

# CZY COACHING JEST MOŻLIWY

## DLA NIEPEŁNOSPRAWNYCH INTELEKTUALNIE?

W kontekście braku planu i realnej perspektywy życia osób niepełnosprawnych pojawia się pytanie o możliwość wsparcia rozwojowego. Zastanawiałem się nad coachingiem, chociaż wydaje się to absurdalne.

I trochę przemyśleń wynikających z doświadczeń.

Człowiek bez akceptacji i zgody z sobą samym nie osiągnie wiele. Obowiązująca prawda. Nasze porażki w działaniach wspierających niepełnosprawnych z zaburzeniami intelektualnymi i psychicznymi nakazują stawiać pytania. Czy za słabo motywujemy, czy też może model pracy nad sobą w tym przypadku nie działa? Czy wsparcie osobowościowe dostępne jest wobec tego tylko wybranym? Sprawnym?

Wydaje się, że w pogoni za indywidualnością i autonomią zapominamy o wpływie otoczenia. A socjalizacja paradoksalnie działa coraz mocniej. Tym mocniej naśladujemy, im mamy mniej możliwości nienaśladowania, bycia oryginalnym. Schematyzmy to codzienność w postrzeganiu świata przez niepełnosprawnych. Chcemy być jak ci zdrowi, z telewizji, okładek, opowiadań oraz tacy, jak chce mama. Wpływy zewnętrzne rosną do potęgi. Środowisko jest pierwszym wyzwaniem, bo cóż z tego, że chcesz być innym, jak w domu piekło.

A praca nad sobą? Mówi się, że osiągniesz cel, jeżeli będzie on dla ciebie ważny. Niepełnosprawni wpadają w objęcia specjalistów mających doprowadzić do zgody kolejnych kroków życia z dążeniami i celami. Istnieje obawa, że w dużej mierze jest to działanie pozorne. Bo przecież nierealny obraz siebie, lokalizacja poczucia kontroli na zewnątrz, ograniczenia poznawcze i autonomiczne. Można próbować. Dzisiaj celem

jest bycie piosenkarką, jutro kupienie domu nad morzem, pojutrze zjedzenie ciasta, urodziny, wyjazd. I wcale nie o to chodzi, że niepełnosprawni nie pamiętają. Po prostu wizja przyszłości nie istnieje. Można śnić do przodu, ale jutro nie jest rzeczywiste.

To co robić? Czy można wspierać niepełnosprawnych w drodze, nie prowadząc ich jak konia za uzdę? Czy można przyjąć pozycję coacha, wierząc, że człowiek wie najlepiej, co dla niego dobre? Biję się z tymi pytaniami od dawna. Bo nie wiem, a najbardziej wkurzają mnie ci, którzy uważają, że wiedzą.

Pojawiło się jednak chyba jakieś światełko. Oczywiście w górach. Szedłem z Darkiem. Na początku było słowo. Że jest dumny, że daje sobie radę. Potem odwoływanie się do motywacji. Że Ela by tu nie weszła. A koledzy, co myślą, że Darek się nie nadaje, będą zdziwieni, jak się dowiedzą. Że mama na pewno patrzy z nieba i jest szczęśliwa. Przez jakiś czas to działało. Potem przyszło zmęczenie. Popatrzyłem na Darka i pomyślałem sobie, że gdyby tak zastosować teraz metodę wizualizacji celu, to jego największym marzeniem byłoby przestać iść. Zostać, znaleźć się na dole, w ogóle nie wychodzić, nie mieć radości z dumy mamy i zadziwienia kolegów. W takiej sytuacji pytanie o cel, o radość ze zdobycia szczytu, ze zwycięstwa nad sobą nie ma racji bytu. Bo celem jest to, żeby tej góry wcale nie było, albo żeby go z niej zniósł na rękach. Bo szczęściem byłoby zniknięcie bólu, potu, zmęczenia.

