

Wprowadzenie

W przebiegu życia człowiek wielokrotnie staje przed licznymi problemami, dylematami, ważnymi decyzjami podejmowanymi w sytuacji niepewności i ryzyka, zmagając się z wyzwaniami, sytuacjami stresującymi, trudnymi, zdarzeniami krytycznymi, doświadcza sytuacji kryzysowych. Ma to miejsce we wszystkich wymiarach jego biografii – w sferze funkcjonowania rodzinnego, edukacyjnego, zawodowego, w ramach różnych grup odniesienia, w perspektywie całościowej. W wielu z tych sytuacji potrzebuje wsparcia zewnętrznego, by móc przezwyciężyć trudności i radzić sobie z wyzwaniami, osiągać dobrostan.

Najszerza definicja wsparcia społecznego, mająca zakorzenienie w praktyce społecznej, wskazuje, że jest nim pomoc dostępna jednostce w sytuacjach trudnych. Można skupiać się na analizie jego charakteru strukturalnego¹, gdy odnosi się je do obiektywnie istniejących sieci społecznych, w ramach których jednostka funkcjonuje. Są wśród nich naturalne grupy odniesienia – w tym rodzina, grupy rówieśnicze, grupy zawodowe czy instytucje o różnym charakterze – w tym instytucje edukacyjne, organizacje rynku pracy, poradnie różnego typu, instytucje pomocowe, opiekuńcze.

Częściej jednak definiowanie wsparcia społecznego obejmuje jego aspekt funkcjonalny i odnosi się do specyfiki interakcji społecznej, która podejmowana jest w sytuacjach trudnych². W jej ramach dochodzi do wymiany, przekazywania emocji, informacji, instrumentów działania czy określonych dóbr materialnych³, a jej celem jest „ogólne podtrzymanie, zmniejszenie stresu, opanowanie kryzysu przez towarzyszenie, tworzenie poczucia przynależności, bezpieczeństwa i nadziei oraz zbliżenie do rozwiązania problemu i przezwyciężenia trudności”⁴. Dzięki wsparciu społecznemu (zaliczanemu także

¹ H. Sęk, R. Cieślak, *Wsparcie społeczne – sposoby definiowania, rodzaj i źródła wsparcia, wybrane koncepcje teoretyczne*, (w:) *Wsparcie społeczne, stres i zdrowie*, red. H. Sęk, R. Cieślak, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006.

² Tamże.

³ Klasyczna typologia wsparcia społecznego obejmuje właśnie wsparcie emocjonalne, informacyjne, instrumentalne i rzeczowe.

⁴ H. Sęk, R. Cieślak, *Wsparcie społeczne...*, s. 18.

do zasobów jednostki) może ona odkrywać i (re)definiować swoje kolejne zasoby, którymi dysponuje i/lub o nie zabiegać, może efektywniej aktywnie zmagać się z sytuacją trudną.

Wymaga to jednak dostrzeżenia i zaakceptowania potrzeby pomocy (przyznanie przed samym sobą, że się takiej pomocy potrzebuje), gotowości do aktywnego poszukiwania takiego wsparcia (dostrzeganie potencjału pomocowego innych podmiotów), umiejętności jej przyjęcia. Wymaga ponadto zmierzenia się z napięciem wynikającym często z dysonansu między wsparciem spostrzeganym (przeświadczeniem jednostki o jego dostępności i przekonaniem o tym kto, gdzie i jak może go udzielić – świadomość możliwości polegania na innych, liczenia na innych) a rzeczywiście otrzymanym w aspekcie poziomu jego adekwatności i trafności tego wsparcia (otrzymywanie tego co się rzeczywiście potrzebuje, co oceniamy jako autentycznie pomocne).

Wsparcie społeczne w sytuacji stresu doświadczanego w różnych wymiarach życia buforuje zagrożenie patologią, przyczynia się do obniżenia napięcia, ułatwia przewycięzanie trudności, osłabia negatywne skutki stresu⁵.

