

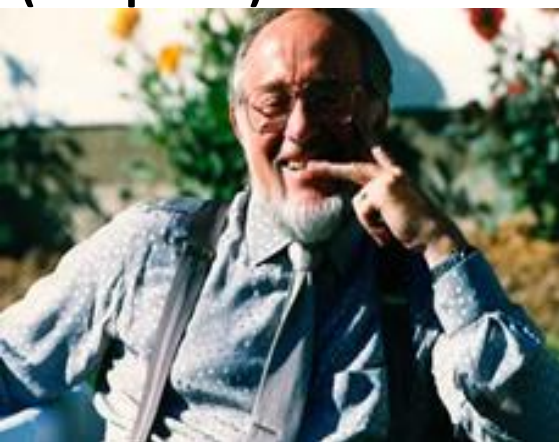


Rozwój konstruktywistycznych metod doradztwa – rekomendacje wdrożeniowe

**Projekt „Rozwój konstruktywistycznych metod doradztwa
i podniesienie efektywności instytucji rynku pracy”**

Nowe podejścia w projektach Fundacji Imago

1. Podejście socjodynamiczne Vance'a Peavy'ego (Kanada, Finlandia)
2. Podejście Hope-filled engagement Normana Amundsona (Kanada, Finlandia)
3. **Podejście Stop&Go Spangar, Keskinen i inni (Finlandia)**
4. **Vives Emplea – Action Against Hunger (Hiszpania)**



Through The Life Span: Introduction



W jakich rolach życiowych dzisiaj jesteś?

MATKA

przyjaciółka

PRACOWNIK

siostra

sąsiadka

STUDENTKA

kierowca

Nowy słownik pojęciowy

- Od pacjenta/podopiecznego/klienta do **osoby radzącej się** (help-seeker).

Doradca – nowy profesjonalista, refleksyjny praktyk, refleksyjny badacz sytuacji poradniczej.

- Od perspektywy doradcy **do perspektywy radzącego się**.
- Od odpowiedzialności doradcy **do współodpowiedzialności obu stron spotkania: za proces (doradca) i efekty (radzący się)**.
- Od bierności radzącego się (odbiorca porady) **do jego aktywnego udziału w procesie**.

Nowy słownik pojęciowy

- Od narzędzi kwestionariuszowych **do biografii, narracji i tworzenia znaczeń.**
- Od „testuj i powiedz” **do aktywnego zaangażowania doradcy i radzącego się w proces poradnictwa.**
- Od koncentracji uczestników procesu poradniczego na optymalizacji działań radzącego się **do zwiększania jego refleksyjności.**
- Od recepty do **procesu** (radzenie sobie w dynamicznej sytuacji).
- Od cech i stanów do **kontekstu.**
- Od wyboru kariery **do konstrukcji kariery.**
- Od ilościowych podejść cechy i czynnika **do podejścia konstruktywistycznego.**



Poradnictwo konstruowania kariery/życia

*„wspieranie ludzi w ich uczeniu się przez całe życie
oraz towarzyszenie im w licznych tranzycjach między
kolejnymi doświadczeniami osobistymi,
edukacyjnymi i zawodowymi.”*

(Od aktora..., s. 19)

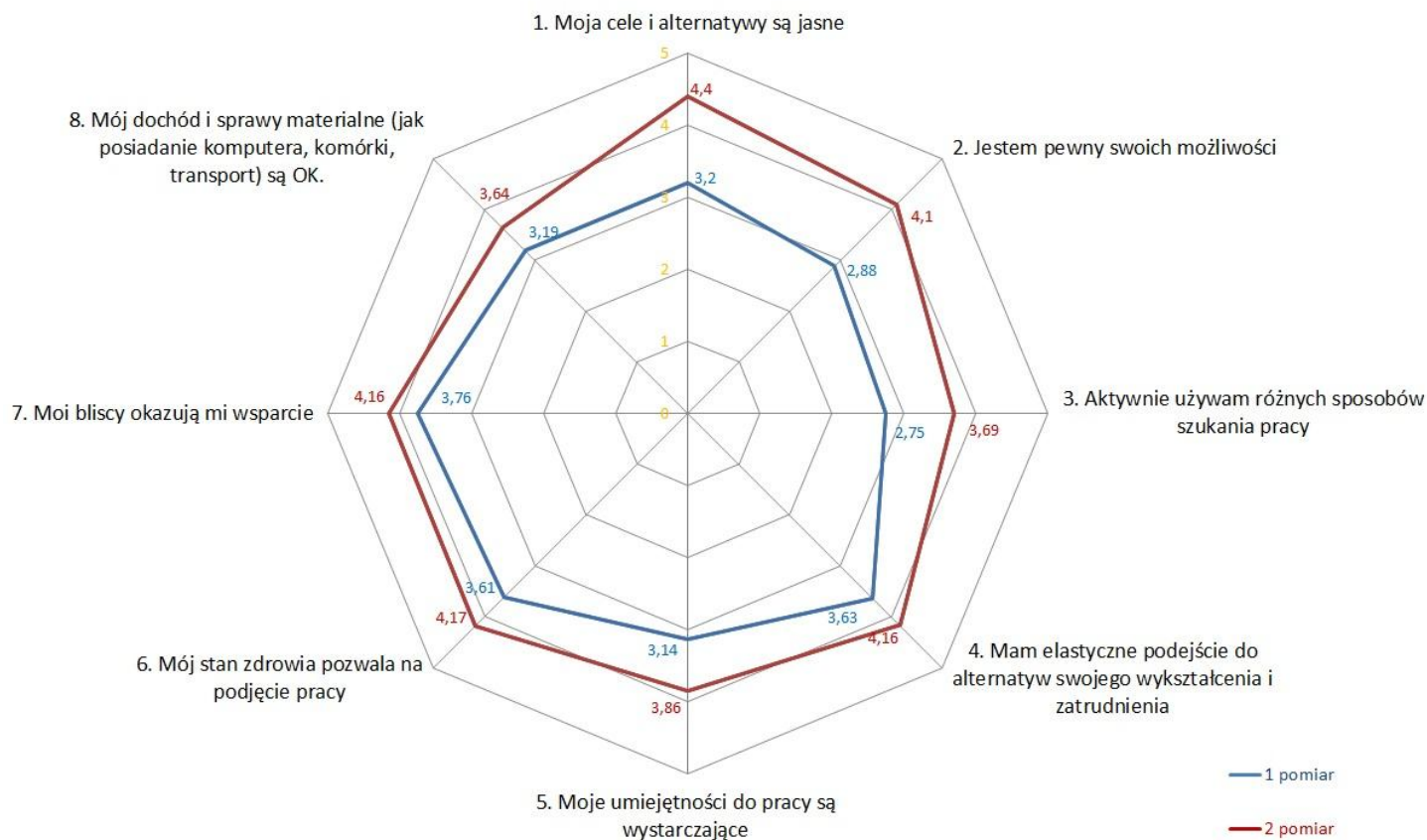
Kluczowe umiejętności w procesie konstruowania kariery

- Refleksyjność (Giddens 2001, Beck 2002)
- Umiejętność opanowania lęków i niepewności (Beck 2002)
- Podejmowanie decyzji z uwzględnieniem perspektywy czasowej (Ferrari, Nota, Soresi 2010)
- Otwartość na niespodziewane zdarzenia (Krumboltz 2009)
- Umiejętność radzenia sobie ze zmianą, stresem i ryzykiem
- Samopoznanie (możliwości, predyspozycje, preferencje, ograniczenia)
- Określanie celów i planowanie sposobów ich realizacji
- Projektowanie kariery (konstruowanie)
- Przekształcanie kariery (re-konstruowanie)
- Odpowiedzialność
- Kreatywność /Elastyczność
- Adaptacyjność.../ Kompetencje międzykulturowe...



