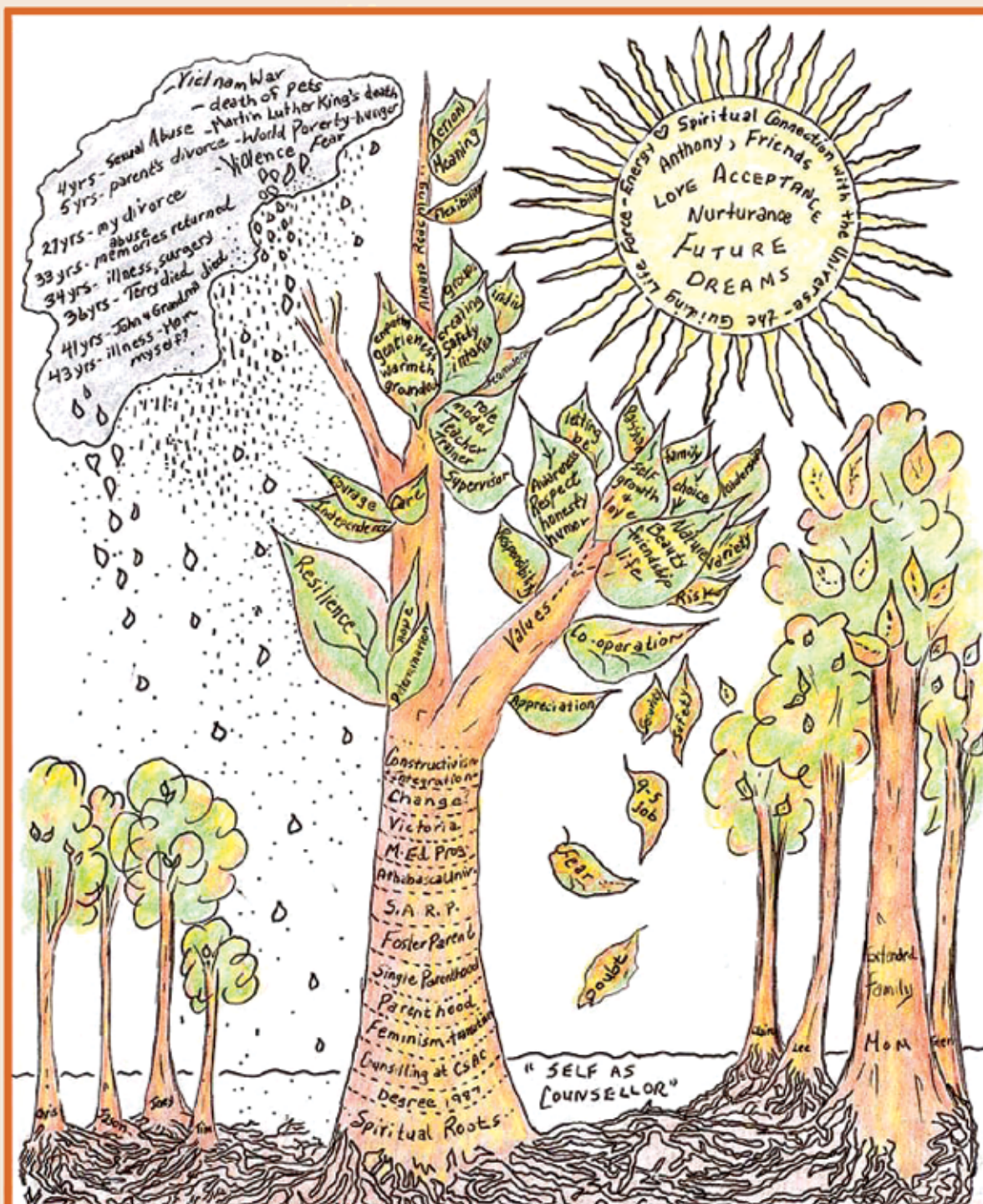


# Sociodinamiskā konsultēšana

Praktiska pieeja nozīmes veidošanai



R. Venss Pīvijs

**SOCIODYNAMIC COUNSELLING:  
A PRACTICAL APPROACH TO MEANING MAKING,  
by R. Vance Peavy**

Latvian language translation rights granted  
from the English language publisher, Taos Institute Publications.

First published by Taos Institute Publications - Copyright © 2004

*www.taosinstitute.net*

# **Sociodinamiskā konsultēšana:**

praktiska pieeja  
nozīmes veidošanai

**R. Venss Pīvijs**

SOCIODINAMISKĀ KONSULTĒŠANA:  
PRAKTISKA PIEEJA NOZĪMES VEIDOŠANAI

PIRMĀ IZDEVUMA autortiesības © 2004. gads, Džūdita Pīvija  
ATKĀRTOTĀ IZDEVUMA autortiesības © 2010. gads, Taosas Institūta izdevniecība

Visas tiesības aizsargātas.

Izsakām pateicību Melindai Maunselai  
par viņas nenovērtējamo palīdzību šīs grāmatas rediģēšanā.

Uz pirmā vāka zīmējums “Dzīves kartēšana — patība kā konsultants”.

Autore: Kārena Zemareka, *Mag. paed.*, konsultēšanas kandidāte,  
Viktorijas Universitāte, 1997. gads.

Zīmējums izstrādāts kā uzdevums Dr. R. Vensa Pīvija kursā  
“Sociodinamiskā konsultēšana”.

ISBN-13: 978-0-9712312-4-5

Iespiests ASV un AK

Nevienu šīs publikācijas daļu nedrīkst reproducēt vai izmantot kādā citā veidā vai formā ne elektroniski, ne mehāniski (arī kopēt), bez izdevēja rakstiskas atļaujas. Redaktori un tekstu autori ir centušies nodrošināt atsauces izmantotajiem darbiem un to autoriem. Pārķāpuma gadījumā un pēc labojumu saņemšanas Taosas Institūta izdevniecība labprāt ieviesīs attiecīgās atsauces nākamajos grāmatas izdevumos. Jautājumus Taosas Institūta izdevniecībai var uzdot pa e-pastu: [info@taosinstitute.net](mailto:info@taosinstitute.net) vai tālruni 1-440-338-6733.

ASV Kongresa bibliotēkas kataloga numurs: 2003113309

Taosas Institūta izdevniecība  
Taosas Institūta nodaļa  
Šagrinfolza, Ohajo, ASV

Tulkojumu latviešu valodā nodrošināja Valsts izglītības attīstības aģentūra

© Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2011



ISBN 978-9984-881-04-1

Taosas Institūts ir bezpeļņas organizācija, kuras mērķis ir attīstīt sociālā konstruktīvisma teoriju un praksi un sekmēt to izmantošanu pasaulē. Saskaņā ar konstruktīvisma teoriju un praksi nozīmes, vērtības un rīcības pirmsākums ir rodams cilvēku saziņā. Mūsu lielākais ieguldījums ir attiecību procesu sekmēšana, kas uzlabo gan cilvēku labklājību, gan pasauli, kurā viņi dzīvo. Taosas Institūta izdevniecība piedāvā jaunākos darbus par sociālā konstruktīvisma teoriju un praksi. Mūsu grāmatas ir paredzētas zinātniekiem, praktiķiem, studentiem un citiem interesentiem. **Sērijā “Focus Book”** tiek izdoti īsi ievadi un pārskati par teorijām, jēdzieniem un lietderīgām praktiskajām metodēm. **Sērija “Tempo Book”** ir paredzēta plašākai sabiedrībai un praktiķiem. **Sērijā “Books for Professionals”** tiek izdoti pētnieciski darbi par jaunāko teorijā un praksē. Mūsu grāmatas ir īpaši noderīgas sociālo zinātņu pētniekiem un praktiķiem, kurus interesē izmaiņas, kas saistītas ar indivīdu, ģimeni, organizācijām, kopienām un sabiedrību.

Kenets Dž. Gergens

Direktoru valdes priekšsēdētājs  
Taosas Institūts

### Taosas Institūta direktoru valde

Harlīne Andersone	Sallija St. Džordža
Deivids Kūperaiders	Džeina Magrūdere Vatkina
Roberts Kotors	Dens Vulfs
Kenets Dž. Gergens	Diāna Vitnija, goda profesore
Mērija Gergena	Surešs Srivastva, goda profesors
Šeila Makneimija	

### Sērijas “Books for Professionals” redaktors

Kenets Gergens

### Sērijas “Tempo Book” redaktore

Mērija Gergena

### Sērijas “Focus Book” redaktore

Džeina Seilinga un Džekija Stavrosa

### Izpilddirektore

Dona Doula

# Taosas Institūta izdevniecība

## Sērija “*Tempo Book*”: sadarbība mainīgajos laikos

- Carina Håkansson, *Ordinary Life Therapy: Experiences from a Collaborative Systemic Practice* (2009)
- Marianne “Mille” Bojer, Heiko Roehl, Mariane Knuth-Hollesen, Colleen Magner, *Mapping Dialogue: Essential Tools for Social Change* (2008)
- Dawn Cooperrider Dole, Jen Hetzel Silbert, Ada Jo Mann, Diana Whitney, *Positive Family Dynamics: Appreciative Inquiry Questions to Bring Out the Best in Families* (2008)

## Sērija “*Focus Book*”

- Harlene Anderson, David Cooperrider, Ken Gergen, Mary Gergen, Sheila McNamee, Jane Watkins, Diana Whitney, *The Appreciative Organization, Revised Edition* (2008)
- Frank Barrett, Ronald Fry, *Appreciative Inquiry: A Positive Approach to Building Cooperative Capacity* (2005)
- Jacqueline Stavros, Cheri B. Torres, *Dynamic Relationships: Unleashing the Power of Appreciative Inquiry in Daily Living* (2005)
- Tojo Thatchekery, *Appreciative Sharing of Knowledge: Leveraging Knowledge Management for Strategic Change* (2004)
- Kenneth J. Gergen, Mary Gergen, *Social Construction: Entering the Dialogue* (2004)
- Bea Mah Holland, Deanna Riley, *Appreciative Leaders: In the Eye of the Beholder*, edited by Marge Schiller (2001)
- Miriam Ricketts, Jim Willis *Experience AI: A Practitioner’s Guide to Integrating Appreciative Inquiry and Experiential Learning* (2001)

## Sērija “*Books for Professionals*”

- Positive Approaches to Peacebuilding: A Resource for Innovators* (2010) edited by Cynthia Sampson, Mohammed Abu-Nimer, Claudia Liebler, Diana Whitney
- John Shotter, *Social Construction on the Edge: ‘Witness’-Thinking & Embodiment* (2010)
- Peggy Penn, *Joined Imagination: Writing and Language in Therapy* (2009)
- Edward Sampson, *Celebrating the Other: A Dialogic Account of Human Nature* (reprint 2008)
- John Shotter, *Conversational Realities Revisited: Life, Language, Body and World* (2008)
- Horizons in Buddhist Psychology: Practice, Research and Theory*, (2006) edited by Maurits Kwee, Kenneth J. Gergen, Fusako Koshikawa
- Kenneth J. Gergen, *Therapeutic Realities: Collaboration, Oppression and Relational Flow* (2005)
- R. Vance Peavy, *SocioDynamic Counselling: A Practical Guide to Meaning Making* (2004)
- Robert Cottor, Alan Asher, Judith Levin, Cindy Weiser, *Experiential Exercises in Social Construction — A Fieldbook for Creating Change* (2004)
- Jan Smedslund, *Dialogues About a New Psychology* (2004)

Taosas Institūta izdevniecības grāmatas varat pasūtīt tiešsaistē:

**[www.taosinstitutepublications.net](http://www.taosinstitutepublications.net)**

Plašāku informāciju varat saņemt, zvanot pa tālruni 1-888-999-TAOS, 1-440-338-6733  
vai sūtot e-pastu: **[info@taosinstitute.net](mailto:info@taosinstitute.net)**