Każdy z nas potencjalnie może wystąpić w podwójnych rolach – zarówno jako osoba pomocy potrzebująca, poszukująca, jak i aktywnie jej udzielająca, czy to w ramach pełnionej roli zawodowej w kontekście instytucjonalnym, czy to w naturalnej grupie odniesienia. Staje się zatem w biegu swojego życia wielokrotnie osobą wspomaganą i pomagającą. Trajektoria życia rodzinnego, edukacyjnego, zawodowego jednostki i konstruujące ją doświadczenia wpływają na specyfikę – jakość i intensywność sytuacji, w których potencjalnie jednostka potrzebuje (choć niekoniecznie poszukuje) wsparcia i pomocy, wyznaczają też zakres sytuacji, w których występuje w roli osoby pomocy udzielającej.

Nadrzędnym celem wszelkich działań o charakterze pomocowym jest osiągnięcie samodzielności wspomaganego, którego aktywność i zaangażowanie w samopomoc są istotnym warunkiem skutecznego zmagania się z trudnościami. Skuteczność wsparcia społecznego oferowanego jednostkom i grupom jest uzależniona od jego dostosowania do potrzeb wspomaganych, jego trafności w kontekście jakościowym (zgodność z oczekiwanym rodzajem pomocy) i ilościowym (zgodność z oczekiwanym natężeniem aktywności pomocowej). Ocena owej skuteczności warunkowana jest cechami społecznych

⁵ Por.: H. Sęk, *Rola wsparcia społecznego w sytuacji kryzysowej*, (w:) *Oblicza kryzysu psychologicznego i pracy interwencyjnej*, red. D. Kubacka-Jasiecka, A. Lipowska-Teutsch, Wydawnictwo ALL, Kraków 1997; E. Smoktunowicz, R. Cieślak, K. Żukowska, *Pośrednicząca rola wsparcia społecznego w kontekście stresu organizacyjnego oraz zaangażowania w pracę*, „*Studia Psychologiczne*” 51, 2013, z. 4.

sieci udzielających wsparcia, cechami podmiotów wchodzących w interakcje pomocowe, zależy także od złożoności procesów poszukiwania *vs* unikania wsparcia, subiektywnego spostrzegania jego dostępności, od obiektywnych wskaźników wartości otrzymywanego wsparcia i subiektywnej oceny tego komponentu, a także jego rzeczywistego wykorzystywania w radzeniu sobie ze stresem. Przyjęło się pozytywnie wartościować wsparcie społeczne, jest ono w wielu sytuacjach potrzebne, pożądane. Może jednak także prowadzić do uzależnienia od pomocy, wzmacniać niesamodzielność osoby poszukującej wsparcia czy obniżyć poczucie własnej wartości jako osoby nieradzącej sobie z problemami⁶.

Sytuacje obiektywnie nowe, które stają się udziałem wielu ludzi w rzeczywistości naznaczonej powszechną zmianą, potęgują zapotrzebowanie na formalną i niesformalizowaną pomoc, wsparcie, poradnictwo. Uświadamiamy to sobie zwłaszcza w sytuacjach nieprzewidywalnych, do których nie możemy się przygotować, które zaskakują nas skalą i natężeniem przeżywanego stresu. Ale poszukiwanie wsparcia i pomocy jest też niezwykle ważne w sytuacjach stresu codziennego, w sytuacjach funkcjonowania w licznych, często nakładających się, konfliktowych rolach społecznych czy zmagania się z wyzwaniem rzeczywistości społecznej na różnych etapach biograficznych i w ramach zróżnicowanych kręgów podejmowanej aktywności.

Jak zatem pomagać, aby czynić to skutecznie? Jak tę efektywność definiować i mierzyć? Kto, jak i w jakich warunkach winien działania pomocowe podejmować *vs* z nich rezygnować (lub się wycofywać) w celu optymalizowania ich skutków z jednostkowego i społecznego punktu widzenia?

