

Założenia metodyczne do warsztatów programu Akademia Dorosłości

Proponowane przy realizacji zajęć podejście metodyczne może być określone jako „proces z elementami warsztatu”. Podejście „czysto procesualne” zakłada, że wszystko, co dzieje się w trakcie spotkania grupowego, jest wnoszone przez członków grupy, zaś prowadzący spotkanie ogranicza się jedynie do ułatwiania procesu komunikacji, zarówno intrapsychicznej, jak też interpersonalnej, używając takich narzędzi jak pytania otwarte, parafraza, klaryfikacja czy informacja zwrotna. Zasadniczo nie wnosi jednak „tematów z zewnątrz” – tematami są rzeczywiste, osobiste problemy, odczucia, spostrzeżenia i emocje uczestników, zarówno te, które przynoszą oni „z zewnątrz”, jak i te, które pojawiają się w trakcie samego spotkania.

Z kolei podejście „warsztatowe”, zwłaszcza oparte o gotowe tematy i scenariusze zajęć, oznacza właśnie propozycję konkretnych tematów, a także formy zajęć, wcześniej opracowanych i przeznaczonych do zaznajomienia z nimi uczestników – tyle, że nie w formie „klasycznej”, wykładowej, lecz z ich aktywnym udziałem. Jednakże ów aktywny udział („metoda aktywna”) jest jedynie bardziej skuteczną formą przyswajania wiedzy, bądź wiedzy i umiejętności. Niemniej jednak tym, co różni oba podejścia, jest źródło informacji – w pierwszym podejściu są nim uczestnicy, w drugim – prowadzący (wraz z przygotowanymi wcześniej materiałami).

Oczywiście wskazane jest – a nawet wręcz konieczne – aby także w podejściu warsztatowym (o ile ma to być rzeczywisty „warsztat”, a nie akcja terrorystyczna) prowadzący uwzględniał w każdym momencie zajęć stan gotowości, motywację – i odwrotnie: opór i brak motywacji – uczestników. Konkretnie oznacza to elastyczność prowadzącego i gotowość do odstępstw od z góry założonego planu na rzecz propozycji i tematów alternatywnych, a nawet rezygnację ze z góry założonego planu na rzecz innych, bieżących potrzeb, choćby na rzecz analizy oporu czy innych przeszkód.

Przenikanie się warsztatów i procesu grupowego

W takich przypadkach w „warsztaty” wkraczają elementy „procesu”. Czy jest ich więcej, czy mniej – to kwestia bądź to przyjętej formuły, bądź konieczności, bądź osobistych poglądów prowadzącego.

Tak czy inaczej wzajemne przenikanie się „warsztatów i „procesu” – propozycji z góry zaplanowanych z nieplanowanymi i spontanicznymi, naturalnymi zachowaniami uczestników – bywa bardziej korzystne, bo jest bliższe całemu spektrum realnych potrzeb grupy, niż sztywne trzymanie się z góry założonego planu, adresowanego tylko do niektórych i to domniemych (choć prawdopodobnych) potrzeb uczestników.

Niewątpliwie służy to też większemu poczuciu **autentyczności wydarzeń w grupie**, poczuciu **współautorstwa**, a tym samym większemu **zaangażowaniu uczestników** w te wydarzenia. W dalszej kolejności prowadzi to zaś do lepszych i trwalszych efektów. Większy stopień „dopuszczania do głosu” uczestników, ich decydowania i wywierania wpływu na

wydarzenia w grupie jest też sam w sobie doskonałym ćwiczeniem **samodzielności i podmiotowości uczestników**.

Tak więc łączenie „procesu” i „warsztatów” wydaje się mieć więcej zalet niż dogmatyczne trzymanie się planu warsztatów, co w skrajnych przypadkach (albo przynajmniej w niektórych momentach zajęć) może wchodzić wręcz w kolizję z potrzebami uczestników, a tym samym być przez nich odbierane jako presja albo nawet rodzaj emocjonalnej przemocy – wraz z dalszymi, negatywnymi konsekwencjami.