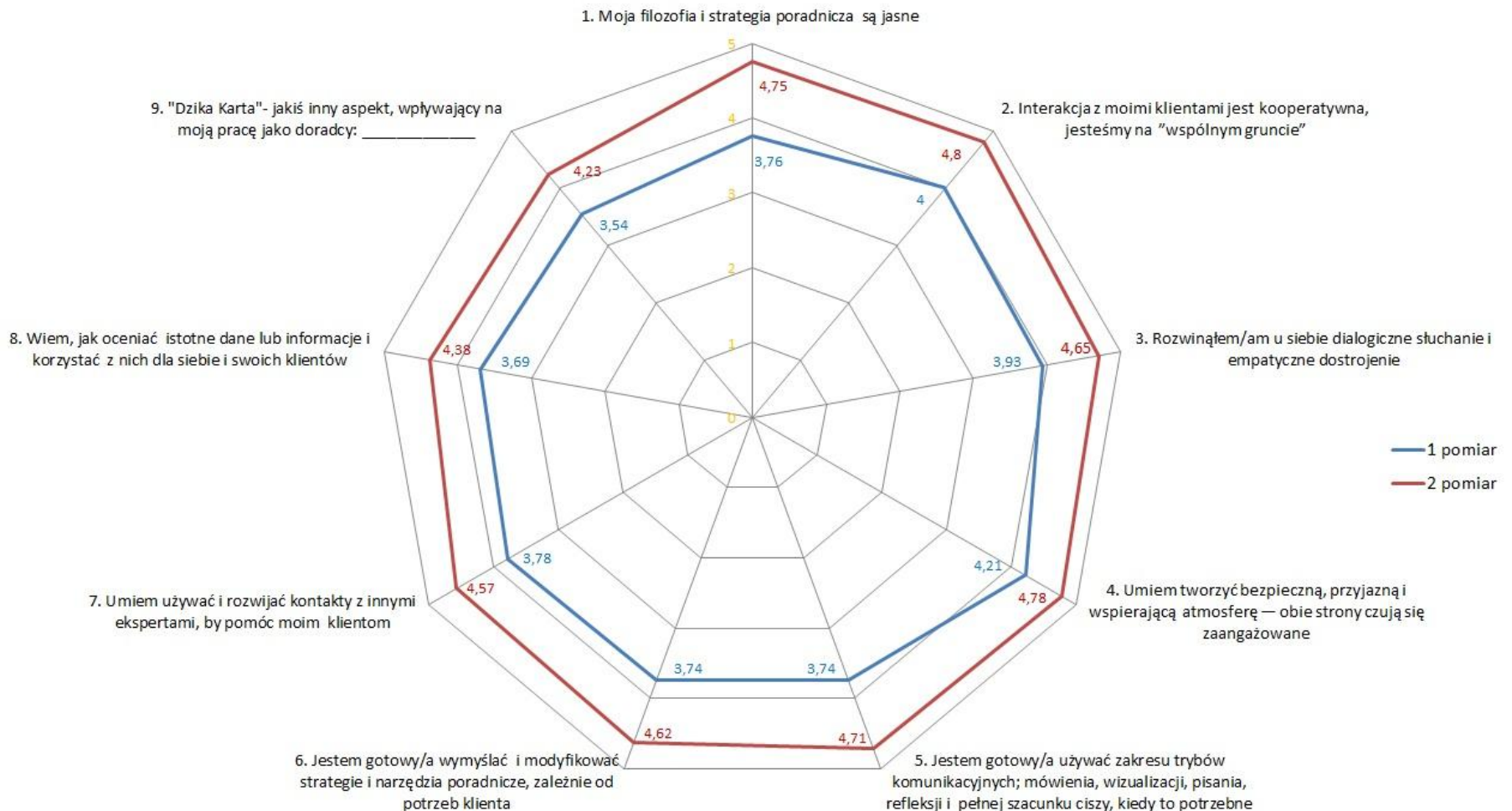
Radary uczestników projektu

Radary Relacji Życia Zawodowego



Radary doradców

Radar Rozwoju Doradcy Zawodowego



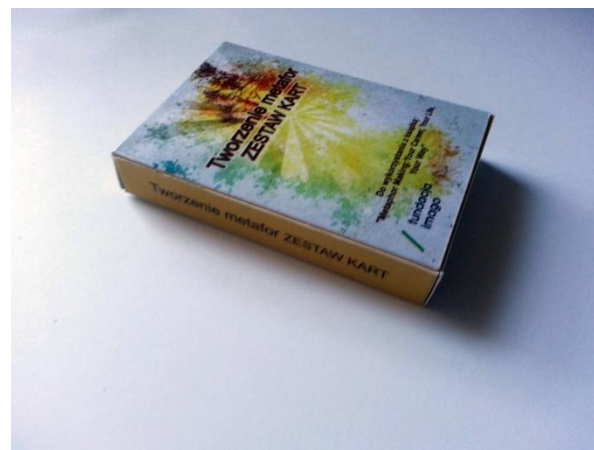
Ocena rozwoju kompetencji DZ

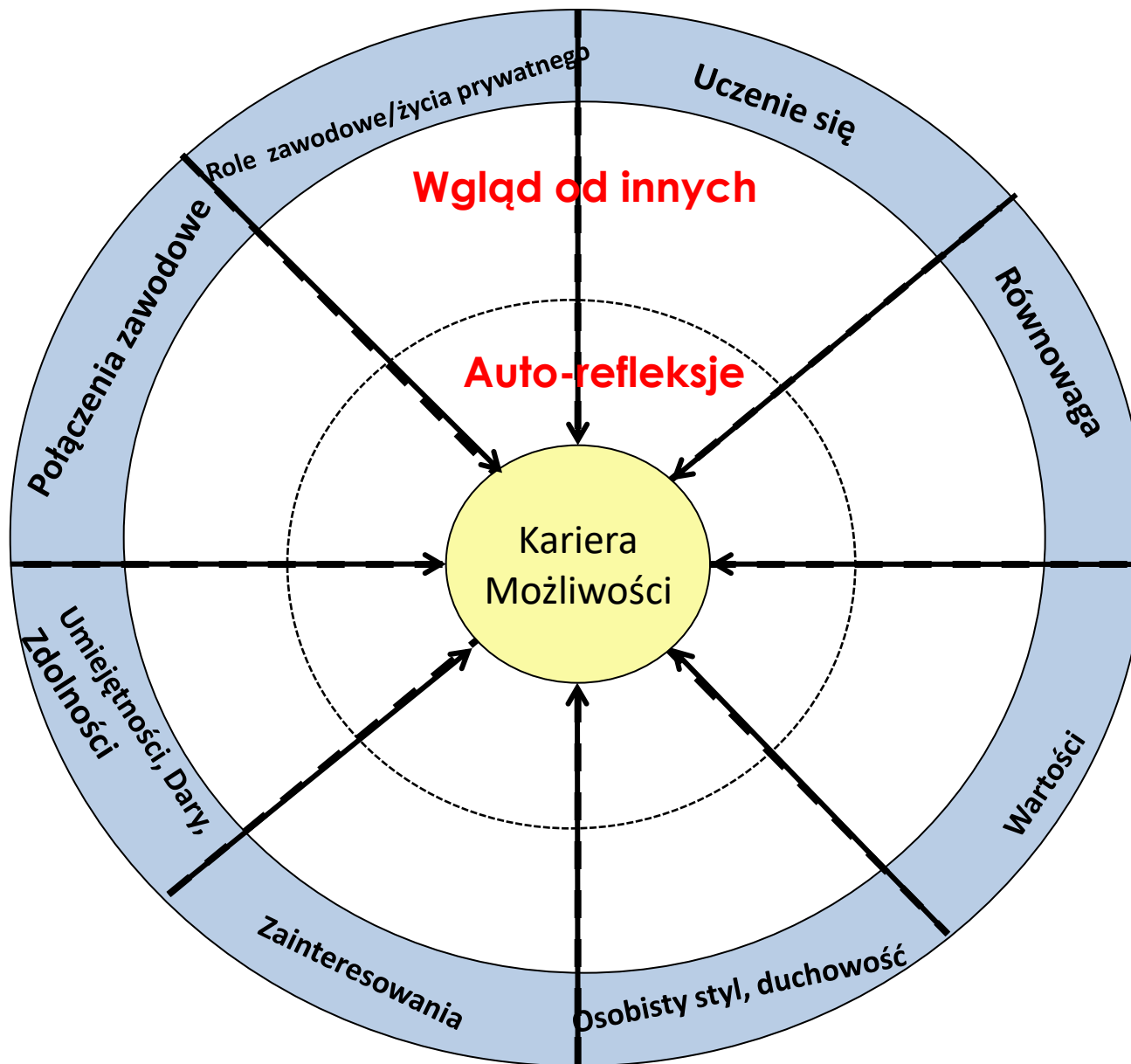
- **Praktyczne zastosowanie** wiedzy, możliwość testowania podejścia konstruktywistycznego i wzrost pewności siebie:
 - *Nabrałem pewności siebie w stosowaniu narzędzi, co do których wcześniej nie miałem przekonania. Poprawiła mi się łatwość w nawiązywaniu relacji, nauczyłem się wykorzystywać zadania domowe w celu wsparcia motywacji i utrzymania relacji. Widzę obszary, które jeszcze chciałbym rozwijać.*
 - *Miałam okazję poćwiczyć metody aktywnego słuchania, zadawania pytań generujących znaczenie, a z większości wykorzystywanych podczas sesji ćwiczeń będę dalej korzystać w codziennej pracy.*
 - *Rozwinęłam u siebie dialogiczne słuchanie i empatyczne dostrojenie; praca ciszą, budowanie interakcji z radzącym się.*
- **Repertuar nowych narzędzi** – poszerzenie warsztatu pracy doradcy o nowe formy,
 - *Używanie nowych narzędzi, które pozwalają poznać osobisty świat, przestrzeń osoby radzącej - właściwe umiejscowienie trudności problemu - odkrycie ich przez samego Klienta.*
 - *Fajne narzędzia - twórcze, pozwalające na modyfikację.*

