

## TOVARIŠKA TERAPIJA

G. Goodman: *Companionship Therapy*, Jossey Bass Inc., San Francisco,  
Washington, London, 1972

Projekt tovariške terapije, ki ga predstavlja Goodman, je za nas zanimiv predvsem zato, ker prihaja Goodman v svoji raziskavi do nekaterih zaključkov, katerih poznavanje je koristno za razvijanje nadaljnjih modelov prostovoljnega dela in pomeni doprinos k teoriji prostovoljnega dela nasploh.

Goodman v svoji knjigi opisuje eksperiment, v katerem so študentje kot plačani (vendar je bilo plačilo bistveno nižje od običajno plačanih del) nepoklicni delavci opravljali tovariško terapijo z dečki, ki so imeli psihosocialne težave. Spremembe, ugotovljene pri dečkih, ki so bili vključeni v takšno tovariško "terapevtsko" obravnavo (N = 88), je primerjal s spremembami pri otrocih, ki take obravnave niso bili deležni (N = 74). Skupini sta bili izenačeni po parih. Vsi dečki, zajeti v raziskavo, so bili učenci petega ali šestega razreda Berkeleyeve šole in so predstavljali 15 % najbolj težavnih dečkov iz populacije. Izločeni so bili le klinični primeri, ki so imeli težje vedenjske ali organske motnje. Dečki so bili izbrani v vzorec na osnovi opisov, dobjenih od staršev, ter ocen s strani učiteljev in staršev. Na splošno bi lahko rekli, da so bili to čustveno moteni dečki zmerne težavnosti. V primerjavi z vrstniki so po ocenah sošolcev in učiteljev kazali več znakov osamljenosti, nenavadnosti, želje po pozornosti in so bili manj simpatični. Starši so jih opisali kot težko vodljive, željne pozornosti, moteče, nezadovoljne in brez prijateljev. Večina dečkov je bila v desetem ali enajstem letu starosti, tretjina jih je izhajala iz razprtih družin, tri četrtine je bilo belcev, 27 % črncev in ostalo orientalsci.

Eksperiment je potekal dve leti, vsako leto so potrebovali 50 svetovalcev. Iska-

li so jih s pomočjo oglasa v univerzitetnem časopisu, ki je ponujal 1,40 dolarja na uro; zaposlitev bi bila za šest do devet ur tedensko, za prijavljene svetovalce je bil organiziran brezplačni program usposabljanja. Vsakih se jih je prijavilo preko 100, zato je bila potrebna sistematična selekcija, saj na splošno za vse projekte, ki se poslužujejo nepoklicnih delavcev, velja, da je za terapevtski učinek bolj kot program usposabljanja pomembna prav ustrezna selekcija. Goodmanova predpostavka je, da je terapevtska zmožnost v takih projektih bolj stvar naravnega talenta ali medosebne občutljivosti kot pa spretnosti, naučenih preko izobraževalnega programa. Rezultati raziskave potrjujejo njegovo domnevo, saj se je izkazalo, da je eden najpomembnejših pozitivnih prediktorjev za terapevtski učinek prav osebnostna karakteristika nepoklicnega delavca, medtem ko ima sodelovanje v programu usposabljanja le manjšo napovedno vrednost.

#### **Izbor, strokovno vodenje in usposabljanje prostovoljnih delavcev:**

Zaradi možnosti selekcije so razvili kompliciran postopek skupinskega ocenjevanja medosebnih lastnosti (GAIT - Group Assessment of Interpersonal Traits), v katerem so ocenjevali udeleženci skupine drug drugega, vse udeležence pa so ocenjevali tudi trije poklicni ocenjevalci.

Izbrani študentje so bili nato razdeljeni v dve skupini glede na dimenzijo "zadržan - navzven usmerjen" (Quiet - outgoing), vsaka od teh skupin pa še dodatno na dve skupini: ena skupina se je udeležila le skupnega usposabljanja pred pričetkom praktičnega dela, druga skupina pa je imela trening tudi med akcijo. Tudi dečki so bili razdeljeni v dve skupini glede na dimenzijo "zadržan - navzven usmerjen", vendar je pri njih predstavljala ta karakteristika kvaliteto njihovih medosebnih težav. Vsi dečki so bili nato razporejeni v pare, ki so bili izenačeni glede na zadržano oz. navzven usmerjeno vedenje, resnost težavnosti, raso, socialno ekonomski status in popolnost družine. Nekatere druge pomembne značilnosti pa so bile izenačene že prej. En deček iz vsakega izenačenega para je bil nato naključno izbran v skupino udeležencev tovarništva, drugi pa v kontrolno skupino.

