraz przy realizacji projektów badawczych, statystycznych. Ponadto znajoma powiedziała, iż obecnie Ewa z całą pewnością jest osobą bezrobotną, gdyż brała udział w programie specjalnym PUP. Otrzymałem numer telefonu do Ewy. Podczas pierwszej rozmowy telefonicznej przedstawiłem się i pokrótce przedstawiłem założenia projektu. Umówiłem się z Ewą, że może sobie wszystko przemyśleć i że da mi odpowiedź o zainteresowaniu udziałem do końca tygodnia (do 4 dni). Gdy Ewa oddzwoniła, ustaliłem z nią termin i miejsce pierwszego spotkania.

1 sesja

Miejsce spotkania było wspólnie ustalone z Ewą (z racji łatwości dotarcia Ewy) – kręgielnia. Mieliśmy oboje pewność, iż o wczesnej porze nikogo tam nie będzie z wyjątkiem obsługi, i będziemy mieli możliwość i komfort pracy. Ewa na pierwszą sesję przyszła kilka minut spóźniona, za co przeprosiła i wytłumaczyła, iż spóźnienie wynikało z przedłużonej wizyty w urzędzie miasta.

Spotkanie rozpocząłem od przedstawienia swojej osoby, oraz pytania czy Ewa wie, co będziemy tutaj robić i jak będzie przebiegać proces. Ewa odpowiedziała, iż nie wie dokładnie (z wyjątkiem zarysu podanego przeze mnie podczas rozmowy telefonicznej). Ponadto Ewa powiedziała, iż jest pozytywnie nastawiona i ciekawa, co będziemy robić i gotowa do działania. Następnie przedstawiłem założenia projektu, oraz powiedziałem jak będą wyglądały spotkania, ustaliłem z Ewą formy kontaktu, zasady obowiązujące na sesji oraz wymogi formalne związane z niezbędnymi dokumentami i formularzami, które będę wypełniał po i na każdej sesji. Zapytałem czy do tej części Ewa ma jakieś pytania, Ewa odparła, iż nie i że wszystko jest zrozumiałe.

Przechodząc do aktywnej pracy na pierwszej sesji, zapytałem Ewę, czy miała już kiedyś kontakt z doradcą zawodowym, jak go wspomina i poprosiłem, aby pokrótce opowiedziała swoje odczucia nt. kontaktów doradczych. Ewa opowiedziała, że miała kontakt zarówno w urzędzie pracy jak i w programie specjalnym z doradcą zawodowym. O ile w urzędzie pracy były to krótkie, formalne spotkania, bardziej odnotowujące tylko fakt stawiennictwa Ewy w urzędzie, o tyle w programie specjalnym doradca poświęcił jej znacznie więcej czasu, powiedział informację nt rynku pracy, metod poszukiwania pracy oraz przeanalizował dokumenty aplikacyjne Ewy. Ewa była umiarkowanie zadowolona z w/w spotkań. Następnie przekazałem Ewie, iż metoda, którą będziemy pracować jest innowacyjna, opiera się w dużej mierze na autoanalizie i patrzeniu na życie zawodowe w szerszej perspektywie niż w doradztwie, które do tej pory poznała.

Zapytałem o oczekiwania, dotyczące udziału w projekcie. Ewa powiedziała, iż z pewnością chce powrócić na rynek pracy i że jest przekonana, iż dzięki udziałowi w projekcie, a w szczególności stażowi ma szansę cel zrealizować. Zdecydowanie podoba się Ewie fakt, iż ma ona realny wpływ na wybór potencjalnego pracodawcy (realizatora stażu), gdyż do tej pory w swoich doświadczeniach ze stażami organizowanymi przez PUP była stawiana przed faktem dokonany, bez realnej możliwości wyboru. Ponadto Ewa powiedziała, iż jest ciekawa także samego procesu poradnictwa, gdyż wierzy że odkryje nowe obszary zawodowe, w których będzie mogła się realizować.

Następnie Ewa opowiedziała mi nieco o sobie, o swojej sytuacji zawodowej, o minionych doświadczeniach zawodowych, pracach i aktywnościach, które podejmowała. Z uzyskanych informacji wynikało, iż Ewa bardzo lubi pracę w organizacjach pozarządowych,

lokalnych fundacjach czy inicjatywach działania. Bardzo dobrze czuje się w działaniach niesablonowych, społecznych, dotyczących spraw społeczności lokalnych, dających Ewie z jednej strony swobodę działania, z drugiej bazujących na dużym zaufaniu i współpracy z innymi instytucjami, ludźmi, etc. W trakcie prezentacji dopytywałem Ewy co takiego podoba jej się w pracy w ngo'sach. Odparła, że może swobodnie działać z i na rzecz lokalnych inicjatyw, realizować własne pomysły i projekty oraz widzi efekty swej pracy. Po podsumowaniu historii zawodowej Ewy, poprosiłem Ją o krótką wizualizację gdzie widzi się zawodowo w najbliższej przyszłości. Ewa po namyśle powiedziała, iż widzi się zawodowo w pracy na rzecz fundacji, stowarzyszeń lokalnych, pracy na rzecz tzw. 3 sektora, czyli chciałaby powrócić do zajęć sprzed okresu rejestracji.

Jako zadanie domowe, poprosiłem o dokonanie analizy fundacji i stowarzyszeń, które będą w orbicie zainteresowań zawodowych Ewy, i aby spróbowała znaleźć kontakt do wybranych organizacji.

Na zakończenie poprosiłem Ewę o odpowiedź na pytanie o odczucia nt dzisiejszej sesji, co dało jej dzisiejsze spotkanie. Powiedziała, iż jest to dla niej mile, efektywnie spędzony czas. Podsumowała sobie w głowie swoje dotychczasowe działania i wstępnie poukładała plany na przyszłość. Na zakończenie ustaliliśmy termin kolejnej sesji.

Moje wnioski: Ewa dość niepewnie z początku przystąpiła do sesji, mogło to być spowodowane faktem, iż się spóźniła oraz tym że była nieco zaskoczona formą spotkań. W ciągu sesji wyraźnie zauważyłem iż Ewa się wyluzowała i powoli otwierała się coraz bardziej. Spotkanie zakończyła wyraźnie zadowolona, z ciekawością następnych spotkań.

2 sesja

Przed rozpoczęciem sesji, Ewa zadzwoniła i uprzedziła, iż z powodu wizyty u dentysty musi przenieść wizytę o 1 godzinę. Po rozpoczęciu sesji zapytałem o jej samopoczucie i gdy otrzymałem potwierdzenie że wszystko jest ok., zaczęliśmy pracę.

Na rozpoczęcie pracy zapytałem Ewę, czy do poprzedniego spotkania ma jakieś pytania, refleksje. Ewa podzieliła się ze mną, iż analizowała w głowie poprzednie spotkanie i dużo wniosków dotyczących swoich planów jej się pojawiło. Zdecydowanie utwierdziła się w przekonaniu, iż chce pracować w 3 sektorze na rzecz lokalnych społeczności. Ponadto podzieliła się informacją, iż wykonała zadanie domowe i wybrała 3 organizacje, w których będzie starała się o zorganizowanie stażu w ramach projektu.

Następnie poprosiłem o wykonanie ćwiczenia „Radar Relacji Życia Zawodowego”. Ewa chętnie wykonała ćwiczenie, po jego zakończeniu wspólnie omówiliśmy poszczególne elementy Radaru. Dopytywałem Ewę o wartości, które nadała poszczególnym elementom radaru oraz o to, czym podyktowana jest taka wartość liczbowa. Poprosiłem Ewę, aby zabrała ze sobą radar do domu i spokojnie w wolnej chwili wróciła do jego analizy.

Drugim ćwiczeniem jakie zaproponowałem w tej sesji jest oś czasu. Poprosiłem Ewę, aby spróbowała wyobrazić sobie gdzie będzie życiowo i zawodowo za 5 lat. Prosiłem aby w trakcie ćwiczenia pomyślała dokładnie ze szczegółami o swojej 5 letniej perspektywie, z uwzględnieniem zasobów oraz deficytów do nadrobienia. Po dłuższej chwili zastanowienia Ewa opowiedziała, że za 5 lat widzi się w pracy w jednej z regionalnych organizacji pozarządowych, realizując projekty międzynarodowe, szczególnie dotyczące funduszy zewnętrznych skandynawskich. Ponadto zmieni miejsce zamieszkania na Katowice. W perspektywie 5 lat Ewa chciałaby także rozwinąć swoje umiejętności językowe oraz rozwijać swoje hobby (rękodzieło). W trakcie jej wypowiedzi wzmacniałem Ewę w jej pomysłach, poprzez pytania dookreślające Ewa mogła doprecyzować swój plan i uświadomiła sobie jakie poszczególne etapy musi podjąć, aby plan udało jej się zrealizować. W podsumowaniu Ewa powiedziała, iż mimo początkowych oporów (związanych z małą ufnością w skuteczną realizację planu), ćwiczenie wprowadziło ją w doskonały nastrój, a pytania dookreślające pozwoliły jej uwierzyć, że plan ten ma realną szansę na powodzenie.

Poinstruowałem Ewę, iż każdy plan jest realny pod warunkiem, iż będzie miał on w sobie element realności, ambicji, terminowości. W ten sposób Ewa poznała metodą budowania celów SMART, która bardzo jej się spodobała. Ponadto jako doradca przekazałem Ewie informację wzmacniającą i motywującą dotyczącą planu.

Jako zadanie domowe, Ewa miała poszukać szkoleń, które mogą przyspieszyć realizację jej celu (zarządzanie projektami, kursy językowe) oraz skontaktować się z wybranymi przez siebie organizacjami w celu organizacji stażu.

Na zakończenie sesji zapytałem Ewy czy jest coś co chciałaby poruszyć i czy wszystko do tej pory jest jasne? Ewa nie miała żadnych pytań. Podzieliła się, że jest pozytywnie zaskoczona formą spotkań oraz że z pewnością znowu po sesji będzie dużo myśleć i analizować. Powiedziała także, iż będzie jeszcze analizować sobie w domowym zaciszu radar. Termin następnej sesji ustaliliśmy że potwierdzimy telefonami.

Moje wnioski: Ewa była dziś dużo bardziej spokojna, zdecydowanie oba ćwiczenia zmusiły ją do głębokiej refleksji, jednak wykonała je chętnie i jak sama stwierdziła dużo jej pokazały. Pomimo początkowemu sceptycyzmowi, wykonała ćwiczenie oś czasu i była pozytywnie zaskoczona.

3 sesja

Na kolejną sesję Ewa przybyła o czasie. Wprawdzie była lekko przeziębiona, i nie wykluczała nawet przeniesienia spotkania, jednak finalnie przyszła i również z tego sama była zadowolona. Ponadto od samego początku od Ewy wyczuć można była dobrą energię, chęć do aktywnego działania. Na początku sesji zapytałem jak zawsze o refleksje z poprzedniego spotkania. Ewa powiedziała, że jeszcze długo po zakończeniu spotkania analizowała w głowie bądź bezpośrednio nad kartką z radarem. Ponadto powiedziała z radością, że poczyniła pierwsze kroki do realizacji nakreślonego na poprzedniej sesji planu, gdyż rozpoczęła online kurs języka norweskiego. Pogratulowałem jej rozpoczęcia kursu i samej decyzji oraz wzmocniłem pozytywny nastrój poprzez kilkukrotne podkreślenie jak wiele zrobiła rzeczy dla siebie od ostatniego spotkania. Ponadto Ewa powiedziała, iż kontaktowała się z dwoma z trzech wybranych miejsc stażowych. Z jednym jest umówiona na spotkanie w dniu następnym, a druga organizacja oznajmiła, że w tym momencie nie będą w stanie zapewnić Ewie zadań zawodowych oraz warunków rozwoju.

Po części podsumowującej poprzednie spotkanie, zaproponowałem ćwiczenie „20 czynności, które lubię robić”. Poprosiłem aby Ewa spokojnie pomyślała o rzeczach, czynnościach które lubi robić, które dają jej satysfakcję. Podkreśliłem, aby spojrzała nie tylko od strony zawodowej, ale bardzo szeroko i skupiła się na pozytywnych wyobrażeniach i własnych odczuciach. Ewa bardzo ochoczo wzięła się do wykonania ćwiczenia i pierwsze 8-10 czynności nie sprawiło jej problemów, jednak im więcej analizowała, tym coraz trudniej było jej doszukać się czynności, które sprawiają jej satysfakcję. Uspokoilem Ewę, aby się nie denerwowała, tylko spokojnie i z dużą dozą pozytywnych odczuć pomyślała co lubi robić, że nie ma tu tzw. „głupich, błahych czynności” bo wszystkie są ważne, bo są ważne dla niej samej oraz że nikt nie będzie oceniał podanych czynności. Po tej informacji wspierającej Ewa rozpromieniała i kontynuowała ćwiczenie. Gdy uznała że je wykonała, oznajmiła koniec, nawet mimo faktu nie wypisania 20 cech. Ewa powiedziała, że na ten moment to tyle, ale z pewnością w domu coś jeszcze dopisze.

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - kodziszto
sem, span, fin, miej. - nauka języków obcych
sem, zapl, fin, miej. - research
sem, zapl, brak, miej. - czytanie książek
sem, zapl, fin, ruch - czytanie, zdobywanie wiedzy,
informacji
sem, zapl, brak, miej. - muzyka
sem, span, brak, miej. - cisza
sem, span, brak, miej. - Sudoku itp.
sem, zapl, fin, miej. - poszukiwanie wiedzy nt.
odrywanie
sem, zapl, brak, miej. - roleplay
z kims, zapl, brak, ruch - fotografia (zwłaszcza miejska)
sem, span, brak, ^{ruch} wiatr | <ul style="list-style-type: none"> - spędzanie czasu
ze znajomymi
z kims, zapl, fin, miej. - herbatę
sem, span, fin, miej. - wieczernosc
sem, span, brak, miej. - tematyka społ. kult
(informacje, książki itp.)
sem, zapl, brak, miej. - spacer
z kims, zapl, brak, ruch - koncerty muzyczne
z kims, zapl, fin, ruch - puzzle
sem, zapl, fin, stat. - filmy, festiwale filmowe
z kims, zapl, fin, stat. - matematyka
sem, zapl, brak, stat. - góry
z kims, zapl, fin, ruch - tenis
sem, zapl, fin, ruch - czterolistne komuny |
|--|--|

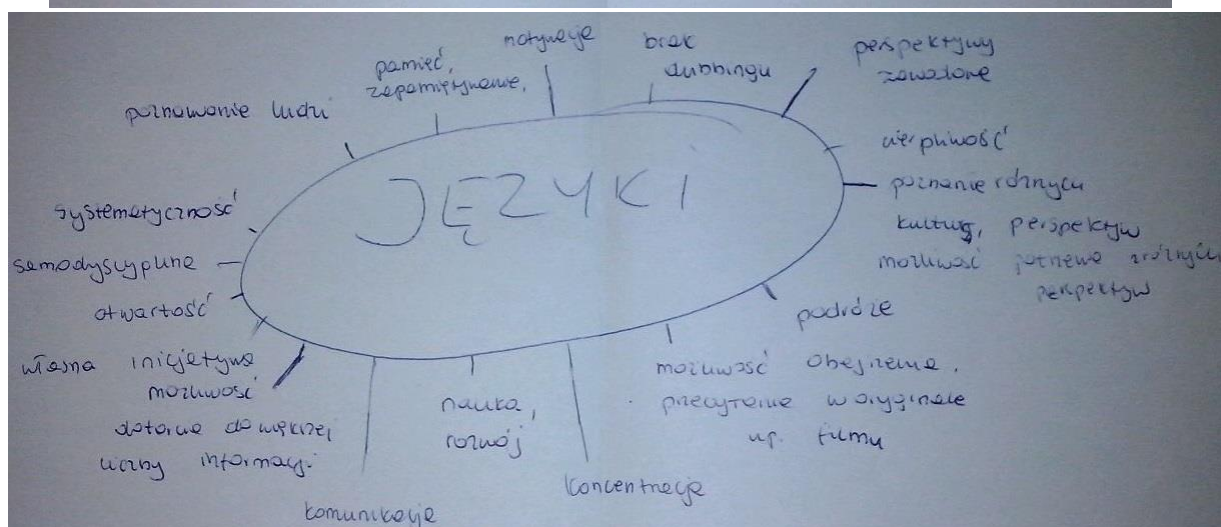
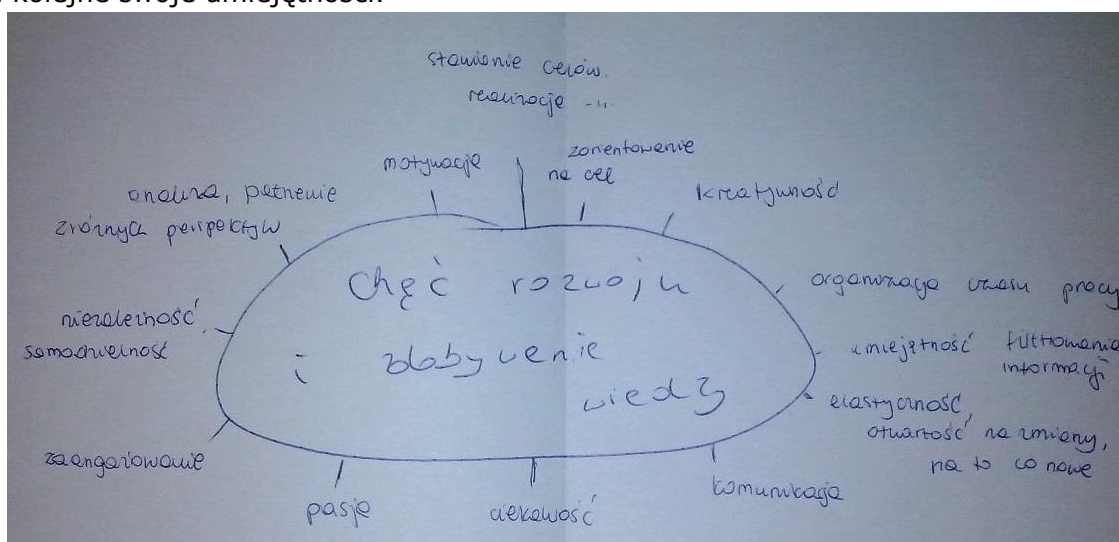
Następnie poprosiłem Ewę, aby pokrótce opisała, bardziej zobrazowała te czynności, co było potrzebne mi jako doradcy aby lepiej zrozumieć, poczuć pozytywne odczucia przy wykonywaniu czynności przez Ewę. W drugiej części poprosiłem, aby Ewa razem ze mną dokonała analizy wymienionych czynności pod kątem: kosztowy-bez kosztowy, samodzielnie -z zespołem, w budynku-w terenie. Ćwiczenie dookreślające pokazało Ewie perspektywy atrybutów pracy, które są dla niej istotne i w której dobrze się czuje. Na zakończenie zapytałem o komentarz do sesji i czy wszystko jest jasne? Ewa podzieliła się, że wychodzi dziś z dużym zadowoleniem, i mega pozytywną energią. Powiedziałem Ewie, że bardzo się cieszę z dzisiejszego dnia, z pracy którą wykonała i trzymam kciuki przed jutrzejszą rozmową.

Moje wnioski: Ewa dziś była bardzo mocno zmotywowana do pracy, mimo początkowych obaw zdrowotnych i kondycyjnych – w trakcie sesji ani raz nie wykazywała problemów zdrowotnych. Była mocno skupiona na pracy i swoją energią zaraziła także i mnie.

4 sesja

Sesję rozpoczęła Ewa od pochwalenia się, iż nadal kontynuuje naukę języka, oraz iż dużo myślała o poprzednim spotkaniu, skupiła się na rzeczach i czynnościach ulubionych, zaczęła dostrzegać powoli zmiany nastawienia w sobie i poszukiwała również innych szkoleń finansowanych z EFS. Od samego początku sesji Ewa emanowała energią. Przypomniałem Ewie, co do tej pory zrobiliśmy wspólnie i podzieliłem się z Nią krótką refleksją nt moich obserwacji.

Następnie poprosiłem Ewę, abyśmy wrócili do zadania z sesji 3 i aby wybrała z 20 cech 2, ja natomiast wybrałem jedną. Poprosiłem aby Ewa na każdej kartce osobno napisała tę czynność wybraną i wykonała ćwiczenie „krąg mocnych stron”. Wyjaśniłem aby wypisała wszystkie mocne strony, umiejętności, kompetencje, które wykorzystuje do realizacji danej czynności. Ewa mocno skupiła się na wykonaniu ćwiczenia. Po przedstawieniu Ewy, odpowiedziałem jeszcze kilka innych umiejętności szczegółowych, które z pewnością wykorzystuje. Podkreśliłem także, aby Ewa wykonując kolejne kręgi bardzo szczegółowo, z najdrobniejszymi detalami skupiła się na wykorzystywanych przez siebie umiejętnościach. Ewa przystąpiła do zadania i z dużą radością odkrywała kolejne swoje umiejętności.



Po zakończeniu ćwiczenia, powiedziałem Ewie, aby w wolnej chwili do kolejnych czynności wypisała umiejętności wykorzystywane. Powiedziałem także, iż to ćwiczenie po

pierwsze ma jej uświadomić ogrom zasobów które posiada, po drugie pomoże jej zarówno w poszukiwaniu pracy oraz w prezentacji swojej osoby. Ćwiczenie te kosztowało Ewę dużo energii i pod koniec spotkania wyraźnie była zmęczona. Ustaliliśmy iż termin kolejnego spotkania ustalimy telefonicznie.

Moje wnioski: Dziś Ewa wykonała dużo pracy nad analizą swoich umiejętności. Dzięki moim podpowiedziom dotyczącym szczegółowych umiejętności Ewa uświadomiła sobie jak wiele posiada zasobów, o których zapomniała bądź nie wiedziała. Dodatkowo samo ćwiczenie jest dla Ewy wzmocnieniem pozytywnym i motywatorem do działania.

5 sesja

Sesję zaczęliśmy od pytania jak minął Ewie czas od poprzedniego spotkania. Ewa wykonała niemal do wszystkich czynności ćwiczenie „krąg mocnych stron”, a także do tych wykonanych na sesji dopisała kolejne swoje umiejętności. Podzieliła się dygresją, iż nie była nawet świadoma swojej kreatywności i posiadanych zasobów. W dalszej części zaproponowałem ćwiczenie „Mapa przestrzeni życiowej”, aby Ewa uświadomiła sobie rolę, jakie pełni w swoim życiu, co koreluje najbardziej przy wyborach Ewy. Ćwiczenie te zajęło sporo czasu, i z końcem sesji Ewa powiedziała, że na ten moment tyle, gdyż czuje się już zmęczona. Powiedziała że popracuje dalej w domu. Ewa podzieliła się na podsumowaniu sesji, że bardzo trudne było to ćwiczenie, odnosi wrażenie iż kosztowało ją najwięcej wysiłku ze wszystkich ćwiczeń. Powiedziała że dokończy w domu, i z pewnością będzie najbliższy czas myśleć nad tym zadaniem/ćwiczeniem. Podziękowałem Ewie za dzisiejszy dzień, zarówno za spore zaskoczenie i jej sukces w odkrywaniu swojego potencjału i posiadanych zasobów w dalszym rozwoju ćwiczenia kręgu mocnych stron, jak i za podjęcie wyzwania i analizę przy ćwiczeniu mapy przestrzeni życiowej. Powiedziałem również Ewie, aby bardzo spokojnie i nie na siłę podeszła do tego ćwiczenia, gdyż wtedy z pewnością z większą łatwością i energią przystąpi do zadania.

Moje wnioski: Ewa weszła w sesję z ogromną energią, nastrojem, radością. Od samego początku biła od niej mega duża dawka energii. Ćwiczenie mapy przestrzeni życiowej, można powiedzieć iż rozbiło fizycznie Ewę. Bardzo była zaangażowana w to ćwiczenie i widać było z jak ogromnym skupieniem to robi. Na koniec sesji wyraźnie dało się odczuć brak energii, tak jakby ktoś odłączył Ewie zasilanie. Dla mnie to był dowód ogromnego wysiłku jaki włożyła w ćwiczenie.

6 sesja

Ewa przybyła nieco spóźniona, gdyż musiała załatwić kilka spraw na pocztę. Przeprasiła za spóźnienie i stwierdziła, iż jest gotowa do pracy. Zaczęliśmy sesję od refleksji Ewy nt stażu, ludzi których spotyka i z którymi pracuje. Ewa podkreślała, że bardzo jej się podoba atmosfera w organizacji. Docenia dużą swobodę oraz samodzielność jaką jej dają przełożeni i cieszy się z możliwości rozwoju. Następnie przeszliśmy do analizy poprzedniej sesji i ćwiczenia mapy przestrzeni życiowej. Ewa podzieliła się swoimi spostrzeżeniami oraz opowiedziała, iż nawet nie zdawała sobie do końca sprawy, jak wiele ról posiada i jak one realnie wpływają na jej zawodowe i pozazawodowe wybory. Sesję zakończyliśmy z dużym spokojem. Ewa powiedziała, że dobrze że mogła się w spokoju i w domowym zaciszu skupić na zadaniu... było jej to potrzebne.

Moje wnioski: Ewa bardzo się rozpromienia, gdy mówi o stażu i czynnościach na stażu. Widać iż wybór stażu (ngo) jak i społeczny charakter Ewy idealnie współgrają. Odczułem nawet wdzięczność Ewy za udział w projekcie i możliwość stażu.

7 sesja

Sesję rozpocząłem od pytania Ewy o nastrój i o to, co słyhać na stażu. Wiedziałem, że rozmowa o stażu z pewnością nastroi Ewę doskonałą energią. Ewa oczywiście podzieliła się chętnie wszystkim nowym na stażu oraz powiedziała, iż nawet nie spodziewała się jak wiele

nowych rzeczy może się tam uczyć. Bardzo odpowiadają jej relacje jakie ma w pracy, duża swoboda i brak formalizmu. Następnie zaproponowałem udział w ćwiczeniu z użyciem kart metafor. Ewa wyciągnęła 3 karty i zaczęliśmy rozmawiać nt metafor i skojarzeń. Ewie bardzo podobało się to ćwiczenie, przyznała nawet, iż nie sądziła że karty z opisem czy zdjęcia i obrazy, mogą tak wiele jej dawać informacji o sobie etc. Powiedziałem Ewie, że tego typu ćwiczenie, może z czystym sumieniem wykonywać sobie w domu w różnych sytuacjach życiowych, z pewnością dla Niej, jako osoby o duszy artystycznej, obrazy będą idealnym narzędziem do analizy.

Jako zadanie domowe, prosiłem Ewę, aby pomyślała i przeanalizowała sobie cały czas udziału w projekcie, żeby spisała sobie wnioski z sesji, przypomniawszy sobie, co do tej pory robiliśmy.

Moje wnioski: Myślę że zarówno ja, jak i Ewa mamy świadomość minionego i mijającego czasu. Wiemy oboje, że nasze wspólne sesje zmierzają ku końcowi i że nadchodzi czas „rozstania” w ramach sesji doradczych. Ewa cieszy się czasem spędzanym na stażu i czuje się tam dobrze. Prawdopodobnie uda się jej dostać umowę w organizacji, w której pracuje i z tego faktu bardzo się cieszy.

8 sesja

Od początku chciałem, aby ta sesja była nieco bardziej uroczysta, można powiedzieć inna, specyficzna. Ewa przybyła punktualnie, ja przygotowałem na to spotkanie ciastko i herbatę, aby bardziej podkreślić wartość tej chwili i tej ostatniej sesji.

Poprosiłem Ewę, aby podzieliła się refleksją nt projektu, stażu oraz podsumowała ze swojej strony sesje doradcze. Ewa podkreśliła, iż z optymizmem podchodziła do udziału w projekcie ale także, z pewną nutą niepewności (szczególnie tego co będzie się działo na sesjach). Uważa, iż udział w projekcie był świetnym wyborem i wiele jej dał. Oprócz stażu, który najpewniej zaowocuje dalszą współpracą (na co Ewa bardzo się cieszy), Ewa cieszy się z mnóstwa kontaktów w pracy oraz dużej wiedzy z obszaru projektów które tam nabyła. Odnośnie sesji Ewa podsumowała je każdą z osobna, jak i wszystkie w sumie jako cały proces. W trakcie jej wypowiedzi podkreśliła jak wiele czasu i energii kosztowały ją niektóre ćwiczenia. Przyznała, iż tak jak mówiłem spora praca działa się w jej głowie i sercu, po sesji i między sesjami. Sporo czasu ćwiczenia i wnioski pracowały w jej głowie i nadal odkrywa wiele pozytywów. Cały proces podsumowała w wielu pozytywnych, ciepłych słowach dotyczących samej metody i indywidualnego podejścia, powiedziała że z pewnością będzie mówić znajomym o takiej metodzie i będzie ich zachęcać do udziału w kolejnych edycjach projektu. Ewa powiedziała także, iż same sesje były z każdym razem odkrywcze dla niej i wielokrotnie ją zaskakiwały proponowane ćwiczenia (na pozór nie mające nic wspólnego z klasycznym doradztwem). Cały czas ostatnich tygodni i miesięcy był dla Ewy czasem pozytywnym, obfitującym w pozytywne doświadczenia i odkrycia. Ponadto Ewa jest przekonana, że owoce tychże spotkań będzie odkrywać jeszcze przez dłuższy czas.

Ja również podzieliłem się kilkoma refleksjami nt tematu procesu doradztwa. Pogratulowałem Ewie całego czasu spędzonego na sesjach i między nimi oraz tego, iż sama zauważyła zmiany w sobie, odkrywała swoje zasoby. Powiedziałem Ewie także, iż czas spędzony na sesjach był również dla mnie dużym, pozytywnym doświadczeniem zawodowym oraz przyjemnością. Podziękowałem za czas spędzony wspólnie na aktywnej pracy. Pogratulowałem raz jeszcze Ewie sukcesów, tych małych i dużych, oraz zachęciłem, iż do wielu ćwiczeń może wracać, a nawet warto żeby wróciła za jakiś czas. Mimo, iż proces doradztwa w tej chwili właśnie się kończy, to z pewnością będziemy z Ewą w kontakcie.

Studium przypadku: Joanna

Po raz pierwszy spotkałam się z Panią Joanną na początku września, kiedy to została ona do mnie skierowana przez doradcę klienta w urzędzie pracy, w celu uzyskania informacji na temat możliwości udziału w projekcie „Przestrzeń rozwoju! Adaptacja metody zintegrowanego doradztwa rozwoju kariery dla młodzieży”. Zapoznałam wówczas moją rozmówczynię z ogólnymi założeniami projektu, a ona z dużym entuzjazmem zadeklarowała chęć udziału w proponowanej formie pomocy.

Podczas tego naszego pierwszego (nie projektowego jeszcze) spotkania P. Asia z ochotą opowiedziała mi o swojej dotychczasowej drodze zawodowej, w szczególności, że legitymuje się wykształceniem gimnazjalnym, posiada doświadczenie zawodowe na stanowiskach kasjera handlowego oraz pracownika rozkładającego towar na półkach, że jest osobą pozostającą bez zatrudnienia od początku roku. Wspomniała też o swojej skomplikowanej sytuacji życiowej, o trudach, jakie podejmuje każdego dnia wychowując chorą córkę i prowadząc gospodarstwo domowe z uzależnionym od alkoholu partnerem.

Kilka dni po naszym spotkaniu skontaktowałam się z P. Asią telefonicznie, poinformowałam ją, że została zakwalifikowana do udziału w projekcie i ustaliłyśmy wspólnie termin pierwszej sesji doradczej.

1 sesja

Na pierwszą sesję poradniczą P. Asia zgłosiła się punktualnie w wyznaczonym czasie i miejscu. Przywitałyśmy się i razem przeszłyśmy do pokoju, który został przygotowany specjalnie dla potrzeb odbywania sesji poradniczych w ramach projektu. Na wstępie ustaliłyśmy zasady realizacji poszczególnych sesji doradczych, poinformowałam P. Asię o wymogach formalnych projektu (w szczególności o konieczności dokumentowania odbytych sesji). Następnie zapytałam czy wie, czym zajmuje się doradca zawodowy i czy miała już jakiegokolwiek kontakt z doradcą zawodowym. Moja rozmówczyni na oba pytania odpowiedziała przecząco, ja z tego krótkiego komunikatu werbalnego, jak i pozostałych niewerbalnych wyczytałam, że P. Asia ma pewne obawy co do „tego” doradcy zawodowego. Uznając za konieczne uspokojenie mojej rozmówczyni powiedziałam jej kilka najważniejszych kwestii dotyczących poradnictwa zawodowego, jak również zakresu zadań doradcy zawodowego. Uspokojona, ale również zadowolona P. Asia „odetchnęła z ulgą” i zadeklarowała pełną gotowość do realizowania zadań pierwszej sesji.

Następnie przedstawiłam P. Asi główne założenia metody N. E. Amundsona, czyli metody, którą będziemy wykorzystywać podczas cyklu naszych spotkań doradczych, do czego odniosła się z dużym zaintrygowaniem. Następnie zapytałam uczestniczkę projektu o jej oczekiwania w odniesieniu do proponowanych sesji doradczych, jak również do całego projektu. Dowiedziałam się, że oczekiwania uczestniczki projektu, jeśli chodzi o sesje doradcze, to przede wszystkim możliwość uzyskania wiedzy na temat własnych predyspozycji zawodowych oraz podniesienie poziomu jej własnej motywacji do działania. Jeśli chodzi o oczekiwania P. Asi do całości projektu to wskazała ona przede wszystkim na możliwość odbycia stażu, w którego poszukiwaniu może jej pomóc doradca zawodowy, a w konsekwencji zmianę swojej obecnej sytuacji zawodowej oraz życiowej. Moja rozmówczyni poinformowała również, że odbycie stażu, przebywanie „wśród ludzi”, możliwość nabycia kolejnego doświadczenia zawodowego oraz uzyskanie własnego dochodu to na obecnym etapie jej życia elementy niezwykle istotne.

W dalszej części naszej pierwszej sesji doradczej poprosiłam P. Asię o uzupełnienie Radaru Relacji Życia Zawodowego – zrobiła to bez trudu. Poinformowałam ją również, że ten sam formularz (Radar) będzie wypełniała jeszcze dwukrotnie – w środku oraz na zakończenie udziału w procesie poradnictwa. Następnie zaproponowałam wykonanie ćwiczenia pod nazwą „Ważne zadanie (wyzwanie)”. Polegało ono na opisaniu przez uczestniczkę takiego zadania

(wyzwania), które miała do zrealizowania, a które udało jej się wykonać, i z wykonania którego czuła duże zadowolenie. W czasie, gdy P. Asia opowiadała o wyzwaniu, ja notowałam jakie mogły być potencjalne zainteresowania, wartości, umiejętności i postawy mojej uczestniczki projektu. Kolejnym etapem zadania była konfrontacja zaobserwowanych przez mnie spostrzeżeń z opinią P. Asi. Wspólnie wypracowane spostrzeżenia zostały zebrane na formularzu „Ważne zadanie (wyzwanie)”.

Na końcowym etapie naszej pierwszej sesji doradczej obie z P. Asią starałyśmy się podsumować i wymienić spostrzeżeniami na temat odbytej sesji. Pani Asia zadeklarowała, że z ciekawością oczekiwać będzie każdego kolejnego spotkania, podkreśliła, że bardzo zaskoczyła ją sytuacja, gdzie przyszła do urzędu i została potraktowana w sposób inny niż do tej pory, a mianowicie została sam na sam z doradcą zawodowym (urzędnikiem), w sprzyjających okolicznościach (osobne pomieszczenia), w przyjaznej atmosferze, bez poczucia presji czasu. Podczas pierwszej sesji doradczej wspólnie – ja i P. Asia – nawiązałyśmy „nić porozumienia” niezbędną do dalszej realizacji procesu doradczego.

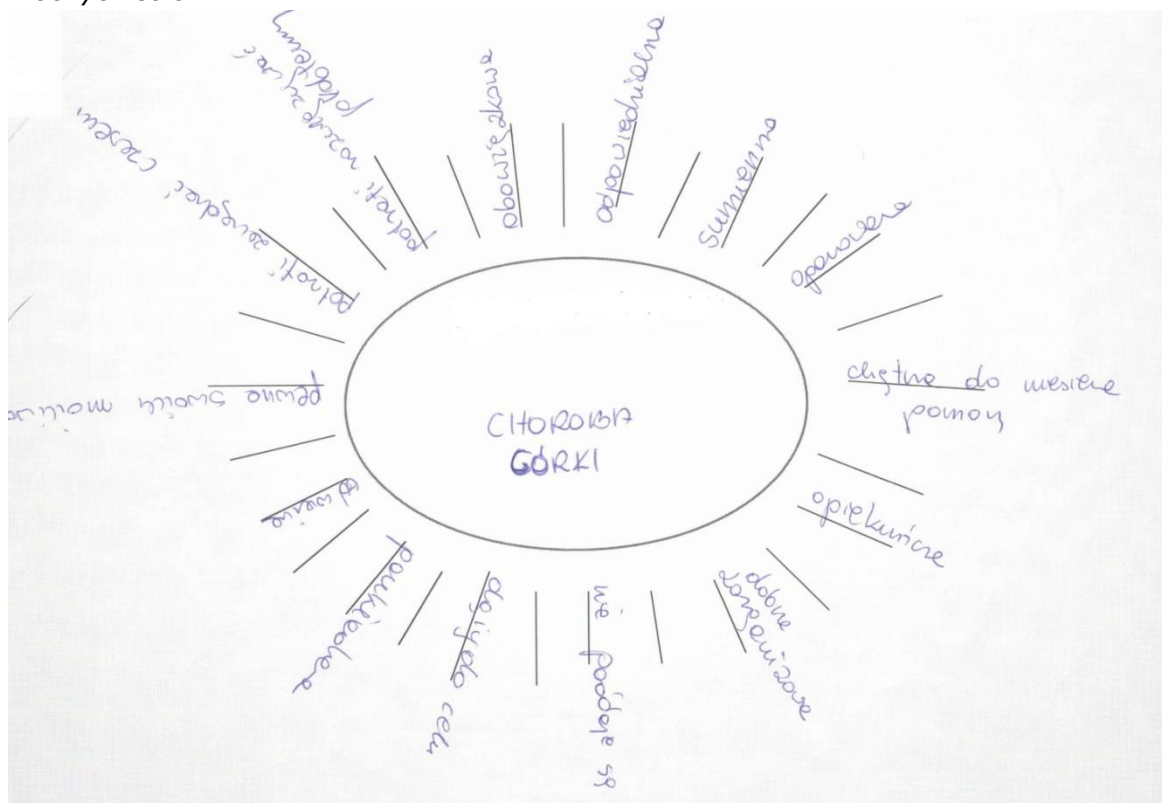
Na sam koniec naszego pierwszego projektowego spotkania zaproponowałam mojej uczestniczce projektu termin kolejnej sesji, zarysowałam tematykę kolejnego spotkania oraz poprosiłam o chwilę refleksji i przemyśleń na temat odbytego spotkania.

2 sesja

Pani Asia na kolejną sesję poradniczą przyszła, podobnie jak za pierwszym razem punktualnie, z uśmiechem na twarzy. Wyraziła swoje zadowolenie z naszego spotkania, zapytana o samopoczucie, poinformowała, że czuje się świetnie. Podzieliła się ze mną swoimi refleksjami i przemyśleniami na temat poprzedniego spotkania, zapytana o to, co najbardziej zapamiętała w z poprzedniej sesji, bez trudu udzieliła odpowiedzi i praktycznie od razu weszła na temat dotyczący stażu. Poinformowała mnie, że chciałaby jak najszybciej zacząć staż, by zająć się pracą i mieć własne środki finansowe, które chociaż w części rozwiążą jej problemy osobiste. Uzyskałam wiele informacji na temat oczekiwań P. Asi dotyczących potencjalnego stażu, w szczególności na temat miejsca odbywania stażu, stanowiska, firm i instytucji, w których chciałaby ten staż odbywać.

W dalszej części sesji zaproponowałam mojej uczestniczce projektu wykonanie ćwiczenia pod nazwą „Kąg mocnych stron”. Poprosiłam P. Asię o opowiedzenie sytuacji lub zdarzenia stresogennego, w których kiedykolwiek się znalazła lub które się jej przytrafiły, ale jednocześnie takich, których konsekwencje pozytywnie ją zaskoczyły. Pani Asia bez trudu przedstawiła swoje stresogenne doświadczenie – wskazała sytuację z poważną chorobą córki – w tym czasie ja notowałam zaobserwowane elementy potencjału uczestniczki sesji. Następnie skonfrontowałyśmy zaobserwowane przeze mnie informacje z jej własną opinią. Wspólnie wypracowane spostrzeżenia zostały zebrane na formularzu „Kąg mocnych stron”, a następnie naniesione na formularz, którego wypełnianie rozpoczęłyśmy podczas sesji 1 - „Ważne zadanie (wyzwanie)”.

Krąg mocnych stron



Chcąc podsumować naszą sesję doradczą zapytałam P. Asię o odczucia, jakie towarzyszyły jej podczas naszego spotkania. Odpowiedziała, że jest bardzo zadowolona z przebiegu sesji, bardzo wiele się o sobie dowiedziała i że nie była świadoma posiadania tak wielu pozytywnych cech osobowościowych. Jeszcze raz podkreśliła chęć szybkiego udziału w stażu.

Na sam koniec naszego projektowego spotkania, podobnie jak poprzednim razem zaproponowałam mojej uczestniczce projektu termin kolejnej sesji, zarysowałam tematykę kolejnego spotkania oraz poprosiłam o chwilę refleksji i przemyśleń na temat odbytego spotkania.

3 sesja

Nasza kolejna sesja poradnicza zaczęła się od słów P. Asi „Dzień dobry, co tam słysząc z moim stażem”. Poinformowałam ją, że poczyniłam wstępne czynności zmierzające do zatrudnienia jej w ramach stażu w szkole podstawowej na stanowisku robotnika gospodarczego. Wyraziła z tej możliwości bardzo duże zadowolenie i radość, dodała, że własne środki finansowe, które ma szansę uzyskać „nareszcie pomogą jej spełnić najskrytsze marzenia”. Ucieszona informacją o stażu zaczęła opowiadać mi o swojej ciężkiej sytuacji życiowej, o wciąż pogarszającej się jej relacji z niepracującym partnerem, chorobie córki, braku wystarczającej ilości środków finansowych na godne życie. Wysłuchana i zmotywowana uczestniczka projektu zmieniła temat i zaintrygowana tym, co ją „dzisiaj u mnie czeka” zdecydowała, że przechodzimy do części, jak to określiła „zawodowej”.

Zaproponowałam P. Asi wykonanie ćwiczenia pod nazwą „20 rzeczy, które lubię robić”. Poprosiłam o przedstawienie 20 czynności, które wykonuje z chęcią i radością w życiu codziennym. Uczyniła to bez trudu, ja natomiast notowałam pozyskane informacje na stosownym formularzu.

20 rzeczy, które lubię robić

1	Spotkanie	dziś	-	sama	S	P, E, F, D
2	Oglądanie telewizji	dziś	-	sama i z innymi	S	- 11 -
3	Spacery	4 dni temu	-	sama	P	- 11 -
4	Spędzenie czasu z rodziną	dziś	-	razem	S	E, D
5	Kupowanie	rok temu	-	sama	S	E, P, D
6	Słuchanie muzyki	dziś	-	sama	P, S	E, P, D
7	Robienie zakupów	wczoraj	ai ? *	sama	P, S	F
8	Gotowanie	wczoraj	ai ? *	sama	P	F, P
9	Rozmawianie o ludzi	dziś	-	razem	S	P, E
10	Wychodzenie do klubu, pubu i tarcz. restauracji	2 tyg. temu	ai ? *	razem	P	P, E, D
11	Wychodzenie do kina	2 m-ce temu	ai ? *	razem	P	P, E, D
12	Taniec	2 m-ce temu	ai ? *	razem	P	P, E, D
13	Pływanie	2 m-ce temu	-	razem	P	F
14	Wychodzenie na spacer	(nigdy)	ai ? *	razem	P	P, E, F, D
15	Turystyka górskie	5 lat temu	ai ? *	razem	P	P, E, F, D
16	Przebieżanie	ok. 10 m. temu	-	sama	P	F, E
17	Obsługa kasy fiskalnej	- 11 -	-	sama	P	F, E
18	Łobobienie paznokci	wczoraj	-	sama	S	P, E, F, D
19	Wykupowanie malucha	dziś	-	sama	S	P, E, F, D
20	Zbiórzenie przypobu	tydzień temu	-	razem	S	F, E

* - pominięto koszty finansowe

Po wykonaniu ćwiczenia moja rozmówczyni podsumowała, że to proste ćwiczenie pozwoliło jej w znacznym stopniu pogłębić wiedzę na temat poszczególnych elementów własnego potencjału, w szczególności umiejętności i zainteresowań. „Nowe” informacje dodałyśmy do formularza, którego wypełnianie rozpoczęliśmy podczas sesji 1 - „Ważne zadanie (wyzwanie)”.

W końcowej części sesji doradczej P. Asia podzieliła się ze mną swoimi refleksjami na temat naszego spotkania. Podkreśliła swoje zadowolenie z naszego spotkania, z przebiegu sesji i uzyskanej informacji na temat zbliżającego się terminu rozpoczęcia stażu.

Na sam koniec naszego projektowego spotkania zaproponowałam termin kolejnej sesji, zarysowałam tematykę kolejnego spotkania oraz poprosiłam o chwilę refleksji i przemyśleń na temat odbytego spotkania, na co P. Asia przystała z nieudawaną radością.

4 sesja

Pani Asia na naszą czwartą już sesję poradniczą przyszła jak zwykle punktualnie, ale nie jak zwykle z uśmiechem na twarzy, ale z wyraźnym zakłopotaniem. Zapytana o swoje samopoczucie poinformowała, że chodzi podenerwowana i pełna obaw „jak to od poniedziałku na tym stażu będzie” (sesja czwarta odbywała się w środę, w najbliższy poniedziałek P. Asia ma zacząć staż). Dowiedziałam się również, że myśli uczestniczki projektu w ostatnim czasie zaprzęta czekająca ją istotna zmiana w życiu zawodowym, wpływająca niewątpliwie na obecny porządek funkcjonowania całej jej rodziny. Nasza rozmowa uspokoiła nieco moją rozmówczynię,

rozwiąły się nękające ją wątpliwości, a na jej twarzy w końcu zagościł nieśmiały jeszcze uśmiech.

Przeszliśmy do części, jak zwykła ją określać moja rozmówczyni „zawodowej”. Pani Asia podzieliła się ze mną swoimi refleksjami i przemyśleniami na temat poprzednich sesji. Następnie poprosiłam ją, by mając przed sobą karty metafor dokonała wyboru takich metafor, które w największym stopniu pasują do jakiegoś aspektu jej życia (np. pracy, przyszłości, relacji z ważną dla niej osobą). Uczestniczka projektu przeanalizowała wszystkie możliwości, dokonała wyboru właściwych metafor, a następnie w interesujący sposób umotywowwała swoje wybory, na zakończenie zapisała je na formularzu „Metafory”:

Moje życie jest jak *książka*.
Moja praca jest jak *podróż*.
Moja przyszłość jest jak *ogień*.
Moja relacja z X jest jak *ciało*.

Jak zwykle w końcowej części sesji doradczej P. Asia podzieliła się ze mną swoimi refleksjami na temat naszego spotkania, ja zaproponowałam termin kolejnej sesji, zarysowałam tematykę kolejnego spotkania oraz poprosiłam o chwilę refleksji i przemyśleń na temat odbytego spotkania. Pani Asia pożegnała się ze mną słowami „Do następnego razu już na stażu! Hura!”.

5 sesja

Pani Asia przyszła na nasze kolejne spotkanie po ponad miesięcznej przerwie (pierwsze cztery sesje odbywały się co tydzień). Zapytana o samopoczucie, przemyślenia i refleksje na temat poprzednich sesji oraz odbywanie stażu na stanowisku robotnika gospodarczego, z ochotą podzieliła się ze mną swoimi „wrażeniami”. Podkreśliła, że możliwość odbycia stażu, chociaż chwilowo zmieniała jej życie, pozwoliła mieć większy kontakt z ludźmi (co dla P. Asi było bardzo ważne), a z samego stażu (godzin pracy, wykonywanych zadań) wyraziła duże zadowolenie. Uczestniczka projektu podzieliła się ze mną swoimi obawami o zdrowie córki. Duża część naszej sesji doradczej została poświęcona na rozmowę, dotyczącą trapiących P. Asię problemów osobistych.

W części „zawodowej” naszego spotkania uczestniczka projektu została poproszona o wykonanie ćwiczenia pod nazwą „Monety”. Pani Asia jak zwykle wykonała ćwiczenie z dużym zaangażowaniem, dowiedziałam się, że zadanie to umożliwiło uczestniczce projektu zrozumienie, jak wiele można zobaczyć w znanej rzeczy, stosując schemat pytanie-obserwacja-pytanie. Zaobserwowane poszczególne elementy znajdujące się na monecie Pani Asia zapisała na formularzu „Monety”. Uzupełniła też (po raz drugi) Radar Relacji Życia Zawodowego.

W końcowej części naszego spotkania P. Asia podzieliła się ze mną swoimi spostrzeżeniami i pierwszymi przemyśleniami na temat odbytej sesji doradczej. Ustaliliśmy termin kolejnej sesji w odstępie miesiąca.

6 sesja

Znaczna część naszej sesji doradczej, odbywającej się ponownie po niemal miesięcznej przerwie upłynęła na rozmowie na temat trapiących P. Asię problemów osobistych. Uczestniczka projektu po raz kolejny opowiedziała mi o trudnej relacji z partnerem, kłopotach ze zdrowiem córki i obawach związanych z realizacją stażu.

W dalszej części sesji doradczej, zaproponowałam uczestniczce projektu wykonanie ćwiczenia pod nazwą „Ołówki – branże i zawody”. Pani Asia zapytana przeze mnie czy czuje się na siłach, by to ćwiczenie wykonać, udzieliła twierdzącej odpowiedzi. Poprawnie wykonała ćwiczenie, bez trudu wymieniała poszczególne branże gospodarki, niezbędne do wyprodukowania zwykłego ołówka, a następnie wskazała zawody (w ramach poszczególnych

branż gospodarki), bez których ołówki nie mógłby powstać. Wymienione branże gospodarki oraz zawody zapisała na formularzu „Ołówek – branże i zawody” (branże: leśnictwo, przemysł drzewny, górnictwo, metalurgia, rolnictwo, przemysł chemiczny, obróbka, przemysł biologiczny, przemysł transportowy; zawody: stolarz, drwal, hutnik, górnik, rolnik, chemik, sprzedawca, pracownik produkcji, magazynier, biolog, kierowca).

Podsumowując naszą sesję P. Asia z nieudawaną radością wyraziła zadowolenie z udziału w projekcie, zarówno z możliwości skorzystania z poradnictwa zawodowego, jak też z udziału w stażu.

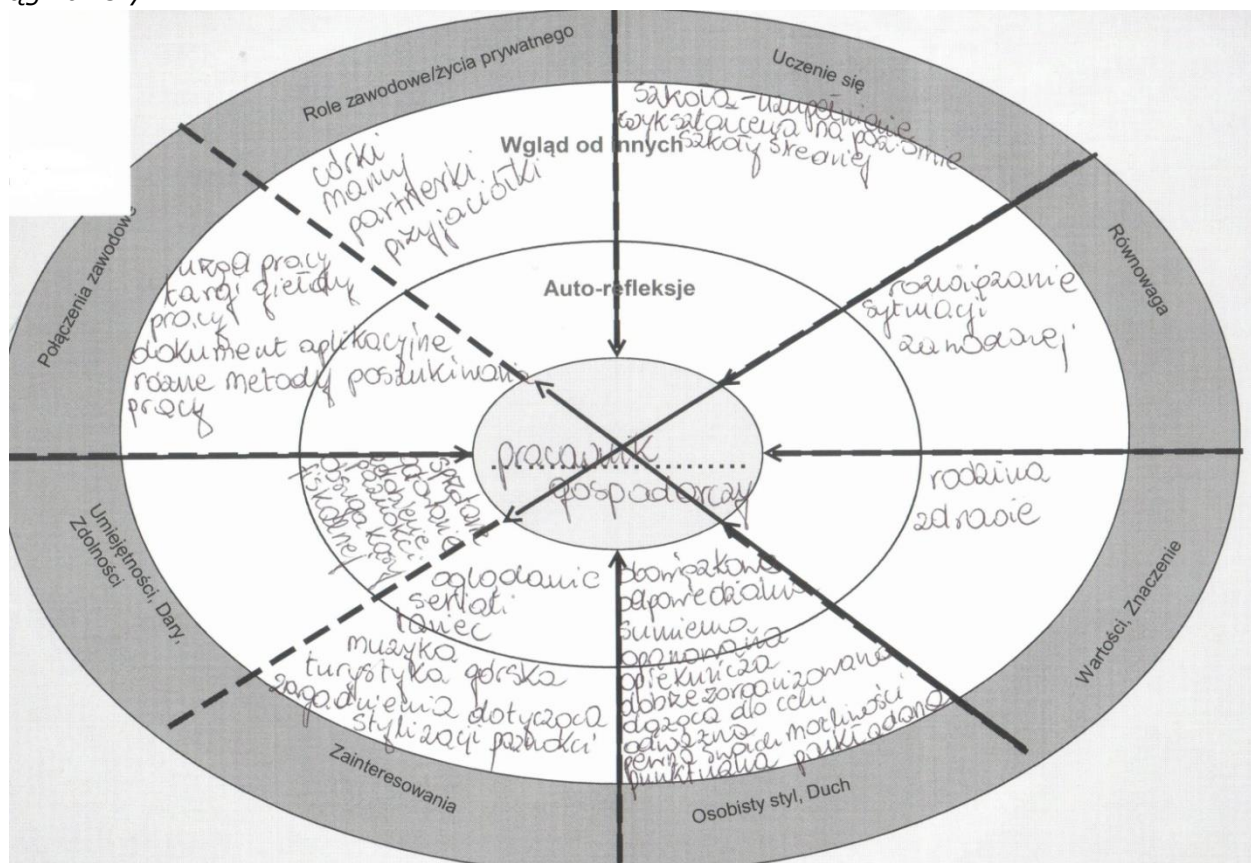
7 sesja

Ponownie po niemal miesięcznej przerwie spotkałyśmy się na naszej sesji doradczej. Pani Asia od progu złożyła mi życzenia „wszystkiego dobrego w nowym roku!”, na jej twarzy gościł uśmiech i zadowolenie. Jednak po chwili uśmiech na twarzy mojej rozmówczyni zniknął, jak się później okazało z powodu zbliżającego się terminu zakończenia stażu. Moja rozmówczyni podzieliła się ze mną refleksjami po praktycznie odbytym już stażu, wyraziła żal z powodu jego zakończenia i jednocześnie nadzieję, że szybko uda się jej znaleźć zatrudnienie, bo jak to określiła „weszła już w wir pracy” i nie chciałaby ponownie długo pozostawać „bez niczego”. Uczestniczka projektu kilkakrotnie podkreślała potrzebę podjęcia zatrudnienia.

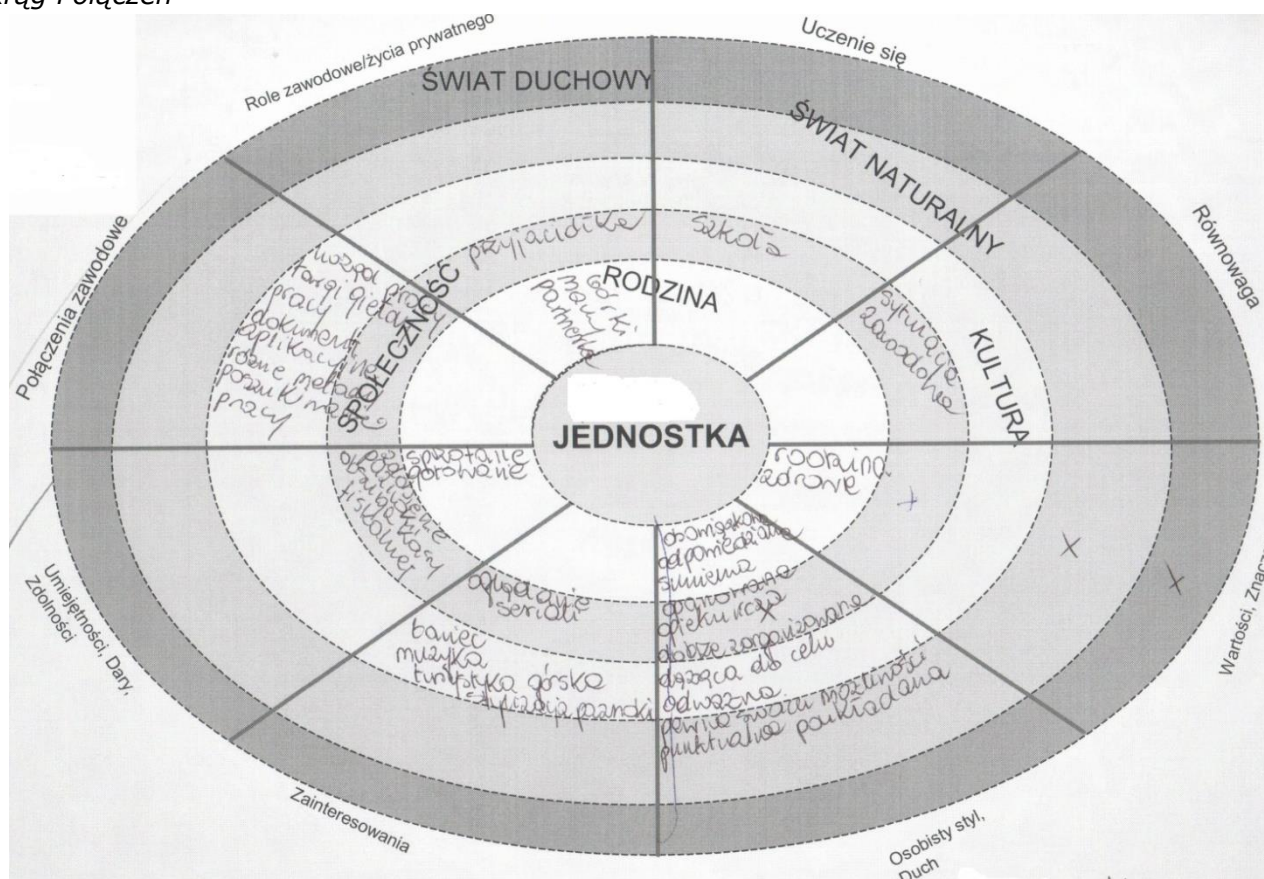
Podczas sesji doradczej P. Asia została poproszona przeze mnie o to, by spróbowała zebrać i poukładać poszczególne elementy swojego potencjału, mające wpływ na jej karierę i możliwości zawodowe, na które składają się: umiejętności, zainteresowania, cechy osobowościowe, wartości, równowaga, wykształcenie, pełnione role życiowe i zawodowe oraz kontakty zawodowe. Wykorzystując wiedzę zdobytą na poprzednich sesjach doradczych wykonała to ćwiczenie bez większego trudu, bez trudu też poukładała poszczególne elementy swojego potencjału w odniesieniu do poszczególnych Sfer Kręgu Połączeń, tj. rodzina, społeczność, kultura, świat natury i świat duchowy. P. Asia wszystkie te informacje zebrała na formularzach „Krąg kariery” i „Krąg Połączeń – Tożsamość w kontekście”.