Ocena rozwoju kompetencji DZ

- **Zmiana postawy** – nowa perspektywa, zredefiniowanie roli doradcy zawodowego:
 - *Udział w projekcie pozwolił mi poszerzyć wachlarz możliwości pracy z klientem. Pracy polegającej na współpracy i towarzyszeniu. Zmieniłam sposób podejścia doradztwa zawodowego z pozycji „marketingu” do aktywnego słuchacza i towarzysza.*
 - *Moje kompetencje jako doradcy, ale też jako człowieka, uważnego na potrzeby innych osób, znacząco wzrosły.*
 - *Zmieniło się moje podejście do klienta - z poziomu eksperckiego przeszedłam do poziomu doradcy słuchacza i poszukiwacza zadającego pytania, a nie udzielającego rad.*
 - *Zaangażowanie otoczenia w poradnictwo – szerszy kontekst sytuacji.*

WYBRANE NARZĘDZIA PORADNICZE

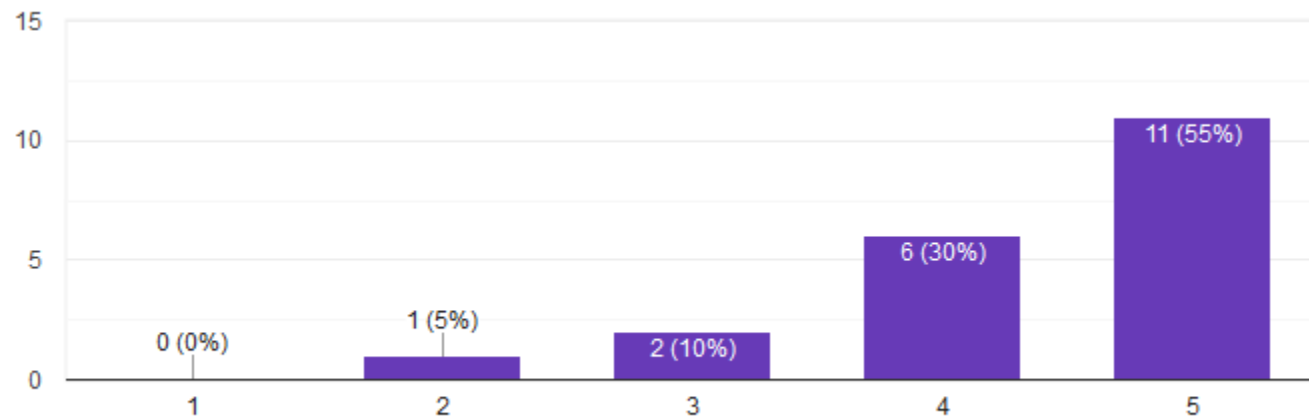




Krąg kariery

Ocena UP

*Jakie ma Pan/i opinie na temat ćwiczenia
Krąg Kariery?*

