

AKCEPTACJA - ZROZUMIENIE

K: (mówiąc bardzo podniesionym tonem) Co wy tutaj sobie myślicie? Że nie mam co robić, tylko tracić czas!

T: Wydaje mi się, że jest Pan zdenerwowany! Ma Pan wiele rzeczy do robienia, a przyjdzie tutaj traktuje Pan jako stratę czasu!

K: Oczywiście, że tak! A Pan na moim miejscu jak by się czuł?

T: Tak więc jest Pan zdenerwowany i pyta się Pan mnie, jak ja bym się czuł na pańskim miejscu!

K: (mówiąc ciszej) No właśnie! No więc co Pan na to powie?

T: Po pierwsze czuję, że przyjdzie tutaj było dla Pan czymś trudnym! Tak więc o doceniam to, że Pan tutaj przyszedł! Po drugie rozumiem, że chce Pan ode mnie usłyszeć poważną odpowiedź na pańskie pytanie! Żeby jednak to zrobić, najpierw potrzebuję wiedzieć więcej o pańskiej sytuacji, aby móc sobie wyobrazić co ja mógłbym czuć na pańskim miejscu! Czy możemy teraz porozmawiać o tym, co takiego się wydarzyło, że Pan tutaj przyszedł?

K: Oczywiście, że chcę być tutaj poważnie traktowany i żeby w końcu ktoś mnie wysłuchał.

JĘZYK

K: Na dodatek żona z rodziną zrobiła ze mnie frajera?

T: Acha! Uważa Pan, że żona z rodziną zrobiła z Pana frajera! To znaczy, że kogo z Pan zrobiła?

K: No mówię przecież, że frajera!

T: No tak - frajera! A kto to jest frajer dla Pana?

K: To taka pierdoła, która w domu nie ma posłuchu ...

T: Więc jest to ktoś kto w domu nie ma posłuchu ... i co jeszcze?

K: To już nie facet właściwie - rodzina robi co się im podoba i olewają jak ja im coś każe! I jak tu się nie wku ...!

T: Czyli uważa Pan, że frajer to ktoś kto w domu nie ma posłuchu ...hmmm i dalej .. to ktoś kogo rodzina robi co jej się podoba i olewa to co się jej każe. I wtedy można mieć wrażenie, że to już nie facet!

K: Tak proszę Pana, tak właśnie jest u mnie!

T: Czy to oznacza, że Pan chce, aby miał Pan w rodzinie posłuch, aby brano Pana zdanie pod uwagę, żeby mógł się Pan czuć jak facet?

K: (kiwa głową)Chyba tak!

UPOWAŻNIENIE

T: Co takiego Panią tutaj sprowadza?

K: Hmm... Sama nie wiem! (milczy) Trudno mi o tym mówić!

T: Trudno Pani o tym mówić!

K: Bardzo trudno, to nie jest takie proste przyjść tutaj!

T: I przyście tutaj nie było takie proste! Biorąc to pod uwagę i pamiętając o tym, że trudno Pani o tym mówić, o czym możemy dziś porozmawiać?

K: Hmm ... zastanawiam się No, wie Pan! Nie wiem co Pan sobie o mnie pomyśli, jeśli bym Panu to powiedziała!

T: Tak! Nad tym się Pani zastanawia, co ja mogę sobie pomyśleć o Pani! Proszę mi powiedzieć co takiego już może Pani powiedzieć o sobie bez tych obaw!

K: To znaczy, żebym powiedziała coś czego się nie wstydzę?

T: Czy jest to możliwe?

K: Chyba tak, ale wolę, aby to Pan się mnie pytał?

T: Ach, tak! W takim razie proszę dać mi znać, gdybym zapytał się o coś o czym jeszcze teraz nie chce Pani mówić!

K: Dobrze!

UNIKALNE FORMY WSPÓŁPRACY

T: Proszę więc proszę Pana o to, aby w nadchodzącym tygodniu postarał się Pan wykonać wobec żony gesty, które potrafił Pan robić jeszcze dwa-trzy lata temu!

K: Pan chyba żartuje! Już teraz ... czy na pewno to jest właściwe w naszej sytuacji?

T: Ma pan wątpliwości, czy na pewno jest to właściwe w waszej sytuacji ...czy to jest coś na "już teraz"?

K: No, właśnie ... nie wiem czy ja to w ogóle jeszcze potrafię i jak ona zareaguje! ...łatwo Panu mówić, jak tu siedzimy...

T: Ach tak! Nie ma Pan pewności ile z tego Pan potrafi i zastanawia się Pan jak zareaguje na to pańska żona!

K: Oczywiście! Sprawy się bardzo ostatnio skomplikowały!

T: W związku z tym mamy się zastanowić nad tym co robić, aby miał Pan co do tego więcej pewności? Poczekajmy, aż będzie miał Pan więcej pewności...

