

Życia za nich nie przeżyję

Z coachem Martą Kaźmierczak, prowadzącą w więzieniu w Bydgoszczy-Fordonie autorski program resocjalizacyjny „Coaching w zakładzie karnym” o tym, jak ta niestandardowa metoda wsparcia może zostać wykorzystana w pracy z osobą pozbawioną wolności, rozmawia Elżbieta Szlęzak-Kawa.

Co robi coach* w więzieniu?

– Towarzyszy klientowi przebywającemu w izolacji penitencjarnej w procesie rozwoju i zmiany.

Skąd pomysł na coaching za murami?

– Kiedy zaczęłam się interesować coachingiem jako niestandardową metodą wsparcia klienta w rozwoju osobistym, postanowiłam sprawdzić, czy narzędzia, które wykorzystuję w pracy z klientami na wolności, zadziałają w przypadku osób przebywających w więzieniu.

I zadziałały?

– Tak, jednak okazało się, że cele moich klientów na wolności i klientów osadzonych znacznie się różnią. A różnica polega na tym, że w coachingu

Pracujemy przede wszystkim na mocnych stronach klienta, ale odkrywamy też te słabe

Odpowiednio zadane pytania mają pobudzić klienta do myślenia, ukierunkować na dany cel i optymalizację działań

klient „wolnościowy” ma więcej możliwości realizacji swojego celu i jedynym ograniczeniem może być tylko on sam. W przypadku klientów przebywających w izolacji ograniczeniem są kraty i mentalna klatka, w której od

bardzo dawna się znajdują. Pracujemy intensywnie, bo spotykamy się przez półtora, czasami dwa miesiące raz w tygodniu. Na wolności rzadziej, co 2-3 tygodnie. Klientów w więzieniu widzę tylko podczas programu, na który składa się siedem spotkań, i mam świadomość, że najprawdopodobniej już nigdy ich nie zobaczę. Klienci z wolności mogą po prostu do mnie zadzwonić i przyjść z innym celem.

Nie bała się pani podjąć takiego zadania?

– Boję się tylko rutyny, nie wyzwania. Pierwszy kontakt z zakładem karnym nawiązałam sama – już jako zdobywająca doświadczenie coach – w 2015 r. Szukałam niszy, kierunku, w którym pójść i zastanawiałam się, komu mogę pomóc. Pomyślałam o osobach znajdujących się w izolacji penitencjarnej. I jestem ogromnie wdzięczna fordońskiej jednostce za zaufanie. Funkcjonariusze zaryzykowali i wpuścili kobietę-coacha na swój teren. Pozwolili mi działać, choć przysłałam z innowacyjnym programem, który wcale nie musiał się sprawdzić. I tak już przechodzę piąty rok.

Czyli program się sprawdził.

– Tak, a ja podczas prowadzenia sesji pracuję z uważnością i zaangażowaniem. Owszem, obawiam się jakiejś nieprzewidzianej sytuacji, która podczas pracy w procesie coachingowym dociera do klientów zza muru (śmierć matki osadzonego, odejście konkubiny itp.). I wiem, że oni mogą na te zdarzenia bardzo różnie zareagować. Trzeba ich wtedy wesprzeć. Zwykle pytam: czego dzisiaj potrzebujesz? I jeden powie, że chce pracować nad celem, a drugi – pomil-



czeń. Podczas sesji z coachem mogą być sobą. Mogą się otworzyć i zaufać. Skupić się na celu.

Jaki cel najczęściej im przyświeca?

– Zawsze pozytywny. Każdy wybiera swój cel główny (na proces) i cel na sesję, który osadzeni nazywają częstokowym. Głównym może być na przykład chęć poprawienia albo nawiązania relacji z rodziną. I w trakcie kolejnych spotkań pracujemy nad różnymi celami częściowymi, które umożliwią realizację tego głównego. Klient zastanawia się, z kim – w oparciu o realne warunki, w jakich się znajduje – mógłby te relacje nawiązać, i w jaki sposób może to zrobić. Na końcu programu ocenia, na ile zrealizował swój cel.

Można go osiągnąć w ciągu siedmiu sesji?

– Tak, jeśli klient ma motywację. A moi klienci są w izolacji, w zakładzie karnym typu zamkniętego. Mają czas, by czytać książki o rozwoju osobistym, pracować samodzielnie nad zmianą, planować ją i wdrażać. I rzeczywiście to robią.

Jak im się udaje realizować cele w zamknięciu?