# Saturs

<b>IEVADS VENSA PĪVIJA DARBOS.....</b>	<b>VII</b>
<b>VĪTOLS: (AUTO)BIOGRĀFISKA REFLEKSIJA PAR DZĪVI UN TEORIJU.....</b>	<b>XI</b>
<b>1. NODAĻA. IEVADS .....</b>	<b>1</b>
<b>Sociodinamiskā pieeja: domāšanas veids.....</b>	<b>1</b>
<b>Sociodinamiskā konsultēšana: ētiska prakse.....</b>	<b>2</b>
<b>Sociodinamiskā konsultēšana: “valodas spēle” .....</b>	<b>3</b>
<b>Jauns konsultēšanas vārdu krājums.....</b>	<b>3</b>
<b>Konsultants ironizētājs .....</b>	<b>4</b>
<b>Kas rada problēmu? .....</b>	<b>4</b>
<b>Domāšana konstruktīvajā tagadnē .....</b>	<b>5</b>
<b>Pārbaude praksē.....</b>	<b>5</b>
<b>Pārējās grāmatas uzbūve.....</b>	<b>6</b>
<b>2. NODAĻA. SOCIODINAMISKĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANAS FILOZOFIJA .....</b>	<b>7</b>
<b>Industriālā laikmeta konsultēšanas modeļu ierobežojumi.....</b>	<b>7</b>
<b>Filozofisku ideju nozīmīgums konsultēšanā .....</b>	<b>8</b>
<b>Iejas konsultēšanas procesa vadīšanai.....</b>	<b>9</b>
Konsultēšana un sociālais kapitāls ir savstarpēji atkarīgi .....	9
Konsultantam pirmkārt jābūt cilvēcīgam .....	10
Palīdzēšana citiem ir laba un ētiska rīcība .....	11
Konsultēšanai būtu jāveicina personīgā brīvība.....	12
Sociodinamiskā konsultēšana ir balstīta uz gudrību .....	14
Uz gudrību balstītas konsultēšanas elementi .....	15
Sērena Kirkegora eksistenciālisms.....	17
Knutā Lēgstrupa ētika .....	18
Mihaila Bahtina dialoga filozofija .....	19
Karls Jaspers: ikviens cilvēks ir sevis veidošanas process .....	21
Kopīga, nevis vienpusēja darbība.....	21
Cienas izrādīšana ir sabiedrisks labums .....	22
Pieejas nosaka rīcību .....	22
Pašradīšana ( <i>Homo Creator</i> ) — spēcinošs tēls, kas virza un iedvesmo konsultēšanu.....	22
Gatavība, nevis pretošanās — jēdziens, kas palīdz izprast, kāpēc palīdzības meklētāji labprāt piedalās vai nevēlas piedalīties konsultēšanas dialogā.....	22
Konsultēšanas process nodrošina uzlabotu mācīšanās vidi .....	23
Nostāja “Zinām mēs abi” .....	23
Padomdošana var slikti beigties.....	23
<b>Sociodinamiskās konsultēšanas kredo .....</b>	<b>24</b>
Kā atpazīt labu konsultēšanu? .....	24
<b>3. NODAĻA. SOCIODINAMISKĀS KONSULTĒŠANAS PRAKSE.....</b>	<b>25</b>
<b>Konsultēšanas spēles gājieni .....</b>	<b>25</b>
<b>Svarīgs brīdinājums .....</b>	<b>25</b>
<b>Instrumenti rezultātu gūšanai konsultēšanā .....</b>	<b>26</b>
<b>Gājieni un instrumenti kopā veido stratēģijas.....</b>	<b>27</b>
Vispārīgā sociodinamiskās konsultēšanas stratēģija .....	27
Dialogiskā klausīšanās .....	28
Nepatiesā klausīšanās: .....	29

Iekšējais miers .....	29
Prāta instrumenti, kas sekmē klausīšanos .....	31
Harmoniskas attiecības sekmē klausīšanos .....	38
Pārveidojošā mācīšanās .....	39
Apzināta problēmu risināšana .....	40
Neapzināta rīcība un apzināta problēmu risināšana .....	40
Sevis uzskatīšana par bezpalīdzīgu un spēja risināt problēmas .....	41
Apzināta rīcība kā noskaņojums .....	42
Intelektuāla saruna .....	43
Vizualizācija un dzīves laukuma kartēšana .....	44
Personīgo projektu līdzkonstruēšana .....	45
Vadītā līdzdalība .....	47
Nākotnes veidošana .....	47
Pašveidošana .....	48
1. darbība. Klausīšanās un mācīšanās no stāstiem .....	49
2. darbība. Vairāku balsu kartēšana — Bahtina viesnīca .....	49
3. darbība. Dzīves nodaļu pētīšana .....	50
4. darbība. Iezīmju uzskaitīšana un sevis aprakstīšanas nozīmes izpēte .....	51
5. darbība. Dzīves laukuma kopīga analizēšana — spēka un kapacitātes veidošanas avots ..	53
Meistars visās lietās .....	54
Empātiskā dzirde .....	55
Konsultēšana grupā un cits sociālais atbalsts .....	55
Konsultēšana grupā .....	55
Vadītā līdzdalība, mentorings un sadarbības tīkli .....	57
<b>4. NODAĻA. SOCIODINAMISKĀS KONSULTĒŠANAS SCENĀRIJS .....</b>	<b>59</b>
<b>Pirmā konsultācija .....</b>	<b>59</b>
<b>Otrā konsultācija .....</b>	<b>62</b>
<b>Trešā konsultācija .....</b>	<b>64</b>
<b>Turpmākie pasākumi un komentārs .....</b>	<b>66</b>
<b>ATSAUCES .....</b>	<b>69</b>

## Attēlu saraksts

1. attēls.	
Vispārīgā sociodinamiskās konsultēšanas stratēģija: radošs līdzkonstruēšanas process .....	28
2. attēls.	
Klausīšanās: palīdzības sniegšanas stratēģija, kas ļauj īstenot citas stratēģijas .....	28
3. attēls.	
Palīdzības meklētājas problēmas dzīves laukuma karte .....	44
4. attēls.	
Vārdi, kas mani raksturo .....	52
5. attēls.	
Dzīves laukuma daļas .....	53
6. attēls.	
Marka dzīves laukuma plāns .....	64



# Ievads Vensa Pīvija darbos

Esmu bijusī Vensa Pīvija studente un kolēģe, tāpēc jūtos pagodināta, ka varu papildināt viņa veikumu un aprakstīt, kāda ietekme ir viņa idejām, kuras tik vienkārši un efektīvi ir izklāstītas šajā grāmatā. Lai gan Vensa neatlaidīgais darbs lielākoties tika veltīts profesionālās palīdzības sniegšanas attiecībām, tas noteikti pārsniedz tradicionālās konsultēšanas robežas. Vēlos ne vien pārdomāt viņa idejas, bet arī kontekstualizēt viņa darbu, lai tie lasītāji, kas nepārzina psiholoģiskās konsultēšanas nozari, varētu saskatīt viņa sociodinamiskās pieejas vērtību paši savā darbā.

Kopš Vensa pēkšņās nāves 2002. gada jūlijā daudz kas ir mainījies gan starptautiskā, gan vietējā mērogā. Lai gan 11. septembris mums joprojām atgādina par mūsu kopējo neaizsargātību, šis notikums bija tikai citu katastrofu priekšvēstnesis. Spridzināšana Bali, uzbrukums Irākaī un pašreizējās bažas par iespējamām Irānas un Ziemeļkorejas bruņošanās plāniem mums nemitīgi atgādina, ka ne pasaule, ne mūsu attiecības ar to nebūt nav harmoniskas. Reakcija uz šiem notikumiem ir dažāda — vieni sāk pieņemt to, ka mūsu dalība starptautiskajā vidē mainās, savukārt citi atgriežas pie fundamentālās pieejas un izmisīgi pieķeras tam, kas liekas pazīstams, kaut arī nesniedz drošības sajūtu. Neatkarīgi no reakcijas ir skaidrs, ka šo satraucošo jautājumu ignorēšana nevar būt risinājums. Patlaban vairāk nekā jebkad agrāk tehnoloģijas mūs ir sasaistījušas tā, ka noslēpties no pasaules notikumu sociālās, ekonomiskās un psiholoģiskās ietekmes nav iespējams. Un vairāk nekā jebkad agrāk mums ir jāizprot, cik sarežģīta ir mūsu dzīves kopīgā līdzkonstruēšana. Šis bīstamais un satraucošais laikmets liek domāt par to, kā mēs varam uzlabot savas attiecības, lai tās sniegtu jaunas iespējas, nevis koriģējošus pasākumus, kas vienu realitāti pretstata citai.

Venšs šīs problēmas risina, un tas viņa grāmatu padara īpaši svarīgu praktiķiem un citiem cilvēkiem, kuri vēlas izprast to, kā mēs iesaistāmies radošās sarunās gan klīniskajā praksē, gan ikdienā. Viņš aicina cilvēkus konsultēšanu pārvērst par tādām attiecībām, kas sekmē konstruktīvu dialogu, nevis despotisku monologu. Šādā gaisotnē, kur valda gatavība pieņemt jaunas iespējas, es vēlos pastāstīt par viņa darbu, balstoties uz trim jautājumiem. Pirmkārt, kā sociodinamiskā konsultēšana iederas starp citiem konsultēšanas virzieniem? Otrkārt, kā šis attiecību veids risina postmodernās dzīves sarežģījumus? Un, visbeidzot, kam šo ideju izlasīšana un īstenošana var dot labumu?

## ***Kā sociodinamiskā konsultēšana iederas starp citiem konsultēšanas virzieniem?***

Terminu “sociodinamika” Venšs radīja tāpēc, ka bija pārliecināts, ka, konstruējot patību, dinamiskos procesus skar sociālā ietekme. Ar šo terminu Venšs varēja uzsvērt cilvēku pieredzes attiecību aspektu, proti, mēs varam izprast cilvēkus, nevis meklējot iekšējo patību, kas slēpjas psihē, bet gan izprotot sociālās attiecības, kurās iesaistāmies, un kultūras artefaktus, kurus izmantojam, konstruējot savu dzīvi. Tā kā sociodinamiskā pieeja koncentrējas uz sociālo kontekstu, to var aplūkot kopā ar citām attiecību pieejām, piemēram, Maikla Mahonija darbu sociālā konstruktīvisma jomā, Kena un Mērijas Gergenu darbu<sup>1</sup> par sociālā konstruktīvisma domāšanu, kā arī ar dažiem naratīvās domāšanas veidiem, piemēram, tiem, kurus aprakstījis Džeroms Brūners. Šīs grāmatas vispārējais mērķis ir apvienot šos teorētiskos virzienus filozofiskā pieejā, kas raksturo to, kā strādāt ar cilvēku ikdienas

<sup>1</sup> Kena un Mērijas Gergenu darbs par patību un dialogisko saziņu lielā mērā ietekmēja Vensa uzskatus par profesionālu palīdzības sniegšanu. Daudziem no viņu pamatjēdzieniem un idejām par attiecībām ir būtiskas līdzības.

dzīves raizēm, tāpēc tā ir praktiska grāmata, kas lasītāju vispirms informē par teorijas pamatiem un tad virzās uz praktiskiem darba paņēmieniem *saistībā ar*, nevis *pie*, cilvēku dzīves sarežģījumiem. Lasītāji tiks iepazīstināti ne vien ar bagātīgu teorētisko informāciju, bet arī ar filozofiskām idejām, kas raksturīgas eksistenciālajai un humānistiskajai psiholoģijai. Daudz izlasījis par šīm pieejām, Venss ieguva spēcīgu pārliecību par cilvēka dzīves nenoteiktību un tikpat spēcīgu pārliecību par cilvēka gara izturības kapacitāti.

Lasītāji pamanīs, ka Venss ir balstījies uz vairākām teorijām, kas pašlaik tiek uzskatītas par postmodernām. To nosaka viņa pārliecība, ka patība ir daudzējāda, līdzradīta, naratīva un lielā mērā saistīta ar attiecībām. Līdz ar to starp Vensa pieeju un tām teorijām, kas atzīst postmodernisma dzīves problēmas, tomēr neļauj tām sevi apturēt vai ierobežot, pastāv savstarpēji papildinošas attiecības. Pēc Vensa domām, cilvēki ir sabiedrības dalībnieki un morālas būtnes, kas izmanto valodu, lai konstruētu sarežģītas un organizētas nozīmju sistēmas. Idejas, nostājas un nozīmes būtiski ietekmē to, kā mēs rīkojamies un sarunājamies par mūsu attiecībām pasaulē un ar pasauli.

Pastāv arī vairākas saiknes starp Vensa darbu un tām nostājām, kuras raksturo Taosas Institūta biedrus. Venss aktīvi atbalstīja ideju par pārveidojošo enerģiju, kas rodas tad, kad cilvēki iesaistās dialogos, kuros kopīgi tiek radītas jaunas nozīmes, nevis monologos, kas parasti ir individuālistiski. Dialogi, tai skaitā vārdi, simboli, tēli un metaforas, ir bezjēdzīgi, ja tos aplūko atrauti no konteksta, kurā tie radušies. Līdzīga attieksme pret koordinētu sarunu vērtību raksturīga Taosas Institūta mērķiem, kas veicina un uzskata par vērtīgiem tādus saziņas veidus, kas sekmē savienošanos, nevis atsevišķināšanos. Patiesība nepiedzimst indivīda galvā, un to tur arī neatrod; tā dzimst starp cilvēkiem, kuri dialogiskā saziņā kopīgi meklē daudzējādas patiesības. Venss atbalstīja arī tādus paņēmienus kā atzinīgās aptaujas metode<sup>2</sup>, kurā tiek pieņemts, ka tad, ja varam strādāt, balstoties uz stiprajām pusēm, un ņemt vērā to, kas cilvēkiem, organizācijām un sabiedrībām piešķir “dzīvību”, var likt lietā daudz neizmantotu un bagātīgu viedokļu par cilvēku dzīvi.

### ***Kā šis konsultēšanas paņemiens risina mūsdienu dzīves sarežģījumus, piemēram, pārpratumus, kas rodas etniskās piederības, dzimuma un sociāli ekonomiskā statusa dēļ?***

Dažu pēdējo desmitgažu laikā Rietumu psiholoģijas zināšanas ir saņēmušas kritiku par to, ka tajās netiek pievērsta uzmanība dažādībai. Reaģējot uz šo kritiku, ir izstrādāti noteikti multikulturālās un feministiskās psiholoģijas veidi. Kad Venss sāka darbu pie sociodinamiskās konsultēšanas metodes izstrādes, viņš ļoti apzinājās, ka ir jāizstrādā tāda pieeja, kurā atšķirības tiek ņemtas vērā, un viņš nemitīgi brīdināja profesionālos palīdzības sniedzējus izvairīties no tādas pieejas, kurā atšķirības tiek ignorētas. Saskaņā ar viņa pieeju: a) konsultants tiek pozicionēts kā treneris vai mentors, nevis eksperts; b) tiek uzsvērts konsultēšanas procesa dialogiskais raksturs; c) tiek uzsvērts, ka darbā ar atšķirībām ir vajadzīgas kultūras zināšanas. Es savā darbā izmantoju terminu *kulturālā dzirde*, lai uzsvērtu vajadzību rūpīgi ieklausīties nozīmēs, ko cilvēki veido saistībā ar savu etnisko un dzimuma identitāti. Mēs ar Vensu esam pilnīgi vienisprātis, ka nav tāda “kultūras instrumentu komplekta”, ko varētu izmantot, lai izprastu, kā cilvēka dzīvesstāstu ir veidojis etniskais, dzimuma un sociāli ekonomiskais statuss. Dialogiskā klausīšanās ļauj izvairīties no tām kļūdām, kas rodas, ja cilvēki uzskata, ka var aprakstīt konkrētu minoritāšu grupu būtību. Venss iesaka uzdot šādus jautājumus: “Vai konsultēšanas procesā tiek izmantota tā gudrība, kas ir raksturīga palīdzības meklētāja kultūras mantojumam?”, “Vai konsultants un palīdzības meklētājs spēj radīt labas idejas par to, ko darīt un kā virzīties uz priekšu, izmantojot tās zināšanas, kas viņiem ir tāpēc, ka viņi pieder pie konkrētās kultūras?”.