Zdobycie szczytu za nagrodę typu społecznego nie wchodzi w grę. Nagroda rzeczowa – zobaczysz – tam na górze sobie coś zjemy – też jest mało atrakcyjna. To może lepiej zjedźmy tutaj, a zresztą aż tak głodny nie jestem.

A jednak Darek wszedł na szczyt na własnych nogach.

Co zadziałało? Otóż wiedział, bo ciągle mu to mówiłem, że na górze jest kolejka linowa, którą zjedziemy na dół. Wiedział też, bo powtarzałem nieustannie, że możemy wrócić na nogach, przed zdobyciem szczytu, ale trzeba będzie tyle samo iść na dół, co szliśmy do góry. Czuł, że będzie się to wiązało ze zmęczeniem. Pewnie trochę mniejszy wysiłek czeka przy podejściu w górę. Zmęczenie przy zejściu na dół mógł sobie wyobrazić, bo przeszedł już tę drogę. Do góry jest trudno, ale jest to trud abstrakcyjny, jeszcze nieznany.

Darek znalazł się trochę w pułapce. W sytuacji, gdy zaszedł za daleko, gdy nie ma odwrotu. Bo odwrót kosztuje strasznie dużo. I na pewno zaboli. Brak zdolności myślenia abstrakcyjnego był tutaj sprzymierzeńcem. Podejście dalej w górę trudno sobie wyobrazić, ale wiadomo, że potem będzie łatwiej. Bo jest kolejka. To lepiej się zmęczyć nie wiadomo jak bardzo, podchodząc, niż wiadomo jak bardzo – schodząc. To jest sytuacja podobna do tej, w której wspinacze osiągnają największe sukcesy, wchodząc tak daleko w ścianę, że nie ma odwrotu.

Wydaje się, że w pracy z niepełnosprawnymi można osiągnąć sukces realnej zmiany życia, stosując zasadę Kasprowego Wierchu. Trzeba tworzyć sytuacje, w których

trzeba iść do przodu – bo inne wyjście jest bardzo bolesne – z jasno przedstawionym, widzianym i realnie istniejącym, zrozumiałym i możliwym do osiągnięcia celem, który jest równocześnie nagrodą. To, czy pójdiesz na czworakach, czy na dwóch nogach, podpierając się laską, czy zjeżdżając na tyłku – to twój wybór. Ja mam zadbać o to, byś poczuł się w sytuacji bez wyjścia, która cię będzie uwierać na tyle, że zdecydujesz się pójść dalej, bo tak będzie łatwiej. I że to „łatwiej” naprawdę istnieje.

Nie wiem, czy to jest coaching – budowany mocno na niedawnym i realnym doświadczeniu oraz spojrzeniu wstecz. Pewnie tak, bo budujemy na jakichś zasobach. Na tym, co człowiek niepełnosprawny intelektualnie jest w stanie zrozumieć, do czego może się odnieść. A warunkiem pójścia w górę jest przypomnienie sobie niedawnych trudów i niedogodności. Pójście w górę to więcej – niechęć to powrotu do tego, co trudne i niemiłe, a mniej – chęć odkrywania nowych przestrzeni. Jeśli nie można budować na wyobrażeniach, to paradoksalnie abstrakcją, przeniesieniem w przyszłość jest realnie istniejąca nagroda, cel rzeczywiście zmieniający niedogodną sytuację. Najpierw jednak musi naprawdę zaboлеć. Może tu jest główny problem w pracy z niepełnosprawnymi intelektualnie, że chcemy unikać bólu, bo wydaje nam się, że to nie wypada, że wystarczająco już się nacierpieli.

Wiesław Antosz

Z wykształcenia socjolog, dziennikarz, pracuje w Gorzowie, zajmuje się głównie aktywizacją społeczną osób niepełnosprawnych intelektualnie, zdobył z nimi Koronę Gór Polski, kończy zdobywanie Korony zimą, tworzy instytucje ekonomii społecznej, jest także animatorem w Regionalnym Ośrodku EFS.

e-mail: [wieslaw.antosz@wtz.com.pl](mailto:wieslaw.antosz@wtz.com.pl)