– Coaching polega na tym, że za pomocą pytań, które zadaje klientowi na podstawie tego, co on mówi, ►



► towarzyszę mu w procesie zmiany. Odpowiednio zadane pytania mają pobudzić klienta do myślenia, ukierunkować na dany cel i optymalizację działań. Nigdy nie wychodzę od tego, że czegoś się nie da. Jestem od działania, a nie od problemu. Klient posiada zasoby, dzięki którym realizuje swój cel, ponosząc za to odpowiedzialność. Ja za niego życia nie przeżyję, wyroku nie skrócę, a sytuacji rodzinnej nie naprawię. Sesja coachinowa jest tak naprawdę jego ciężką pracą. Tłumaczę, że coaching to nie

*Klient doszedł do wniosku,
że jego agresywna
postawa nie będzie
sprzyjała realizacji celu,
więc się zmienił*

terapia, a ja nie jestem psychologiem. Osadzeni nie są dla mnie więźniami, tylko klientami. I często to wystarczy, żeby zaczęli się otwierać i mówić, co jest dla nich ważne, żeby określili swój cel, wypowiedzieli go głośno i usłyszeli. Towarzyszą temu różne reakcje. To praca na żywym organizmie. Poprzez pytania dotykamy ich prawdziwych problemów, „rozkładamy” człowieka na czynniki pierwsze, dotykamy tego, co w nim jest, wszystkich sfer, którymi się nie zajmował, a potem musimy go na nowo „poskła-

dać”. Pracujemy przede wszystkim na mocnych stronach klienta, ale odkrywamy też te słabe. Często dochodzi on do wniosku, że w swoim życiu wielokrotnie powiełał czyjeś schematy i pozbawiał się własnych emocji. I bywa, że po takiej rozmowie widzi, co się w jego życiu zadziało, czego w nim zabrakło. Chce działać, pra-

cować nad celem i mam dowody, że to robi! A ja doceniam, że na spotkaniu jest ze mną szczery i zaangażowany. Przyznam, że czasem bywa bardzo ciężko i emocjonująco.

To na pewno jest dla pani obciążające.

– Tak, ale wynika właśnie z tego, że uczestniczę w tych procesach z olbrzy-



Widać efekty

Chor. Sylwia Różycka, mł. wychowawca działu penitencjarnego w Zakładzie Karnym w Bydgoszczy-Fordonie:

– W styczniu rozpoczęliśmy już 10. edycję programu „Coaching w Zakładzie Karnym”. Zazwyczaj trwa on ok. miesiąca i składa się z siedmiu niemal godzinnych spotkań coacha ze skazanym. Od początku 2016 r. ukończyło go niemal pół setki osadzonych. Chętnych do udziału w programie jest wielu. W tej chwili sami skazani rekomendują go sobie nawzajem. Rozmawiam z każdym indywidualnie. Podkreślam, że praca nad zmianą będzie budowana w oparciu o zasoby, a nie deficyty. Osadzeni doceniają to, że zajęcia prowadzi osoba z zewnątrz, profesjonalny coach. A cel, nad jakim będą pracować, nie będzie im narzucony z góry, tylko wyznaczą go

sami we współpracy z prowadzącą. Podoba im się to, że zajęcia są prowadzone jeden na jeden, jako sesja indywidualna i mają pełną uwagę coacha tylko dla siebie. Po zakończeniu każdej edycji uczestnicy podkreślają, że dzięki temu programowi zrozumieli, w jaki sposób to, co robią, wpływa na to, gdzie są. Zaczynają brać odpowiedzialność za swoje życie, inaczej postrzegać siebie, swoją rolę i zachowanie. Coaching zwiększa ich motywację wewnętrzną. Żałują, że program trwa tak krótko, ale my i tak widzimy korzystne zmiany. Przyznają, że nadzorowanie tego programu wspólnie z kierownikiem Makowskim i współpracą z panią Martą, daje mi ogromną satysfakcję z pracy, bo po prostu widać efekty naszych oddziaływań.

Elżbieta Szlęzak-Kawa

Im pomóc, nam ulżyć

Mjr Paweł Makowski, kierownik działu penitencjarnego w fordońskiej jednostce:

– Więzienie to środowisko, w którym osadzeni doskonale wiedzą, co zrobić, żeby dostać przepustkę, nagrodę, warunkowe przedterminowe zwolnienie czy „awans” do zakładu półotwartego. I zasadniczo zdają sobie sprawę z tego, że by coś uzyskać, muszą ukończyć konkretny program albo pójść na terapię. A coaching nie daje im takiej bezpośredniej gratyfikacji. Nie mogą dzięki niemu uzyskać korzyści w życiu więziennym, więc chcąc uczestniczyć w programie nie działają instrumentalnie. Poprzez coaching „nagroda” jest oddalona, ale skutkuje zmianą nastawienia, postawy i zachowania osadzonego. To z biegiem czasu zapewne i jemu przyniesie zamierzony efekt, ale nie od razu. Mimo to informacje o programie roznoszą się wśród osadzonych pocztą pantoflową i wielu chce w nim wziąć udział. Sprzyja temu zapewne też to, że pani Marta jest osobą o wysokich kwalifikacjach, a podczas spotkań skazany nie jest dla niej więźniem tylko

klientem, a jego kontakty z coachem są partnerskie i mocno indywidualne. Jestem przekonany, że w żadnym innym programie resocjalizacyjnym nie ma tak otwartych i szczerych relacji, jak właśnie w coachingu.