<sup>2</sup> See Cooperrider and Whitney, (1999). Sk. *Cooperrider and Whitney (1999). A Positive Revolution in Change: Positive Revolution in Change: Appreciative Inquiry. Appreciative Inquiry. Taos Institute Publication. Taos Institute Publication.*

Venss bija pārliecināts, ka konsultanti, izmantojot šajā grāmatā izklāstītos principus un paņēmienus, varētu izvairīties no daudzām no tām nomācošajām metodēm, kas ir raksturīgas tradicionālajām konsultēšanas pieejām. Tas gan nenozīmē to, ka īpašas, dažkārt vēsturiskas, zināšanas par konkrētām cilvēku grupām būtu liekas. Kad es reiz Vensam atzinus, ka neko daudz nezinu par mūsu provinces pamatiedzīvotājiem, viņš stingri uzsvēra, ka man kā dominējošās kultūras pārstāvei ir pienākums iepazīties ar viņu problēmām un raizēm. Tomēr Venss iebilda pret to, ka etniskās zināšanas tiek lietiskas un izmantotas, lai atšķirības uzsvērtu un iedalītu kategorijās, tā radot saziņas pārrāvumus un neefektīvu un neētisku saskarsmi. Šīs Vensa idejas ir saņēmušas Kanādas pamatiedzīvotāju un vairāku Eiropas minoritāšu grupu atbalstu.

Vensa darbā ir pausta izpratne arī par dzimuma jautājumiem. Tā vietā, lai pieņemtu, ka sociālās normas ierobežo sieviešu izvēli, Venss izvēlas pieeju, kas ir vairāk vērsta uz sadarbību, proti, viņš mudina klientes pievērst uzmanību tiem priekšrakstiem, kurus viņas uz sevi attiecina. Grāmatā izlasīsīt, ka, izturēdamies ar cieņu, viņš iesaka sievietēm sanākt kopā, lai atkārtoti aplūkotu šķietami “dabisku” vai “normālu” pieredzi un izprastu to kā sociālu konstrukciju, kas vieniem sabiedrības locekļiem sniedz vairāk priekšrocību nekā citiem.

Venss min vairākus cilvēku kapacitātes aspektus, kas vajadzīgi, lai strādātu telpā starp dažādām pieejām, taču vienu no tiem gribētos izcelt īpaši. Viņš apgalvo, ka konsultantiem ir jāreflektē par sevi un savu darbu. Skaidra apzināšanās nav galīgs stāvoklis, bet gan nepārtraukts process, kurā vajadzīga disciplinēta pieeja, lai pārdomātu pieņēmumus, kas ir uztverti kā pašsaprotami. Šāda apzināšanās atšķiras no “atmodinātā prāta” Budistu izpratnē, bet ir saistīta ar to, ka pilnībā tiek izprastas tās ciešanas, ko cilvēki piedzīvo diskriminācijas un nezināšanas dēļ. Venss norāda, ka rūpīga konsultanta pienākums ir vienmēr paturēt prātā tās grūtības, ko atsevišķi sabiedrības locekļi piedzīvo varas pārstāvju hegemonijas dēļ.

Disciplinēta uzmanība pret šādiem jautājumiem prasa nemitīgu gatavību pārkāpt pāri savas komforta zonas robežām, lai izprastu varas un valdīšanas attiecības. Konsultantiem nevajadzētu izteikt spriedumus par to, kā cilvēkiem būtu jādzīvo sava dzīve; pozitīvs solis ētiskas prakses virzienā būtu iedziļināšanās filozofiskās idejās par to, kas ir “labs”. Bez liekas moralizēšanas, kā to sauc Venss, profesionāli palīdzības sniedzēji var izstrādāt ētisku lēmumu pieņemšanas metodi, kas ētikas kodeksu var īstenot praksē. Rūpīgam un ētiskam praktiķim vajadzīgās kritiskās refleksijas prasmes var veicināt filozofisku un literāru darbu lasīšana. Šajā grāmatā Venss ar iejūtību un cieņu aplūko vairākus ētiskus jautājumus.

Dekonstruēdams daļu no tā mantojuma, ko mums ir atstājis pagājušā gadsimta 50. gadu psiholoģijā dominējušais biheiviorisms, Venss pievēršas Rietumu psiholoģijas kritikai. Viņš apgalvo, ka mūsdienu pasaulei, kas ir daudzveidīga, piesātināta un sarežģīta, šāda pieeja vairs nav piemērota. Venss uzskatīja, ka visiem būtu labāk, ja mēs cilvēku vairs neuzskatītu par iezīmju un faktoru kopumu, bet gan par unikāla dzīves laukuma iemītnieku. Lai izprastu cilvēku rīcību un sabiedrības dinamiku, tādi jēdzieni kā naratīvs, simboliska koordinācija, pašveidošana, dzīves laukums, attieksme, ētiskie pieņēmumi, noskaņojums un nozīmes radīšana, visticamāk, būs lietderīgāki par tādiem jēdzieniem kā personības mainīgie faktori, raksturīgās iezīmes, klasifikācija un uzvedība — gan normāla, gan anormāla. Cilvēka dzīves laukumā domas, jūtas un darbības var aplūkot arī lingvistiskā kontekstā, nevis pievērsties tikai redzamajai uzvedībai. Var runāt par vietējām un kulturālajām zināšanām un par to, kā šādas zināšanas veido cilvēku attieksmi pret dzīvi. Rakstā par konsultēšanas nozīmi sabiedrībā Venss apgalvoja: “Ja konsultēšanu nosaka kulturāla prakse, prasmīgs konsultants veic darbu, kurā apvienota vieda tautas gudrība, vietējā mērogā svarīgas zināšanas un kultūrai atbilstīga saziņa. Konsultēšana kā kulturāla prakse vairāk tiecas uz holismu nekā nodalīšanu”.<sup>3</sup> Šai

<sup>3</sup> Peavy, V. (1996). Peavy V. (1996). Counselling as a culture of healing. *Counselling as a culture of healing. British Journal of Guidance and Counselling*, 24(1), pp. 141-150. *British Journal of Guidance and Counselling*, 24 (1), 141.–150. lpp.

holistiskajai dzīves laukuma pieejai ir jaunas iespējas, it sevišķi salīdzinājumā ar tradicionālajām kognitīvajām un biheiviorālajām pieejām.

### ***Kam šī grāmata būtu jālasa?***

Lai gan Venss šo grāmatu rakstīja konsultantiem, jāpiemin, ka viņš plaši definēja to, kas veido konsultēšanu, līdz ar to viņa darbs ir piemērots visdažādākajiem praktiķiem, kas strādā ar personām, kam dzīvē ir grūtības. Tādi profesionāļi kā medmāsas, klīniskie un konsultējošie psihologi, bērnu un jauniešu aprūpes praktiķi, sociālie darbinieki un mediatori — visi var izmantot šīs idejas par attiecībām, kuras Venss formulē tik skaidri. Piemēram, ideju par konceptuālo kartēšanu, ko viņš detalizēti apraksta šajā grāmatā, viegli varētu pielāgot konfliktu risināšanai darbavietās, lai darbinieki labāk izprastu savu kolēģu dzīves laukumu. Padziļināta izpratne, kad ir zināšanas par visu personu, ne tikai tās uzvedību darbavietā, varētu veicināt jaunas, harmoniskākas attiecības. Lai gan šādas stratēģijas izmantošanai ir vajadzīgs augsts uzticības līmenis, pielāgotu konceptuālo kartēšanu varētu izmantot dažādos kontekstos. Arī veselības aprūpes jomā medmāsas varētu izmantot konceptuālo dzīves laukuma kartēšanu, lai izprastu, kāda ir pacienta slimības nozīme viņa dzīves vispārējā kontekstā.

Venss uzsver to, ka, integrējot līdzjūtības, kulturālās dzirdes, cieņas, autentiskuma un disciplinētas apzinātas rīcības principus konsultēšanas praksē — neatkarīgi no tā, vai konsultants strādā ar indivīdu, grupu vai kopienu —, ir iespējams izveidot pašam savas nodarbības, kas piemērotas tiem cilvēkiem, ar kuriem konsultants strādā. Venss savā praksē nekad neizmantoja nemainīgus konsultēšanas paņēmienus un metodes un aicināja arī citus nepieļaut pārmērīgi oficiālu un neīstu attiecību veidošanu. Pāri visam, viņš uzskatīja, ka konsultēšanas darbībām ir jābūt godīgām. Gan konsultantam, gan klientam ir jābūt vienisprātis, ka ierosinātajam ir jēga un ka konkrētajā situācijā tas ir lietderīgi.

Venss bija cieši pārliecināts, ka vērtīgākā dāvana, ko cilvēks var dot — gan konsultēšanas attiecībās, gan ikdienā —, ir klātbūtne. Šādu dāvanu var sniegt tikai ar cilvēcību, nevis ar attālinātu profesionālu attieksmi. Pēc Vensa domām, profesionāļiem nekad nevajadzētu atsvešināties no tiem cilvēkiem, kam viņi vēlas palīdzēt. Dziļas un pamatīgas saiknes rodas tad, ja cilvēki ļauj sevi izzināt, proti, ļauj izzināt visu viņu ievainojamību, bailes un raizes, kā arī viņu cerības un sapņus. Vensa mērķis, rakstot šo grāmatu, bija atklāti un godīgi uzrunāt praktiķus, kuri veic šo grūto, bet gandarījuma pilno darbu ar cilvēkiem.

Šajā ievadā esmu tikai ieskicējusi dažas no idejām, par kurām tūlīt lasīsit. No savas puses, komentāru nobeigumā vēlos mazliet aprakstīt šo ideju autoru. Venss bija līdzjūtīgs, godīgs un īsts cilvēks, kas čakli strādāja līdz pat savai nāves stundai, lai mainītu to, kā cilvēki īsteno profesionālo palīdzības sniegšanu. Viņa cerību pilnās un iedvesmojošās darba metodes ir radījušas pieredzi, risinot nelabvēlīgus notikumus paša dzīvē. Nav nekāds pārsteigums, ka Vensa spēja pārvarēt bērnībā piedzīvoto trūkumu palīdzēja viņam izstrādāt savu izturīgo dzīves filozofiju, kas raksturo viņa pieeju. Viņš apgalvoja, ka visiem cilvēkiem neatkarīgi no viņu personīgajiem ierobežojumiem un problēmām ir iespēja konstruēt nozīmīgu, produktīvu un “labu” dzīvi, tikai daži cilvēkiem ir vajadzīga palīdzība, lai viņi spētu apzināties savas dzīves potenciālu. Dialogs ir labākā metode, ko cilvēki ir izgudrojuši, lai cits ar citu sarunātos, un labākā metode, kas cilvēkiem ir, lai kopīgi domātu, kopīgi veidotu un izrādītu savstarpēju cieņu. Konsultēšana tās labākajā izpausmē ir dialogs, kas kalpo cilvēku vajadzībām. Par cilvēku pieredzi daudz var uzzināt, pievēršot uzmanību tam, kā mēs sarunājamies oficiālās palīdzības sniegšanas situācijās un neoficiālās attiecībās ikdienā. Mums ļoti pietrūks Vensa tālredzīgās un cerību pilnās vadības konsultēšanas mākslā un zinātnē.

Dr. Mērija L. Hoskinsa

Viktorijas Universitātes Bērnu un jauniešu  
aprūpes skolas vieslektore

# Vītols: (auto)biogrāfiska refleksija par dzīvi un teoriju<sup>4</sup>

*Vītols ir brīnišķīgs koks. Zināt, kāpēc? Jo tas pārdzīvo ziemu. Tas izturēs -60°C salā. Tā zari, iesaluši ledū, nolieksies, bet vēlāk tie no jauna iztaisnosies. Vītols pārcietīs visnelabvēlīgākos apstākļus, tomēr pavasarī tas atkal būs tik skaists. Es domāju par mazajiem vītoliņiem, kas aug upes krastā. Tie liecas, bet nelūst. Tie stāv. Stāv vētrā un saulē.<sup>5</sup>*

*Vensa Pīvija metafora par sevi*

Bez standarta biogrāfijas, kas izklāstīta uz grāmatas pēdējā vāka, mēs reti ko uzzinām par profesionālo grāmatu autoriem. Reizēm, ja mūs pārņem ziņkāre, mēs mēģinām radīt stāstu par autoru, pamatojoties uz tām norādēm, ko atrodam paslēptas teorētisko diskusiju rindās vai īsās anekdotēs un ilustrācijās, tomēr lielākoties mūsu rīcībā ir tikai minējumi. Kā mūsu teorija un izpratne par lasīto mainītos, ja mēs zinātu dažus no to cilvēku dzīvesstāstiem, kuri ir sarakstījuši grāmatas, kas ietekmē mūsu domas un darbu?