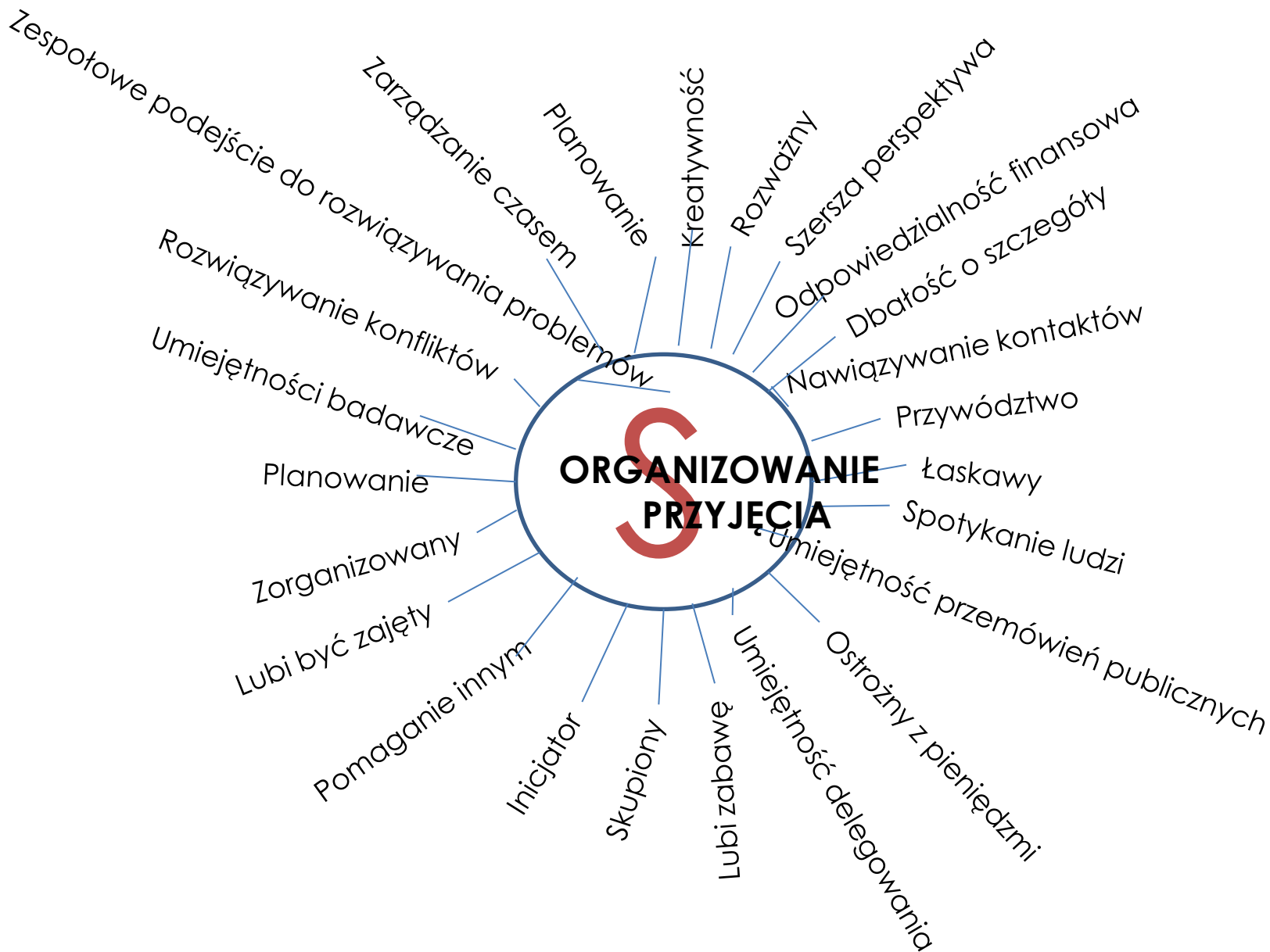


Ocena UP

Jakie ma Pan/i opinie na temat ćwiczenia Krąg Kariery?

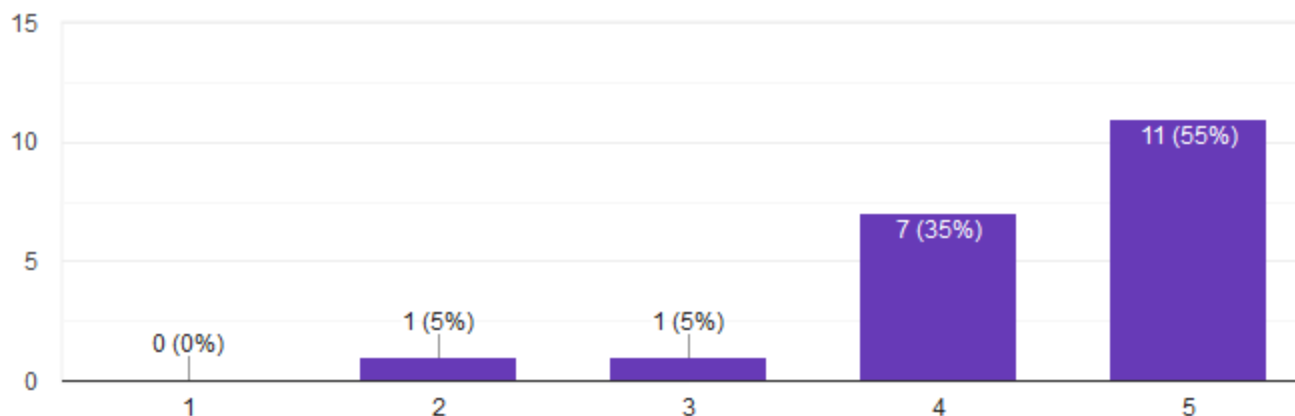
- jest przejrzysty i pozwala odkryć swoje dotąd nieznane aspiracje,
- dość ciężkie zadanie, z którym miałam mały problem, ponieważ nie potrafiłam sama sobie odpowiedzieć na wiele pytań, co jest dla mnie ważne, jednak pomogła mi z tym ćwiczeniem moja rodzina, za co jestem wdzięczna,
- bardzo fajne ćwiczenie, które pozwala na zastanowienie się nad swoimi mocnymi stronami ale także dodatkowy bonus siły w postaci informacji od innych,
- Pozwolił uporządkować moje cele na najbliższy czas. Ustalić priorytety,
- Dało mi to wyraźniejszą wizję na swoje ograniczenia.

Próbka kręgu mocnych stron



Ocena UP

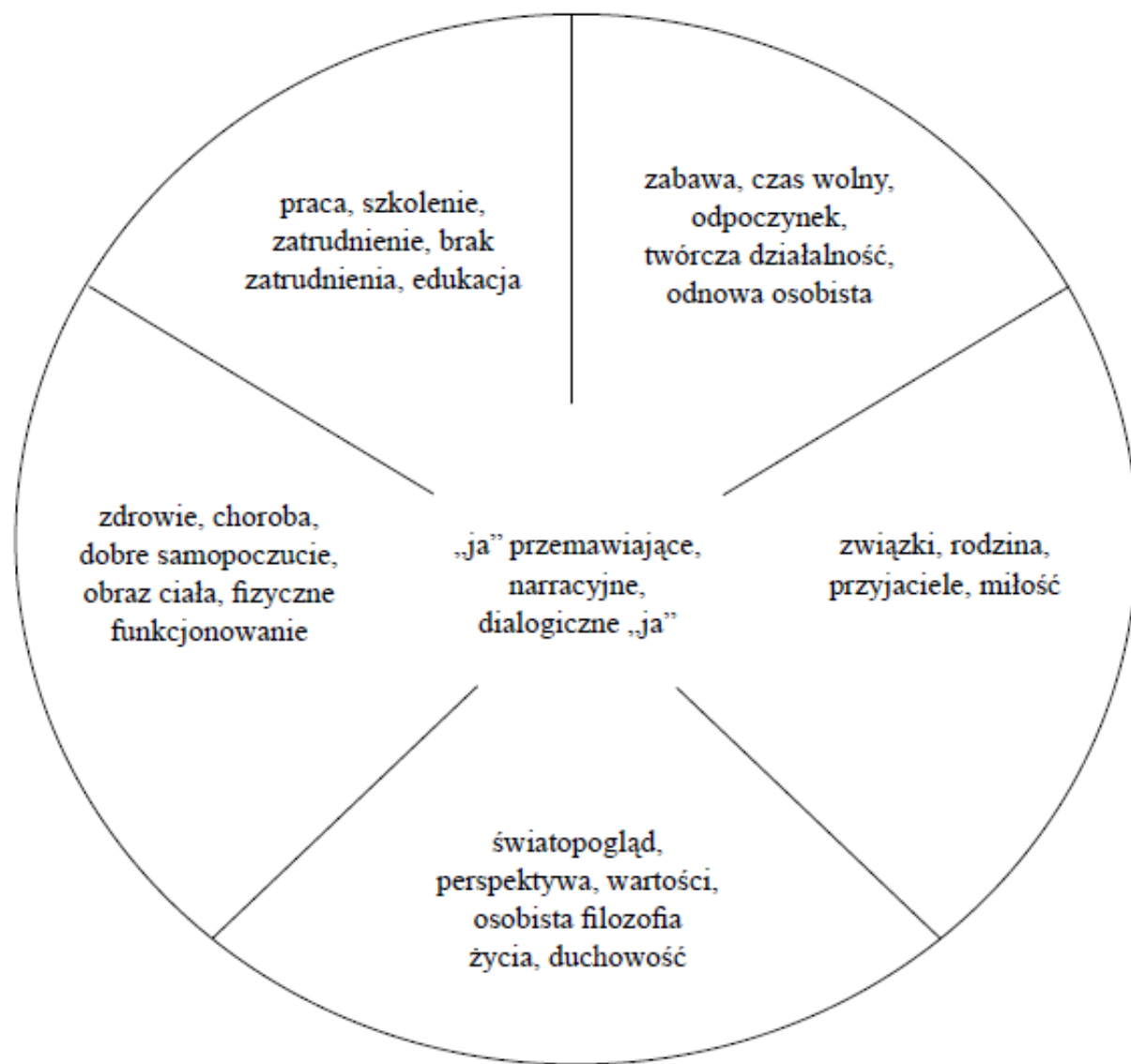
*Jakie ma Pan/i opinie na temat ćwiczenia
Krąg Mocnych Stron?*