Program kierujemy do różnych grup osadzonych, do skazanych „krótkoterminowych” i z dożywotnimi wyrokami, do mających problemy z nawiązywaniem relacji interpersonalnych i do trudnych wychowawczo, a także do zagrożonych samobójstwem. Sami typujemy tych, wobec których warto zastosować te oddziaływania. Nie wybieram ich sam, ale na odprawach słucham głosu wychowawców, z którym z osadzonych warto byłoby ten program przeprowadzić, żeby danemu człowiekowi pomóc, a nam w naszej pracy ulżyć.

Objęliśmy na przykład programem jednego z naszych najtrudniejszych skazanych: zagrożenie samobójstwem, akty agresji, problemy interpersonalne. Ze względów bezpieczeństwa dział ochrony nie chciał się

zgodzić na bezpośredni kontakt skazanego z prowadzącą zajęcia. Dlatego też kilka pierwszych spotkań odbyło się przez pleksi i za pośrednictwem telefonu. Pani Marta świetnie sobie poradziła i ostatnia jej rozmowa z osadzonym odbyła się przy stole. Nie było już obaw, że skazany może być agresywny wobec prowadzącej. W tym przypadku oddziaływania były wręcz mierzalne. Zmianę w zachowaniu osadzonego widać było nie tylko w trakcie, ale również po całym procesie coachingowym. Zaczął funkcjonować we właściwym porządku więziennym. Uważamy, że program się sprawdził, natomiast nie możemy przedstawić jego długofalowych efektów, bo niektórzy z uczestników wychodzą przecież na wolność i nie wiemy, co się z nimi dzieje.



Elżbieta Szlęzak-Kawa

mim zaangażowaniem. Jestem maksymalnie skupiona, bardzo uważna. Po sesji mam poczucie, że zrobiłam kawał dobrej roboty, ale wiem też, że muszę odreagować, w czym pomaga mi superwizor i... rower.

Do programu są kwalifikowane tzw. ciężkie przypadki: skazani za zabójstwa, członkowie grup zorganizowanych, osadzeni zagrożeni samobójstwem, agresywni, roszczeniowi. Jak pani to robi, że każdego z nich umie przekonać do pracy nad sobą?

– Nie ukrywam, że w fordońskiej jednostce zostałam rzucona na głęboką wodę i stopień trudności klienta jest imponujący. Poświęcam im czas i całą swoją uwagę. Szanuję ich, nie traktuję jak przestępców, tylko lu-

dzi, którzy zblądzili, co jest składową wielu trudnych wyborów. Z każdą sesją utwierdzam się w przekonaniu, że mam w sobie coś, co osadzeni doceniają, i co pozwala się im otworzyć. Uważam, że to dar.

Kto był pani najtrudniejszym klientem?

– Osadzony, z którym pracowałam oddzielona pleksi. Porozumiewaliśmy się przez telefon. Dział ochrony uznał za zbyt ryzykowne, żeby spotkania odbywały się *face to face*. I przez sześć sesji rzeczywiście tak było. W tym czasie klient się otworzył i zaczął naprawiać. Doszedł do wniosku, że jego agresywna postawa, którą dotąd prezentował, nie będzie sprzyjała realizacji jego celu, więc się zmienił. Do tego stopnia, że

ostatnie spotkanie odbyło się bez pleksi. Zmiana jego postawy i zachowania utrzymała się, co mnie cieszy. Sukces klienta w więzieniu to składowa wielu czynników, w tym osób, które czuwają nad bezpieczeństwem i sprawną realizacją projektu.

Nad jakim celem pracował?

– Nie mogę zdradzić. Najważniejsze, że zmienił swoje życie.

zdjęcia **Piotr Kochański,**
Daniel Guzman,
archiwum jednostki

*** Coach to osoba, która towarzyszy swojemu klientowi w procesie rozwoju i zmiany, pomaga mu odkryć właściwą drogę do celu.**

Marta Kaźmierczak, trener z ponad 14-letnim doświadczeniem, szkoleniowiec, akredytowany coach ACC ICF (life coaching, team coaching, business coaching, job-coaching), autorka szkoleń z zakresu kompetencji miękkich, stworzonych w oparciu o indywidualne potrzeby klientów, wykładowca akademicki Uniwersytetu Humanistycznospołecznego SWPS w Warszawie i Wyższej Szkoły Bankowej w Toruniu, specjalistka z zakresu pracy z więźniami długoterminowymi, a także izolowanymi ze względu na szczególne środki bezpieczeństwa, doradca zawodowy w projektach aktywizacji zawodowej osadzonych, pomysłodawczyni wizyt studyjnych w Zakładzie Karnym w Bydgoszczy-Fordonie dla młodzieży z Zespołu Szkół Samochodowych w Bydgoszczy.