Šādu jautājumu es pārdomāju pirms vairākiem gadiem, kad sāku mācīties doktorantūrā. Tolaik es zināju *par* Dr. Vensu Pīviju. Es biju lasījusi un apbrīnojusi viņa darbus, bet mēs nekad nebijām tikušies. Man bija radusies pārliecība, ka konsultēšanas teorijas atspoguļo to autoru pasaules uztveri un interpretācijas (Larsen, 1999)<sup>6</sup>. Lai gan Venss to nekad tieši nepateica, man šķiet, ka viņš tam piekrita. Sākumā citētās metaforas autors ir Venss, un tā lielā mērā parāda viņa dzīves pieredzi.<sup>7</sup> Tālāk minētie biogrāfiskie fragmenti ir ņemti no manām izpētes intervijām ar Vensu; tās ir brīnišķīgas vinjetes, kas, manuprāt, ir aizraujošas un ļauj ieraudzīt plašāku viņa teorētiskā darba kontekstu.

## ***Jāšana fermā un sastapšanās ar realitāti***

Liktenis mums dod visdažādākos ģimenes apstākļus, un mums no tiem jāizveido tas, ko spējam. Venss piedzima 1929. gadā un uzauga Kolorado Rokiju kalnos. Viņa ģimenes trūcīgās iztikas avots bija ferma, kas atradās garus sešdesmit piecus kilometrus no tuvākās pilsētas. Būdam vēl mazs zēns, Venss ganīja aitas pakalnos netālu no ģimenes fermas. Ganot zēns sapņoja par dienu, kad varēs pasargāt māti no viņu nabadzīgajiem dzīves apstākļiem. Lai izrautos no bērnības smagās realitātes, viņš izsapņoja skaistu fantāziju par plaukstošu fermu, ko viņš izveidos savai mātei un ģimenei.

*Kad man bija vienpadsmit gadu, es zirga mugurā jāju pa skrajiem krūmājiem. Bija pēcpusdiena, laiks bija karsts. Es biju noguris, un segli man bija noberzuši sēžamvietu... Bet prātā man bija mīļākā fantāzija par to, ka es izaugšu liels un uzcelšu jaunu fermu... Tā bija skaista fantāzija, kas mani vienmēr iedvesmoja.*

Diemžēl šis sapnis un tā sniegtā atelpa nevarēja turpināties ilgi. Sapnim attālinoties, attīstījās izšķirīgi svarīga profesionālā izpratne, taču tā nenāca viegli.

<sup>4</sup> Es izsaku pateicību Kanādas Sociālo un humanitāro zinātņu pētniecības padomei par atbalstu šīs biogrāfijas tapšanā.

<sup>5</sup> Teksti *slīprakstā* ir Dr. Vensa Pīvija rakstītais. Teksts *taisnrakstā* ir mans, D. Larsenas, teksts.

<sup>6</sup> Larsen, D. (1999). Larsen, D. (1999). Eclecticism: Eclecticism: Psychological theories as interwoven stories. Psychological theories as interwoven stories. *International Journal of the Advancement of Counselling*, 21, pp. 69–83. *International Journal of the Advancement of Counselling*, 21, 69.–83. lpp.

<sup>7</sup> Visa izpētes informācija ir publicēta ar netaisnīgu Dr. Vensa Pīvija iepriekšēju rakstisku atļauju un viņa testamenta izpildītājas Džūdītas Koltas-Pīvijas rakstisku atļauju.

*Pēkšņi man izskrēja kā zibens strāva. Es bieži domāju, ka tā bija kā acumirkliņa debesu atvēršanās. Es pēkšņi apzinājos sevi kā jaunu zēnu zirga mugurā, kas jādams lejā no kalna, sapņo fantāziju un ka šī fantāzija ir nereāla un nepiepildīsies... un es to visu nekad neīstenošu. Tā bija nerealizējama fantāzija. Es izjutu tik milzīgu zaudējumu. Pēc tam es ļoti daudz raudāju. Bet galu galā tas bija brīnišķīgi, jo es sāku sevi apzināties un sāku apzināties savu prātu — kad tas fantazē un kad ne. Es domāju, ka šī atskārsme ir bijusi ļoti nozīmīga manā darbā ar citiem cilvēkiem. Tā man palīdzēja ļoti jutīgi uzklaut viņu stāstus. Vai viņu stāsti ir saistīti ar dzīves realitāti? Vai arī tie ir saistīti ar viņu sapņiem? Vai viņu stāsti patlaban ir saistīti ar nevainīgu nolieģumu? Kur savos stāstos viņi dzīvo?... Tas ir būtiski ietekmējis manu praktisko pieeju konsultēšanai.*

Šāda pieredze refleksiīvi informēja Vensa izpratni par attiecībām starp realitātēm, fantāzijām un konstrukcijām. Mācību sniedza arī citi smagas pieredzes gadījumi. Galu galā Venss iemācījās, ko nozīmē izvēles, konstruējot dzīvi, — par dzīves veidošanu tā, lai par spīti grūtībām tiktu stiprināta un uzturēta enerģija, iztēle un gars. Viņa pārlicības spēku nostiprināja lielais trūkums, ko viņš bija piedzīvojis zēna gados.

### ***Izmisums un noziedzīgs nolūks***

Piedzīvotā nabadzība bija mazākais. Daudz nopietnāki bija personīgie zaudējumi un attiecību trūkums, ko Venss atcerējās no bērnības. Runādams par šķietami nelabojamām realitātēm, Venss atsaucās uz patiesi smagu pieredzi. Viņa patēvs dzērājs Vensu bieži terorizēja, un pusaudža gados viņš nolēma ņemt lietas savās rokās. Viņam šī vardarbība bija jāizbeidz. Viņam bija jāaizstāv māte un viņš pats.

*Kad man bija 14 gadu, situācija starp mani un vīrieti, ar kuru bija precējusies mana māte, bija kļuvusi pavisam slikta. Viņš smagi dzēra. Viņš sīta manu māti, žņaudza viņu un dažreiz sīta arī mani. Kādu pēcpusdienu viņš bija aizgājis uz pilsētu, lai uzdzīvotu, un es zināju, ko viņš ar mums darīs, kad atgriezīsies... Tāpēc es sameklēju visus mūsu šaujamieročus un noslēpu tos, izņemot divus, un izlēmu, kur paslēpšos un gaidīšu. Viņš izkāps no mašīnas, un tad pienāks gals.*

*Tā nu es gaidīju un gaidīju... Pēkšņi mani pārņēma panikas lēkme, un es sāku skriet. Lai labāk aprakstītu savu paranoju, varu sacīt, ka man likās, ka ir jāskrien pa upīti, lai viņš man nevarētu sekot pa pēdām. Es pa šo upīti noskrēju apmēram sešarpus kilometru.*

*Par laimi, es neizdarīju, ko biju plānojis, jo tad mani būtu ielikuši cietumā. Visbeidzot es izrāpos no upītes un aizgāju pie kādas sievietes, kuru es saucu par Krustmāmiņu. Viņa bija pa pusei pamatnācijas pārstāve. Viņa mani paņēma pie sevis un deva gultasvietu. No tās dienas es biju neatkarīgs un patstāvīgs cilvēks.*

Nevar noliegt, ka Vensa bērnība bija izpostīta. Mūsu intervijas laikā man uz brīdi aptrūkās vārdi, kamēr es aptvēru viņa stāstu. Tomēr viņa balss bija spēcīga un izpratne par šo pieredzi — skaidra. No šīs radikālās, dzīvi mainošās pieredzes Venss guva četras galvenās atziņas, ko viņš ietvēra savos rakstos, mācībā un praksē.

Pirmām kārtām Venss nekad nebija paštaisns pret tiem, kas bija vardarbīgi. Viņš uzskatīja, ka noteiktos apstākļos mēs visi esam potenciāli vardarbīgi, pat slepkavnieciski. Viņš arī nekad neaizmirsā toreiz izjustās stindzinošās bailes. Venss uzskatīja, ka konsultēšanā ir svarīgi atcerēties, ko nozīmē dzīvot bezcerībā. Ir svarīgi atcerēties nāvīgās bailes no cita cilvēka un baidīto sajūtu, ka neko nevar darīt, lai apstākļus mainītu.

Venss bija izdzīvojis un iemācījies mīlēt dzīvi, tāpēc viņš saskatīja cerību arī citiem. Viņš teica: *“Lai vai cik slikta ir situācija, domājams, vienmēr ir kas tāds, ko var darīt, — kāda alternatīva. Pat vissliktākajos cilvēcīgo attiecību apstākļos kaut ko var darīt vienmēr.”* Spēcīgi ietekmējies no gūtās pieredzes — vardarbības, izglābšanās un izdzīvošanas —, Venss nepārstāja ticēt spēkam, kas piemīt citiem cilvēkiem.

*Pieredze lika man saprast arī to, ka daudzi cilvēki būtībā ir stipri un dažreiz viņiem vajag tikai nelielu palīdzību, lai viņi to apzinātos. Es jutu, ka Krustmāmiņa pasniedz man pretī roku, bet arī es pats būtībā biju stiprs... Tāpēc, strādājot ar cilvēkiem, vienmēr ir svarīgi izturēties pret viņiem ar cieņu. Iespējams, viņos ir resursi.*

### **Tēvocis Džons**

Ar savas pieņemtās Krustmāmiņas mīlestību un atbalstu Venss četrpadsmit gadu vecumā aizgāja pasaulē. Viņam nebija daudz vīriešu, no kuriem mācīties. Visvairāk uzmanības Vensam veltīja kāds Amerikas Jūtas indiānis, vārdā Džons, — Venss viņu dēvēja par tēvoci Džonu. Venss šo lielo vīru dziļi cienīja, un tēvoča Džona padomi Vensam noderēja visu mūžu. Viņš Vensam iemācīja vērot un uzticēties intuīcijai.

*Vienīgais vīrietis, no kura es zēna gados varēju mācīties, bija indiānis. Viņš man palīdzēja iepazīt klusēšanas brīvību. Mēs vienmēr jājam kopā. Viņš labi runāja angļiski, bet mēs nekad nerunājām par indiāņiem. Viņš tikai norādīja — galvenokārt uz to, kas attiecās uz dzīvniekiem. Viņš man iemācīja saskatīt dzīvnieku atstātās zīmes un dzirdēt to skaņas, piemēram, ērgļus un viņu valodu... tik reti sastopamas zināšanas. Viņš bija brīnišķīgs cilvēks. Viņš mēdza pagriezties pret mani un sacīt: “Ja tu būtu aizvēris muti un izmantojis acis, tev nemaz nevajadzētu uzdot šo jautājumu.” Viņam bija taisnība.*

### **Iedvesma**

Vensa darbos daudz kas ir kopīgs ar pirmiedzīvotāju zināšanām. Dažkārt Venss stāstīja par to, ka ir jāizrāda gods dabai. Viņš stāstīja, ka ir jāapzinās enerģija un iedvesma. Tāpat kā tēvocis Džons Vensam bija mācījis klusuma, ieklausīšanās un iedvesmas vērtību, Venss to pašu centās sniegt citiem. Savos rakstos, konsultācijās un lekcijās viņš centās dot daudzus no tiem padomiem, ko viņam bija devis tēvocis Džons.

*Man iedvesma ir daudz svarīgāka par motivāciju, teoriju, personības struktūru vai jebko citu. Ja es otram cilvēkam varētu ko dāvēt, es viņam sniegtu vēlmi iedvesmoties. Es viņam sniegtu spēju uzmanīgi vērot, izmantot savas acis un ausis, novērot sevi un visu, kas apkārt. Es viņam sniegtu cieņu un mīlestību pret valodu. Ar to es gribu sacīt, ka es ietvertu visu veidu*

*simbolismu, lai uzklausītu, paustu un ļautu valodai rasties no klusuma, kas ir cilvēkā. Katrs cilvēks ir klusuma aka. Vairums cilvēku cenšas šo aku aizvērt vai nemiīgi piepildīt, lai tā netraucētu, bet patiesībā šī aka ir viņu radošuma avots.*

### **Rītausma**

Pabeigusi savas izpētes intervijas ar Vensu, es viņam jautāju, vai viņam prātā ir nosaukums šim stāstam, ko viņš man bija pastāstījis. Viņš bez kavēšanās nosauca divus: vītols un rītausma. Lai gan viņa publikācijās reti ir tieši pieminēta dvēsele, Vensa izpratnei par garīgumu bija ļoti liela nozīme viņa radošās enerģijas, ideju un darba uzturēšanā.

*Tu jautā, kā es nosauktu savu stāstu? Rītausma. Katru dienu ir rītausma. To redzēt un izjust nozīmē iedvesmoties. Iedvesma ir dzīves esamības ieelpošana un apzināšanās, ka esi mūžīgā visumā un ka tas atkal atveras kopā ar debesīm. Tā ir brīnišķīga sajūta. Tā ir mūžības māte, kas atver dienai logu, un tajā ir tāds enerģijas pieplūdums. Man šķiet, visa mana dzīve ir bijusi rītausma. Kad rītausmā eju gar okeānu, es jūtos piepildīts ar starojošu enerģiju. Jūtos līdzsvarā un harmonijā. Tieši šo brīžu dēļ es esmu saskaņā ar visiem četrkājainajiem un divkājainajiem šīs pasaules iemītniekiem.*

Dzīve bez gara nav dzīve. Tajos brīžos es jūtos radošuma pilns. Es necenšos par kaut ko domāt. Mans prāts ir atvērts. Tas ir atvērts iztēles un intelekta spēkam un manai sasaistītībai ar visu pastāvošo.