Z drugiej strony takie łączenie podejść może też chronić przed niektórymi trudnymi sytuacjami, a nawet niebezpieczeństwami, mogącymi pojawiać się w trakcie „czystego procesu”, takimi jak pasywność, brak komunikacji czy opór uczestników. Jakkolwiek bowiem takie zjawiska nie są niczym nadzwyczajnym przy nastawieniu terapeutycznym, to inaczej ma się rzecz przy nastawieniu psychoedukacyjnym, szkoleniowym czy rozwojowym. Uczestnicy grup nastawionych na psychoedukację, nie zaś psychoterapię, mogą trudno znosić zbyt głębokie wchodzenie w problemy osobiste – przynajmniej na danym etapie rozwoju grupy, poczucia bezpieczeństwa i poziomu zaufania. W takich przypadkach pomocne jest posiadanie przez prowadzącego pomysłów na to, jak wykorzystać daną sytuację dla celów psychoedukacyjnych, niekoniecznie zaś liczyć na rozwiązywanie poprzez głęboki kryzys. Dlaczego?

Po pierwsze, nie każdy prowadzący – psychoedukator czy trener – posiada jednocześnie kompetencje psychoterapeutyczne, dzięki którym rzeczywiście udałoby mu się grupę przez taki kryzys przeprowadzić. Po drugie, nawet jeśli by je posiadał, to i tak nie oznaczałoby to, że każdy moment jest dobry na szczęśliwe przebrnięcie kryzysu. Nawet psychoterapeuta w grupie czysto terapeutycznej potrzebuje czasem spowalniać naturalny proces poprzez propozycje i aktywność „łżejszego kalibru”, dopóki poszczególni członkowie grupy nie osiągną zadowalającego poziomu bezpieczeństwa, zaufania, motywacji czy grupowej integracji. Nieliczenie się z tymi zjawiskami mogłoby bowiem spowodować dezintegrację grupy, wyrażającą się wypadaniem z niej poszczególnych uczestników bądź wręcz rozpadem grupy. Po trzecie, nawet bycie doświadczonym terapeutą nie jest wystarczającym powodem traktowania każdej grupy jako grupy terapeutycznej: niektóre grupy nigdy takimi nie były i nie miały być, bowiem zależy to nie tylko od samego prowadzącego, ale przede wszystkim od przyjętej formuły i kontraktu z uczestnikami. Toteż nawet jeśli naturalne procesy zachodzące w grupie psychoedukacyjnej ewoluują w kierunku formuły terapeutycznej nie oznacza to, że taka grupa rzeczywiście musi stać się grupą terapeutyczną. Niezależnie bowiem od spełnienia warunków niezbędnych ku temu, zmiana taka wymagałaby jeszcze odrębnej decyzji.

Istnieją zatem liczne powody, aby posiadać umiejętności łączenia edukacji i terapii, czy też formuły warsztatowej z procesualną. Mówiąc najkrócej chodzi o to, aby wykorzystywać zalety jednego i drugiego podejścia w jednej i tej samej grupie. Tę łączoną formułę można by określać jako „warsztaty z elementami procesu” albo „proces z elementami warsztatu”.

Której formule dać pierwszeństwo?

Wydaje się, że nazwy te można stosować zamiennie, choć względy językowe sprawiają, że każde z tych dwóch sformułowań akcentuje nieco inne proporcje pomiędzy jednym a drugim elementem składowym. W tej kwestii wybór należy do prowadzącego. Gdy dysponuje on zapleczem w postaci scenariuszy zajęć tematycznych, zyskuje większą swobodę działania i może podejmować decyzje w zależności od sytuacji w grupie. Jeśli np. grupa – czy poszczególne osoby – wykazują większą aktywność, można „iść za nią” tak długo, jak długo będzie to miało sens, tj. jak długo będzie to korzystne dla uczestników. Propozycja warsztatowa może natomiast wkroczyć w momencie spontanicznej aktywności grupy. Propozycja tematyczna może więc być alternatywą dla naturalnej aktywności.

Ale nie tylko. Bo wewnętrzna aktywność grupy, niezależnie od tego, czy jest całkowicie spontaniczna, czy też inspirowana przez prowadzącego, może w wielu przypadkach dotyczyć tych samych – bądź zbliżonych – tematów, które są treścią programu warsztatowego. W takich przypadkach propozycja warsztatowa będzie kontynuacją i rozwinięciem problematyki, jaka wynika z grupy – dobrym sposobem zorganizowania (strukturalizacji) tej problematyki.