W końcowej części naszej sesji doradczej P. Asia podzieliła się ze mną swoimi spostrzeżeniami i przemyśleniami na temat odbytej sesji doradczej, zdziwiła się, kiedy w toku naszego spotkania uświadomiła sobie jak wielkim dysponuje potencjałem. Wyraziła zadowolenie z krótkiego terminu do kolejnej sesji doradczej.

Krąg kariery



Krąg Połączeń



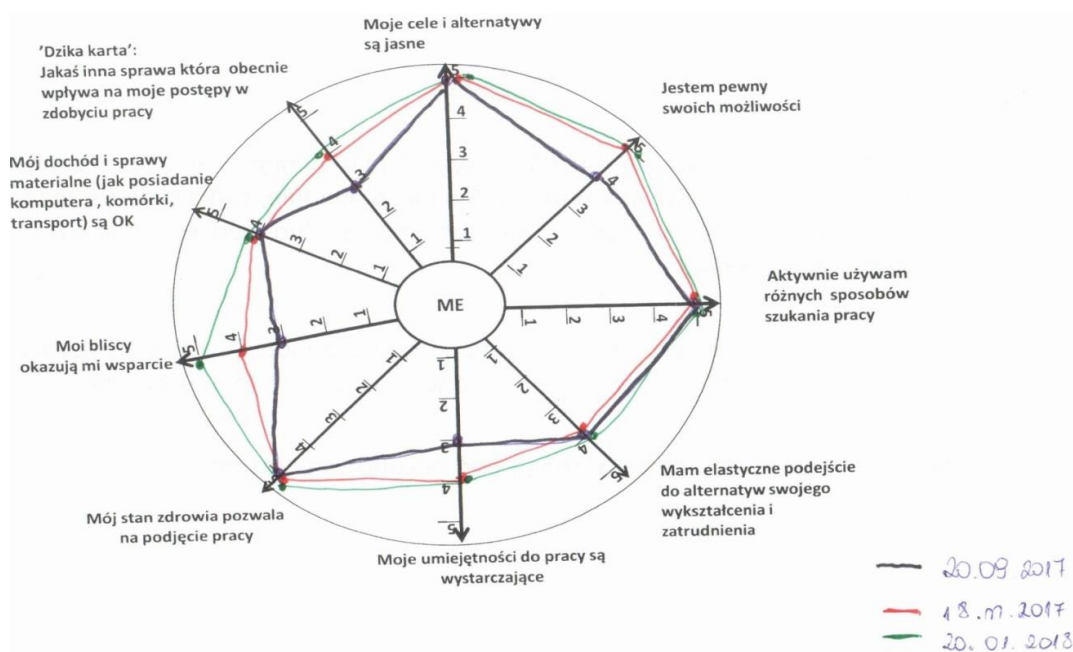
8 sesja

Na sesję poradniczą P. Asia zgłosiła się jak zawsze punktualnie w wyznaczonym czasie i miejscu. Przywitałyśmy się po tygodniu niewidzenia. Zapewniła mnie o swoim dobrym samopoczuciu i gotowości do odbycia naszej ostatniej już sesji. Zaproponowałam, by dzisiaj na wstępie przejść do, jak zwykła ją określać moja rozmówczyni części „zawodowej”, na co P. Asia z chęcią przystała.

Uczestniczka projektu, poproszona o to, by na symbolicznej drodze (podróży) zawodowej zaznaczyła miejsce, w którym się obecnie znajduje (wziąwszy pod uwagę wszystkie aspekty swojego życia), bez trudu wyznaczyła swoje miejsce na drodze zawodowej, co następnie zapisała na formularzu „Moja droga (podróż) zawodowa”.



Uzupełniła również (już po raz trzeci) Radar Relacji Życia Zawodowego:



Wspólnie uzupełniłyśmy też formularz do ćwiczenia rozpoczętego podczas pierwszej sesji doradczej – „Ważne zadanie”:

Zainteresowania
- oglądanie seriali
- taniec
- muzyka
- stylizacja paznokci
- turystyka górskie
Wartości
- Rodzina
- Zdrowie
Umiejętności
- sprzątanie
- gotowanie
- zdobienie paznokci
- dosiadać kasy fiskalnej
- dbanie o estetyczny wygląd pomieszczeń
Cechy osobowościowe
- doświadczone
- odpowiedzialne
- sumienne
- opowiadane
- orientowane
- dążące do celu
- odważne
- pełne swoich możliwości
- punktualne
- poukierowane

Po zrealizowaniu części „formalnej” naszej sesji doradczej poprosiłam P. Asię o podsumowanie całego procesu doradczego, który realizowałyśmy od września do stycznia. Uczestniczka projektu wyraziła zadowolenie z udziału w całym projekcie, w miłych słowach podziękowała za możliwość skorzystania z poradnictwa zawodowego, za nasze wspólne zaangażowanie, cenne rady. Poinformowała mnie, że wszystkie jej oczekiwania co do sesji doradczych zostały w pełni spełnione, że proces doradczy pozwolił jej na dogłębne poznanie i uświadomienie sobie ogromu własnego potencjału zawodowego oraz w znaczny sposób zwiększył jej motywację do podejmowania zawodowych wyzwań. Następnie moja rozmówczyni zadawała mi wiele pytań dotyczących sfery zawodowej, np. jakie są jej możliwości by na dzień dzisiejszy podjąć zatrudnienie lub (w najgorszym razie) staż.

Na zakończenie całości naszego procesu doradczego zapewniłam P. Asię o tym, że koniec projektu nie musi oznaczać końca naszych potencjalnych spotkań doradczych, co przyjęła z dużym zadowoleniem i ulgą.

Refleksje podsumowujące: Proces doradczy realizowany w ramach projektu był dla mnie, doradcy zawodowego, ciekawym wyzwaniem zawodowym, w ramach którego mogłam doświadczyć świadczenia usługi poradnictwa zawodowego dla osób, które decyzję o swoim udziale w projekcie podjęły w sposób bardzo przemyślany i bez wymuszonej konieczności. Pozwoliło to niewątpliwie na stworzenie swoistej relacji pomiędzy doradcą zawodowym, a uczestnikami projektu.

Miałam również możliwość zastosowania w praktyce nowych narzędzi diagnostycznych oraz sprawdzenia ich użyteczności. Niektóre z nich, w szczególności: Ważne zadanie, Krąg mocnych stron, 20 rzeczy, które lubię robić - będą wykorzystywane przeze mnie bardzo często w mojej pracy zawodowej, dają bowiem możliwość uzyskania wiedzy na temat predyspozycji i obszaru zainteresowań zawodowych osób korzystających z usługi poradnictwa zawodowego, bez konieczności wypełniania testów (konieczność wypełniania testów jest czasami niekomfortowa dla osób korzystających z w/w usługi).

Studium przypadku: Anna

Pierwszy kontakt z Panią Anną miałam już na etapie rekrutacji uczestników projektu. Dowiedziałam się wtedy, że ma wykształcenie średnie ogólnokształcące. Dotychczas wykonywała pracę sprzedawcy (ok.3 m-cy) oraz pracownika biurowego, gdzie była zatrudniona 2 lata. Zajmowała się organizacją eventów dla potencjalnych kontrahentów, a także nawiązywała kontakt z klientami biznesowymi w dziale sprzedaży zagranicznej. W momencie zgłaszania się do projektu pozostawała bez pracy od 10 miesięcy. Sprawiała wrażenie pewnej siebie osoby, która nie powinna mieć problemu z ponownym wejściem na rynek pracy. W uczestnictwie w projekcie widziała szansę powrotu na rynek pracy poprzez odbycie stażu zawodowego.

1 sesja

Na początku sesji przedstawiłam szczegółowe założenia projektu „Przestrzeń rozwoju! Adaptacja metody zintegrowanego doradztwa rozwoju kariery dla młodzieży”, zasady realizacji sesji, formy kontaktu oraz zasady organizacyjne. Pokróćce omówiłam ideę poradnictwa zawodowego opartego na nadziei, autorstwa Normana Amundsona oraz moje zadania jako doradcy.

Ustaliłyśmy, że głównym celem P. Anny jest podjęcie pracy w charakterze pracownika biurowego zajmującego się sprzedażą i nawiązywaniem kontaktów z potencjalnymi klientami. Była także zainteresowana rozwijaniem swoich umiejętności w kierunku rozliczeń finansowych związanych ze sprzedażą produktów oraz gospodarką magazynową. Optymalnym byłaby możliwość wykorzystania biegłej znajomości języka angielskiego.

W momencie przystąpienia do projektu uczestniczka miała ukończone szkolenie pracownika kadrowo-księgowego oraz posiadała certyfikat zaawansowanej znajomości pakietu Microsoft Office. Projekt postrzegała jako szansę odbycia stażu, otwierającego jej drogę do dalszego zatrudnienia. Z rozmowy wynikało, że ostatni pracodawca zwolnił ją ze względu na długotrwałą absencję, której przyczyną był wypadek w pracy. Istotną informacją było również to, że P. Anna ma zaliczone dwa lata studiów licencjackich, na które chciałaby wrócić po podjęciu pracy.

Wszystkie oczekiwania klientki zostały zapisane w „Ścieżce rozwoju zawodowego i edukacyjnego”. Następnie skupiłyśmy się na ustaleniu ról życiowych P. Anny jako element wyjściowy do dalszej pracy podczas tej i kolejnych sesji. Uderzającym było to, że jako główną rolę życiową wskazała gospodynię domową. Jak się później okazało był to najważniejszy punkt sesji doradczych. Następnie poprosiłam o uzupełnienie „Radaru relacji życia zawodowego”. Wszystkie zaznaczone na skali punkty zostały omówione.

Kolejnym istotnym elementem było wykonanie ćwiczenia „ulubione czynności”, które pomogły w określeniu umiejętności i zainteresowań uczestniczki.

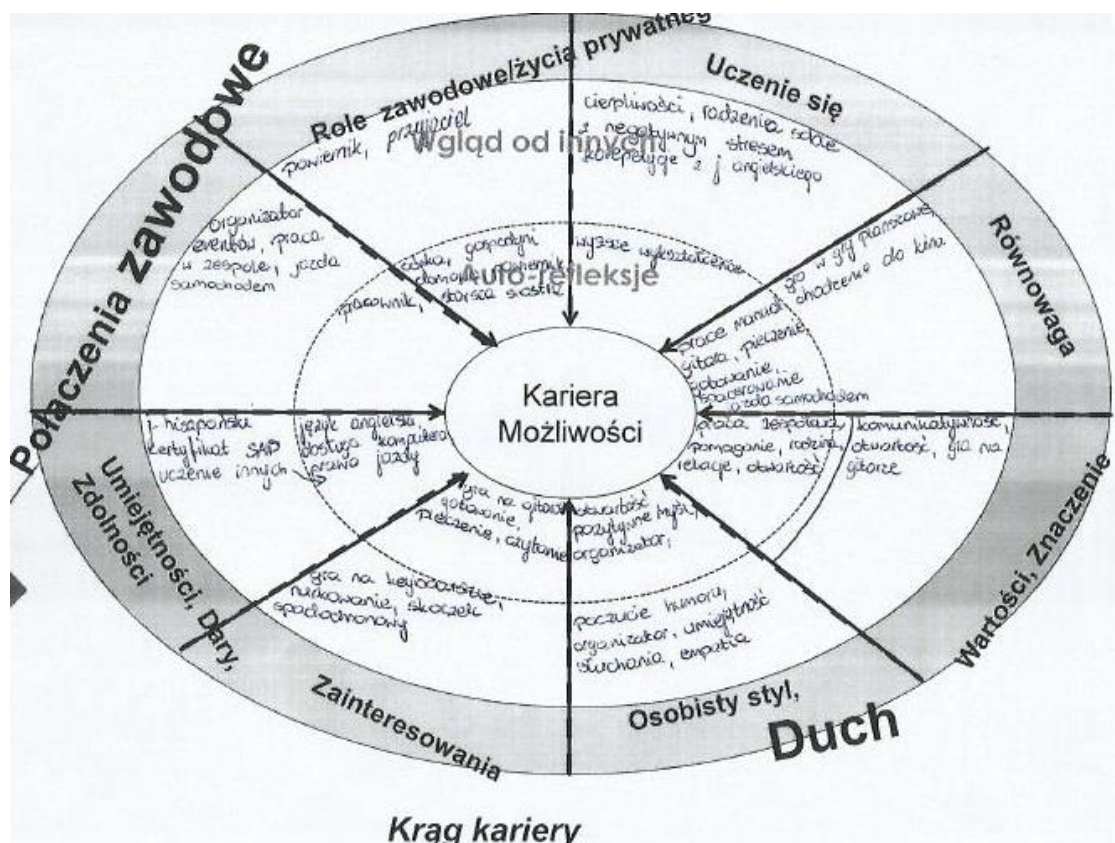
Na zakończenie sesji poprosiłam o wybranie jednej karty metaforycznej, która będzie odnosiła się do tego, co się wydarzyło na spotkaniu i towarzyszących mu emocji. P. Anna stwierdziła, że zanim przyszła na pierwszą sesję była ciekawa tego, co się wydarzy. Zaskoczyło ją to, że doradca był ciekawy tego, co ona myśli i jakie odczuwa emocje. Nie sądziła, że ta sesja będzie wymagała od niej refleksji nad posiadanymi zasobami oraz relacjami z bliskimi. Zaskoczenie było pozytywne. Klientka zobowiązała się do nawiązywania kontaktów z pracodawcami, u których chciałaby odbywać staż. Wspólnie ustaliłyśmy termin kolejnej sesji doradczej.

2 sesja

Na drugą sesję P. Anna przyszła z konkretnymi ustaleniami dotyczącymi firmy zainteresowanej przyjęciem jej na staż. Podczas rozmowy klientka opowiedziała jak nawiązała z firmą kontakt podczas Targów Pracy w jej miejscu zamieszkania. Aby dowiedzieć się więcej o emocjach towarzyszących poszukiwaniom pracodawcy użyłam ponownie kart metafor. Pani Anna była zdziwiona i zarazem szczęśliwa, że tak szybko udało się jej zrealizować to zadanie.

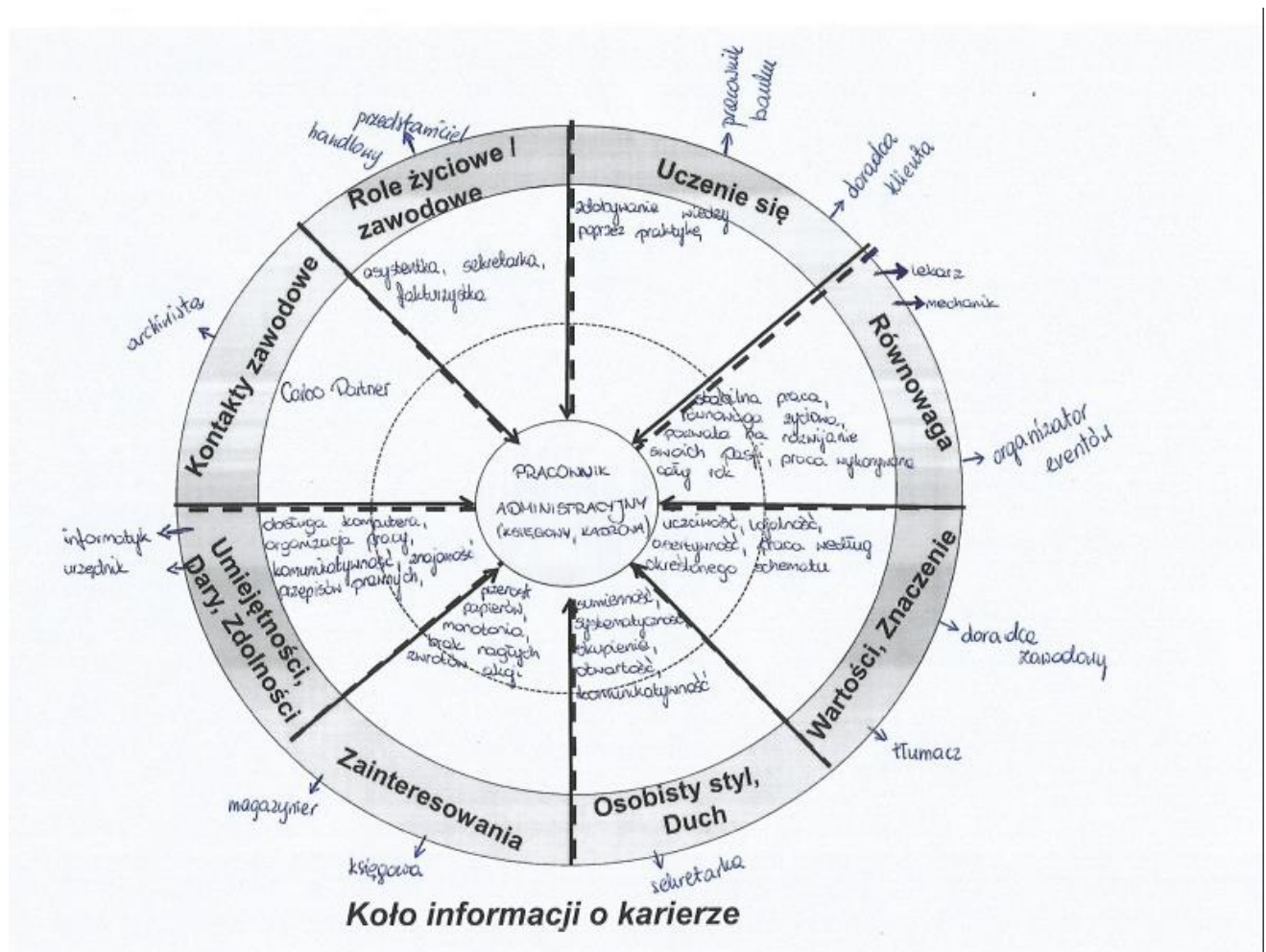
Chcąc mieć głębszy wgląd w dotychczasowe doświadczenia życiowe uczestniczki poprosiłam ją o opowiedzenie krótkiej historii, którą chciałaby się ze mną podzielić. Podczas jej opowieści za zgodą P. Anny robiłam notatki, zwracając uwagę na słowa klucze. Aby historia była pełniejsza zadawałam pytania typu: *Dlaczego wybrałaś właśnie to doświadczenie?*, *Co sprawiło, że czułaś się wtedy dobrze?*, *Kto Ci wtedy towarzyszył?*, *Kiedy to się wydarzyło?*, *Co sprawiło, że czułaś wtedy satysfakcję?*, *Chciałabyś powtórzyć to doświadczenie?* Z opowieści P. Anny wyłoniły się takie cechy charakteru jak: spontaniczność, żywiołowość, empatia, wytrwałość. Elementami, które zostały najbardziej podkreślone w tej opowieści, były: praca zespołowa, pomaganie innym, pozytywna energia jaka towarzyszyła podczas tego wydarzenia oraz satysfakcja z pozytywnej reakcji drugiej strony.

Opowiedzenie historii było wstępem do wykonania ćwiczenia „Krąg kariery”, które usystematyzowało zasoby jakie posiada P. Anna. Wykonując je kontynuowałam *storytelling*. Pytania doprecyzowujące pomogły uczestniczce w odniesieniu tego, co odkryła o sobie przy opowiadaniu historii, do poszczególnych segmentów Kręgu kariery. Przez cały czas starałam się wzmacniać dotychczas wskazywane elementy połączeń, aby P. Anna dostrzegła jak wiele zasobów posiada. Oto jej krąg kariery:



W celu usystematyzowania wiedzy dotyczącej pracy na stanowisku pracownika administracyjnego poprosiłam P. Annę o wykonanie „Kręgu informacji o karierze”. Był to wstęp do określenia zawodów, które wymagają podobnej wiedzy, umiejętności, cech charakteru.

Po krótkiej burzy mózgów wszystkie propozycje zostały zapisane poza kołem. Część z nich jest ściśle powiązana z pracownikiem administracyjnym, a część łączy luźne połączenia zawodowe. Głównym celem wykonania tego ćwiczenia było pokazanie, że mając pewne zasoby można je wykorzystać w różnych profesjach, których wcześniej nie brało się pod uwagę w swojej karierze zawodowej.



Po omówieniu „Kręgu informacji o karierze” podsumowałyśmy wszystko, co się wydarzyło na sesji, a także umówiliśmy się na kolejne spotkanie. W międzyczasie P. Anna miała rozpocząć staż.

3 sesja

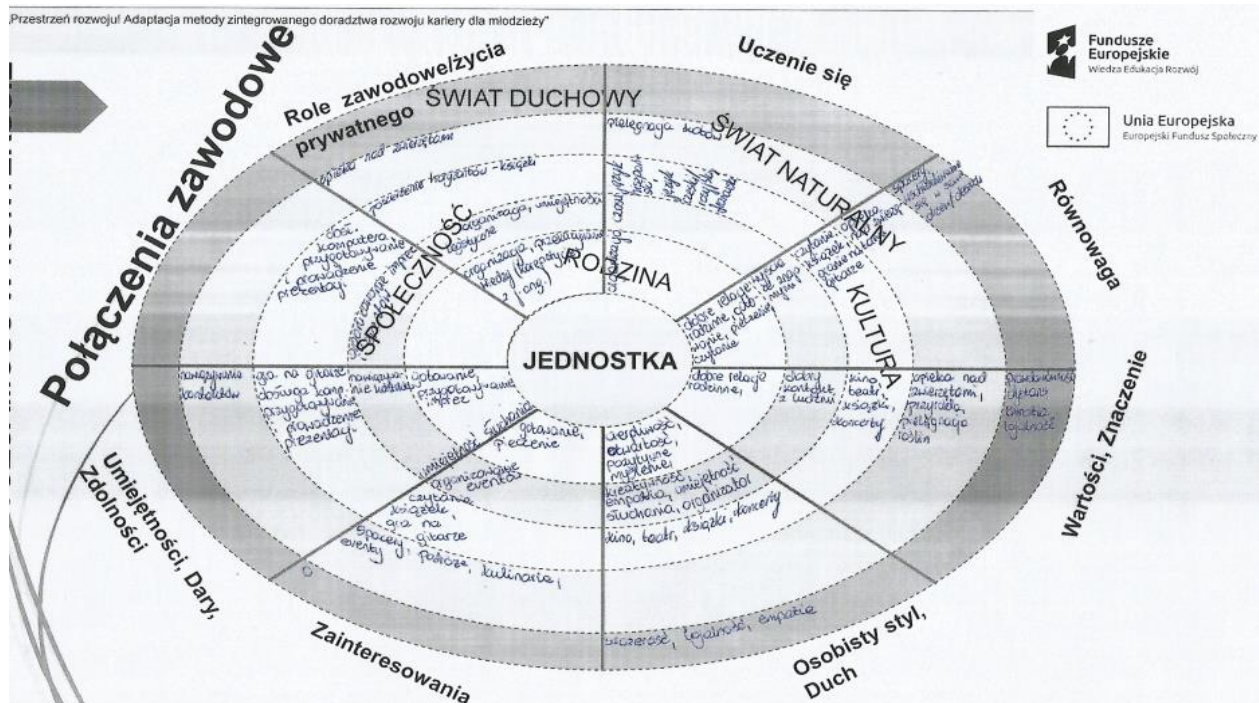
Kolejna sesja miała miejsce po pierwszym miesiącu odbywania stażu. Naturalnym było więc porozmawianie o emocjach towarzyszących w pierwszych dniach nowego doświadczenia zawodowego. Obserwując postawę P. Anny oraz to jak opowiadała o relacjach ze współpracownikami zauważyłam zmianę w jej samoocenie. Była ona zdecydowanie wyższa niż przy dwóch pierwszych spotkaniach. Przełożyło się to na całą atmosferę podczas tej i następnych sesji.

Tego dnia miałyśmy zaplanowane wykonanie między innymi „Kręgu mocnych stron”. Poprosiłam więc o opowiedzenie o jednym dniu w firmie, który P. Anna uważa że przełomowy. Podczas opowiadania historii zadawałam pytania, które pozwalały na wejście w głąb tej opowieści, tak aby zaczerpnąć jak najwięcej wiedzy na temat zasobów i talentów uczestniczki. Wszystkie swoje spostrzeżenia zapisywałam wokół „Kręgu mocnych stron”. Po zakończonej

historii przedstawiłam jej wszystkie zanotowane cechy i poprosiłam o komentarz dotyczący tychże właśnie zasobów. Panią Annę zaskoczyła mnogość cech, jakie zostały umieszczone wokół kręgu. Do tej pory nie zdawała sobie sprawy ile już zdobyła wiedzy praktycznej, a także ile jej cech osobowości jest wykorzystanych podczas wykonywania obowiązków zawodowych.



Naładowane pozytywną energią wynikającą ze wzmocnienia jakie P. Anna uzyskała ode mnie przeszliśmy do refleksji nad „Kręgiem połączeń”. Analiza poszczególnych połączeń okazała się czynnością wymagającą bardzo dużej refleksji nad wieloma aspektami życia. Okazało się, że P. Anna odczuwa brak wsparcia od niektórych członków rodziny, nad czym bardzo ubolewa, a właśnie to połączenie podkreślała jako to najważniejsze i najistotniejsze w jej życiu.



Sesję zakończyliśmy refleksją na temat poprawy relacji, na której P. Annie najbardziej zależało.

4 sesja

Na początku spotkania poprosiłam P. Annę o ponowną analizę „Radaru relacji życia zawodowego” oraz wskazanie na każdej ze skal miejsca, w którym aktualnie się znajduje. Tym razem omówiliśmy zmiany, jakie zaszły od naszego pierwszego spotkania, co na nie wpłynęło oraz jak to odczuwa emocjonalnie. Szczególną uwagę poświęciliśmy na element „Moi bliscy okazują mi wsparcie”.

Podczas tej sesji doradczej chciałam nadal pracować z P. Anną nad samooceną. W tym celu poprosiłam ją o wykonanie „Okna brania odpowiedzialności”. Pozwoliło mi ono na zidentyfikowanie obaw uczestniczki, jakie blokują ją w aktywnym poszukiwaniu pracy. W celu weryfikacji swoich spostrzeżeń poprosiłam o refleksję nad „Kołem równowagi życiowej”. To ćwiczenie pozwoliło mi na potwierdzenie swoich dotychczasowych obaw dotyczących konfliktu wartości, jaki przeżywa uczestniczka. Kolejnym krokiem było określenie wartości związanych z pracą, jakie są dla niej najważniejsze. W tym celu poprosiłam ją o wykonanie krótkiego ćwiczenia „Co mi daje praca”. Tym pozytywnym akcentem zakończyliśmy spotkanie.

5 sesja

Przygotowując się na kolejne spotkanie z P. Anną postanowiłam rozpocząć pracę nad dwoma aspektami: wizją osobistej satysfakcji oraz stworzeniem planu B kariery zawodowej uczestniczki. Aby zrealizować pierwszy cel posłużyłam się ćwiczeniem „Co lubię robić”. Poprosiłam o spisanie do 20 aktywności, które sprawiają klientce satysfakcję. Po zakończeniu listy, idąc za radą Amundsona poprosiłam by przyjrzała się wskazanym czynnościom i zadała sobie następujące pytania: *Kiedy to ostatnio robiła?, Ile to kosztowało?, Czy jest to coś, co robi się z innymi, czy samemu? Czy jest planowane, czy spontaniczne?, Co wnosi w jej życie: spełnienie umysłowe, emocjonalne, czy fizyczne?* Podczas tego ćwiczenia P. Anna wskazała kilka aktywności, o których wcześniej nie wspominała tj. umiejętność gry na gitarze, taniec, czy granie w gry planszowe. Obserwując reakcję uczestniczki na analizę poszczególnych czynności

dało się zauważyć, że największą satysfakcję sprawiają jej te, które może wykonywać spontanicznie razem z innymi osobami.

W drugiej części spotkania P. Anna stworzyła alternatywę swojej kariery zawodowej. Nie miała większego problemu, aby wskazać, co chciałaby robić w życiu w przypadku niepowodzenia w poszukiwaniu pracy. Zajęciem, jakie chciałaby wykonywać, jest profesjonalna organizacja eventów i imprez okolicznościowych. Zostały również określone możliwości/szanse, działania do zrealizowania i bariery, jakie może napotkać na swojej drodze. Wszystko zostało spisane w celu przypieczętowania ważności planu. Poniżej przedstawiam wskazane czynniki, które mogą się przyczynić do pozytywnej realizacji planu.

Organizowanie imprez/eventów

Możliwości:

- poznanie rynku pracy
- analiza obecnie istniejących firm
- wybranie kategorii klienta
- duży, chłonny rynek pracy
- mobilność
- dofinansowanie
- satysfakcja
- pieniądze
- poznanie pracy poprzez zatrudnienie w podobnej firmie
- nawiązanie kontaktów z hotelami, restauracjami, fotografami
- wykorzystanie bezpłatnych źródeł komunikacji, przekazywanie informacji drogą

pantoflową

Bariery:

- mała popularność danej branży
- ryzyko niepowodzenia
- konkurencja
- nieznajomość hoteli, restauracji

Na zakończenie poprosiłam P. Annę o opowiedzenie o emocjach, jakie towarzyszyły jej podczas sesji. Poinformowała mnie, że jest zadowolona z tego, że udało się jej podzielić swoim pomysłem oraz że jest zaskoczona otrzymanym wsparciem podczas przedstawiania planu B.

6 sesja

Zbliżając się już do końca sesji doradczych postanowiłam rozpocząć wychodzenie z relacji doradczej. Poprosiłam Panią Annę o odniesienie kariery zawodowej do metafory podróży. W tym celu użyłam „Mapy drogowej”, wskazującej poszczególne etapy podróży. Po omówieniu wybranego punktu czyli „Idziemy do przodu/wyruszamy w podróż”, została stworzona mapa myśli. Dotyczyła ona oczekiwań, jakie ma P. Anna odnośnie pracy, jaką chciałaby wykonywać. Następnie uczestniczka stworzyła plan działania, który obejmował zadania, jakie ma wykonać do następnej sesji poradniczej, należały do nich: uzupełnienie CV, sprawdzenie aktualnych ofert pracy, złożenie dokumentów aplikacyjnych w firmie, w której chciałaby podjąć pracę poprzez networking oraz przypomnienie podstaw z języka francuskiego.

Na koniec sesji poprosiłam o przyniesienie przygotowanego Curriculum Vitae na kolejne spotkanie.

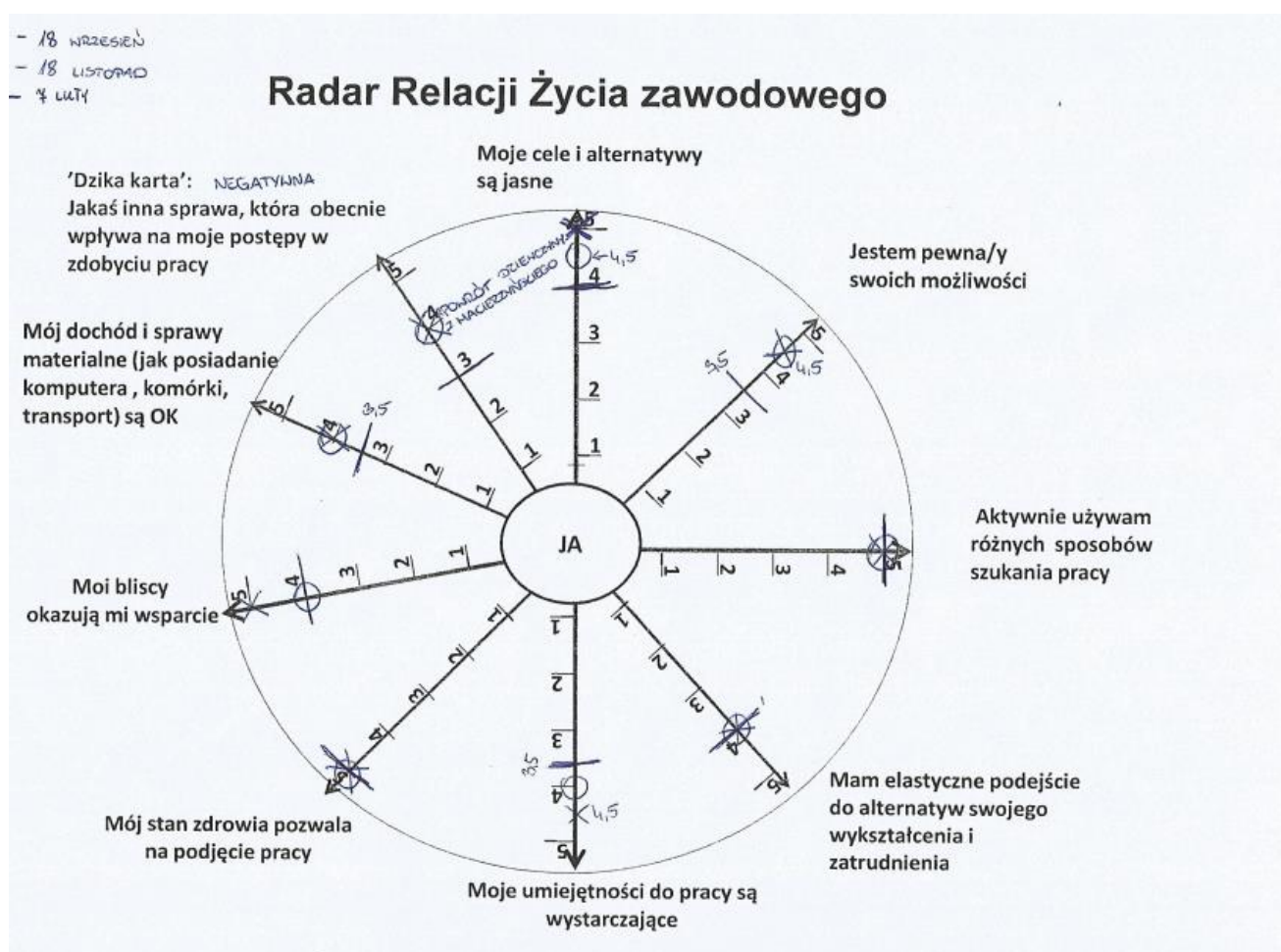
7 sesja

Podczas siódmego spotkania zostały przeanalizowane dokumenty aplikacyjne, jakie przygotowała P. Anna. Wspólnie wprowadziłyśmy zmiany do CV, które ma być składane u pracodawców. Przeanalizowałyśmy także ćwiczenia wykonywane na początku spotkań w celu wzmocnienia posiadanych zasobów.

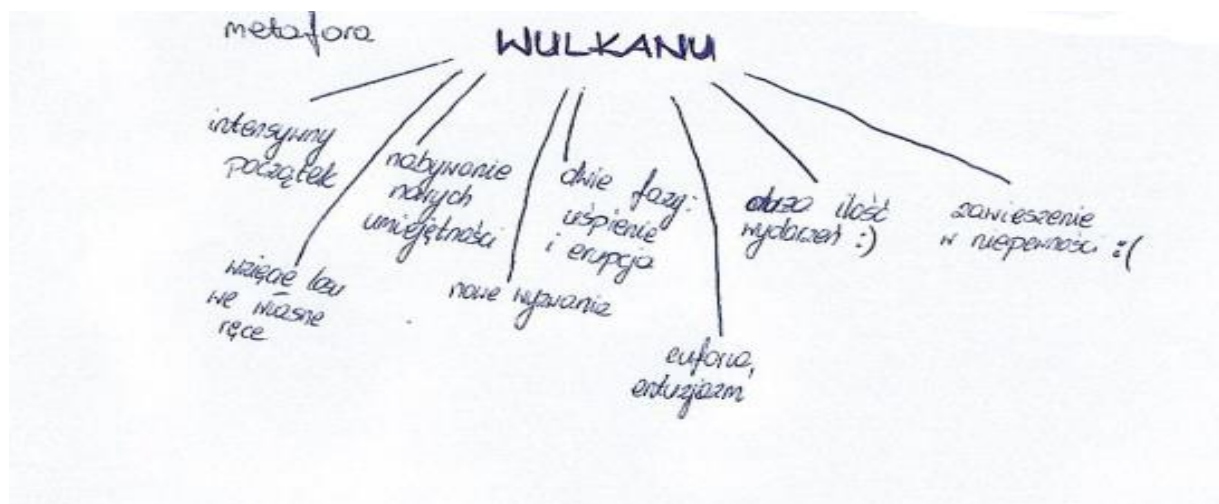
8 sesja

Ostatnia sesja doradcza odbyła się po zakończeniu stażu. Niestety pracodawca nie zatrudnił P. Anny. W międzyczasie odbyła już jedną rozmowę kwalifikacyjną. Poprosiłam, aby opowiedziała mi o emocjach, jakie towarzyszyły jej pod koniec odbywania stażu i po jego zakończeniu.

Uczestniczka ponownie uzupełniła „Radar relacji życia zawodowego”. Największa zmiana jaka zaszła od września dotyczyła relacji z bliskimi. Pani Anna przyznała, że odkąd rozpoczęła pracę, jej relacje z bliskimi znacznie się poprawiły, czuje się doceniana i dostrzegana w relacjach rodzinnych. Wzrost samooceny jest również widoczny w postrzeganiu umiejętności potrzebnych do pracy, a także w ocenie celów i alternatyw.



Na zakończenie ostatniej sesji poprosiłam o stworzenie metafory, z którą P. Anna mogłaby się utożsamiać. Porównała się do wulkanu, opisując go jako: interesujący początek, wzięcie losu we własne ręce, nabywanie nowych umiejętności. Wulkan posiada dwie fazy: uśpienie i erupcję, euforię, entuzjazm, dużą ilość wydarzeń oraz zawieszenie w niepewności.



Podsumowałyśmy wspólnie wszystko to, co się wydarzyło od początku uczestnictwa w projekcie, podkreślając najważniejsze zdarzenia, które przyniosły pozytywne rezultaty, pomimo że niektóre nie były dostrzegalne od razu.

Refleksje podsumowujące: Nie ukrywam, że rozpoczynając swoją przygodę z doradztwem zawodowym opartym na nadziei czułam niepokój związany nie tyle z samą metodą, co wykorzystaniem narzędzi. Do samego końca nie miałam pewności, czy je prawidłowo interpretuję, czy w jasny sposób potrafię wyjaśnić ich ideę, oraz czy po zakończeniu procesu doradczego będą obrazowały zmiany, jakie zaszły w uczestniczkach. Obecnie mogę stwierdzić że tak, udało mi się to. Nie było to jednak proste zadanie. Praca w nurcie opartym na nadziei wymusza na doradcy wgląd w swoje JA zawodowe i osobiste, odpowiedzenie na te same pytania, które zadaje się uczestnikom. Podczas spotkań z uczestnikami wchodzi się w głębokie relacje, które mogą stać się pułapką brania odpowiedzialności za działania przez nich podjęte, albo za ich brak. Doradca musi pozwolić klientowi podążać wybraną przez siebie ścieżką, nawet jeżeli nie do końca się z nią zgadza. Musi być partnerem i przewodnikiem, który pozwala na zmianę planu podróży nadal wspierając klienta w podejmowanych przez niego decyzjach.

Będąc doradcą pracującym w sformalizowanej strukturze nietrudno zapomnieć dlaczego wybrało się właśnie ten, a nie inny zawód. Doświadczenie zdobyte podczas realizacji projektu zarówno na etapie szkolenia z trenerami, jak i w indywidualnym kontakcie z uczestnikami pozwoliło mi na nowo dostrzec uroki tego zawodu, a także uświadomienia sobie, że sukcesem doradcy jest już zasianie ziarenka nadziei w klientach i dostrzeżenie przez nich potrzeby zmiany sytuacji, w jakiej się znajdują. Mam nadzieję, że będę kontynuować swoją pracę w nurcie opartym na nadziei.

Studium przypadku: Michał

Zanim przejdę do opisu sesji, chciałam pokrótce przedstawić Pana Michała i moje odczucia towarzyszące naszemu pierwszemu spotkaniu podczas rozmów kwalifikacyjnych.

P. Michał ma 24 lata, z wykształcenia technik informatyk, do tej pory nie pracował, a jedyną aktywność zawodową to zagraniczny staż na stanowisku magazynier. W trakcie ostatniej rejestracji w urzędzie pracy otrzymał 27 skierowań na rozmowy kwalifikacyjne na różnego rodzaju stanowiska pracy i wszystkie zakończyły się wynikiem negatywnym. Wiedziałam od jego doradcy, że P. Michał jest bardzo zdeterminowany w swoich działaniach, ale trudno mu stwierdzić, dlaczego przez tak długi okres nie udaje mu się znaleźć pracy.

Po części odpowiedź uzyskałam podczas naszego pierwszego spotkania – rozmowy rekrutacyjnej do projektu. Swoją postawą (przygarbiony, głowa schowana między ramionami, zwykła koszulka i krótkie spodenki, nieostrzyżony i nieogolony) zniechęca nawet do rozpoczęcia rozmowy. Natomiast gdy przełamie się ten pierwszy moment, P. Michał zyskuje z każdą minutą rozmowy.

1 sesja

Na pierwsze spotkanie w ramach sesji doradczej P. Michał zjawił się punktualnie. Był pozytywnie nastawiony i otwarty na współpracę. Na początek przedstawiłam P. Michałowi zarys metody poradnictwa wg. Amundsona. Poinformowałam ile razy i na jakich zasadach będziemy się spotykać oraz przedstawiłam dokumenty projektowe do zapoznania się.

Chciałam poznać oczekiwania wobec udziału w projekcie, mnie jako doradcy zawodowego oraz co skłoniło klienta do udziału w projekcie. P. Michał interesuje się psychologią i jest ciekaw nowych rzeczy. Ma problem ze znalezieniem pracy i ma nadzieję, że dzięki projektowi znajdzie staż, który zwiększy jego szanse na lokalnym rynku pracy. Od doradcy oczekuje wskazówek i pomocy jak poruszać się po rynku pracy.

Następnie przeszliśmy do uzupełnienia Radaru Relacji Życia Zawodowego. Już w trakcie wykonywania tego ćwiczenia i dyskusji na temat poszczególnych jego aspektów zauważyłam niską samoocenę klienta – podkreśla wielokrotnie, że jest osobą bezrobotną, która od długiego czasu poszukuje pracy. Pomimo posiadania wielu umiejętności uważa, że są one nieprzydatne na rynku pracy lub może je wykorzystać w niewielkim stopniu. Jest to kolejny element (obok autoprezentacji) do przepracowania.



Radzący chętnie podejmował się wykonania ćwiczeń proponowanych przez doradcę. Potrzebował niewielkiej pomocy (nakierowania) w określeniu swoich ról z życia społecznego i zawodowego. W tym ćwiczeniu dało się zauważyć, że główną rolą życiową P. Michała jest rola bezrobotnego. W ogóle radzący się w kontekście osoby poruszającej się po rynku pracy mówi o sobie w sposób negatywny. W pierwszej kolejności nazywa siebie: „osobą bezrobotną, która od dłuższego czasu próbuje znaleźć pracę”.

Natomiast ćwiczenie „20 ulubionych aktywności/rzeczy” wypełnił ze sporą łatwością. Okazało się, że P. Michał posiada wiele umiejętności (np. nauka j. japońskiego, gra na gitarze, hodowla pajaków, gry komputerowe w środowisku międzynarodowym – konieczność posługiwania się j. angielskim, naprawa drobnej elektroniki, małego AGD), które może wykorzystać na rynku pracy.

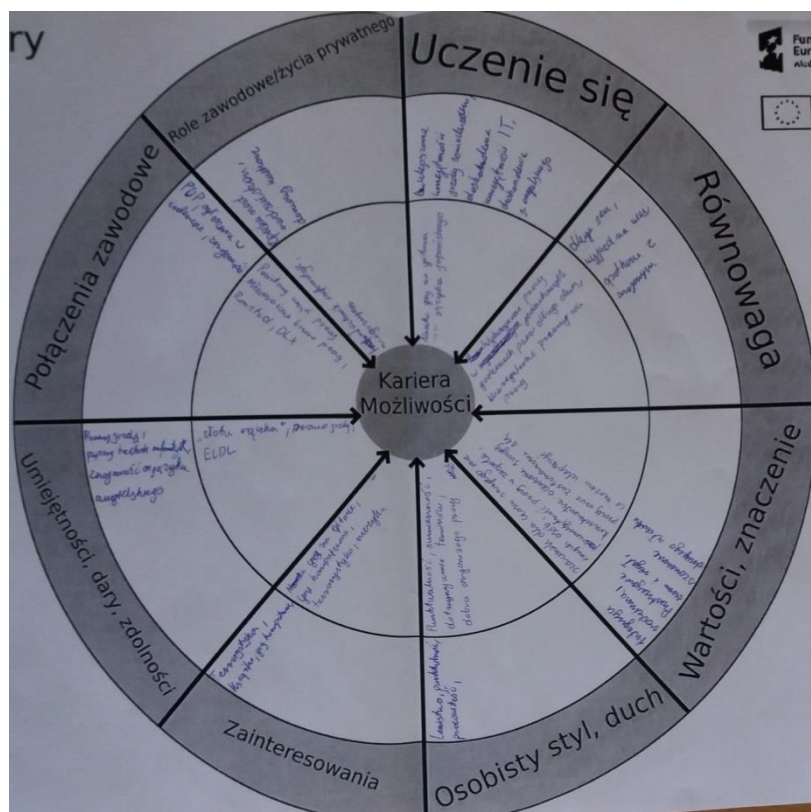
Powyższe ćwiczenia miały za zadanie wprowadzić i ułatwić kolejne zadanie – koło kariery. Podczas sesji omówiłam z klientem poszczególne obszary koła. P. Michał rozpoczął uzupełnianie koła, natomiast jako zadanie domowe miał dokończyć koło wewnętrzne, oraz porozmawiać z bliskimi na temat zewnętrznego koła.

Po naszym pierwszym spotkaniu przy okazji rozmowy kwalifikacyjnej, cały czas zastanawiałam się, w jaki sposób poruszyć kwestię autoprezentacji z klientem. Temat wymagał ode mnie dużego wyczucia. „Problem” rozwiązał się sam. Poprosiłam radzącego, żeby na nasze kolejne spotkanie przyniósł CV. Okazało się, że miał je przy sobie. Jakież było moje zdumienie, gdy zobaczyłam zdjęcie w CV. Zapytałam klienta czy patrzy na mnie ze zdjęcia ta sama osoba? Powiedziałam, że widzę uśmiechniętego, ostrzyżonego i ogolonego chłopaka w eleganckiej koszuli. Zdjęcie w CV było wyjściem do rozmowy na temat przygotowania się do rozmowy klienta. Starałam się uświadomić P. Michałowi, że idąc na rozmowę nieogolony i nieostrzyżony nie tylko może być odebrany jako osoba nie szanująca swojego rozmówcy, ale również jako osoba leniwa. A kto chciałby zatrudniać takiego pracownika? Podczas rozmowy na w/w temat, kolejnym elementem wymagającym pracy ze strony klienta to jego motywacja. Sam klient stwierdził, że jego zapał bywa słomiany i łatwo się zniechęca.

Na zakończenie podsumowaliśmy całe nasze spotkanie. Zapytałam czy taka formuła pracy mu odpowiada. Jako zadanie domowe klient miał uzupełnić koło kariery oraz miał przyjść na kolejne spotkanie tak jakby to była rozmowa kwalifikacyjna.

2 sesja

P. Michał przyszedł na spotkanie ogolony i ostrzyżony. Oczywiście nie umknęło to mojej uwadze i przekonałam P. Michała, że w ten sposób ma się przygotowywać do każdej rozmowy kwalifikacyjnej. Zapytałam, czy czynności te zajęły mu dużo czasu. Okazało się również, że w ramach poprawy swojego wyglądu i ogólnej sprawności (która jak sam klient stwierdził na pewno będzie potrzebna w pracy) radzący zaczął ćwiczyć. Planuje również za zaoszczędzone pieniądze udać się na konsultacje do dietetyka. Odrobił zadania domowe. Po wielu namowach, w uzupełnieniu zewnętrznego koła pomogła mama. To ćwiczenie również pokazało zaniżoną samoocenę klienta. Wiele z posiadanych przez siebie umiejętności czy zainteresowań pominął. Pojawily się one w kole zewnętrznym, wypełnionym z osobą bliską.



Klient nie podjął ostatecznej decyzji, co do wyboru stanowiska na stażu, dlatego zaproponowałam mu mapowanie przyszłości. Radzący zdecydował się na dwa warianty – informatyk oraz magazynier. P. Michał w 100% angażuje się podczas wykonywanych zadań. Po przeanalizowaniu wszystkich obszarów koła, klient zdecydował się na poszukiwania stażu jako magazynier.

Radzący się był bardzo zadowolony z przebiegu sesji. Dotychczasowe ćwiczenia były dla niego czymś nowym i bardzo interesującym. Podoba mu się duża ilość czasu poświęcona przez doradcę i indywidualne podejście.

Jako zadanie domowe poprosiłam P. Michała o przygotowanie CV funkcjonalnego i przygotowanie bazy pracodawców, u których mógłby odbyć staż jako magazynier lub informatyk oraz przygotowanie koła kariery dla zawodu magazynier i informatyk.

3 sesja

P. Michał przyszedł na sesję lekko przeziębiony. Mówił, że jest zmęczony i ma obniżony poziom koncentracji. W związku z tym starałam się tak poprowadzić sesję, żeby w miarę możliwości ożywić klienta proponując mu przede wszystkim rozmowę, a w mniejszym stopniu ćwiczenia wymagające skupienia uwagi czy dłuższego zastanowienia.

Jak to zwykle na początku sesji zapytałam P. Michała, co się u niego w międzyczasie wydarzyło. Radzący wrócił w domu do koła kariery. Uzupełnił koło kariery dla zawodu magazynier oraz informatyk i podjął decyzję, że na początek spróbuje poszukać stażu jako informatyk.

To właśnie jest niesamowite w tej metodzie. Proces poradnictwa nie kończy się wraz z upływem sesji. Toczy się przez cały czas. Klient zawsze ma możliwość wrócenia do zadania i zastanowienia się jeszcze raz nad jego aspektami, i dokonania weryfikacji podjętych decyzji.

Rozpoczęliśmy planować indywidualną ścieżkę kariery. Omówiliśmy CV przygotowanie przez P. Michała.

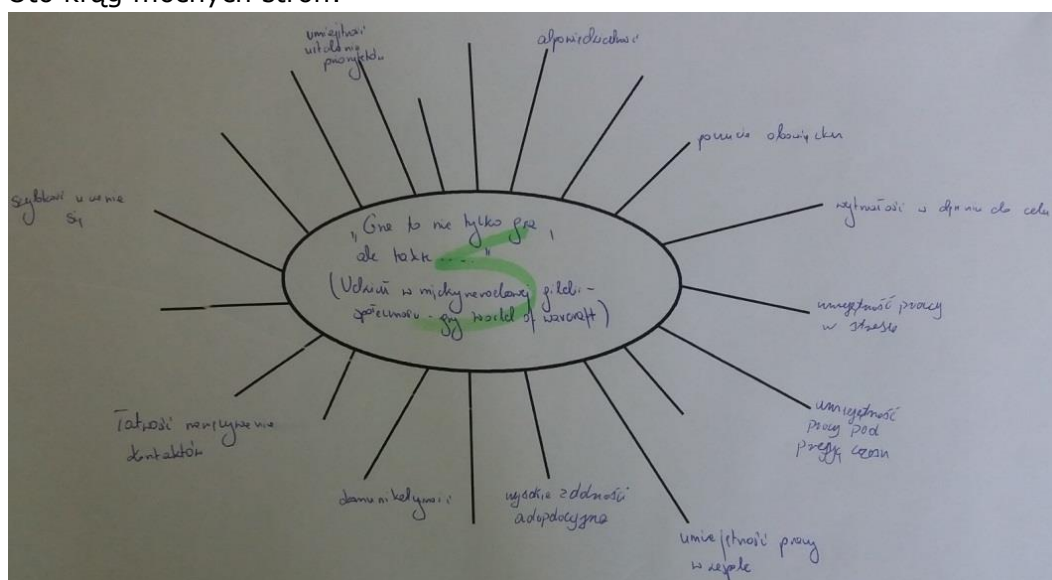
Klient zapytany o to, jakie tematy chciałby poruszyć podczas kolejnej sesji stwierdził, że chciałby przećwiczyć rozmowę kwalifikacyjną.

Na zakończenie podsumowaliśmy przebieg sesji. Pomimo niedyspozycji P. Michał był zadowolony ze spotkania. Wprowadziłam klienta w ćwiczenie, które zaplanowałam na nasze kolejne spotkanie – koło mocnych stron i poprosiłam o zastanowienie się, w ramach zadania domowego, nad zadaniem/przedsięwzięciem, w którym uczestniczył, w które był zaangażowany.

4 sesja

Cały ostatni tydzień klient przechorował i nie miał możliwość osobistego kontaktu z potencjalnymi przyszłymi pracodawcami. Przeanalizowaliśmy bazę pracodawców, którą P. Michał przygotował. Sama też, wykorzystując znajomość lokalnego rynku pracy, zaproponowałam kilku pracodawców, do których warto udać się na rozmowę i zapytać o możliwość odbycia stażu.

Podczas wcześniejszych spotkań zauważyłam zaniżoną samoocenę klienta. Sam klient też doskonale zdaje sobie z tego sprawę (a to już połowa sukcesu). Koło mocnych stron jest dobrym ćwiczeniem na wzmocnienie pozytywnych doświadczeń. P. Michał bardzo szczegółowo opowiadał o wybranym przez siebie wydarzeniu. Podczas rozmowy podkreślałam mocne strony klienta. Starałam się jak najwięcej ich wyłapać z opowiadanej historii, by w formie graficznej przedstawić je klientowi. Oto krąg mocnych stron:



P. Michał opowiedział mi również o negatywnych doświadczeniach z przeszłości, które miały znaczący wpływ na obniżoną samoocenę. Ucieszyłam się z tej rozmowy. Fakt, że zdobyłam zaufanie klienta utwierdził mnie w przekonaniu, że zaplanowane działania, ćwiczenia były w odpowiedni sposób dobrane i przynoszą oczekiwane efekty.

W dalszej części sesji zaproponowałam ćwiczenie na tworzenie metafor z wykorzystaniem zestawu kart, jako kolejny z elementów, poprzez który chciałam podnieść samoocenę P. Michała. Byłam pod ogromnym wrażeniem łatwości, z jaką klient poprzez metafory opisywał różne wydarzenia ze swojego życia. Oczywiście taką informację zwrotną przekazałam radzącemu się.

Na zakończenie sesji odegraliśmy scenki, w których P. Michał wciela się w rolę osoby poszukującej pracy, ja wcielałam się w rolę pracodawcy. Przeanalizowaliśmy dotychczasowe rozmowy kwalifikacyjne radzącego.

Jako zadanie domowe poprosiłam o przygotowanie metafor życia klienta oraz wizyty u pracodawców z przygotowanej bazy firm.

5 sesja

Na nasze kolejne spotkanie P. Michał przyszedł w wyśmienitym humorze. Udało mu się znaleźć pracodawcę, u którego będzie odbywał staż.

Od ostatniej sesji P. Michał odbył dwie rozmowy kwalifikacyjne. Jedną na stanowisko programisty. Miałam okazję porozmawiać z pracodawcą i zapytać jak klient zaprezentował się na rozmowie. W odczuciu pracodawcy P. Michał sprawiał wrażenie bardzo pewnego siebie. Zaskoczyła mnie ta informacja. Pytany o tę sytuację radzący stwierdził, że wszedł w rolę i „napuszył się jak paw”. Był ciekaw efektu, bo przecież i tak nie miał nic do stracenia. Jak się później okazało pracodawca chciał przyjąć go na staż. Klient jednak zrezygnował z uwagi na utrudniony dojazd. Zdał sobie również sprawę, że trzymiesięczny staż jako programista nic nie zmieni w jego sytuacji na rynku pracy. Poszukując od dłuższego czasu pracy, dobrze znał oferty pracy i zauważał, że wymagane jest wykształcenie wyższe lub w trakcie studiów, około roczne doświadczenie (poza tym pracodawca, u którego był na rozmowie kwalifikacyjnej, poinformował go, że nie ma możliwości zatrudnienia po stażu, ponieważ umiejętności zdobyte w czasie jego trwania będą niewystarczające do podjęcia pracy w tym zawodzie). Radzący ostatecznie zdecydował się na staż jako magazynier.

100% odbytych rozmów kwalifikacyjnych przez P. Michała zakończyło się pozytywnym wynikiem (2 pozytywne wyniki na dwie rozmowy), co bardzo podbudowało klienta i w znacznym stopniu poprawiło jego samoocenę.

W dalszej części sesji przeszliśmy do omówienia praw i obowiązków stażysty, w jaki sposób powinien się zachować i poruszać w nowym miejscu pracy.

W ramach zadania domowego poprosiłam klienta o zastanowienie się, nad którymi obszarami chciałby jeszcze popracować? Jakie tematy chciałby z doradcą poruszyć?

6 sesja

P. Michał rozpoczął sesję od omówienia dotychczasowego przebiegu stażu. Mówił o dobrej atmosferze, przyjaźnie nastawionych współpracownikach, którzy chętnie służą pomocą. Na ten moment nie jest pewien czy chciałby podjąć pracę po zakończonym stażu w miejscu jego odbywania. Po rozmowie z kolegą zastanawia się nad rozpoczęciem szkolenia jako operator CNC i znalezieniem pracy w tym zawodzie. Kuszą go wysokie zarobki, ale przy okazji mógłby wykorzystać posiadane umiejętności z zakresu programowania. Zapewne część czasu podczas kolejnych sesji przeznaczymy, by szerzej omówić ten pomysł.

Poprosiłam radzącego o krótkie podsumowanie dotychczasowego udziału w projekcie. Klient wypowiadał się w samych superlatywach. Podkreślał wzrost jego samooceny i motywacji do podejmowania aktywnych działań na rynku pracy.

Ponieważ klient planuje dalsze poszukiwania swojego miejsca na rynku pracy, zaproponowałam mu ćwiczenie koło połączeń. Klient rozpoczął wypełnianie poszczególnych obszarów. Zadanie miał dokończyć w domu. Umówiliśmy się, że kolejną sesję rozpoczniemy od rozmowy na temat tego ćwiczenia.