K: Lepiej niech tak będzie!

A KIEDY CHCE SIĘ BYĆ WSZĘDZIE, TYLKO NIE TU...

T: Pani Katarzyno! Co takiego wpłynęło na Panią, że zdecydowała się Pani tutaj przyjść?

K: Och! To wcale nie ja zdecydowałam! To ta wredna sędzina powiedziała, że jak tutaj nie przyjdę to mogą mi odebrać prawa rodzicielskie! Wyobraża Pan sobie?

T: To musiało być dla Pan trudne! Co jednak Panią skłoniło do tego, aby dostosować się do tego co chce sędzina?

K: No wie Pan! Ja nie chcę, aby zabrano mi dzieci!

T: To jest dla Pani ważne, aby dzieci zostały przy Pani! Więc to po to zdecydowała się Pani zrobić to co powiedziała sędzina?

K: No tak, oczywiście! Chyba to normalne, jestem przecież ich matką i są moje!

*****g

T: Skoro uważa Pan, że nie ma powodów do korzystania tutaj z pomocy, to kto wpłynął na Pana, skoro jednak Pan tu jest?

K: To jest moja kuratorka! Doczepiła się do mnie i nie daje mi spokoju! Od pół roku mi gada, co bym tu przyszedł!

T: Jak Pan sądzi, co takiego kuratorka chce osiągnąć wysyłając Pana tutaj?

K: A bo ja wiem! Nie nadążysz Pan za nią!

T: Nie jest Pan tego pewien ... ciężko za nią nadążyć!

K: Coś tam gadała, ale to takie bez ładu i składu ...

T: ???

K: ... coś, żebym się opanował bo mówi, że jestem wyrywny!

T: Ona uważa, że to będzie dobrze, jeśli Pan się bardziej opanuje, bo według niej jest Pan wyrywny?

K: Tak jakoś!

T: A co Pan sądzi o tym, aby się bardziej opanować? Jak Pan może na tym skorzystać?

K: (zastanawia się chwilę) No, Panie! Będzie więcej spokoju i nie będzie się mnie kuratorka czepiać. Ale czasami to ja nie mogę, jak widzę co dzieciaki robią...

T: Jeśli dobrze zrozumiałem, to Pan osobiście nie widzi potrzeby korzystania z konsultacji. Decyduje się Pan jednak na to, aby uniknąć dalszych kłopotów ze strony pomocy społecznej.

Oznacza to w praktyce, że spotkamy się razem wiele razy! Jak Pan sądzi, jak można wykorzystać te spotkania, aby to nie był dla Pana czas stracony?

K: Nie mam za bardzo pojęcia co można tu robić!

T: Proszę się chwilę zastanowić, co takiego chciałby Pan zmienić w swoim życiu, aby mieć z niego jeszcze więcej zadowolenia?

K: Ciężko ...hmm ... może gdybym bardziej zadbał o siebie? ... a może, żebym miał lepszy kontakt z synem?

T: Przychodzi Panu do głowy, że może warto bardziej zadbać o siebie lub też mieć lepszy kontakt z synem?

K: To by było chyba dobrze!

T: Co Pan sądzi o tym, abyśmy czas który Pan tutaj spędzi na konsultacjach poświęcili temu co zrobić, aby bardziej zadbać o siebie i mieć lepszy kontakt z synem, chyba, że pojawią się jeszcze inne pomysły?

K: Jeśli to możliwe, aby to w czymś pomogło, to tak może być!

JEŚLI CHODZI O ZMIANĘ, TO CHODZI O INNYCH...

K: Nie wiem już co mam robić z tym dzieciakiem. Pozostaje chyba tylko bicie i wrzask, bo na nic innego nie reaguje.

T: Sądzi Pani, że oprócz bicia i wrzasku, dziecko na nic już nie reaguje. A co takiego ma się więc zmienić dzięki przyjsciu tutaj?

K: Chcę, żeby mi Pan poradził co takiego ma robić, aby w końcu moje dziecko się zmieniło i przestało tak się zachowywać...

T: Czego konkretnie ma dotyczyć moja porada?

K: Żeby syn przestał bałaganić, głupio się śmiać, żeby już nie popychał i dokuczał młodszemu bratu.

T: Jak już syn nie będzie tego robić, to co takiego będzie robił zamiast tego?]

K: Raczej będzie bardziej dbał o porządek, no i się uspokoi!

T: Ważne jest też żeby się uspokoił, tak? Po czym Pani pozna, że tak się stało, że jest spokojniejszy.

K: Sądzę, że będzie się spokojnie bawił z bratem, zacznie czytać książki ... i ... no i w szkole już nie będzie takich problemów.

T: Co jeszcze będzie innego w zachowaniu syna?

K: Będzie mnie bardziej słuchał i dokładnie posprząta dywany i resztę podłóg, bo do tej pory to trzeba ciągle poprawiać, bo jemu to się strasznie zawsze gdzieś spieszy!