Kiedy z założenia łączy się „proces” z „warsztatami”, jeszcze jedna rzecz staje się istotna. Niezależnie bowiem od tego, w jaki sposób wprowadzimy temat warsztatowy – czy będzie on kontynuacją „procesu”, czy jego alternatywą – warto pamiętać o **pierwszeństwie** „procesu” wobec warsztatów. Czasem względy formalne decydują o tym, że wobec zewnętrznego zleceniodawcy należy rozliczyć się z realizacji właśnie tego, a nie innego warsztatu, tej a nie innej problematyki. Takie podejście bywa czasem konieczne, może też być korzystne z określonego punktu widzenia. Ale czasem może też stwarzać zbyt silną presję kosztem odmiennych, a nierzadko konkurencyjnych potrzeb grupy.

Toteż zawsze, gdy nie przeszkadzają w tym względy formalne, korzystniejsze i merytorycznie bardziej uzasadnione (niektórzy są skłonni twierdzić: **jedynie** uzasadnione) jest czynienie natychmiastowych i w nieograniczonej liczbie **odstępstw** od planu warsztatów na rzecz naturalnej aktywności grupy. A to dlatego, że w spontanicznej, wewnętrznie (a nie zewnętrznie) uwarunkowanej aktywności jednostki najpełniej wyraża się podmiotowość jednostki – znacznie pełniej niż wtedy, gdy tylko reaguje ona na propozycje kogoś innego. Zatem z punktu widzenia korzyści rozwojowych należy zawsze wybierać to, co w danym momencie wynika z wewnętrznych potrzeb, nie zaś z zewnętrznego planu. Także wtedy, gdy te indywidualne potrzeby całkowicie odbiegają od planu, a tym bardziej wtedy, gdy polegają na wątpliwościach, niejasnościach, niechęci itp. wobec tego planu.

Nie znaczy to, że należy zawsze i tylko rezygnować z planu na rzecz czyjejś odmiennej, indywidualnej potrzeby (chyba że będzie to sytuacja szczególna, o czym jeszcze trochę powiemy w ostatnim podrozdziale). Chodzi raczej o to, że naturalnej aktywności i indywidualnych potrzeb nie należy nigdy ignorować, a co najwyżej **nie wzmacniać**, a jeszcze lepiej – szukać przejścia/związku pomiędzy tymi potrzebami a planem warsztatów. Nie zawsze będzie istniał związek bezpośredni, ale najczęściej istnieje jakiś związek pośredni, który daje się opisać poprzez wskazanie być może nieco dłuższego łańcucha zjawisk, które łączą konkretną,

indywidualną, doraźną potrzebę uczestnika i proponowany temat warsztatu. „Liczenie się” z potrzebami uczestników nie zawsze więc musi oznaczać zupełne podporządkowanie się im i całkowite „pójście za nimi”. Oznacza natomiast, że potrzeby te zawsze spotykają się z jakąś reakcją, nie są pomijane i „niezauważane”. Podsumowując, reakcja ta może przybierać formę:

- wskazania bezpośredniego związku między potrzebą a tematem (o ile taki istnieje)
- wskazania pośredniego związku (i powiedzenia, na czym on polega)
- wskazania możliwości zaspokojenia danej potrzeby przy okazji realizacji innego tematu (lub tematów – i których), zawartych w programie
- wskazanie możliwości zaspokojenia tej potrzeby przy okazji kontynuowania i rozwijania poszczególnych tematów po zakończeniu programu
- negocjowania z uczestnikiem lub całą grupą sposobu, czasu czy kolejności zajmowania się poszczególnymi potrzebami
- wskazania uczestnikom (także konkretnym uczestnikom w konkretnej sytuacji), w jaki sposób, w jakim miejscu i czasie mogłby uzyskać konkretną pomoc w sprawach, wykraczających poza tematykę warsztatów, a dotyczących bądź to osobistych zainteresowań, bądź to osobistych problemów uczestnika (ten ostatni wątek omawia także ostatni podrozdział niniejszych „Założeń”)