Dečke in študente so potem združili tako, da so dobili štiri skupine parov:

zadržan deček - zadržan svetovalec,  
zadržan deček - navzven usmerjen svetovalec,  
navzven usmerjen deček - zadržan svetovalec in  
navzven usmerjen deček - navzven usmerjen svetovalec.

Vsak deček je imel torej svojega tovariša terapevta, ki je delal z njim v raznih nestrukturiranih interakcijah (pri otroku na domu, na igrišču in drugje, kjer se otrok giblje). Aktivnost je ponavadi izbral otrok in je zajemala pogovore, sprehode, izlete, ukvarjanje s konjički, gledanje TV, poslušanje glasbe itd. Ko je tovariški odnos dozorel, so se otroci pogosteje pogovarjali s svojimi tovariši tudi o osebnem doživljanju in problemih.

Vsi svetovalci so se udeležili uvodnega srečanja, ki je za polovico študentov predstavljal pravzaprav že velik del usposabljanja, ki ga je bil v celoti deležen. Navodila, ki so jih na tem srečanju dobili, so bila dovolj kratka in enostavna, da so bila lahko zapisana na enem listu papirja.

Med drugim so navodila vsebovala naslednje:

- Zaželeno je, da se vzdržuje zlasti odnos v paru, zato je bolje, da se izogibaš vključevanja tretje osebe, razen kadar so za to posebni razlogi.
- Ne uporabljalj "strategije" in ne skušaj "obravnavati" otroka ali mu ponujati razlage za njegove čustvene težave in skrbi. Ne pozabi, da nisi profesionalni delavec, zato bodi kolikor moreš pošten do sebe in dečka. Menimo, da je tvoja osebnost tvoj najboljši pripomoček.
- Videvaj se z dečkom dva do trikrat tedensko. Srečanja naj ne bodo krajša od ene ure in daljša od štirih ur. Hkrati skušaj biti z dečkom vsega skupaj najmanj štiri in največ osem ur na teden.

	minimum	maksimum
obiski na teden	2	3
ure na teden	4	8
ure na obisk	1	4

- Želimo, da bi bili vajini odnosi čimbolj prijetni, zato nas pokliči, kadarkoli boš zašel v težave, imel kakšne skrbi ali pa bil preprosto radoveden. Ne bomo imeli pripravljenega odgovora, bomo pa delali s teboj v smeri rešitve.

Ker je bila samo polovica študentov določena za obiskovanje tedenskih skupinskih treningov, je bila orientacija, podana v uvodnem sestanku, pomemben element pri usmerjanju vedenja svetovalcev. Vsi svetovalci so se poleg uvodnega sestanka udeležili tudi programiranega treninga o medosebnih odnosih.

Tista polovica, ki se je udeleževala tudi nadaljnega usposabljanja, je imela tedenska srečanja, ki so bila namenjena vzgoji za medosebne odnose (vendar so bila hkrati tudi sredstvo, preko katerega se je lahko nadzorovalo in spremljalo napredek družabništva). Večina srečanj je bila nestrukturiranih in je sledila modelu senzitivnega treninga.

Delovanje družabništev so spremljali tudi preko Poročil o obisku, ki so jih izpolnjevali študentje po vsakem srečanju z dečkom. Poročilo je vsebovalo različne ocenjevalne lestvice, s pomočjo katerih so se zbirale podrobnosti o vsakem obisku.

Vzporedno s supervizijskimi srečanji so potekali tudi individualni stiki študentov z osebjem projekta. Pobuda je lahko prišla s strani študentov ali pa poklicnega delavca, ki je spremljal delo posameznega študenta, oziroma s strani tistih strokovnih delavcev, ki so vodili supervizijsko skupino.