### **Konsultēšanas cildenums**

Tikai dažas nedēļas pirms savas negaidītās nāves Venss 2002. gada Starptautiskajā Cilvēkzinātņu izpētes konferencē uzstājās ar referātu, kurā aplūkoja gudrības lomu terapijā. Vensa uztverē konsultēšana ir ētiska darbība, ko piepilda nemitīgas izvēles par to, kā un par ko sarunāties ar klientiem. Tāpēc viņu valdzināja šī profesija, viņš cienīja tās spēku un nodevās konstruktīvistu teorijas un prakses izstrādāšanai. Pabeigšu ar citātu par to, kā Venss raksturo konsultēšanas attiecības.

*Neatkarīgi no tā, ko cilvēks vēlas jums atklāt, jūs viņam sakāt: “Jā, es esmu šeit ar jums. Kas noticis? Tagad uz laiku es būšu kopā ar jums, lai kas tas arī nebūtu.” Ja konsultēšana norit šādi, tā ir ļoti cildena nodarbe. Nekas — neviens process sabiedrībā, varbūt izņemot mīlestību, — nav par to cildenāks.*

Denīze Dž. Larsena, *Ph. D.*

Albertas Universitātes Izglītības psiholoģijas departamenta  
docente psiholoģiskajā konsultēšanā

un

Albertas Cerību fonda Direktora vietniece pētniecības jautājumos



# 1. nodaļa

## Ievads

Pēdējo četrdesmit gadu laikā esmu uzrakstījis, sastādījis un publicējis daudzus zinātniskus rakstus un vairākas grāmatas par sociodinamisko pieeju un konsultēšanas metodēm, kuru pamatā ir sociodinamiskā pieeja.<sup>1</sup> Šī grāmata ir ceļvedis praktizējošiem konsultantiem, psihologiem un citiem profesionāliem palīdzības sniedzējiem, kas vēlas iepazīties gan ar sociodinamisko konsultēšanu, gan ar tās idejām un paņēmieniem.

Šī *nav* grāmata par citām grāmatām. Es neapbēršu lasītāju ar atsauču kalniem, nemitīgi piesaukdams citu konsultēšanas speciālistu pētījumus un idejas; tāpat es ļoti maz atsaukšos uz teorijas avotiem, uz kuriem es balstos. Šajā grāmatā izklāstīto sociodinamisko pieeju veido, pirmkārt, *palīdzības sniegšanas filozofija* un, otrkārt, *konsultēšanas prakse*, kas gan balstās uz šo filozofiju, gan ir tās pamatā. Kaut arī palīdzības sniegšanas filozofijai ir veltīta otrā nodaļa, filozofiskas idejas caurvij visu grāmatu, un vairums no tām ir saistītas tieši ar sociodinamiskās palīdzības sniegšanas filozofiju.

Grāmatā es sinonīmiski lietoju terminus *palīdzības sniedzējs* un *konsultants*, kā arī *konsultēšana* un *palīdzības sniegšana*. Terminu “klients” vai “pacients” vietā es izmantoju terminu *palīdzības meklētājs*<sup>2</sup>, bet termina “intervija” vietā — *konsultēšanas saruna* vai *dialogs*.

Lasītāji pamanīs, ka daži šīs pieejas elementi līdzinās elementiem no citām palīdzības sniegšanas pieejām, tādām kā uz personu centrētā konsultēšana, uz sistēmu teoriju balstītā terapija un konsultēšana, naratīvā palīdzības sniegšanas pieeja un uz darbību balstītā konsultēšana. Protams, nekas nav pilnīgi jauns — mēs vienmēr balstāmies uz to, ko pirms mums ir izstrādājuši citi.

Starp sociodinamisko konsultēšanu<sup>3</sup> un citām konsultēšanas metodēm pastāv arī nepārprotamas atšķirības. Būtiska atšķirība ir tā, ka sociodinamiskajā pieejā tiek izmantots vārdu krājums, kas cilvēkus un viņu rīcību neapzīmē ar psihopatoloģijas terminiem<sup>4</sup>, kā arī cilvēkus nedehumanizē<sup>5</sup>, izmantojot klasifikācijas un diagnozes<sup>6</sup>.

Vēl viena svarīga atšķirība starp sociodinamisko konsultēšanu un daudziem citiem tradicionāliem konsultēšanas modeļiem ir tā, ka sociodinamiskajā pieejā netiek izmantota “ārstēšanas” metafora. Sociodinamiskās konsultēšanas process ir nevis “terapijas” veids, bet gan mācīšanās process, līdzkonstruēšanas process, dzīves plānošanas process un veids, kā paplašināt savu skatījumu, iespējas, kapacitātes, izdevības un līdz ar to — personīgo brīvību. Lasītājiem, kam par šo tematu ir akadēmiska interese, esmu uzrakstījis bibliogrāfisku eseju<sup>7</sup>, kurā minētas gan daudzas idejas, gan teorijas avoti, uz kuriem ir balstīta sociodinamiskā pieeja.

## SOCIODINAMISKĀ PIEEJA: DOMĀŠANAS VEIDS

Šajā grāmatā esmu izklāstījis noteiktu domāšanas veidu par to, kā cilvēki darbojas un mēģina risināt praktiskās problēmas, ar kurām viņi saskaras mūsdienu sabiedrībā; esmu aprakstījis arī to, ko nozīmē palīdzēt citiem, izmantojot konsultēšanas procesu. Grāmatas sākumā iepazīstināšu ar *palīdzības sniegšanas filozofiju*, kas ir izstrādāta, paturot prātā postindustriālajam laikmetam raksturīgās attiecības sabiedrībā. Mani interesē tieši *idejas* par cilvēkiem, sabiedrību un to, kā sekmīgi organizēt dzīvi, kā arī *idejas*, uz kurām var balstīties palīdzības sniegšana. Viens no sekmīgas pa-

līdzības sniegšanas noslēpumiem ir atziņa, ka mūsu rīcību virza idejas. Kapacitāte *pārdomāt* idejas un to jēgu, *pārdomāt* savu pieredzi, jūtas, pieņēmumus un uztveri padara idejas par vēl svarīgākiem ikdienas dzīves ceļrāžiem.

Mēs šajā pasaulē dzīvojam ideju piesātinātā vidē. Idejas un pieejas ir instrumenti, kas ļauj mums sazināties, saprasties, plānot, izvēlēties, konstruēt, nonākt strupceļā, pārvarēt šķēršļus, radīt brīvības un censties dzīvē tikt uz priekšu. Cenzdamies tikt uz priekšu, mēs *formulējam* savu izpratni par tagadnē pastāvošajām eksistenciālajām realitātēm, *atceramies* savu pagātņi un *iztēlojamies* jaunu nākotni. Tas, ko varam formulēt un atcerēties no gūtās pieredzes un ideju krājumiem, un tas, ko varam iedomāties, izmantojot uztveri un iztēli, dod mums materiālu, no kā konstruēt un līdzkonstruēt savu dzīvi.

Mūsu ideju piesātinātajā vidē īpaši svarīgas ir *ētiskās* idejas, lai mēs varētu atbildēt uz jautājumiem “Kā man *vajadzētu* dzīvot savu dzīvi?”, “Kāda rīcība ir *laba*?” un “Ko man *vajadzētu* darīt tālāk?”.

Dažas idejas ir *instrumentālas*. Tās mums var pateikt, *ko* darīt un *kā* to izdarīt. Citas idejas ir *ētiskas*. Tās mums var pateikt, ko mums *pieklātos* darīt — kāda rīcība vai attieksme ir *laba*. Ļoti lietderīgi ir iemācīties izvērtēt idejas un to nozīmi ikdienas dzīves kontekstā. Manuprāt, konsultēšanas process būtiski uzlabojas tad, kad nozīmes, idejas, pieejas, pieredze, pieņēmumi, vērtības, nolūki un rīcība tiek formulēti, kritiski novērtēti un izprasti *konkrētā palīdzības meklētāja dzīves laukuma kontekstā*.

## SOCIODINAMISKĀ KONSULTĒŠANA: ĒTISKA PRAKSE

Mēs varam domāt par “labu” dzīvi, par “labiem” dzīves mērķiem vai pat par to, ko nozīmē būt “labam” cilvēkam. Ētikas jēdzienam “labs” ir daudz dažādu interpretāciju. Varu tikai aprakstīt, ko es domāju ar apzīmējumu “labs” sociodinamiskajā kontekstā.

Saskaņā ar šo pieeju “laba” rīcība ir palīdzības sniegšana tiem, kam tā vajadzīga. To varētu saukt par altruisma ētiku. Īpaši laba rīcība ir palīdzības sniegšana citiem, gan mazinot viņu problēmas, gan vienlaikus stiprinot viņu pašcieņu un spēju izvēlēties un rīkoties atbildīgi pret sevi. Konsultants, kurš, palīdzot citiem, neiejaucas, neizrāda necieņu un nepazemo otra cilvēka personību, bet gan apliecina un nostiprina viņa spēju domāt, justies un rīkoties pašpaļāvīgi, konsultē ētiski.

Tātad, ko tieši es domāju ar vārdu “labs”, runājot par palīdzības sniegšanu? Kādi ir tie *labie mērķi* un labā *izturēšanās*, kas nodrošina konsultēšanas ētiku? Konsultēšana kā ētiska prakse ietver labus mērķus un konsultanta izturēšanās ir laba, ja tās:

- mazina sāpes un ciešanas;
- mazina cietsirdību;
- uzlabo starppersonisko sapratni;
- palīdz otram formulēt savu dzīves pieredzi;
- iznākumā nostiprina palīdzības meklētāja pašcieņu;
- palīdz personai virzīties uz sevis izvēlētajiem mērķiem, ciktāl šie mērķi nekaitē citiem;
- sniedz palīdzības meklētājam atbalstu, lai viņš uzlabotu kapacitāti izmantot tās prasmes, kas vajadzīgas sekmīgas dzīves īstenošanai sabiedrībā;
- sniedz sociālo atbalstu un emocionālo drošību;
- veicina palīdzības meklētāja atbildīgu dalību sabiedriskajā dzīvē;
- iznākumā palīdzības meklētājam ļauj nodrošināt savai dzīvei atbilstīgākus materiālos apstākļus;
- paplašina izvēles brīvību, ko persona var izmantot pieejamo iespēju ietvaros;
- mazina vajadzību pēc palīdzības.

Apgalvojums, ka dzīvojam ētiskā vidē, *nenozīmē*, ka persona pilnīgi droši zinātu, kāda rīcība vai attieksme ir laba attiecībā uz ikvienu lēmumu un rīcību, tomēr tas nozīmē, ka mēs, cilvēki, esam ētiskas būtnes. Mēs apgalvojam, attaisnojam, izlemjam, kaut kam dodam priekšroku, izjūtam un domājam par saikni starp mērķiem un līdzekļiem savā ikdienas dzīvē. Konsultantu uzdevums ir saglabāt modrību attiecībā uz ētikas jautājumu “Ko man *vajadzētu* darīt?”, kā arī uz praktiskākiem jautājumiem “Ko es varu darīt?” un “Kā to varu paveikt?”.

## SOCIODINAMISKĀ KONSULTĒŠANA: “VALODAS SPĒLE”

No sociodinamiskā skatpunkta, konsultēšana galvenokārt ir “valodas spēle”. Konsultēt kādā noteiktā veidā nozīmē izmantot īpašu vārdu krājumu, kas konsultantu vada un iedvesmo vai liek viņam domāt un rīkoties tieši tā un ne citādi. Mūsu patība, uzturētās attiecības un apdzīvotā sabiedriskā telpa tiek līdzkonstruētas, izmantojot simboliskus un lingvistiskus līdzekļus. Pateikts teikums, izmantota metafora, noteikts balss tonis, izrunāts vārds — visas šīs un neskaitāmas citas lingvistiskās darbības ir *gājieni* valodas spēlē, kurā tiek konstruēta nozīme un notiek simboliska mijiedarbība.

Cilvēka dzīve ir saistīta ar *valodu*. Ikdienā, arī konsultēšanas procesā, problēmu risināšanas pamatinstrumenti ir valodas (intelektuālie) instrumenti. Konsultēšanas process un jebkurš konsultējot atrastais risinājums ir *mijiedarbības rezultāts*, ko palīdzības sniedzējs un meklētājs ir sasnieguši starppersonisku sarunu ceļā. Palīdzības sniedzējs un palīdzības meklētājs konsultēšanas attiecības vienmēr rada kopā — ar lingvistisku un emocionālu atsaucību un kopīgām sarunām.

## JAUNS KONSULTĒŠANAS VĀRDU KRĀJUMS

Tradicionālajiem konsultēšanas veidiem, piemēram, kognitīvi biheiviorālajai konsultēšanai, psihodinamiskajai konsultēšanai un humānistiskajai konsultēšanai, ir jau labi iesakņojušies vārdu krājumi. Protams, šie konsultēšanas veidi ir pelnījuši atzinību. Daudzi pētījumi apstiprina konsultēšanas vērtību neatkarīgi no izmantotās metodes.

Tomēr tradicionālajiem konsultēšanas veidiem ir raksturīga turēšanās pie sen iedibinātiem vārdu krājumiem, kas noveco un zināmā mērā zaudē savu lietderību. Daļēji tas notiek tāpēc, ka tradicionālo konsultēšanas veidu lielākā daļa ir attīstījusies industriālajā laikmetā sociālo zinātņu pozitīvisma novirziena ietekmē. Industriālais laikmets beidzas, un “industriālais prāts” vairs nav piemērots, lai izprastu mūsdienu sabiedrisko dzīvi. Pozitīvistu vārdu krājumu, kas tika izmantots sociālo zinātņu jomā, tagad sāk aizvietot jaunāki termini no tādiem novirzieniem kā konstruktīvisms, feminisms, naratīvs, sistēmu teorija, haosa teorija, komplicētības teorija, etnogrāfija un simboliskais interakcionisms.