7 sesja

Z P. Michałem nie widzieliśmy się dwa miesiące. To długi okres i byłam bardzo ciekawa, co przez ten czas wydarzyło się u klienta. Od tego rozpoczęliśmy sesję. Radzący ukończył staż, ale w tym momencie nie chce podjąć tam pracy. Ma wiele alternatyw i pomysłów na swoją karierę zawodową. W pierwszej kolejności chce ukończyć szkolenie na operatora CNC i w tym zawodzie poszukiwać pracy. Dokonał już wyboru instytucji szkoleniowej. Gdyby nie udało mu się znaleźć pracy, to wyjedzie do Niemiec do pracy na budowie, gdzie jego kolega jest brygadzystą. Gdyby ten pomysł nie wypalił, to planuje wyjazd za granicę do siostry do Anglii i poszukiwanie pracy na produkcji lub magazynie. Jeżeli i ta opcja nie przyniosłaby efektu, to wraca do kraju i podejmuje pracę jako magazynier u pracodawcy, u którego odbywał staż. Dwa pierwsze

pomysły pojawiły się po wypełnieniu koła połączeń, podczas wpisywania znajomych, którzy mogą mu pomóc na rynku pracy (podczas tej sesji omówiliśmy to ćwiczenie).

Rozpoczęliśmy proces „żegnania się”. Poprosiłam klienta o podsumowanie dotychczasowego udziału w projekcie i zaznaczyłam, że podczas ostatniej sesji będę chciała dowiedzieć się o najważniejsze momenty w projekcie, poznać jego odczucia, czy coś wyniósł z udziału w projekcie. W ramach zadania domowego poprosiłam P. Michała o wykonanie ćwiczenia „Atraktory miejsca pracy”.

8 sesja

Ostatnią sesję rozpoczęliśmy od omówienia ćwiczenia „Atraktory”, które P. Michał wykonał w ramach zadania domowego. Ćwiczenie pokryło się z jego wcześniej deklarowanymi oczekiwaniami, co do przyszłego miejsca pracy (bliskość miejsca zamieszkania, godziny pracy, zgodność z posiadanymi kwalifikacjami i umiejętnościami oraz możliwość rozwoju zawodowego).

Następnie poprosiłam klienta o podsumowanie całego procesu poradnictwa, zapytałam co wyniósł z udziału w projekcie, czy coś się zmieniło? Klient deklaruje zmianę w sposobie myślenia o sobie, wzrosła jego samoocena, jest pewny swoich umiejętności i kwalifikacji. Wzrosły jego motywacja i możliwość poszukiwania pracy. Bardzo podobało mu się indywidualne podejście doradcy oraz duża ilość czasu poświęcona radzącemu. Poukładał i zaplanował swoją ścieżkę kariery.

Jestem bardzo dumna z ogromu pracy, jaką wykonał P. Michał i zmiany jak u niego zaszła. Jestem spokojna o przyszłe poczynania P. Michała na rynku pracy.

Studium przypadku: Monika

Zanim po raz pierwszy spotkałam się na sesji doradczej z Panią Moniką dowiedziałam się, że ukończyła średnią szkołę zawodową o profilu technik usług pocztowych. Pracowała kilka miesięcy w zawodzie sprzedawcy w małym sklepie ogólnospożywczym, następnie zaszła w ciążę i zajęła się wychowywaniem dziecka. Po 6 latach bez pracy, postanowiła zmienić coś w swoim życiu i powrócić na rynek pracy. Ustaliliśmy termin pierwszego spotkania poprzez doradcę klienta z Urzędu Pracy.

1 sesja

Pani Monika pojawiła się punktualnie w umówionym miejscu. Na początku, abyśmy mogły się lepiej poznać, poprosiłam, aby opowiedziała coś o sobie. Następnie opowiedziałam jej na czym polega projekt i jak będą wyglądały nasze spotkania. Przyjęła to z entuzjazmem.

Pierwsza sesja była poświęcona poznaniu trudności zawodowych Klientki, budowaniu więzi oraz znalezieniu wspólnej płaszczyzny porozumienia.

Pierwszym zadaniem o wykonanie którego poprosiłam P. Monikę było wypisanie na kartce jej roli życiowych. Lista stworzona przez Klientkę była bardzo długa, wymieniła m.in. mamę, partnerkę, córkę, właścicielkę dwóch papug.

Następnie P. Monika wykonała ćwiczenie „20 rzeczy, które lubię robić”- dodaje ono siły, pokazuje ile pozytywnych rzeczy dzieje się w życiu.

Pani Monika uzupełniła również *Radar relacji życia zawodowego*, w którym są zawarte ważne aspekty poszukiwania i znalezienia zatrudnienia. Dzięki temu ćwiczeniu otrzymaliśmy określony obraz P. Moniki i wiemy nad którymi elementami musimy popracować.

Pod koniec spotkania wypełniliśmy całą dokumentację projektową. A następnie zapytałam P. Monikę jakie są jej odczucia po pierwszej sesji i czy odpowiada jej taka forma spotkań.

2 sesja

Spotkanie rozpoczęło się w dość ponurej atmosferze. Pani Monika na sesję przyszła przygaszona, smutna, wręcz zrezygnowana. Wcześniej Klientka wielokrotnie odwoływała sesje, w związku z czym przeprosiła za tak długi czas nieobecności, mimo, że byliśmy w stałym kontakcie telefonicznym i za każdym razem był wskazywany powód niemożliwości przyścia na spotkanie. Zapewniłam ją, że cieszę się, że w końcu udało nam się spotkać i postaram się, abyśmy wspólnie znalazły rozwiązanie zaistniałej sytuacji, jeśli oczywiście sama chce kontynuować proces poradniczy. Wtedy po raz pierwszy P. Monika lekko się uśmiechnęła i podziękowała za daną jej szansę.

W związku z powstałym istotnym problemem w życiu prywatnym P. Moniki, w dalszej części spotkania zaprosiłam ją do wykonania ćwiczenia *Alternatywy Przyszłości*. Założyliśmy dwie możliwości – syn jest chory oraz syn jest zdrowy. Kartka papieru była dla nas punktem wyjścia do dyskusji na temat bliskiej przyszłości P. Moniki. Po zapisaniu wszystkich możliwości, zaczęliśmy dyskutować na temat uzyskanych wyników. Ćwiczenie to pozwoliło zobrazować obawy, nadzieje i alternatywy P. Moniki.

Następnie poprosiłam P. Monikę, aby opowiedziała mi o takim zadaniu, w którym uczestniczyła i czuła się dumna ze swojego wkładu i osiągniętego wyniku. Podczas tej historii zapisywałam szczegóły i obserwacje na kartce papieru, aby następnie zidentyfikować, co mówi ta opowieść pod kątem celów, mocnych stron, stylu osobistego, zainteresowań oraz jej wartości. Ćwiczenie to miało na celu pokazanie P. Monice, że każde doświadczenia w życiu człowieka niosą cenne informacje o nim, wskazują na jego mocne strony. Świadomość własnych mocnych stron umożliwia doprowadzenie do decyzji o wyborze zawodu, które są pozytywne i pełne nadziei.

Zapytałam o jej refleksje podsumowujące sesję poradniczą – powiedziała, że podczas spotkania czuje okazane wsparcie i nie chce się poddać, bo wie, że drugi raz może jej się nie udać otrzymać takiej pomocy, która teraz jest dla niej nieoceniona, daje jej siłę, żeby walczyć o swój własny rozwój.

3 sesja

Sesję rozpoczęłam od pytań o samopoczucie P. Moniki, o to, co wydarzyło się pomiędzy sesjami, o jej przemyślenia i refleksje.

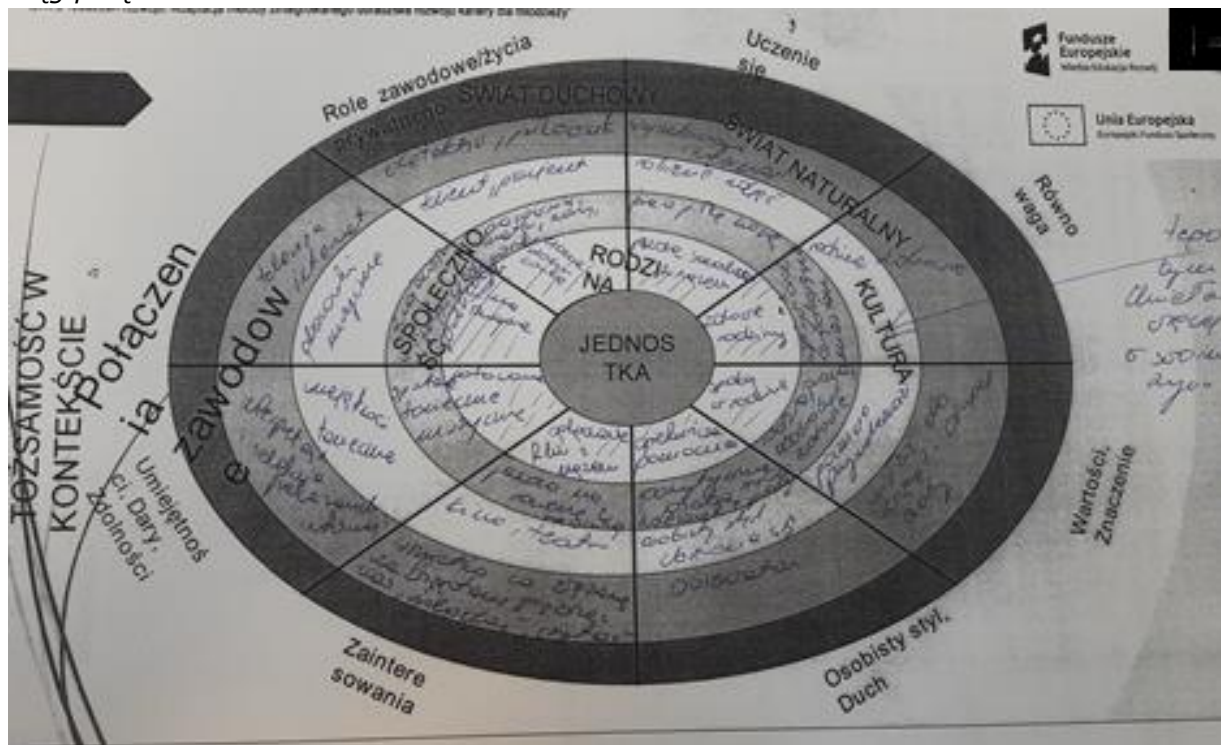
W ciągu tygodnia od ostatniego spotkania bardzo dużo się wydarzyło. Klientka bardzo intensywnie szukała miejsca, gdzie mogłaby i chciała odbyć staż zawodowy. Odbiliśmy kilka rozmów przez telefon, które dotyczyły możliwości, szans, nowych umiejętności i kompetencji, jakie by uzyskała rozpoczynając staż we wskazanych miejscach. Dzwoniłam również do potencjalnych przyszłych pracodawców P. Moniki, przedstawiając im formalne aspekty umożliwienia jej odbycia u nich stażu. Pani Monika była bardzo zadowolona z przebiegu tych rozmów i postanowiła, że chce powrócić na rynek pracy na stanowisko pomoc opiekunki dziecięcej.

Trzecie spotkanie poświęciliśmy na refleksje wokół wsparcia, połączeń w życiu, ponieważ na wcześniejszym spotkaniu P. Monika sygnalizowała, że chciałaby ten obszar poddać głębszej analizie.

W pierwszej kolejności P. Monika wykonała ćwiczenie *Rodzaje Znaczeń*, które skupione było na sposobach, jakimi odbiera swoje relacje z innymi. Zadanie polegało na odpowiadaniu na serię pytań dotyczących aspektów związku z wybraną przez P. Monikę osobą. Była mile zaskoczona z otrzymanych wyników.

Następnie wykorzystaliśmy *Krąg Połączeń*, aby skupić się na tych połączeniach, które zapewniają wsparcie. Rozpoczęliśmy ogólnie, od możliwych powiązań, które mogłyby być potencjalnym źródłem wsparcia w życiu. W następnej kolejności uwzględniliśmy te powstałe powiązania do rozpoznania tych, które rzeczywiście istnieją w życiu P. Moniki. W kolejnym etapie zostały zakreślone powiązania, które są dostępne w obecnej chwili oraz te, których jej brakuje lub zostały utracone.

Krąg połączeń



4 sesja

Zapytałam P. Monikę o samopoczucie oraz czy coś istotnego się wydarzyło w ciągu 2 tygodni od ostatniej sesji. Najpierw poprosiłam o wykonanie ćwiczenia *Atryktory w miejscu pracy*, dzięki któremu dokonałyśmy identyfikacji najważniejszych czynników miejsca pracy, które wpływają na podjęcie decyzji o ścieżce zawodowej. Umożliwiło nam to lepsze zidentyfikowanie jej orientacji względem pracy, wartości, motywacji, talentów. Pomocne było to w zaplanowaniu jej kierunku powrotu na rynek pracy. Dla P. Moniki najważniejsze atraktory miejsca zatrudnienia to: bezpieczeństwo, elastyczność, innowacja, stopień dopasowania.

Następnie P. Monika wykonała *Krąg Kariery*, aby móc zebrać i poukładać informacje o konkretnych możliwościach zawodowych. Ćwiczenie było wykonane w formie papierowej, ale wywołało żywą dyskusję, dzięki której otrzymałam dodatkowe informacje o P. Monice.

Poprosiłam klientkę, aby na następne spotkanie przyniosła krąg kariery z wypełnieniem części przeznaczonej dla osób bliskich – tzw. wgląd od innych.

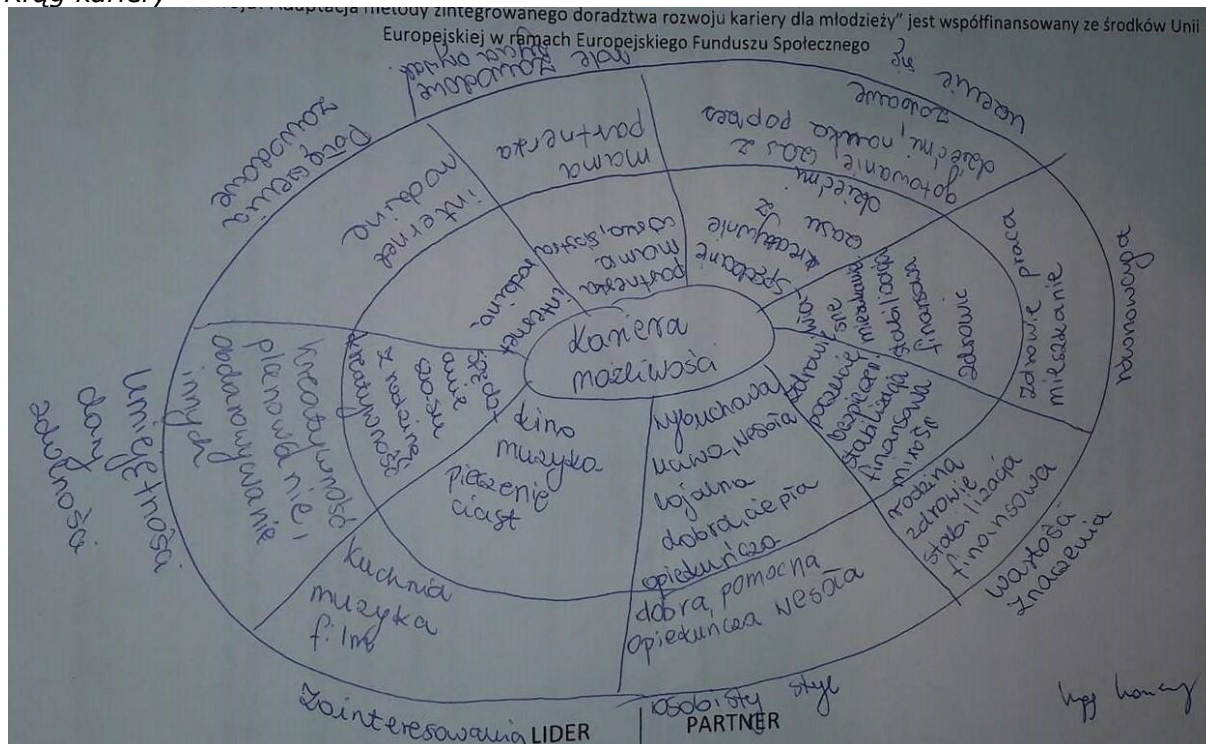
5 sesja

Standardowo sesja została rozpoczęta od pytań o samopoczucie Klientki, jej przemyśleń i refleksji. Pani Monika pochwaliła się, że jest już w trakcie badań lekarskich umożliwiających jej rozpoczęcie stażu.

Następnie dyskutowaliśmy na temat części kręgu kariery wypełnionego przez jej partnera. Wiele rzeczy pokrywało się z tym, co już sama o sobie wiedziała, ale było kilka aspektów nowych, które pozwoliło na szersze spojrzenie na całość.

Piąta sesja była poświęcona na poznanie zasobów osobistych P. Moniki, w związku z powyższym wypełniła kilka testów psychologicznych takich jak: test na półkulowość, określenie introwersji i ekstrawersji oraz ocenę potencjału sensorycznego. Po wypełnieniu testów, rozmawialiśmy na temat uzyskanych przez nas wyników. Część otrzymanych wyników potwierdziła to, co P. Monika już wiedziała, a niektóre informacje pozwoliły na nowe spojrzenie na swoje życie, podejmowane decyzje, określenie sposobu regenerowania swoich zasobów.

Krąg kariery



Na zakończenie sesji skupiliśmy się na metaforze *brzoskwini i kokosa* oraz uzupełniliśmy wspólnie ścieżkę rozwoju zawodowego i edukacyjnego.

6 sesja

Szóstą sesję poświęciliśmy na analizę siły wewnętrznej P. Moniki. Zaczęliśmy ogólnie, skupiliśmy się na powodach, dla których lubimy i cenimy innych ludzi, rozważaliśmy możliwości zmiany obrazu siebie i czynników na to wpływających. Następnie po wspólnej burzy mózgów odniosliśmy otrzymane obserwacje do P. Moniki. Otrzymany efekt ją zastanowił, ale po chwili przerwy, gdy sobie wszystko poukładała, uznała, że jest mile zaskoczona i wcześniej nie patrzyła na to z tej perspektywy.

Pani Monika przyznała, że trochę się boi, co przyniesie jej staż, czy sobie poradzi, czy współpracownicy ją zaakceptują i czy żadna sytuacja losowa nie uniemożliwi jej dokończenia stażu. Porozmawialiśmy o jej obawach i zakończyliśmy sesję z uczuciem niepewności co przyniesie przyszłość, ale również podekscytowaniem zaistniałą zmianą, że mimo przeciwności losu P. Monika nie poddała się i zawańczyła o siebie.

Po raz drugi został uzupełniony *Radar Relacji Życia Zawodowego* przez P. Monikę i zauważyliśmy zmianę w przyznanej punktacji, co wskazuje, że mimo strachu i obaw przed nowym, nastąpiła duża zmiana w jej toku myślenia i postrzeganiu własnych możliwości.

Zbliżał się termin rozpoczęcia stażu, więc wspólnie ustaliliśmy kolejną sesję w dogodny dzień po zaklimatyzowaniu się przez nią w nowym miejscu i pracy, by mogła podzielić się odczuciami, spostrzeżeniami na temat stażu.

7 sesja

Pani Monika przyszła na spotkanie z szerokim uśmiechem. Od razu zaczęła opowiadać, jak bardzo jej się podoba staż, szefowa, współpracownicy, to co robi i jak wiele z tego wynosi.

Podczas siódmej sesji, głównie rozmawialiśmy na temat nowej sytuacji w życiu P. Moniki, jak zorganizowała swoje życie prywatne, jak wiele się uczy i jaka jest teraz zadowolona z życia. Wykonaliśmy ćwiczenie z zarządzania czasem, którego wyniki potwierdziły istotną zmianę

w myśleniu P. Moniki. Niejednokrotnie podkreślała, że sama by pewnie zrezygnowała przy pierwszej przeszkodzie, ale dzięki otrzymanemu wsparciu i wiary w nią, osiągnęła tak wiele. Pochwaliła się, że prawdopodobnie zostanie zatrudniona po odbytym stażu, co jeszcze bardziej dodało jej skrzydeł do dalszego działania.

Na ostatnią sesję umówiliśmy się pod koniec stażu, aby podsumować cały proces poradniczy.

8 sesja

Pani Monika na spotkanie przyszła w nostalgicznym nastroju. Na samym początku powiedziała, że nie może uwierzyć, że to już koniec naszych spotkań, ponieważ przyzwyczaiła się do nich. Zapytałam, czy miałyby ochotę powrócić do niektórych kwestii, nad którymi pracowałyśmy wcześniej. W odpowiedzi na zadane pytanie, uśmiechnęła się bardzo szeroko i zgodziła się na ten pomysł.

Następnym etapem sesji był powrót do ćwiczenia *Radar relacji życia zawodowego*, który po raz ostatni został uzupełniony przez P. Monikę. Również tutaj zauważyłyśmy zmianę na lepsze: klientka przede wszystkim zyskała większość pewność siebie.

Po wykonaniu tego ćwiczenia poprosiłam P. Monikę o podzielenie się ze mną swoimi przemyśleniami na temat całego procesu poradniczego i tego, co wniosły w jej życie te spotkania, jakie zmiany zaszły w niej samej, a także jakie ma cele na przyszłość. Pani Monika bardzo pozytywnie wyrażała się o przeprowadzonym przeze mnie poradnictwie i podziękowała za opiekę oraz dodawanie skrzydeł w chwilach zwątpienia. Dodała, że jej sytuacja rodzinna się pogorszyła od ostatniego spotkania i niestety pokrzyżowało to jej plany dalszego rozwoju zawodowego. Natomiast powiedziała, że „nadzieja umiera ostatnia” i ona wierzy, że los znowu się do niej uśmiechnie. Podkreśliła, że zaszła w niej ogromna zmiana i cieszy się, że będzie mogła podjąć zatrudnienie w miejscu, gdzie odbywa staż, jeśli jej sytuacja w domu się ustabilizuje.

Pod koniec sesji podsumowałam cały proces poradniczy ze swojej perspektywy. Podkreśliłam również jak bardzo się cieszę, że obdarzyła mnie tak dużym zaufaniem i dała mi szansę na poznanie jej oraz spędzenie wspólnie czasu na kreowaniu jej kariery zawodowej podczas tych ośmiu sesji.



Studium Przypadku: Zuzanna

Pierwsze spotkanie z Panią Zuzanną miało miejsce podczas rekrutacji do projektu. Była pierwszą z osób, które osobiście złożyły kompletne wypełnione dokumenty rekrutacyjne. Już w trakcie krótkiej rozmowy podczas składania ww. dokumentów deklarowała, że jest bardzo chętna do działań w ramach projektu. Podobnie zaprezentowała się podczas rozmowy rekrutacyjnej, gdzie zdobyła maksymalną ilość punktów, przez co została zakwalifikowana do projektu. Termin pierwszego spotkania poradniczego został ustalony podczas rozmowy telefonicznej.

1 sesja

Pani Zuzanna pojawiła się na spotkaniu kilka minut przed czasem, wskazując, że nie lubi się spóźniać. Po przedstawieniu się, ustaleniu zasad realizacji sesji, możliwych sposobów kontaktu i zaprezentowaniu obowiązujących zasad administracyjno-dokumentacyjnych zapytałam o to, czy P. Zuzanna kiedykolwiek uczestniczyła w poradnictwie zawodowym, w spotkaniu z doradcą zawodowym. Odpowiedziała, że tak. Za pierwszym razem był to jednorazowy, nieznaczący kontakt w Urzędzie Pracy, gdzie teraz jest zarejestrowana jako osoba bezrobotna. Dodała, że za drugim razem miała okazję brać udział w projekcie unijnym, gdzie jednym z obligatoryjnych działań było doradztwo zawodowe. Wskazała, że z Jej punktu widzenia były to ciekawe spotkania, bo mogła się o sobie dowiedzieć czegoś nowego. Po takiej odpowiedzi P. Zuzanny uznałam za ważne, żeby przedstawić Jej ogólny zarys metody Normana E. Amundsona, a także moje zadania, jako doradczyni w projekcie *„Przestrzeń rozwoju! Adaptacja metody zintegrowanego doradztwa rozwoju kariery dla młodzieży”*.

Kolejnym etapem pierwszej sesji było uzyskanie przeze mnie wstępnych oczekiwań P. Zuzanny, co do Jej uczestnictwa w tym przedsięwzięciu. Dowiedziałam się, że najważniejszym z powodów, dla których zgłosiła się do projektu była możliwość skorzystania ze stażu, gdzie jak sama przewiduje – będzie miała możliwość nabycia doświadczenia zawodowego. P. Zuzanna doszła do wniosku, iż obecnie Jej głównym celem jest trwały powrót na rynek pracy i właśnie w takiej formie jaką jest staż upatruje swoją szansę zwiększenia własnej mobilności zawodowej i społecznej. Wspomniała, że w projekcie, w którym uczestniczyła również odbywała staż. Podkreśliła jednocześnie, że Jej oczekiwania co do charakteru pracy, którą miała wykonywać (była stażystką – pomocnikiem w salonie kosmetycznym), znacząco rozminęły się z szarą rzeczywistością pracy w salonie. Dlatego teraz chciałaby podjąć staż w miejscu, gdzie będzie mogła wykorzystać swoje umiejętności manualne i artystyczne oraz wcześniej nabytą wiedzę z zakresu florystyki. W związku z taką deklaracją prosiłam, żeby jako zadanie domowe zastanowiła się nad tym jaki posiada potencjał społeczno-edukacyjno-zawodowy.

Zapytałam, czy w związku z projektem ma jeszcze jakieś inne potrzeby czy oczekiwania. P. Zuzanna odparła, że tak. Dodała, że chciałaby poczuć zmianę w swoim życiu. Poprosiłam, by doprecyzowała, co to dla Niej znaczy. Odparła, że nie jest w stanie tego opisać, ale chciałaby poczuć taką zmianę.

Na podsumowanie sesji zaproponowałam P. Zuzannie wykonanie ćwiczenia „Radar Relacji Życia Zawodowego”, które szybko i sprawnie wykonała. W kategorii „Dzika karta” wskazała, że ważną sprawą są dla Niej trudności z organizacją życia rodzinnego. Dodała, że ma małą córeczkę i pracującego męża, co powoduje wiele różnych problematycznych sytuacji, którym cała rodzina musi sprostać.

Zapytałam, jak się czuje po dzisiejszej sesji i czy taka forma realizacji sesji Jej odpowiada. P. Zuzanna odpowiedziała, że czuje się dobrze i że jest otwarta na taką formułę spotkań. Wspólnie ustaliliśmy termin kolejnej sesji.

2 sesja

P. Zuzanna pojawiła się znów kilka minut przed czasem. Rozpoczęłam od wyjaśnienia dzisiejszego celu sesji jakim było utworzenie „Ścieżki rozwoju zawodowego i edukacyjnego”, która jest niezbędnym elementem w dalszych działaniach w ramach projektu.

Uczestniczka na bazie stawianych pytań zawartych w dokumencie chętnie udzielała odpowiedzi. Niektóre z nich połączone były z dłuższymi opowieściami. Na podstawie informacji dotyczących Jej sytuacji na rynku pracy, posiadanych przez Nią zasobów, wyzwań, które dostrzega i oczekiwań – wspólnie ustaliliśmy główny cel rozwojowy. Dla P. Zuzanny tym celem

jest trwały powrót na rynek pracy uwzględniający potrzeby całej rodziny. Na bazie wcześniejszych informacji i diagnozy sytuacji wytyczony został plan na najbliższy rok – powstała aktualna ścieżka rozwoju wraz z planem alternatywnym.

Szczególnie istotnym elementem sesji był dla mnie moment, w którym P. Zuzanna określała swoje obecne role życiowe. Posłużyła się w tym zadaniu następującymi określeniami: „matka”, „opiekunka domu”, „zarządca gospodarstwa domowego”, „osoba usiłująca wrócić na rynek pracy”, „osoba chcąca połączyć pracę z pasją”, „dobry przyjaciel”. Sama dodała ze śmiechem, że tych określeń mogłoby być więcej, ale nie ma już miejsca w formularzu. W tym zadaniu zaskoczyła mnie ilość określeń, którymi posłużyła się P. Zuzanna oraz szeroki wachlarz ról, które u siebie zaobserwowała. Podzieliłam się z moim spostrzeżeniem, co P. Zuzanna skwitowała stwierdzeniem, że jeśli tylko czas i warunki na to pozwalają – to lubi zastanawiać się nad sobą, analizować siebie i swoje działania.

Zaproponowałam zatem, czy mogłybyśmy wspólnie przeanalizować Jej przestrzeń życiową. P. Zuzanna wyraziła zgodę. Powiedziałam, że narzędziem, które będzie nam w tym pomocne jest „mapa przestrzeni życiowej”. Poprosiłam P. Zuzannę o namalowanie koła, wpisanie w środek swojego imienia i dzisiejszej daty. W kole poprosiłam o umieszczenie wszystkich istotnych dla Niej aspektów obecnej sytuacji życiowej. Pani Zuzanna po niemalże natychmiastowym umieszczeniu na mapie elementów: rodzina, dom i pies powiedziała, że musi się jednak zastanowić i dlatego chce wykonać to zadanie na następnym spotkaniu. Ustaliśmy termin kolejnej sesji.

3 sesja

Z uwagi na trudności związane z pogodzeniem rozpoczętego stażu i spowodowaną tym reorganizacją życia rodzinnego kolejna sesja odbyła się w dużym odstępie czasowym (blisko kilka tygodni). Podczas tej przerwy następował jednak regularny kontakt telefoniczny, gdyż był to też czas podjęcia stażu przez P. Zuzannę i według Niej należało wyjaśnić kilka kwestii organizacyjnych związanych z tym faktem.

Na początku spotkania zapytałam P. Zuzannę o zmiany, które zaszły od ostatniej sesji. Dostałam odpowiedź, że zmieniło się bardzo dużo. Począwszy od tego, że podjęła staż, co spowodowało rewolucję w Jej życiu osobistym i rodzinnym. Powiedziała, że przez tą zmianę cała rodzina musiała przestawić się na inny harmonogram, zacząć funkcjonować na zupełnie nowych zasadach. Dodała, że takie funkcjonowanie nie jest proste, ale już dostrzega u siebie i pozostałych zaangażowanych bliskich Jej osób pozytywne efekty tej zmiany.

Po tej krótkiej analizie stanu obecnego P. Zuzanna powiedziała, że chce wrócić do zadania z poprzedniej sesji, bo dużo nad nim myślała. Ochoczo wzięła się do malowania mapy przestrzeni życiowej. Pojawiły się na niej nowe elementy (oprócz wcześniej namalowanych), jak: przyjaciele, praca, działania, które Ją relaksują. Domalowała na kole wskazówki i odstępy, jakie odnaleźć można na klasycznym zegarze. Wyjaśniła przy tym, jak bardzo ważnym aspektem jest dla Niej teraz kategoria czasu – tego, który posiada i którego upływ dotyka Ją bezpośrednio. Snując swoją opowieść na temat poszczególnych detali, które umieściła na mapie powiedziała, że zdała sobie sprawę z wartości jaką przywiązuje do obecności ludzi w Jej życiu, ale również do tych momentów, kiedy może być sama, bez innych ludzi w „swojej małej bańce, w której może zastanawiać się nad sobą i analizować” (co również miało swoje odzwierciedlenie graficzne na mapie).

Zapytałam, czy w takim razie na następnej sesji mogłybyśmy przeanalizować powiązania i relacje, które są w Jej życiu. Stwierdziła, że to może być kolejne ciekawe zadanie. Dodała, że mapa pozwoliła Jej opowiedzieć o sobie inaczej, w sposób który lubi, bo poprzez obrazy i że jest bardzo zadowolona z efektów swojej pracy.

Podsumowując sesję wyraziłam swoją radość, że to zadanie przez graficzną formę spodobało się P. Zuzannie, było trafnie wykorzystane i pozwoliło mi Ją lepiej poznać niż gdybym posłużyła się innymi tradycyjnymi narzędziami, np. testami.

4 sesja

Na wstępie P. Zuzanna zaznaczyła, że jest bardzo zmęczona, bo od czasu ostatniej sesji „jest na wysokich obrotach”. Okazało się, że miejsce w którym odbywa staż (kwaciarnia) z uwagi na okres przedświąteczny był od listopada mocno oblegany przez klientów. Powiedziała,

że nie przypuszczała, że w takim miejscu może być tak dużo pracy. Jednocześnie wskazała, że to niesamowite, że odczuwa zmęczenie fizyczne, ale również ogromną satysfakcję z tego, co robi podczas stażu. Poprosiłam, żeby zastanowiła się nad tą nową dla Niej przestrzenią zawodową, abyśmy na następnej sesji mogli ją wspólnie przeanalizować.

Ponieważ przekroczony został półmetek procesu poradniczego zaproponowałam P. Zuzannie ponowne wykonanie ćwiczenia „Radar Relacji Życia Zawodowego”. Po naniesieniu nowych wartości P. Zuzanna stwierdziła, że dostrzega u siebie pozytywne zmiany w wielu ważnych dla Niej obszarach. I że nie spodziewała się, że one nastąpią. I, co dla Niej równie zaskakujące, że nastąpią w tak szybkim czasie.

Zgodnie z ustaleniami z poprzedniej sesji wróciłyśmy do analizy połączeń i relacji w życiu P. Zuzanny. Zaproponowałam do tego celu wykonanie ćwiczenia „Nadawanie znaczenia przez relacje”. P. Zuzanna w skupieniu uzupełniała poszczególne zdania, stosując opisy z wykorzystaniem inicjałów osób. Po wykonaniu tego ćwiczenia podsumowała, że było to dla Niej odkrywcze, jaką dużą ma sieć relacji/związków i jak wiele może z niej czerpać, a jednocześnie też co sama może wnieść do tej sieci.

5 sesja

Sesję rozpoczęłyśmy od wzajemnego sformułowania życzeń na ten nowy rok, gdyż było to nasze pierwsze spotkanie w 2018. Już podczas wejścia do pokoju dostrzegłam, co natychmiast zakomunikowałam P. Zuzannie, zmianę fizyczną w Jej wyglądzie. Zmieniła fryzurę, szeroko się uśmiechała, wręcz emanowała radością. Jej nastrój i mnie się udzielił.

Podczas sesji wróciłyśmy do analizy nowej przestrzeni zawodowej P. Zuzanny. Pytałam o Jej refleksje na temat miejsca, w którym odbywa staż, zakresu zadań, które ma w swoich obowiązkach i o relacjach, które nawiązała w tym miejscu. Opowiedziała mi o swoich odczuciach oraz o tym jak skonfrontowała swoje oczekiwania względem uczestnictwa w stażu z tym, co obserwuje i odczuwa w rzeczywistości. Bilans, który przedstawiła był dla Niej samej bardzo zaskakujący. Podczas narracji posługiwała się głównie pozytywnymi określeniami sytuacji. Mówiła, jak bardzo cieszy się, że z tymi ludźmi i w tym miejscu odbywa staż. Podkreślała, jak wiele swoich umiejętności, zdolności i cech może zaobserwować podczas pracy. Dodała, że została nawet nazwana „specjalistką od obsługi trudnych klientów” i że dobrze się czuje w tej roli. Zapytałam, czy w związku z tym mogłybyśmy na następnej sesji przeanalizować Jej mocne strony. P. Zuzanna stwierdziła, że to dobry pomysł, bo nigdy się nad tym nie zastanawiała, a podczas wcześniejszych rozmów kwalifikacyjnych była niekiedy pytana o to jakie są Jej atuty i wtedy nie wiedziała, co odpowiedzieć – jakimi atutami mogłaby się pochwalić.

Ze swojej strony jeszcze raz podkreśliłam, że dostrzegam ogromną zmianę w Jej wyglądzie oraz w Jej nastroju, który również poczułam i który też mi się udzielił.

6 sesja

Pani Zuzanna rozpoczęła sesję od informacji, którą uzyskała od koordynatorki projektu, o możliwości przedłużenia stażu. Ucieszyła się, że opiekunka Jej stażu – właścicielka kwaciarni również jest zainteresowana kontynuacją współpracy. Pani Zuzanna zaczęła snuć nowe plany związane z tą sytuacją.

Kolejnym etapem tej sesji było ustalenie czynności/rzeczy, które P. Zuzanna lubi wykonywać. Narzędziem, które zostało wykorzystane było ćwiczenie „12 rzeczy, które lubię robić”. Zadanie to zajęło nieco więcej czasu P. Zuzannie niż dotychczas wykonywane zadania. Po wyszczególnieniu wszystkich czynności poprosiłam o wskazanie następujących kategorii: kiedy ostatnio daną czynność wykonywała, czy jest to działanie darmowe, czy związane z jakimś kosztem, czy jest spontaniczne czy zaplanowane, czy jest wykonywane z innymi czy samotnie oraz jakie elementy angażuje: umysł, ciało, emocje czy duch. Po wykonaniu tej części zadania P. Zuzanna samodzielnie przeanalizowała jeszcze raz wszystkie wskazane czynności i doszła do wniosku, że na liście jest dużo rzeczy, które lubi robić i są z Jej perspektywy bezkosztowe oraz że w większości sprawiają Jej przyjemność czynności, które wykonuje w samotności. I ta refleksja, jak dodała, była dla Niej odkryciem i jednocześnie sporym zaskoczeniem.

Poprosiłam, żeby na następne spotkanie jeszcze raz zastanowiła się jakimi mocnymi stronami się charakteryzuje oraz czy zauważa w swoim życiu połączenia – ludzi, miejsc, rzeczy, cech, itp.

7 sesja

Pomiędzy sesjami szóstą i siódmą kilkakrotnie kontaktowałam się z P. Zuzanną, by poinformować Ją o nowym projekcie skierowanym do osób bezrobotnych, a związanym z możliwością podjęcia własnej działalności gospodarczej i uzyskaniem dotacji na ten cel. Gdy P. Zuzanna pojawiła się na spotkaniu rozpoczęła je od stwierdzenia, że ma nowy cel – chce uczestniczyć w ww. projekcie, gdzie mogłaby uzyskać wsparcie finansowe na własny biznes. Dodała, że wraz z mężem i gronem przyjaciół zaczęła już zbierać informacje nt. miejsca, w którym mogłaby w przyszłości otworzyć kwiaciarnię.

Po tym wstępie zagadnęłam Ją o analizę mocnych stron. Zadanie to rozpoczęłam od zapytania o zapamiętany przez Nią ostatnio ważny moment, zdarzenie w Jej życiu, które dobrze wspomina – taki, w którym mogła się wykazać, pokazać od najlepszej strony. Powiedziała, że to ostatnio ciąg zdarzeń, które dzieją się u Niej podczas odbywania stażu. Poprosiłam, żeby powiedziała o tym coś więcej. Podczas opowiadanej przez Nią historii namalowałam krąg, który podpisałam „miejsce stażowe”, zaznaczyłam literkę „S” (silne strony) i na kolejnych promieniach wypisywałam usłyszane i zidentyfikowane przez siebie mocne strony P. Zuzanny. Po zakończeniu historii zapytałam, czy chce przeczytać, jaki potencjał umiejętności i cech wynikający z opowiedzianej przez Nią historii dostrzegłam u Niej. Po przeczytaniu sporządzonego przeze mnie opisu bardzo się ucieszyła i powiedziała, że sama nie byłaby w stanie tak dobrze mówić o sobie i znaleźć u siebie z jednej tylko historii tylu mocnych stron. Powiedziała, że chce zachować dla siebie to ćwiczenie.

Ponieważ była to przedostatnia sesja powiedziałam, że wkrótce będziemy kończyć proces poradnictwa, gdyż mam poczucie, że jest gotowa na zmierzenie się z nowym wyzwaniem zawodowym. Zapytałam, jakie są Jej odczucia w tej kwestii. Zgodziła się z moim podejściem. Po chwili dodałam, że zależałoby mi jeszcze na zastosowaniu w tym procesie dwóch narzędzi, jakimi są: krąg połączeń i krąg kariery możliwości. Po uzyskaniu aprobaty Pani Zuzanny wprowadziłam i objaśniłam oba narzędzia. P. Zuzanna rozpoczęła uzupełnianie najpierw kręgu połączeń, a później kręgu kariery możliwości, gdzie bez chwili zastanowienia w centrum wpisała „przedsiębiorca florysta”. Po częściowym wypełnieniu pól w obu kręgach przerwała pisanie i powiedziała, że to jednak zadanie na dłuższe zastanowienie się i chce nad nim jeszcze pomyśleć w domu. Zaproponowałam zatem, żeby o uzupełnienie części „wgląd od innych” zwróciła się do życliwych Jej bliskich. „To dobry pomysł” – odpowiedziała.

Na koniec podsunęłam P. Zuzannie jeszcze jedno zadanie domowe, którym było napisanie „Książki życia”. I to zadanie P. Zuzanna przyjęła entuzjastycznie mówiąc, że jeszcze nigdy czegoś takiego nie robiła. I że to może być dla Niej świetna zabawa.

Ponieważ P. Zuzanna zadeklarowała chęć podjęcia nowego wyzwania – przystąpienia do projektu z dotacjami kolejny termin spotkania był podyktowany koniecznością zakończenia procesu przed końcem miesiąca (planowane rozpoczęcie rekrutacji od lutego 2018).

8 sesja

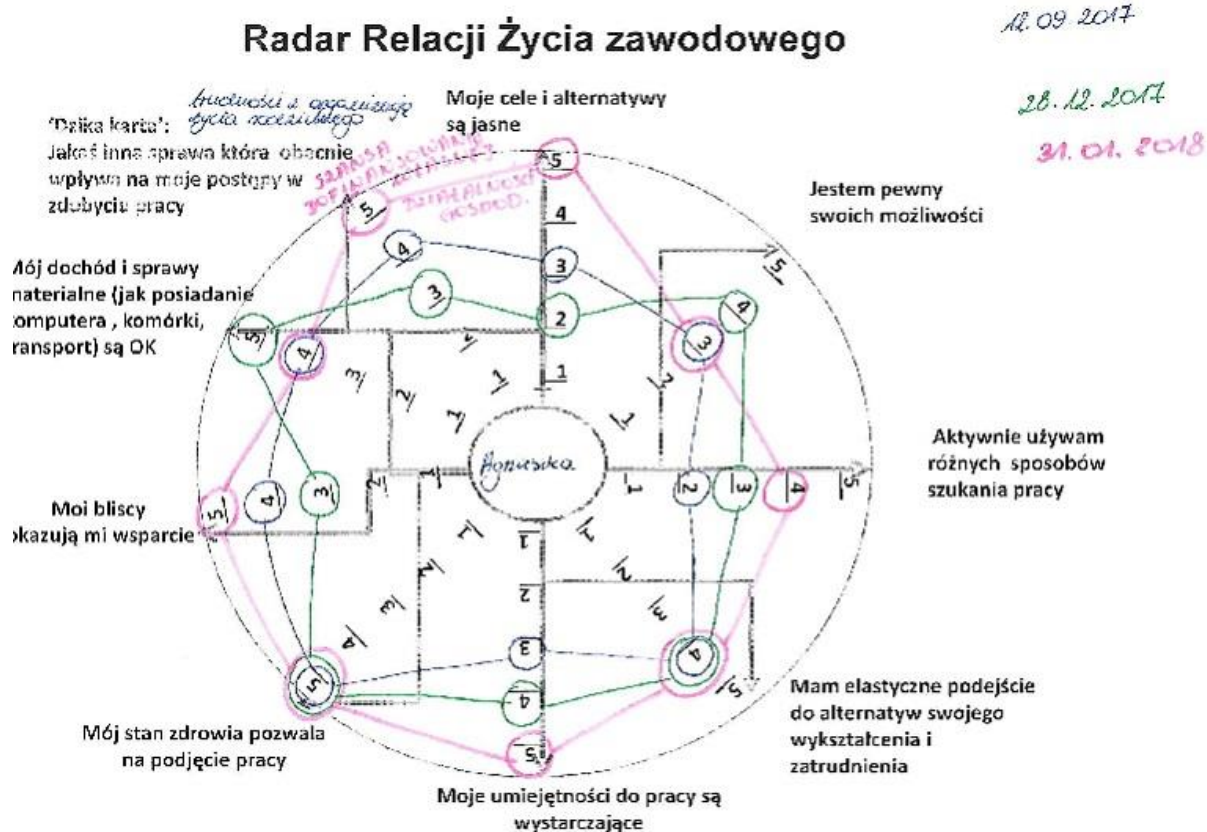
P. Zuzanna znów pojawiła się kilka minut przed czasem. Dodała, że jest mocno podekscytowana tym, co się ostatnimi czasy u Niej dzieje, wielkością i rozmachem zmian, których doświadcza oraz możliwościami, które się pojawiły.

Zgodnie z wcześniejszymi ustaleniami – powróciliśmy do zadań z poprzedniej sesji, do ćwiczenia „krąg połączeń” i „krąg kariery możliwości”. P. Zuzanna stwierdziła, że nie spodziewała się takich pozytywnych informacji zwrotnych od swoich bliskich jakie otrzymała przy uzupełnianiu kręgu w obszarze „Wgląd od innych”. Dodała, że było to dla Niej osobiście bardzo wzmacniające doświadczenie.

Pani Zuzanna powiedziała, że chce mi również zaprezentować napisaną przez siebie „Książkę życia”. Powiedziała, że było to dla Niej wyzwanie, żeby dokonać przedstawienia opisu swojego życia w poszczególnych rozdziałach książki. Sama zadała sobie również dodatkowy trud, żeby szerzej rozbudować opis kolejnych rozdziałów książki.

Poprosiłam, żeby po raz ostatni uzupełniła również „Radar Relacji Życia Zawodowego”. Tym razem na radarze pojawiła się nowa „dzika karta” jaką dla P. Zuzanny jest szansa dofinansowania działalności gospodarczej. Z uśmiechem na twarzy przypisała tej sprawie

wartość 5 i podkreśliła, że wierzy, że ma duże szanse na pozytywne rozstrzygnięcia w tej kwestii.



Po dokończeniu wszystkich zadań poprosiłam P. Zuzannę o podsumowanie z Jej perspektywy całego procesu poradniczego. Usłyszałam w trakcie wypowiedzi wiele pozytywnych i ciepłych słów na temat czasu spędzonego podczas sesji i tego co działo się pomiędzy sesjami, wykorzystanych narzędzi, które często Ją zaskakiwały i zachęcały do poświęcenia większej ilości czasu na refleksję. Dowiedziałam się, że czuje teraz, że jest pełna pomysłów i nadziei na ich realizację w niedalekiej przyszłości. Zapytałam P. Zuzannę, czy poczuła też zmianę w swoim życiu o której mówiła na początku procesu, bo ja zauważyłam u Niej kolosalną przemianę – począwszy od wyglądu fizycznego, poprzez sposób zachowania a skończywszy na szeroko zakrojonym optymistycznym spojrzeniu na przyszłość. P. Zuzanna zgodziła się z moim zdaniem i powiedziała, że odczuwa nie tylko sama tę zmianę, ale że i Jej bliscy mówią, że bardzo się zmieniła.

Na końcu sesji podsumowałam doradztwo z mojego punktu widzenia. Podzieliłam się poczynionymi przez siebie obserwacjami i refleksjami stąd wpływającymi. Podkreśliłam, że bardzo się cieszę z tego, że miałam okazję z Nią pracować. Zapewniłam P. Zuzannę, że w przyszłości, jeśli będzie potrzebować pomocy doradcy – może się ze mną skontaktować. Stwierdzenie to zostało skwitowane przez P. Zuzannę, że chętnie skorzysta z mojej pomocy, jeśli będzie musiała napisać biznes plan przyszłej działalności, bo nie ma w tym żadnego doświadczenia.

Powiedziałam, że nadszedł teraz moment, żeby w „Księżce życia” zakończyć rozdział, w którym znajdował się ten proces poradnictwa i czas zacząć pisać nowy rozdział – do czego gorąco Ją zachęcam. Na tym zakończyliśmy ostatnią sesję.

Studium przypadku: Katarzyna

Uczestniczka sama zgłosiła się do projektu w sierpniu. Informacje o projekcie otrzymała od znajomej, która pracuje w Miejskim Ośrodku Społecznym, gdzie wysłałam informacje o rekrutacji do pracowników socjalnych, z którymi Urząd Pracy od lat współpracuje. Pani Katarzyna była już klientką Urzędu. W styczniu 2017 r. zgłosiła się na porady indywidualne, ponieważ jej samodzielne poszukiwanie pracy nie przynosiło oczekiwanego efektu. Dwa spotkania doradcze dotyczyły analizy historii edukacyjno-zawodowej klientki, oczekiwań w stosunku do charakteru pracy (praca zgodna z profilem wykształcenia – tłumacz j. angielskiego) oraz wypracowania obszarów zawodów pokrewnych. Ponieważ samodzielne poszukiwanie zatrudnienia nie przynosiło oczekiwanych efektów, brak pracy oraz praca poniżej kwalifikacji (pracownik porządkowy w aquaparku) P. Katarzyna nie ustawała w poszukiwaniach zarówno w zakresie zmiany pracy, jak i dodatkowego wsparcia, zwiększającego jej szanse na znalezienie pracy zgodnej z ambicjami/możliwościami, w której mogłaby wykorzystać swoje kwalifikacje. Przed pierwszą sesją umówiliśmy się na spotkanie, podczas którego omówiłam zasady udziału w projekcie, rozeznałam sytuację P. Kasi dotyczącą spełnienia kryteriów przystąpienia do projektu, zapoznałam z formami wsparcia. Ponadto rozmawialiśmy nt. motywacji do udziału w projekcie oraz gotowości do samodzielnego poszukiwania miejsca stażu. Pani Katarzyna, deklarowała wysoki poziom motywacji do wzięcia udziału w projekcie, samodzielnie wyszukiwała w Internecie informacji na ten temat, dotarła do informacji publikowanych przez Fundację IMAGO, zapoznała się z wzorami dokumentów do wypełnienia, dopytywała kiedy konkretnie i czy na pewno projekt ruszy.

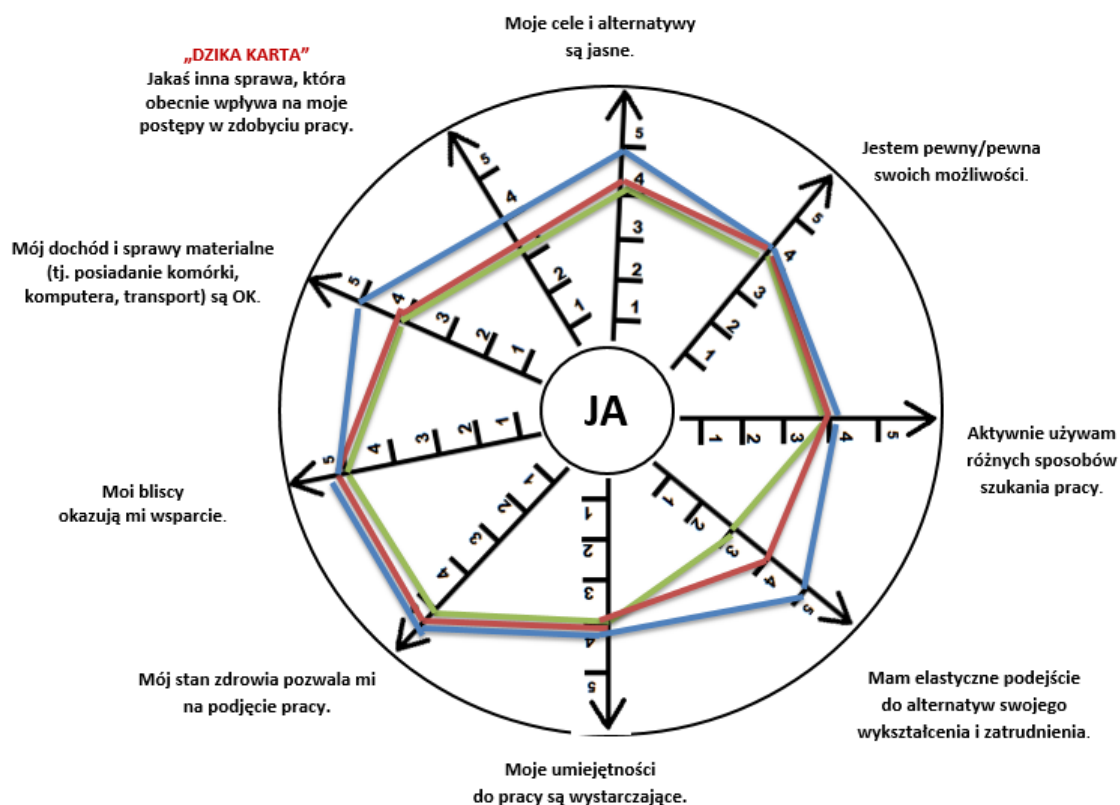
1 sesja

Pierwsze spotkanie. Po miłym przywitaniu przedstawiłam plan sesji, który obejmował wypełnienie niezbędnej dokumentacji w dniu przystąpienia do projektu, krótką charakterystykę procesu doradczego, wykorzystującego podejście N. Amundsona. Następnie zapewniłam uczestniczkę, że podczas naszych sesji najważniejsze są jej cele zawodowe, a w dążeniu do ich realizacji będziemy się opierać o metodę Amundsona, której ja – doradca jestem „młoda” lecz pełną nadziei adeptką.

Ideę kreatywności postanowiłam uruchomić od początku części doradczej sesji. Rozłożyłam karty metaforyczne „DIXIT”, przedstawiające malownicze obrazy i poprosiłam o wybór karty/kart które będą odpowiadały na pytanie: „Jak będzie wyglądało moje planowanie kariery w projekcie?” Pytaniem tym chciałam pokazać podmiotowe miejsce uczestniczki w poradnictwie oraz działania rozłożone w czasie. Oczywiście wybór kart i snucie opowieści, umożliwiło mi poznanie oczekiwań, wyobrażeń i obaw uczestniczki dotyczących naszych spotkań. Oto niektóre z wypowiedzi P. Kasi: „czeka mnie ciężka droga”, „stanę przed różnymi wyborami”, „gotowa do pracy, gotowa do walki (nieśmiało)”, „przede mną długa wyboista droga”, „trzeba dobrze wybrać”. Rozmowa nad dokonanymi wyborami i wyobrażeniami dotyczącymi procesu poradnictwa, wzbogaciła mnie o wiedzę, że zaangażowanie do chęci zmiany swojej aktualnej sytuacji klientki jest wielkie i szczere. Widać też, że jest to zadanie niełatwe, z którym ona sama, pomimo sporego wysiłku nie poradziła sobie tak, aby być z tego zadowolona.

W dalszej części sesji uczestniczka wypełniła „Radar Zatrudnienia”, którego omawianie dało mi, a przede wszystkim Pani Kasi, obraz tego, jak ona postrzega siebie i swoje możliwości w sferze życia zawodowego. Największymi atutami w sytuacji P. Katarzyny są jej bliscy, którzy okazują wsparcie oraz stan zdrowia, najslabiej oceniła P. Katarzyna „elastyczne podejście do alternatyw swojego wykształcenia i zatrudnienia” - co pokazało jej dość „sztywną” postawę w tym zakresie, która wynika m.in. z braku wiedzy nt. zawodów lub umiejętności identyfikacji swoich zasobów w różnych obszarach zawodowych. Wspólne omawianie radaru, było dla mnie okazją poznania zasobów uczestniczki, w sposób odmienny od dotychczas stosowanego wywiadu, a także sposobem na poznanie obszarów, nad którymi możemy wspólnie popracować podczas kolejnych sesji doradczych.

Radar zatrudnienia, SESJA I, IV, VIII



Ostatnią część sesji poświęciłam na omówienie kwestii podjęcia stażu. Pani Katarzyna chętnie podjęła temat i wyraziła gotowość do samodzielnych działań między sesjami. Dlatego też na zadanie domowe poprosiłam, aby przygotowała swoje cv oraz listę biur tłumaczeń. Staż w biurze tłumaczeń wzbogaciłby uczestniczkę w doświadczenie, co zwiększyłoby jej szanse na zatrudnienie. Poprosiłam również o wypełnienie arkusza „20 rzeczy, które lubię robić”.

Byłam zbudowana pozytywnym nastawieniem i zaangażowaniem uczestniczki do udziału w poradnictwie oraz motywacją do zatrudnienia. Wyzwaniem dla mnie była jej „małomówność” oraz trudności w sformułowaniu swoich myśli.

2 sesja

Kolejne sesje do momentu podjęcia stażu obejmowały dwa zagadnienia: analiza potencjału zawodowego, diagnoza zasobów uczestniczki, planowanie kariery z wykorzystaniem narzędzi N. Amundsona, a także lokalny rynek pracodawców i strategia dotarcia do pracodawcy, który przyjmie P. Katarzynę na staż. Sesję rozpoczęliśmy od zadania domowego: „20 rzeczy, które lubię robić”. P. Katarzyna zadanie wykonała, choć nie potrafiła wypełnić tabeli w całości. Kolejne omawianie rzeczy sprawiających przyjemność uczestniczce, dały jej możliwość swobodnej wypowiedzi, zapewne obniżały poziom stresu w trakcie mówienia o sobie. Dla mnie były źródłem informacji o zasobach uczestniczki, jej zainteresowaniach, wiedzy, umiejętnościach a także otoczeniu społecznym. Rozmowa prowadzona w życzliwej atmosferze pozwoliła na uzupełnianie niewypełnionej do końca tabeli o kolejne pozycje.