#### **Rezultati:**

Glavne ugotovitve, veljavne za celotno skupino otrok, ki so bili vključeni v tovariško terapijo, so sledeče:

1. Rezultati, dobljeni preko ocen sošolcev in učiteljev, nakazujejo, da je večina dečkov nekoliko napredovala, ne glede na to, ali so bili deležni tovariške terapije ali ne.
2. Ob zaključku tovariške pomoči je 95 % dečkov, ki so pomoč prejeli menilo, da je tovarštvo pomembno vplivalo nanje. Najpogosteje so navajali spremembe na področju izboljšanja medosebnih odnosov, socialnega zavedanja, mnenja o samem sebi in pridobivanja raznih spretnosti. Tako je več kot polovica dečkov menila, da so izboljšali socialne odnose z odras-

limi; skoraj 70 % dečkov je izboljšalo odnose z vrstniki. V zvezi z znanjem in spretnostmi, ki so jih pridobili, je 30 % udeleženih dečkov omenilo socialno komunikacijo, 21 % jih je opisalo gibalne spretnosti in prav toliko nekatera teoretična znanja.

3. Tudi po ocenah staršev sta obe skupini pokazali nekoliko izboljšanja v šolskem vedenju in delu pri odnosih z vrstniki in v zvezi z mnenjem o samem sebi. Vendar so pridobili dečki iz eksperimentalne skupine bistveno več od dečkov iz kontrolne skupine na dveh področjih:

- pri zmanjšanju prisotnih težav (izboljšanje glede tega se je pokazalo kar pri 91 % dečkov, udeleženih pri tovariški terapiji in le pri 61 % dečkov iz kontrolne skupine; prisotne težave so se povečale kar pri 28 % dečkov iz kontrolne skupine in le pri 3 % dečkov, ki so bili udeleženi pri tovariški terapiji);
- pri razvijanju sposobnosti "shajanja z drugimi" (izboljšanje je bilo ugotovljeno pri treh četrtinah udeleženih dečkov in le pri manj kot polovici neudeleženih).

Goodman je mnenja, da rezultati, dobljeni pri celotni skupini dečkov iz eksperimentalne in kontrolne skupine, ne pokažejo dovolj realno učinkov tovariške pomoči. Razlogi zato so po njegovem mnenju naslednji: vključevanje otrok iz kontrolne skupine v nekatere druge terapevtske aktivnosti; maskiranje učinkov z nasprotnimi učinki v nekaterih podskupinah ali pa z nespremenjenim stanjem pri večini udeležencev; starši dečkov iz kontrolne skupine so lahko zaradi prizadetosti v zvezi z odklonjenostjo svojega otroka za tovariško terapijo prikazovali spremembe pri otroku drugače, kot bi jih sicer; minimalen in zato težje merljiv vpliv na nekatere udeležence; nekateri splošni procesi spreminjanja so postali očitni šele po dveh letih sledenja.

Vendar pa so imeli vsi ti faktorji manjšo moč v primerjavi s pomembnimi pridobitvami, ki so bile ugotovljene znotraj nekaterih uspešnih podskupin. Izkazalo se je namreč, da tovariška pomoč, ki so je bili deležni dečki, ni učinkovala na vse enako, temveč so bili učinki odvisni od mnogih faktorjev. Goodman meni, da je zato potrebno biti pri organiziranju in vodenju pozoren na štiri kategorije teh dejavnikov, ker vsebujejo pomembno napovedno vrednost uspešnosti

tovariški pomoči. Te štiri kategorije so:

1. Lik svetovalca:

Ugotovljeno je bilo, da bolj kot trening vplivajo na "terapevtsko" zmožnost nekatere osebne karakteristike svetovalcev. Kot najboljši pozitivni prediktor svetovalca se je pokazala njegova "usmerjenost navzven", ki zajema naslednji sklop svetovalčevih karakteristik: velika asertivnost (sposobnost uveljavljanja), čustvena odzivnost, zmožnost empatije (vživetja), sprejemanja in topline, odkrit in samozavesten odnos z vrstniki, dojemanje človekove nravi kot kompleksne in spremenljive, sodelovanje v mnogih izvenšolskih aktivnostih, veliko zaupanje v uspešnost terapije, opažanje mnogih podobnosti med seboj in dečkom, vključenim v terapijo itd.