Zatem z punktu widzenia merytorycznych korzyści najbardziej komfortową sytuacją zarówno dla prowadzącego, jak też dla uczestników byłaby taka sytuacja, w której nie istnieje żadna presja czasowa na realizację planu, zaś plan jest traktowany bardziej jako pretekst do uruchamiania spontanicznej aktywności grupy, niż jako cel sam w sobie. Natomiast właśnie naturalna, wewnętrzna aktywność grupy – czyli w gruncie rzeczy spontaniczna aktywność każdego z uczestników – byłaby uważana za cel podstawowy. Zawsze więc, gdyby taka aktywność miała miejsce, należałoby to uważać za zjawisko zadowalające i dawać temu pierwszeństwo, natomiast propozycje warsztatowe byłyby tylko narzędziem pomocniczym: czyli bądź to jednym z narzędzi do uruchamiania procesu, bądź to do jego wzbogacania i uzupełniania, nigdy zaś jako zjawisko ważniejsze niż naturalny proces grupowy.

Formuła zajęć a podmiotowość uczestników

Idealnie byłoby, gdyby w ramach tego procesu uczestnicy **sami określali**, co jest im potrzebne do własnego rozwoju – jakie informacje, wiedza, umiejętności, ćwiczenia, warsztaty, trening, i gdyby warsztatowe propozycje były **odповідzią** na wyrażane przez nich samodzielnie i wprost oczekiwania. Oczywiście to jest ideał, którego można się spodziewać dopiero na stosunkowo wysokim etapie rozwoju grupy i indywidualnej świadomości i dojrzałości uczestników. Dopóki ten etap nie zostanie osiągnięty, uzasadniona jest większa aktywność prowadzącego, także jeśli chodzi o propozycje warsztatowe, oczywiście połączone z respektowaniem potrzeb i gotowości uczestników.

Warto jednak przy tym pamiętać, że właściwym kierunkiem, do którego powinna zmierzać grupa, jest taka sytuacja, w której prowadzący jest coraz mniej potrzebny, to znaczy taka, w której uczestnicy w coraz większym stopniu sami potrafią załatwiać swoje sprawy, zarówno w

życiu, jak i w grupie. Końcowym etapem rozwoju takiej grupy byłaby sytuacja, w której formalny prowadzący byłby fizycznie nieobecny, zaś grupa przekształciłaby się w samosterowną grupę wsparcia, której własny, wewnętrzny potencjał umiejętności i samodzielności wystarczałby do tego, by rozwiązywać zarówno grupowe, jak też indywidualne problemy. W ramach realizacji wewnętrznych potrzeb takiej grupy byłyby także to pomyslenia **zamawiane przez taką grupę tematyczne zajęcia warsztatowe**, dotyczące różnych potrzeb edukacyjnych.

Jednak w tej wersji wydarzeń całkowitą kontrolę nad przebiegiem wydarzeń w grupie sprawowałaby ona sama – zapewne przez swojego nieformalnego lidera czy liderów, ale bez udziału formalnego „prowadzącego”. W takim ujęciu **zajęcia warsztatowe byłyby wyraźnie podporządkowane potrzebom grupy**, zaś prowadzący warsztaty byłby także podporządkowany grupie, nie tylko ze względu na merytoryczną zasadność uznania priorytetu „procesu” wobec „warsztatu”, ale także z formalnego punktu widzenia, tj. z racji kontraktu, w którym to grupa byłaby niejako (a czasem dosłownie i formalnie) zleceniodawcą zajęć, egzekutorem ich przebiegu i jakości oraz decydentem w kwestii takiej czy innej ich rangi wobec innych potrzeb grupy.