20 rzeczy, które lubię robić Pani Katarzyna, SESJA II

Rzeczy, które lubię robić	Kiedy ostatnio to robiłam/robiłem?	Za darmo czy odpłatnie?	Samodzielnie czy z kimś?	Planowane czy spontanicznie?	Wpłynęło to, na ciało, umysł, ducha?
SŁUCHAĆ MUZYKI	ROBIE TO PRAWIE CODZIENNIE	ZA DARMO	ZWYKLE SAMĄ	SPONTANICZNIE	NA DUCHA – LEPSZE SAMOPOCZUCIE
UKŁADAĆ PUZZLE	ROBIE TO PRAWIE CODZIENNIE	ZA DARMO	SAMODZIELNIE	SPONTANICZNIE	UMYSŁ I DUCHA
CHODZIĆ NA SPACERY	26.09	ZA DARMO	Z KIMŚ	SPONTANICZNIE	CIAŁO I DUCHA
OGLĄDAĆ FILMY I SERIALE	11.09	ZA DARMO	SAMĄ	SPONTANICZNIE	DUCHA
GOTOWAĆ	26.09	ODPŁATNIE	SAMĄ	PLANOWANE	CIAŁO
JEŹDZIĆ NA ROWERZE	KILKA DNI TEMU	ZA DARMO	SAMĄ	SPONTANICZNIE	CIAŁO I DUCHA
CHODZIĆ NA KONCERTY	OKOŁO MIESIĄC TEMU	ODPŁATNIE	Z KIMŚ	PLANOWANE	DUCHA I CIAŁO
GRAĆ NA KOMUTERZE NP. KARTY	24.09	ZA DARMO	Z KIMŚ	SPONTANICZNIE	DUCHA I CIAŁO
PIĆ KAWĘ	26.09	ODPŁATNIE	SAMĄ	PLANOWANE	UMYSŁ
KOLOROWAĆ	ROBIE TO PRZYNAJMNIEJ RAZ W TYGODNIU	ZA DARMO	SAMĄ	SPONTANICZNIE	UMYSŁ I DUCHA
JEŚĆ SŁODYCZE	26.09	ODPŁATNIE	SAMĄ	SPONTANICZNIE	CIAŁO I DUCHA
ROZMAWIAĆ Z RODZINĄ, PARTNEREM, PRZYJACIÓŁKĄ	26.09	ZA DARMO	Z KIMŚ	SPONTANICZNIE	DUCHA
OGLĄDAĆ ANGLOJĘZYCZNE PODCASTY NA YOU TUBE	26.09	ZA DARMO	SAMĄ	SPONTANICZNIE	UMYSŁ I DUCHA
CZYTAĆ KSIĄŻKI BIOGRAFICZNE	ROBIE TO RAZ W MIESIĄCU	ZA DARMO	SAMĄ	SPONTANICZNIE	UMYSŁ I DUCHA
SPRZĄTAĆ	RAZ W TYGODNIU	ZA DARMO	Z KIMŚ	PLANOWANE	DUCHA
ROBOĆ ZAKUPY (ODZIEŻ, OBUWIE ITP.)	24.09	ODPŁATNIE	Z KIMŚ	SPONTANICZNIE	DUCHA
CZYTAĆ ART. W INTERNECIE	25.09	ZA DARMO	SAMĄ	SPONTANICZNIE	UMYSŁ

Następnie przeszliśmy od omówienia samodzielnych działań uczestniczki między spotkaniami. P. Katarzyna przygotowała listę lokalnych biur tłumaczeń, przyniosła ze sobą swoje cv. Zajęliśmy się analizą dokumentów aplikacyjnych oraz korektą cv. W opisie zainteresowań mogliśmy się posiłkować informacjami z ćwiczenia „20 rzeczy, które lubię robić”. Po dokonanej przeze mnie analizie P. Katarzyna miała samodzielnie w domu przygotować dwie wersje cv na stanowiska pracy w biurze tłumaczeń oraz na inne stanowiska w obszarze prac administracyjno-biurowych z wykorzystaniem języka angielskiego. Druga wersja cv była przydatna sytuacji, kiedy P. Katarzyna nie będzie miała pozytywnego odzewu ze strony biur tłumaczeń. Staż/praca w biurze tłumaczeń to dla P. Kasi praca wymarzona (i wyuczona) - plan A, jeśli jednak na chwilę obecną plan A się nie powiedzie (a praktyka pokazuje, że tak często bywa), zadbałam aby P. Katarzyna gotowa była na plan B i tym właśnie był obszar prac administracyjno-biurowych. Aby poznać gotowość P. Kasi do realizacji planu B, a także zapoznać z aktualną sytuacją na rynku pracy, poprosiłam ją o zapoznanie się z wydrukowanymi przeze mnie ofertami staży/praktyk, które pracodawcy zamieścili na popularnych portalach o pracy. Deklaracje Pani Kasi dotyczące elastyczności nieco różniły się z jej reakcjami na przedstawione oferty. Pokazały postawę przywiązania do planu A, a także brak wiary w sprostanie oczekiwaniom pracodawców. Cennym były również informacje dotyczące preferowanego środowiska zawodowego, organizacji pracy, charakteru kontaktów społecznych. Na koniec ustaliliśmy również tekst maila lub przebieg rozmowy telefonicznej z pracodawcami, z którym P. Katarzyna miała rozmawiać w sprawie stażu. Przekazałam również wydruk wzorów dokumentów jakie pracodawca miałby podpisać decydując się na przyjęcie P. Kasi na staż w ramach projektu.

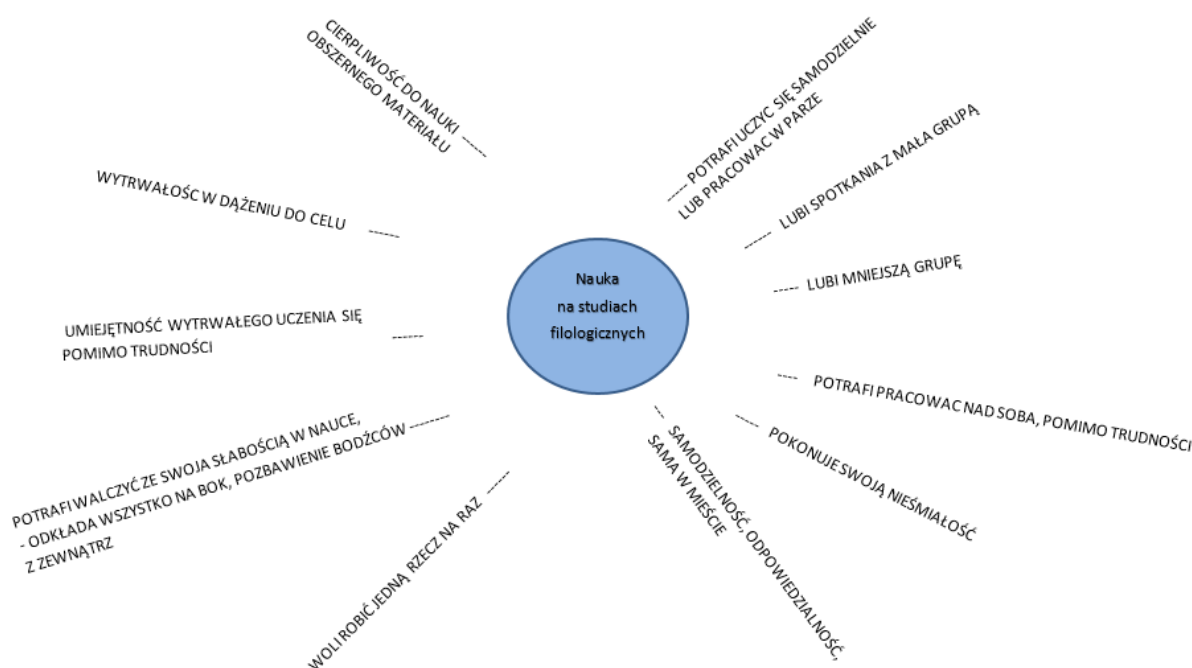
@ Konsultacja na odległość. Otrzymałam maila z przygotowanym cv, dokonałam analizy i przesłałam zwrotnie kilka drobnych propozycji do zmiany. P. Katarzyna śmiało mogła kontaktować się z pracodawcami biur tłumaczeń oraz organizującymi staż/praktykę w zakresie planu B.

3 sesja

Aktywność między sesjami w zakresie poszukiwania stażu uczestniczki była bardzo intensywna. P. Katarzyna przeszukiwała strony internetowe, kontaktowała się z potencjalnymi pracodawcami. Była umówiona z trzema pracodawcami: biuro tłumaczeń, firma budowlana,

biuro podróży. Do poszukiwań zaproponowałam dołączyć zbliżające się targi pracy organizowane przez środowiska studenckie i akademickie. Bezpośredni kontakt z wystawcami pozwala na skuteczniejszą rozmowę w sprawie stażu oraz szybsze uzyskanie informacji zwrotnej. Podczas sesji zajęłyśmy się diagnozą mocnych stron, zaproponowałam P. Katarzynie wykonanie ćwiczenia: koło mocnych stron. Chętnie się zgodziła. Po chwili zastanowienia wybrała wydarzenie ze swojego życia, z którego jest dumna i zadowolona. Opowieść P. Kasi jest zwięzła i krótka – wyraża wprost, że nie wie co ma jeszcze opowiedzieć, dodać, rozwinąć. Zadaję dodatkowe pytania, proszę o rozwinięcie, ale nie chcę zamęczać uczestniczki coraz to nowymi pytaniami, uczę się także milczeć. Jestem pewna, że między nami jest dobra atmosfera i relacja, dlatego nieśmiała postawa/usposobienie P. Kasi dała tożsamy jej obraz w opowieści. Wspólnie omawiałyśmy wypisane przeze mnie cechy. Pytałam P. Katarzynę, na ile zaobserwowana umiejętność jest jej cechą stałą, a na ile zdarzeniem jednorazowym. Poprosiłam o zastanowienie się i odpowiedź na ile dana cecha/zaleta/preferencja będzie obecna/istotna w świecie pracy.

KOŁO MOCNYCH STRON, SESJA III



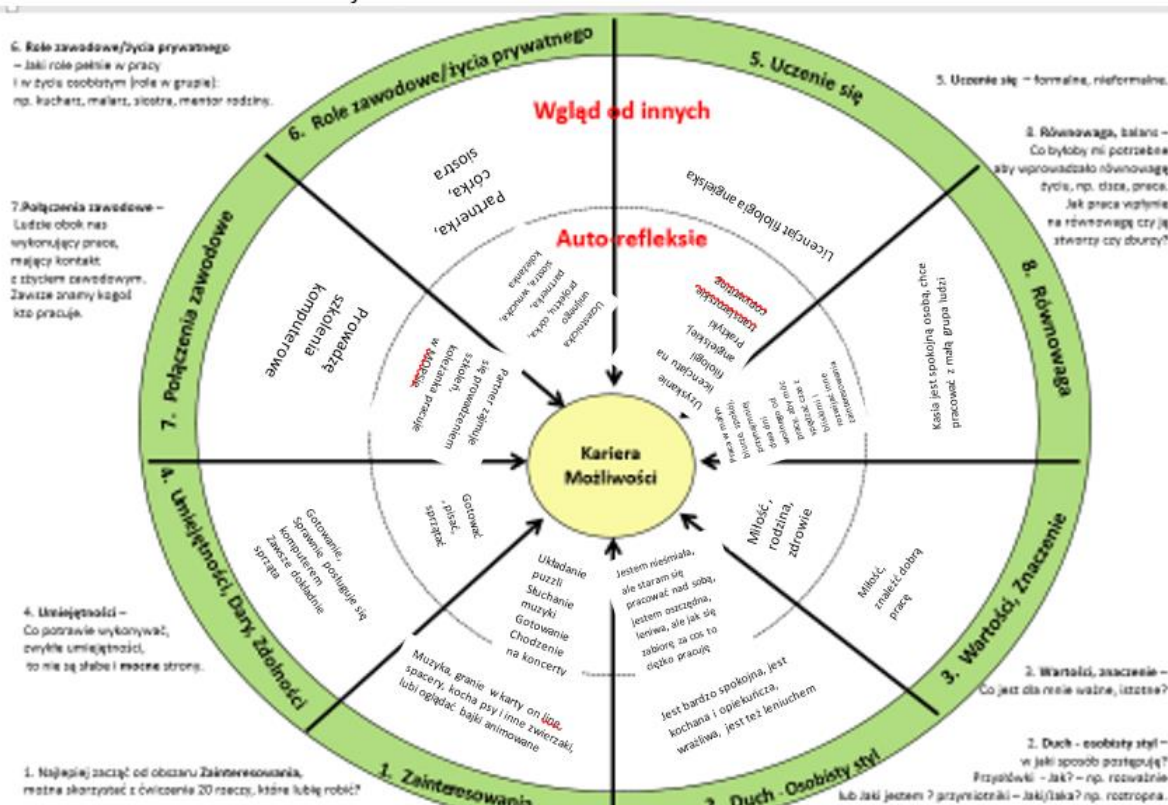
Na koniec sesji wyjaśniam ideę koła kariery, omówiłam zasady dokonywania zapisów i poprosiłam o wypełnienie przez uczestniczkę w domu.

4 sesja

Podczas czwartej sesji miałam z uczestniczką omawiać wypełnione w domu koło kariery. Niestety P. Katarzyna przyniosła pusty arkusz koła, samodzielnie nie poradziła sobie z jego wypełnieniem, pomimo, że na ostatniej sesji mówiłam jak należy to zrobić. Zaczęłyśmy omawiać koło kariery razem. Na początku w polu zainteresowania zaproponowałam, aby P. Katarzyna przypomniała sobie „cw. 20 rzeczy...”, tam mogła znaleźć podpowiedzi bez dłuższego zastanawiania się, później przeszłyśmy do pola umiejętności – skorzystałyśmy z koła mocnych stron oraz edukacja – i tutaj pomocne okazało się cv. W związku z tym, iż tego dnia zaplanowałam również wprowadzić/zmierzyć się z kartami metaforycznymi, wybrałam takie, które odnosiły się do poszczególnych pól koła oraz kilka pobudzających do opowiadania o sobie (metafora wiatru, roli, brzoskwini i kokosa, budowania sieci, równowagi, motyla oraz małych rzeczy). Po krótkim wprowadzeniu do ćwiczenia P. Katarzyna zapoznała się z kartami i wybrała jedną, na bazie której chciałaby opowiedzieć o sobie. Kiedy poprosiłam, aby donieść się kolejno do pozostałych metafor, P. Katarzyna chętnie próbowała swoich sił i jednocześnie swoje słowa mogła zamieniać na wyrazy i określenia na poszczególnych polach kariery. Kiedy zadanie zostało

wykonane poprosiłam, aby podobne zadanie o niej wykonała osoba jej bliska. Na koniec pokazałam uczestniczce jeszcze jedną kartę: metaforę książki. Skoro P. Katarzyna lubi czytać, pisać i jest nieśmiała w kontaktach interpersonalnych, pomyślałam, że ta forma wypowiedzi będzie dla P. Kasi bardziej komfortowa. Reakcja na zadanie domowe była bardzo pozytywna.

KOŁO MOCNYCH STRON – sesja IV



Przed kolejną sesją na maila otrzymałam plik zatytułowany: „Życie Kasi.” Druga część spotkania poświęcona była na analizę poszukiwań stażu. Pomimo wstępnego zainteresowania ze strony pracodawców, odbyciu kilku rozmów, kontakty z pracodawcami nie kończyły się nawiązaniem współpracy.

5 sesja

Sesję rozpoczęliśmy bardzo przyjemnie. Koło kariery w domu wypełnił chłopak Pani Kasi. Znalazło się tam wiele informacji podobnych do tych, jakie wpisała uczestniczka, ale również kilka pozytywnie dowartościowujących. Następnie omawialiśmy książkę pt. „Życie Kasi”. Książka zawierała trzy rozdziały i sequel, zajęła 2/3 strony A4. Uczestniczce sprawnie poszło opowiadanie o swojej przeszłości edukacyjnej. Dotychczasowe życie zawodowe było pasmem niespełnionych nadziei i ambicji, a doświadczenie niewspółmierne z włożonym edukacyjnym wysiłkiem, pomimo tego książka kończyła się nadzieją na pozytywne rozwiązanie swojej obecnej sytuacji i odniesienie sukcesu w życiu. W związku z brakiem odzewu ze strony pracodawców w obranych przez uczestniczkę branżach, dalszą część sesji poświęciliśmy na pobudzanie kreatywności. P. Katarzyna analizowała sposoby zastosowania ołówka i branż związanych z jego możliwościami. Była to dobra podstawa do popracowania nad zawodami pokrewnymi i miejscami pracy tłumacza i pracownika biurowego, czym zajmiemy się po odbyciu stażu u pracodawcy.

6 sesja

Za kilka dni P. Katarzyna miała podjąć staż u pracodawcy, w dziennym domu dla osób starszych, gdzie z jednej strony miała wykonywać prace biurowe, w tym na komputerze w recepcji w części hotelowej domu oraz towarzyszyć przy realizacji spotkań dla seniorów.

Podjęciu tej aktywności towarzyszyło sporo emocji, radości i niepewności („Czy ja sobie poradzę?”). Z rozmowy wynikało, że P. Katarzyna głównie obawia się zadań związanych z kontaktami z ludźmi. Ostatnia sesja przed podjęciem stażu była dobrą okazją do podsumowania dotychczasowych spotkań. Pomocne okazało się wypełnienie po raz drugi radaru zatrudnienia oraz ścieżki rozwoju zawodowego i edukacyjnego. Dzięki dokonanej refleksji P. Katarzyna zauważyła u siebie pozytywną zmianę w zakresie „elastycznego podejścia do alternatyw swojego wykształcenia i zatrudnienia” (radar). Pochylenie się nad ścieżką rozwoju zawodowego dało natomiast okazję do zaplanowania działań w zakresie doskonalenia zawodowego, rozwijania zainteresowań i elastycznego podejścia do poszukiwania zatrudnienia bazującego na różnorodnych zasobach uczestniczki.

7 sesja

Sesja międzystażowa, poświęcona była analizie zadań realizowanych w miejscu stażu, refleksji nad umiejętnościami oraz konfrontacji z identyfikowanymi wcześniej preferencjami zawodowymi. P. Katarzyna na początku była przerażona mnogością zadań w recepcji, związanych z obsługą hotelową gości, jednak kolejne dni oraz przyjazne nastawienie personelu sprzyjały sprawnemu wejściu w obowiązki. Pozytywnym zaskoczeniem była realizacja zadań związana z organizacją i współuczestniczeniem w zajęciach dla seniorów. Okazało się, że przebywanie i intensywne kontaktowanie się z innymi ludźmi może być źródłem pozytywnych emocji. P. Kasia oceniała bardzo pozytywnie relacje z przełożonymi i personelem Domu Seniora, dlatego też myśląc o przyszłości po zakończeniu stażu, chętniej chwyciła się nadziei na jego przedłużenie, niż do powrotu samodzielnego poszukiwania pracy w obszarze tłumaczeń biznesowych.

8 sesja

Ostatnie spotkanie to czas podsumowań działań doradczych, a także refleksja nad zmianami, które dokonały się dzięki udziałowi w projekcie. Zanim przeszliśmy do podsumowań poprowadziłam jeszcze rozmowę obejmującą koncepcję tożsamości w kontekście („koło połączeń”). Bazując na wypełnionym wcześniej „kole kariery” Pani Katarzyna mogła przekonać się, że opisane tam jej zasoby można odnajdywać, rozwijać na różnych poziomach relacji oraz że nie jesteśmy pozostawieni sami sobie. Tak jak my czerpiemy dla siebie coś z zewnątrz, tak również mamy wpływ na to, co nas otacza, mamy światu coś do zaoferowania. P. Kasia przyznała, że do tej pory nie miała takiego spojrzenia na swoją osobę i obustronnego wpływu na otoczenie/świat. Wypełniony po raz kolejny radar zatrudnienia, pokazał postęp w świadomości celów i alternatyw oraz elastycznej postawy do swojego wykształcenia i zatrudnienia. P. Kasia rzeczywiście bardzo dobrze odnalazła się w alternatywnym rozwiązaniu swojej aktywności zawodowej. Chciałaby na dłużej pracować w Domu Seniora, satysfakcjonuje ją praca z osobami starszymi, towarzyszenie im podczas różnych zajęć kulturalno-edukacyjnych. Tam też pracuje z osobami ze swojego pokolenia (personel) oraz spotyka się z zagraniczną młodzieżą, która w ramach programu wymiany międzynarodowej Erasmus – przyjeżdża do opieki nad seniorami, dzięki czemu może wykorzystywać znajomość j. angielskiego. Udział w sesjach doradczych umożliwił jej lepsze poznanie siebie, zobaczenie swojego potencjału, który może wykorzystywać nie tylko zgodnie z kierunkiem wykształcenia. Ponadto mogła spojrzeć na siebie, swoje otoczenie i zawody w taki sposób, jaki do tej pory nigdy nie robiła.

Refleksje podsumowujące: Prowadzenie poradnictwa zawodowego metodą N. Amundsona było dla mnie ciekawym i rozwijającym doświadczeniem zawodowym. Podstawy teoretyczne koncepcji poradnictwa Amundsona w zdecydowanej większości doskonale wpisują się w moje dotychczasowe wieloletnie podejście do realizowania roli doradcy zawodowego, część z nich np. metafory są impulsem do dalszego rozwoju.

Rozłożenie poradnictwa w czasie na kilka sesji, w odstępach czasowych moim zdaniem sprawiło, że uczestnicy projektu rzeczywiście poddali się procesowi. Między sesjami mogli przyjrzeć się sobie, przemyśleć sprawy, które zostały poruszone podczas spotkania z doradcą, w dodatku zdania domowe, podtrzymywały ten stan. Uczestnik nie myślał o swojej aktywności edukacyjno-zawodowej tylko czasami (podczas sesji), rozważał także między spotkaniami, razem z osobami sobie bliskimi.

Diagnoza zasobów klienta wykorzystująca narzędzia zaproponowane w metodzie (m.in. koło mocnych stron, karty metaforyczne), bez użycia standaryzowanych testów i kwestionariuszy, doprowadziła do zamierzonego celu. Dodatkowym walorem poznania i potwierdzenia własnego potencjału było odbycie stażu u pracodawcy. Uczestnik miał okazję bardziej świadomie zaobserwować swoje predyspozycje w realnym świecie pracy, a także dzięki podjęciu się nowych zadań, dostrzec swój potencjał rozwojowy. Realizacja sesji doradczych po zakończeniu stażu, umożliwiła uczestnikowi projektu podzielenia się swoimi wrażeniami i spostrzeżeniami. Dla niego była okazją do zatrzymania się i podsumowania dotychczasowej aktywności, refleksji nad sobą, swoim rozwojem oraz spojrzeniem w przyszłość.

Z uwagi na to, iż testowana metoda na tyle jest zbieżna z moim wyobrażeniem nt. poradnictwa zawodowego oraz moi klienci czują się bezpiecznie, komfortowo i dostrzegają sens narzędzi zaproponowanych przez N. Amundsona, mogę śmiało powiedzieć, że bardzo chętnie będę do niej sięgać podczas mojej codziennej praktyki zawodowej. Zresztą robię to, z powodzeniem, równolegle od dłuższego czasu.

Studium przypadku: Kacper

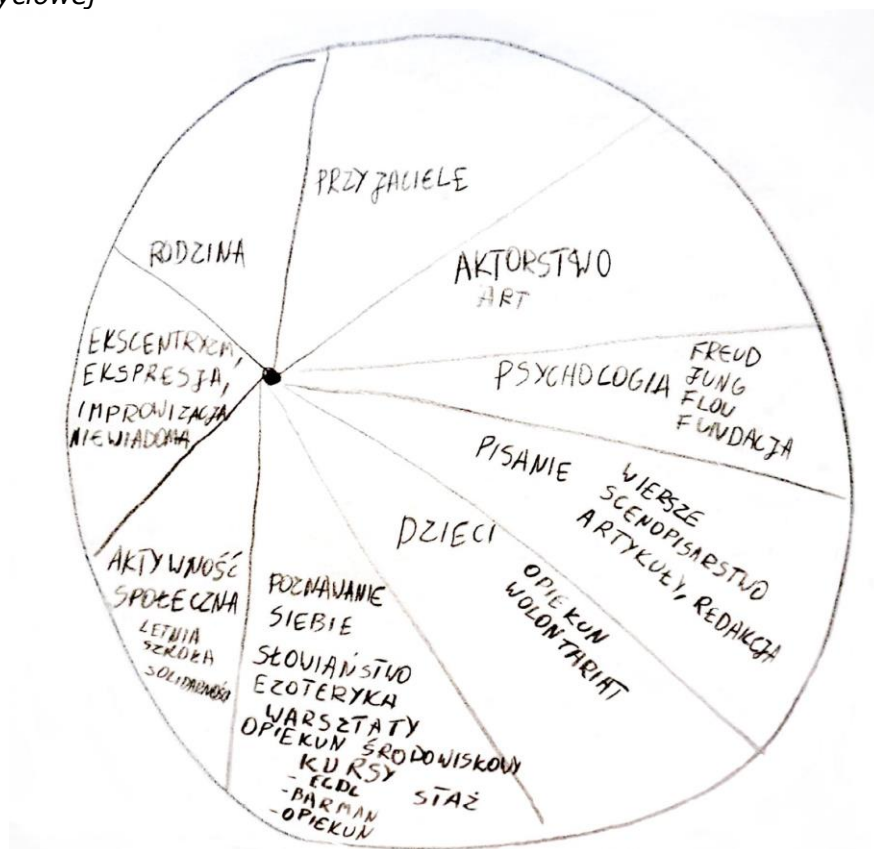
Pierwszy kontakt z Kacprem miał miejsce podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Był październik 2017 roku. Kacper od początku jest bardzo uważny w rozmowie, refleksyjny, analizuje wypowiedziane słowa, prezentuje świadomość siebie i swoich potrzeb. Dowiedział się o projekcie w ośrodku pomocy społecznej, gdzie zakończył udział w jednym z projektów aktywizujących. Przedstawia się jako osoba niepracująca (od 2 miesięcy), absolwent liceum ogólnokształcącego, słuchacz policealnej szkoły na kierunku opiekun środowiskowy, poszukujący swojego sposobu na samorealizację. Ja zaś nakreśliłam ogólną wizję współpracy i przedstawiam oferowane instrumenty wsparcia: subsydiowany staż oraz sesje poradnictwa kariery w oparciu o adaptowaną w Polsce metodę *hope-filled engagement*, autorstwa N. E. Amundsona. Kacper zainteresowany jest stażem, ma kilka pomysłów na własny rozwój. Wyraża też gotowość do działań i zainteresowanie formułą samorozwoju w ramach poradnictwa. Po tym jak zakwalifikował się do projektu, ja zastanawiam się w jakim kierunku podąży nasz wspólny proces.

1 sesja

Pierwsza sesja to czas wzajemnego poznania, znajdowania „wspólnego gruntu”, wsłuchiwanie się w oczekiwania i potrzeby. To również moment na zawarcie kontraktu z uczestnikiem projektu oraz zdefiniowanie ram projektu (rytm sesji, organizacja stażu). Sesja zapoznawcza jest przestrzenią dzielenia się własnym, unikalnym światem. Ciekawa jestem co opowie o sobie człowiek, z którym rozpoczynam współpracę: czym żyje, czym się interesuje, jak wygląda jego aktualna sytuacja życiowa, czego pragnie. Pytam w jakich rolach się teraz znajduje. W odpowiedzi słyszę: aktor, wolontariusz, dziennikarz, pisarz, syn, uczeń. Kacper ma 22 lata, ukończył szkołę policealną na kierunku opiekun dziecięcy – podkreśla, że ma dobry kontakt z dziećmi. Aktualnie uczy się na kierunku opiekun środowiskowy. Ma ukończone kursy tj. kelner-barman, ECDL, opiekun osób starszych i dzieci, posiada też certyfikat BHP. Interesuje go psychologia, aktorstwo, rozwijanie warsztatu pisarskiego, praca z dziećmi oraz zaangażowanie w działalność artystyczną. Pracował jako opiekun dziecięcy w sanatorium (9 miesięcy) i dorywczo jako sprzedawca. Angażuje się w różne działania i projekty w formie wolontariatu, jest współorganizatorem różnych wydarzeń o charakterze kulturalnym.

Aby dokonać diagnozy obecnego etapu rozwojowego i analizy bieżącej sytuacji – zapraszam Kacpra do zmapowania aktualnej przestrzeni życiowej. Mapa odzwierciedla główne obszary jego zainteresowań (aktorstwo, psychologia, pisanie, praca z dziećmi). Podczas mapowania Kacper wskazuje lokalne organizacje pozarządowe, a raczej bliskie osoby, z którymi dzieli wspólne pasje, projekty oraz rozwija swoją działalność społeczną. Przedstawia też swoje cechy charakteru – zawiera siebie w opisie 4 haseł: ekscentryzm, ekspresja, improwizacja i niewiadoma. Każdy z tych aspektów dotyka istotnego wymiaru jego funkcjonowania i odczuwania. Opowiada o niegdyś silnych zainteresowaniach krążących wokół tematu słowiaństwa i ezoteryki. Jest żywo zainteresowany poznaniem świata i samopoznaniem.

Mapa przestrzeni życiowej



Podczas sesji Kacper wypełnił też po raz pierwszy „Radar relacji życia zawodowego”, obrazujący autodiagnozę różnych obszarów związanych z zasobami do konstruowania własnej kariery. Kacper mówi o swoim poczuciu niepewności i posiadaniu niewystarczających kompetencji do pracy.

Ta sesja osnuta wokół długiej rozmowy, dotyczącej różnych obszarów i aspektów życia Kacpra – była przede wszystkim czasem wzajemnego poznawania się, osvajania ze sobą, budowania relacji i znajdowania wspólnego języka.

Miała też jednak dodatkowy, bardzo konkretny wymiar: Kacper przyniósł ze sobą pomysł na staż – chce rozwijać się w lokalnej instytucji kultury. Listę 3 preferowanych i potencjalnych miejsc odbywania stażu otwiera wybrany dom kultury, dalej mieści się alternatywny dom kultury, zaś na 3 miejscu pojawia się wizja stażu w zaprzyjaźnionej fundacji. Kacper chce bardzo profesjonalnie podejść do organizacji stażu – zaprojektować swoje dokumenty aplikacyjne i przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej. Stresuje go ta perspektywa. Zapowiada, że przyniesie do konsultacji list motywacyjny.

Podsumowaliśmy pierwsze spotkanie gotowością i otwartością na dalszą współpracę. Istotnym elementem naszych rozmów są pojawiające się wątki społeczno-kulturowo-polityczne, które od początku dodawały kolorytu naszym spotkaniom. Sesje otwierały na krytyczne myślenie o wielu kontekstach, znacząco wykraczały poza li tylko zawodowe „staż-dotąd”. Spotykał się ze mną człowiek ze swoimi pytaniami, wątpliwościami, analizami i podejmowanymi decyzjami, z całym bagażem doświadczeń i unikalną perspektywą na świat i swoje w nim miejsce.

2 sesja

Kolejne spotkanie dedykowane jest refleksji nad możliwymi wariantami przyszłości i wizjami rozwoju. Rozmowa doradcza oscyluje wokół projektowania ścieżki kariery. Znowu sięgam po metodę mapowania, tym razem przyszłości, żeby uruchomić myślenie o celach, marzeniach i planach oraz świadomie wytyczać ścieżkę rozwoju zawodowego.

Mapa Przyszłości



Kacper opowiada o pragnieniu otworzenia Domu Artystycznego, domu kultury – miejsca twórczych działań, przestrzeni rozwoju, realizacji warsztatów i projektów. Umiejscawia ten moment na swojej linii życia – planuje, że Dom będzie działał, gdy Kacper będzie miał 40 lat. Bawimy się wyobrażeniami domu, fantazjami na temat jego funkcjonowania. Zastanawiamy się co pomieści, pytamy czy będzie domem dziennym czy nocnym. Burza mózgów zaprawiona humorem otwiera na coraz to nowe wizje domu – wszak projekt jest dla Kacpra żywy, ważny i jak najbardziej poważny.

Wcześniej Kacper chce nabyć doświadczenia w pracy terapeutycznej. Sam bierze aktualnie udział w grupie rozwojowej i widzi się w roli prowadzącego spotkania grupowe. Wyobraża sobie, że 5 lat doświadczenia w tym obszarze, znacząco przełoży się na jego styl pracy jako prowadzącego twórczy dom.

Przyszłość Kacpra ożywia dynamika sprzecznych sił: spokoju i szaleństwa, uważności i rozmachu działań, ciszy i fermentu. To czas twórczy pulsujący takimi wydarzeniami jak wydanie książki, pisanie scenariuszy i wystawianie sztuk. Przystanią będzie dla Kacpra „mieszkanie z dużym oknem i stertą artystycznych rzeczy, których nie będę używał”. Zlokalizowane gdzieś na strychu. Mapa przyszłości zawiera w sobie jeszcze dużo przestrzeni do zagospodarowania – puste pole to miejsce otwarte na to, co się będzie wydarzać.

Po długiej rozmowie przechodzimy do konkretnego działania: opracowania listu motywacyjnego skrojonego na miarę wybranego miejsca stażu. Wszak staż w domu kultury ma być jednym z kroków zbliżających do realizacji marzeń. Kacper przyniósł ze sobą wydrukowany

pomysł na list. Jest to gęsty opis, nasycony informacjami, które z powodzeniem można wypisać tylko w CV. Definiujemy i różnicujemy czym jest CV, a czym jest list motywacyjny – jaka jest specyfika tych dokumentów i czemu służą. Kacper ma za zadanie przygotować na następną sesję CV i list motywacyjny – zaprojektowane zgodnie z ich funkcjonalnością. Ma się zastanowić, które wątki chce wyeksponować, które są kluczowe dla docelowego miejsca stażu.

3 sesja

Kolejna sesja upływa pod znakiem analizy CV i listu motywacyjnego, skonstruowanych na poczet konkretnego miejsca stażu. Konsultujemy różne dylematy, zastanawiamy się nad merytorycznym wymiarem zawartych w dokumentach treści, jak i nad stroną bardziej formalną i estetyczną: brzmieniem poszczególnych zdań, doбором słów, wyrazistością przekazu. Analiza tekstualna odsłania kwestię mocnych stron Kacpra, jego zasobów i potencjałów. Aby wydobyć te treści proponuję mu ćwiczenie „Kąg mocnych stron”. Kacper opowiada o współorganizacji festynu w przestrzeni miejskiej, połączonego z występem artystycznym.

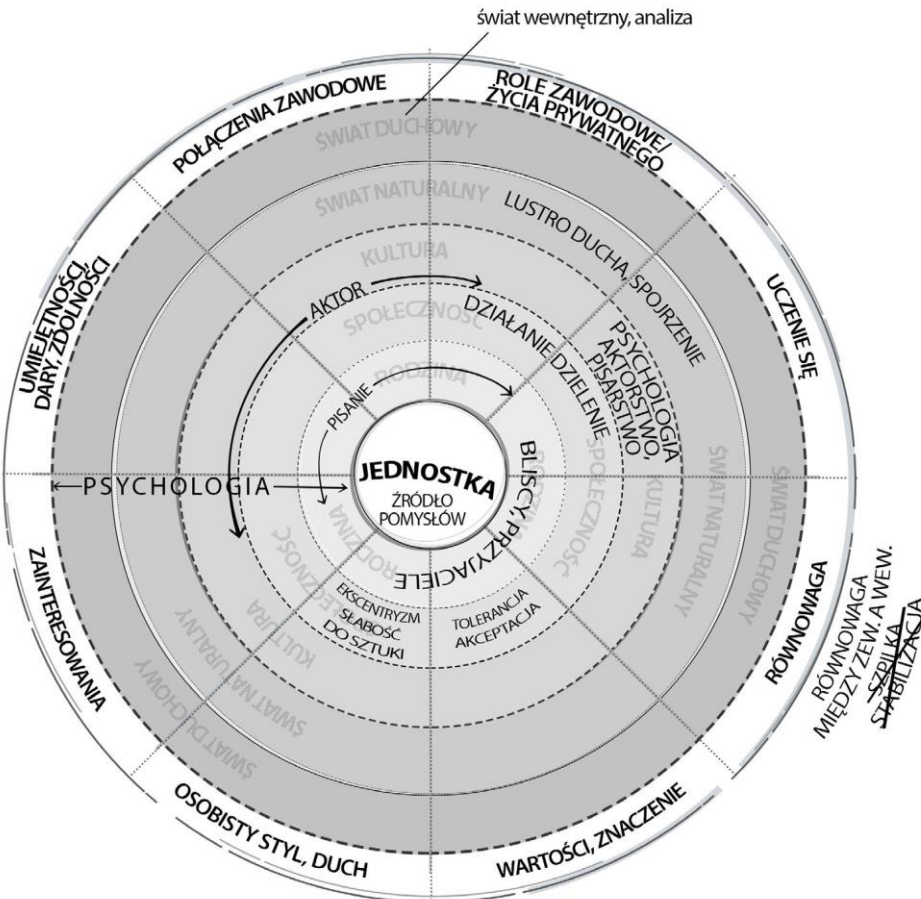
Analiza mocnych stron stanowi doskonale preludium do nasycenia listu motywacyjnego konkretnymi, realnymi treściami, ugruntowanymi w doświadczeniu. Kacper opowiada o przebiegu festynu, zapisuje na koniec swoje silne strony, po czym ja dodaję kilka elementów, które on pominął (jednocześnie słuchałam i zapisywałam na kartce mocne strony wyłaniające się z opowieści). Kacper dostrzega całokształt swoich zasobów związanych z organizacją festynu: od sprawnej obsługi technicznej i dbania o procedury formalne (pisma, pozwolenia, zaproszenia, ulotki), po tworzenie partnerstwa i twórcze animowanie całego procesu. Wskazuje też na moment kryzysowy, który uświadomił mu wagę dbania o siebie. Najbardziej przykuwa jego uwagę hasło wrażliwość społeczna. Wcześniej nie myślał o posiadaniu takiej cechy, nie nazywał jej tak i nie plasował w swoich „mocach”.

Kąg mocnych stron



Kacper ma za zadanie zmodyfikować dokumenty tak, aby uwzględnić wytwory dzisiejszej naszej wspólnej pracy. Pracujemy też nad tematem rozmowy kwalifikacyjnej. Zachęcam Kacpra do analizy stron internetowych potencjalnych miejsc stażu, co może pomóc w przygotowaniu do spotkania rekrutacyjnego. Analiza stron z ofertami domów kultury, informacjami

Kacper przychodzi z informacją o pozytywnie zakończonej rozmowie kwalifikacyjnej



Kacpra przechodzi na wskroś całego kręgu, spina wszystkie konteksty. Świat naturalny jest dla niego lustrem ducha, pozwala spojrzeć na siebie z różnych perspektyw. Przykuwa też jego uwagę słowo równowaga – przekreśla pierwsze skojarzenia takie jak stabilizacja czy szpilka, po czym redefiniuje tę kategorię na swój użytek jako balans między zewnętrznym a wewnętrznym światem, między działaniem a refleksją. Motyw równowagi w życiu rezonuje z jego potrzebą harmonii między aktywizmem a dbaniem o siebie i odpoczynkiem.

Na koniec zapraszam do metaforycznego opisu siebie na ten moment przy użyciu kart OH. Kacper wybiera następujące 4 karty:

Karty OH



Kacper czuje, że otwierają się przed nim wciąż nowe drogi – sam nie wie do czego go poprowadzą. Rozpoczęcie stażu jest jedną z takich dróg. Jego życie zaś jest pełne różnych, kiełkujących pomysłów i otwartych okien. Wielość, różnorodność – to cechy, którymi opisuje karty. Jest też karta związana ze świadomością wymogów pracy i wywiązywania się z obowiązków.

Zamykamy sesję podsumowując dotychczasowe osiągnięcia i nowe wyzwania.

5 sesja

Spotkanie nastąpiło już po rozpoczęciu stażu. Kacper dzieli się pierwszymi wrażeniami ze stażu, refleksjami dotyczącymi jego przebiegu – mówi o swoim samopoczuciu, planach i wątpliwościach. O realiach współpracy z domem kultury i szansach na kontynuację zatrudnienia. Kierownictwo jest z niego bardzo zadowolone, namawia go na studia kierunkowe np. pedagogiczno-artystyczne, roztacza wizję dalszej współpracy. Kacper problematyzuje jednak na sesji swój stosunek do aktywizacji edukacyjnej – na ten moment nie chce podejmować studiów i angażować się w edukacyjne struktury długiego trwania, choć nie wyklucza tego w przyszłości. Nie ma w sobie na ten moment gotowości do podjęcia studiów. Traktuje studia jako coś bardzo ważnego i znaczącego, i chce podjąć w tym obszarze świadomą decyzję. Nie rozwiązał jeszcze sprawy matury (wciąż nie odebrał informacji o jej wynikach, nie jest jeszcze gotowy na konfrontację przeczuwając, że nie zdał wszystkich egzaminów). Chce przeznaczyć najbliższy rok na krótkie formy doksztalcania się. Popracować nad sobą w grupie rozwojowo-terapeutycznej. I dopiero za rok podchodzić do matury. Ma wielką potrzebę zadbania o siebie na ten moment, wsłuchiwania się w swoje potrzeby i z tego tytułu wybiera rzadziej uczęszczane, mniej standardowe ścieżki edukacji i rozwoju. Pojawia się temat obaw i lęków przed braniem zbyt wielu spraw na swoją głowę, pragnienie złapania równowagi między nadmiernym zaangażowaniem w różne działania a zadbaniem o siebie. Kacper potrzebuje zbalansować te sfery i zatroszczyć się o siebie. Jest oczywiście otwarty na różne inspiracje i projekty. Został m.in. zaproszony do napisania artykułu, a także do współtworzenia animacji słowiańskiej – ale aktualnie chce świadomie decydować w co się angażuje.

Już wcześniej, pytając np. o role życiowe Kacpra, dotykaliśmy różnych aspektów „Ścieżki rozwoju zawodowego i edukacyjnego”. Dziś podczas aktualizacji i wypełniania „Ścieżki...” wybrzmiewają inne elementy.

Powraca temat niewiadomego statusu matury, co może być barierą w dalszym rozwoju. Kacper myśli o aktywizacji edukacyjnej w bardziej krótkoterminowych odstępach: zapisał się na kurs opiekuna wycieczek, by móc pracować podczas kolonii z dziećmi. W dalszej perspektywie chciałby ukończyć też kurs prawa jazdy, ale na ten moment nie jest to ważny plan. Mówi natomiast o intensyfikującym się zainteresowaniu specyfiką pracy z osobami niepełnosprawnymi. Zastanawia się nad 2-letnią szkołą terapii zajęciowej. Opowiadam, że niedaleko miejsca naszych spotkań mieści się zaprzyjaźniony Warsztat Terapii Zajęciowej i gdy już dokona eksploracji tematu w Internecie, to może się tam umówić na spotkanie i porozmawiać z pracownikami WTZ, instruktorami i kierownictwem o praktycznym wymiarze tego typu pracy. Taki namacalny ogląd pomoże mu urealnić wyobrażenia i mieć lepszy wgląd czy jest to coś, co naprawdę go interesuje.

Głównym celem rozwojowym, całozyciowym niezmiennie jest dla Kacpra utworzenie niepublicznego domu artystycznego. Domu, który będzie przestrzenią rozwoju dla różnych grup społecznych. Wcześniej chce jednak zebrać niezbędne doświadczenia, a staż wpisuje się w ten dalekosiężny plan. Kacper wizualizuje sobie ścieżkę rozwoju: praca jako instruktor zajęć artystycznych w domu kultury lub WTZ, a za 20 lat utworzenie własnego Domu Kultury.

Kacper jest osobą aktywną społecznie, angażującą się w działalność pomocową. Rozmawiamy o perspektywie połączenia jego pasji osobistych z życiem zawodowym. Chce brać udział w różnych projektach kulturalnych i społeczno-artystycznych i myśli cały czas o swoim rozwoju. Jest pełny zapału, kreatywny i otwarty. Za zadanie zaś ma zanalizować oferty edukacyjne w dziedzinie terapii zajęciowej.

6 sesja

Sesja upłynęła pod znakiem analizy przebiegu stażu. Współpraca z domem kultury pozwala Kacprowi na nawiązanie nowych relacji i poszerzanie sieci kontaktów, ale też nabycie praktycznej wiedzy związanej z organizacją działań, obiegiem dokumentów i specyfiką funkcjonowania instytucji kultury. Jest kolejnym inspirującym doświadczeniem artystycznym – laboratorium współprowadzenia i prowadzenia zajęć ceramicznych i plastycznych. Jako stażysta Kacper uczestniczy w propozycjach kulturalnych placówki np. zajęciach literackich. To dla niego nowa, inspirująca przestrzeń rozwoju. Ważnym wymiarem jest też dla Kacpra stypendium stażowe i możliwość decydowania o własnych pieniądzach. Przy tej okazji Kacper mówi, że miał trudność z wydatkowaniem kwoty stypendium, bo sam nie ma wielkich potrzeb i nie przywiązuje wagi do gromadzenia kapitału. Część wynagrodzenia przeznaczył na wsparcie młodej artystki-malarki poprzez zakup jednego z jej pierwszych dzieł. Widzi sens inwestycji swych pieniędzy w obszary dla niego ważne.

Kacper ponownie dziś wypełnia „Radar relacji życia zawodowego”. Omawiamy paradoksalny status pieniędzy w jego życiu (na radarze Kacpra sprawy materialne mają jedną z niższych not). Notujemy zmianę w obszarze dzikiej karty: Kacper zrezygnował z uczestnictwa w grupie teatralnej, zaangażował się natomiast w zajęcia literackie, organizowane przez dom kultury.

Dziś zapraszam Kacpra do refleksji nad wartościami. Przedstawiam listę 28 wartości z prośbą o wybranie 5 najistotniejszych na ten moment w życiu Kacpra. Cenione wartości układają się w ciąg: kreatywność, piękno, wiedza, wolność i radość życia. Na pierwszym miejscu Kacper stawia kreatywność, a na drugim plasuje się piękno. Te dwie wartości mają dla niego wspólną płaszczyznę odniesienia: sztukę i rozwój. Na trzecim miejscu zaznacza wiedzę, podkreślając horyzont własnych zainteresowań czyli wiedzę psychospołeczną. Kolejną wartością jest wolność – jako przykład uobecnienia tej wartości w życiu Kacper podaje decyzję o wyjściu z nieformalnej grupy artystycznej, gdy pewne obszary działań teatralnych zaczęły mu uwierać. Listę pięciu wybranych wartości wieńczy radość życia. Gdybyśmy poszerzyli listę znalazłaby się na niej też ciekawość. Świata i siebie.

7 sesja

Kacper opowiada o aktualnych działaniach, eksplozji twórczości w jego życiu oraz możliwości równoległego zaangażowania się w projekt animacji społecznej na zasadzie

wolontariatu. Dzieli się blaskami i cieniami związanymi z jego rolą stażysty. Staż staje się przestrzenią rozwoju osobistego, rozpoznawania siebie, smakowania współpracy, budowania relacji i stawiania granic. Kacper dobrze czuje się w roli instruktora zajęć, dalej mu natomiast do prac związanych z obsługą biura. Roznoszenie ulotek i plakatów z ofertą domu kultury po różnych instytucjach, odarte jest wg niego z możliwości głębszego kontaktu z potencjalnymi partnerami, a taką pogłębioną formę współpracy i budowanie relacji preferuje Kacper. Staż jest katalizatorem twórczych mocy – aktywuje powrót do pasji i potencjałów z dzieciństwa. Kacper znów maluje akwarelami i kredkami. Odczuwa radość z reaktywacji dawno porzuconych aktów twórczości plastycznej. Zaczął też pisać książkę.

Zapraszam Kacpra do ćwiczenia „Atraktory”. Wybiera on trzy najważniejsze dla niego wartości związane z myśleniem o wymarzonej pracy: wkład w dobro wspólne, odpowiedzialność i uczenie się. Trzy najmniej ważne obszary to lokalizacja, bezpieczeństwo i innowacje. Atraktor „wkład w dobro wspólne” żywo rezonuje z Kacpra ostatnią decyzją opuszczenia grupy teatralnej. Rozważając strategię działania w świecie i możliwe formy wkładu, ukuwa opozycję pomoc (praca z dziećmi, budowanie) vs. walka (punkt wyjścia działań grupy teatralnej). Opowiada się za strategią budowania, ewolucji, powolnej zmiany, nie chcąc robić sobie „wrogów”. Dzieli się autorefleksją: „jestem młody, nie chcę kontestować, nie mam zaplecza” – z tych słów wybrzmiewa bolesna świadomość społecznych korzeni i uwikłań, gry uprzywilejowania i wykluczenia. Kacper wybiera filozofię działania opartą na „pomocy”, pracy w ramach systemu. Analizując swoje ograniczenia, w tym finansowe, odrzuca antysystemowe działanie – według niego łatwiej kontestować, gdy ma się już pracę i pozycję społeczną, a nie na początku drogi.

8 sesja

Dziś mieliśmy „sesję terenową”. Złożyliśmy wizytę w Warsztacie Terapii Zajęciowej (Kacper prosił o to, bym mu towarzyszyła w wizycie i była niejako „odzwierciadłem” do świata WTZ). Rozmawiamy z Kierowniczką i zwiedzamy pomieszczenia budynku. Z instruktorami Kacper umawia się na inny dzień. Po wizycie w WTZ skierowaliśmy swoje kroki do położonej niedaleko firmy szkoleniowej. Tam Kacper pyta o studium policealne w zakresie terapii zajęciowej, o program kursu i szczegóły rekrutacyjne. Dowiadujemy się też o innych realizowanych przez firmę projektach (np. bezpłatna nauka języka obcego), które zaintrygowały Kacpra.

Dziś też Kacper aktualizuje informacje nt. stażu. Dzieli się dylematami edukacyjnymi, zawodowymi i osobistymi. Refleksjami nad perspektywą zatrudnienia. Kacper otrzymał informacje o możliwości dalszej współpracy z domem kultury poprzez organizację kolejnego stażu z ramienia urzędu pracy. Propozycja organizacji kolejnego stażu przez Kierownictwo domu kultury budzi u Kacpra wyraźną niezgodę na taki stan rzeczy. Wielokrotnie był wychwalany w pracy, komplementowany i doceniany, co podsycało nadzieje, że opinie te zaowocują kontynuacją zatrudnienia, już na normalnych warunkach. Kacper widzi się w roli pracownika domu kultury, ale problematyzuje kwestię finansów, bezpieczeństwa i rozwoju własnego. Mówi o swoich potrzebach, ale też oczekiwaniach rodziny (nacisk na aspekt finansowy). Ma przygotować się do rozmowy z Kierownictwem o perspektywie współpracy, montażu finansowym, warunkach zatrudnienia itp. Tworzymy listę pytań do Kierownictwa domu kultury oraz porządkujemy argumenty i oświetlamy potencjalne trudne obszary i momenty. W rozmowie powracamy też do planów edukacyjnych i zawodowych oraz szerszych perspektyw zatrudnieniowych. Rozmawiamy o alternatywnej wizji rozwoju zawodowego w WTZ i innych możliwościach rozwojowych.

Jako zadanie domowe zapraszam do wypełnienia części „wgląd od innych” w ćwiczeniu „Krań Kariery”.

9 sesja

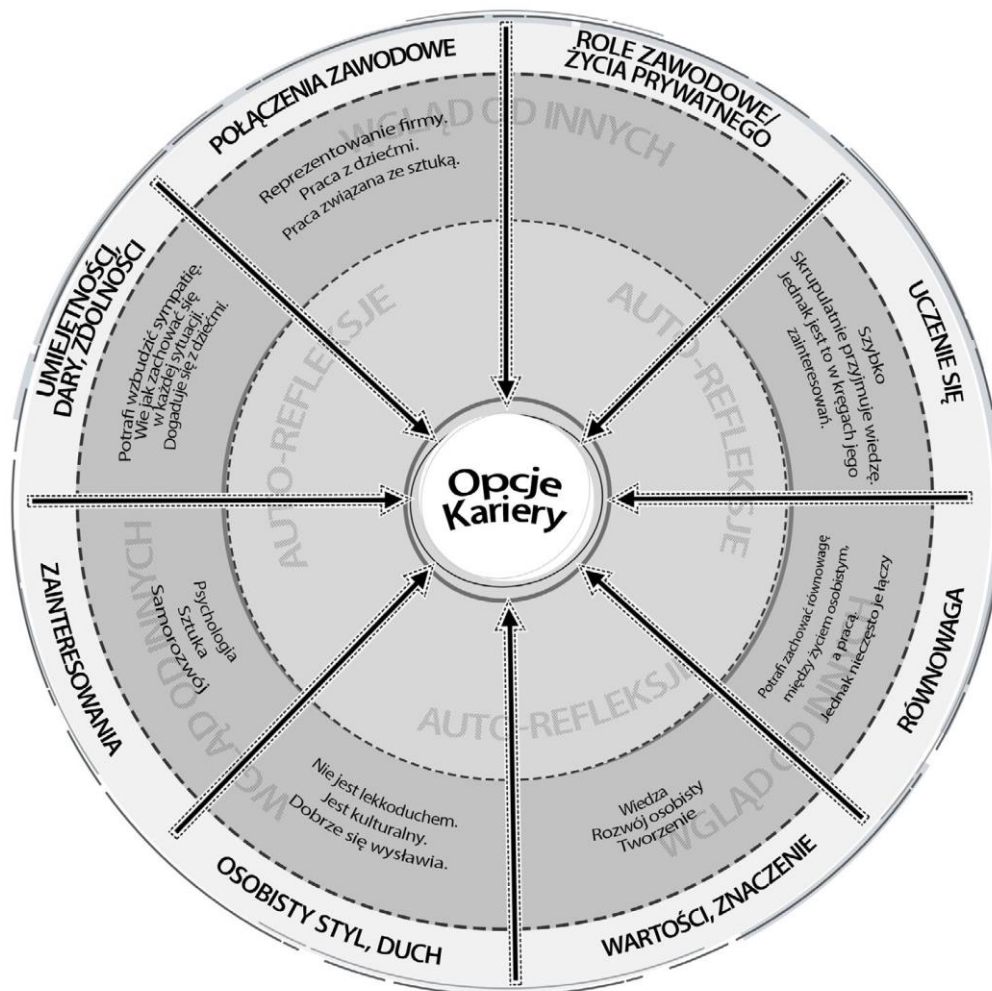
Na grupie rozwojowej Kacper pracuje nad zagadnieniem asertywności w swoim życiu, budowania granic, dbania o swój dobrostan psychiczny – tematy te splatają się z dylematami wokół jego zatrudnienia. Podczas sesji rozmawiamy o perspektywie aktywizacji zawodowej. Dom Kultury chętny jest do przedłużenia współpracy, ale nie może zaoferować etatu czy dłuższej umowy, tylko kolejny staż lub ostatecznie krótkie umowy o dzieło. Być może za pół roku byłaby szansa na zastępstwo, ale gwarancji nie ma. Kacper rozważa każdą z opcji. Ewentualne przyszłe stypendium stażowe nie satysfakcjonuje go jednak finansowo. Umowy o dzieło rodzą pytania

o kwestię ubezpieczenia zdrowotnego. Kacper podkreśla, że jest bardzo zadowolony z aktualnego stażu, ale oferowane warunki kolejnego, nie spełniają jego oczekiwań. Te rozmowy dekonstruuja ograniczenia instrumentu wsparcia jakim jest staż w szerszej perspektywie, obrazują rysy w praktykach zatrudnieniowych, kiedy staż nie prowadzi do trwalszego zatrudnienia za godną płacę, ale do kolejnego stażu.

Kacper opowiada też dziś o swoim nowym doświadczeniu: wolontariacie i pracy animatora społecznego. Rozmawiamy też o terapii zajęciowej. Kacper chce dać sobie czas na rozwój i pracę nad sobą.

Potem przychodzi czas na omówienie „Kręgu kariery”. Kacper przyniósł wypełniony krąg w zamkniętej kopercie. Dopiero na sesji ją otwiera i czyta poszczególne opisy, które obrazują różne aspekty życia Kacpra. On komentuje i dopowiada swoją perspektywę.

Krąg kariery



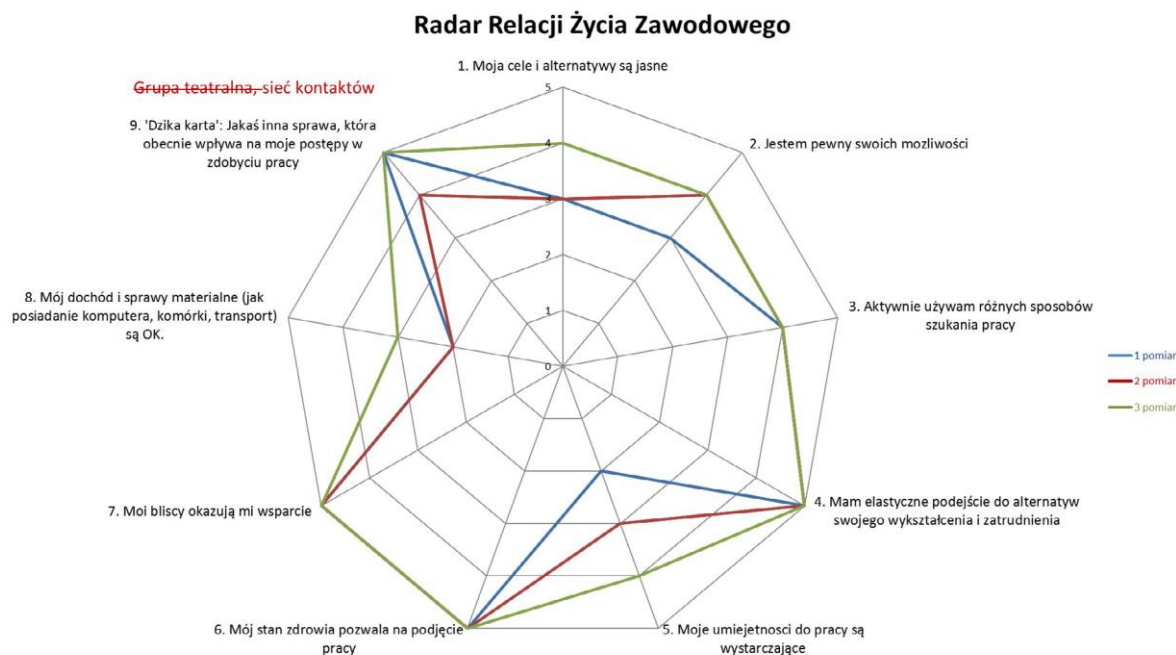
Kacper właściwie zgadza się z tym, jak jest postrzegany. Uważa, że rozdziela życie osobiste i zawodowe (ma swój krąg przyjaciół, z którymi utrzymuje relacje); szybko się uczy (jeśli coś jest w polu jego zainteresowań). Ma świadomość swojego stylu (bycie kulturalnym, umiejętność wysławiania się) i umiejętności (dobra komunikacja z dziećmi i młodzieżą). Otrzymał też informacje, że „potrafi wzbudzić sympatię” czy „wie jak zachować się w każdej sytuacji” – dopowiada, że aktualnie pracuje jednak nad ekspresją złości i budowaniem granic, chcąc wyjść poza ramy bycia „miłym i kulturalnym”.

Po sesji wysłałam Kacprowi maila z zaproszeniem do tekstualnego zadania domowego do przepracowania przed ostatnią naszą sesją. W ćwiczeniu „Życie jako książka” zachęcam do zastanowienia się nad życiem jakby było książką, złożoną z różnych rozdziałów (przeszłych, teraźniejszych i przyszłych) i proszę o zapisanie poszczególnych tytułów.

10 sesja

Ostatnia sesja to czas domykania procesu doradczego, podsumowania stażu i wspólnych sesji.

Kacper przyniósł ze sobą wypełniony Radar oraz swoją „Księgę Życia”.