2. Zveza svetovalec - otrok:

- Medrasni faktor se je pokazal kot pomemben napovedni faktor. Črnski otroci so v raziskavi pridobili s tovariško pomočjo več od ostalih (vsi so imeli bele svetovalce). Iz podrobnejše analize Poročil o obisku je bilo razvidno, da so imeli v takšnih zvezah že zelo zgodaj, v začetku odnosa dečki in svetovalci nekaj pomembnih pogovorov, ki so poglobljali njihovo medsebojno razumevanje. Vzrok za take pogovore je bila večja pozornost, ki je je bil tak par deležen s strani okolice.
- Glede na dimenzijo "zadržan - navzven usmerjen" se je pokazal kot najuspešnejši par zveza med navzven usmerjenim svetovalcem in zadržanim dečkom. Tudi navzven usmerjen svetovalec z navzven usmerjenim dečkom je bila uspešna kombinacija, medtem ko je bila precej manj uspešna zveza zadržanega svetovalca z navzven usmerjenim dečkom. Kombinacija, kjer sta bila oba (deček in svetovalec) zadržana, pa je bila bolj vir nezadovoljstva kot napredka.

3. Značilnosti dečka:

Kot najbolj koristna v terapevtskem smislu se je pokazala tovariška pomoč za "zadržane" dečke (introvertirani, osamljeni, zatajevani in depresivni) in tiste, ki so bili težje moteni (približno zgornjih 3 % populacije oziroma zgornja četrtina primerov iz vzorca).

#### 4. Proces tovariške pomoči:

Kot najbolj učinkoviti so se pokazali dolgi in redkejši obiski ( $x = 3,4$  ure po 2-krat tedensko; včasih so se svetovalci zadržali na obisku celo pet ali šest ur).

Značilnosti obiskov, ki so se pokazale kot pozitivni prediktor, zlasti za zadovoljivo napredek v začetku odnosa, so bile še:

- deljenje obroka hrane med dečkom in svetovalcem,
- redko obiskovanje filmskih predstav,
- malo porabljenega denarja,
- pogoste avtomobilske ali kolesarske dirke,
- razgovori o spretnostih, ki jih obvlada svetovalec,
- pogovori o dečkovi materi in dečkovi vlogi v družini,
- redki pogovori o dečkovem očetu ali svetovalčevi materi,
- razgovori o pravih projekta, omejeni le na začetne obiske,
- svetovalčevi opisi posameznih obiskov kot nezahtevnih, udobnih, toplih in sproščeni, vendar redko opisovanja mirnih interakcij.

Glede tega, kako je delovalo sodelovanje v projektu Tovariške terapije na študente, Goodman ugotavlja, da so bili vsi učinki pozitivni (tako učinki tovariškega odnosa kot tudi skupinskega treninga, ki so ga bili v okviru projekta študentje deležni). Primerjal je spremembe pri skupini študentov, ki so sodelovali v tovariški pomoči, s spremembami, ki so nastopile v kontrolni skupini študentov (izenačenih po socialno-ekonomskem statusu, starosti, sociometričnem statusu, zadržanem oziroma navzven usmerjenem delovanju, motivaciji in izraženih ciljih).

Pri nepoklicnih delavcih, torej pri študentih, ki so sodelovali v projektu tovariške terapije, je opazil v primerjavi s kontrolno skupino naslednje spremembe:

- Na področju interesov so pokazali nepoklicni delavci močan porast zanimanja za vedenje otrok, za delo z motenimi ljudmi in za svoje lastno vedenje.
- Nepoklicni delavci so zaznavali sami sebe kot bolj napadalne, rabili so več avtonomije, več sprememb in manj nadzora.
- Opisi samih sebe so postali pri nepoklicnih delavcih bolj kritični in manj

obrambni,

- Zadržani nepoklicni delavci so postali odprti; izboljšali so sposobnost uveljavljanja.
- Skupinski trening je izboljšal pri nepoklicnih delavcih splošno poznavanje samega sebe in povečal njihovo nadaljnje zanimanje za lastno socialno vedenje in za področje svojega študija, vendar pa je zmanjšal kvaliteto njihovega šolskega dela. Nepoklicni delavci so tudi razvili svoje sposobnosti načrtovanja socialnih odnosov.
- Nepoklicni delavci, ki so delali s težje motenimi dečki so v primerjavi z ostalimi izboljšali sposobnost uveljavljanja.
- Tisti, ki so delali s črnskimi dečki, so povečali svoje zanimanje za medrasne odnose in za črnsko kulturo.

Sonja Žorga