Sabiedrība mainās. Mainoties sabiedrībai, mainās cilvēki un mainās arī vārdu krājums, ko viņi izmanto dzīves pieredzes aprakstīšanai. Lai konsultēšana saglabātu aktualitāti un spētu apmierināt palīdzības meklētāju vajadzības mūsdienu sabiedrībā, ir jāmainās arī tai — gan izmantoto vārdu, gan metožu ziņā.

Šajā sociodinamiskajai konsultēšanai veltītā darba ievadā es necenšos pierādīt, ka “mana metode ir labāka par jūsējo”. Es drīzāk aprakstu un no jauna aprakstu tās idejas, kas veido sociodinamisko konsultēšanas pieeju. Tā es ceru izveidot jaunu konsultēšanas vārdu krājumu — jaunu nozīmju konfigurāciju vai jaunu “valodas spēli” —, ko nākamās konsultantu paaudzes, iespējams, pieņems. Savukārt šo jauno nozīmju un valodas ietekmē var tikt izgudroti jauni nelingvistiskās uzvedības veidi un jauni rīcības veidi, kas izrādīsies lietderīgi, lai risinātu cilvēku dzīves praktiskās problēmas.

Sociodinamiskā pieeja aicina: “Lūk, ir cita iespēja! Pamēģini domāt šādi un paskaties, ko tas tev dos.” Par jebkuru domāšanas veidu jāpajautā: “Ko šis domāšanas veids dod? Kā tas ietekmē manu rīcību?”. Sociodinamiskā pieeja mudina domāt, ka būtu labi pārstāt konsultēt “vecajā stilā”

un tā vietā sākt darīt ko citu. Mūsdienu sabiedrības neparedzamība un mainīgums<sup>8</sup> nozīmē, ka ir vajadzīgi jauni konsultēšanas veidi.

Pēdējo desmitgažu laikā ir attīstījušies naratīvie<sup>9</sup> un uz sistēmām balstītie konsultēšanas modeļi<sup>10</sup>, kā arī filozofiskie<sup>11</sup> jeb uz gudrību balstītie konsultēšanas veidi. To pamatā parasti ir postmodernā<sup>12</sup> domāšana. Šajos modeļos tiek izmantoti *jauni*, attīstībā esoši tādu vārdu krājumi, kas apraksta, ko nozīmē palīdzēt citiem. Sociodinamiskā konsultēšana ierindojas blakus šiem jaunajiem modeļiem, bet tās vārdu krājums nav identisks ar pārējo modeļu vārdu krājumiem.

Radot jaunu konsultēšanas vārdu krājumu, mēs varam izmantot filozofiskas idejas, literāras formas un sociokulturālus pētījumus, lai tie veidotu konsultēšanas metodes informatīvo pamatu. Metaforu “trūkumu noteikšana”, “patoloģija” un “pielāgošana” vietā mēs varam izmantot tādas metaforas kā “iespējas radīšana”, “izvēļu paplašināšana”, “kapacitātes palielināšana” un “personīgā brīvība”. Protams, katrs cilvēks ir arī psiholoģiska būtne. Mēs varam turpināt aizgūt idejas no psiholoģijas, socioloģijas un izglītības sfēras, lai konstruētu konsultēšanas praksi, kas iet roku rokā ar izmaiņām sabiedrībā.

Sociodinamiskā pieeja ir *savienojosa pieeja*: dažādu zinātņu nozaru idejas tiek sasaistītas, bet netiek zaudēts katras idejas veselums. Sociodinamiskās pieejas vārdu krājumā nedominē viena zinātņu nozare.

## KONSULTANTS IRONIZĒTĀJS

Cenšoties izprast un aprakstīt cilvēku rīcību un nepatīkamas situācijas, sociodinamiskajā pieejā priekšroka tiek dota ironijai un piesardzībai pret burtisku izpratni. Ironizētāja domāšanas un izpausmes metode ir dialektiska, tā cenšas pretstatīt jauno vecajam, izmantojot metaforas, pārnestās nozīmes un humoru, lai atmaskotu stagnējošas idejas un pieejas, kas ierobežo dzīves virzību uz priekšu.

Ironiskais prāts ir pretstats industriālajam prātam, kas labprāt izmanto burtisko izpratni, instrumentālo domāšanu, klasificēšanu, objektivitāti un efektivitāti. Industriālajam prātam raksturīgā burtiskā izpratne atspoguļo pārliecību, ka lietas var izmērīt un novērtēt saskaņā ar iepriekš noteiktiem kritērijiem. Ironizētājs par to nav tik pārliecināts un pieļauj iespēju, ka kritērijus var radīt vai ka tie attīstās procesa gaitā. Ironiskajā metodē priekšroka tiek dota vecu ideju un vārdu izmantošanai jaunā veidā. Ja cilvēki tiek iepazīstināti ar pavisam jauniem vārdiem un idejām, viņi, iespējams, vairs neizmanto vecās idejas un vārdus jautājumu uzdošanai un pasaules interpretēšanai. *Vīsam nav jābūt tā, kā tas parasti ir vai kā tas vienmēr ir bijis.*

Konsultants ironizētājs cer uz izdevību konstruēt labu dzīvi sev un uz iespēju izmantot konsultēšanas procesu, lai palīdzētu to darīt arī citiem. Viņš to panāk, saprātīgi un radoši izmantojot idejas, vārdus un valodu, lai aprakstītu un no jauna aprakstītu situāciju, kā arī saglabājot atvērtību dzīves procesu mainībai.

## KAS RADA PROBLĒMU?

Sociodinamiskās konsultēšanas izejas punkts atšķiras no daudzu citu palīdzības sniegšanas metožu izejas punkta. Tā vietā, lai uzmanību galvenokārt pievērstu psihei un meklētu, kas cilvēkā vai viņa uzvedībā ir aplams, sociodinamiskā pieeja interesējas par diviem palīdzības sniegšanas aspektiem: pirmkārt, par attiecību dinamiku un kontekstiem un, otrkārt, par pieejām jeb domāšanas un jušanas veidiem.

Sociodinamiskā konsultēšana kā metode ir izstrādāta:

- 1) lai palīdzētu cilvēkiem atzīt savus sasniegumus, stiprās puses un potenciālu;
- 2) lai cilvēkus atbalstītu un virzītu, palīdzot viņiem attīstīt savas kapacitātes, lai viņu virzību dzīvē vairāk ietekmētu tās izdevības, iespējas un mērķi, kurus viņi uzskata par svarīgiem; sociodinamiskais impulss paredz, ka cilvēks attīsta savu “iekšējo konsultantu”<sup>13</sup>;

- 3) lai vairāk uzsvērtu kontekstu, sabiedriskumu un sabiedrisko un personisko realitāšu līdzkonstruēšanu. Problēmas bieži ir nevis cilvēka prāta un personības “iekšienē”, bet gan kontekstā jeb apstākļos, starp cilvēkiem vai starp cilvēkiem un apstākļiem, kādos cilvēki dzīvo. Problēmas bieži ir sekas, ko radījusi neveiksmīga starppersoniskā saziņa, attiecību sabrukums vai ļaunprātīga izmantošana vai arī neatbilstība starp personas vēlmēm un konteksta dotajām iespējām. Persona tiek uzlūkota kā aktīvs sabiedrības dalībnieks vai morāla būtne. Priekšroka tiek dota terminiem rīkoties, rīcība un darbība, nevis terminam uzvedība. Personas patība tiek sociāli konstruēta, izmantojot valodu, un tiek uzskatīta par komplicētu, organizētu nozīmju sistēmu, kuru persona izmanto, pārstāvēt sevi sarunās ar citiem, interpretējot pasauli un virzot savu rīcību;
- 4) lai nozīmes un pieredzes aprakstus izmantotu kā galvenos motivācijas avotus. Idejas, pieejas un nozīmes būtiski ietekmē mūsu rīcību un veido pamatu sarunām un saziņai ar citiem cilvēkiem.

## DOMĀŠANA KONSTRUKTĪVAJĀ TAGADNĒ

Sociodinamiskā konsultēšana var sniegt lielas iespējas gan palīdzības sniedzējiem, gan meklētājiem. Darba process, kurā tiek attīstītas stiprās puses, radošums un uz sadarbību balstīta iesaistīšanās, ir iedvesmojošs un atbrīvojošs. Cilvēki, kam ir iemācīts, ka viņi ir nespējīgi, izstumti vai marginalizēti vai atrodas nelabvēlīgā situācijā, ir izbrīnīti, kad viņiem tiek atklātas viņu stiprās puses un tās apstiprinās nozīmīgā dialogā un rīcībā.

Iespējamību un iespēju noskaidrošana vieš cerības. Konsultēšanas procesam jāpalīdz cilvēkiem no jauna apzināties savu identitāti, jāapstiprina jau paveiktais un tas, ko viņi spēj paveikt, kā arī jāpaver ceļš uz jaunu kapacitāšu veidošanu savā kultūrvidē. Šis process atvieglo pāreju no pasīvas vai bezpalīdzīgas pašuztveres uz to, ka cilvēks sāk sevi uzskatīt par *izturīgu izdzīvotāju*. Tā vietā, lai sevi uzskatītu par slazdā iekritušu un bezpalīdzīgu personu, palīdzības meklētājs var konstruēt jaunu izpratni par sevi kā par spējīgu un radošu patību un kā par bagātīgu un vērtīgu personīgo resursu avotu. Ja domājat, ka nevarat, jūs nevarat. Ja domājat, ka varat, jūs varat.

Cilvēki, kas kāda iemesla dēļ dzīvo nabadzībā, ir marginalizēti vai nonākuši savā iekšējā cietumā, ko rada ierobežojošas un paralizējošas idejas, var sākt apzināties, ka jau tas vien, ka viņi ir izdzīvojuši, apliecina viņu izturību. Protams, nabadzība, apspiestība, marginalizācija un iespēju trūkums ir nežēlīgi un pazemojoši apstākļi, tomēr neizdevīgs kāršu sadalījums dzīvē vēl nenozīmē, ka spēle ir beigusies. Tādu personu kā Viktors Frankls<sup>14</sup> dzīve liecina, ka, pat dzīvojot neapraķstāmās šausmās, kā tas bija koncentrācijas nometnē, izdzīvošana ir atkarīga no neatlaidīgas “gribas saskatīt notiekošā nozīmi” un ticības, ka “es *varu* izdzīvot”. Pat sliktākajos eksistences apstākļos, kādus vien var iedomāties, nozīmei un idejām ir vērtība.

Lai palīdzības meklētājiem palīdzētu atrast “evakuācijas izeju” no nevēlamiem apstākļiem, konsultanti var izmantot *konstruktīvo tagadni*, kas viņiem ļauj vizualizēt un konstruēt labāku nākotni. Konstruktīvā tagadne ietver trīs elementus: 1) eksistenciālās realitātes, kas pastāv tagadnē; 2) iespējamības un iztēloto nākotni; 3) neļaušanos nereālām fantāzijām un neiztēlošanos par bezpalīdzīgu personu.

Sociodinamiskā konsultēšana palīdz cilvēkiem dzīvē tikt uz priekšu, ejot pa ceļiem, kas attīsta viņu kapacitātes. Centieni palīdzēt balstās uz to, ko var konstruēt, iemācīties un īstenot, nevis uz to, kas ir nepareizs, nepietiekams vai neiespējams. Šī pieeja, proti, “domāšana konstruktīvajā tagadnē”, ir visu sociodinamiskās palīdzības sniegšanas stratēģiju pamatā.

## PĀRBAUDE PRAKSĒ

Katras šajā grāmatā iekļautās idejas auglīgumu un paņēmienu aprakstu ir izmēģinājuši un vērtējuši gan palīdzības sniedzēji, gan meklētāji. Es neapgalvoju, ka šī metode ir efektīvāka par citām, bet aicinu lasītājus pārdomāt sociodinamisko pieeju un tās idejas, kā arī izmēģināt šajā grāmatā

izklāstītos konsultēšanas paņēmienus. Tad, izmantojot praksi un pārdomas par savu pieredzi, gan palīdzības sniedzēji, gan meklētāji varēs izlemt, cik vērtīgas ir sociodinamiskās idejas un paņēmieni. Iedarbību var pārbaudīt darot un darīto pārdomājot, nevis teoretizējot *par* darīšanu.

Balstoties uz vairākas desmitgades ilgiem pētījumiem un praksi, varu apgalvot, ka tālāk aprakstītās idejas un paņēmieni man ir lieti noderējuši dažādajās lomās, ko esmu uzņēmis savās profesionālajās gaitās, būdams konsultants, psihologs, skolotājs, vadītājs, terapeits, supervizors, kolēģis un reflektējošs domātājs.

## PĀRĒJĀS GRĀMATAS UZBŪVE

Grāmatas 2. nodaļā ir aprakstīta sociodinamiskās palīdzības sniegšanas filozofija. Šīs nodaļas mērķis ir ļaut lasītājiem saprast, ko nozīmē palīdzības sniegšana saskaņā ar sociodinamisko pieeju. Tajā ir iekļauts arī sociodinamiskās palīdzības sniegšanas vārdu krājums un izklāstītas dažas galvenās idejas.

Grāmatas 3. nodaļā ir aprakstīti sociodinamiskās konsultēšanas galvenie paņēmieni — gan galvenās idejas, gan praktiskās procedūras.