Te pytania zadają sobie teoretycy – zwłaszcza przedstawiciele nauk społecznych, humanistycznych, medycznych, ekonomicznych, ale i praktycy, którym w konkretnych realiach przychodzi pomoc świadczyć, udzielać wsparcia nieformalnego czy w ramach sformalizowanych ról zawodowych owo wsparcie planować, organizować warunki dla jego zaistnienia. Często analizy z tego zakresu mają charakter interdyscyplinarny (zdecydowanie rzadziej transdyscyplinarny). Są one także (a może przede wszystkim) przedmiotem troski praktyków zajmujących się świadczeniem pomocy, wsparcia w różnych kontekstach życia społecznego.

Niniejsza publikacja jest próbą poszukiwania odpowiedzi na postawione powyżej pytania, dodajmy jednak na wstępie próbą podejmowaną przez autorów, którzy nie roszczą sobie pretensji ani do kompletności podejmowanych analiz, ani ich kompleksowego charakteru, gdyż to zadanie niemal

⁶ H. Sęk, R. Cieślak, *Wsparcie społeczne...*; B. Hajduk, E. Hajduk, *O pomocy skutecznej i nieskutecznej*, Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2008.

niewykonalne, a już z pewnością przekraczające ramy tego opracowania. Teoretycy i praktycy zajmujący się różnorodnymi działaniami o charakterze pomocowym spoglądają na zagadnienie z perspektywy własnych szczegółowych zainteresowań teoretycznych, realizowanych badań funkcjonowania jednostek i grup społecznych na płaszczyźnie rodzinnej, edukacyjnej, zawodowej. Czynią to także na podstawie swojego doświadczenia w pracy pomocowej na różnych poziomach społecznego funkcjonowania.

Teksty zawarte w niniejszej monografii odwołują się do procesów poszukiwania, doświadczania, planowania, organizowania, optymalizowania wsparcia adresowanego do jednostek i grup w różnych wymiarach życia społecznego, w wielu perspektywach temporalnych w przebiegu ludzkiej biografii. Mają zróżnicowany charakter, ich autorzy skupiają się na analizach teoretycznych, prezentują wybiórczo wyniki badań, odwołują się do przykładów ze społecznej praktyki, prezentując modele pomocy i wsparcia społecznego w relacjach nieformalnych i instytucjonalnych na poziomie makrospołecznym.

Prezentowanym tekstom nadano następującą strukturę.

W pierwszym bloku tematycznym zaprezentowano teksty odwołujące się do ważnych kategorii teoretycznych analiz procesów pomagania i wsparcia społecznego. Są wśród nich: kategoria „przedporozumienia” zastosowana do instytucjonalizującego się obszaru scalania subdyscyplin społecznych o charakterze kompensacyjno-profilaktycznym, które mogłyby stać się (obok pracy socjalnej) odrębnym filarem kształcenia akademickiego (tekst A. Radziejwicz-Winnickiego), kategoria zasobów i ich roli w osiągnięciu dobrostanu jednostki i udzielaniu wsparcia (tekst A. Cudowskiej), kategoria ekstrawersji jako cechy podmiotów interakcji pomocowych (tekst E. Zierkiewicz), kategoria szczęścia i jego roli w zrównoważonym rozwoju jednostki zmagającej się z wyzwaniem ponowoczesności (tekst R. Tomaszewskiej).

W drugim bloku tematycznym autorzy koncentrują się na problemach rodzin, które z jednej strony wsparcia potrzebują, z drugiej zaś – mogą go udzielać. Wskazano tu na wspieranie przez rodzinę integralnego rozwoju dziecka (tekst B. Matyjas), formy wspierania mężczyzn realizujących się w rolach ojców (tekst A. Dudak), mediacje rodzinne jako formę pomocy tej grupy pierwotnej (tekst J. Rajewskiej de Mezer), „rodzinę wspierającą” jako instrument zaproponowany w polskich rozwiązaniach prawnych w celu świadczenia pomocy innej rodzinie (tekst A. Siemaszko).