'Dziki karty' pokazują dynamikę działań i poszukiwań Kacpra. Podczas pierwszego pomiaru Kacper wskazuje na 2 „dzikie” obszary: udział w grupie teatralnej i osobistą sieć kontaktów – są one jak asy w rękawie, stanowią o jego sile, mówią o jego tożsamości, sprawach ważnych i angażujących. Drugi pomiar obrazuje zmianę, jaka zaszła w życiu Kacpra: po długich rozważaniach nad misją i wizją teatru – zdecydował się odejść z grupy teatralnej, a jego ciekawość rozbudziły zajęcia literackie. Kacper trenuje swój warsztat pisarski: tworzy teksty o tematyce psychologiczno-egzystencjalnej do redakcji magazynów kulturalnych, rozpoczął też pisanie książki. Podczas ostatniego pomiaru Kacper przekreśla zajęcia literackie (tym razem zdecydowała o tym zewnętrzna okoliczność – zajęcia zostały zawieszone), zostawiając jako dziką kartę sieć kontaktów, obejmującą również nowe połączenia wygenerowane przy okazji realizacji stażu np. z personelem domu kultury. Ostatni pomiar obrazuje też wzrost samooceny w obszarach tj. jasność celów i alternatyw, umiejętności przydatne w pracy oraz sprawy materialne.

...Już po zakończonym procesie wsparcia Kacper w rozmowie telefonicznej mówi o jeszcze jednej zmianie: stał się bardziej pewny siebie i swoich możliwości. Mówi, że rezygnacja z kontynuacji pracy w domu kultury okazała się bardzo ważnym krokiem w budowaniu jego poczucia wartości. Zrezygnował z oferty, gdyż proponowane formy współpracy (kolejny staż, kolejna umowa o dzieło) nie spełniały jego oczekiwań. Rozmawiamy o polityce rynku pracy, strategiach zatrudnieniowych, fenomenie „obrotowych drzwi” stażowych, nadużyciach związanych z taką formułą pracy, poczuciu własnej wartości i potrzebie działania w zgodzie ze sobą. Dom kultury stał się kreatywnym miejscem stażu, dając szansę na pracę z ludźmi oraz współtworzenie wydarzeń o walorze artystycznym i społecznym. Dał możliwość rozwoju osobistego i zawodowego. Lepsze zrozumienie siebie i środowiska pracy. Umożliwił pogłębianie kompetencji i zainteresowań, a także współpracę ze środowiskiem kultury. Doświadczenie stażu pozostawiło niedosyt i chęć kontynuacji pracy w domu kultury, ale Kacper z dumą stwierdził, że odrzucił proponowaną ofertę współpracy.

Staż organizowany w ramach projektu wiązał się z wypłatą stypendium w wysokości 1441,26 zł netto, a możliwy kolejny staż oznacza dla Kacpra de facto pracę w pełnym wymiarze za mniej niż 1000 zł netto. Perspektywa mikro wiąże się z refleksjami na poziomie makro: Kacper pyta o generalne założenia polityki stażowej, o sens realizacji szeregu staży z niesatysfakcjonującym montażem finansowym, ma w sobie niezgodę na formułę permanentnego stażu. I wybiera odmowę. Nie czuje jednak, że radykalnie zamyka za sobą drzwi. Może kiedyś kroki jego skierują się znów na współpracę z domem kultury. Wszak będzie w kontakcie z zespołem. Teraz ważne jednak było zawalczenie o siebie, postawienie granic, rezygnacja z niekomfortowej oferty, odwaga zadbania o siebie i nie wnikania się w instytucjonalne ramy i ograniczenia. W pełni świadomie podjął decyzję o kształcie swojej ścieżki zawodowej na ten moment życia...

Później podczas sesji Kacper „czyta” mi swoją Księgę Życia, odsłaniając ukryte w niej znaczenia. Nadał jej tytuł „Ja, rodzic swój”. Pierwsze 11 rozdziałów to przeszłość dotycząca teraźniejszości. Kolejne 9 rozdziałów to wychylanie się coraz dalej w przyszłość. W tym miejscu przytoczę tylko poszczególne tytuły, które były kanwą do intymnej, osobistej relacji o życiu:

Ja, rodzic swój

1. *W nocy, kiedy wszyscy śpią. Wczesne dzieciństwo.*
2. *Pierwsze kroki.*
3. *Joga, pastafarianizm i psychologia.*
4. *Herbaty?*
5. *Grupa czwartkowa.*
6. *Kraina Czarów.*
7. *Górki Wielkie.*
8. *Nowotwór Żalobny.*
9. *Zmywak. Wszystko od nowa.*
10. *Grupa poniedziałkowa.*
11. *Kultura.*

1. *Ja, rodzic swój.*
2. *Wstyd. Animacja społeczna.*
3. *Odszufladkowanie.*
4. *Studia*
5. *Emigracja.*
6. *Miłość? A co to?*
7. *Galeria prywatnej kolekcji.*
8. *Dom artystyczny.*
9. *Koniec? Początek?*

Ostatnia sesja była wielowątkową rozmową. Przykładowo przenosimy marzenie Kacpra – plan domu artystycznego – na wieś. Kacper zapisuje alternatywny trop: wizja miejskiego domu kultury zamienia się na chwilę w dom pracy twórczej na wsi. Kacper dekoduje też znaczenie jego tatuażu. Mówi o planie wywiadu z lokalnym artystą i pisaniu artykułów do wydawnictw kulturalnych. Zdobył się w międzyczasie na uzyskanie informacji o wynikach matury. Niestety nie zdał matury, jak się zresztą spodziewał – wystosował już wniosek o dostęp do szczegółowych wyników i czeka na ostateczne informacje.

W trakcie sesji proponuję Kacprowi, aby wybrał karty metaforyczne, które z nim aktualnie rezonują. Wybiera zestaw 7 kart, które oświetlają jego sposób bycia w świecie.

Bliska jest mu metafora ogrodu – postrzega życie jak ogród, rozwijający się bez szczegółowego projektu czy planu, jakby ktoś wysypał worek z różnorodnymi nasionami, spontanicznie wzrastającymi. W ogrodzie wyrosła sztuka, praca z ludźmi. On sam jest siewcą różnorodnych idei, ceniącym sobie bioróżnorodność.

Metafora drogi do szczęścia mówi o odnajdywaniu drogi poprzez wsłuchiwanie się w siebie – choć czasem taka uważność na siebie miała miejsce, gdy było już słyszeć swój własny krzyk. Droga do szczęścia prowadzi przez życie ufundowane na trudnych doświadczeniach.

Metafora rollercoastera oddaje aktualny stan, szybkość zmian, wielość dziania się – Kacper czuje się zapętłony w ruchu kołowym, nie jest to ani nie droga do góry, ani w dół. Kacper myśli o porzuceniu pracy w domu kultury wobec braku poczucia godnej formuły pracy i płacy, prób wtłoczenia go w ramy kolejnego stażu (ostatecznie po przyjęciu dwóch umów o dzieło, zrezygnował z dalszej współpracy – nie zdecydował się na kolejną).

Przy okazji metafory roli, Kacper mówi, że wszystko co robi, wszystko co ważne – skupione jest wokół ludzi i poprawy ich życia. Jego wszystkie role (przyjaciół, pisarz, twórca, uczeń, nauczyciel, wychowawca, syn) – wskazują na ludzi.

Kacper odbiera swoje życie jak przemierzanie labiryntu, gubienie się i znajdowanie nowych dróg, ale z przekonaniem, że istnieje punkt dojścia, punkt B (tu wybór pada na metaforę łamigłówek).

Z kolei metafora budowania sieci wskazuje na liczne kręgi przyjaciół z fundacji, teatru czy wreszcie domu kultury. Kacper cieszy się, że spotyka nieszablonowych i twórczych ludzi, którzy są dla niego inspiracją.

Na koniec Kacper omawia metaforę przedstawiania – świat jako teatr. Najbliżej mu do sceny, improwizacji, ulicy (działalność artystyczna i społeczna). Jego rola to praca z ludźmi, uświadamianie (choć z dystansem do siebie mówi, że być może skończy się na byciu komikiem). Widownią są wszyscy, z którymi Kacper współpracuje, którzy doświadczyli, tego co robi, ale też widownią-observatorem jest sam Kacper.

W dalszej części sesji dzielimy się refleksjami i wrażeniami związanymi z procesem poradniczym. Losujemy karty mające powiedzieć coś o naszym wspólnym procesie poradniczym. Wyciągamy z zestawu kart OSHO kartę „ufność” i „harmonię”, które to elementy uobecniały się w naszym procesie.



Kacper mówi też o poczuciu synchroniczności czy też współbrzmienia, o ważności rozmów doradczych, ciekawości tego, co się wydarzy, co zaproponuję. Ja dziękuję Kacprowi za zaangażowanie, wkład i dzielenie się pasjami i swoim światem przeżyć. Na pożegnanie pijemy wspólnie kawę. Przekazuję Kacprowi niezbędnik młodego pisarza: długopis i ołówek, z życzeniami twórczego fermentu literackiego oraz kreatywnego pisania najlepszych scenariuszy życia.

Refleksje podsumowujące: proces poradniczy jest dla mnie niezmiennie otwartą przestrzenią, uważnością, podążaniem za. Spotkaniem z drugim człowiekiem, wsłuchiwanie się

w jego wyjątkowość. Ten szczególny proces z Kacprem był kolejną lekcją dawania przestrzeni radzącemu się, wspierania jego świadomości, decyzyjności, odpowiedzialności za siebie; wspierania działań na energii klienta, na jego zasobach i potrzebach – bez pretensji do realizacji własnych pomysłów na czyjś rozwój, z szacunkiem dla podmiotowości i autonomii rozmówcy. Każde spotkanie budzi we mnie ciekawość i radość z towarzyszenia: w doświadczaniu świata, w rozwoju pasji, w poszerzaniu horyzontów, w eksplorowaniu nowych etapów bycia i działania, w smakowaniu alfabetu życia. Cały proces doradczy z Kacprem obfitował w znaczące momenty: otwarcia, zwątpienia, entuzjazmu i nadziei. Było ich wiele. Jednym z nich była decyzja Kacpra odnośnie współpracy z domem kultury – wykuwał ją przez wiele dni, będąc w wielu równoległych procesach (udział w grupie terapeutyczno-rozwojowej, proces poradniczy dzielony ze mną, konsultacje w kręgach przyjaciół itp.), gdzie dyskutował tą kwestię i mierzył się ze swoimi myślami, pragnieniami i oczekiwaniami. Wszak człowiek jest zanurzony w wielu różnych kontekstach, które stają się dla niego swoistym lustrem. Mimo że była to trudna decyzja – Kacper poczuł się wzmocniony, z uśmiechem i dumą patrzy na swoje odbicie. Kroczy teraz ścieżką „pozytywnej niepewności” i otwartości na to, co będzie – na tyle silny, by zintegrować kolejne doświadczenie życiowe i iść naprzód.

Studium przypadku: Mirosława

Mirosława jest jedną z osób, które pozytywnie przeszły proces rekrutacji. Od początku deklarowała silną chęć udziału w projekcie, który w jej opinii jest szansą na zmianę sytuacji zawodowej. Pani M. ukończyła zasadniczą szkołę zawodową (sprzedawca) a następnie liceum ogólnokształcące. Doświadczenie zawodowe zdobywała na stażach organizowanych przez urząd pracy oraz podejmując prace dorywcze. Pani M. chciałaby pracować jako rejestratorka medyczna.

1 sesja

M. przyszła na spotkanie punktualnie. Była pozytywnie nastawiona i wyraziła wdzięczność za możliwość wzięcia udziału w projekcie. Przyznała, że nigdy wcześniej nie miała kontaktu z doradcą zawodowym, a jedynie z pośrednikami pracy/doradcami klienta zatrudnionymi w urzędzie pracy. Nie brała również udziału w tego typu przedsięwzięciu.

Omówiliśmy zasady założeń projektowych, w tym realizacji sesji doradczych oraz naszych kontaktów. Ustaliliśmy, że w październiku spotkamy się trzykrotnie. W okresie odbywania trzymiesięcznego stażu będziemy się spotykały raz w miesiącu a nasze ostatnie spotkanie odbędzie się po zakończeniu stażu.

Przybliżyłam ogólny zarys metody zintegrowanego doradztwa rozwoju kariery dla młodzieży Normana E. Amundsona. Następnie poprosiłam M. o przedstawienie się z uwzględnieniem ról życiowych, które aktualnie pełni. Wymieniła w kolejności następujące role: singielka, córka, wnuczka, właścicielka psa i kota, osoba poszukująca pracy. Zwróciłam uwagę na to, że jako jedyna z trzech uczestniczek projektu odniosła się do roli z obszaru życia zawodowego. M. streściła również historię swojej edukacji i doświadczenia zawodowego. Uzupełniła Radar relacji Życia Zawodowego.

Po wprowadzeniu do zagadnienia metafor zaproponowałam wykonanie ćwiczenia z użyciem zestawu kart. Zapytałam, czy mam rozłożyć wszystkie karty i pozwolić jej na dokonanie wyboru, czy woli zdać się na los. M. wybrała drugą opcję. Wylosowała dwie karty. Pierwszą była metafora sztuki i rzemiosła (karta nr 20) „ukończone dzieło istnieje jako obiekt piękny i funkcjonalny”. Drugą była metafora ram (karta nr 37) „pionierami jutra są ludzie, którzy potrafią myśleć nieszablonowo”. M. chętnie pracowała metaforą i zdecydowała się wylosować jeszcze jedną kartę. Tym razem trafiła na metaforę ogrodu (karta nr 9) „ogrodów nie tworzy się siedząc w cieniu”, która najbardziej przypadła jej do gustu. Na zakończenie spotkania otrzymała zadanie domowe polegające na przygotowaniu dwóch metafor – „moje życie jest jak ...” i „moja kariera zawodowa jest jak ...”.

2 sesja

Na wstępie M. przedstawiła przygotowane metafory: „moje życie jest jak rollercoaster” i „moja kariera jest jak kręta droga”. Była trochę zawstydzona, że nie udało jej się opracować czegoś bardziej kwiecistego. Wy tłumaczyłam, że nie ma złych metafor i z uwagą wysłuchałam jej interpretacji. Następnie przeszliśmy do ćwiczenia „20 rzeczy, które lubię robić w życiu”. Usiadłyśmy obie przy flipcharcie, na którym M. wypisała swoje przemyślenia.

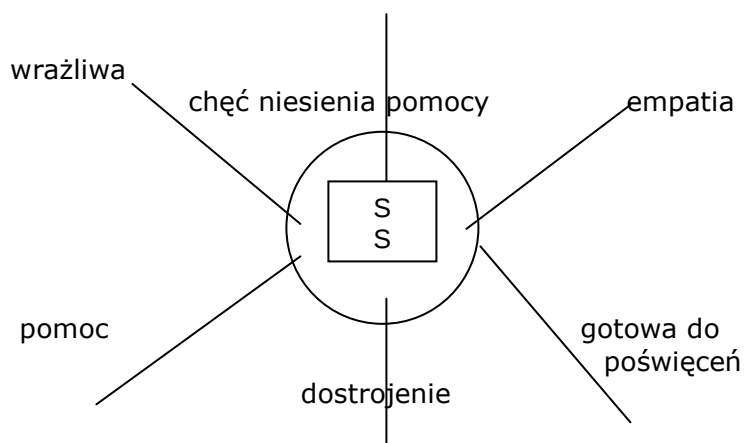
Zadanie: 20 rzeczy, które lubię robić w życiu

Co lubię robić	Ostatni raz	Odpłatnie(O) za darmo(D)	Zaplanowane (Z) spontaniczne (S)	Pojedynczo(P) z innymi(I)	umysł (U) ciało (C) emocje (E) duch (D)
Poznawać nowe osoby	2 m-ce temu	D	S	P	U, E
Pomagać innym	Miesiąc temu	D	S	P	E
Spać	Wczoraj	D	Z	P	C, E
Robić innym niespodzianki	Pół roku temu	O, D	Z, S	P, I	E
Jeść słodczyce	Dzisiaj	O	Z, S	P, I	C, E
Słuchać muzyki	Wczoraj	D	Z	P	E, U
Oglądać piłkę nożną	Dzisiaj	D	Z	I	E

Spotykać się ze znajomymi	Wczoraj	D	Z, S	I	E
Zakupy	2 tyg. temu	O	Z, S	P, I	E
Malować się	Dzisiaj	D	Z	P	E
Chodzić na spacer z psem	Wczoraj	D	Z	P	E, C
Czekać na Święta Bożego Narodzenia	Teraz	D	Z	P	E
Wszystkie imprezy rodzinne	Tydzień temu	D	Z	I	E
Wszystko mieć zaplanowane	Codziennie	D	Z	P	E, U
Czasem posiedzieć w samotności	Tydzień temu	D	Z, S	P	E
Obserwować inne osoby	Codziennie	D	S	P, I	E
Jeździć pociągiem	2 tyg. temu	O	Z	P, I	E
Słuchać szumu morza	Rok temu	O	Z	P, I	E
Cieszyć się szczęściem innych	Codziennie	D	S	P	E
Oglądać TV	Codziennie	D	Z	I	E, U

Rozmawialiśmy o jej zainteresowaniach między innymi w kontekście życia zawodowego. Następnie poprosiłam, aby bazując na opisanych zainteresowaniach, opisała historię dotyczącą wydarzenia z jej życia prywatnego lub zawodowego, wymagającego jej zaangażowania i zakończonego sukcesem. Opisała wzruszającą sytuację, w której wykazała się sporą dozą wrażliwości, empatii, gotowością do poświęcenia i udzielenia stosownej pomocy oraz umiejętnością dostrojenia. Wysłuchanie opowiadanej przez siebie historii oraz tego, co ja z niej wywnioskowałam a także możliwość ujrzenia kręgu silnych stron mocno poruszyły M. i dały sposobność umocnienia poczucia własnej wartości.

Zadanie: krąg mocnych stron



Odnoszę wrażenie, że to spotkanie, wspólna rozmowa na temat zbliżonych upodobań i wartości pomoże nam zbudowaniu relacji doradca-klient. Na zakończenie poprosiłam M., by przed naszym kolejnym spotkaniem zastanowiła się, co jest dla niej w życiu ważne.

3 sesja

W pierwszej części dzisiejszej sesji zajęliśmy się określeniem hierarchii wartości. Rozłożyłam przed nią karty wartości (zaczepnięte z programu Klubu Pracy MPIPS) i poprosiłam o podzielenie ich na trzy części (nisko/wysoko/czasami cenię). Następnie redukując ich ilość stworzyła hierarchię wartości, w której szczycie znalazły się: rodzina (zajmowanie się rodziną,

poświęcanie czasu dla swoich najbliższych), zdrowie (fizyczne dobre samopoczucie, dobre zdrowie, kondycja) i praca zespołowa (współpraca z innymi wokół wspólnego celu). Najmniejsze znaczenie mają dla niej: status intelektualny (zdobywanie uznania jako ekspert, osoba która posiada wiedzę), władza (kontrola nad innymi, wpływ na działania innych) oraz autorytet (posiadanie władzy oddziaływania na innych, wpływu na to, co się dzieje). M. miała trudność z pozbywaniem się kolejnych kart wartości. Celem zadania była poprawa umiejętności podejmowania decyzji wyjaśniania powodów leżących u podstaw takich, a nie innych wyborów. Rezultat tego ćwiczenia odniosłyśmy do naszych wniosków z poprzedniej sesji, co stanowiło wstęp do określenia kręgu kariery. Zaczęłam omawianie wewnętrznej części kręgu (auto-refleksje) od fragmentu dotyczącego jej zainteresowań a następnie wartości. Rozmowa, którą prowadziłyśmy w trakcie, pozwoliła jej na zrozumienie istoty tego zadania. Ponieważ wszystkie nasze dotychczasowe aktywności ugruntowały M. w przekonaniu, że chce pracować w służbie zdrowia na stanowisku rejestratorki medycznej poprosiłam o przygotowanie, w ramach zadania domowego kręgu kariery dot. tego konkretnego stanowiska. Na zakończenie opracowałyśmy wspólnie ścieżkę rozwoju zawodowego i edukacyjnego.

4 sesja

W ostatnim tygodniu podjęłam działania związane ze zorganizowaniem M. stażu na stanowisku rejestratorki medycznej. W tym celu nawiązałam kontakt telefoniczny ze szpitalami i przychodniami z terenu naszego miasta. Właścicielka jednej z przychodni wyraziła zainteresowanie i zgodziła się spotkać z M. Ustaliłyśmy termin spotkania, który następnie przekazałam M.

Na początku sesji M. podzieliła się wrażeniami z odbytej rozmowy kwalifikacyjnej, w wyniku której zostanie od listopada przyjęta na staż. Przyznała, że moje aktywne zaangażowanie w proces poszukiwania odpowiedniego dla niej pracodawcy, wykraczające poza znane jej dotychczas ramy funkcjonowania doradców z urzędu sprawiło, że poczuła iż jest dla mnie ważna i autentycznie zależy mi na tym, by jej pomóc. Następnie przeszłyśmy do analizy, przygotowanego w ramach zadania domowego, kręgu kariery dot. stanowiska rejestratorki medycznej.

Zadanie: krąg kariery (dot. stanowiska rejestratorki medycznej)

Zainteresowania	Osobisty styl, duch	Wartości znaczenie	Równowaga	Uczenie się	Role zawodowe/ życia prywatnego	Połączenia zawodowe	Umiejętności dary zdolności
Auto-refleksje							
Kontakt z ludźmi, pomaganie innym	Wrażliwa empatyczna, opiekuńcza, rodzinna	Rodzina, zdrowie, praca zespołowa	Życie zawodowe i rodzinne	Praca pod presją czasu, podzielność uwagi	Córka, wnuczka, przyjaciółka	Urząd pracy, Internet, znajomi	Słuchanie innych, szybkość nauki, przystosowanie się do warunków
Wgląd od innych							
Rozmowa, komputer, Internet, pomaganie innym	Uśmiechnięta, pomocna, bezkonfliktowa	Dobra atmosfera, zdrowie, szczęście innych	Czas dla rodziny i przyjaciół	Obsługa komputera, prawo jazdy, cierpliwość, zrozumienie odwaga	Córka, wnuczka, przyjaciółka	Rodzina, znajomi, doradca zawodowy, prywatne kliniki, stomatolog, szpital	Empatia, cierpliwość, serdeczność, poświęcenie

M. chętnie dzieliła się swoimi przemyśleniami oraz spostrzeżeniami bliskiej jej osoby. W dalszej części spotkania przeszłyśmy do określenia możliwości zawodowych w kontekście połączeń (tożsamość w kontekście/krąg połączeń). To było dla M. zdecydowanie najtrudniejsze z dotychczasowych ćwiczeń ze względu na jego poziom abstrakcji. Zaintrygowało ją jednak na tyle, że wypełniła każdy z zewnętrznych kręgów.

Zadanie: tożsamość w kontekście/krań połączeń

Zainteresowania	Osobisty styl, duch	Wartości znaczeniowe	Równowaga	Uczenie się	Role zawodowe/życia prywatnego	Połączenia zawodowe	Umiejętności dary zdolności
Rodzina							
zwierzęta sport	wrażliwość opiekuńczość rodzina	drugi człowiek relacje z ludźmi	czas dla rodziny	miłość do zwierząt sport	córka wnuczka siostrzenica	najbliższa rodzina	bezkonfliktowość empatia
Społeczeństwo							
moda kosmetyki	pomocna empatyczna	zdrowy egoizm	czas dla przyjaciół	współpraca	przyjaciółka koleżanka	przyjaciele znajomi	prowadzenie samochodu
Kultura							
moda praca w zawodzie rejestratorki	odważna, bezkonfliktowa	komunikacja z innymi	czas na rozrywkę: kino, basen, mecze	praca pod presją czasu podzielnosc uwagi	w przyszłości rejestratorka medyczna	przychodnie szpitale urząd pracy doradca zawodowy	sluchanie innych rozmowa
Świat naturalny							
spacer z psem	cierpliwość wrażliwa	bezwartunkowa miłość	czas na spacer z psem zabawę z kotem	cierpliwość obowiązkowość	właścicielka psa i kota	Weterynarz kliniki weterynaryjne	dobry kontakt ze zwierzętami
Świat duchowy							
życie po życiu	wierząca	wiara	czas na wyjście do kościoła, na modlitwę, spędzanie świąt w domu	trzeba pomagać bliźniemu	ewangelistka	pastor	Wrażliwość zdolność do poświęceń

Na zakończenie sesji, będąc na półmetku procesu doradczego, uczestniczka uzupełniła radar relacji życia zawodowego. Poprosiłam, by M. przyniosła na kolejne spotkanie szczególnie ważny dla niej przedmiot.

5 sesja

M. przyszła na sesję w dobrym humorze. Jest zadowolona ze stażu i wiąże z nim duże nadzieje. Cieszy się, ponieważ właścicielka przychodni jest zadowolona z jej pracy i udało jej się nawiązać pozytywne relacje ze współpracownikami. Lubi to, co robi i satysfakcjonuje ją, że jest doceniana.

Przyniosła na sesję znaczący dla niej przedmiot, co stało się przyczynkiem do opowieści o istotnych dla niej kwestiach życiowych. Następnie zaproponowałam pracę metaforą „twoje życie jako książka”, na co M. chętnie przystała. Usiadłyśmy wspólnie przy flipcharcie i poprosiłam by na wstępie zatytułowała swoją książkę. Zastanawiała się przez chwilę, ale w momencie, gdy zapisała tytuł, zaczęła swoją opowieść.

Zadanie: Twoje życie jako książka

Tytuł: „Walka o śmiałość”

Rozdział 1: Ja i moja nieśmiałość

Rozdział 2: Nie byłam grzecznym dzieckiem

Rozdział 3: Poznałam zawód, który chciałabym wykonywać

Rozdział 4: Dalsze kształcenie

Możliwość spojrzenia na historię swojego życia, podzieloną na rozdziały osnute wokół znaczących wydarzeń sprawiło jej przyjemność. Myśląc o kolejnych, niezapisanych jeszcze rozdziałach, analizowała czym chciałaby je wypełnić. Rozmawiając o jej planach na przyszłość podjęłam temat określania celów w koncepcji SMART, która nie była M. znana. Na zakończenie poprosiłam, by na kolejne spotkanie przygotowała krótki opis trudnej emocjonalnie sytuacji życiowej oraz zastosowanych sposobów radzenia sobie.

6 sesja

Jedną z pozycji na liście rzeczy, które M. lubi robić było oczekiwanie na święta, dlatego nasze przedświąteczne spotkanie rozpoczęłam właśnie od tego tematu. M. przyznała, że chyba po raz pierwszy w życiu nie przeżywa oczekiwania na święta tak intensywnie, jak dotychczas. Zdecydowanie bardziej jej uwaga skupiona jest wokół stażu i tego, jak cieszy ją możliwość pracy w wymarzonym zawodzie.

W związku z tym, że M. nie przygotowała opisu trudnej emocjonalnie sytuacji życiowej i zastosowanych sposobów radzenia sobie poprosiłam, by wyobraziła sobie, że traci wymarzoną pracę. Ponieważ praca w charakterze rejestratorki medycznej jest dla niej niezwykle ważna, możliwość jej utraty byłaby dla niej dużym stresem. M. opowiadała o tym, jak najprawdopodobniej zachowałaby się w tej sytuacji i co odczuwałaby w związku ze stratą pracy. Rozmawiałam z nią na temat powszechnie występujących emocji występujących po utracie pracy, etapach żałoby oraz sposobach radzenia sobie ze stresem. Rozmawiałyśmy na temat inteligencji emocjonalnej oraz umiejscowienia poczucia kontroli (M. wypełniła krótkie testy zaczerpnięte z programu Klubu Pracy MPIPS). Następnie przybliżyłam M. koncepcję pozytywnej niepewności, która bardzo ją zaintrygowała. Ponieważ uzyskane wyniki ujawniły zarówno jej przekonanie o własnym wpływie na życie i możliwości sterowania nim, jak również jej wiarę we wpływ na jej życie przypadku, przeznaczenia lub szczęścia ma świadomość, że mogą w jej życiu wystąpić zdarzenia, które będą od niej wymagały elastyczności i gotowości do zmiany.

7 sesja

Na wstępie spotkania poinformowałam M., że to jest przedostatnia nasza sesja. Zaproponowałam, byśmy w trakcie spotkania poruszyły zagadnienia niezbędne do skutecznego poruszania się po rynku pracy, na co przystała. Poprosiłam, by opowiedziała mi jakie ma skojarzenia ze słowem sieć. W pierwszym momencie przyszła jej na myśl sieć pajęczna. Ponieważ wiedziałam, że M. boi się pajaków zapytałam, czy ma jakieś inne, pozytywne skojarzenia. Przywołała sieć znajomych. Chcąc wykorzystać to skojarzenie, przedstawiłam jej kartę nr 25 z następującą metaforą budowania sieci „Tworzenie sieci to coś więcej niż jednorazowe przedsięwzięcie”. Rozmawiałyśmy na temat konieczności budowania i pielęgnowania sieci kontaktów zawodowych. Przybliżyłam jej definicję pojęcia networking w sposób, jakim posłużył się w swojej książce Amundson podnosząc, że składa się ono z trzech komponentów: *net* (ang. sieć) – nawiązane kontakty, *work* (ang. praca, pracować) – włożony w to wysiłek i *ing* (ang. końcówka czasu ciągłego) – ciągły charakter tego wysiłku. Następnie z zestawu wybrałam kartę nr 26 (metafora marketingu) „poszukiwanie pracy to kampania sprzedażowa” i na jej podstawie rozmawiałyśmy o takich zagadnieniach jak tworzenie wizerunku zawodowego, dokumentów aplikacyjnych i dobrego wrażenia na rozmowie kwalifikacyjnej. Ponieważ na początku naszych spotkań M. użyła metafory rollercoastera postanowiłam ją przywołać. Karta nr 29 „wzloty i upadki – trzymaj się!” pomogła nam w rozmowie na temat możliwości wystąpienia szybkiej i niespodziewanej zmiany sytuacji zawodowej oraz możliwości jakie ze sobą niesie. Bardzo spodobało mi się to, co M. powiedziała. Stwierdziła, że gdyby kiedyś utraciła obecną pracę, którą tak lubi i znalazła się na dnie, to wiedziałaby, że to jest tymczasowe i uda jej się ponownie wypłynąć na powierzchnię. Wykorzystałam to porównanie i na zakończenie dałam jej kartę nr 12 zawierającą metaforę pływania „unieś się na fali pogody ducha”. Poprosiłam o opisanie kamizelki ratunkowej, która pomaga jej w życiu/karierze. M. bez wahania wskazała rodzinę. Po namyśle

dodała doradcę zawodowego, bez wsparcia którego nie udałooby jej się dotrzeć do punktu, w którym się znajduje.

Na zakończenie sesji poprosiłam M. o przygotowanie refleksji na temat jej udziału w projekcie.

8 sesja

Ostatnia sesja upłynęła w bardzo przyjemnej atmosferze. M. miała trudność z określeniem, co podobało jej się najbardziej. Cieszyła ją możliwość udziału w projekcie. Podobała jej się różnorodność spotkań, oczekiwanie na kolejne sesje i nowe zadania do wykonania. Najprzyjemniejszym momentem w trakcie procesu była informacja, że została przyjęta na staż w wymarzonym zawodzie. Fakt, że szybko odnalazła się w nowym miejscu, może realizować się zawodowo, jest lubiana i doceniana przez przełożoną i współpracownice, znacząco wpłynął na jej poczucie własnej wartości. Niezwykle ceni sobie również bezpieczeństwo finansowe, które daje jej staż i gwarancja zatrudnienia. Jest przekonana, że zdobyła umiejętności niezbędne do poruszania się po rynku pracy. Doceniła też rolę doradcy zawodowego w swoim życiu i jest przekonana, że nie zawaha się skorzystać z tego typu wsparcia w przyszłości. Ja również podzieliłam się z M. moimi wrażeniami. Bardzo cieszy mnie fakt, że tak dobrze nam się razem pracowało. W moim odczuciu w znalezieniu wspólnego języka zdecydowanie pomogło nam ćwiczenie "20 rzeczy, które lubię robić w życiu". Zbliżone upodobania i wartości pomogły w zbudowaniu silnej relacji. Ważnym momentem była dla mnie chwila, gdy M. dzieliła się ze mną swoją historią, na podstawie której utworzyliśmy krąg silnych stron. Usłyszana opowieść spowodowała, że zapalałam do niej szczerą sympatią. Cieszyłam się, że zadanie to umocniło jej poczucie własnej wartości i zachęciło do dalszej współpracy. Widząc jej pozytywne nastawienie sama chętnie zaangażowałam się w proces poszukiwania odpowiedniego dla niej pracodawcy. Chciałam by czuła, że jest dla mnie ważna i autentycznie zależy mi na tym, by jej pomóc. Starłam się, by nasze spotkania przebiegały w atmosferze znaczenia. Podziękowałam M. za jej zaangażowanie i uśmiech. Ona również wyraziła wdzięczność za wsparcie. Zapewniłam M., że zawsze może liczyć na moją pomoc a ona, że nie zawaha się o nią w potrzebie poprosić. Pożegnaliśmy się ciepłym uściskiem.

Studium przypadku: Kinga

1 sesja

Klientka zgłosiła się do projektu w sytuacji po utracie pracy. Wcześniejsze doświadczenia w opinii klientki nie były odpowiednie ze względu na to, że nie wykorzystywała wiedzy zdobywanej w trakcie studiów. Widziała szansę na zdobycie doświadczenia, które zaowocuje w przyszłości. Głównym jej celem było zdobycie stażu w renomowanej firmie, po którym zostanie zatrudniona.

Pani Kinga dotarła na spotkanie punktualnie. Można było zauważyć lekkie napięcie – jak później wspomniała stres był porównywalny do tego towarzyszącego na rozmowie kwalifikacyjnej. P. Kinga nie miała trudności w nawiązaniu relacji z doradcą zawodowym.

Pierwsza część spotkania poświęcona została przekazaniu technicznych informacji związanych z udziałem w projekcie. P. Kinga była przygotowana, przeglądała stronę internetową dotyczącą działań projektowych. Ucieszyła się, że ma możliwość wzięcia udziału w czymś ciekawym i nowym. Przekazałem informację, że jest ważnym ogniwem relacji ze względu na fakt testowania nowej metody. Informacje zwrotne dotyczące narzędzi, sposobu prowadzenia spotkań będą odgrywały ważną rolę w projekcie. Istotnym elementem było zaprezentowanie głównych założeń metody N. E. Amundsona.

Jednym z elementów pierwszego spotkania było omówienie celu i zasad tworzącej się relacji. Wspólnie ustaliliśmy, że ważnym elementem jest docieranie na spotkanie z możliwością odwołania go na 24h przed. Ustalenia dotyczyły kontaktu pomiędzy spotkaniami. Innym elementem ustaleń było wspomnienie o zasadzie STOP, która daje możliwość zrezygnowania z podejmowanego tematu w trakcie sesji, jeżeli na daną chwilę budzi trudne emocje itp. Z zastrzeżeniem, że jeżeli temat ten ma znaczny wpływ na działania zaplanowane w projekcie z pewnością będziemy do niego powracać.

Pozostała część czasu była poświęcona na przeprowadzenie rozmowy dotyczącej przestrzeni życiowej klientki. Pytania dotyczyły motywów wyboru szkoły, aktywności zawodowej, ról życiowych, sukcesów własnych, pasji. P. Kinga bardzo swobodnie się wypowiadała. Informowała, że bardzo się cieszy z możliwości podjęcia współpracy, że widzi dużą szansę na zdobycie wartościowego doświadczenia zawodowego, co z pewnością zaowocuje w przyszłości.

W trakcie pierwszego spotkania P. Kinga wspominała o swojej aktywności szkolno-zawodowej. Wspominała, że tym, co jej sprawiało przyjemność była praktyka, dlatego też podejmowała pracę w trakcie wakacji, wyjechała również na zagraniczną praktykę organizowaną przez szkołę, w których mogli wziąć udział uczniowie potrafiący komunikować się w języku obcym.

P. Kinga wspominała również o doświadczeniach zawodowych, o tym, że pomimo zaangażowania i chęci nie udawało jej się ich utrzymać. Ma świadomość tego, że aktualnie podejmowane studia mogą dać jej nowe możliwości.

Często zwracałem uwagę na aktywność klientki, motywację i chęć działania – co klientka uważała za normalne kwotując słowami „przecież każdy tak robi”. Z narracji klientki można usłyszeć, że bardzo wiele od siebie wymaga, chce zawsze pracować na 100% nie patrząc na koszty, jakie ponosi – nie licząc się z własnym zmęczeniem, brakiem kontaktu z bliskimi itp. Utwierdza się, że tak jest dobrze, że inaczej nie może być, bo by nie było wystarczająco.

Spotkanie zakończyliśmy podsumowaniem i ustaleniem kolejnego spotkania.

2 sesja

Drugą sesję rozpoczęliśmy od pytań kontrolnych dotyczących tego, czy pojawiły się refleksje, pytania do tego jak będą przebiegać spotkania, nad czym będziemy pracować. P. Kinga poinformowała, że wszystko jest jasne i jest gotowa do działania.

W tonie głosu można było usłyszeć podenerwowanie, któremu z czasem klientka pozwoliła odejść.

Poinformowałem, że ważnym elementem jest poznanie kapitału, umiejętności, predyspozycji, talentów itp., również istotne jest sprawdzenie tego, z jakiego miejsca wyruszamy. Dlatego zaproponowałem, że spotkanie poświęcimy na wypełnienia Radaru. Podałem instrukcję i zaprosiłem do wykonania ćwiczenia.

P. Kinga nie miała pytań, od razu przystąpiła do wypełnienia zadania – rozmyślała, pytała w jaki sposób rozumieć poszczególne punkty – postanowiłem wybrać ścieżkę, która pozwoli klientce zrobić tak ćwiczenie, w jaki sposób je rozumie. Bez większych ingerencji – celem było poznanie nadania znaczenia przez klientkę poszczególnym słowom np. możliwości, umiejętności, wsparcie rodziny.

Klientka wydała się zaskoczona, gdy zaprosiłem ją do wspólnego omawiania poszczególnym obszarów. P. Kinga bez trudności potrafiła uzasadnić swoje wybory dotyczące celów, własnej elastyczności, wsparcia rodziny, stanu zdrowia.

Gdy jednak doszliśmy to wiary we własne możliwości klientka się wahała. Dopytując o co chodzi stwierdziła, że nie może dać więcej niż 2,5 ze względu na brak doświadczenia i brak wiedzy, której jeszcze nie posiada.

Refleksja moja dotyczyła tego, że jeżeli klient wybiega w przyszłość swoimi myślami i dokonuje oceny aktualnej swojej sytuacji, dochodzi do patrzenia na swoje możliwości z perspektywy braku. Nieposiadania czegoś, co mu pozwala działać – wiedza, doświadczenie, umiejętności itp. Bo przecież możliwości to nic innego jak pozwolenie sobie na podejmowanie trudu.

Po wysłuchaniu refleksji P. Kinga stwierdziła, że faktycznie tak jest. Myśli o przyszłości, o tym, czego jeszcze nie mam, mogą blokować działania pomimo chęci do działania. Bo, nawet jeżeli się chce coś robić, a nie daje sobie możliwości spróbowania, wtedy trudno zrobić cokolwiek. Stwierdziła, że warto doceniać to, co się ma aktualnie i to, co się robi. Doświadczenie daje informację, że potrafię, że mogę.

Stwierdzeniem klientki było również to, że po wysłuchaniu wspólnych myśli dotyczących działań dochodzi to tego, że może zbyt krytycznie patrzy na swoje talenty, umiejętności i działania.

Zadaniem domowym było przygotowanie ćwiczenia 20 rzeczy, które lubię.

3 sesja

Na trzecią sesję klientka przyszła chwilę przed czasem. Rozpoczęliśmy od pytań dotyczących organizacji stażu i miejsca, w którym klientka chciałaby go zorganizować. P. Kinga wspomniała o tym, że ma już pewien plan, myśli o pewnej firmie, gdzie była na rozmowie kwalifikacyjnej, a gdzie się nie dostała ze względu na brak doświadczenia. Wytyczony jasny plan i chęć jego realizacji bardzo pasowały do P. Kingi. Jej wypowiedzi zawsze były pełne działań, pełne planowania i myśli związanych z tym jak dotrzeć do celu – co komentowałem i zwracałem jej uwagę.

Rozpoczęliśmy od omawiania ćwiczenia „20 rzeczy, które lubię”. P. Kinga skomentowała początkowo, że nie wie czy dobrze wykonała zadanie, że początkowo trudne było dla niej to zadanie, wymagało zaangażowania i zapytania siebie, zgłębienia tego czego na co dzień się nie rusza – własnych odczuć, myśli związanych z własną aktywnością w różnych obszarach życiowych. Zapytałem co ostatecznie ćwiczenie Pani dało. P. Kinga wspominała o: radości, tym, że czasem dobrze jest się zastanowić, co sprawia przyjemność, aby po prostu częściej to robić.

[illegible]

W odczuciu doradcy ćwiczenie to daje możliwość obcowania klientowi z radością, szczęściem wynikających z niczego innego jak tylko z tego, że robi coś, co daje mu szczęście i radość. Poszerza świadomość, o fakt, że ja sam mogę sobie dawać coś dobrego (mogę być źródłem dobra i radości) i dbać o siebie (czyli robić rzeczy które mi służą niezależnie od tego czy to jest aktywność sportowa, sen, gotowanie, przebywanie z kimś, wspólne czegoś wykonywanie, działanie).

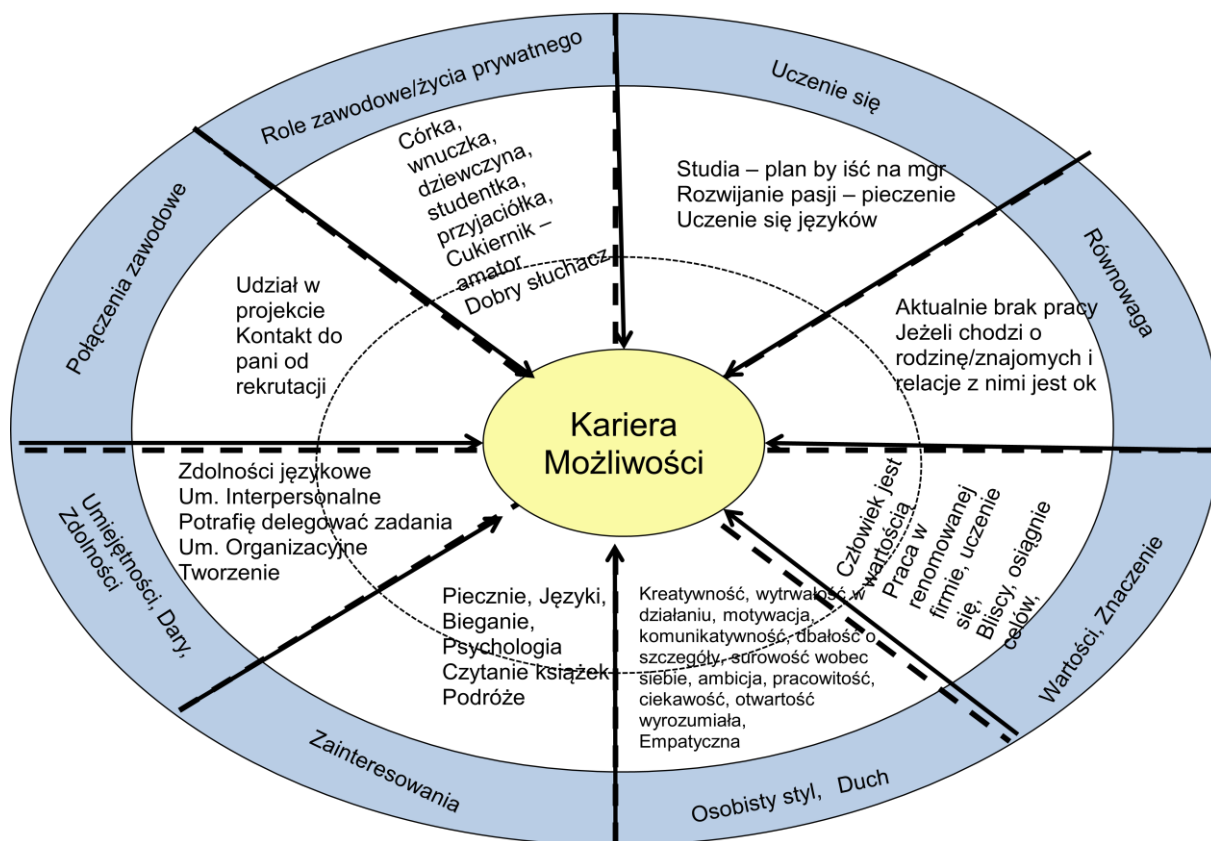
Następnie przeszliśmy do Kręgu kariery. Ćwiczenie to daje wiele możliwości. Klientka nie miała trudności w zrozumieniu założenia ćwiczenia. Pomocne okazały się informacje, które przygotowała w zadaniu domowym.

Rozpoczęcie zadania od zainteresowań jak w trakcie szkolenia instruowali trenerzy jest ważną kwestią. To temat bardzo neutralny, pozwalający rozluźnić się klientowi, a zarazem dający możliwość zagłębiania się poprzez pytania: Co takiego w tym jest, że się tym interesujesz? Opowiedz mi o tym więcej. Zainteresowałeś mnie tematem, chcę wiedzieć więcej. Proszę rozszerz temat. Można również dodać komentarze związane z różnorodnością zainteresowań. I jak już zauważamy, że temat się wysycił przejść do kolejnej części koła. P. Kinga zareagowała zdziwieniem, gdy zwróciłem uwagę na wielość jej zainteresowań. Podzieliłem się obserwacją, że gdy o nich opowiada częściej się uśmiecha, jest głós jest bardziej radosny. Klienta przyjęła informację, po czym poinformowała, że przecież to normalne, że wszyscy robią to co ja i nie ma nic w tym nadzwyczajnego.

Uważność, wsłuchanie się w narrację klienta jest kluczowe. Aktywność doradcy, pomoc w nazywaniu umiejętności, wyciąganie dodatkowych informacji wykazując zainteresowanie, pozwala z większą pewnością klientom mówić o tym, co potrafią, czym mogą się podzielić itp.

P. Kinga dzieliła się refleksją, że ćwiczenie wymaga skupienia się na sobie i słuchaniu własnych myśli. Wspomina, że miała moment zadumy, gdy wracała do własnych doświadczeń zawodowych i starała się wyciągnąć z nich kwintesencję – własne cechy, umiejętności i wartości którymi się kieruje. Odczuwała zadowolenie.

Krąg kariery



Krąg kariery

Na koniec sesji podzieliłem się informacją dotyczącą tego, że czasami coś takiego się dzieje, że klientka umniejsza swoim umiejętnościom, zdolnościom, wiedzy czy talentom. Tak jakby było to trudne dla niej pocieszyć się czymś, co mam fajnego. Zamiast generalizować kwitowaniem, że „każdy tak ma”.

Sesja dała możliwość głębszego poznania postrzegania siebie przez klienta. Świat, w którym żyje klient, poznanie jego, jest równie ważne jak poznanie samego klienta.

4 sesja

Na spotkanie klientka przyszła punktualnie. Spotkania odbywały się co tydzień w celu zbudowania relacji pozwalającej na tworzenie przestrzeni wymiany spostrzeżeń i doświadczeń.

Na tą sesję zaplanowaliśmy ćwiczenie Krąg mocnych stron. Początkowo zapytałem o nastrój i o to czy pojawiły się pytania od poprzedniego spotkania. Klientka dopytywała o to jak formalnie przebiega organizacja stażu. Poinformowała również, że jest w kontakcie z firmą/osobą, która wstępnie jest zainteresowana organizacją stażu. Jest to firma, która da jej możliwości podniesienia kwalifikacji w obszarze języków obcych, na czym P. Kinga zależało.

Zaproponowałem przejście do ćwiczenia. Poprosiłem, aby P. Kinga wybrała czynność, którą lubi wykonywać, która sprawia jej przyjemność. Klientka bez większego wahania wybrała pieczenie, które jest jej pasją z lat dzieciństwa. Wspominała o tym, że uczyła się od babci i rodziców. Przeszła do historii swojego pierwszego wypieku i tego jak zareagowali domownicy:

radością, podziwem i przekazywali jej informację, że ciasto jest bardzo smaczne. Wspomina, że to był bodziec do tego, aby angażować się w pieczenie, zdobywać przepisy, rozmawiać z innymi na ten temat. Zaproponowałem zabawę taką, aby w ramach tego, jak będzie opowiadać historię, spróbowała wypisywać jakieś mocne strony, które wpadną jej do głowy. Wspomniałem, że w trakcie słuchania będę sporządzał notatki, którymi podzielę się w trakcie podsumowania ćwiczenia.

Klientka opowiadała historię w bardzo swobodny sposób, było widać, że sprawia jej to przyjemność. Relacjonowała, że teraz, gdy ktoś ze znajomych ma jakieś święto (urodziny, imieniny), jej prezentem jest własnoręcznie upieczone ciasto. Informuje również, że nie piecze więcej niż dwa razy tego samego ciasta, aby nie wpaść w rutynę. Szuka nowych możliwości, poszukuje inspiracji w Internecie, ale też polega na swoim smaku, niekonwencjonalnych połączeniach. Sama o sobie mówi, że nie przepada za słodkim – natomiast dawanie innym słodczy powoduje, że czuje radość. Mówi o tym, że czuje złość, gdy coś jej nie wyjdzie. Zawsze stara się dokładnie odmierzać składniki – twierdzi, że szczegóły są ważne. Piekąc ciasto postępuje zgodnie z recepturą. Wymaga od siebie, aby wyszukać najlepsze składniki, aby zadbać o czas na pieczenie. To co najtrudniejsze w pieczeniu dla klientki to dekoracja ciasta – zarzuca sobie brak wyobraźni i kreatywności.

Gdy skończyła opowiadać zapytałem o odczucia. Poprosiłem o przeczytanie tego, co zanotowała. Zapytałem czy jest ciekawa spostrzeżeń, tego na co zwróciłem uwagę. Powiedziała, że bardzo. Przeczytałem mocne strony, cechy klientki w formie zdania: P. Kingo jest Pani.....

Klienta wydawała się zaskoczona i poruszona po wysłuchaniu tego, co usłyszała. Nie wiedziała, że tak wiele umiejętności, cech, talentów, predyspozycji może kryć się pod jednym działaniem, które w dodatku się bardzo lubi. Ćwiczenie to dało sporą ilość szczęścia i motywacji do działania.



5 sesja

Cel, jaki postawiłem na spotkanie to podsumowanie dotychczasowych działań w trakcie procesu doradczego oraz działań własnych klientki.

Klientka przyszła punktualnie. Zapytałem, co się zmieniło od poprzedniego spotkania. Cały czas była pod wrażeniem poprzedniego spotkania/poprzedniego ćwiczenia. Zaczęła się zastanawiać nad tym czy faktycznie nie jest wobec siebie za bardzo wymagająca. Zauważyła, że

gdy jest surowa wobec tego, co zrobiła traci radość z własnej aktywności. Po czym stwierdziła, że przecież dobrze jest docenić siebie za wykonaną pracę.

Wprowadziłem P. Kingę w temat dzisiejszego spotkania. Powiedziałem o małym podsumowaniu tego, co się dzieje aktualnie w procesie poradniczym. W jaki sposób go przeżywa? Jak odbiera spotkania? Jakie miała wyobrażenia przed spotkaniami? Na ile tematy poruszane w trakcie spotkań pozwalają jej zauważyć własny kapitał? Itp.

P. Kinga była zaskoczona taką formą wsparcia. W przeszłości miała kontakt z doradcą zawodowym, jednak polegał on głównie na opowiedzeniu o kryteriach związanych z tym, jak się dostać do szkoły i wypełnieniem testu na predyspozycje. Takie też było jej wstępne oczekiwanie. Bardzo pozytywnie zaskoczyła ją forma współpracy, proponowane ćwiczenia oraz sam fakt rozmowy. Na koniec stwierdziła, że sama relacja jest czymś wspierającym, rozwiewa wątpliwości, motywuje do działania, a czasami skłania do refleksji. Mówiła o radości z tego, że bierze udział w projekcie.

Drugim tematem było odniesienie się do własnych działań dotyczących poszukiwania miejsca stażu i jego organizacji. Klientka bardzo sprawnie zadziałała w tym obszarze. Miała jasno wytyczony cel i go zrealizowała. W tym przypadku aktywność doradcy polegała nie na wspieraniu w działaniach organizacyjnych, ale na wskazaniu zaangażowania, odwagi klientki – tego wszystkiego, co P. Kinga zrobiła. Celem było to, aby klienta „przyjęła/zobaczyła/zatrzymała się” na chwilę i poobserwowała to, czego dokonała. Kiedy zapytałem jak się czuje ze świadomością realizacji celu początkowo odpowiedziała, że dobrze. Kiedy pozostaliśmy dłużej w tym obszarze P. Kinga czuła radość i zadowolenie z siebie. Zatrzymanie się i powiedzenie sobie, że coś fajnego zrobiłem, daje nadzieję na realizację dalszych planów. Buduje świadomość klientów, że posiadają wpływ na rzeczywistość.

6 sesja

Staż już był w realizacji. W międzyczasie pozostawaliśmy w kontakcie zdalnym. Wynikało z niego, że P. Kinga aklimatyzuje się w miejscu stażu – zadania, którymi się zajmuje wymagają uważności i myślenia – aby wszystko poukładać sobie w głowie.

Celem spotkania było przeprowadzenie ćwiczenia Kręgu Połączeń. P. Kinga przyszła na spotkanie punktualnie. Zapytałem o to jak mija staż, jakie są jej odczucia, jak w relacjach z ludźmi. Opowiadała, że czuje się zaopiekowana, wie do kogo się zgłosić jeżeli napotka na trudności. Posumowała, że czuje się dobrze w miejscu stażu.

Ważne dla mnie było to, aby dobrze zaprezentować sens ćwiczenia. Odniosłem się do rzeczywistości, w której jednostka funkcjonuje i opowiedziałem, że inni ludzie, środowisko naszego funkcjonowania może stać się dla nas wsparciem, gdy spojrzymy na zasoby tych obszarów, gdy sprawdzimy, co takiego mogę sobie z nich zabrać. P. Kinga dopytała o to czy to chodzi o ludzi, czy miejsca, do których może się udać. Po czym przystąpiliśmy do wykonywania ćwiczenia. Wspomniałem również o tożsamości będącej w ciągłej relacji ze środowiskiem. I kiedy mamy możliwość przyglądania się temu, w jakim środowisku żyjemy może to nam pomóc w udzieleniu odpowiedzi lub jej uzupełnieniu: Kim jestem? Co mogę/chcę dalej robić?

Klientka nie miała trudności z udzielaniem odpowiedzi, były bardzo konkretne. Głównie odnosiła się do ludzi i miejsc, w których funkcjonuje: rodzina, chłopak, znajomi, miejsce stażu, kino, projekt, w którym bierze udział, szkoła. To są te połączenia, które dają jej możliwość wsparcia, inspirują ją do działania, motywują i dają nadzieje. Czasem pojawiały się aktywności własne takie jak: pieczenie, bieganie, czytanie. Spotkanie zakończyło się podsumowaniem możliwości korzystania z zasobów środowiska. Klientka dodała, że jest w takim miejscu swojego życia, że czuje dużo sił do działania. Ma motywację do realizacji własnych zamiarów. Widzi, że nowe zadania, nowo poznani ludzie dają nowe możliwości.

7 sesja

Sesja poświęcona ponownemu zrobieniu Radaru. Zrobiła to bardzo szybko, zdecydowanie. Przystąpiliśmy do omówienia, które było bardzo rzeczowe i konkretne, odnoszące się do tego, czego nauczyła się w trakcie stażu oraz związanego z tym nowego doświadczenia. Mówi o sobie, że doświadczenie pokazało jej, że potrafi się uczyć, utwierdziła się w zdolnościach lingwistycznych – czuje, że jest lepiej, ale jeszcze trochę brakuje. Mówi o tym, że praca na tą chwilę daje jej dużo radości – robi rzeczy bardzo podstawowe z księgowości i finansów. Wskazuje na to, że czasem sama musi doczytywać różne sprawy. Widzi możliwość poszukiwania pracy w centrach usług wspólnych, jeśli nie przedłużą jej umowy po stażu.

W rozmowie pojawiały się słowa: jeszcze niewystarczająca, nie wszystko potrafię – odwołaliśmy się do tego, aby klientka patrzyła na siebie z perspektywy „tu i teraz”. Czyli na ile to, co posiadam pozwala na podejmowanie działań, wykonywanie zadań w trakcie stażu, rozwijanie się, uczenie nowych rzeczy – wtedy klienta poinformowała, że „w sumie wystarczające”. Zatrzymaliśmy się przy kwestii ze względu na to, że gdy oceniamy siebie z perspektywy przyszłości patrzymy na to, co posiadamy, z perspektywy braku.

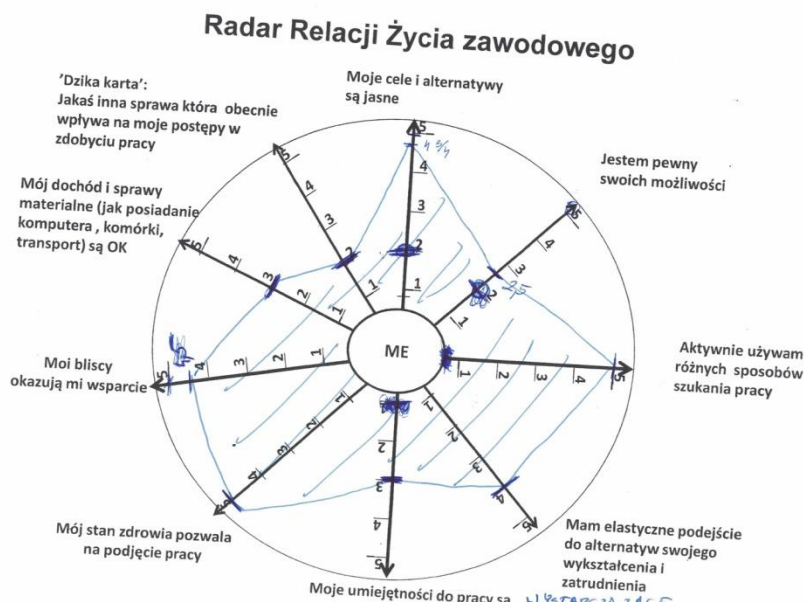
Klientka zdaje sobie sprawę z tego, że projekt się kończy i proces doradczy dobiega końca. Poprosiłem o ty, aby przygotowała się do zakończenia na ostatniej sesji. Aby poszukała odpowiedzi na pytania:

- Co w trakcie procesu było dla Ciebie poruszające?
- Który moment w Twoim przeżyciu był najważniejszy?
- Co pozwalało Tobie realizować założone plany?
- Czego dowiedziałaś się o sobie?
- Jak obierasz proces poradniczy? Co pozwalało na rozwój w relacji?