Taka wizja może wydawać się dość odległą, albo nawet nieosiągalna w odniesieniu do tej czy innej konkretnej grupy. Ale to nie powód, aby o niej nie mówić. Bo nawet jeśli nie uda się jej osiągnąć czy dojść do niej, to warto doprowadzić do końca wyobrażenie końcowego etapu działania, bo takie wyobrażenie dostarcza właściwego kontekstu do działań bieżących na każdym z wcześniejszych etapów i pozwala podejmować decyzje, służące zbliżeniu się do „ideału”, nawet jeśli nie zostanie osiągnięty. Rzecz jednak w tym, że dla owego ideału nie ma w gruncie rzeczy alternatywy; pełna dojrzałość, samodzielność, podmiotowość uczestników to taki stan, w którym wydobywają się oni spod kurateli jakiegokolwiek „przewodnika” – opiekuna, edukatora, trenera – i zaczynają sami ustanawiać reguły gry. I nawet jeśli angażują kogoś do wykonania jakiegoś zadania edukacyjnego, to na zasadach w pełni równorzędnych, partnerskich. A swoją podmiotowość, niezależność, respekt dla potrzeb zawdzięczają nie trosce, opiekuńczości, życzliwości czy uprzejmości (albo metodzie) prowadzącego, lecz temu, że sami umieją zadbać o swoje prawa (nawet wtedy, gdyby prowadzący ich nie respektował).

Toteż jeśli już na wczesnym etapie pracy z grupą osoba prowadząca w ten właśnie sposób będzie widziała cel swojej pracy, to również swoją rolę będzie spostrzegać w adekwatny do tego celu sposób: będzie osobą **wspomagającą proces upodmiotowienia** uczestników zajęć, wycofując swoją aktywność w każdym momencie, w którym dochodzi do głosu autonomiczna aktywność uczestników, i będzie to czynić z nadzieją, że w którymś momencie jej kuratela okaże się całkowicie zbędna, ustępując miejsca partnerskim stosunkom, co może oznaczać bądź to wycofanie się z grupy, bądź też ewoluowanie do roli jednego z uczestników, z tym samym zakresem uprawnień, co każdy inny uczestnik grupy.

Praktyczne konsekwencje łączenia dwóch formuł

Powyższe względy sprawiają, że niniejsze warsztaty zostawiają dużo **swobody prowadzącemu**, nie określając w sposób dogmatycznie szczegółowy i ścisły ani

poszczególnych kroków, ani tym bardziej dokładnego czasu trwania poszczególnych zadań. Z tych samych powodów używa się tu określenia „zadanie”, a nie np. „ćwiczenie”. Wynika to bowiem z przekonania, że taki sztywny plan działania od początku wchodziłby w kolizję z założeniem **przenikania się** warsztatów i spontanicznej aktywności grupy, a tym bardziej z zasadą dawania procesowi pierwszeństwa

Z tym powodem koresponduje drugi powód. Taki typ zajęć mogą realizować wyłącznie doświadczeni prowadzący, dający sobie w grupie radę z jej naturalną aktywnością, tj. procesem grupowym – bo inaczej w ogóle nie mogłoby być mowy o łączeniu dwóch formuł. A skoro tak, to sposób „przechodzenia od procesu do warsztatu i odwrotnie” będzie różny w wypadku każdego prowadzącego i będzie zależał od jego stylu działania, osobistych kompetencji oraz konkretnej sytuacji w grupach i indywidualnej oceny tej sytuacji. W każdym razie decyzje w tej kwestii należą w pełni do prowadzącego.

Z tych też powodów należy traktować propozycje zadań warsztatowych jedynie jako zbiór pomysłów, które nadają ogólny kierunek i zakreślają tematyczny obszar działań, ale szczegóły pozostawiają grupie. Nie istnieje więc żaden obowiązek ścisłego trzymania się ani ilości, ani kolejności, ani nawet zawartości poszczególnych zadań. Mówiąc szczerze, **liczba i treść zadań w wielu poszczególnych warsztatach jest nieco nadmiarowa, właśnie dlatego, aby dać większą możliwość wyboru** prowadzącemu i grupie.

Nie będzie więc niczym niewłaściwym, jeśli w różnych grupach zostanie zrealizowana różna liczba zadań poszczególnych warsztatów tematycznych. Jeśli bowiem rzeczywiście damy pierwszeństwo naturalnej aktywności grupy – procesowi grupowemu – to wręcz nie może być inaczej. W takich momentach należy przypomnieć sobie, po co są te warsztaty: to tylko **jedno z narzędzi budowania samodzielności i podmiotowości** członków grupy.