Ocena UP

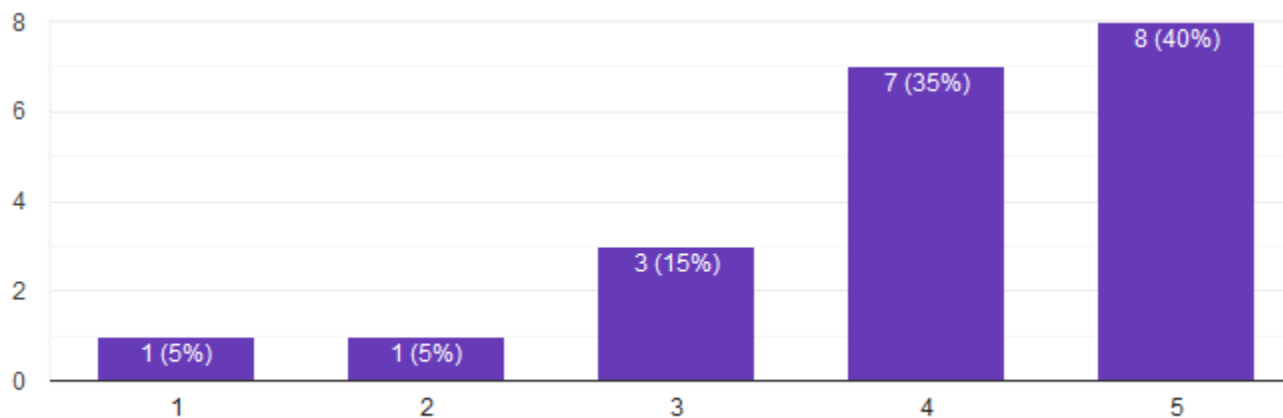
Jakie ma Pan/i opinie na temat ćwiczenia Krąg Mocnych Stron?

- pozwala zbudować większą pewność siebie,
- To ćwiczenie pomogło mi przeanalizować samą siebie, zaskoczyłam się jak trudno mówi się o swoich mocnych stronach. Pomogło mi zrozumieć że mam ich więcej niż na początku myślałam,
- Nie spodziewałam się, że tyle mocnych stron jestem w stanie podać,
- dzięki temu ćwiczeniu można sobie przypomnieć w czym tak naprawdę jesteś dobrym co nas wyróżnia wśród innych.



Ocena UP

*Jakie ma Pan/i opinie na temat ćwiczenia
„Mapowanie teraźniejszości”?*



Ocena UP

*Jakie ma Pan/i opinie na temat ćwiczenia
„Mapowanie teraźniejszości”?*

- Dowiedziałam się gdzie jestem :)
- Bardzo przydatne ćwiczenie, pomagające ocenić stan w jakim się znajdujemy w chwili obecnej, co chcemy zmienić, udoskonalić, a co chcemy wyeliminować z życia,
- trudne zadanie ale też pomaga uporządkować sobie w głowie swoje życie i wyznaczyć odpowiednie miejsce,
- Autorefleksja graficzna pozwala zapomnieć o nudnawych testach,
- Poprzez analizę przestrzeni życiowej można próbować budować swój potencjał.

Rekomendacje wdrożeniowe narzędzi – do systemowych rozwiązań, do polityki:

DORADCY

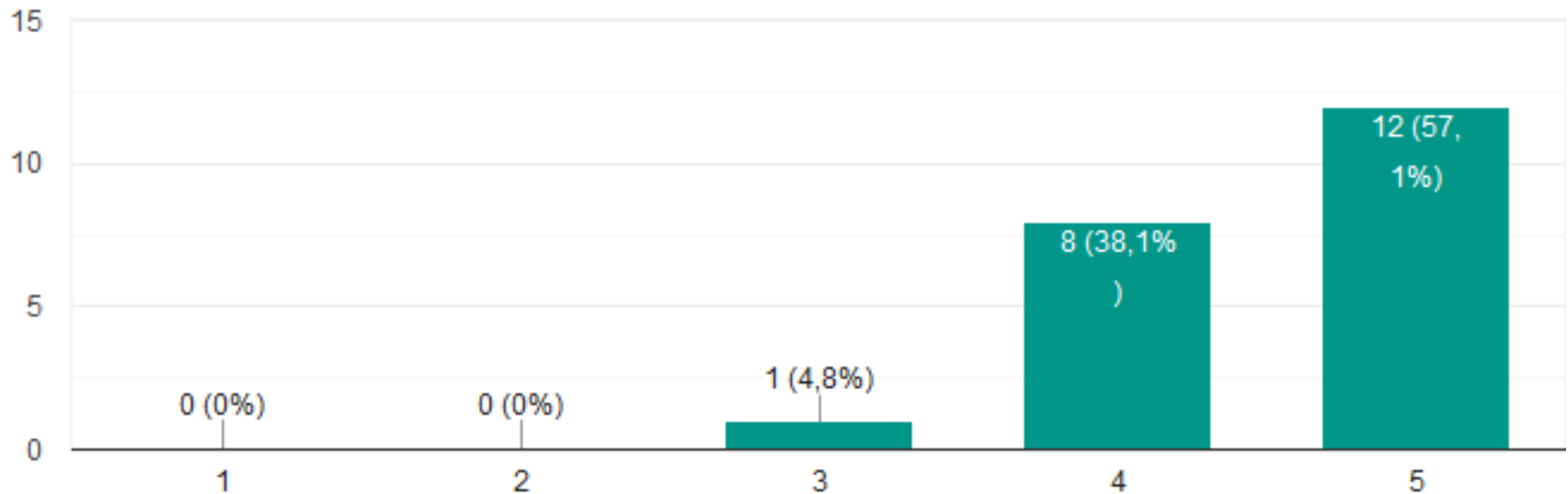
- Umożliwienie czasu do pracy z klientem (komfort pracy – kontrakt z klientem na kilka sesji – jak zachęcić),
- Wprowadzenie do pracy szkolnych DZ (mapowanie, metafory, silne strony) –teczka ucznia, portfolio,
- Połączenie praktyk zawodowych (na różnych stanowiskach) z poradnictwem (osoby z niepełnosprawnościami),
- Wykorzystanie w pomocy społecznej – analiza potencjałów i deficytów,
- Narzędzia badające/monitorujące czy jakość usług rzeczywiście się poprawiła (zmiana sytuacji u klientów bezrobotnych: praca, wolontariat, leczenie, usamodzielnienie się itp.),
- Szkolenia dla wszystkich DZ.

Rekomendacje wdrożeniowe narzędzi – do systemowych rozwiązań, do polityki:

KADRA ZARZĄDZAJĄCA

- Przeszkolenie kadry kierowniczej/zarządczej i innych DZ,
- Szersze przedstawienie metody jako dobrej praktyki na przykładzie wybranej grupy docelowej (trudnej) – informacje o efektach, ewaluacja,
- Zarządzenie do stosowania w instytucji,
- Wprowadzenie certyfikatów dla radzących się – potwierdzających objęcie metodą,
- Superwizja jako stały element pracy DZ,
- Stworzenie warunków lokalowych.

1 D. W jakim stopniu poradnictwo, oparte na narzędziach konstruktywistycznych pozwala na kompleksową analizę ścieżki kariery przez osobę radzącą się?