Grāmatas 4. nodaļā ir sniegts 17 gadus veca jaunieša konsultēšanas apraksts. Tajā ir ietverti komentāri par daudzām svarīgām sociodinamiskās konsultēšanas idejām, ko ilustrē palīdzības sniedzēja un meklētāja mijiedarbība konsultēšanas laikā.

Grāmatas pēdējā daļā ir iekļautas skaidrojošas piezīmes un atsauces.

Manuprāt, grāmata kopumā apraksta sociodinamiskās palīdzības sniegšanas ierosināto *konsultanta attieksmi*. Daudzos gadījumos *konsultanta attieksme*, t. sk. viņa noskaņojums, pieeja un pasaules uzskats, ietekmē konsultēšanas procesu un palīdzības meklētāju vairāk nekā jebkurš cits faktors.

Šā ievada nobeigumam esmu izvēlējis divus citātus. Vispirms Ričarda Rortija vārdi.

*Visi cilvēki nēsā sev līdzī vārdu kopumu, ko viņi izmanto, lai pamatotu savu rīcību, pārliecību un savu dzīvi... Ar šiem vārdiem — dažreiz nākotnes un dažreiz pagātnes formā — mēs stāstām savu dzīvesstāstu.<sup>15</sup>*

Otrs citāts ir no Ludviga Vitgenšteina "*Vermischte Bemerkungen*".

*Pieklūt dziļumā esošam sarežģījumam ir grūti. Ja to tver tikai virspusēji, tas joprojām paliek tas pats sarežģījums. Tas ir jāizrauj laukā ar visām saknēm, un tas nozīmē sākt domāt jaunā veidā. Šīs izmaiņas ir tikpat noteiktas kā, piemēram, pāreja no alķīmiskā domāšanas veida uz ķīmisko. Tieši jaunais domāšanas veids ir tik grūti iedibināms.*

*Tiklīdz jaunais domāšanas veids ir iedibināts, daudzas no vecajām problēmām pazūd; tās pat ir grūti atcerēties, jo tās ir zudušas reizē ar mūsu pašizpaušmes veidu. Ja mēs ietērpjamies jaunā pašizpaušmes veidā, vecās problēmas tiek aizvestas prom kopā ar veco apģērbu.<sup>16</sup>*

Vārdi ir instrumenti dzīves konstruēšanai un dzīvošanai. Ir svarīgi, no kāda vārdu krājuma jūs izvēlaties savus instrumentus.

## 2. nodaļa

# Sociodinamiskās palīdzības sniegšanas filozofija

### INDUSTRIĀLĀ LAIKMETA KONSULTĒŠANAS MODEĻU IEROBEŽOJUMI

Industriālā laikmeta konsultēšanas metodes dažkārt tiek kritizētas par to, ka tās pārmērīgi uzsvēr personības mainīšanas un uzvedības pielāgošanas metodes, kā arī nevērīgi attiecas pret valodas, nozīmes un veseluma nozīmību.<sup>17</sup> Lai sasniegtu noteiktos mērķus, konsultantiem un citiem profesionāliem palīdzības sniedzējiem tiek mācītas daudzas vērtēšanas un diagnosticēšanas “tehnikas” un ieviešanas metodes, kas paredzētas uzvedības un personības mainīgo faktoru izmaiņai.

No sociodinamiskā skatpunkta, tas, ka izteikti tiek uzsvērtas uzvedības mainīšanas tehnikas un ieviešanas metodes, rada vairākus sarežģījumus. Pirmkārt, gan sociālo zinātņu domāšanas virzienos, kas radās pēc Tomasa Kūna<sup>18</sup> laika, gan postanalītisko filozofu Čārlza Teilora<sup>19</sup>, Ričarda Rortija<sup>20</sup> un Alastera Makintaira<sup>21</sup> rakstos ir uzsvērtā vajadzība pēc jauniem vārdu krājumiem, lai varētu izprast, kā attīstās un funkcionē patība, personība un sabiedrība. Pēdējo desmitgažu laikā ir mainījusies arī “patības” koncepcija. Notiek būtiska pāreja no teorijas par “psihometrisku” patību, ko veido mainīgi faktori, uz “naratīvu” patību, ko veido stāsti un nozīmes.

Otrkārt, daži konsultēšanas jomas autori un pētnieki apgalvo, ka konsultēšanas pamatā ir zinātniski pētījumi un ka konsultanti būtu uzskatāmi par zinātniekiem praktiķiem. Manuprāt, šie apgalvojumi ir pretenciozi.<sup>22</sup> Centieni ticami prognozēt personas uzvedību lielākoties ir bijuši nesekmīgi, turklāt pēc vairāk nekā gadsimtu ilgiem pētījumiem psiholoģijas zinātnes centieni noteikt universālus likumus par cilvēku uzvedību nav devuši nekādus iespaidīgus rezultātus.

Konsultanta profesijā ir vajadzīgs vispārīgāks intelektuālisms. Vajadzētu notikt saziņai starp dažādām zinātņu nozarēm — starp literatūrzinātni, filozofiju, antropoloģiju, socioloģiju, psiholoģiju, sociokulturālajiem pētījumiem, komunikācijas zinātnei un izglītību — par to, kā vislabāk izprast cilvēka rīcību un nodrošināt lietderīgas konsultēšanas metodes un stratēģijas. Iespējams, konsultēšanu labāk būtu uzskatīt par praksi, kas galvenokārt balstīta uz kultūru, nevis zinātniskiem pamatojumiem.

Konsultēšanā lielāku labumu dod “minējuma” stratēģijas, kas balstās uz idejām un zināšanām, kuras apkopotas no dažādām zinātņu nozarēm, nevis centieni prognozēt un izskaidrot cilvēku uzvedību, pamatojoties uz zinātniskiem atklājumiem. Ar to es negribu sacīt, ka zinātniski pierādījumi nebūtu jāņem vērā; drīzāk — zinātnei, it sevišķi psiholoģijai, vajadzētu būt tikai vienai no daudzām autoritātēm, kuras tiek izmantotas kā konsultēšanas informatīvais pamats.

Mūsdienās psiholoģijas zinātne vairs nevar būt vienīgā noteicēja konsultēšanas jomā, jo cilvēks ir ne vien psiholoģiska, bet arī sabiedriska, kulturāla un pašveidojoša būtne. Konsultantiem un citiem profesionāliem palīdzības sniedzējiem ir vajadzīgi *vairāki* objektīvi, caur kuriem novērot un izprast cilvēkus, viņu domas, jūtas un rīcību.

Cilvēku rīcības un sabiedrības dinamikas izprašanai lietderīgāki, visticamāk, būs tādi jēdzieni kā naratīvs, simboliska līdzkonstruēšana, pašveidošana, dzīves laukums, pieeja, attieksme, ētiskie pieņēmumi, noskaņojums un nozīmes veidošana, nevis tādi kā personības mainīgie faktori, raksturīgās iezīmes, klasifikācijas un uzvedība — gan normāla, gan anormāla.

Lai gan tas nenotiek vispārēji, tomēr ir vērojama noteikta pāreja no paradigmātiska skatījuma uz cilvēkiem kā “uzvedības īstenotājiem” un “informācijas apstrādātājiem” uz uzskatu, ka cilvēki ir “stāstnieki” un “nozīmes veidotāji”, kā arī līdzkonstruējoši “pasaules veidotāji”. Aizvien biežāk tiek atzīts, ka rīcību veicina un virza idejas, garīgās nostājas, ētiski spriedumi un nozīme. Šādā skatījumā cilvēka rīcību motivē vēlme pēc nozīmes un nozīmes radīšana. Citiem vārdiem sakot, visu apzi-

nāto cilvēku rīcību *nosaka nostāja*. Tas, kā mēs darbojamies un mijiedarbojamies noteiktā situācijā, ir atkarīgs no mūsu nostājas šajā situācijā.

Cenšoties pārkāpt pāri pozitīvistu un industriālā laikmeta konsultēšanas formulējumu robežām, sociodinamiskā pieeja izmanto tādus jēdzienus kā nozīmes veidošana, stāstu stāstīšana, naratīva patība, kopīga rīcība, vadītā līdzdalība, dzīves laukums, apzināta problēmu risināšana un valodas instrumenti. Konsultēšanā uzsvars ir novirzīts no uzvedības tehnoloģijas uz simbolisku konstruēšanu un no personības struktūras uz kontekstualizētu savas identitātes un savu nostāju veidošanu, turklāt konsultēšanā uzmanība tiek vērsta uz ētisku, nozīmīgu un pragmatisku ideju izmantošanu, nepaļaujoties vairs tikai uz uzvedības un uzvedības maiņas jēdzieniem.

Treškārt, tradicionālajās konsultēšanas metodēs nav palīdzības sniegšanas filozofijas, uz kuras balstīt konsultēšanu. Lielākā to daļa galvenokārt orientējas uz “tehnisku” kompetenci un preskriptīvu iejaukšanos. Industriālā laikmeta literatūrā par konsultēšanu filozofisku ideju vai nu nav, vai arī tās tiek izsmietas kā vienkārša aizdomāšanās vai nesakarīga prātošana. Savukārt sociodinamiskā pieeja filozofiskajai domāšanai pamatoti piešķir nozīmīgu statusu.

## FILOZOFISKU IDEJU NOZĪMĪGUMS KONSULTĒŠANĀ

Vairums konsultēšanas metožu paredz, ka konsultantiem ir jāsāk ar instrumentāliem jautājumiem “Ko palīdzības sniedzējs *var* darīt, lai palīdzētu konkrētajam palīdzības meklētājam konkrētajā kontekstā?” un “Ko palīdzības meklētājs *var* darīt vai *var* iemācīties darīt, lai pats sev palīdzētu?”. Šie jautājumi attiecas uz palīdzības sniegšanas un problēmu risināšanas darbībām un pasākumiem, kurus *var* īstenot, ja ir tāda iespēja. Tie, protams, ir svarīgi jautājumi, un konsultēšanas procesa lielāko daļu veido centieni rast uz tiem atbildes.

Tikpat svarīgi jautājumi gan palīdzības sniedzējam, gan meklētājam ir šie: “Ko man *vajadzētu* darīt?”, “Kā man *vajadzētu* dzīvot tālāk, lai atrisinātu šo problēmu?”, “Kā man *vajadzētu* dzīvot savu dzīvi?”. Tie ir filozofiski jautājumi, kas norāda uz vajadzību pēc ētiskas spriešanas un lemšanas, kā arī uz to, cik svarīgi ir atzīt, ka cilvēki ir *morālas būtnes*, kas pieņem lēmumus un rīkojas, balstoties uz tādiem pamatojumiem, kuri viņiem ir saprotami un nozīmīgi.

Tādējādi cilvēki uzdod ētiskus jautājumus un lemj, kā risināt sev nozīmīgas lietas, balstoties *gan* uz instrumentāliem, *gan* morāliem vai ētiskiem spriedumiem. Mūsu kā konsultantu vērtību lielā mērā nosaka mūsu pozīcijas apzināšanās attiecībā pret līdzcilvēkiem. Ko mums *vajadzētu* darīt citu labā? Un ko mēs *varam* darīt, lai atbalstītu viņu centienus dzīvot kā par sevi atbildīgām personām?

No sociodinamiskā skatpunkta, svarīga konsultēšanas un konsultanta funkcija ir palīdzēt citiem (un pašiem sev) formulēt, novērtēt un radīt idejas par to, kā dzīvot savu dzīvi. Sociodinamiskajā pieejā konsultēšanu virza “labas idejas” par to, kā dzīvot, kā arī instrumentāli mērķu sasniegšanas līdzekļi. Mēs dzīvojam ideju piesātinātā vidē; dažas idejas palīdz ētiski rīkoties, citas ne. Gan svēto, gan varmāku rīcību virza idejas, un gan līdzjūtība, gan cietsirdība sakņojas idejās par to, kā vajadzētu dzīvot.

Modernās, industrializētās sabiedrībās ir savairojušās formulas, kas rāda, kā būt efektīvam, efektīgam un ātram un kā padarīt visvairāk ar vismazākajām izmaksām. Diemžēl šīs “tehniskas dzītās un laika badā esošās” attieksmes dēļ bieži pārāk zemu tiek novērtēta apcerīga domāšana, gudra lēmumu pieņemšana un idejas par to, kā dzīvot “labu” dzīvi. Labus darbus un labu izturēšanos cilvēki pamet novārtā, lai kļūtu efektīvi, efektīgi un ātri, kas — kā apgalvo vairums sociālo komentētāju — noved pie stresa pārmāktas un raizpilnas dzīves, tāpēc jājautā, ko vēl mēs varam darīt?

Vēlos skaidri nošķirt “moralizējošu” nostāju, ko es neatbalstu, no “ētiskas spriešanas”, ko es atbalstu. Termins *moralizējošs* atgādina aprobežotību, subjektivitāti, aizspriedumainību, paštaisnumu, absolūtismu un fundamentālistisku domāšanu. Es uzskatu, ka cilvēki ir ētiskas būtnes un, lai kā arī nebūtu, mēs dzīvojam ētiskā vidē.



Ieņemt atbildīgu nostāju ētiskā vidē nozīmē vēlēties izprast tās jūtas, vērtības, motivācijas un idejas, kas virza gan mūs, gan citus. Tas nozīmē piešķirt lielu vērtību pašizziņai un attiecībām. Tas nozīmē nekaitēt citiem un neizturēties cietsirdīgi. Tas liek mums pārbaudīt un izvērtēt idejas pēc tā, kāda ir to spēja sekmēt personas atbildību pret sevi un citiem. Ikdienā mums vispārēji ir jāvadās pēc ētiskām idejām to “labuma” dēļ.