Kolejny obszar dociekań teoretyczno-badawczych i praktycznych obejmuje problematykę wspierania jednostek i grup społecznych w procesach edukacyjnych. Przy czym skoncentrowano się tu na wspieraniu nauczyciela i jego roli w relacjach pomocowych (teksty: J. Madalińskiej-Michalak,

R. Wawrzyniak-Beszterdy, A. Kulpy-Puczyńskiej) oraz uczniu/studentcie potrzebującym i poszukującym wsparcia, pomocy i poradnictwa w zróżnicowanych sytuacjach trudnych (teksty: E. Syrek, K. Klimkowskiej, J. Kozielskiej, A. Oleszczyk, A.S. Baranowskiej, M. Kuśpit).

W czwartym z wyszczególnionych pól tematycznych znalazły się rozważania dotyczące wspierania realizowanego w aspekcie zawodowym (profesjonaliści jako osoby wspierające, przedstawiciele różnych grup zawodowych jako osoby wsparcia potrzebujące). Tu skoncentrowano teksty następujących autorów: E. Sarzyńska-Mazurek i W. Wosik-Kawala, R. Bera, K. Nowosad, M. Grochowalska, Ż. Garbacik).

Ostatni blok zagadnień poruszanych w monografii dotyczy szeroko pojętego przeciwdziałania społecznemu wykluczeniu i działaniom pomocowym planowanym i podejmowanym w różnej skali, adresowanym do społeczności lokalnych (tekst B. Kromolickiej), seniorów (tekst M. Grzywacz), grup rówieśniczych (tekst A. Matysiak-Błaszczyk i B. Jankowiak), osób bezdomnych opuszczających jednostki penitencjarne (tekst K. Gucwy-Porębskiej).

Niniejsza monografia stanowi tematyczną kontynuację cyklu prac zainicjowanych w środowisku Zakładu Poradnictwa Społecznego Wydziału Studiów Edukacyjnych UAM w Poznaniu, skoncentrowanych wokół problemów pomagania, wsparcia społecznego, poradnictwa, na których swoje refleksje, badania i doświadczenia skupia szerokie grono teoretyków i praktyków z całego kraju. Znajdują się wśród nich następujące publikacje:

- M. Piorunek (red.), *Pomoc – Wsparcie społeczne – Poradnictwo. Od teorii do praktyki*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2010,
- M. Piorunek (red.), *Poradnictwo. Kolejne przybliżenia*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2011,
- M. Piorunek, J. Kozielska, A. Skowrońska-Pućka (red.), *Rodzina. Młodość. Dziecko. Szkice z teorii i praktyki pomocy psychopedagogicznej i socjalnej*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2013,
- M. Piorunek (red.), *Dymensje poradnictwa i wsparcia społecznego w perspektywie interdyscyplinarnej*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2015,
- J. Kozielska, A. Skowrońska-Pućka (red.), *W kręgu działań pomocowych i poradniczych*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2016,
- M. Piorunek (red.), *Społeczne i jednostkowe konteksty pomocy, wsparcia społecznego i poradnictwa. Koncepcje – Dyskursy – Inspiracje (tom 1)*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2018,
- J. Kozielska, A. Skowrońska-Pućka (red.), *Społeczne i jednostkowe konteksty pomocy, wsparcia społecznego i poradnictwa. Przyczynki empiryczne – Praktyka społeczna (tom 2)*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2018.

Mamy nadzieję, że niniejsza praca z tego cyklu oddawana w ręce czytelnika stanowić będzie inspirację do dalszych dociekań teoretycznych, podejmowania interesujących poznawczo, inter- i transdyscyplinarnych badań, służących deskrypcji i wyjaśnianiu procesów pomocowych. Pokazując przykłady dobrych praktyk w zakresie świadczenia wsparcia społecznego, stanowić będzie także zaczyn szeregu dalszych aktywności w tym obszarze.

Magdalena Piorunek, Joanna Nawój-Połoczańska, Agnieszka Skowrońska-Pućka