Gdyby jednak ktoś żałował, że w danej jednostce czasu, przeznaczonych na dany warsztat tematyczny, niż udało się zrealizować „wszystkiego”, to nie ma powodu do zmartwienia. Bowiem kolejnym, istotnym faktem jest to, że warsztaty są przeznaczone dla grup o dłuższym czasie trwania – które istniały już wcześniej i będą zapewne istniały, przynajmniej przez jakiś czas, po zakończeniu programu. Toteż również i ten fakt został uwzględniony w budowie programu.

Przejawia się to nie tylko w tym, że zakłada się przenikanie „procesu” i „warsztatów”, o czym już sporo mówiliśmy (bo żeby mówić o „procesie”, musi najpierw istnieć grupa z tym procesem), ale również w tym, że **z góry zakłada się w warsztatach możliwość późniejszej kontynuacji**. Propozycje warsztatowe nie stanowią więc żadnej „zamkniętej całości” – są po prostu pewnym zbiorem informacji z danego obszaru rzeczywistości psychologicznej i społecznej, uznanych za ważne i potrzebne – z definicji jednak nie mogą być one sumą tej wiedzy czy umiejętności. Pozwalają raczej „wejść w temat”, zapoczątkować proces pracy w danym obszarze i wracać do niego jeszcze przy wielu okazjach.

Toteż już w samych programach zajęć **zaznaczono te miejsca i wątki, które dają możliwość kontynuacji i rozbudowy tematu**, a dodatkowo wszystkie te informacje

zostaną zebrane i przedstawione w Aneksie.

Przedstawione w programie treści, zarówno dotyczące tematów, jak i form działania, należy traktować raczej jako materiał służący inspirowaniu prowadzącego, pomagający w podejmowaniu przez niego indywidualnych, specyficznych decyzji, będących wypadkową programu i realnej, **niepowtarzalnej** sytuacji w grupie, nie zaś jako **scenariusze**, wykonywane krok po kroku w podanej kolejności. Oczywiście, kolejność i rodzaj zadań posiadają wewnętrzną logikę, nie jest to tylko zbiór oderwanych pomysłów, rzecz jednak w tym, że nie wykluczają one innej kolejności i innej logiki, jeśli miałyby się to okazać korzystniejsze dla grupy.

Sytuacje szczególne

Na koniec warto poświęcić kilka słów sytuacjom trudnym, jakie mogą zaistnieć w trakcie warsztatów. Rzecz bowiem w tym, że co najmniej niektóre z proponowanych tematów dotyczą sfery osobistych relacji uczestników z osobami bliskimi, a skądinąd wiadomo, że może to być sfera stresogenna dla wielu spośród członków grup warsztatowych. Jako najbardziej oczywiste przykłady takich tematów można podać np. temat „Rodzina i Ja – relacje z rodzicami i rodzeństwem”, albo „Budowanie satysfakcjonujących kontaktów z innymi ludźmi; partnerstwo, przyjaźń, koleżeństwo”. Co więcej, nie tylko główna, z góry założona tematyka ma potencjalną zdolność dotykania głęboko problemowych wątków w obszarze emocji uczestników, bowiem może się to zdarzać i przy tematach na pozór bezpieczniejszych, bo i one mogą w niektórych swoich aspektach wywoływać u niektórych uczestników konkretne skojarzenia z ich indywidualną sytuacją i uruchamiać ewentualne silne reakcje emocjonalne, wymagające indywidualnego potraktowania uczestnika i przynajmniej doraźnego poradzenia sobie z tym problemem – zarówno przez uczestnika, jak też przez grupę i prowadzącego.

W związku z powyższym warto sformułować przynajmniej dwie ważne uwagi. Po pierwsze, że nawet gdyby takie sytuacje – „dekompresacji” uczestnika – zdarzały się bardzo rzadko (albo wcale – czego też nie można wykluczyć), to należy liczyć się z taką ewentualnością i wykazywać sporo uwagi i czujności, nie traktując żadnego z tematów czysto „technicznie” czy tylko „edukacyjnie”. Pozwoli nam to szanować indywidualne różnice pomiędzy uczestnikami w kwestiach ich większego czy mniejszego zaangażowania w dany temat, mniejszego lub większego oporu lub wręcz decyzji o ograniczeniu lub rezygnacji z osobistej aktywności w konkretnych zadaniach i momentach warsztatu. Warsztatowa formuła zajęć upoważnia – a nawet zobowiązuje – prowadzącego do respektowania mechanizmów obronnych uczestnika.