8 sesja

Ostatnie spotkanie odbyło się punktualnie. P. Kinga w domu przygotowała Radar. Rozpoczęła od wręczenia ksera umowy o pracę. Wprowadziłem klientkę jak będzie wyglądać ostatnie spotkanie.

Rozpoczęliśmy od omówienia Radaru – bardzo sprawnie i pewnie odnosiła się do poszczególnych punktów. Z pewnością wpływ na to miała świadomość zatrudnienia po stażu. Odniosłem wrażenie, że w końcu poczuła swoją sprawczość, poczuła siłę, jaką dają jej własne możliwości, umiejętności, wiedza i talenty.



Następnie zaproponowałem, aby skupiła się na pytaniach, o których wspominaliśmy na ostatnim spotkaniu. P. Kinga podsumowując głównie skupiła się na działaniach stażowych. Na tym najbardziej namacalnym efekcie pozwalającym poczuć, czego dokonała. Pytana o sam proces, który przeszła, o zbudowaną relację z doradcą, o poszerzenie świadomości własnego kapitału, początkowo odpowiadała bardzo ogólnie. Gdy padały pytania uszczegóławiające klientka zwracała uwagę na to, że relacja była ważna, że dobrze słucha się informacji zwrotnych mówiących o umiejętnościach. Zaznaczyła również, że pojawiały się momenty trudne, w których czasem wątpiła w to czy jej się uda, czy będzie wystarczająco dobra.

Głównym zadaniem doradcy w spotkaniu kończącym proces jest udzielenie informacji zwrotnej klientowi. Zwrócenie uwagi na ważne elementy procesu oraz działania podejmowane przez klienta. Przygotowania do przekazania informacji polegały na przeglądaniu dokumentów z całego procesu doradczego, przejrzeniu ćwiczeń wykonanych przez klienta i zebraniu tego w całość.

W trakcie podsumowania wróciłem do samego początku. Jednym z najistotniejszych momentów był ten, od którego wszystko się rozpoczęło – moment zgłoszenia się do projektu. Dzięki temu klienta mogła uczyć się, doświadczać i realizować swój plan, jakim było zdobycie doświadczenia zawodowego. Zwracałem uwagę na zdecydowanie i zaangażowanie klientki w proces, wykonywanie ćwiczeń. Jednym z tych najważniejszych w przypadku P. Kingi był Krąg mocnych stron. Przekazując własne spostrzeżenia zwróciłem uwagę na to, że klientka miała plan, którego się trzymała. Tym co wyróżniało klientkę była siła do działania. Podzieliłem się refleksją związaną z tym, że jest to ogromny kapitał z jednej strony, z drugiej strony może okazać się zagrożeniem dla niej samej. W sytuacjach, gdy będzie używać siły nadużywając siebie, przekraczając swoje granice, nie zwracają uwagi na własne potrzeby.

Ważnym elementem procesu był moment, w którym klientka zauważyła i stwierdziła, że czasem jest dla siebie zbyt wymagająca, zbyt surowa. Efektem czego jest zabieranie sobie powodów do radości, cieszenia się z osiągnięć. Odniosłem się do wrażenia, jakie klientka zrobiła na mnie w trakcie współpracy: powiedziałem o solidności, dokładności, celowości działania, wytrwałości i otwartości do tego by próbować nawet jeżeli coś początkowo jest trudne. Na koniec podziękowałem, za zaangażowanie w proces, w projekt oraz w realizację swojego celu.

Klienta z poczuciem spełnienia zakończyła projekt, zrealizowała założony plan w 100%. Wychodziła z dumą, radością i pewnością siebie.

1 sesja

Z rekrutacji, Ksawerego zapamiętałam jako osobę spokojną, skrytą. Niepokoił mnie nietypowy jak na mężczyznę głos oraz sposób poruszania się. Zastanawiałam się jakie jeszcze tajemnice przyniesie ze sobą na pierwsze spotkanie. Na sesję przychodzi punktualnie, z zapalem. Chętnie przystępuje do pracy, do odpowiedzi na zadawane pytania. Buduje zdania proste i często odbiega od tematu. Zaczyna powoli rysować się sylwetka osoby ze skłonnościami do lęków i depresji. Osoby, która do 18 roku życia była pod opieką psychologa i psychiatry. Potem już P. Ksawery z żadnego wsparcia specjalistów nie korzystał. Ukończył szkołę zawodową, chociaż nie było łatwo, ponieważ koledzy się z niego śmiali, w domu brat również dokucza, w podjętej później pracy koledzy także dokuczają. Zostaje zwolniony z pracy, a pracodawca na jego miejsce przyjmuje mężczyznę z orzeczeniem o niepełnosprawności. Ksawery takiego nie posiada. Zamyka się w sobie, odczuwa potrzebę odpoczynku po przeżyciach. W domu spędza około 1,5 roku.

Do mnie jako doradcy zawodowego dociera świadomość złożoności sytuacji i powstaje pytanie czy ja będę potrafiła pomóc? Czy i jak zaangażować rodziców Ksawerego w jego aktywizację? Do jakich aspektów mam prawo lub obowiązek się odnieść? Jestem świadoma, że w pracy z niepełnosprawnymi nie mam wielkiego doświadczenia. Z jednej strony na sesjach doradczych zajmujemy się sferą życia zawodowego, z drugiej jednak strony, holistyczne podejście podpowiada, że wszystko jest ważne i stan zdrowia i doświadczenie zawodowe i Jego marzenia i relacje z otoczeniem. Spotkałam się również z teorią, że z osobami z problemami psychicznymi, a nie pozostającymi pod opieką specjalistów nie powinno się rozpoczynać współpracy. Dużo myśli, jeszcze więcej pytań – czego się obawiam? Czy w trakcie sesji /tylko a może aż 8 spotkań/ nawiążę relację na tyle mocną, żeby bez obaw poruszać kwestie tak delikatne jak zdrowie psychiczne, relacje rodzinne? Czy to jest możliwe, że najbliższa rodzina nie dopuszcza do swojej świadomości, że Ksawery jest osobą chorą psychicznie? Który wątek jest ważniejszy: brak pracy? nieuporządkowana sytuacja w dokumentacji zdrowotnej? brak opieki specjalistów? wyśmiewanie się otoczenia?

Od czego zacząć? W trakcie pierwszej sesji pomocny jest arkusz „Ścieżki rozwoju zawodowego i edukacyjnego”, chociaż pracując w tej metodzie możemy go wypełniać, a nawet powinniśmy na kolejnych sesjach. W tym wypadku porządkuje to pierwsze zaskakujące spotkanie. Sesja przebiegała w bardzo pozytywnej atmosferze, część dokumentu zostało wypełnione, ale najważniejsze to nawiązana nić porozumienia. Mam wrażenie, że Ksawery jest wdzięczny za zainteresowanie Jego osobą i problemami. Do przepracowania w domu – proszę aby obejrzał film "Rafał Wilk. człowiek ze stali" opowiadający o zmaganiach żużlowca po groźnym wypadku. Tematyka filmu wg mnie może być pomocna w zakresie motywacji do pracy nad sobą i pozwoli nam przedyskutować to zagadnienie.

Między sesjami korzystam z konsultacji z doświadczonym terapeutą pracującym w ośrodku dla osób z zaburzeniami psychicznymi. Rozmowa jest dla mnie bardzo ważna, wskazówki osoby doświadczonej pomagają zrozumieć sposób postępowania i tok myślenia Ksawerego. Układam kolejność spraw istotnych we wspólnej pracy.

2 sesja

Z lekkim niepokojem czekam na Ksawerego. Tematy związane z powrotem na rynek pracy są mi dobrze znane, ale pozostałe kwestie związane ze stanem zdrowia, ze sposobem ewentualnego leczenia, wymagają delikatnego przeanalizowania. Nurtuje mnie cały czas pytanie dlaczego rodzice nie zadbali o opiekę lekarską oraz o stopień niepełnosprawności? Jak dobrze poprowadzić spotkanie, żeby się ośmielił mówić o rzeczach istotnych dla niego?

Przyszedł Ksawery uśmiechnięty i chętny do pracy. Drugą sesję rozpoczynamy od wymiany opinii na temat zadanego filmu. Ksawery jest pod wrażeniem i pełen podziwu dla głównego bohatera. Poziom swojej motywacji do działania ocenia na wysoki – chce działać, podjąć pracę. Dalsza część sesji przebiega w oparciu o mapowanie. Opowiadam o metodzie, o możliwości symbolicznego i z zastosowaniem kolorów sposobu przedstawienia obecnej rzeczywistości oraz przyszłości. Zaproponowany sposób pracy zaskakuje Ksawerego – Jego pierwsza reakcja to obawa, że nie potrafi rysować.

Po krótkim wyjaśnieniu na temat proponowanego sposobu pracy rozpoczynamy rozmowę, a poruszane kwestie zostają symbolicznie zaznaczone na karcie, dodatkowego znaczenia nabiera fakt zastosowania trzech kolorów. Powoli wyłania się obraz rodziny oraz najbliższego otoczenia. Pojawiają się ważne osoby, elementy życia codziennego, marzenia. Na mapie Ksawerego pojawili się członkowie rodziny, istotną rolę odgrywa dziadek, który lubi rozmawiać, ale też chwali i motywuje na co dzień. Mapa powstaje w spokojnym kolorze niebieskim, jedynie na czerwono zostaje zapisany – brak pracy oraz osoba brata, który dokucza. Dwie bardzo istotne kwestie w Jego życiu. W każdym środowisku, w którym się pojawiał, doświadczał braku zrozumienia i dokuczanie. Dokuczanie w głównej mierze skierowane jest do piskliwego tonu Jego głosu, jest przedrzeźniany i wyśmiewany. Mam wrażenie, że praca ze specjalistą zmieniłaby i tę kwestię.

Omawiamy również temat podjęcia stażu. Proszę, aby w domu P. Ksawery przemyślał swoje ulubione zajęcia, co pomoże w wybraniu przyszłego miejsca pracy. W trakcie spotkania obserwuję coraz większe zaangażowanie w poruszane tematy. Dosyć ostrożnie poruszam temat stanu zdrowia.

3 sesja

Większość tego spotkania poświęcamy na omówienie gotowości do podjęcia stażu, analizujemy listę zakładów pracy chronionej /choć nie posiada przyznanego stopnia niepełnosprawności/, opisujemy idealne przyszłe miejsce pracy. Ksawery bardzo lubi pracę fizyczną, szczególnie prace związane z obróbką drewna oraz prace ogrodnicze. Niestety zbliża się zima, więc myślimy o innych miejscach. Próbuję pomóc w wyszukaniu miejsca na staż, dzwonię, rozmawiam z pracodawcami. Uczciwość wymaga, aby o specjalnych potrzebach Ksawerego, związanych z aktualnym stanem zdrowia mówić od razu, opowiadam, że jest w trakcie załatwiania stopnia niepełnosprawności. Część pracodawców odpowiada, że nie może przyjąć do pracy osoby, która nie ma aktualnej diagnostyki. Jak będzie miał orzeczenie o stopniu niepełnosprawności to owszem, przyjmą. Jestem w trudnej sytuacji, ponieważ projekt ma określone ramy czasowe i kwestia podjęcia stażu w najbliższym czasie jest bardzo istotna. Ksawery prowadzi samodzielnie rozmowy z pracodawcami, ale nie jest traktowany poważnie ponieważ przez telefon Jego głos jest bardzo dziecięcy. Dzwonię do matki, opowiadam o całej sytuacji i proszę o wsparcie działań mających na celu wyszukanie miejsca na staż. Reakcja Ksawerego na pomoc mamy jest pozytywna, jakby oczekiwał tej pomocy.

Po kilku dniach telefon: znalazła zakład, który przyjmie Ksawerego na staż.

W tym wypadku działania skierowane są na kwestie organizacyjne.

Zaciekawienie przyszłym miejscem pracy rośnie, rośnie również stres związany ze zmianą, z koniecznością poznania nowych ludzi. Pojawia się automatycznie pytanie u zainteresowanego czy oni również się będą ze mnie wyśmiewali? Wskazówka dla mnie – budowanie poczucia własnej wartości jest dla nas ważnym zadaniem. Obserwuję również u mnie dosyć mocne zaangażowanie w rozwój wypadków – czy zachowuję się profesjonalnie? Jak zachować równowagę – przecież to moja praca, jak zadbać o siebie, aby prawidłowo funkcjonować na co dzień? Mam tyle innych osób, z którymi pracuję jako doradca zawodowy – czy mogę sobie pozwolić na takie emocje?

4 sesja

Spotykamy się po przepracowanych już kilku dniach stażu. Ksawery wyraźnie zadowolony z pewną satysfakcją, że wszystko zostało pomyślnie pozałatwiane i rozpoczął pracę. W trakcie przyjmowania się do pracy, w kadrach wywiązała się wymiana zdań na temat orzeczenia o stopniu niepełnosprawności, którego nie ma. Wraca istotny temat: nawiązanie kontaktu ze specjalistami, rozpoczęcie leczenia czyli poprawa stanu zdrowia. Z wcześniejszych rozmów wynika, że najbliższa rodzina nie dopuszcza do siebie myśli o chorobie Ksawerego. Dalej nie potrafię sobie poradzić z tą niekonsekwencją. Rozpaczam rozmowę na temat stanu zdrowia, pojawiających się lęków oraz stanów depresyjnych. Wyszukujemy poradnię zdrowia psychicznego, drukuję krótką informację na temat zakresu pomocy z danymi kontaktowymi. Ksawery obiecuje, że kwestię zapisania się do poradni przemyśli. W rozmowie przyznaje się, że potrzebuje wsparcia i pomocy. Obawiam się, że praca odsunie te tematy na dalszy plan. W trakcie spotkania pracujemy nad mocnymi stronami. Zachęcam do wypisywania mocnych stron na podstawie ulubionego zajęcia lub ważnego wydarzenia. Ksawery wybiera organizację i udział w wycieczce rowerowej. Opowiadając zapisuje na karcie ostrożnie swoje mocne strony, pojawiają się z oporami i bardzo nieśmiało. W podsumowaniu stwierdza, że trudno opowiadać o sobie i to jeszcze same dobre rzeczy.

5 sesja

Kolejne spotkanie z Ksawerem już jako uczestnikiem stażu. Niestety powtarza się schemat – znowu część załogi dokucza i wyśmiewa się z niego. Załoga złożona z osób posiadających różnego rodzaju niepełnosprawności na co dzień nie szczędzi sobie docinków i dokuczań.

Pojawia się mały sukces – Ksawery złożył wniosek o przyznanie stopnia niepełnosprawności. Informuje mnie o tym fakcie telefonicznie między sesjami. Dopytuję o szczegóły, nie na wszystkie pytania potrafi odpowiedzieć. Pojawiają się wątpliwości czy złożył aktualne dokumenty i czy prawidłowy wniosek. Przekazał informację, że do miesiąca ma się pojawić odpowiedź. W kwestii składania dokumentów najbliższa rodzina nie była wsparciem, dlatego nikt nie jest w stanie potwierdzić jego wersji.

W trakcie spotkania omawiamy krąg kariery. Poznaję relacje z otoczeniem, tym najbliższym w sensie zamieszkania oraz ze znajomymi. Słucham opowieści o zespole uczestników gier komputerowych, o organizacji i zasadach tam panujących i o bardzo ważnej roli inicjatora rozgrywek jaką pełni Ksawery. Opowiada z zaangażowaniem, jak specjalista. To jest Jego mały fragment życia, w którym pełni ważną rolę, ma posłuch i wreszcie nikt się z niego nie śmieje. Na tej podstawie omawiamy ewentualną pracę nad sobą, nad budowaniem poczucia własnej wartości. Zdaje sobie jednak sprawę, że w życiu zawodowym będzie to bardzo żmudne działanie i będzie wymagało systematycznej pracy.

6 sesja

Dzisiejsze spotkanie rozpoczyna Ksawery od zamartwiania się nad możliwością dalszego zatrudnienia po stażu. Opowiada o korzyściach płynących z podjęcia pracy, o tym jak wreszcie brat przestał dokuczać w temacie szukania pracy, jak przyzwyczajają się do codziennych obowiązków. Pojawiają się lęki te małe, codzienne jak i te ważne o pracę i o przyszłość. Pojawia się smutna informacja: jedyny przyjaciel wyjeżdża na drugi koniec Polski do pracy. Przykro Ksaweremu ponieważ jak to określa z nim mógł iść na piwo, ale co ważniejsze z nim porozmawiać. Smutna wizja dosyć osamotnionego człowieka. Jaka jest rola doradcy? W mojej głowie pojawia się obawa, czy do sesji doradczych zbyt szybko się Ksawery nie przyzwyczai. Mamy 8 sesji, czy wystarczy czasu, aby wypracować schemat działania, który będzie sam realizował? Jako doradca mam towarzyszyć w poszukiwaniu najlepszych rozwiązań, pomóc w wyszukiwaniu alternatywnych rozwiązań. Sztuka wyłonienia tych aspektów pracy, w których jestem mocna

i skierowanie do specjalistów z tych dziedzin, które nie mam prawa otwierać z racji braku przygotowania. Coraz bardziej czuję potrzebę pracy również z rodzicami Ksawerego, jeżeli nie zaakceptują faktu, że jest chory i wymaga wsparcia specjalistów sam nie będzie miał wystarczająco dużo sił. Czekamy również na informację czy będzie mógł kontynuować zatrudnienie po ukończonym stażu.

W trakcie sesji wypełniamy krąg kariery, który porządkuje i uwidacznia zarówno zainteresowania, umiejętności, jak również role zawodowe i życiowe. Jest to dosyć skromny zapis. Krąg kariery wymaga dużo połączeń i łączenia informacji z różnych dziedzin, a to jest dla Niego trudne. Dlatego pojawia się mnóstwo obaw z mojej strony. Jako podsumowanie wzmacniam to, co pozytywnego pojawiło się w trakcie sesji.

7 sesja

Ksawery rozpoczyna spotkanie od informacji, że złożony wniosek o przyznanie stopnia niepełnosprawności jest błędny i należy go złożyć ponownie. Nie potrafi dokładnie określić na czym polegał błąd ani w jakich okolicznościach się o tym dowiedział. Mam przeczucie, że mama Ksawerego dopytywała w urzędzie, a on nie chce się do tego przyznać. Czyżby mama wkroczyła do ważnych kwestii organizacyjnych? W trakcie spotkania pojawia się podsumowanie dotychczasowych działań. Ksawery dobrze się czuje w trakcie sesji, chętnie opowiada o swoich zmartwieniach, czuję, że nabiera coraz więcej zaufania. Dopytuję o kwestie samopoczucia, o relacje w pracy. Pracuje w grupie starszych od siebie osób, gdzie pojawia się czasami atmosfera nerwowa, krzyki. Ksawery tego bardzo nie lubi, z żadną z kobiet nie nawiązuje koleżeńskich relacji. Czuje się bardzo samotny. Analizujemy możliwości podjęcia pracy w innych firmach i znowu pojawia się problem orzeczenia.

8 sesja

Przed spotkaniem dzwoni mama Ksawerego z prośbą o kontynuowanie spotkań poza projektem...*proszę go nie zostawiać samego akurat w tej chwili...*

Dzisiejsze ostatnie spotkanie w ramach projektu. Ksawery przynosi wiadomość, że nie zostanie zatrudniony po stażu, ponieważ nie posiada orzeczenia o stopniu niepełnosprawności. Przychodzi smutny. Przyjaciół wyjechał, pracy od jutra nie ma. Mamy jednak plan działania czyli wracamy do jego realizacji. Tłumaczę spokojnie jeszcze raz znaczenie dokumentu i korzyści płynące dla pracodawców. Wyznaczamy kategorię planu mocno i konkretnie osadzony w czasie. Zgadza się na dalsze 2 spotkania pod warunkiem, że plan będzie realizowany również we współpracy z rodzicami. Wypełniamy radar na zakończenie i rozmawiamy na temat narzędzi, których używaliśmy podczas pracy.

Ksawery docenia współpracę opartą na relacjach, na wspólnych dyskusjach oraz jak to określił "innych" ćwiczeniach. Doświadczył satysfakcji z wykonywanej pracy, nauczył się bardziej pozytywnie patrzeć na siebie. Obiecuje, że z tą energią pozyskaną w projekcie przystąpi do dalszego działania, że zadba o siebie. Główne zadania to stawić się na komisji ds. orzekania o stopniu niepełnosprawności oraz zarejestrować się do psychologa. Oba wydarzenia się boi, jak zresztą wielu sytuacji, których nie zna.

Studium przypadku: Piotr

Pan Piotr – lat 28, wykształcenie wyższe: inżynier logistyk, specjalizacja: zarządzanie łańcuchem dostaw. Odbyte staże na stanowiskach: logistyk, pracownik biurowy. Bez doświadczenia zawodowego. Pan Piotr jest zainteresowany podjęciem pracy w zawodzie wyuczonym: logistyk, spedytor. Po ukończonych stażach aktywnie szukał pracy, odbył kilka rozmów kwalifikacyjnych. Bezskutecznie.

1 sesja

Klient przyszedł na umówione spotkanie punktualnie. Z etapu rekrutacji do projektu pamiętałam, że jest on osobą nieśmiałą i zdystansowaną. Musiałam mieć to na uwadze i zrobić wszystko, żeby zbudować porozumienie i zachęcić P. Piotra do tego, żeby otworzył się na proces. Naszą sesję rozpoczęłam od omówienia założeń i celów projektu. Podczas rekrutacji oczywiście wszyscy kandydaci otrzymali podstawowe informacje, ale teraz był moment, żeby zrobić to bardziej szczegółowo. Zapytałam klienta czy wszystko jest dla niego transparentne. Po uzyskaniu odpowiedzi twierdzącej, chciałam dowiedzieć się, jakie klient ma oczekiwania wobec udziału w projekcie. P. Piotr powiedział, że jest zainteresowany odbyciem stażu zawodowego – z PUP nie ma już takiej możliwości, ponieważ miał sfinansowane już dwa staże na przestrzeni ostatnich dwóch lat. Poza tym, chciałby mieć większą pewność siebie w kontaktach z pracodawcami. Rozmowa kwalifikacyjna jest dla niego bardzo trudnym doświadczeniem. Brak pracy upatruje w tym, że nie potrafi odpowiednio się zaprezentować. Zapytałam klienta o sytuację życiową. P. Piotr opowiedział mi, że mieszka z chorym ojcem, babcią i bratem, który skupiony jest na swojej pracy i za bardzo nie angażuje się w życie rodzinne. Mama klienta pracuje za granicą i przyjeżdża co jakiś czas na krótko. Klient jest odpowiedzialny za zawożenie ojca do szpitala, na wizyty do lekarza, robienie zakupów i opłat. Przyznał, że czuje się obciążony obowiązkami domowymi.

Historia P. Piotra stała się przyczynkiem do ćwiczenia dotyczącego ról życiowych – na pierwszych miejscach znalazły się role syna i kierowcy. P. Piotr przyznał, że ma sporo obowiązków domowych, zdominowały one właściwie każdy dzień. Zadeklarował jednak, że jest gotowy rozpocząć staż. P. Piotr opowiedział mi również o swoich zainteresowaniach pozazawodowych. Stwierdził, że nie poświęca im tyle czasu, ile by chciał, ze względu na sytuację w domu oraz ograniczenia finansowe. Zaproponowałam ćwiczenie: „20 rzeczy, które lubię robić”. Ćwiczenie to pokazało, że P. Piotr ma szerokie zainteresowania. Okazało się między innymi, że klient pisze opowiadania science fiction. Wiedziałam już, że taka forma narracji jest jedną z jego ulubionych. Poprosiłam, żeby spróbował stworzyć „księgę życia” i nadał tytuły poszczególnym jego rozdziałom. Poprosiłam również, żeby zastanowił się, w jakich firmach będziemy pytać o możliwość odbycia stażu.

Na koniec zapytałam o odczucia dotyczące naszego spotkania. P. Piotr poinformował mnie, że dotychczas nie brał udziału w tego typu przedsięwzięciu i współpracując z doradcą zawodowym uwaga skupiona była raczej na kwestiach zawodowych, ale postara się otworzyć również na podejmowanie zagadnień bardziej osobistych. Ustaliliśmy termin kolejnego spotkania i pożegnaliśmy się.

2 sesja

Druga sesja odbyła się tydzień później. Na wstępie zapytałam P. Piotra, co przygotował na dzisiejsze spotkanie, jakie ma nastawienie do naszej wspólnej pracy. Klient odrobił zadane domowe – przygotował listę zakładów pracy, w których chciałby odbyć staż zawodowy. Poinformował mnie, że jest pełen wiary w sukces. Wspólnie przeanalizowaliśmy przygotowaną listę – poprosiłam o uzasadnienie dokonanych przez niego wyborów. Zweryfikowaliśmy wykaz zakładów pracy z moją listą – dokonaliśmy analizy lokalnego rynku pracy.

Od tematu związanego z miejscem stażowym płynnie przeszliśmy do stworzenia naszego, mającego roboczy charakter, profilu kandydata na stanowisko logistyka. Poprosiłam P. Piotra o określenie jakie cechy, według niego, powinien posiadać kandydat na staż na ww. stanowisku i jakiego zakresu czynności spodziewa się klient. Następnie P. Piotr próbował ustosunkować się do stworzonego przez nas profilu – próba odpowiedzi na pytania: czy jestem kandydatem pożądanym przez pracodawców? czy spełnię oczekiwania? W tym momencie klient opowiedział mi historię z wcześniej odbytego stażu, podczas którego stworzył system magazynowy na potrzeby ówczesnego pracodawcy. Historię tę postanowiłam wykorzystać, aby wzmocnić samoocenę klienta – na jej podstawie nazwaliśmy cechy, które P. Piotr niewątpliwie posiada i dzięki którym udało mu się tego dokonać.

Kontynuując wątek celu zawodowego postanowiłam ustalić również, jaką drogą chciałby podążać. Dlatego też wykonaliśmy zadanie: „Ścieżka rozwoju zawodowego i edukacyjnego”. Kilka kwestii zawartych w ćwiczeniu pozostało bez odpowiedzi, dlatego postanowiliśmy wrócić do niego podczas kolejnego spotkania.

Na zakończenie sesji poprosiłam klienta o uzupełnienie radaru relacji życia zawodowego. P. Piotr wykonał dość sprawnie to ćwiczenie. Podziękowałam za udział w sesji, zapytałam o refleksje i wrażenia mojego klienta – poinformował mnie, że nie sądził, że „potrafi być tak rozgadany”. Potwierdziłam, że faktycznie, umie rozwinąć swoją wypowiedź, ale to bardzo cenne i przydatne przy tej metodzie (i nie tylko). Jest to umiejętność, którą powinien wykorzystywać. P. Piotr poinformował mnie jeszcze, że podjął próbę stworzenia księgi życia. Bardzo mnie ucieszyła ta informacja.

Pożegnaliśmy się w bardzo dobrych nastrojach. Byłam zadowolona z faktu, że nasze rozmowy przebiegają coraz bardziej swobodnie.

3 sesja

Na nasze spotkanie klient przyszedł radosny. Na moje pytanie co dobrego wydarzyło się od naszej ostatniej sesji, poinformował mnie, że powodem jego szczęścia są sprawy związane ze stanem zdrowia taty. Opowiedział mi o ostatnich wydarzeniach z ich życia rodzinnego – podziękowałam za okazane mi zaufanie. Był to dla mnie sygnał, że klient coraz swobodniej się przy mnie czuje.

Humor jeszcze bardziej poprawił się P. Piotrowi w momencie, kiedy poinformowałam go, że dyrektor jednej z firm z naszej listy jest zainteresowany organizacją stażu. A zatem musimy przygotować klienta do rozmowy. Bardzo dobrym ćwiczeniem okazał się: „Kąg mocnych stron”. Poprosiłam P. Piotra, aby przypomnieli sobie jakąś trudną dla niego sytuację z przeszłości, z którą w rezultacie końcowym świetnie sobie poradził. Na podstawie tej historii stworzyliśmy kąg mocnych stron klienta. Poprosiłam, żeby P. Piotr wybrał te silne strony, które powinien wymienić podczas czekającej go rozmowy kwalifikacyjnej. Zapytałam, jakie ma odczucia po wykonaniu tego ćwiczenia – klient stwierdził, że nie przypuszczałby, że można tyle informacji wyciągnąć z wydarzenia z przeszłości. Wykonanie pewnych zadań i zachowania wydawały mu się oczywiste, a to ćwiczenie uświadomiło mu, że w trudnych sytuacjach każdy zachowa się inaczej i inne też cechy oraz umiejętności mogą się ujawnić. Kolejnym etapem spotkania była krótka symulacja rozmowy kwalifikacyjnej – po jej przeprowadzeniu, poprosiłam klienta o refleksje i wnioski oraz sama podsumowałam zachowanie i wypowiedzi P. Piotra, kładąc nacisk na jego mocne strony. Chciałam go wzmocnić, pomóc uwierzyć w siebie i dać nadzieję.

Następnie klient odczytał tytuły rozdziałów swojego życia – poprosiłam o to podczas naszej pierwszej sesji. P. Piotr chętnie opowiedział mi historię jednego z rozdziałów, który wydał mi się enigmatyczny i intrygujący. Postanowiłam wykorzystać jeszcze w inny sposób wywołany temat książki – poprosiłam klienta, aby na następne spotkanie przyniósł cenny dla siebie egzemplarz i zastanowił się nad odpowiedzią, dlaczego jest dla niego ważny.

Ustaliliśmy, że pozostaniemy w kontakcie telefonicznym, gdyby klient potrzebował wsparcia lub konsultacji przed rozmową z pracodawcą.

Księga życia – Tytuł: Urodzony trzynastego

1. *Na początku było... imię*
2. *Jedyny ocalały*
3. *Przedszkolne historie*
4. *Wiejskie wakacje*
5. *Witaj szkoło*
6. *Ekologicznie i muzycznie*
7. *Plaża i hotelarstwo*
8. *Czas na studia, chyba.*
9. *Od magazynu do policji i dalej*

4 sesja

Na początek zapytałam klienta o samopoczucie. P. Piotr był bardzo podekscytowany faktem, że za kilka dni rozpocznie staż. Podkreślił, że bardzo się cieszy na myśl o kolejnym etapie w karierze zawodowej. Porozmawialiśmy o obawach i oczekiwaniach P. Piotra. Stwierdził, że właśnie tworzy się nowy rozdział księgi jego życia. Klient przy tej okazji opowiedział mi historię przyniesionego ze sobą egzemplarza – powiedział, że dostał tę książkę od ważnej dla niego osoby. Książka ta miała duży wpływ na rozwój jego zainteresowań i umiejętności. W trudnych chwilach lubi do niej wracać, jest dla niego jak „niezawodny przyjaciel, na którego zawsze może liczyć i wtedy, kiedy trzeba, jest obok” – zapisałam to zdanie, gdyż było dobrym punktem wyjścia do pracy na metaforach. Skorzystałam z *Zestawu kart tworzenia metafor* – wybrałam jedną z nich – *Metaforę ciała*. Klient nie udawał – trochę go to zaskoczyło, ale chętnie podjął grę. Rozpoczął swoje opowiadanie kończąc na wyszczególnieniu posiadanych umiejętności. I na nich właśnie chciałam się skupić podczas spotkania.

Dzisiejsza sesja miała być kolejnym krokiem w samopoznaniu i samoocenie klienta. Poprosiłam o wykonanie ćwiczenia dotyczącego umiejętności, które posiada i powinien rozwijać (ćwiczenie z podręcznika Szukam pracy). Po wykonaniu ćwiczenia, poprosiłam, aby P. Piotr wymienił jeszcze raz swoje umiejętności i pamiętał o nich, dbał o ich rozwój. Podkreśliłam, że nie jesteśmy tylko umiejętnościami, zainteresowaniami, wartościami, stylem bycia itp. Wszystko to łączy się ze sobą i naszym światem. Aby to było bardziej zrozumiałe dla klienta, poprosiłam o wykonanie ćwiczenia: Krąg kariery. Po uzupełnieniu poszczególnych pól P. Piotr spojrzał na krąg i stwierdził, że zaczyna mu się to układać w jedną całość. W celu dopełnienia powstałego obrazu zaproponowałam, żeby poprosił bliską osobę o informacje zwrotne na swój temat. Na pewno osoba dobrze go znająca będzie miała wiele do powiedzenia. Klienta poprosiłam o uzupełnienie lub dokończenie zdań z zastosowaniem metafor. Pożegnaliśmy się.

5 sesja

P. Piotr przywitał mnie uśmiechnięty i zadowolony. Przyznał, że wszystko układa się ostatnio dość dobrze. Stan zdrowia taty jest stabilny, a relacje między domownikami różne. *Moja praca jest jak odrobina spokoju* – takiej metafory użył klient podsumowując swoją wypowiedź. Poprosiłam o przeczytanie innych, stworzonych przez niego metafor i krótkie omówienie ich:

- *Moje życie jest jak... nieprzerwana droga pod stromą górę z masą przeszkód*
- *Moja praca jest jak... odrobina spokoju*
- *Moja przyszłość jest jak... gra losowa z małym prawdopodobieństwem wygranej*
- *Moja relacja z rodziną jest jak... próba wytłumaczenia czegoś upartemu dziecku, które sądzi że ma rację*
- *Czas jest jak... coś czego zawsze brak*

P. Piotr zapytany o przebieg stażu, zaczął ze szczegółami opowiadać o środowisku pracy, ludziach, których poznał w nowym miejscu. Nasza rozmowa zeszła na temat oczekiwań i wyobrażeń a rzeczywistości. Zapytałam czy to miejsce i stanowisko, są dla niego atrakcyjne. I co tak naprawdę stanowi o atrakcyjności pracy. Skupiliśmy się na doświadczeniach klienta z odbytych staży. Podkreśliłam, że ważna jest identyfikacja czynników, które mają wpływ na nasze decyzje zawodowe. Zrozumienie naszej orientacji, motywacji, talentów jakie w sobie odnajdziemy, pomagają nam planować swoją karierę i swoje życie. Zaproponowałam klientowi zbadanie jego atraktorów miejsca pracy. Po wykonaniu ćwiczenia i zdefiniowaniu poszczególnych atraktorów, przyszedł moment na podsumowanie. P. Piotr zgodził się z wynikami, jakie naniósł na diagram. Przyznał, że w procesie poszukiwania pracy niektóre czynniki są faktycznie dla niego bardzo istotne, są i takie, które mają mniejsze znaczenie. Podsumowując podkreśliłam, że atraktory mogą się zmieniać wraz upływem czasu. Każdy z nas się zmienia, rozwijamy się, kształtujemy, zmieniają się nasze priorytety, co powoduje, że nasze oczekiwania względem pracy również ulegają zmianie. Kiedy już o zmianie była mowa na zakończenie sesji, poprosiłam P. Piotra o uzupełnienie radaru relacji życia zawodowego. Przy kilku kategoriach pojawiła się inna wartość. P. Piotr podsumował, że machina ruszyła – zmiana już się rozpoczęła.

Uśmiechnięty pożegnał mnie.

6 sesja

Sesję rozpoczęłam zapraszając klienta do gry – w karty OH. Poprosiłam o wybór kilku kart opisujących jego aktualny nastrój. P. Piotr bardzo sprawnie opisał swoje samopoczucie korzystając z obrazków – kolorowych i radosnych. W związku z tym, że klient poinformował mnie, iż pracodawca zaproponował mu podjęcie współpracy po zakończonym stażu, dzisiejsze spotkanie chciałam poświęcić jednemu zagadnieniu – kompetencjom zawodowym. Najpierw P. Piotr zdefiniował termin *kompetencje*. Następnie poprosiłam o intuicyjne wypisanie kompetencji niezbędnych, zdaniem klienta, do wykonywania pracy na stanowisku logistyka. Zapytałam, czy chciałby przekonać się czy takie posiada. Padła odpowiedź twierdząca. Przeprowadziłam test Narzędzie do Badania Kompetencji pod kątem stanowiska logistyka. Po jego wykonaniu omówiliśmy wyniki, a następnie poprosiłam o refleksje klienta. P. Piotr przyznał, że nieco zaskoczyły go wysokie wyniki, jakie osiągnął, ale bardzo cieszy się z tego, gdyż ma świadomość jak ważne są kompetencje w procesie samorealizacji, w rozwoju osobistym i zawodowym oraz byciu aktywnym. Klient stwierdził, że dziś zrobił kolejny krok do lepszego poznania siebie.

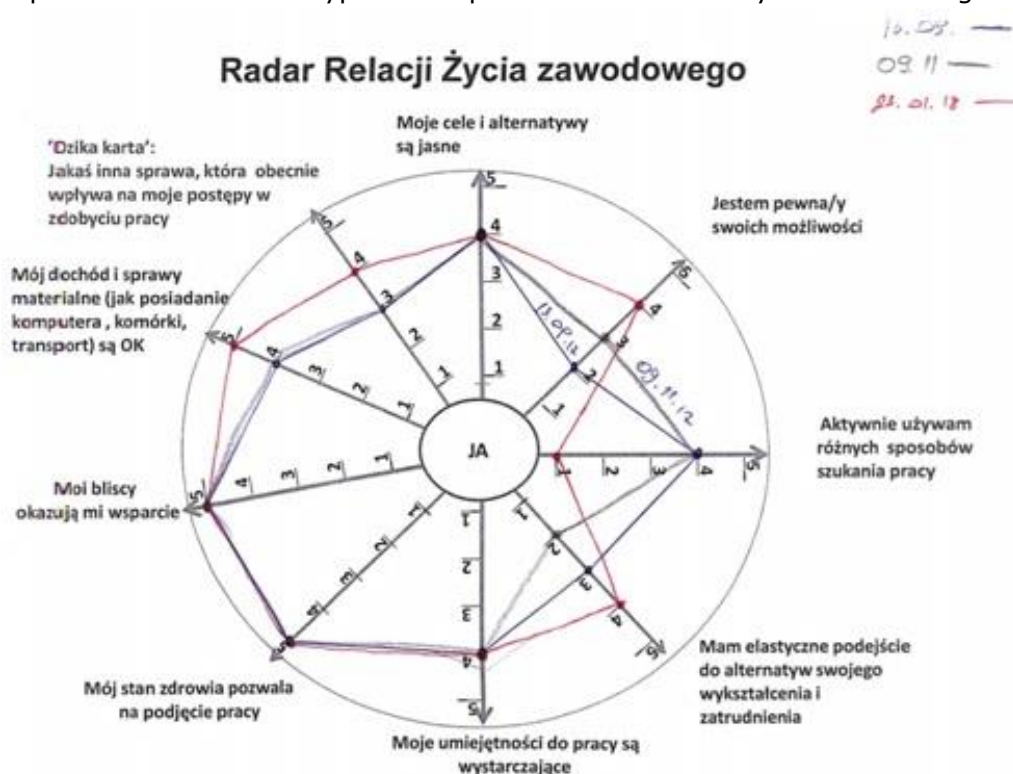
7 sesja

Podobnie jak poprzednie, także i ta sesja rozpoczęła się zapytaniem o nastrój i samopoczucie klienta. P. Piotr poinformował mnie, że jest dobrze. Staż jest realizowany zgodnie z harmonogramem. Nienagannie układa się współpraca z pracownikami firmy, wiele się od nich uczy. W związku z tym, że relacje z ludźmi są dla niego bardzo ważne, cieszy go to ogromnie, gdyż początkowo – rozpoczynając staż – obawiał się, kogo spotka na swojej drodze. Ta wypowiedź P. Piotra była dla mnie ważna – wypełniając Krąg połączeń, skupiliśmy się na kwestiach związanych ze społecznością i tworzeniem sieci kontaktów. Ćwiczenie to miało posłużyć klientowi jako zachęta do sięgania po różne źródła wsparcia. Klient uświadomił sobie, że powinien korzystać z pomocy innych, kiedy przyjdzie trudny moment w jego życiu i karierze. P. Piotr podsumował ćwiczenie stwierdzeniem, że posiadanie takiego wsparcia jest istotne. Podał kilka przykładów sytuacji, kiedy korzystał z pomocy innych i cieszył się, że nie pozostał z problemem sam. Na zakończenie przypominałam, że przed nami jeszcze tylko jedna – ostatnia już sesja.

8 sesja

Ósma sesja – kończąca proces doradczy i współpracę z klientem – odbyła się po miesięcznej przerwie. W ciągu tego czasu mieliśmy kontakt telefoniczny.

Poprosiłam P. Piotra o wypełnienie po raz trzeci radaru życia zawodowego:



Ćwiczenie to stało się punktem wyjścia do naszej długiej rozmowy na temat zmian, jakie zaszły w jego życiu oraz w nim samym. Klient stwierdził, że na ten moment ma poczucie bezpieczeństwa, które jest dla niego bardzo ważne. Przez ostatnich kilka lat brakowało mu tego, gdyż jego sytuacja była niestabilna, odbyte staże nie dawały gwarancji zatrudnienia, a rozmowy kwalifikacyjne, w których brał udział, nie kończyły się finalizacją, której klient oczekiwał. P. Piotr planuje związać się z firmą na jakiś czas, rozwijać się i zdobywać umiejętności zawodowe. Odbyty staż pozwolił też mu polepszyć swoją sytuację finansową, co z kolei spowodowało, że wzrosła jego samoocena i pewność siebie. P. Piotr stwierdził, że więcej umie i wypełniając radar po raz pierwszy za wysoko ocenił swoje umiejętności. Podkreślił, że udział w projekcie bardzo mu pomógł. Dużo mu dały ćwiczenia, dzięki którym mógł wpłynąć na poprawę swojej samooceny i lepiej poznać samego siebie. Podkreślił, że dłuższy czas aktywnie szukał zatrudnienia, bezskutecznie. Uwierzył w to, że można osiągnąć wyznaczone cele, że „chcieć to móc”, ale też wie, że trzeba mieć jakąś alternatywę i elastycznie podchodzić do wyznaczanych sobie celów. Podkreślił również, że bardzo istotne było takie całościowe spojrzenie na siebie i uświadomienie sobie, jak ważna jest równowaga pomiędzy poszczególnymi aspektami życia. Cenna też była informacja zwrotna od bliskich osób, które wypowiedziały się na jego temat (krąg) – dobrze uzyskać pozytywną informację z zewnątrz. Ja również pozwoliłam sobie na słowa refleksji i podsumowanie – podziękowałam za wspólną pracę, zaangażowanie i podkreśliłam niesamowity progres, jaki zaszedł w myśleniu o sobie P. Piotra, a także w jego działaniu i karierze.

Trudne było to nasze pożegnanie. Oboje przyzwyczailiśmy się do naszych spotkań. Z drugiej strony radość ogromna nam towarzyszy, że odnieśliśmy wspólny sukces. Cieszę się, że miałam przyjemność i zaszczyt spotkać na swojej doradczej drodze takiego wartościowego młodego człowieka.

Studium przypadku: Magdalena

Pani Magdalena zgłosiła się na rozmowę rekrutacyjną do projektu sama, dobrowolnie, dwa dni po uczestnictwie w spotkaniu informacyjnym, które przeprowadzałam z potencjalnymi kandydatami do udziału w projekcie, a które poświęcone było ogólnej wizji i założeniom projektu „Przestrzeń rozwoju! Adaptacja metody zintegrowanego doradztwa dla młodzieży”. Zapytałam o motywację Pani Magdy do udziału w projekcie. Z dużym uśmiechem na ustach odpowiedziała: „Pani tak fajnie mówiła o tym projekcie, i że Pani sama by skorzystała jakby mogła, więc i ja postanowiłam skorzystać i zastanowić się nad swoją karierą”.

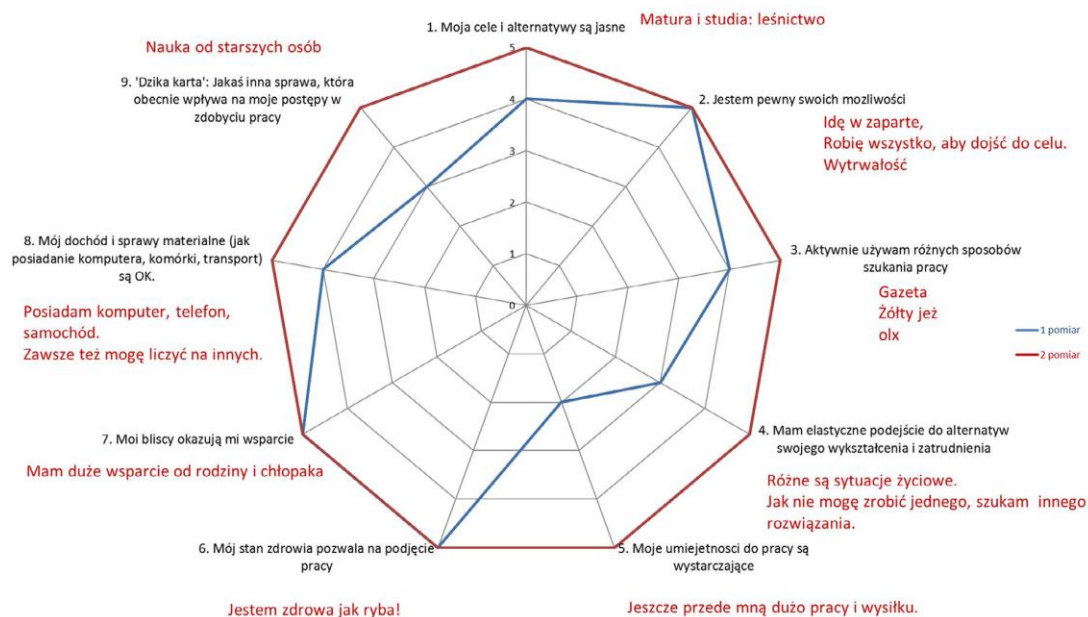
Zanim P. Magdalena pojawiła się na spotkaniu rekrutacyjnym, wstępny profil kandydatki przedstawiał się następująco: ukończyła technikum o specjalności technik organizacji reklamy, pracowała pięć miesięcy na umowie zlecenie w biurze. Pozostawała pięć miesięcy bez pracy. Po zakwalifikowaniu się P. Magdy do projektu, poinformowałam ją o tym telefonicznie oraz ustaliliśmy pierwszy termin spotkania.

1 sesja

Pani Magdalena weszła do pokoju, była trochę zmieszana, ale pozytywnie uśmiechnięta. Pierwszy raz uczestniczyła w spotkaniu z doradcą zawodowym i nie bardzo wiedziała, czego może się spodziewać. Wyjaśniłam, na czym polega rola doradcy zawodowego oraz czego będą dotyczyły nasze sesje. Objaśniłam główne założenia metody Amundsona. Wspólnie ustaliliśmy kontrakt – czyli zasady współpracy na 8 sesjach (P. Magda poprosiła m.in. żeby zwracać się do niej po imieniu).

Magda uśmiecha się, dzieli się radością z uczestnictwa w projekcie. Częstouję ją wodą. Nawijamy relację i nić porozumienia. Pytam o jej oczekiwania względem projektu. Magda chciałaby przede wszystkim spojrzeć na swoją karierę, sprecyzować cele zawodowe oraz mieć możliwość odbycia stażu. Zaczynamy rozmawiać o rolach życiowych. Klientka rozpoczyna od córki, to ważna rola w jej życiu. Podkreśla dobry kontakt z rodziną. Z jej opowiadań wynika, że dużo pomaga w domu rodzicom, gotuje, sprząta. Wśród ról życiowych ważna jest dla niej także rola partnerki/dziewczyny. Jest w związku i zawsze może liczyć na wsparcie partnera. Wymienia także role przyjaciółki, wnuczki, siostry i zawodowe: kelnerki (czasami dorabia sobie na przyjęciach okolicznościowych). Zaczynamy rozmawiać jak widzi siebie i swoje role za pięć lat, które by chciała, aby wtedy były dla niej ważne. Na pierwszy plan wysuwa się rola mamy i żony, studentki (chciałaby podwyższyć wykształcenie) oraz pojawia się rola pracownika. Klientkę pozytywnie zaskoczyło to ćwiczenie, nigdy wcześniej nie zastanawiała się nad rolami, wypełniała je niejako z automatu. Zaproponowałam kolejne ćwiczenie „Radar Relacji Życia zawodowego”.

Radare Relacji Życia Zawodowego



Klientka zaczęła go wypełniać z entuzjazmem, zatrzymałyśmy się na celach. Podczas rozmowy pojawiły się nowe pomysły dotyczące kariery zawodowej klientki. Magda zaczęła przedstawiać swoją sylwetkę zawodową. Ukończyła technikum na kierunku technik organizacji reklamy, jednak nie ma ani tytułu zawodowego, ani matury. Do tej pory pracowała dorywczo jako kelnerka oraz kilka miesięcy jako pracownik biurowy. Myślała, żeby może szukać pracy w zawodzie, w jakim się uczyła. Zna trochę obsługę programów graficznych, ale nie na wystarczającym poziomie, żeby konkurować z kandydatami w dużych agencjach reklamowych. W swojej okolicy ma jedną agencję reklamy, w której odbywała praktyki, jednak tam nie ma możliwości zatrudnienia. Podczas rozmowy i wypełniania „Radaru” okazało się, że bardzo lubi przyrodę, mieszka na tzw. „terenach zielonych” w obrębie miasta i praktycznie jej dom rodzinny otoczony jest lasem, lubi to towarzystwo, dobrze się czuje w obcowaniu z przyrodą. Jako doradca wzmocniłam ten aspekt pasji i zainteresowań. Zapytałam czy ma pomysł na miejsce odbywania stażu, odpowiedziała, że jeszcze nie, ale w najgorszym przypadku odbędzie staż jako sprzedawca, bo każdy sklep przyjmie ją chętnie na staż (w sklepie raczej zawsze przyda się dodatkowa para rąk do pracy). Podczas rozmowy wyszło, że Magda ma kontakt z ludźmi, którzy pracują w lesie i bardzo jej się ta praca podoba, często towarzyszy swojemu chłopakowi w pracach leśnych. Zaczęła pojawiać się myśl, żeby może zorganizować staż w nadleśnictwie, chociaż Magda wiedziała, że nie będzie to łatwe, ponieważ w Lasach Państwowych obowiązują procedury, dotyczące między innymi wykształcenia, które należy spełniać.

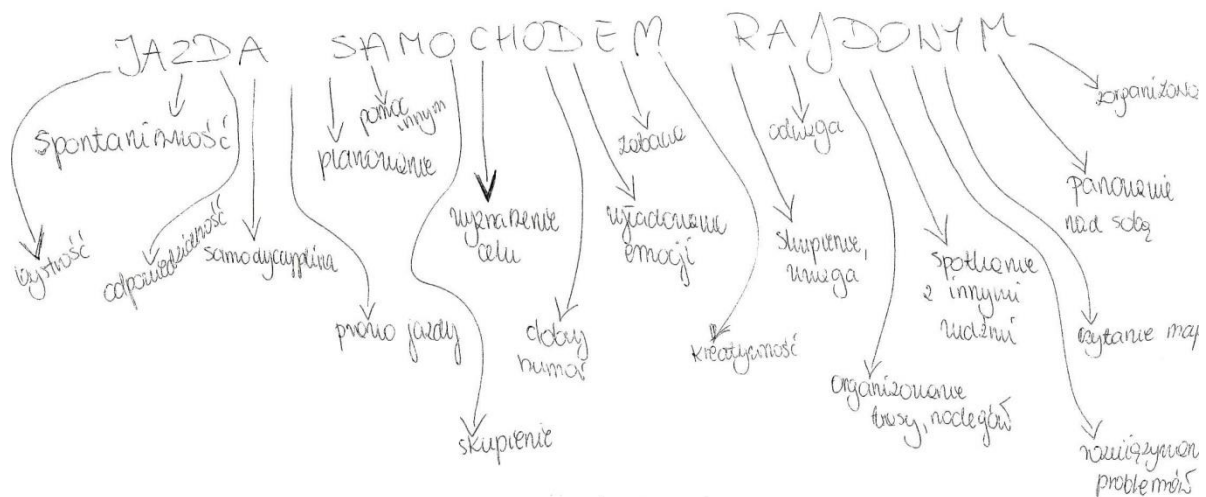
Na koniec zaczęłyśmy rozmawiać o zainteresowaniach i o tym jak spędza wolny czas. Omówiłam ćwiczenie „20 rzeczy, które lubię robić” i poprosiłam, aby je wypełniła na następne spotkanie, które miało się odbyć za dwa tygodnie. Zapytałam także Magdę o odczucia, dotyczące dzisiejszej sesji. Wypowiadała się bardzo entuzjastycznie. Podoba jej się formuła spotkań, zainteresowały ją także ćwiczenia, które wykonywała. Zaprosiłam Magdę na za dwa tygodnie.

2 sesja

Wchodzi Magda z dużym uśmiechem. Witam ją i częstuję wodą. Pytam jak się czuje. Ok. Zaczynam spotkanie od ćwiczenia z obrazkami. Magda ma wybrać obrazek, który najbardziej ją

charakteryzuje. Wybiera kilka obrazków i zaczyna opowiadać swoją historię. Wspomina o różnych problemach i trudnościach w przeszłości oraz o wytrwałości jako o swojej mocnej stronie. Zastanawiamy się nad zainteresowaniami. Magda przyniosła wypełnione ćwiczenie „20 rzeczy, które lubię robić”.

Była zdziwiona, że aż tyle rzeczy może wymienić, które lubi robić. Wspólna analiza ćwiczenia podkreśla jej spontaniczność oraz to, że lubi spędzać czas z ludźmi oraz, że w wykonywanych zadaniach jest równowaga między ciałem a umysłem. Spora część zainteresowań jest związana z otaczającą przyrodą. Następnie wypełnia ćwiczenie: „Krąg mocnych stron” i jest zdziwiona, że posiada tyle mocnych stron. Rozmawiamy o nich i okazuje się, że są przydatne w różnych okolicznościach.



Na koniec zastanawiamy się wspólnie nad postawami, jakie znaczenie mają w naszym życiu, jak nas motywują do działania, bądź ograniczają. Analizujemy „Górę postaw”. Magda podkreśla, że imponuje jej postawa konsekwentnego dążenia do celu. Żegnamy się, z prośbą o refleksję nad wstępną analizą potencjalnych stanowisk i miejsc odbywania stażu.

3 sesja

Minęło zaledwie dwa dni od naszego ostatniego spotkania. Magda wchodzi jak zawsze uśmiechnięta. Zaczyna mówić, że bardzo jej się podoba ten pomysł, aby zorganizować staż w nadleśnictwie, że cały czas o tym myśli, że bardzo by chciała. Zaczynamy rozmawiać o różnych możliwościach i kanałach dotarcia do potencjalnych organizatorów stażu. Magda mówi, że zna kilku leśniczych i popyta o możliwości zorganizowania stażu. Zależy jej, żeby staż mógł się odbywać w nadleśnictwach najbliższych jej miejsca zamieszkania. Jest bardzo zadowolona z tego pomysłu i mocno się angażuje w jego realizację. Zaczynamy rozmawiać o zawodzie leśnika. Zbieramy informacje na „Kręgu informacji o karierze”. Magda dużo wie o zawodzie leśnika z opowiadań znajomych, ale tak ją ten zawód zaciekał, że postanowiła poszukać szczegółowych informacji w domu. Następnie próbuje spojrzeć holistycznie na swoją karierę. Zaczyna wypełniać „Krąg kariery”.

Dłużej skupiamy się na wartościach. Pracujemy na kartach wartości. Magda zaczyna opowiadać swoje historie. Zauważa, że jej hierarchia wartości nie zawsze tak wyglądała, że nastąpiły zmiany, na które wpływ miały różne czynniki i sytuacje. Podoba jej się całościowe spojrzenie na swoją karierę, docenia, że w kręgu kariery znalazło się miejsce zarówno na

umiejętności, jak i na wartości oraz role życiowe i zawodowe, podkreśla, że ważna jest też równowaga. Kończymy spotkanie entuzjastycznym akcentem poszukiwania miejsca stażu.

4 sesja

Spotykamy się po tygodniowej przerwie. Między sesjami kontaktowałyśmy się telefonicznie w sprawie stażu. Już wiedziałam, że z kontaktów osobistych nie uda się realizacja stażu, bo i tak wszystkie leśniczówki podlegają pod nadleśnictwo główne (specyficzna hierarchia w branży). Na twarzy Magdy smutek. Była osobiście w nadleśnictwie i nie wyrażono zgody na odbywanie stażu. Kwestionowano wykształcenie Magdy (ma średnie ogólne, nie związane z leśnictwem). Trochę się tego spodziewałyśmy, wiedziałyśmy, że może być trudno zorganizować staż w nadleśnictwie, ze względu na brak wykształcenia, ale Magda była ostatnio tak optymistycznie nastawiona, że ta odmowa podcięła jej skrzydła. Po szczerej rozmowie doszła do wniosku, że nie będzie się poddawać. Spróbuje jeszcze raz. Obmyśliłyśmy „plan B” do tego samego nadleśnictwa. Napisałyśmy szczerzy list motywacyjny, wyjaśniający dokładnie wszystkie motywy i chęci uczestnictwa w stażu. Magda miała także umówić się na bezpośrednią rozmowę z samym nadleśniczym. Wróciły chęci i motywacja do działania, powrócił także uśmiech na twarzy, chociaż był także niepokój, że znowu się nie uda. Zaczynamy wspólnie wypełniać „Ścieżkę rozwoju zawodowego i edukacyjnego”, wracamy myślami do wcześniejszych sesji, kiedy mówiłyśmy o rolach, zasobach, wyzwaniach, wartościach. Przy wyznaczaniu celów posłużyłyśmy się „Linia życia”. Było to „mocne” ćwiczenie dla klientki. Zmusiło do wspomnień, do cofnięcia się do lat dzieciństwa. W opowiadanych historiach powróciły wspomnienia o zdarzeniach, do których nie chce się wracać z różnych powodów. Było dużo wzruszenia, ale i radości. Refleksyjnie zakończyłyśmy nasze spotkanie. Magda wyszła z nową nadzieją i chęcią podjęcia drugiej próby zorganizowania stażu w nadleśnictwie. Jako zadanie domowe, zabrała do wypełnienia dla domowników „Krag kariery”.