1d

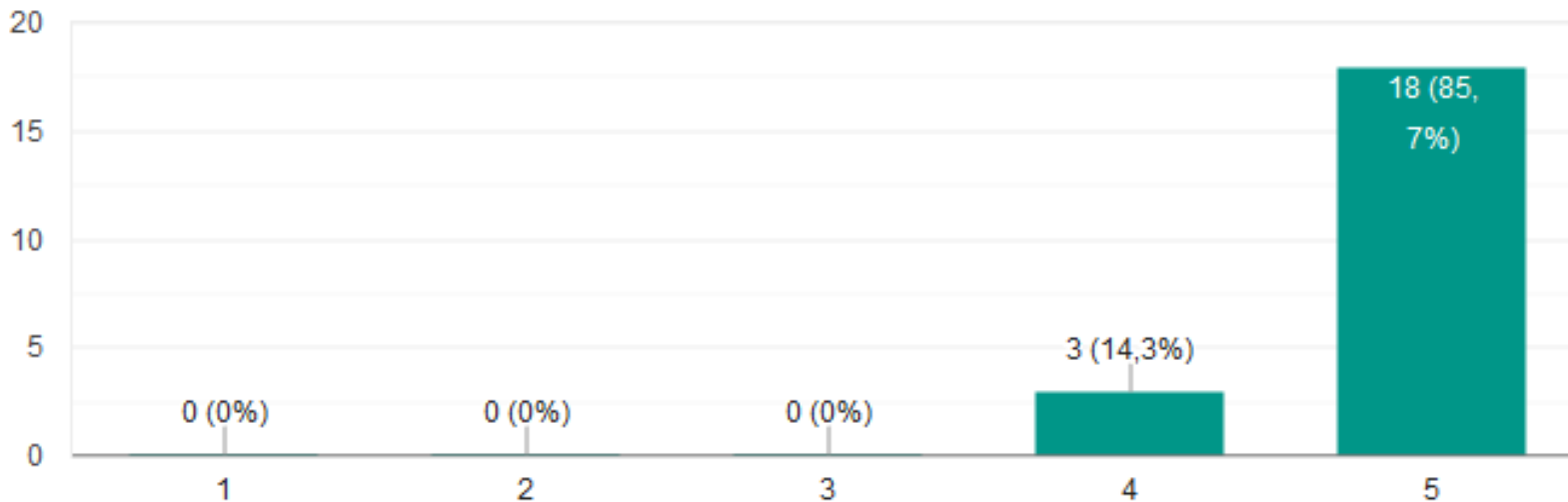
- **Szeroki wachlarz narzędzi** – pozwala na wielowątkowe odkrywanie możliwości, perspektyw, zasobów, wartości itp.
-
- **Holistyczny wymiar** – całościowe podejście do osoby; szersze spojrzenie na całokształt życia klienta (linia życia: przeszłość – teraźniejszość – wizja przyszłości/plany); wieloaspektowa analiza sytuacji życiowej, pogłębiona diagnoza potencjałów i barier zawodowych i pozazawodowych, uwzględnianie kontekstu osobistego i społecznego:
 - *Narzędzia umożliwiają analizę/penetrację różnych obszarów życia uczestnika ważnych dla niego i często problematycznych a przez to "wyłapanie" czynników hamujących w stosunku do pozostałych obszarów.*
 - *Podejście konstruktywistyczne poprzez analizę wszystkich aspektów życia jednostki oraz aktywne podejście i zaangażowanie osoby radzącej się pozwala na kompleksową i wnikliwą analizę ścieżki kariery. Pokazuje w sposób bardzo obrazowy, że na rozwój kariery ma wpływ nie tylko podnoszenie kwalifikacji, ale w równym stopniu również sytuacja rodzinna, środowisko itp.*
 - *W procesie mamy możliwość skupienia się na całości - patrzymy na osobę przez pryzmat pracy, doświadczenia, ale i jej życia osobistego, tego jakie wyznaje wartości i jakie ma cele nie tylko zawodowe, ale też życiowe.*

1d

- **Dialogiczna komunikacja:** atmosfera otwartości, akceptacji i zaangażowania, możliwość swobodnej narracji, doradca podąża za osobą radzącą się, wspiera ją w ekspresji:
 - *Narzędzia budują relacje zaufania, bezpieczeństwa oraz swobodnej wymiany myśli.*
 - *Klient otwiera się i rozpala ciekawość poznawania samego siebie: zaczyna opowiadać o swoich marzeniach i celach, o których wcześniej wstydził się komukolwiek mówić, z obawy że zostanie skrytykowany i oceniany. Zaczyna poważniej traktować niektóre ze swoich pomysłów na przyszłość i przenosić je ze sfery marzeń do realizowanego projektu przyszłości. „Rozpalona” u klienta ciekawość i wizja przyszłości, staje się motywacją do działania i poszerzania horyzontów.*



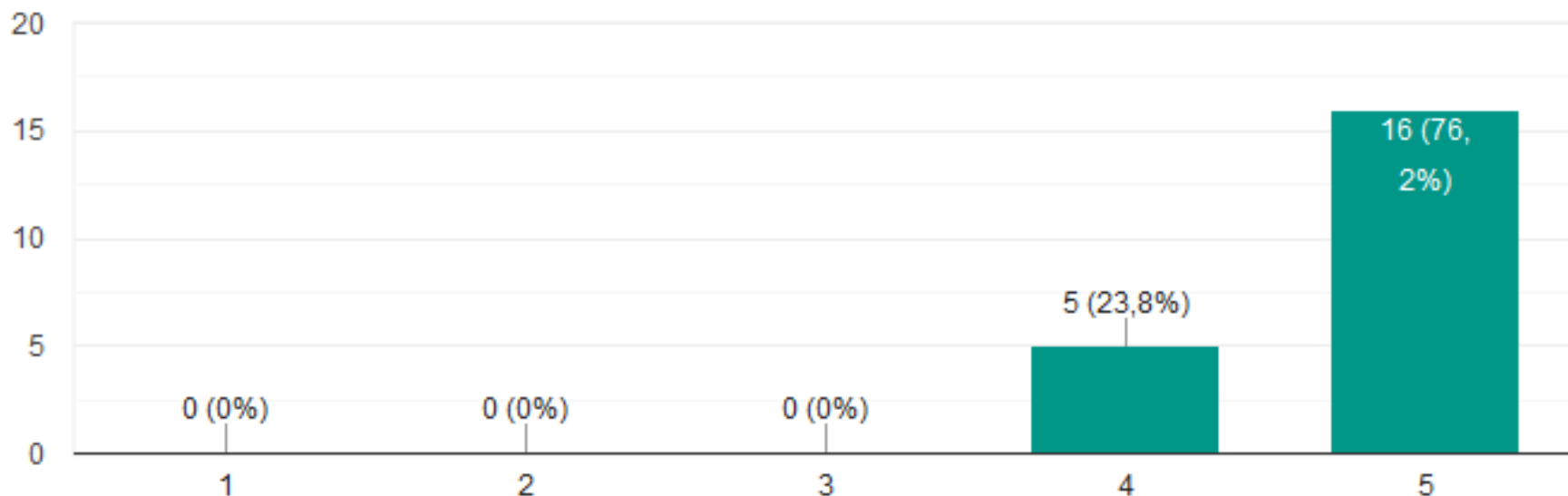
2D. W jakim stopniu poradnictwo, oparte na narzędziach konstruktywistycznych pozwala na indywidualizację podejścia do osób radzących się?