Druga uwaga dotyczy sytuacji, gdy wbrew intencjom prowadzącego i niezależnie od jego ostrożności zdarzy się sytuacja, o której mówimy, tzn. mechanizmy obronne u któregoś z członków grupy ulegną załamaniu i zostanie uruchomiony proces ekspresji emocji, pozostających w związku z osobistymi problemami.

Taka sytuacja, jak żadna inna sytuacja ekspresji potrzeb uczestnika, nie może pozostać bez odpowiedzi. Rzecz jednak w tym, aby owa odpowiedź niekoniecznie oznaczała podjęcie

terapeutycznej sesji z uczestnikiem. Rozsądne optimum działań prowadzącego to wyrażenie zrozumienia dla uczuć uczestnika i akceptacji dla ich wyrażania, ewentualnie połączone (choć niekoniecznie i nie zawsze) z ekspresją emocji i stosunku do tej sprawy ze strony innych członków grupy (wszystkich bądź tylko chętnych).

Nie wydaje się natomiast wskazane ani uzasadnione wykazywanie przez prowadzącego dalszej inicjatywy w kierunku pogłębiania czy rozbudowywania aktywności uczestnika, zmierzającej do pełnego ujawnienia i „przepracowania” problemu. Działanie takie nie byłoby uzasadnione ani ze względu na formułę programu (psychoedukacja, a nie terapia), ani – zwłaszcza – ze względu na innych uczestników zajęć, dla których taka sytuacja mogłaby oznaczać pojawienie się kolejnych impulsów do tego, aby także i oni – być może stopniowo, sukcesywnie, o ile nie równocześnie – ulegli „dekompresacji” i uruchomili jeszcze jeden albo kilka równoległych procesów głębszego przeżywania indywidualnych problemów osobistych. Albo odwrotnie – aby zareagować uaktywnieniem i wzmocnieniem własnych mechanizmów obronnych w takim stopniu, że utrudniałoby to (a czasem wręcz uniemożliwiał) nawet „warsztatowy” poziom aktywności. Toteż tego rodzaju problemy co prawda muszą być w grupie w jakiś sposób rozwiązywane, ale niekoniecznie poprzez „pogłębianie” i terapeutyczne „przepracowywanie” problemów, lecz raczej – oprócz zrozumienia i akceptacji – przez wskazanie (o ile zrozumienie i akceptacja okazałoby się niewystarczające) osoby, miejsca, czasu i sposobu pełniejszego zajęcia się danym problemem indywidualnym. Z kolei, aby takie wskazanie było możliwe, prowadzący powinien z góry dysponować określonym zasobem informacji i posiadać konkretne wyobrażenie procedury postępowania dla uczestnika, którego doraźne potrzeby emocjonalne wykroczyłyby poza możliwości czy to bieżących zajęć warsztatowych, czy też całego programu.

Zatem istotnym elementem przygotowania się prowadzącego do realizacji tego programu będzie również wcześniejsze zdobycie odpowiedzi na pytanie, jaką dodatkową czy równoległą ofertą terapeutyczną będzie mógł zaproponować konkretnemu uczestnikowi, o ile sytuacja będzie tego wymagała: czy będzie to osobista, dodatkowa rozmowa po zajęciach (lub w innym terminie), rozmowa z inną, wykwalifikowaną osobą (być może w innej placówce), czy też podjęcie nawet równoległych działań terapeutycznych – tu lub gdzie indziej. Nie wszystkie spośród wymienionych – a być może jeszcze innych – informacji mogą być przekazane uczestnikowi bezpośrednio w trakcie spotkania warsztatowego. Toteż warto zapewne w swoim planie działania uwzględnić fakt przynajmniej jednorazowego, indywidualnego spotkania z danym uczestnikiem choćby tylko w celu przekazania mu tych dodatkowych informacji albo też w celu wspólnego ustalenia programu dodatkowych działań, jakie mógłby on podjąć – niezależnie od tego, czy w działania te byłby w jakimś stopniu włączony prowadzący niniejsze warsztaty, czy też nie.