5 sesja

Między ostatnią sesją, a dzisiejszym spotkaniem kontaktowałyśmy się telefonicznie z Magdą, w sprawie organizacji stażu. Magdzie nie udało się spotkać między sesjami z nadleśniczym, ale jest już z nim umówiona na konkretny termin i rozmowę, z czego bardzo się cieszy. Zaczynamy rozmawiać o samopoczuciu. Jest lepiej. Przyszła nowa nadzieja. Częstouję Magdę wodą. Zaczynamy rozmawiać o metaforach, o tym co mogą nam powiedzieć metafory, jak poprzez metafory można widzieć świat i siebie, swoje życie. Magda „poczuła metafory”, zaczyna wymyślać swoje metafory, dotyczące życia („moje życie jest jak przyroda”), pracy („chcę, żeby moja praca była jak drabina”), relacji partnerskiej („jest jak żagiel”). Bardzo podoba jej się ćwiczenie, w którym można wybrać metafory. Spośród różnych metafor Magda wybrała metafory: pływania, wiatru, brzoskwini i kokosa, żniw, ogrodu oraz drabiny. Każdej metaforze towarzyszyło opowiadanie historii. Czasem były to proste i śmieszne historie, czasem głębokie, które przyniosły wiele refleksji. Magda podkreśla, że dzięki metaforom można spojrzeć na siebie i swoje życie z innej perspektywy, można czasami zobaczyć coś w innym świetle, wyciągnąć dodatkowe wnioski, wejść głębiej w refleksje. Metafory pozwoliły spojrzeć także niestandardowo w przyszłość, pomogły nakreślić plany, problemy które się ujawniły podczas opowiadania historii znalazły często nowe rozwiązania. Na koniec uzupełniłyśmy „Ścieżkę rozwoju zawodowego i edukacyjnego” oraz omówiłyśmy szczegółowo plan na spotkanie z nadleśniczym, które miało się odbyć za dwa dni. Magda z nową motywacją opuściła mój pokój.

6 sesja

Kolejną sesję poprzedził, kilka dni wcześniej, telefon szczęśliwej Magdy, która poinformowała, że rozmawiała z nadleśniczym i została przyjęta na staż. W nadleśnictwie doceniono jej upór i konsekwencję, chwalili przygotowany list motywacyjny. Podkreślali mądrą

decyzję, że zanim wybierze się na studia leśnicze chce poznać tę pracę i jej specyfikę i określić, czy to jest to, co chce w życiu robić i studiować, bo jak mówili mieli wielu kandydatów po studiach leśniczych na staż, którzy jak się czasem okazywało wybrali studia przypadkowo. Taka postawa bardzo zaimponowała pracownikom nadleśnictwa, którzy z podziwem i zadowoleniem przyjęli Magdę na staż. Kwestie formalne również dało się tak ustalić, aby nic nie kolidowało podczas odbywania stażu. Szczęśliwa i uśmiechnięta Magda przyszła na spotkanie. Dziękowała za pomoc i za motywację do działania, podkreślała, że sama po pierwszej odmowie, pewnie nie próbowałaby kolejny raz ubiegać się o staż w nadleśnictwie. Z entuzjazmem zaczęłyśmy rozmawiać o tym, co się już do tej pory wydarzyło na sesjach z Amundsonem. Z czego klientka jest zadowolona, co osiągnęła, co jej dały sesje, co ją zaniepokoiło, jakie miała obawy. Przypomniałam, że zbliżamy się powoli do końca naszych sesji. Na podsumowanie Magda wypełniła „Koło życia” zaznaczyła w poszczególnych ćwiartkach koła to, co już osiągnęła oraz to, co jeszcze chce osiągnąć i w jakiej perspektywie czasowej. Określiła działania na najbliższą przyszłość. Pochyliła się nad trudnymi zadaniami, które ją czekają, ale wie, że musi je zrobić systematycznie i jak najszybciej (przygotowanie i zdanie matury), aby móc postawić krok dalej, czyli podjąć wymarzone studia na leśnictwie. Omówiłyśmy formalne kwestie związane z organizacją stażu. Pożegnaliśmy się z uśmiechem oraz z pozytywnymi oczekiwaniami, dotyczącymi stażu.

7 sesja

Spotykamy się za miesiąc. Rozpromieniona Magda wita mnie swoim uśmiechem. Zaczyna opowiadać o stażu. Jest zadowolona. Chwali ludzi z którymi pracuje i rodzaj pracy. Na stażu towarzyszy głównie nadleśniczemu w pracach w terenie. W biurze również spędziła kilka dni, poznała procedury i dokumenty, ale najwięcej satysfakcji sprawia jej praca w terenie. Wycinka drzew, oznakowanie, obserwacja przyrody, liczenie wieku drzew, mierzenie drzew numeratorem, odbieranie stosów drzew, szacunki brakarskie i wiele innych, to zadania, które wykonuje i których się nauczyła. Opowiada, jak musiała sobie zakupić specjalne ubrania, żeby nie przemarznąć w lesie i termos. Opowiada o łośiach. Robi zdjęcia (to jej druga pasja). Jest zachwycona stażem, a i Pan nadleśniczy jest z niej zadowolony, z jej zaangażowania i pasji. Miło słuchać opowieści, które są opowiadane z taką pasją. Magda już nie ma wątpliwości, co chce w życiu robić. Zrobi wszystko, żeby osiągnąć swój cel. Już się dowiadywała na temat studiów. Rozmawiamy o różnych źródłach wsparcia, o sieci kontaktów. Magda wypełnia ćwiczenie „Tożsamość w kontekście”.

Mam wątpliwości, czy dobrze rozumiemy ideę ćwiczenia, ale robimy tak, jak czujemy. Magda się zastanawia nad poziomem ducha, czemu w tym polu ma tak mało do powiedzenia. Z taką refleksją idzie do domu. Obiecała przesłać mailowo relację ze stażu. Jest szczęśliwa.

Za kilka tygodni przyszła relacja ze stażu mailem ze zdjęciami. Widać zadowolenie i szczęście Magdy. Szczegółowo opisuje, co robi i czego się uczy. Chwali Zespół, z którym pracuje, oni także są z niej zadowoleni. Ze smutkiem informuje, że za kilka dni kończy staż.

8 sesja

Magda przyszła na spotkanie uśmiechnięta. Jest to nasze ostatnie spotkanie. Przy herbacie opowiada wrażenia ze stażu. Przedstawia to czego się nauczyła, dowiedziała, jakich fajnych ludzi poznała. Z pasją opowiada, jak ta praca ją pochłonęła. Ma konkretne plany na przyszłość. Jest zmotywowana, aby zdać maturę, bo ona otworzy jej drogę na studia leśnicze. Chce pracować w lesie! Ludzie z nadleśnictwa również byli z niej bardzo zadowoleni. Chwalili jej zapał i pracowitość. Zaprzyjaźnili się. Wspominamy nasz proces doradczy, podsumowujemy, wymieniamy refleksje, wskazujemy momenty „poruszenia” – punkty w procesie, w których nastąpiły zmiany. Mówimy o tym, co w przyszłości. Nadleśnictwo chce kontynuacji stażu, będą

składać wniosek o ponowne zorganizowanie stażu. Magda jest zachwycona. Później matura i studia leśnicze. Dziękujemy sobie nawzajem za współpracę. Magda dziękuje za wsparcie, za zrozumienie. Podkreśla, jak dużo się o sobie dowiedziała. Chwali metodę i proces w jakim uczestniczyła. Ja dziękuję jej za zaangażowanie, optymizm, upór i pasję. Żegnamy się. Będziemy w kontakcie.

Refleksje podsumowujące:

- Metoda pozwala nawiązać relację opartą na zrozumieniu i nastawieniu na klienta, klient czuje się ważny w procesie, w którym uczestniczy. Czuje się bezpośrednio w niego zaangażowany, przez co i odpowiedzialny.
- Ze strony klientów jest zainteresowanie, zaciekawienie każdym następnym spotkaniem i ćwiczeniem.
- Narzędzia zapraszają do otwartości. Osoby bardzo się otworzyły na sesjach, zaczęły opowiadać rzeczy, o których wcześniej nie mówiły.
- Metoda zwiększa motywację do działania na płaszczyźnie zawodowej i życiowej. Klienci sięgają po marzenia i zaczynają je realizować.
- Proste ćwiczenia, które mogą wydawać się „oczywiste” w procesie nazwania i refleksji odkrywają u klientów nowe atuty („Kąg mocnych stron”).
- Różnorodność ćwiczeń. Dla każdego uczestnika można dobrać coś innego, np. wiemy, że klient lubi czytać książki, to można zaproponować ćwiczenie związane z pisanie książki – ćwiczenie metaforyczne „Moje życie jako książka”.
- Uniwersalność ćwiczeń i otwartość ćwiczeń (można wracać do ćwiczeń, podczas kolejnych sesji i dopisywać treści). Jedno ćwiczenie może być początkiem do następnego i na odwrót, kolejne mogą wzbogacać pierwsze.
- Ćwiczenia projekcyjne bardzo dobrze wpływają na uczestników, powodują większą otwartość i skłonności do mówienia o sobie. Proces doradczy jest ciekawszy.
- Ćwiczenia z metody sprawdzają się zarówno podczas sesji indywidualnych, jak i szkoleń.
- Metoda wymaga od doradcy dużego zaangażowania i samodyscypliny (wyostrza umiejętność słuchania i nastawienia na klienta). Wymaga skupienia i koncentracji na kliencie, aby skutecznie za nim „podażyć”.
- Można bardzo dobrze poznać klienta, ponieważ różnorodność formy i treści ćwiczeń zaprasza go (małymi krokami) do opowieści, co skutkuje tym, że wiemy o kliencie dużo więcej niż podczas tradycyjnej rozmowy doradczej.
- Holistyczne podejście metody zwraca uwagę na różne aspekty życia klienta i ich połączenia.

Studium przypadku: Olga

Pani Olga trafiła do mnie jako osoba bezrobotna, zarejestrowana od sierpnia 2017 r. w Powiatowym Urzędzie Pracy. Szukała dla siebie możliwości podjęcia pracy zarobkowej i zaistnienia na lokalnym rynku pracy. Nie była zdecydowana co do tego, czy chce pracować w wyuczonym zawodzie i nie do końca była pewna swoich możliwości. Ukończyła studia licencjackie z pedagogiki resocjalizacyjnej, ale po odbyciu praktyk studenckich doszła do wniosku, że ta specjalizacja nie do końca jej odpowiada. Ponadto w życiu osobistym P. Olgi nastąpiły duże zmiany, które rzutowały na jej sytuację na rynku pracy. Pani Olga pochodzi z małej wsi, jest osobą nieśmiałą, mało pewną siebie. Jest rozwiedzioną matką pięcioletniego chłopca. Od niedawna mieszka w mieście, dokąd przeprowadziła się, aby ułożyć sobie życie z nowym partnerem. Szuka stabilizacji i stałej pracy. Jej partner pracuje i wspiera ją we wszystkich działaniach. Syn P. Olgi uczęszcza do przedszkola w godzinach, które ograniczają jej dyspozycyjność. Klientka nadal czuje się zagubiona w mieście, ma problemy z topografią i porusza się po nim niepewnie, w związku z tym nie bardzo radzi sobie z poszukiwaniem pracy. Dotychczasowe doświadczenie zawodowe P. Olgi to dwa staże: jeden w prokuraturze na stanowisku referenta, drugi na stanowisku opiekunki dziecięcej w przedszkolu, skutkujący trzymiesięcznym zatrudnieniem. Ponadto ma również półtoraroczne doświadczenie w telepracy, jako teleankieterka na umowie zlecenia.

1 sesja

Na pierwszym spotkaniu doradczym z P. Olgą przedstawiłam się oraz nakreśliłam krótko swoje dotychczasowe doświadczenie zawodowe, z uwzględnieniem doświadczenia bycia bezrobotną. Następnie zapoznałam uczestniczkę spotkania z metodą Amundsona i jej specyfiką. Pani Olga zaakceptowała taką formułę spotkań. Spotkanie miało na celu poznanie uczestniczki w jej obecnej sytuacji, w czym pomogły takie narzędzia, jak „Role życiowe”, „20 rzeczy, które lubię robić” oraz „Radar relacji życia zawodowego”. To spotkanie pokazało, że P. Olga jest osobą aktywną, dbającą o własny rozwój, o licznych zainteresowaniach oraz zdolnościach plastycznych, które mogłaby wykorzystać w pracy zawodowej. Interesuje ją rękodzieło, aranżacje wnętrz, filmoznawstwo, taniec. Ma poczucie estetyki, dużo czyta, lubi też aktywnie spędzać czas z synem i partnerem. Radar relacji życia zawodowego pokazał, że P. Olga cieszy się wsparciem bliskich, dobrym zdrowiem i nie ma problemów materialnych: ma prawo jazdy, dysponuje samochodem i telefonem komórkowym. Brak jej jednak pewności co do swoich możliwości i umiejętności zawodowych, co powoduje, że trudno jej zdecydować, co chce dalej robić. Jedno na pewno jest dla niej jasne: chce podjąć naukę na studiach uzupełniających (poziom studiów magisterskich), aby zwiększyć swoje szanse na rynku pracy. Problemem jest wybór kierunku.

2 sesja

Drugie spotkanie doradcze z P. Olgą miało za zadanie ustalić zasoby oraz oczekiwania klientki, skupiając się na jej głównych atutach. Pretekstem do rozmowy na ten temat stała się konieczność wypełnienia ankiety dot. ścieżki rozwoju zawodowego. Dodatkowymi narzędziami był tu „Krań kariery” i „Połączenia zawodowe”. Na tej podstawie można stwierdzić, że ważny w tym przypadku był system wartości, w którym na pierwszym miejscu P. Olga stawia życie rodzinne i dbanie o rozwój syna. Nie mniej ważna jest dla niej aktywność i rozwój zawodowy i osobisty. Ma silną motywację do pracy i pełne wsparcie partnera. Ćwiczenie, w którym omówiliśmy jej udane przedsięwzięcie, jakim było zorganizowanie weekendu dla całej rodziny, zmusiło P. Olgę do uświadomienia sobie i zdefiniowania swoich mocnych stron, kluczowych umiejętności przydatnych zarówno w pracy jak i w życiu prywatnym. Okazało się, że P. Olga wykazuje się dużym zorganizowaniem, umiejętnością planowania, wyszukiwania potrzebnych informacji i negocjowania. Potrafi też kreatywnie podejść do kwestii organizowania czasu

wolnego. Zauważyłam, że P. Olga kilkakrotnie podkreślała swoją opiekuńczość jako jedną z jej dominujących cech.



Na zakończenie spotkania poprosiłam uczestniczkę o przygotowanie w domu planu opowieści pt. „Książka mojego życia” z tytułami poszczególnych rozdziałów.

3 sesja

Nasze trzecie spotkanie było w głównej mierze poświęcone opowieści P. Olgi o poszczególnych etapach jej życia, na podstawie ćwiczenia „Książka mojego życia”. Zauważyłam, że P. Olga bardzo rzetelnie przygotowuje się do każdego zadania i wykazuje się dużą skrupulatnością i obowiązkowością. Większość informacji o klientce, które pojawiły się we wstępie tej analizy, wyłynęła właśnie podczas trzeciego spotkania. Narracja wokół „księgi życia” odnosiła się do 12 rozdziałów o oryginalnych i przemyślanych tytułach oraz bardzo pozytywnym, dającym nadzieję zakończeniu.

Tytuł: „Spacer po życiu”

1. Cztery + jeden
2. Prawdziwych przyjaciół poznaje się w szkole
3. Egzamin dojrzałości
4. Od wykładu do miłości
5. Mój pierwszy Oskar
6. Wzloty, upadki i rozstania
7. Zaczniemy od nowa
8. Stażystka
9. „Dzień dobry, nazywam się”...

10. Zabawa, opiekowanie i leżakowanie
11. 2+1
12. Nasz nowy dom

Wykorzystałam również „Koło równowagi życiowej”, które wykazało poczucie niedosytu klientki w dziedzinie rozwoju osobistego, duchowego i poznawczego oraz wyraźne zniecierpliwienie brakiem pracy.

4 sesja

Podczas czwartego spotkania doradczego skupiliśmy się na dokonywaniu wyborów przy planowaniu kariery zawodowej. Była to również okazja do zastanowienia się nad wyborem miejsca odbywania stażu w ramach projektu. Pani Olga przedstawiła trzy propozycje instytucji, w których chciałaby odbyć staż. Dobór tych instytucji podyktowany był głównie chęcią zdobycia doświadczenia w wyuczonym zawodzie albo w zawodzie pokrewnym. Klientka miała dylemat, na którą opcję się zdecydować, choć oczywiście była świadoma, że końcowy rezultat zależeć będzie od tego, który pracodawca zgodzi się przyjąć ją na staż. Aby jednak upewnić się co do jej preferencji, postanowiłam zastosować proponowane w metodzie ćwiczenie na wizualizację z zastosowaniem krzesel. W przypadku P. Olgi ćwiczenie to okazało się bardzo pomocne, a sama klientka świetnie potrafiła się odnaleźć w tej formule. Wybór padł na ośrodek dla dzieci niepełnosprawnych ruchowo i umysłowo. Był on podyktowany chęcią pracy z dziećmi i doskonalenia się w tym kierunku. Po raz pierwszy zastosowałam też pracę na metaforach, wykorzystując do tego ołówek-symbol kariery zawodowej. Przy okazji tego ćwiczenia P. Olga wykazała się sporą wyobraźnią, wymyślając liczne nietypowe zastosowania ołówka (tj. rysunek, pisanie, spinka do włosów, zakładka, do ruletki, do wskazywania kierunku, do dyrygowania, do zaznaczania miejsc na ścianie, do dekoracji, do ratowania życia, do obrony, do podrapania, jako linijka, jako poziomica).

Zaproponowałam również klientce rozważenie, które trzy atraktory miejsca pracy spośród dziesięciu proponowanych uważa za najważniejsze. Wybór ostatecznie padł na poczucie bezpieczeństwa, relacje w pracy oraz stopień dopasowania do wykonywanej pracy. Na zakończenie spotkania poprosiłam P. Olgę o odwiedzenie wybranych pracodawców i odbycie rozmowy w sprawie stażu.

5 sesja

Na piątym spotkaniu omówiliśmy wyniki rozmów w sprawie stażu. Okazało się jednak, że instytucja wybrana przez P. Olgę nie zdecydowała się na przyjęcie stażysty, w związku z tym wybór padł na ośrodek pomocy społecznej i rozmowa w sprawie stażu zakończyła się pomyślnie. Wykorzystując tę zmianę zaproponowałam klientce określenie, jakie nowe możliwości zawodowe daje jej staż w ośrodku pomocy społecznej. Klientka zapaliła się do możliwości uczestniczenia w wizytach interwencyjnych, obserwowania pracy pracowników socjalnych i zdobywania nowych doświadczeń zawodowych.

Zaproponowałam P. Oldze opowieść o autorytetach, które mają wpływ na nasze poczynania w życiu. Opowieść P. Olgi skupiła się wokół domu rodzinnego, którego dominującą postacią jest jej matka, osoba o silnym charakterze, która imponuje klientce swoją pracowitością, zaradnością oraz mądrością życiową. Na co dzień klientka stara się naśladować ją, szczególnie w podejściu do obowiązków i w wychowaniu syna.

W oczekiwaniu na staż zaproponowałam P. Oldze stworzenie plastycznej wizji swojej idealnej pracy, wiedząc, że ma zacięcie do tego typu aktywności.

6 sesja

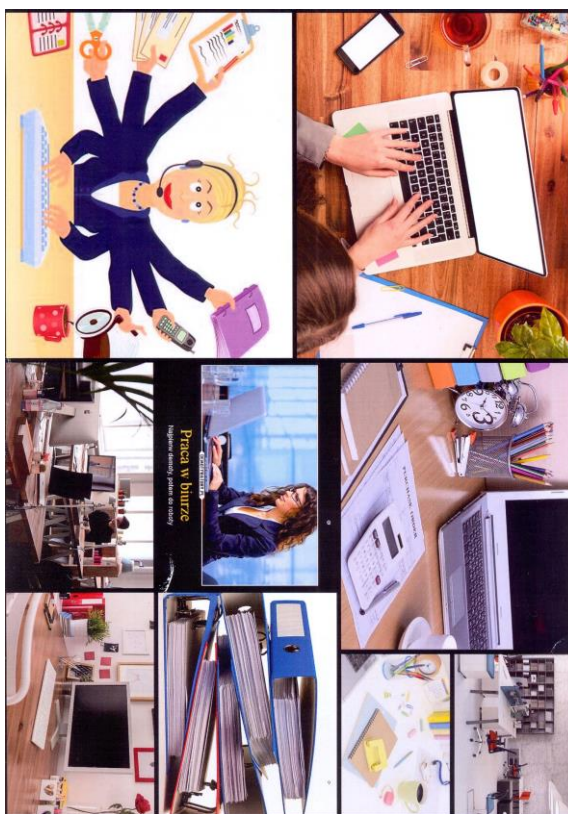
Szóste spotkanie doradcze odbyło się miesiąc po rozpoczęciu stażu. Ponieważ klientka zasygnalizowała mi swoje wątpliwości związane z jej nowym zakresem obowiązków, który różnił się od jej wyobrażeń i ponownie wyraziła niezdecydowanie co do swojej przyszłości zawodowej, odłożyliśmy prezentację plastycznej wizji idealnej pracy. Postanowiłam skorzystać z ciekawego moim zdaniem wykresu ekspansji zawodowej i dzięki dyskusji i licznym pytaniom powstał wykres P. Olgi. Omówiliśmy kilka z propozycji i zakończyliśmy konkluzją, że klientka przemyśli to ćwiczenie.

7 sesja

Siódme spotkanie z P. Olgą to już konkretne decyzje co do swojej przyszłości zawodowej. Pani Olga postanowiła, że jej zawód powinien polegać na indywidualnej pracy z dziećmi, gdzie wykorzysta wszystkie swoje przymioty i zdolności, wobec tego podejmie studia związane z logopedią i terapią zajęciową. Jako podsumowanie P. Olga wykonała ćwiczenie „Moja praca jest jak...”, gdzie zaznaczyła powrót do wcześniejszego etapu, aby wybrać nową opcję. Pani Olga przyniosła ze sobą kolaż przedstawiający ją w charakterze terapeuty/logopedy.



Pojawił się również „plan B”, czyli pracownik biurowy:



Pozostało nam jeszcze jedno spotkanie, które zakończy proces doradczy. Planuję wykorzystać jego część do przygotowania życiorysu zawodowego.

Refleksje podsumowujące: muszę przyznać, że proces doradczy z P. Olgą stanowił dla mnie z jednej strony wyzwanie, wzbudzał niepokój tym, czy sprawdzę się jako doradca w nowej metodzie, z drugiej jednak strony był przygodą, której przebieg był trudny do przewidzenia, a która rodziła pewną nadzieję i oczekiwania. Pani Olga była osobą bardzo chętnie współpracującą, otwartą na metafory i dość szybko nawiązała się między nami nić porozumienia, co dobrze rokowało procesowi doradczemu. Pomimo tej sprzyjającej sytuacji na początku bardzo krępowała mnie świadomość, że jestem monitorowana w swojej pracy i że istnieją w związku z tym pewne oczekiwania, również formalne, a to powodowało pewien brak elastyczności w działaniach z mojej strony. Poczułam się trochę pewniej i swobodniej, kiedy dotarło do mnie, jak wiele możliwości i wolności daje ta metoda. W pracy z P. Olgą następowały zwroty akcji i trzeba było wrócić nieomal do punktu wyjścia. Dodatkowo pozwoliłam sobie w ostatniej chwili wprowadzać zmiany w zaplanowanych działaniach, aby móc reagować na formułowane przez P. Olgę wątpliwości. Przestałam się sztywno trzymać zaplanowanych działań i to dopiero pozwoliło mi poczuć zalety metody Amundsona. Poczułam się w niej dobrze i postanowiłam wykorzystać ją w swojej pracy doradczej poza projektem. Na pewno czeka mnie jeszcze praca nad sobą, nad umiejętnością formułowania mądrych i trafnych pytań, ale teraz znam już kierunek, w którym chcę podążać.

Studium przypadku: Ewelina

Szkic do portretu radzącej się: Uczestniczka Projektu jest osobą w szczególnej sytuacji na rynku pracy – długotrwale bezrobotną, do 30 roku życia, bez doświadczenia zawodowego. Posiada wykształcenie średnie zawodowe o profilu ekonomicznym. Ukończyła kurs technika rachunkowości, posiada uprawnienia do obsługi programu księgowego „Płatnik” oraz prawo jazdy kat. B. Od czasu ukończenia szkoły średniej w 2016r. pozostaje bez zatrudnienia. Pani Ewelina dotychczas nie pracowała. Odbyla staż na stanowisku pracownika biurowego (ds. archiwizacji dokumentów) oraz praktykę szkolną w Urzędzie Skarbowym w trakcie nauki w szkole średniej. W chwili rozpoczęcia udziału w Projekcie miała 21 lat. Była zarejestrowana w Powiatowym Urzędzie Pracy jako osoba bezrobotna do czasu rozpoczęcia stażu i zgłoszenia z tego tytułu do ubezpieczeń społecznego i zdrowotnego. Aktualnie jedną z najważniejszych ról w życiu uczestniczki jest rola studentki 2 roku studiów niestacjonarnych na kierunku finanse i rachunkowość. Pani Ewelina mieszka z rodzicami, którzy wspierają ją finansowo, pokrywają opłaty za studia. Matka uczestniczki jest osobą aktywną zawodową, natomiast ojciec jest emerytem. Pani Ewelina jest miłośniczką siatkówki oraz jazdy na rowerze. Jednak nie uprawia tych dyscyplin zawodowo. Do dotychczasowych sukcesów życiowych uczestniczka zalicza zdobycie prawa jazdy kat. B, ukończenie kursu rachunkowości oraz odbycie stażu.

Doświadczenia doradcy zawodowego w realizacji sesji doradczych z P. Ewelina: Głównym celem podjętej współpracy było zwiększenie motywacji, odpowiedzialności, umiejętności i samodzielności radzącej się do podejmowania decyzji i działania w sferze budowania własnej kariery zawodowej, wzmocnienie jej potencjału, mocnych stron oraz umiejętności komunikacyjnych. Moją rolą jako doradcy zawodowego w relacji doradczej z P. Ewelina było zaangażowanie w słuchanie się w jej potrzeby, dążenie do znalezienia "wspólnego gruntu" w oparciu o jej zainteresowania, umiejętności, potrzeby i system wartości, stanowiące płaszczyznę wzajemnego porozumienia.

W obszarze aktywizacji społecznej istotne było poznanie i rozwinięcie sieci kontaktów i wsparcia uczestniczki w sferze społeczno-zawodowej (m.in. poprzez kontakt z lokalnymi firmami, pracodawcami w celu określenia możliwości odbycia stażu na wybranym stanowisku).

W obszarze aktywizacji edukacyjnej i zawodowej kluczowym założeniem było skierowanie na staż zawodowy u wybranego pracodawcy w celu zdobycia przez uczestniczkę nowych kwalifikacji i umiejętności zawodowych, rozwinięcie umiejętności aktywnego poszukiwania pracy, poruszania się po rynku pracy, poznanie aktualnej sytuacji na lokalnym rynku pracy.

Sesje doradcze zorientowane były na odkrywanie ścieżki kariery zawodowej, rozwijanie mocnych stron, potencjału i umiejętności zawodowych uczestniczki w przyjaznej, otwartej atmosferze sprzyjającej wzajemnej komunikacji, wymianie doświadczeń, z poszanowaniem jej indywidualności i podmiotowości. Poniżej przedstawiam opis poszczególnych sesji doradczych.

1 sesja

Głównym celem sesji było zbudowanie relacji doradczej z uczestniczką sprzyjającej współpracy opartej na wzajemnej akceptacji i zrozumieniu, w celu poznania jej aktualnej sytuacji życiowej, zainteresowań, umiejętności, potrzeb i oczekiwań, pełnionych ról, cenionych wartości.

W swojej pracy doradczej przyjąłem zasadę: "Traktuj swojego klienta tak, jak Ty chciałbyś być traktowany, gdybyś był klientem". Istotna była dla mnie umiejętność aktywnego, uważnego słuchania, niezbędna do rozpoznania aktualnej sytuacji uczestniczki, poszanowanie jej indywidualności.

Na początku spotkania poprosiłam klientkę o podanie motywów udziału w projekcie, przedstawienie siebie oraz swojej aktualnej sytuacji życiowej przy użyciu kolorowych fotografii. Spośród licznych ilustracji uczestniczka wybrała zdjęcie przedstawiające statki na wzburzonym morzu. Pani Ewelina zadeklarowała, że posiada silną osobowość, jest bardzo odporna na sytuacje stresowe. Porównała siebie do najpotężniejszego okrętu na wzburzonym morzu, który walczy z przeciwnościami losu. Pani Ewelina wykazała się dużą motywacją wewnętrzną do udziału w projekcie, bardzo entuzjastycznie przyjęła informację o możliwości tworzenia swojej ścieżki rozwoju kariery zawodowej poprzez udział w spotkaniach z doradcą zawodowym.

Aktualnie radząca się jest w burzliwym etapie swojego życia – pozostaje bez zatrudnienia, od października rozpoczyna II rok studiów w trybie niestacjonarnym na kierunku finanse i rachunkowość. Jest zainteresowana podjęciem stażu na stanowisku księgowej/referenta ds. finansowo-księgowych, aby zdobyć niezbędne doświadczenie zawodowe, związane z kierunkiem studiów oraz pokryć opłaty za studia.

Fotografia wykorzystana przez uczestniczkę do autoprezentacji



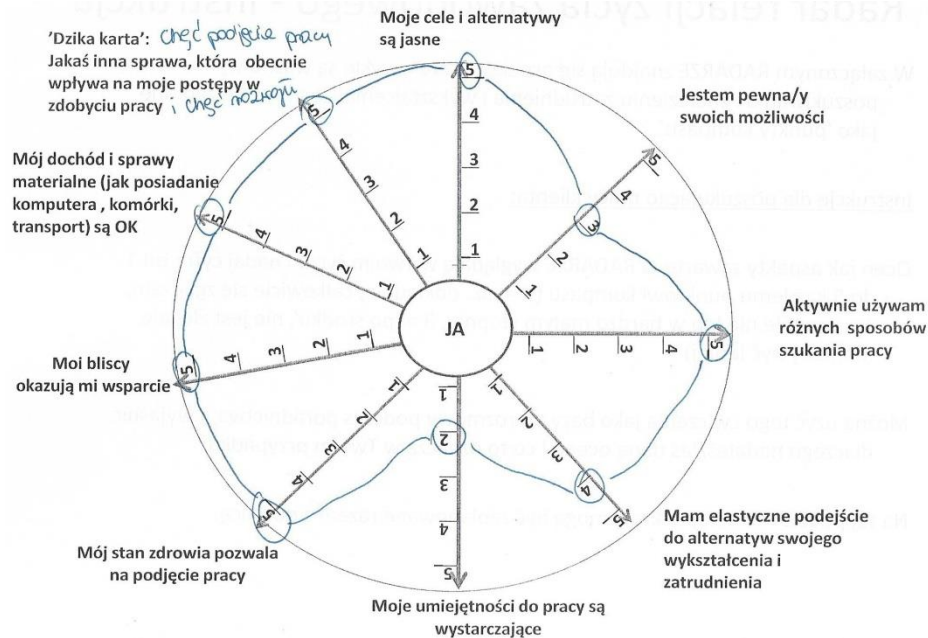
Źródło: <http://www.statki.info/queen-wzburzone-2-mary-morze.php> [dostęp: 12.09.2017r.]

Pani Ewelina dotychczas nie pracowała, miała jedynie okazję odbyć staż w okresie na stanowisku pracownika biurowego. Z zawodu jest technikiem ekonomistą, ukończyła kurs technika rachunkowości, posiada uprawnienia do obsługi programu księgowego „Płatnik”.

W trakcie spotkania uczestniczka została poproszona o podanie „20 rzeczy, które lubi robić” w celu zbudowania wspólnej płaszczyzny porozumienia. Pani Ewelina wskazała swoje 3 najważniejsze zainteresowania: grę w siatkówkę, jazdę na rowerze oraz rachunkowość.

Następnie już pod koniec sesji, radząca się wypełniła swój Radar Relacji Życia Zawodowego. Pani Ewelina oceniła wysoko większość aspektów, które są istotne w poszukiwaniu pracy (m.in. sprawy materialne, chęć samorozwoju, stan zdrowia, wsparcie bliskich osób). Jednak uważa, że jej umiejętności do pracy nie są wystarczające (nie posiada doświadczenie zawodowego, długo pozostaje bez zatrudnienia), nie jest również pewna swoich możliwości.

Radar Relacji Życia Zawodowego



Bardzo szybko nawiązałam z Panią Ewelina dobry kontakt. Klientka jest osobą energiczną, komunikatywną, otwartą na nowe wyzwania. Na zakończenie spotkania wymieniliśmy ze sobą kilka komentarzy na podsumowanie sesji oraz omówiliśmy tematykę kolejnego spotkania.

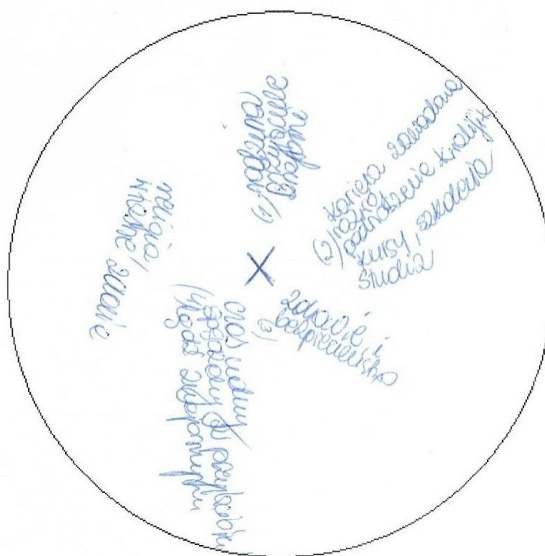
2 sesja

Sesja miała na celu poznanie aktualnego i przyszłego obrazu przestrzeni życiowej uczestniczki, rozpoznanie i wzmocnienie jej potencjału, mocnych stron, aby zwiększyć jej umiejętność samodzielnego i twórczego podejmowania decyzji i działania w celu zmiany sytuacji życiowej.

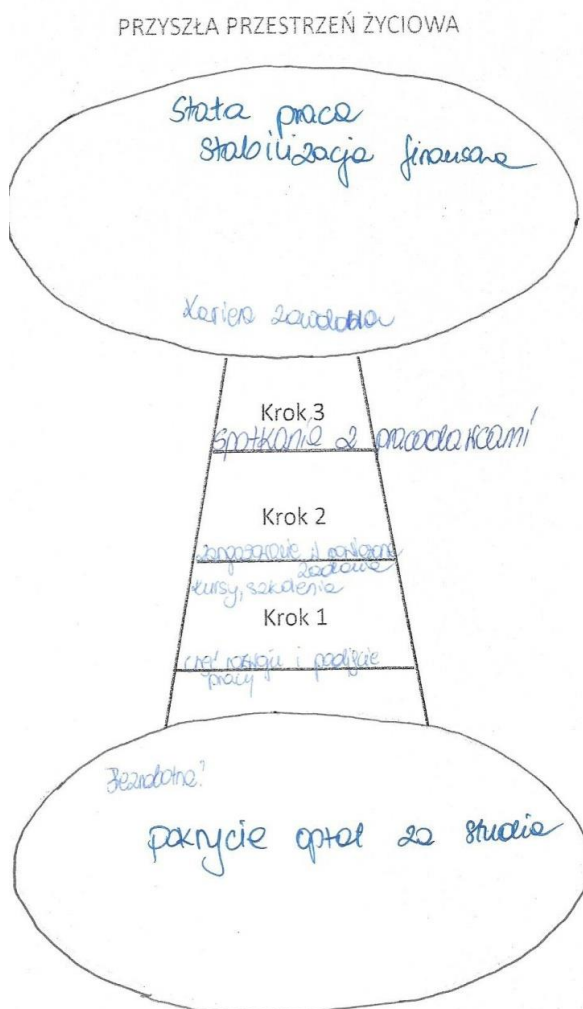
W oczekiwaniu na kolejne spotkanie z uczestniczką, mając na uwadze tematykę sesji, zastanawiałam się nad moją rolą w procesie doradczym. Z perspektywy doradcy zawodowego istotne jest dla mnie rozbudzenie w radzącej się nadziei na lepszą przyszłość. To właśnie nadzieja jest motorem napędzającym do działania, do zmiany sytuacji życiowej.

Po przywitaniu się z klientką, poprosiłam ją o przedstawienie swojej obecnej i przyszłej – wymarzonej mapy przestrzeni życiowej. Na swojej mapie uczestniczka zaznaczyła aspekty z obecnego życia, które są dla niej najważniejsze – zdrowie i bezpieczeństwo, czas wolny, spędzony z przyjaciółmi i znajomymi, religia, własne zdanie, rodzina, przyjaciele i znajomi. Radząca się zwróciła również uwagę na fakt pozostawania bez pracy i konieczność pokrycia opłat za studia. Chciałaby w przyszłości posiadać stałą pracę, stabilną sytuację finansową. Ważna jest dla niej również kariera zawodowa. Aby osiągnąć swoją wymarzoną przestrzeń życiową, deklaruje chęć rozwoju i podjęcia pracy, udział w kursach i szkoleniach w celu podwyższenia swoich kwalifikacji zawodowych. Radząca się jest zainteresowana pogłębieniem wiedzy z zakresu księgowości, w szczególności z obsługi specjalistycznych programów księgowych, np. Symfonia, Optima. Deklaruje, że krokami, które przybliżą ją do zdobycia wymarzonej, stałej pracy będą aktywne szukanie pracy oraz liczne spotkania z pracodawcami.

Mapa przestrzeni życiowej



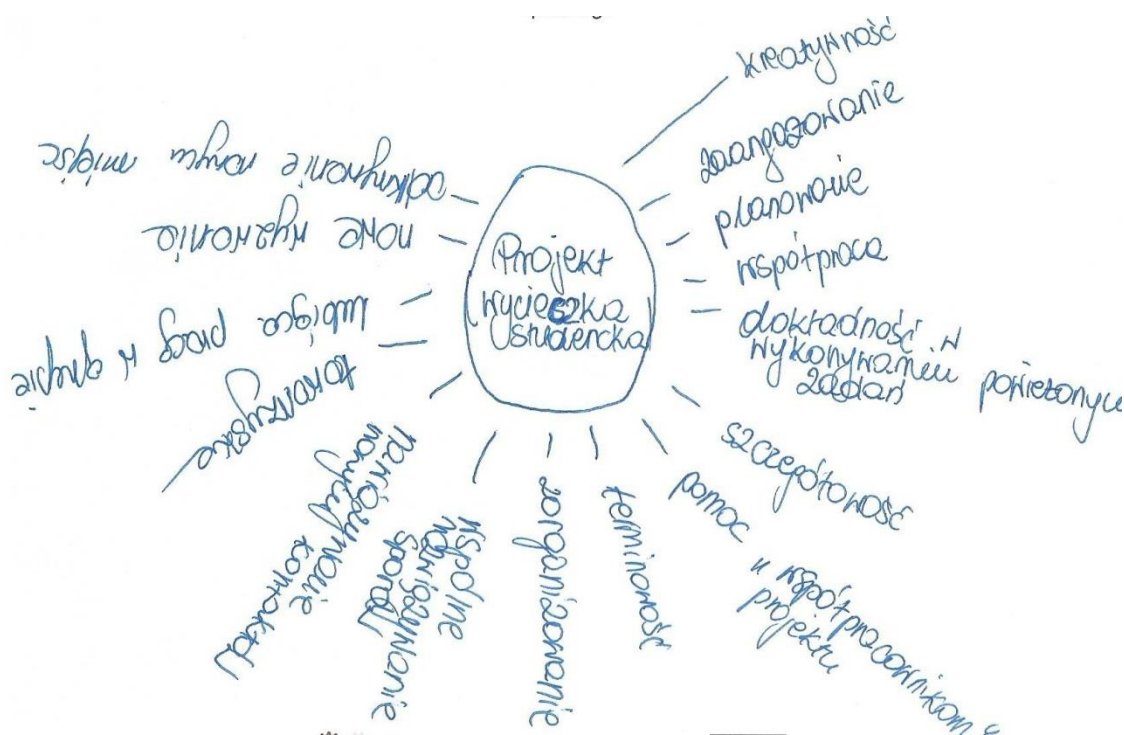
Obecna i przyszła mapa przestrzeni życiowej



OBECNA PRZESTRZEŃ ŻYCIOWA

Podczas spotkania P. Ewelina opowiadała również o zorganizowanej przez nią objazdowej wycieczce studenckiej po terenie Polski. Było to zadanie, które dało jej olbrzymią satysfakcję i z którego wyniku czuła się dumna. „Koło mocnych stron” ukazało potencjał, mocne strony uczestniczki, która cechuje się m.in. kreatywnością, dokładnością, jest osobą towarzyską, dobrze zorganizowaną, która lubi nawiązywać nowe kontakty społeczne oraz pracować w grupie.

Koło mocnych stron



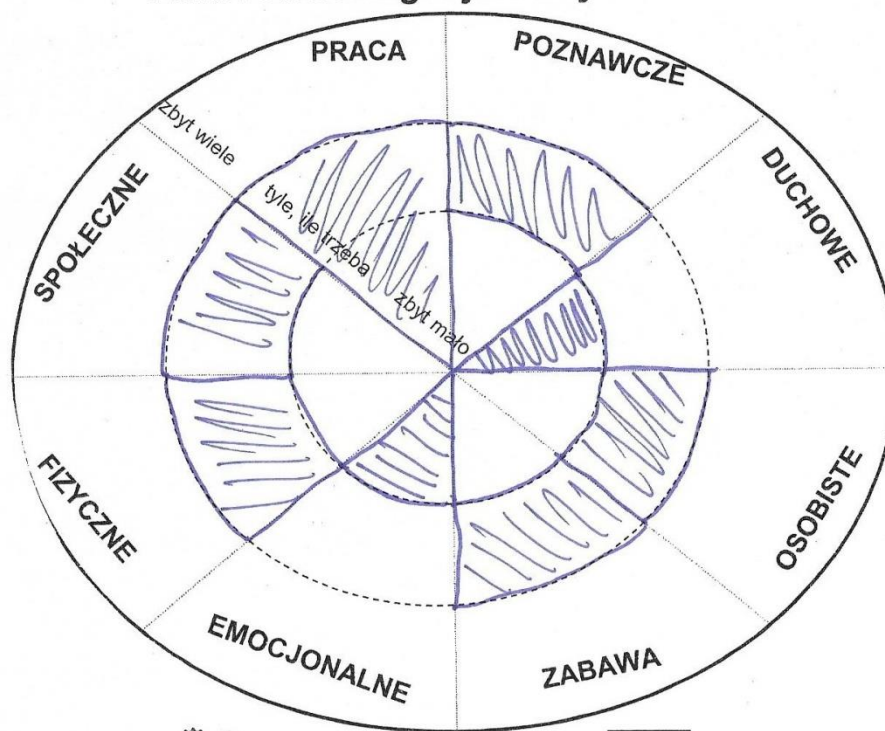
Uczestniczka zaskoczyła mnie swoją kreatywnością, dobrą organizacją pracy. Na zakończenie spotkania P. Ewelina opowiedziała o swoich oczekiwaniach związanych z organizacją stażu. Chciałaby zdobyć doświadczenie zawodowe na stanowisku referenta ds. finansowo-księgowych. Wysłała wiadomość e-mail do firmy zajmującej się doradztwem personalnym w celu umówienia się na spotkanie rekrutacyjne.

3 sesja

Główny celem sesji było określenie stanowiska stażowego, opracowanie ścieżki rozwoju zawodowego i edukacyjnego uczestniczki, analiza jej indywidualnego „Koła kariery” i „Koła równowagi życiowej”, poznanie jej „kompozycji marketingowej”, analiza sytuacji na lokalnym rynku pracy oraz zapotrzebowania na zawody.

Na początku spotkania P. Ewelina dokonała analizy swojej obecnej sytuacji życiowej (w tym zawodowej), wypełniając „Koło równowagi życiowej”. W większości sfer w życiu radzącej się panuje równowaga. Uczestniczka uznała jednak, że zdarza jej się tłumić swoje emocje, zbyt mało czasu poświęca na sferę duchową (wiara, modlitwa). Pani Ewelina dba o sferę fizyczną, prowadzi aktywny tryb życia, aktywnie spędza czas wolny – uprawia siatkówkę, jeździ na rowerze. Jest osobą zdecydowaną, która lubi mieć wszystko zaplanowane, nie ma problemu z podejmowaniem decyzji. Ceni sobie również nawiązywanie nowych kontaktów społecznych.

Koło równowagi życiowej



Następnie P. Ewelina uzupełniła swoją "Kompozycję marketingową", w której wskazała swoje oczekiwania i potrzeby związane z przyszłą pracą. Chciałaby podjąć pracę w administracji publicznej. Określa siebie jako osobę, która szybko przyswaja wiedzę, wykazuje chęć rozwoju. Uczestniczka ma nadzieję, że nastąpi wzrost oferowanego w pracy wynagrodzenia wraz z rozwojem jej kompetencji i zdobywaniem doświadczenia zawodowego. W pracy będzie dla niej cenne wsparcie przełożonego oraz współpracowników, którzy wyjaśnią jej procedury panujące w firmie. Jako nowy pracownik zaprezentuje się jako osoba punktualna, skrupulatna, zaangażowana oraz komunikatywna, dla której ważny jest rozwój osobisty.

W trakcie spotkania radząca się wypełniła również "Koło kariery" w celu określenia kluczowych dla niej celów zawodowych, niezbędnych w sferze budowania ścieżki rozwoju kariery zawodowej. Mając na uwadze poszczególne elementy koła (m.in. zainteresowania, umiejętności, wartości, role zawodowe/role życia prywatnego, połączenia zawodowe) uczestniczka dokonała autorefleksji dotyczącej możliwości rozwoju kariery zawodowej. Jest zainteresowana pracą na stanowisku referenta ds. administracji publicznej bądź referenta ds. księgowości. Pani Ewelina stwierdziła również, że kierunek rozwoju zawodowego jest jej indywidualną decyzją, a rodzina i znajomi wspierają jej wybory zawodowe.

Klientka zaskoczyła mnie swoją umiejętnością autorefleksji w sferze tworzenia ścieżki rozwoju kariery zawodowej, jest osobą bardzo świadomą swoich priorytetów zawodowych.

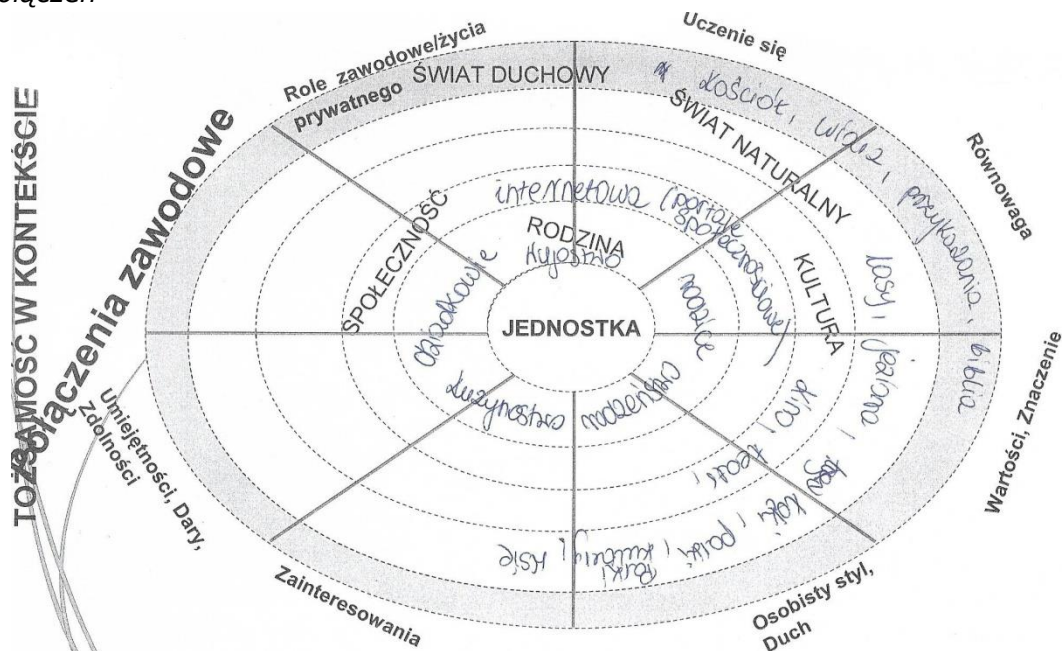
[illegible]

W trakcie spotkania została ostatecznie opracowana ścieżka rozwoju zawodowego i edukacyjnego uczestniczki oraz określono stanowisko stażowe.

Sesja miała na celu poznanie sieci kontaktów i połączeń społecznych uczestniczki, określenie możliwych dróg rozwoju jej kariery zawodowej (w wybranym zawodzie), analizę jej sytuacji życiowej (w tym zawodowej) przy użyciu kart metaforycznych.

Miejsce spotkania – Centrum Inicjatyw Społecznych sprzyjało swobodnej wymianie myśli, opinii. W trakcie sesji poprosiłam P. Ewelinę o przedstawienie na "Kole połączeń" relacji, połączeń, które aktualnie posiada. Relacje z rodziną, przyjaciółmi dają jej poczucie wsparcia, dzięki nim czuje się dowartościowana, może liczyć na pomoc bliskich w trudnych momentach swojego życia. Radząca się przywiązuje największą wagę do relacji międzyludzkich, mniej ważne jest dla niej przywiązanie do rzeczy materialnych.

Koło połączeń



Mając na uwadze preferencje zawodowe uczestniczki, poprosiłam ją o opracowanie mapy myśli "Możliwości referenta administracji kadrowej" w celu wskazania możliwych dróg rozwoju kariery zawodowej przedstawiciela tej profesji.

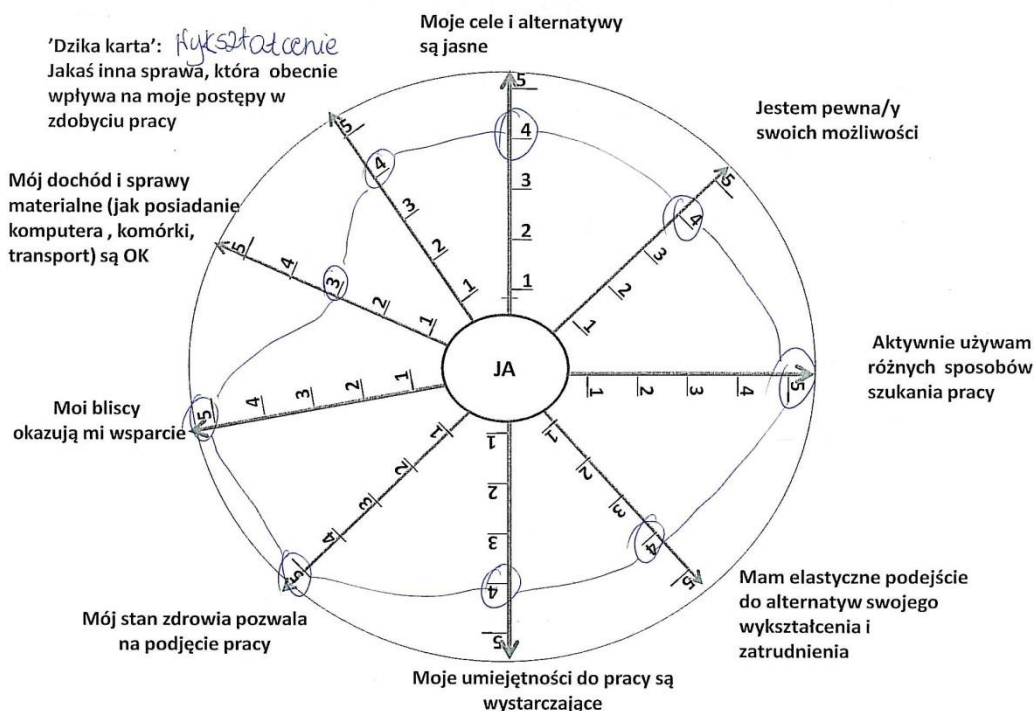
Mapa myśli "Możliwości referenta administracji kadrowej"



P. Ewelina dokonała również analizy swojej sytuacji życiowej, w tym zawodowej przy użyciu kart metaforycznych. Spośród licznych metafor uczestniczka wybrała metafory muzyki, burzy i wiatru, które odniosła do swojej sytuacji życiowej. Radząca się uznała, że stylem muzycznym, który najbardziej do niej pasuje jest pop, a utworem, który ją inspiruje jest piosenka N. Nykiel: "Spokój", kojarząca się z opanowaniem, spokojem. Uczestniczka jest osobą energiczną. Uznała, że w jej zespole muzycznym wszyscy są równi, nikt się nie wywyższa, jest nacisk na współpracę. Dla P. Eweliny burza symbolizuje wiele zmian, nowości w życiu (np. staż na nowym stanowisku). Radząca się znajduje spokój i ciszę na łonie natury (może dokonać refleksji nad dotychczasowym życiem, nabrać dystansu do pewnych spraw). Wiatr dla P. Eweliny nie zawsze musi kojarzyć się z negatywnymi zmianami w życiu, czasami może być przyjemnym podmuchem, popychającym do przodu, w górę motorem napędzającym do działania, do podejmowania konkretnych decyzji w życiu.

Radząca się zaimponowała mi swoją wrażliwością, dużym zaangażowaniem w powierzone zadanie. Na zakończenie spotkania uczestniczka ponownie wypełniła swój Radar Relacji Życia Zawodowego.

Radar Relacji Życia zawodowego

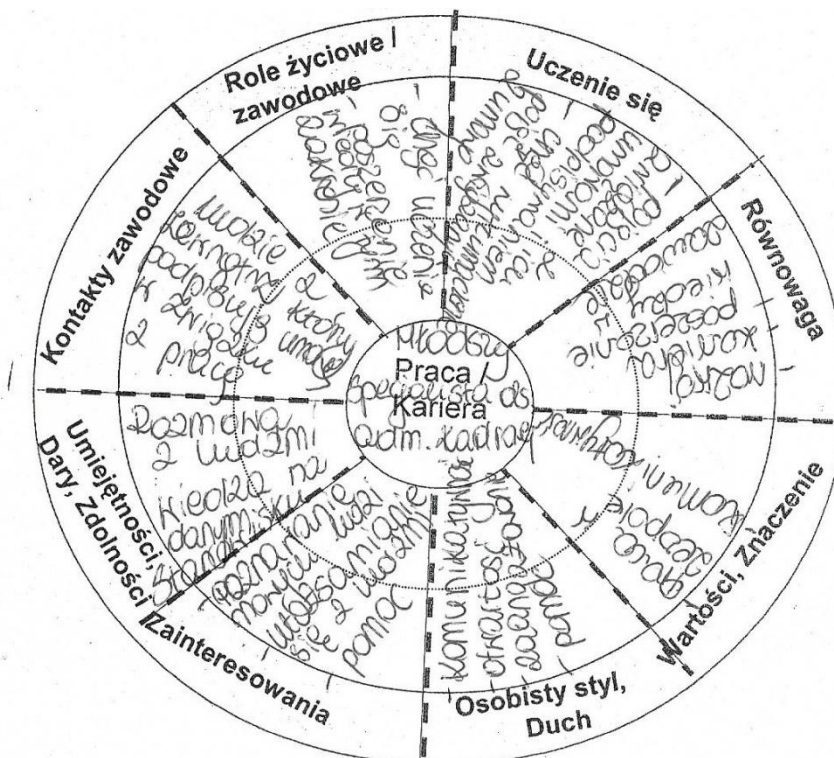


5 sesja

Celem sesji była ocena możliwości zawodowych, poznanie i wzmocnienie potencjału przedsiębiorczego uczestniczki.

W trakcie spotkania P. Ewelina opowiadała o swoich wrażeniach związanych z rozpoczętym stażem na stanowisku referenta ds. administracji kadrowej w firmie zajmującej się doradztwem personalnym. Radząca się dokonała również oceny możliwości zawodowych w odniesieniu do zawodu młodszego specjalisty ds. administracji kadrowej, wykorzystując w tym celu "Koło informacji o karierze", które ukazało możliwe ścieżki rozwoju jego kariery.

Koło informacji o karierze



Podczas spotkania rozmawialiśmy z radzącą się o kompetencjach twardych (wiedza specjalistyczna, obsługa specjalistycznych programów komputerowych, księgowych, znajomość języków obcych) i kompetencjach miękkich (cechy osobowości, umiejętności społeczne: komunikatywność, elastyczność, samodzielność, twórcze rozwiązywanie problemów, umiejętność pracy w zespole, przedsiębiorczość), które są kluczowe przy poszukiwaniu zatrudnienia, najbardziej pożądane przez pracodawców. Następnie P. Ewelina przeanalizowała swoje "Koło przedsiębiorcy" prezentując posiadany przez nią potencjał przedsiębiorczy. Uczestniczka zwróciła szczególną uwagę na swoje kompetencje twarde (umiejętność obsługi specjalistycznych programów księgowych, np. programu „Płatnik”) oraz kompetencje miękkie (umiejętność pracy z ludźmi, umiejętności komunikacyjne), które są ważne przy poszukiwaniu pracy.

Koło przedsiębiorcy



Miejsce prowadzenia spotkania – lokalna restauracja, nie sprzyjało refleksji, zachowaniu poufności, swobodnej wymianie opinii. Nadmiar ludzi sprawił, że czuliśmy się z uczestniczką mało komfortowo, co niestety miało negatywny wpływ na jakość sesji.

6 sesja

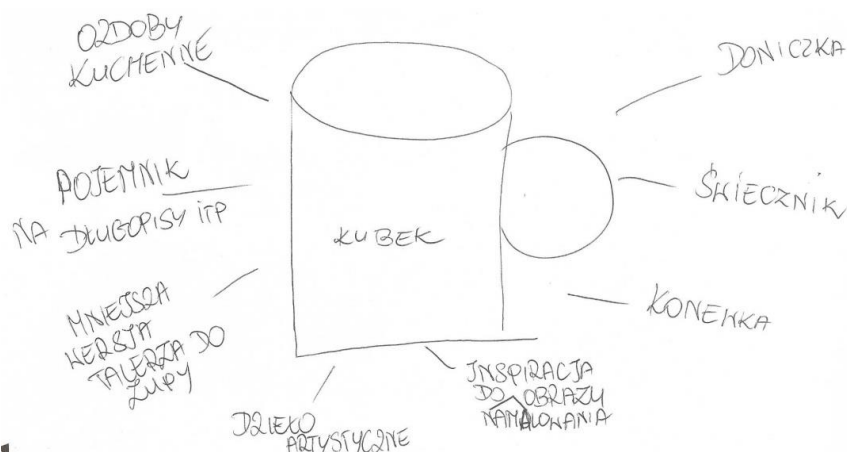
Głównym celem sesji było rozwinięcie umiejętności komunikacyjnych oraz umiejętności samodzielnego i twórczego podejmowania decyzji i działania w celu zmiany sytuacji zawodowej, wzmocnienie jej mocnych stron i potencjału.

W trakcie spotkania P. Ewelina opowiadała o swojej dobrej przyszłości, w której ważne miejsce zajmuje praca na stabilnym gruncie, dobra atmosfera w pracy, założenie szczęśliwej rodziny, pogodzenie pracy z życiem rodzinnym, stabilna sytuacja materialna, zakup samochodu.