2d

- **Dialogiczna komunikacja:** relacja równorzędna/partnerska, wzmacnianie podmiotowości, wzajemny szacunek, towarzyszenie w konstruowaniu ścieżki życia (brak autorytarnych, narzuconych rozwiązań):
 - *Doradca i radzący się mają pełną swobodę koncentrowania się na tym, co wspólnie uważają za ważne w analizie ścieżki klienta.*
 - *Bazą rozmowy jest dialog i wzajemny szacunek. To przede wszystkim zbudowanie zaufania i pozytywnych relacji. Współpraca odbywa się w atmosferze bezpieczeństwa, bez czynników zakłócających komunikację tj. telefon, rozmowy osób trzecich. Radzący się i doradca są równorzędnymi partnerami, tzn. słuchają się z uwagą, poszukując wspólnych obszarów rozmów.*
 - *Pozwala na osobistą refleksję osoby radzącej się, jest to akt spotkania z samym sobą, przyjrzenie się swojej przestrzeni funkcjonowania, dostrzeżenie tego, co utrudnia realizację planów, satysfakcję z aktywności zawodowej i życiowej.*
 - *Doradca nie jest ekspertem i zakłada, że nie ma gotowych odpowiedzi, odmawia udzielania wskazówek i rad; zachęca natomiast do własnej aktywności osoby radzącej się, skłania do refleksji na swój temat, poznania siebie, do samoanalizy.*
- **Elastyczność** – swoboda DZ w konstruowaniu procesu doradczego, metody pracy „szyte na miarę”, swoboda w doborze różnorodnych form i rytmu pracy, możliwość modyfikacji narzędzi – dostosowania ich do indywidualnych potrzeb, możliwości i predyspozycji osoby radzącej się:
 - *Optymalne dla klienta dostosowanie form pomocy.*
 - *Narzędzia nie mają na celu przypasowania osoby radzącej się do jakiejś kategorii - tworzą natomiast indywidualną ścieżkę.*
 - *Proces tworzenia perspektyw rozwoju w oparciu o indywidualny potencjał osoby radzącej.*

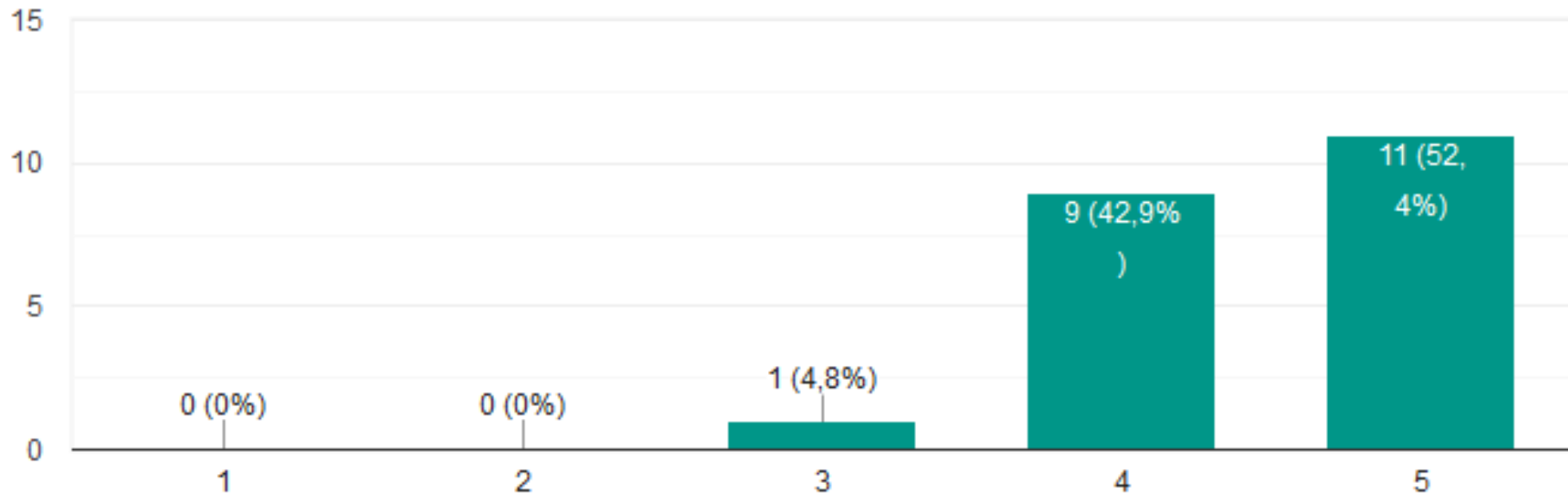
3D. W jakim stopniu rozwijane podejście sprzyja pogłębianiu autorefleksji i/lub samoświadomości przez osobę radzącą się?



3d

- **Narzędzia wglądu w siebie** – narzędzia konstruktywistyczne rozwijają samoświadomość, pozwalają na pogłębioną autoanalizę, spojrzenie na siebie z różnych perspektyw, uporządkowanie wiedzy o sobie, dostrzeżenie powiązań i obszarów wzajemnego wpływu w życiu. Ćwiczenia wzmacniające refleksyjność to przede wszystkim mapowanie (mapa przestrzeni życiowej, mapa przyszłości – wizualizacje, obrazowe ujęcie sytuacji), *storytelling*, praca z metaforą, analiza linii życia, koło mocnych stron bazujące na doświadczeniu osobistym. Ważna jest też praca poza sesjami (wgląd od znaczących innych):
 - *Osoba radząca się wykonując ćwiczenia wyciąga wnioski, analizuje swoje możliwości i potrzeby, zastanawia się nad barierami, które mogą w znacznym stopniu utrudnić realizację celów, ale jednocześnie szuka konstruktywnych rozwiązań i alternatyw.*
 - *Ludziom łatwiej jest rysować/pisać/korzystać z metafor niż mówić o sobie wprost.*
 - *Podejście umożliwia wydobywanie myśli i spostrzeżeń o sobie oraz dzielenie się nimi.*
 - *Mapa daje zaskakujące efekty, obrazuje obecną sytuację klienta, „rozpala” ciekawość i wizję przyszłości, daje motywację do działania i poszerza horyzonty.*

4D. W jakim stopniu ww. poradnictwo wzmacnia planowanie strategiczne u osoby radzącej się (analiza konkretnych kroków, etapów, celów)?

