

Materiał metodyczny

„Przegląd narzędzi w poradnictwie, część 1”

I. Karty metaforyczne

Efektywnym narzędziem wsparcia wielu naszych klientów będzie wybór kart metaforycznych, spośród szerokiej gamy propozycji aktualnie dostępnych na rynku. Metafora jako metoda pracy pozwala doradcom na elastyczne dopasowanie wybranego narzędzia do indywidualnych potrzeb klienta lub konkretnego momentu procesu grupowego. Wspiera również komunikację inter- oraz intrapersonalną poprzez zastosowanie języka figuratywnego (przekazującego wybrane treści nie wprost).

Zanim jednak wybierzemy karty adekwatne do prowadzonego procesu poradnictwa indywidualnego lub grupowego kluczowe będzie określenie celu włączenia wybranego narzędzia oraz wybór kamienia milowego procesu wsparcia, w którym zastosujemy konkretne narzędzie.

Dlatego zanim sięgniemy po inspirujące rozwiązanie, jakim są karty metaforyczne odpowiedzmy sobie na istotne pytania:

- Dla realizacji jakiego celu przydatne będzie wprowadzenie kart podczas sesji poradnictwa?
- Które z dostępnych kart (wizualne, z symbolami, tekstowe, z mieszaną zawartością) będą najbardziej użyteczne dla realizacji wskazanego celu?
- Czy klienci zgłaszają szczególne potrzeby? Jeśli tak, to w jaki sposób mogę zmodyfikować karty (np. drukując wersje czarno-białe, z widocznym konturem, wybierając papier pęczniejący dla osób słabowidzących itp.)?
<https://tyfloswiat.pl/czasopismo/tyfloswiat-3-2009/o-papierze-ktory-puchnie-lub-pecznije-marek-jakubowski/>
- Czy i jakie karty mogę wybrać dla klientów z zaburzeniami funkcji poznawczych (pamięci, uwagi, myślenia, postrzegania)?
- Czy i jakie karty mogę wybrać dla osób z obniżonym poziomem myślenia abstrakcyjnego?
- Jaka instrukcja (wprowadzenie) do pracy z kartami będzie zbieżna z zidentyfikowanym celem? Np. „Karty podróży” możemy użyć zarówno na początku sesji grupowego poradnictwa w celu integracji uczestników zajęć, jak i bardziej refleksyjnie w trakcie zajęć, po zbudowaniu atmosfery zaufania w grupie.
- Czy klient lub grupa, której proponuję pracę z kartami jest gotowa na to rozwiązanie? Z uważnością należy stosować karty w kontakcie np. z osobami w kryzysie psychicznym, żeby nie przekroczyć granic pomiędzy

sesją poradnictwa a sesją terapeutyczną, którą prowadzić mogą certyfikowani psychoterapeuci.

- I niemniej ważne pytanie autorefleksyjne: czy ja jako doradca odnajduję się w pracy z metaforami? Zawsze możemy wybrać inne narzędzia (np. kwestionariuszowe), warto w ramach samopoznania i budowania warsztatu praktyka zadawać sobie regularnie podobne pytania 😊

Doradcy mogą korzystać zarówno z już gotowych narzędzi (zazwyczaj odpłatnych), jak i – po odbyciu praktycznego szkolenia – tworzyć własne próbki, oczywiście z zachowaniem uważności na ich jakość metodyczną.

Przegląd przykładowych kart metaforycznych, które mogą poszerzyć narzędziownik doradców:

1. Karty OH

2. Karty Cope

Karty OH i Cope to jedne z wielu propozycji narzędzi, których dystrybucją w Polsce zajmuje się Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów KLANZA.

OH to dwie talie złożone z 88 kart każda - jedna obrazkowa i jedna słowna. Można używać tylko kart graficznych, przedstawiających zarówno różne sytuacje życia codziennego, jak i bardziej abstrakcyjne wizualizacje. Karty OH zostały stworzone w celu wzmocnienia kontaktu klienta z sobą samym i osobami wokół. Wersje dostępne są w 20 językach.

Proces poradnictwa – na sesje indywidualne i grupowe, w wersji drukowanej.

Profil klienta – sprawdzają się w procesach wsparcia klientów w każdym wieku. Do rozważenia w pracy z klientami słabowidzącymi i obniżonym poziomem myślenia abstrakcyjnego, ze względu na słabiej zaznaczone kontury części kart oraz pojawianie się mniej rzeczywistych odniesień.

COPE to 88 kart obrazkowych, stworzonych dla celów werbalizacji emocji związanych z różnego rodzaju sytuacjami społecznymi, istotnymi biograficznie dla klientów. COPE oznacza „dać sobie z czymś radę”, „sprostać jakiemuś przeżyciu, zdarzeniu”.

Proces poradnictwa – głównie z przeznaczeniem na sesje indywidualne, dla doradców z większym doświadczeniem. W wersji drukowanej.

Profil klienta – sprawdzają się w procesach wsparcia klientów z pewnym doświadczeniem życiowym, z wglądem w kluczowe dla nich sytuacje (np.

przeżycie migracji, uchodźstwa, kryzysów). Do rozważenia w pracy z klientami słabowidzącymi, ze względu na słabiej zaznaczone kontury części kart.