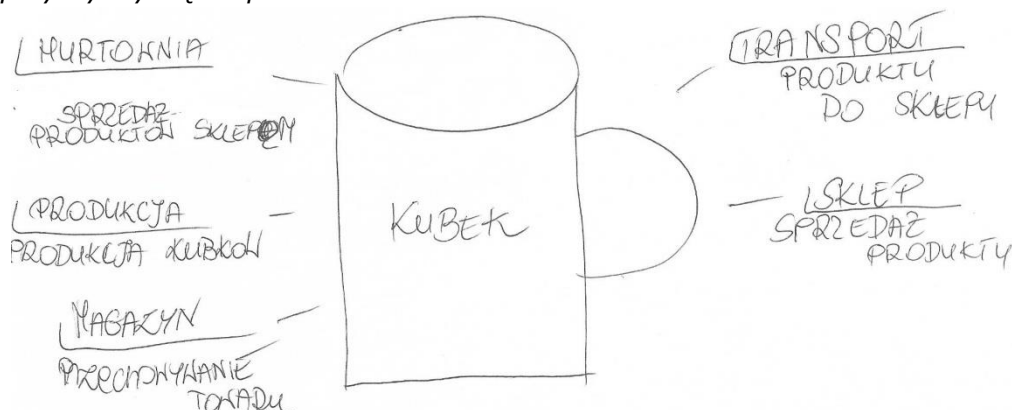
Próbowałam uświadomić radzącej się, że na karierę zawodową można spojrzeć z różnych perspektyw. Sytuacja na rynku pracy szybko się zmienia, należy być elastycznym, twórczo przystosowywać się do zaistniałych zmian oraz próbować wytyczyć alternatywne drogi rozwoju swojej kariery zawodowej.

Mając na uwadze powyższe, poprosiłam uczestniczkę o dokonanie wglądu w "kariere zawodową kubka", wskazanie sposobów jego zastosowania oraz branż, które przyczyniły się do jego powstania w celu dostrzeżenia na tym przykładzie możliwych ścieżek rozwoju kariery zawodowej.

Sposoby zastosowania kubka



Branże, które przyczyniły się do powstania kubka



Podczas ćwiczenia "Spirala ciekawości i odkrywania" pytałam uczestniczkę o jej zainteresowania, do których należą przede wszystkim czytanie książek, siatkówka. Każda książka zdaniem radzącej się pobudza wyobraźnię, rozwija ją intelektualnie.

Na zakończenie spotkania życzyłam P. Ewelinie owocnego stażu, obfitującego w nowe doświadczenia zawodowe i kontakty społeczne.

7 sesja

Głównym celem sesji było podsumowanie procesu doradczego, poznanie oczekiwań klientki dotyczących przyszłości

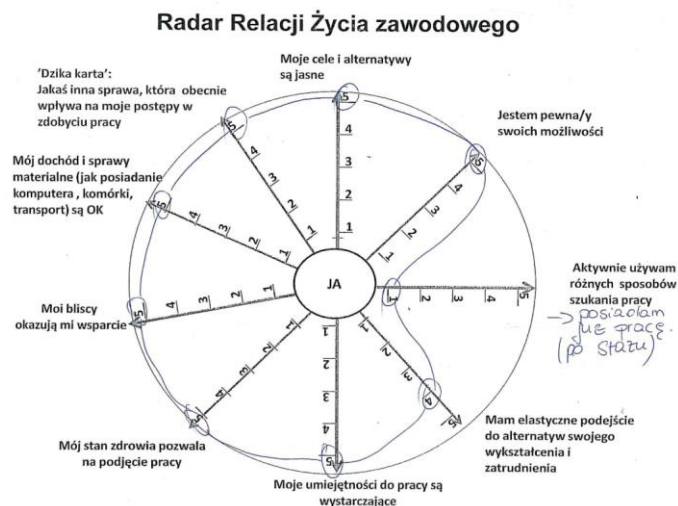
Po kilkumiesięcznej przerwie w realizacji sesji doradczych spowodowanej odbywaniem stażu przez uczestniczkę z niecierpliwością czekałam na kolejne spotkanie. Po długim i ciężkim dniu w pracy w Urzędzie widoczne były u mnie oznaki zmęczenia (sesja odbyła się w godzinach popołudniowych w jednej z lokalnych restauracji).

Uczestniczka powitała mnie w dobrym nastroju. W trakcie spotkania opowiadała o swoich wrażeniach związanych z zakończonym stażem oraz dalszych planach zawodowych. Zapytałam radzącą się również o jej opinie, przemyślenia związane z kończącym się procesem doradczym. Poszczególne sesje doradcze zdaniem klientki były bardzo cennym doświadczeniem, pomocnym w budowaniu ścieżki rozwoju kariery zawodowej. P. Ewelina była zaskoczona, że w procesie doradczym można stosować tak niestandardowe, kreatywne narzędzia, pobudzające wyobraźnię, rozwijające potencjał, mocne strony, jak np. karty metaforyczne. Wspomniałam uczestniczkę, że również pierwszy raz w swojej niespełna 3-letniej pracy doradczej spotkałam się z tak kreatywnym podejściem do poradnictwa zawodowego. W swojej pracy urzędniczej bazuję przede wszystkim na standardowych narzędziach, testach, pomocnych w dokonaniu diagnozy sytuacji klienta, w określaniu jego zainteresowań, preferencji i predyspozycji zawodowych, np. karcie usług doradczych, Kwestionariuszu Zainteresowań Zawodowych.

Klientka z optymizmem podchodzi do swojej przyszłości zawodowej, widać w niej nadzieję na lepsze jutro! Staż zawodowy poszerzył jej dotychczasowe doświadczenie zawodowe, umożliwił nawiązanie nowych kontaktów społecznych. Uczestniczka ma nadzieję, że "zakotwicz się" na dłużej w firmie, w której podejmie pracę po zakończonym stażu.

Dla mnie największą formą gratyfikacji ze strony uczestniczki było jej podziękowanie za zaangażowanie i pomoc w odkrywaniu i kształtowaniu drogi rozwoju zawodowego. Proces doradczy umożliwił radzącej się odkryć posiadany przez nią potencjał zawodowy oraz wytyczyć ścieżkę rozwoju kariery zawodowej zgodnie z jej zainteresowaniami i preferencjami zawodowymi.

Na zakończenie spotkania klientka ponownie wypełniła swój Radar Relacji Życia Zawodowego.



Refleksje podsumowujące: Z perspektywy doradcy zawodowego prowadzącego sesje doradcze w oparciu o innowacyjną metodę Przestrzeni Pozytywnych Wyobrażeń N.E. Amundsona, umożliwiającą kreatywne i aktywne zaangażowanie uczestniczki w proces doradczy, traktuję metodę jako cenne wsparcie w świadczeniu bardziej kompleksowych usług doradczych. Poszczególne narzędzia wykorzystane w trakcie sesji doradczych, m.in. karty metaforyczne, Koło Kariery, Koło Mocnych Stron, Koło Połączeń, Radar Relacji Życia Zawodowego były dla mnie pomocne w kształtowaniu ścieżki rozwoju kariery zawodowej radzącej się, w rozwijaniu jej mocnych stron, kreatywności, potencjału zawodowego, w budowaniu sieci jej powiązań w obszarze zatrudnienia w przyjaznej, otwartej atmosferze sprzyjającej wzajemnej komunikacji, wymianie doświadczeń, z poszanowaniem jej indywidualności i podmiotowości.

Poradnictwo zawodowe bazujące na tej metodzie umożliwiło stworzenie partnerskiej relacji doradczej z radzącą się. Kluczowe było dla mnie osiągnięcie efektu "backswingu" – dodanie skrzydeł uczestniczkę, aby stała się aktywnym i refleksyjnym uczestnikiem procesu doradczego, odpowiedzialnym za zmianę swojej sytuacji zawodowej. W relacji doradczej z klientką przyjąłem rolę jej towarzysza, nastawionego na zaangażowane wsłuchiwanie się w jej potrzeby, który metodą "małych kroków", dąży do znalezienia wspólnej płaszczyzny porozumienia w oparciu o jej potrzeby, zainteresowania, umiejętności, system wartości.

Proces doradczy zbiera swoje żniwo. Uczestniczka dzięki podjętej współpracy wzmocniła swój potencjał zawodowy, umiejętności komunikacyjne, stała się bardziej świadoma swoich mocnych stron, priorytetów zawodowych, rozwinęła umiejętność poszukiwania pracy, poruszania się po rynku pracy, rozbudowała sieć kontaktów społecznych, zdobyła nowe doświadczenie i umiejętności zawodowe poprzez udział w stażu zawodowym. Radząca się stała się osobą bardziej odpowiedzialną i samodzielną w sferze budowania własnej kariery zawodowej.

Studium przypadku: Karolina

Pani Karolina została skierowana do doradcy zawodowego zaraz po pierwszej wizycie u swojego doradcy klienta, który ustalił dla niej profil pomocy i formy wsparcia z których może skorzystać w urzędzie pracy. Ustalony przez doradcę klienta profil pomocy nie uwzględniał subsydiowanych form zatrudnienia, na których jak sygnalizowała klientka bardzo jej zależało. Klientka została zaproszona na spotkanie z doradcą zawodowym w celu uzyskania szczegółowych informacji dotyczących możliwości udziału w projekcie, który dawał szansę zdobycia i/lub uzupełnienia doświadczenia zawodowego podczas realizacji staży zawodowych.

Przed spotkaniem zapoznałam się z dotychczasową ścieżką zawodową klientki. P. Karolina zdobyła wykształcenie średnie zawodowe i tytuł czeladnika w zawodzie fotografa. Po ukończeniu szkoły przez rok pracowała w swoim wyuczonym zawodzie, następnie po 3-miesięcznej przerwie podjęła zatrudnienie w charakterze sprzedawcy. Po wygaśnięciu umowy o pracę P. Karolina zarejestrowała się w urzędzie pracy.

Podczas naszego pierwszego spotkania przybliżyłam P. Karolinie główne założenia projektu „Przestrzeń rozwoju! Adaptacja metody zintegrowanego doradztwa rozwoju kariery dla młodzieży”, przedstawiłam korzyści wynikające z udziału w nim oraz omówiłam sposób współpracy. P. Karolina była bardzo entuzjastycznie nastawiona do możliwości i udziału w tym przedsięwzięciu. Od razu wypełniła formularz zgłoszeniowy i wyraziła nadzieję, że uda jej się pozytywnie przejść przez cały proces rekrutacyjny. Na rozmowie kwalifikacyjnej P. Karolina sygnalizowała wysoką motywację, determinację do powrotu na rynek pracy i wyrażała nadzieję na możliwość kontynuacji swojej aktywności zawodowej. Po zakwalifikowaniu się P. Karoliny do projektu ustaliliśmy termin pierwszej sesji.

1 sesja

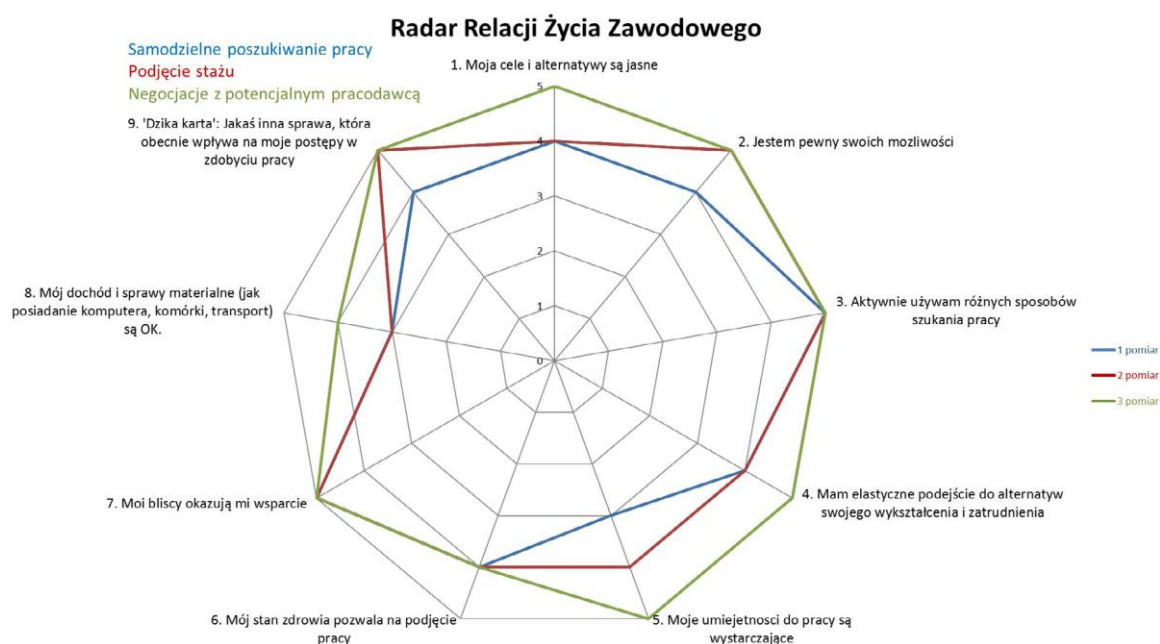
Pierwszą sesję rozpoczęliśmy od określenia ram i zakresu naszej współpracy, wstępnego celu pracy oraz wzajemnych ról. Klientka zgłosiła się do udziału w projekcie, żeby wzbogacić swoje doświadczenie zawodowe poprzez realizację stażu zawodowego i aby zwiększyć swoje szanse na stabilizację zawodową. Klientka nie zastanawiała się nad wyborem stanowiska stażowego. Przyznała, że ma problem z wyborem dalszej ścieżki zawodowej i oczekuje w tym zakresie pomocy. Już wcześniej rozmawiałam z klientką na temat modelu poradnictwa opartego na nadziei i zastosowaniu metod N.E. Amundsona na naszych sesjach, dlatego po dokonaniu wszystkich koniecznych formalności – ustaleniu zasad współpracy – mogliśmy rozpocząć właściwy proces doradczy. Pani Karolina mimo swojej komunikatywności i otwartości wydawała się lekko spięta i zdenerwowana. Poprosiłam klientkę, aby wstała od biurka na którym wypełniała dokumenty i przeszła na drugi koniec sali, gdzie rozłożyłam karty metaforyczne. Poprosiłam o wybranie przez klientkę jednej karty bądź kart, z którymi się identyfikuje. P. Karolina nie kryła zaskoczenia, z zaciekawieniem oglądała wszystkie karty i zapytała, czy na każdej naszej sesji będzie tak zaskakująco i ciekawie. Po dłuższej chwili zastanowienia wybrała kartę przedstawiającą wodę, wir wodny. Klientka poproszona o uzasadnienie swojego wyboru przyznała, że wybrana karta kojarzy jej się z ruchem, aktywnością, gwałtowną zmianą. Wodę z obrazka przyrównała do nieprzewidywalnego wodospadu. Ćwiczenie ukierunkowało rozmowę z klientką na temat jej osobowości, rzeczy dla niej ważnych, pozwoliło zidentyfikować jej silny związek z naturą oraz jej potrzeby estetyczne.

W ćwiczeniu związanym z tworzeniem metafor P. Karolina przyrównała swoje życie również do wody, swoją przyszłość do poczucia bezpieczeństwa, a swój związek z partnerem do wulkanu. Poproszona o rozwinięcie swoich metafor, klientka przyznała, że porównała swoją obecną sytuację do wody, bo woda to niepoohamowany, nieprzewidywalny żywioł, który ulega cały czas zmianom i zmienia wszystko dookoła. Jej obecna sytuacja zawodowa jest niestała, niepewna, brak jej perspektyw, co negatywnie wpływa na całe jej życie. Tworzenie metafor pomogło P. Karolinie się otworzyć. Klientka przyznała ze łzami w oczach, że pragnie stabilizacji zawodowej i finansowej. Chciałaby zacząć identyfikować się z wykonywaną pracą i się w niej realizować. Ćwiczenie związane z tworzeniem metafor pozwoliło również klientce pozbyć się skumulowanych negatywnych emocji związanych z wygaśnięciem i brakiem kontynuacji jej poprzednich umów o pracę. Umożliwiło uzyskanie wielu informacji o klientce, jej życiu zawodowym, prywatnym - nawet tak wrażliwych jak jej przewlekła choroba na cukrzycę. Podczas realizacji ćwiczenia z metaforami klientka przyznała, że pracuje dorywczo w sklepie

z torebkami jako sprzedawca. Zapytałam, czy ją ta praca satysfakcjonuje. Odpowiedziała, że tak, ale wolałaby, żeby była prawnie usankcjonowana. Ustaliliśmy z klientką, że jej zadaniem po dzisiejszej sesji będzie zdiagnozowanie chęci przyjęcia jej na staż zawodowy przez pracodawcę, u którego pracuje dorywczo. Spytałam klientkę czy nie chciałby pracować w swoim wyuczonym zawodzie. Odpowiedziała, że bardzo, ale przekonała się, że większość zakładów fotograficznych są firmami rodzinnymi, hermetycznie zamkniętymi przed obcymi i niechętnie zdradzającymi swoje tajemnice związane ze sztuką fotografii. Jej złe doświadczenia z przeszłości spowodowały zaprzestanie szukania pracy w charakterze fotografa i zwiększenie jej koncentracji na ofertach pracy w handlu. Klientka przyznała, że własny zakład fotograficzny w jej przypadku nie wchodzi w grę – nie czuje się na siłach – poczucie odpowiedzialności za prowadzenie własnej firmy zbyt by ją przytłoczyło.

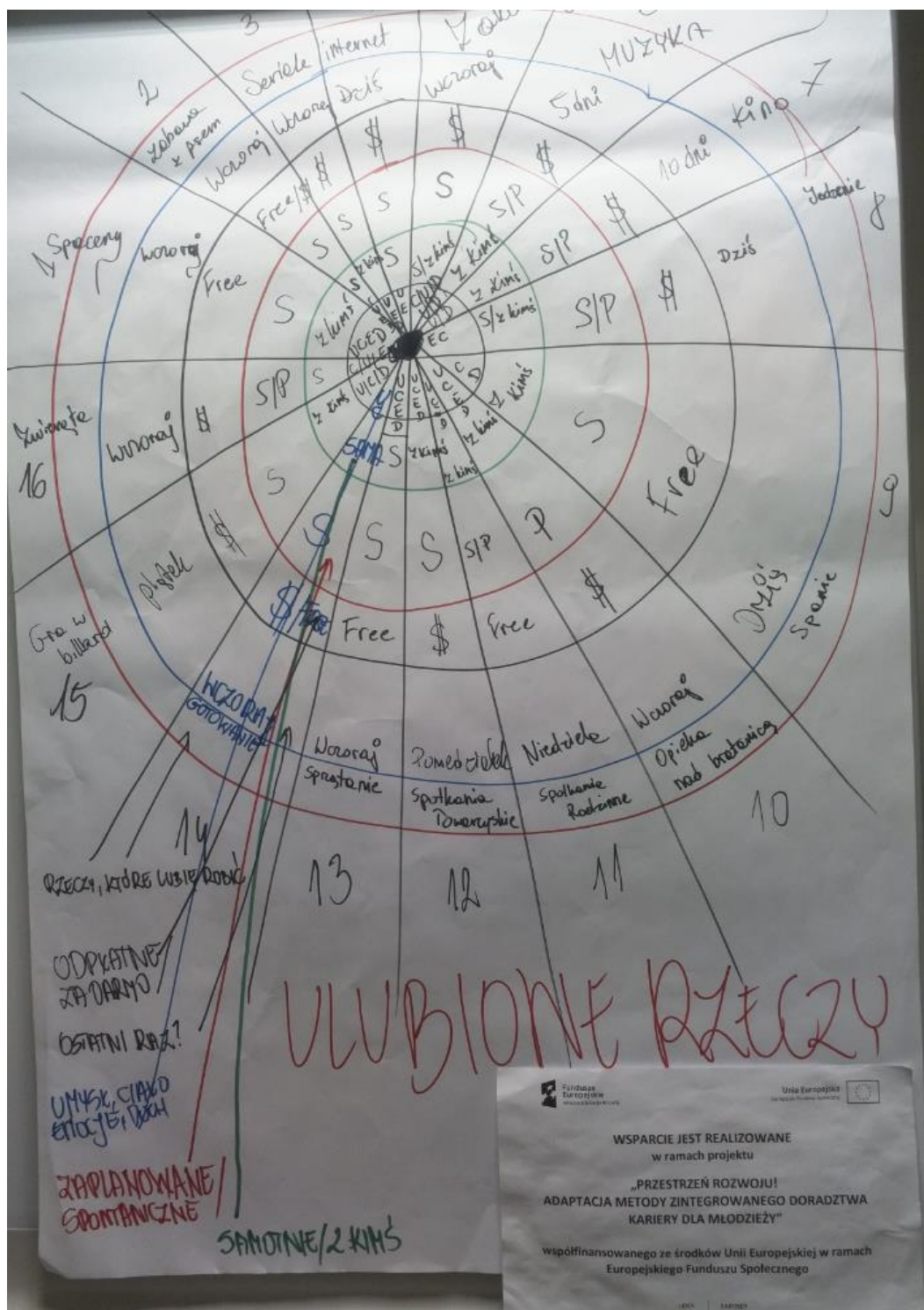
Tworzenie przez klientkę metafor okazało się ćwiczeniem bardzo pomocnym w odnalezieniu wspólnego gruntu. Klientka po jego realizacji wyraźnie rozluźniła się i nabrała większego zaufania w relacji z doradcą.

Następnie poprosiłam klientkę o wykonanie ćwiczenia „Radar realizacji życia zawodowego”.



Klientka przyporządkowała najniższe wyniki na skali oceniającej jej sprawy materialne i na skali oceniającej czy jej umiejętności są wystarczające do pracy. Najwyższe wyniki klientka zaznaczyła na skali obrazującej wsparcie bliskich i wykorzystywanie przez nią wszystkich sposobów poszukiwania pracy. W tzw. „dzikiej karcie”, czyli sprawie istotnej dla klientki i mającej wpływ na jej postępy w zdobyciu pracy, klientka wymieniła samodzielne zaangażowanie w proces poszukiwania pracy.

Pierwszą sesję zakończyliśmy realizacją ćwiczenia, którego celem było wymienienie przez klientkę ulubionych rzeczy. Ćwiczenie okazało się kopalnią wiedzy na temat klientki i całego jej życia.



Poproszona o podzielenie się jej wrażeniami po pierwszej sesji P. Karolina wyznała, że nie spodziewała się, że przez realizację prostych ćwiczeń uzyska tyle informacji o sobie samej. Styl pracy bardzo jej się podoba i jest mile zaskoczona, bo myślała, że będzie „sztywno”. Ustaliliśmy termin kolejnej sesji.

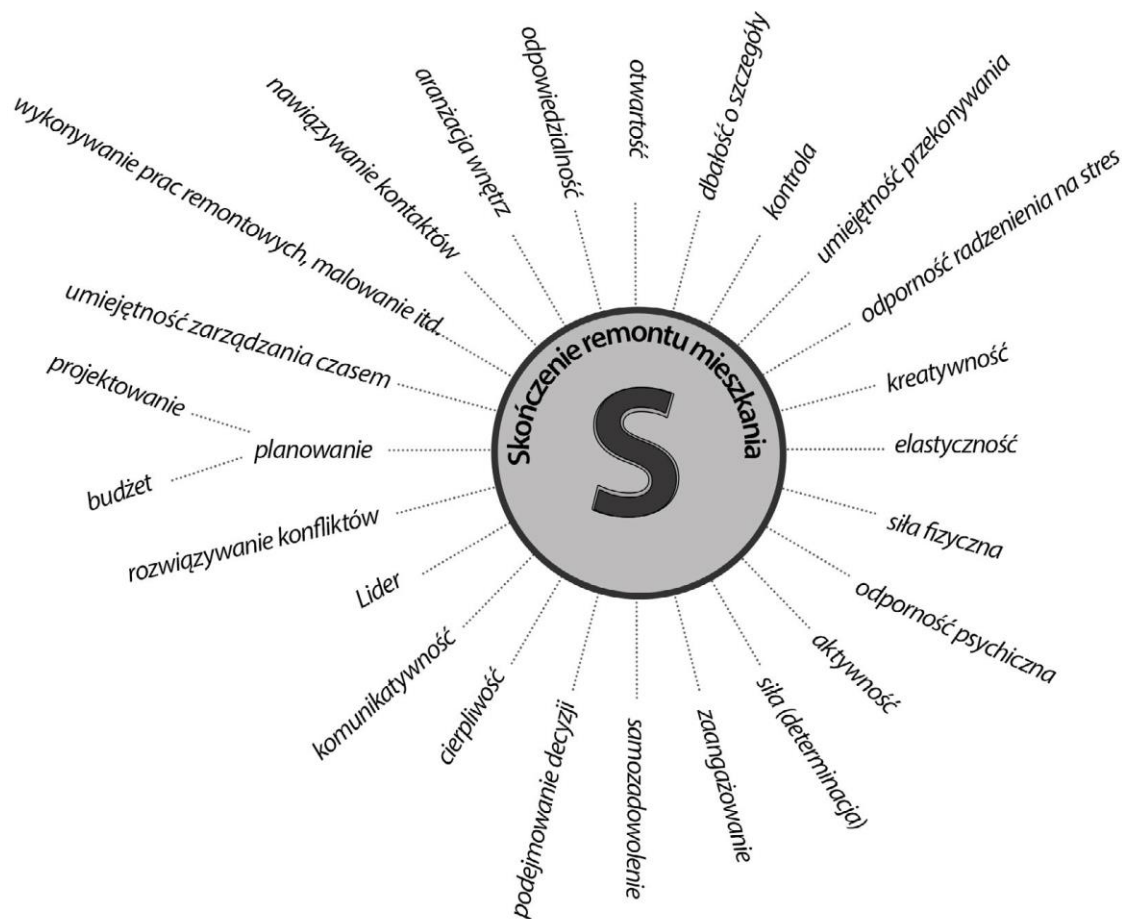
2 sesja

Drugą sesję rozpoczęliśmy od luźnej rozmowy na temat samopoczucia klientki i jej gotowości do kolejnych zajęć. Omówiliśmy możliwości i chęci odbycia stażu zawodowego u pracodawcy, u którego klientka pracuje dorywczo. Okazało się, że P. Karolina potrzebuje więcej czasu – nie miała jeszcze możliwości rozmowy z pracodawcą. Przyznała, że się waha, bo

doszły ją słuchy o niezetelności tego pracodawcy. Jej niepewność związana jest także ze stanowiskiem pracy, nie wie czy obowiązki związane z wykonywaniem pracy sprzedawcy do końca jej odpowiadają.

Rozpoczęliśmy rozmowę na temat ról życiowych, poprosiłam klientkę, aby wymieniła najbardziej znaczące role, jakie pełni w swoim życiu. Na pierwszym miejscu P. Karolina wymieniła role związane z jej rodziną (rola córki, siostry, dziewczyny, przyjaciółki, cioci), ale pojawiła się również rola związana z życiem zawodowym – rola pracownika dorywczego/tymczasowego. Jak przyznała klientka każda pełniona przez nią rola wymaga od niej innego poziomu zaangażowania i różne są motywacje jej pełnienia. O ile wszystkie swoje pełnione role związane z jej rodziną czy najbliższymi klientka uznała za dobrowolnie pełnione i pozytywne wpływające na jej życie, to rola pracownika tymczasowego została jej narzucona z zewnątrz i nie jest do końca dobrowolnie przez nią pełniona. Określenie przez klientkę pełnionych przez nią ról pozwoliło wyartykułować, co jest dla niej najważniejsze w jej przestrzeni życiowej.

W celu lepszego poznania siebie i swoich atutów, przeszliśmy do realizacji kolejnego ćwiczenia - kręgu mocnych stron. Na podstawie subiektywnie wybranego przez siebie osiągnięcia, klientka identyfikowała swoje poszczególne umiejętności, zdolności, które umożliwiły jej osiągnięcie tego sukcesu. P. Karolina była mile zaskoczona z dużej ilości wymienionych przez nią umiejętności i mocnych stron tylko na podstawie tak (jak określiła klientka) prozaicznego osiągnięcia, jakim jest zakończenie remontu jej mieszkania. Ćwiczenie z pewnością posiada silny aspekt wzmacniający, pozwala zwiększyć poczucie własnej wartości i daje klientowi nadzieję.



Sesję zakończyliśmy ćwiczeniem hierarchia wartości, polegającym na uszeregowaniu przez klientkę 50 kart przedstawiających różne wartości w pięciu kolumnach odpowiadających poszczególnym kartom oceny – od wysoko cenię do rzadko cenię. Kolejnym zadaniem klientki było rozmieszczenie poszczególnych kart wartości w taki sposób, aby w poszczególnych kolumnach znajdowało się po 10 kart wartości. W końcowej fazie ćwiczenia klientka została poproszona o uporządkowanie kart wartości znajdujących się w poszczególnych kolumnach

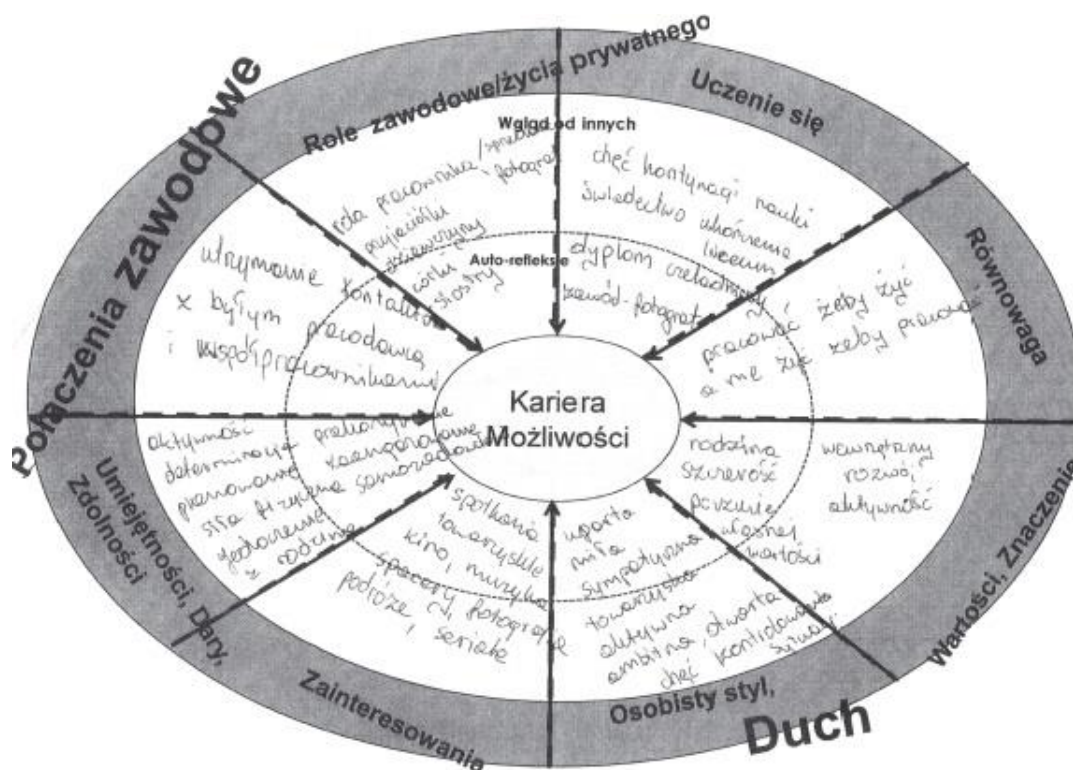
w kolejności stosownej do tego, jakie znaczenie mają dla niej wartości przedstawione na poszczególnych kartach (od najważniejszej do najmniej ważnej). W ten sposób udało się nam zidentyfikować wartości, które są dla P. Karoliny w życiu najważniejsze i bez których nie może się obejść.

Podsumowując nasze drugie spotkanie, zapytałam klientkę czy dowiedziała się podczas tej sesji czegoś nowego o sobie. Przytaknęła – powiedziała, że nie wiedziała, że posiada tyle umiejętności i zdolności. Uświadomiła sobie także, jakimi wartościami kieruje się w swoim życiu, co ma dla niej znaczenie i wpływ na jej zawodowe decyzje. Zdobytą wiedzę wykorzystała podczas rozmów kwalifikacyjnych z potencjalnymi pracodawcami. Wyzaczyłyśmy kolejny termin spotkania.

3 sesja

Trzecią sesję rozpoczęłam od zapytania P. Karoliny o jej samopoczucie i o to, co się u niej wydarzyło i/lub zmieniło od naszego ostatniego spotkania. P. Karolina zdecydowała się zrezygnować całkowicie z pracy dorywczej w sklepie z torebkami. Pracodawca nie był zainteresowany przyjęciem P. Karoliny na staż zawodowy w charakterze sprzedawcy, chciał zachować dotychczasowy sposób współpracy z klientką, co kompletnie nie spełniało jej oczekiwań.

P. Karolina ponownie zasygnalizowała swoje rozterki związane z wyborem dalszej drogi kariery zawodowej. Waha się czy powrócić do wykonywania swojego wyuczonego zawodu fotografa, czy kontynuować wykonywanie pracy sprzedawcy. Żeby pomóc klientce w wyborze i pogłębić jej proces samopoznania zaproponowałam jej realizację ćwiczenia Koło Kariery.



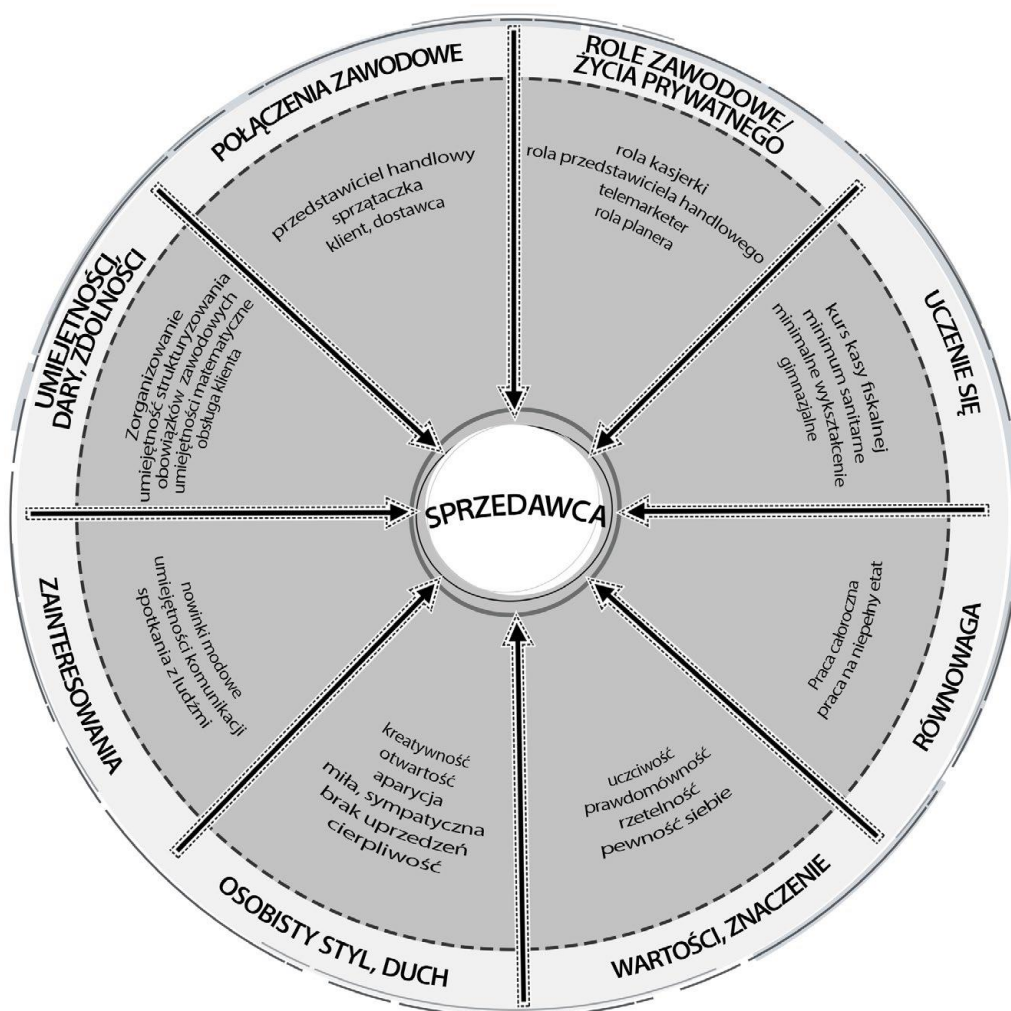
Ćwiczenie to było wstępem do ożywionej dyskusji na temat jej możliwości zawodowych w aspekcie wielu czynników jej obecnego, a także ewentualnych planów zawodowych. Klientka dzięki wcześniej przeprowadzonym ćwiczeniom mogła dokonać podsumowania uzyskanych informacji o sobie w kontekście możliwości zawodowych. Pozwoliło to na ustrukturyzowanie informacji o kluczowych elementach pozwalających zrozumienie siebie i ustalenie celów aktywności zawodowej. Pod koniec sesji poprosiłam klientkę o uzupełnienie kręgu jej kariery o spostrzeżenia innych osób. Klientka zgodziła się i powiedziała, że swoje koło kariery podsunie do wypełnienia swojej mamie. Ustaliłyśmy kolejny termin wizyty.

4 sesja

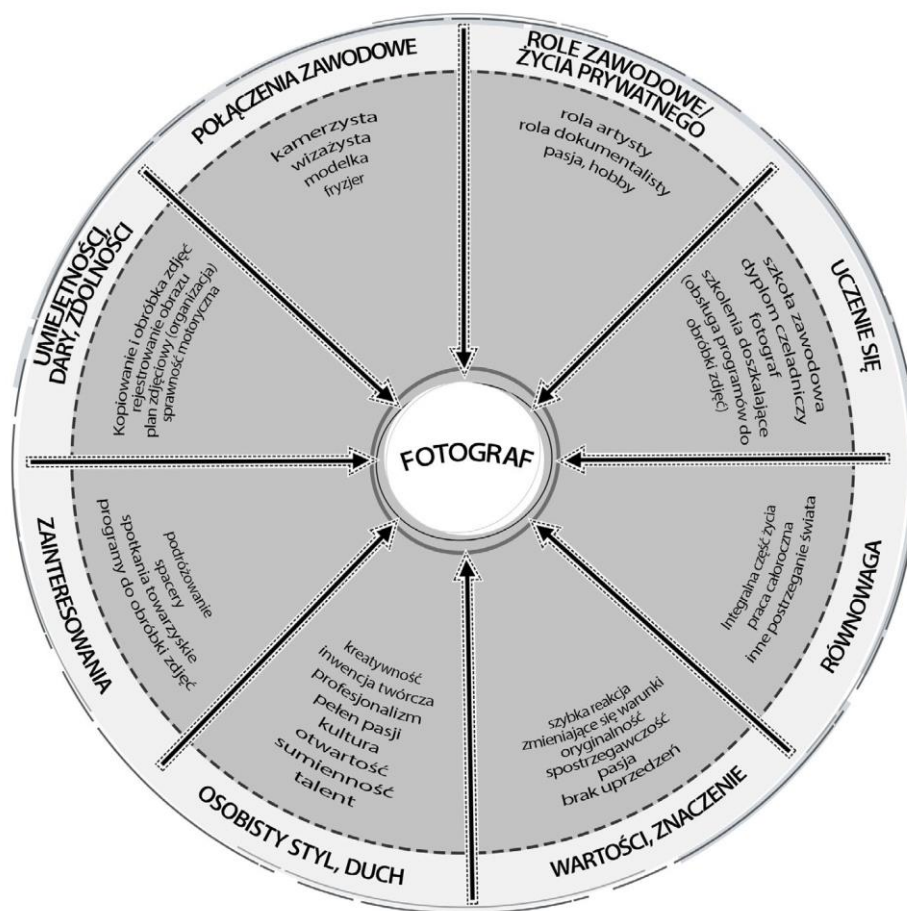
Czwartą sesję rozpoczęliśmy od omówienia z klientką uwag jej mamy dotyczących jej koła kariery. P. Karolina była zaskoczona faktem, że mama wymieniła jako jedną z jej umiejętności – pieczenie ciast, bo całkiem o tej zdolności zapomniała. Klientka wyznała, że mimo iż było to zadanie w formie pisemnej, więcej informacji mama przekazała jej podczas przeprowadzonej z nią rozmowy. Klientka przyznała, że wypowiedź mamy na temat jej umiejętności, zdolności i tego jaka jest pozytywnie ją wzmocniło, potwierdziło jej silną więź z rodziną i okazywane przez nią wsparcie.

W celu zebrania i ustrukturyzowania informacji o konkretnych możliwościach zawodowych klientki i aby kontynuować wsparcie w wyborze dalszej ścieżki zawodowej zaproponowałam P. Karolinie realizację ćwiczeń związanych z kołami informacji o karierze. Poprosiłam ją, żeby najpierw stworzyła koło informacji o karierze sprzedawcy, a następnie koło informacji o karierze fotografa.

Koło informacji o karierze sprzedawcy



Koło informacji o karierze fotografa



Analiza dwóch przez siebie stworzonych kół informacji, dotyczących dwóch innych profesji i porównanie ich z osobistym kołem kariery klientki, pomogło jej w znaczący sposób podjąć decyzję zawodową. Klientka wyraziła chęć kontynuowania swojej kariery zawodowej w zawodzie fotografa, co pozwoliło wstępnie określić ścieżkę jej rozwoju zawodowego i edukacyjnego. Klientka przyznała, że już na wcześniejszych naszych spotkaniach skłaniała się ku takiej decyzji, ale kłótkowała ona w niej powolutku i wymagała czasu. Podsumowując swoje rozważania, P. Karolina zdecydowała, że odwiedzi pewien zakład fotograficzny i zapyta czy mogłaby tam odbyć staż zawodowy.

Pod koniec sesji z tytułu, że byliśmy na półmetku naszych spotkań poprosiłam P. Karolinę o ponowne wypełnienie radaru relacji życia zawodowego.

U klientki nastąpił wzrost wiary we własne możliwości i zwiększyło się jej przekonanie o tym, że umiejętności do pracy które posiada są wystarczające. Klientka zmieniła także „dziką kartę” na możliwość podjęcia stażu zawodowego. Pożegnaliśmy się i ustaliliśmy kolejny termin wizyty. Kilka dni później P. Karolina rozpoczęła staż zawodowy na stanowisku fotografa.

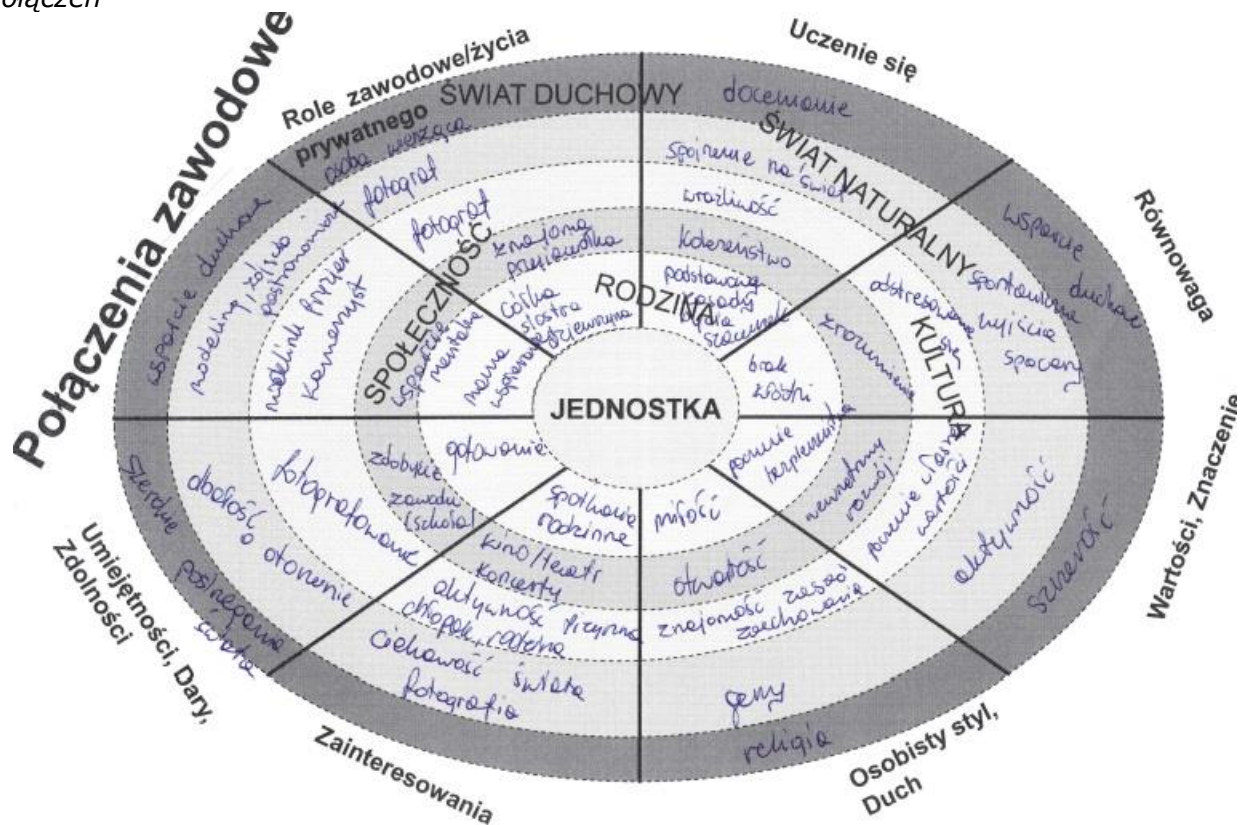
5 sesja

Sporą część sesji piątej zajęła nam rozmowa na temat wrażeń klientki z odbywanego stażu zawodowego. Klientka stawiała się na spotkanie trochę za wcześnie, rozpromieniona i naładowana pozytywną energią. Wyraziła swoje zadowolenie z przebiegu stażu, szczególnie z zakresu jej obowiązków i panującej w pracy atmosfery. P. Karolina zawsze należała do osób energicznych, ale jej charyzma wzrosła wraz z rozpoczęciem stażu zawodowego.

Po podzieleniu się wrażeniami ze stażu udało nam się zrealizować ćwiczenie związane z określeniem potencjalnych źródeł wsparcia klientki i identyfikacją jej świata powiązań. Tworząc swój krąg połączeń P. Karolina bardziej skoncentrowała się na wartościach, relacjach, cechach w poszczególnych kręgach, które dodają jej siłę i pomagają w „byciu sobą”. W podsumowaniu

klientka ponownie podkreśliła, że dla niej głównym źródłem wsparcia pozostaje jej rodzina. Ustaliśmy kolejny termin spotkania.

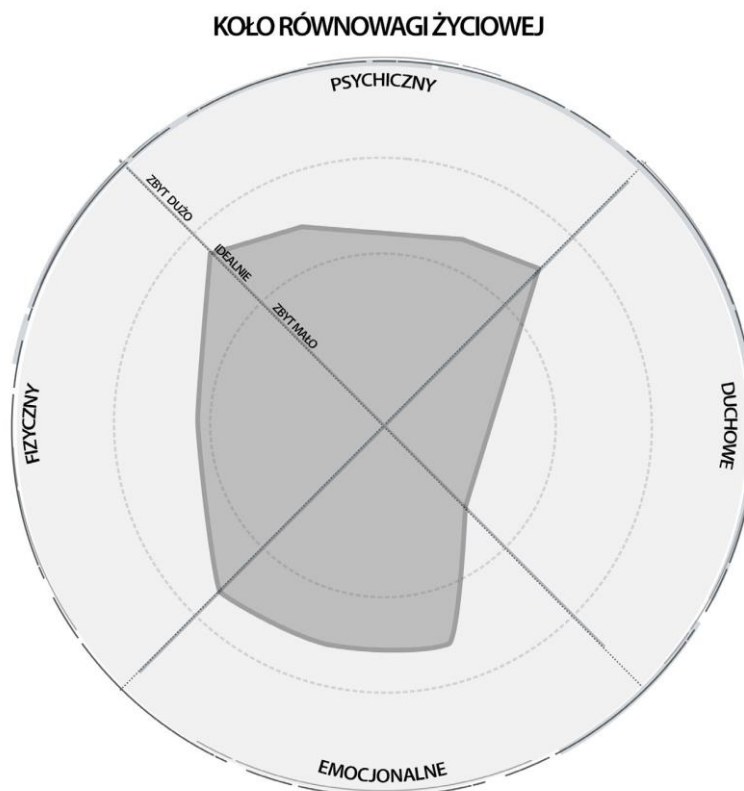
Krąg połączeń



6 sesja

Na początku naszego kolejnego spotkania klientka podzieliła się swoimi przemyśleniami, refleksjami dotyczącymi swojej aktualnej sytuacji życiowej. Przyznała, że czuje się trochę przytłoczona swoimi obowiązkami, brakuje jej czasu na głębszą refleksję nad sobą. Wydawała się lekko przygaszona i rozkojarzona.

Postanowiłam sesję szóstą poświęcić zagadnieniu równowagi życiowej. Poprosiłam P. Karolinę o wypełnienie koła równowagi życiowej w celu dokonania analizy.



Klientka przyznała, że posiada deficyty równowagi w sferze duchowej swojego życia. Ćwiczenie było wstępem do rozważań na temat sposobów osiągnięcia zdrowszej równowagi życiowej przez klientkę. Rozpoczęło nasze rozważania na temat wpływu równowagi życiowej na wszystkie aspekty życia. P. Karolina przyznała, że powinna brać na siebie mniej obowiązków życia codziennego i poświęcać więcej czasu na rzeczy, które pozwalają jej się wyciszyć.

Pod koniec spotkania poprosiłam klientkę o podzielenie się swoimi refleksjami dotyczącymi sesji. Klientka przyznała, że nie miała świadomości, że dbanie o utrzymywanie zdrowego balansu między poszczególnymi sferami swojego życia jest tak istotne.

7 sesja

Od ostatniego spotkania z P. Karoliną minął miesiąc, więc nasza sesja rozpoczęła się od pytań dotyczących samopoczucia klientki i wydarzeń dla niej ważnych. Klientka ponownie wyraziła swoje zadowolenie z możliwości pracy w swoim zawodzie, podzieliła się także swoimi wrażeniami związanymi z wykonywaniem swojej pracy. Okazało się, że zakład, w którym pracuje P. Karolina jest wykonawcą usług fotograficznych, dokumentujących metamorfozę uczestników innego projektu unijnego. Klientka wykonuje portrety ludzi przed i po metamorfozie. Praca ta daje jej wiele satysfakcji i sprawia radość.

Zapytałam klientkę czy wie, dlaczego ta praca jest dla niej taka atrakcyjna. P. Karolina odpowiedziała, że musiałaby się dłużej nad tym zastanowić. Zaproponowałam klientce identyfikację jej atraktorów w miejscu pracy. Klientka wyraziła zgodę. Poprosiłam klientkę o wypełnienie kwestionariusza specjalnie w tym celu opracowanego przez m.in. N. E. Amundsona. Zastosowane narzędzie pomogło P. Karolinie w określeniu jej najważniejszych czynników miejsca pracy. Dla P. Karoliny relacje, bezpieczeństwo i lokalizacja są najistotniejszymi atraktorami miejsca pracy i mają duży wpływ na podejmowanie przez nią decyzji związanych z jej ścieżką zawodową.

Podczas tej sesji w celu uporządkowania i podsumowania naszych wcześniejszych rozważań o kierunku ścieżki zawodowej klientki, wykorzystałam pewne elementy ćwiczenia związanego z patrzeniem w dół ścieżki. Poprosiłam klientkę, żeby podsumowała swoje

dotychczasowe doświadczenia zawodowe, a następnie wyobraziła sobie swoją wymarzoną przyszłość zawodową. Klientka potrafiła jasno sprecyzować swój cel zawodowy i udało jej się zidentyfikować poszczególne kroki i działania, które spowodowały osiągnięcie przez nią pełnego sukcesu zawodowego w jej wizji.

Pod koniec sesji poprosiłam klientkę, żeby na kolejną, ostatnią sesję przygotowała swoje refleksje związane z całym procesem doradczym.

8 sesja

Ostatnia sesja z P. Karoliną odbyła się po zakończeniu przez nią stażu zawodowego. Klientka na to spotkanie stawiała się jak zwykle punktualnie, była uśmiechnięta i pełna entuzjazmu. Cieszyła się z możliwości naszego spotkania, nie widziałyśmy się od półtora miesiąca. Naszą sesję zaczęłyśmy od rozmowy na temat przebytego przez klientkę stażu zawodowego. P. Karolina jest bardzo zadowolona z jego przebiegu. Podziękowała za możliwość wykonywania pracy, którą tak bardzo lubi. Pracodawca dotychczas nie zobligował się do jej zatrudnienia, ale P. Karolina nie traci nadziei – jest z nim cały czas w kontakcie i jak określiła w dalszym ciągu negocjuje możliwość zatrudnienia.

Zaproponowałam P. Karolinie powrót do ćwiczenia związanego z wypełnieniem radaru relacji życia zawodowego. Klientka po raz trzeci oceniła poszczególne „punkty kompasu” zawarte w radarze. W porównaniu z ostatnią oceną klientki, która odbyła się ponad 3 miesiące temu nastąpił wzrost prawie we wszystkich ocenianych przez klientkę aspektach. Zmianie nie uległa jedynie jej ocena aspektu związanego z jej stanem zdrowia. Zagadnienia, które oceniła klientka najwyżej poprzednio, utrzymały swoją wysoką ocenę. Klientka jako sprawę, która obecnie ma wpływ na jej postępy w zdobyciu pracy wymieniła toczące się negocjacje z pracodawcą w sprawie jej zatrudnienia.

Następnie poprosiłam klientkę żeby podzieliła się ze mną swoimi przemyśleniami, refleksjami, odczuciami na temat naszego dotychczasowego sposobu pracy i całego procesu doradczego.

Klientka przyznała, że całkiem na początku naszej współpracy traktowała nasze spotkania jako środek – element konieczny do uzyskania upragnionego etapu – aktywności zawodowej w postaci stażu zawodowego. Jednak już udział w pierwszej sesji spowodował u niej początek procesu refleksji nad sobą. P. Karolina przyznała, że poszczególne ćwiczenia realizowane podczas procesu doradczego pozwoliły jej na głębszą refleksję nad samą sobą. Klientka oznajmiła, że nikt dotychczas nie zadawał jej pytań mających na celu pogłębienie jej samoświadomości, a pęd życia raczej ku temu nie sprzyja, natomiast nasze spotkania ją do tego skłoniły. Klientka dodała, że zastanawiała się nad pewnymi zagadnieniami poruszonymi na sesji jeszcze długo po naszym spotkaniu, między poszczególnymi sesjami. Na moje pytanie czy nasze spotkania pomogły jej w jakiś sposób, klientka odparła, że bardzo – jak to określiła klientka „rozzaśniły jej pewne kwestie w głowie”. Pomogły uporządkować wewnętrzny chaos związany z jej brakiem zdecydowania i posiadanymi wątpliwościami nie tylko w kwestiach zawodowych. P. Karolina przyznała, że nasze sesje wyciszyły jej niepokój związany z przyszłością zawodową, dodały jej pewności siebie i obudziły nadzieję, że poradzi sobie z nadchodzącymi przeciwnościami losu. P. Karolina oświadczyła, że teraz ma jasno sprecyzowany cel zawodowy i jeśli obecne negocjacje z pracodawcą nie zakończą się sukcesem, jest przygotowana na niepowodzenie i posiada plan działania na przyszłość.

Pod koniec sesji krótko przedstawiłam P. Karolinie swoje odczucia związane z naszymi spotkaniami, dzielę się z nią swoimi refleksjami i spostrzeżeniami związanymi z całym procesem i dziękuję jej za wspólną współpracę i poświęcony czas. Proszę P. Karolinę, żeby dała mi znać jak rozstrzygnie się kwestia związana z jej zatrudnieniem. Żegnamy się, tym razem wyjątkowo – poprzez podanie ręki.

Refleksje podsumowujące: Praca doradcza w ramach modelu poradnictwa opartego na nadziei i zorientowanego na aktywność była dla mnie nowym doświadczeniem zawodowym i przyznam, że potraktowałam ją trochę jak wyzwanie. Nie ukrywam, że na początku miałam wiele obaw związanych z tym, czy sprostam temu wyzwaniu i czy będę umiała poprawnie zastosować nowo poznane metody w praktyce. Stosując dotychczasowe, mocno ustrukturyzowane formy poradnictwa bałam się, że nie będę potrafiła wyjść poza ramy, mój

niepokój wzbudzała też wizja dużej konieczności improwizowania podczas sesji. Moje obawy rozwiąły się jednak już po paru pierwszych spotkaniach z klientami. Doradca schodząc z piedestału eksperta i będąc podczas poszczególnych sesji towarzyszem i dociekliwym słuchaczem uzyskuje inny wymiar relacji z klientem niż pracując za pomocą konwencjonalnych metod. Relacja ta staje się bardziej autentyczna a jej nawiązanie przychodzi bardziej naturalnie. Zazwyczaj ludzie korzystający z poradnictwa zawodowego w urzędzie oczekują od doradcy postawy dyrektywnego eksperta i informatora. Przekonałam się, że jeśli doradca zdejmie tą maskę profesjonalisty i przyzna od czasu do czasu, że czegoś nie wie, że coś jest dla niego nowe – to klient szybciej jest mu w stanie zaufać, a proces doradczy na tym zyskuje i staje się efektywniejszy. Zaobserwowałam podczas poszczególnych sesji, że jeżeli doradca „nie zagaduje” klienta, nie boi się „okresów ciszy” podczas spotkania i daje klientowi pełną swobodę wypowiedzi to staje się on bardziej skory do osobistych zwierzeń. Brak z góry ustalonych scenariuszy i aktywność doradczą ograniczona czasami tylko do zachęcenia klienta do refleksji nad sobą w większym stopniu pozwala klientowi zgłębić wiedzę o sobie, dostrzec i zidentyfikować swoje problemy wieloaspektowo. Rekomendowane do zastosowania narzędzia dzięki swojej klarownej i przemyślanej konstrukcji bardzo pomagają doradcy zachęcić naszych klientów do samooceny a klientom pomagają spojrzeć na różne aspekty swojego życia z wielu perspektyw. Moje doświadczenia zawodowe związane z wykorzystywaniem narzędzi N.E. Amundsona są jak najbardziej pozytywne, mogę potwierdzić ich praktyczny wymiar. Praca w nurcie *hope-filled engagement* nie ogranicza, daje swobodę w działaniu i możliwość pełnej współpracy z drugim człowiekiem. Pewne elementy modelu poradnictwa opartego na nadziei i zorientowanego na aktywność już zagościły w mojej codziennej pracy.