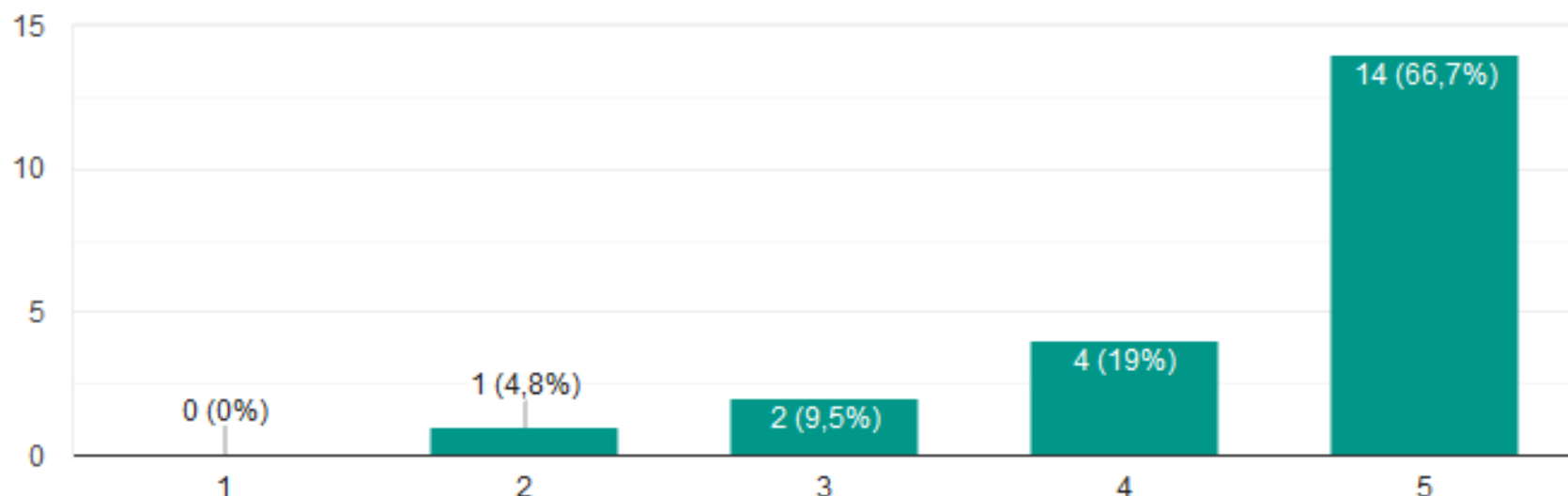


4d

- **Orientacja na przyszłość/cel** – poradnictwo konstruktywistyczne pozwala nie tylko na pogłębioną diagnozę stanu obecnego, wartości, cech i mocnych stron, ale też rzutowanie się w przyszłość i podążanie skonkretyzowaną ścieżką kariery:
 - *Poradnictwo daje obraz tego jak ważne są plany i posiadanie alternatyw.*
 - *Umożliwia generowanie możliwości. Pozwala na wizualizację kolejnych kroków oraz celu.*
 - *Klient od początku procesu doradczego planuje i uaktualnia swoje życiowe cele i ma możliwość kierowania ich w danym, pożądanym przez siebie kierunku.*
 - *Proces doradczy wymaga sprecyzowania stawianych sobie zadań, celów i planowanych kroków, aby dążyć do planowanej/oczekiwanej zmiany. Sesje procesu doradczego zaczynają się i kończą podsumowaniem, co w pewnym sensie zobowiązuje do planowania zadań, kroków i analizy podjętych/planowanych działań.*
- **Opracowanie planu działania otwartego na modyfikacje** – analiza możliwych rozwiązań i sposobów realizacji, wypracowywanie alternatywnych wizji przyszłości i/lub sposobów osiągnięcia celu/konkretnych zamierzeń (np. ćwiczenie z drabinką/mostem w mapowaniu):
 - *Planowanie nie jest narzucone czy proponowane wg jakiegoś/czyjegoś schematu/pomysłu (zewnętrznej osoby). Jest wynikiem samodzielnych decyzji i zobowiązań osoby radzącej się.*
 - *Zastosowane narzędzia "wymuszają" niejako sprecyzowanie najpierw problemu, uświadomienie sobie możliwości i barier, a następnie opracowanie planu działania, etapów jego realizacji i ewentualnie wskazanie alternatyw w przypadku trudności lub niepowodzeń.*
 - *Mapowanie przestrzeni teraźniejszej i przyszłej, tej oczekiwanej przez osobę radzącą się - osoba sama widzi, jakie kroki musi wykonać, jakie działania podjąć, aby rozwiązać swój problem, zrealizować plan. Poprzez poszczególne zadania ćwiczenia / jak "radar, "co lubię robić" odkrywa swój świat planów lub ich brak – sama wyciąga wnioski, etapami uczy się to zmieniać./*

8. Jak oceniasz możliwość rozwoju własnego warsztatu pracy poprzez superwizje procesu doradczego?

21 odpowiedzi



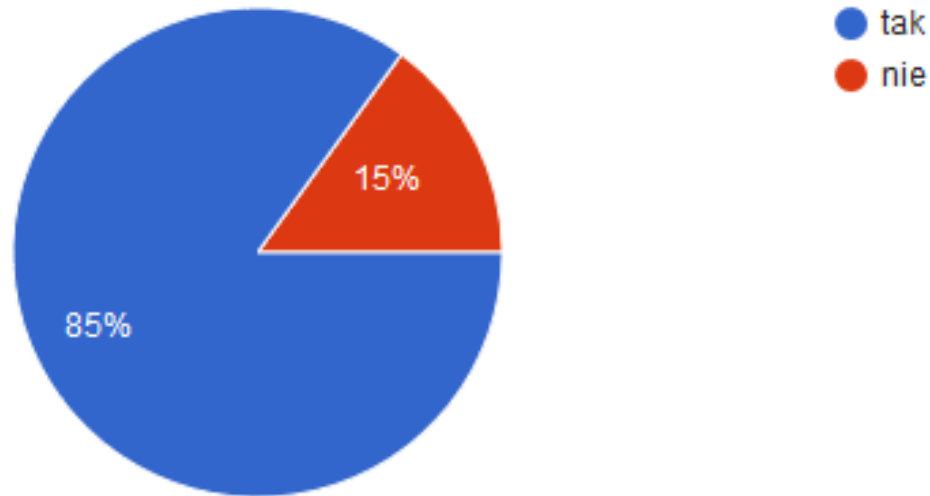
8d

- **Wymiana doświadczeń i wzajemne uczenie się** – wzbogacenie wiedzy, możliwość czerpania z doświadczeń innych doradców, inspirowania się, stymulowania, poszerzania perspektyw (np. specyfika pracy innych doradców):
 - *Supervizja to generator pomysłów.*
 - *Niezwykle cenne i ważne doświadczenie dla doradcy. Wzmacnia, rozwija, pozwala dostrzec problem wieloaspektowo i pobudza do dalszych działań. Wymiana doświadczeń stymuluje, pokazuje ścieżki, ułatwia modyfikację ćwiczeń w celu optymalnego doboru dla uczestnika.*
- **Autorefleksja** – pogłębiony wgląd w swój warsztat pracy, ewaluacja własnej pracy w bezpiecznych warunkach:
 - *Zawsze ważne są dla mnie zewnętrzne "konfrontacje". Samemu pewne rzeczy "umykają". Możliwość zobaczenia własnych działań "innymi oczami" poszerza samorefleksję, co umożliwia poprawę własnej pracy. Również wysłuchanie doświadczeń i wątpliwości innych doradców w ich pracy doradczej – uświadomiło mi konieczność przyjrzenia się własnym zachowaniom, w sytuacjach, które do tej pory nie wzbudzały moich wątpliwości i potrzeby zmiany.*

8d

- **Wsparcie w konkretnych dylematach w ramach prowadzonych sesji** – wsparcie merytoryczne, praktyczne, możliwość innego spojrzenia na prowadzone procesy poradnicze, inspiracja do rozwiązywania pojawiających się problemów lub wątpliwości:
 - *Aktywna możliwość wysłuchiwanie i wspierania innych oraz możliwość uzyskania wsparcia we własnych problemach, trudnościach, dylematach, przeciwnościach, ale również sukcesach i radościach.*
 - *Dzielenie się własnym doświadczeniem, spostrzeżeniami, wątpliwościami pozwala na przeanalizowanie sytuacji „z boku”, czasami na utwierdzenie się w obranej drodze, a innym razem znalezienie dodatkowego kierunku pracy z radzącym się. To cenne źródło rozwoju oraz wsparcia (jego okazania i uzyskania).*
 - *Dla mnie ciekawe były informacje zwrotne, które odnosiły się do porównań z osobistego świata doznań – np. mój proces poradniczy został porównany do tańca, który jest mi bliski, ale też uruchamia we mnie inne myślenie, inny sposób odczuwania prowadzonego procesu, zwłaszcza wtedy, gdy jest trudny, lub nijaki. Dodaje lekkości, uwalnia od „ziemi”, daje nową inspirację – zadowolenie, a nie zmęczenie, czy ciężar /uruchamianie różnych zmysłów/.*
 - *W procesie często pojawiają się trudne, wymagające sytuacje - dzięki superwizji można wentylować własne emocje/doświadczenia w pracy z osobą radzącą się.*
 - *Superwizja jest dla mnie możliwością podzielenia się z innymi na grupie swoimi przemyśleniami i obawami z prowadzonych przeze mnie relacji z klientami, a jednocześnie już przez samo mówienie doradca sobie układa i porządkuje pewne informacje, dochodzi do nowych refleksji i odkryć.*

1 UP. Czy rekomenduje Pan/i udział w tak prowadzonych sesjach doradztwa innym osobom nieaktywnym zawodowo? (proszę podkreślić właściwą odpowiedź TAK lub NIE)



2 UP. Jeśli tak to jak zachęciłby Pan/i innych do udziału w doradztwie?

- Solidny rachunek zysków i strat :) Każdy powinien mieć możliwość samorozwoju i warto z niego korzystać,
- Zachęcam, ponieważ dzięki spotkaniom z doradcą można sobie przypomnieć, rozświecić czy uzmysłwić swoje umiejętności, oczekiwania, mocne i słabe strony,
- Pomaga rozruszać umysłowo kandydata często będącego w stagnacji i poszerzyć spektrum patrzenia na siebie.

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ!

Barbara Górka

barbara.gorka@fundacijaimago.pl