3. Karty Podróży

4. Karty coachingowe Norman Benett

Kolorowe zdjęcia w formacie pocztówkowym, bez dodatkowych opisów. Część kart to piękne ujęcia rzeczywistych sytuacji, a pewna ich liczba to zdjęcia stylizowane, zwracające naszą uwagę na pewien kontekst, któremu możemy przypisać dodatkowe znaczenie. Karty dostępne są m.in. na stronie „Gadżetów Trenera”.

Karty Podróży to zestaw 120 zdjęć środków transportu i sposobów dotarcia do celu lub realizacji poszczególnych etapów projektu np. planu kariery. Pomocne będą zarówno na etapie budowania relacji z klientem, integracji z grupą (jako tzw. ice break – lodołamacz), jak i w trakcie bardziej refleksyjnej pracy nad celami czy wyzwaniem osoby radzącej się.

Proces poradnictwa – na sesje indywidualne i grupowe, w wersji drukowanej lub elektronicznej (do zajęć online).

Profil klienta – sprawdzają się w procesach wsparcia klientów w każdym wieku, ze względu na czytelne zdjęcia różnych możliwości podróżowania.

Karty coachingowe Norman Benett to zestaw 54 kart z różnymi obrazami. Pomocne będą jako tzw. lodołamacze, jak i narzędzia na tych etapach poradnictwa, które wymagają pogłębionej refleksji od klienta. Mogą być również inspiracją w sytuacji braku gotowości klienta do dalszej pracy. Zmiana analizy materiałów tekstowych (np. ankiet, kwestionariuszy) na prezentację wizualną mogą pomóc klientowi w ponownym nawiązaniu kontaktu ze swoimi potrzebami i artykułowaniu ich z pomocą kart.

Proces poradnictwa – na sesje indywidualne i grupowe, w wersji drukowanej.

Profil klienta – sprawdzają się w procesach wsparcia klientów w każdym wieku. Do rozważenia w pracy z klientami z obniżonym poziomem myślenia abstrakcyjnego, ze względu na pojawianie się mniej rzeczywistych odniesień na niektórych kartach.

Dodatkowy opis kart metaforycznych z ww. źródła:

<https://www.gadzetytrenera.pl/jakie-karty-metaforyczne-wybrac>

II. Karty rozwojowe

Karty głównie z rdzeniem tekstowym, wspomagające procesy rozwojowe klientów np. identyfikacja alternatywnych rozwiązań w planowaniu kariery. Pomagają w poszerzeniu perspektywy klienta i pogłębieniu własnej refleksji.

1. Karty coachingowe Afirmacje

Magnetyczne karty w kształcie trójkątów, z których łatwo można stworzyć koło 8 wartości, w różnych kontekstach. Dzięki magnesom można je przytwierdzać do różnych powierzchni, zmieniać dowolnie ich ustawienie. Na każdej karcie znajdziecie jedno słowo np. zaufanie, szczerość, bliskość oraz odpowiadający im, prosty symbol rysunkowy. Narzędzie inspirowane jest popularnym kołem życia. Pozwala na identyfikację wartości kluczowych w życiu klienta i odniesienie ich do przygotowywanego planu kariery.

Proces poradnictwa – głównie na sesje indywidualne, w wersji drukowanej (magnetyczne, do przyczepiania na różnych powierzchniach).

Profil klienta – sprawdzają się w procesach wsparcia klientów w każdym wieku, ze względu na proste napisy. Konieczna będzie interpretacja wybranego napisu doradcy z klientami z różnych kręgów kulturowo-społecznych. Pozwoli to na ustalenie wspólnego słownika dla efektywnej komunikacji doradcy i klienta, wywodzących się z innych kultur. Nie rekomendowane do samodzielnej pracy osób na niskim poziomie werbalizacji czy nie znających języka polskiego, ze względu na tekstowy rdzeń (potrzebne wsparcie tłumacza).

2. Karty Heuristica „Inwentyka, kreatywność, wyobraźnia”

Karty z materiałem tekstowym, oznaczone dodatkowo prostymi symbolami. Zostały opracowane dla stymulowania kreatywności i twórczej wyobraźni, potrzebnej m.in. w poszukiwaniu rozwiązań adekwatnych w danej sytuacji klienta. Praca z kartami pozwala przeanalizować wyzwania z różnych perspektyw, poszukać niestandardowych rozwiązań.

Proces poradnictwa – na sesje indywidualne i grupowe, w wersji drukowanej.

Profil klienta – sprawdzają się w procesach wsparcia klientów z większym doświadczeniem życiowym. Do rozważenia w pracy z klientami z obniżonym poziomem myślenia abstrakcyjnego czy z zaburzeniami funkcji poznawczych, ze względu na złożone czasami zadania do

wykonania. Nie rekomendowane do samodzielnej pracy osób na niskim poziomie werbalizacji czy nie znających języka polskiego, ze względu na tekstowy rdzeń (potrzebne wsparcie tłumacza).

Opracowanie: Barbara Górka, DSPZ