T: Tak więc syn zacznie Pani bardziej słuchać, dokładniej sprzątać, czytać książkę, bawić z bratem, a także w szkole już nie będzie takich problemów! Proszę mi powiedzieć co to zmieni dla Pani, w Pani życiu, w tym co Pani będzie robić?

K: Och, proszę pana ... wtedy to ... hmm ... wtedy to będzie inaczej! To znaczy, nie będę już musiała go uderzyć i wrzeszczeć, i tak się denerwować ... przejmować tym co z niego wyrośnie...

T: I jak już tak nie będzie, co to zmieni, co będzie Pani wtedy robić zamiast tego ...

K: Wtedy to będę mogła go przytulić i powiedzieć dobre słowo ..

T: I co jeszcze?

K: Będzie lepiej między nami... chyba w całym domu się zmieni. Może będzie więcej zabawy i radości ...

T: Uśmiecha się Pani to mówiąc!

K: Bo ja tak o tym tak często myślę, żeby już było inaczej między nami!

T: Czy ja dobrze rozumiem, że ważne dla Pani jest to, aby między Wami było inaczej?

K: Chyba najbardziej z tego wszystkiego!

TEŻ MAM COŚ W TEJ SPRAWIE DO ZROBIENIA...

T: Jakie nadzieje wiąże Pani z dzisiejszym spotkaniem?

K: Wie Pani, chyba ma mi to pomóc w uspokojeniu się!

T: Acha! Chodzi o to, aby to pomogło w uspokojeniu się! Po czym Pani pozna, że się Pani uspokaja?

K:hmm chyba jak będę mniej krzyczeć na dzieci i jak już będę panować nad sobą!

T: Więc będzie więcej opanowania i mniej krzyku, tak?

K: Tak!

T: Czemu to jest takie ważne dla Pani?

K: No wie Pani! Jak tak robię to potem sobie myślę, że jestem złą matką!

Tak się potem źle z tym czuję, że aż nie chce mi się czasami odezwać do innych!

T: Jaką matką chce się Pani więc stawać?

K: Oczywiście, że dobrą!

T: A co takiego jest Pani potrzebne, aby móc tak o sobie myśleć?

K: Proszę Panią! Jak ja zamiast wrzasków staram się spokojnie mówić i więcej tłumaczyć dzieciom! Ale też jak już ich nie wyzywam, jak mam dla nich dobre słowo!

T: Czyli jak będzie Pani częściej spokojnie mówić, więcej dzieciom tłumaczyć i mieć dla nich dobre słowo to pozwoli myśleć o sobie, że postępuje Pani jak dobra matka?

K: Tak sądzę, że tak to wtedy będzie!

T: Proszę sobie wyobrazić, że jesteśmy w przyszłości i radzi sobie Pani z w tych sprawach lepiej niż obecnie?. Co jest inaczej w Pani życiu?

K: Oj proszę Pani! Tak do końca to trudno powiedzieć .. hmm ... chyba będę bardziej szczęśliwa!

T: Bardziej szczęśliwa! I co jeszcze?

K: W końcu będę pewna, że jestem dobrą matką!

T: Co w takim razie będzie Pani robić od rana inaczej, co pozwoli tak o sobie myśleć?

K: Rano będę bardziej uśmiechnięta i spokojna dla dzieci! Spokojnie ich obudzę i zamiast krzyczeć, powiem parę razy, żeby wstały! Och przecież one i tak to robią!

T: Co to zmieni?

K: Chyba nam wszystkim będzie przyjemniej!

T: Co jeszcze będzie inaczej?

K: Tak myślę, że jak oni będą się kłócić to ja albo sobie pomilczę, albo spytam czy mogę jakoś pomóc!

(dalej rozmowa przebiegała w określaniu kolejnych zmian w czasie dnia kiedy jest już lepiej)

T: Proszę mi powiedzieć, kiedy ostatnio była Pani bardziej spokojna i opanowana wobec dzieci?

K: Oj, no ni wiem To było tydzień temu!

T: Proszę mi opowiedzieć, jak to było/

K: Kasia z Wojtkiem strasznie się pokłócili, a ja, wie Pani, tym razem nie krzyczałam!

T: Ach! A co Pani zrobiła zamiast tego?

K: Trochę poczekałam, aż sami się uspokoją i zawołałam ich na rozmowę! Powiedziałam, że mnie to męczy i że mają tak nie robić!

T: Jak taka reakcja pomogła?

K: Przede wszystkim to przynajmniej ja się z nimi nie pokłóciłam! A poza tym, to udało nam się razem dogadać!

T: Jak to było możliwe? Co Pani w tym pomogło?

K: Już wiedziałam, że nie chcę krzyczeć! I tak sobie przypomiinałam, jak sama się czułam, jak mama na mnie krzyczała!