Diemžēl konsultācijā ētiskus lēmumus nevar pieņemt un ētiskas pretrunas nevar atrisināt, atsaucoties uz ētikas kodeksiem vai priekšrakstiem, ko ir vai ko nav ētiski darīt. No sociodinamiskā skatpunkta, ētiskums balstās uz kritisko domāšanu, dialogu, realitātes apspriešanu, attiecībām un gatavību atzīt vairākas realitātes un nozīmes nianšes. Vairumā gadījumu mēs nevaram atrisināt ētiskas pretrunas, lasot ētikas rokasgrāmatu par noteikumiem, tiesu procedūrām, autoritatīvām patiesībām un sankcijām.

Ētika nav īpašs spriedumu kopums, kuri piemērojami tikai tad, ja kāds noteikums nav ņemts vērā vai nav pamanīts. Ētisku lēmumu pieņemšanā mēs iesaistāmies nemitīgi — visos mūsu ikdienas aspektos.

Ētiskā domāšana bieži rada uztraukumu. Ētiska izšķiršanās par to, ko vajadzētu darīt, nav viegla un dažkārt nav arī nomierinoša. Cilvēkam ir jāspēj novērtēt nozīmes nianšes, jābūt gatavam apspriest dažādas nozīmes, kas slēpjas eksistenciālās situācijās, noskaidrot ētiskus cēloņus, pieņemt lēmumus un rīkoties atbildīgi. Ētiskā domāšana liek pievērst uzmanību attiecībām, valodas izmantošanai, kontekstam, kultūras paražām, individuālajai un sociālajai atbildībai. Tāpat ētiskā domāšana liek koncentrēties uz ideju un rīcības spēku.

Konsultanti uzklausa neskaitāmus palīdzības meklētāju stāstus par ētiskiem jautājumiem, par to, ko vajadzētu darīt pašapliecināšanās vai konstruktīvu attiecību dēļ vai tādēļ, lai izdzīvotu, nezaudējot cilvēcisko pašcieņu. Lūk, dažas vadlīnijas konsultantiem, kas pieņem ētiskus lēmumus un izturas ētiski: atzīt pašizziņas vērtību, uzņemties individuālu un sociālu atbildību, iesaistīties dialogā, lepoties ar labā atbalstīšanu sabiedriskajā dzīvē, veicināt kritisko domāšanu un ar cieņu izturēties pret atšķirīgiem viedokļiem.

## IDEJAS KONSULTĒŠANAS PROCESA VADĪŠANAI

Šajā sadaļā ir aprakstītas trīspadsmit galvenās sociodinamiskās palīdzības sniegšanas filozofijas idejas. Es uzskatu, ka ikviena ideja, atbilstīgi īstenota, piešķirs konsultēšanai lielāku vērtību. Tas, kā šīs idejas ir izmantojamas praksē, ir atkarīgs no katras konkrētās situācijas. Neviena no šīm idejām nav piemērota visiem gadījumiem, tāpat kā neviena konkrēta ideja nav labākais padomdevējs visās konsultēšanas situācijās.

Tālāk izklāstītās idejas nāk no vairākiem domāšanas veidiem — filozofiskā, literārā, psiholoģiskā, lingvistiskā un sociokulturālā —, kā arī no tās bezgalīgās priekšstatu jūras, ko sauc par kultūras veselo saprātu. Katru ideju esmu centies attēlot tā, lai lasītājam kļūtu skaidrs, kā to iespējams izmantot palīdzības sniegšanai. Neesmu izteicis nekādus apgalvojumus par šo jēdzienu relatīvo nozīmību. Visi kopā tie rada priekšstatu par to, ko nozīmē “sociodinamiskās palīdzības sniegšanas filozofija”.

### Konsultēšana un sociālais kapitāls ir savstarpēji atkarīgi

Nav šaubu, ka ekonomiskais un politiskais kapitāls mūsdienu sabiedrībā ir svarīgs. Visur tiek uzsvērta komercijas, finanšu, peļņas gūšanas, tirgus un ražošanas nozīme. Tikpat svarīgs, bet daudzās sabiedrībās mazāk uzsvērts, ir *sociālais kapitāls*, tās politikas pamatnostādnes, programmas un metodes, kas izstrādātas, lai atbalstītu cilvēka kā personības, ģimenes locekļa un kopienas dalībnieka labklājību un pašcieņu. *Sociālo kapitālu* veido cilvēki, viņu sociālā un personīgā labklājība, viņu prasmes un talanti, kā arī sociālās politikas pamatnostādnes un sociālā atbalsta sistēmas.

Demokrātiskas sabiedrības atbalsta uzskatu, ka visiem cilvēkiem ir civilās tiesības un tiesības uz iespēju izveidot tādu dzīvi, kuru ir vērts dzīvot. Lai gan daudziem cilvēkiem to neizdodas sasniegt, viens no mūsdienu sabiedrības locekļu svarīgākajiem mērķiem joprojām ir *piepildījums*. Iespēja gūt piepildījumu ir būtiska sabiedrības sociālā kapitāla komponente. Cilvēkiem, kas vēlas gūt piepildījumu, var traucēt daudzi faktori, piemēram, nabadzība, nepietiekami pieejama veselības aprūpe, apcietinājums, izglītības trūkums, ar etnisko piederību, rasi vai spējām saistīta marginalizācija un aizspriedumi, dzimumu nelīdztiesība, neatbilstīga pensiju sistēma un vecāka gadagājuma cilvēku ievietošana aprūpes iestādēs.

Sociālo kapitālu galvenokārt sekmē politika, sociālā strukturēšana un tiesību akti, bet, ja sociālais kapitāls netiek atbalstīts un pienācīgi nodrošināts, cilvēkiem, cenšoties rast izeju no iespēju trūkuma un marginalizācijas, ir jāpaļaujas pašiem uz saviem resursiem un pašizgudrotām metodēm, kā rast piepildījumu.

Piepildījuma rašana ir kļuvusi par pašdarbības procesu, jo sociālās atbalsta sistēmas ir sarukušas, savukārt tradicionālie virzītāji (ģimene, baznīca, vecāka gadagājuma cilvēki, kopiena) ir mainījušies un to ietekme — vājinājusies. Konsultēšana ir viena no dažām atlikušajām darbībām, kas cilvēkiem var palīdzēt atrast vai uzkonstruēt izeju no bezdarba, nabadzības, kapacitātes trūkuma, kultūras apjukuma vai citiem marginalizācijas veidiem un kas var atbalstīt cilvēkus viņu piepildījuma meklējumos.

Konsultēšana ir process, kas ir īpaši izstrādāts, lai viena persona (konsultants) palīdzētu otrai personai (palīdzības meklētājam) risināt konkrētas ikdienas dzīves problēmas. Konsultēšana kā palīdzības sniegšanas process, kas notiek “aci pret aci”, ir viena no retajām mūsdienu sabiedrībā atlikušajām eksistenciālajām tikšanās iespējām, kad cilvēks var patiesi tikt uzklauts un viņa problēmas var tikt risinātas. Lai gan konsultēšana nevar izmainīt sociālās struktūras vai sociālās politikas pamatnostādnes, tā ir būtiska metode sociālā kapitāla attīstīšanai starppersoniskā un individuālā sabiedriskās dzīves līmenī.

### **Konsultantam pirmkārt jābūt cilvēcīgam**

No sociodinamiskā skatpunkta, konsultantam saskarsmē ar palīdzības meklētājiem pirmām kārtām ir jābūt *cilvēcīgam*. Ē. Gofmana<sup>23</sup> veiktie pētījumi par ikdienas dzīves dinamiku pārliecinoši argumentē to, ka cilvēki visās dzīves situācijās izmanto “sevis parādīšanas” stratēģijas. Šo stratēģiju izvēle ir atkarīga no personas spējas sevi parādīt, no iespaida, kādu šī persona vēlas par sevi radīt, un no konkrētās situācijas prasībām, it sevišķi saistībā ar varu un kontroli.

Profesionālu palīdzības sniedzēju socializācija parasti virza viņus uz tālāk nosaukto sevis parādīšanas stratēģiju izmantošanu, lai sevi parādītu kā personu, kas:

1. ir eksperts, t. i., “persona, kas zina vislabāk”,
2. ir objektīva un bez aizspriedumiem,
3. “kontrolē” situāciju,
4. ir oficiāla persona,
5. pārstāv apstiprinātus uzvedības standartus,
6. ir zinātniski vai tehniski sagatavots profesionālis.

Katra no šīm sevis parādīšanas stratēģijām ne vien palīdzības sniedzēju parāda kā pārāku par palīdzības meklētāju, bet arī nostāda viņu distancētā, objektīvā pozīcijā gan attiecībā pret palīdzības meklētāju, gan attiecībā pret ikdienas sabiedrisko dzīvi. Viens no šādu sevis parādīšanas stratēģiju izmantošanas rezultātiem ir palīdzības sniedzēja atsvešināšanās no palīdzības meklētāja.

Pretstatā sevis parādīšanas stratēģijām, kas ir izstrādātas, lai palīdzības sniedzējam attiecībā pret palīdzības meklētāju piešķirtu autoritatīvu statusu, sociodinamiskās palīdzības sniegšanas filozofija paredz, ka konsultācija ir patiesa un cilvēcīga divu personu tikšanās un abām personām ir tiesības uz cieņu. Autoritāte būtu jāiegūst, pateicoties zināšanām, nevis statusam, amatam vai sabiedriskajam stāvoklim. Galvenais ir nevis tas, ka palīdzības sniedzējs un meklētājs būtu vienlīdzīgi, bet gan tas, ka viņu atšķirības ir jāciena, nevis jāizmanto kā līdzeklis, lai demonstrētu personīgo varu un kontroli.

Martins Bubers<sup>24</sup> ir rakstījis, ka cilvēcīga līdzjūtība — bez izlikšanās, lomas spēlēšanas vai pārākuma apziņas — otram cilvēkam dod vairāk cerību nekā vissarežģītākās psiholoģijas tehnikas. Sociodinamikas ideāls ir palīdzības sniedzēja un meklētāja konstruktīva sadarbība, balstoties uz kopīgu cilvēcību un cieņu pret atšķirībām. Gan palīdzības sniedzējam, gan meklētājam konsultēšanas attiecībās ir jādod savs ieguldījums.

Konsultēšanas attiecības neveido zinātājs un nezinātājs; tās drīzāk ir vienošanās un kopdarbības attiecības. Es neapgalvoju, ka palīdzības sniedzējam un meklētājam ir “vienlīdzīga” vara vai zināšanas, bet es *apgalvoju*, ka viņi abi var dot svarīgu ieguldījumu konsultēšanas procesā. Turklāt konsultēšanas process ir *vērtīgāks*, ja gan konsultants, gan palīdzības meklētājs ciena viens otru kā personu un ciena to, ko katrs no viņiem konsultēšanas procesam var dot.

Tiekoties ar palīdzības meklētājiem, palīdzības sniedzēji bieži sevi parāda kā *oficiālus* kādas iestādes pārstāvjus un dažkārt rīkojas kā kontrolieri vai pat uzraugi. Dažreiz konsultanti izturas kā *birokrāti*, kuru uzdevums ir izskaidrot noteikumus un iestādes politiku, savukārt citi konsultanti sevi definē kā *objektīvus datu avotus*, kuru pienākums ir sniegt palīdzības meklētājiem patiesu un precīzu informāciju. Šīs sevis parādīšanas stratēģijas ir cieši saistītas ar institucionāli noteiktu lomu. Šādām lomām gandrīz vienmēr ir raksturīga noteikta objektivitāte, distancētība, noslēpumainība, kompetence un bezpersoniskums. Tās var izrādīt aizdomas, neuzticēšanos, autoritāru zināšanu pārākumu, un pat aizspriedumainu attieksmi rases, etniskās piederības, dzimuma vai sociālās šķiras dēļ.

Turpretim, *runājot ar otru kā ar līdzcilvēku*, ir ļoti grūti izvairīties no atbildības sajūtas par to otras personas dzīves aspektu, kas konsultācijā tiek pārrunāts. “Cilvēcīga” seja smaida, izrāda ieinteresētību un cieņu, atspoguļo pašizziņu, kas ļauj veidot dialogu, un norāda uz zināmu atvērtību, lai sniegtu un saņemtu cilvēcīgas izjūtas. Cilvēcīga seja bez maskas atklāj palīdzības sniedzēja būtību un ļauj otram apjaust, cik lielā mērā var paļauties, ka palīdzības sniedzējs rūpēsies un palīdzēs.

### **Palīdzēšana citiem ir laba un ētiska rīcība**

Palīdzības sniegšana ir laba un ētiska rīcība neatkarīgi no jebkādam doktrīnām. Palīdzības sniedzējs un meklētājs abi ir cilvēki neatkarīgi no viņu statusa, ādas krāsas, vecuma, dzimuma un citām iezīmēm. Visās zināmajās kultūrās ir kāds individuāls palīdzības sniedzējs — konsultants, priesteris, šamanis, pūšlotāja, sociālais darbinieks, mentors, vecākais, palīgs vai terapeits. Palīdzības sniedzēju apzīmējumi katrā kultūrā ir atšķirīgi. Palīdzības sniegšanas konkrēto funkciju un veidu vienmēr nosaka kultūra.

Palīdzības sniegšanai ir daudz mērķu: mazināt ciešanas, atbalstīt personīgo brīvību un autonomiju, palīdzēt citiem novērst nomācošus apstākļus un pārvarēt šķēršļus, kas traucē sekmīgu virzību dzīvē, palīdzēt pieņemt lēmumus, palīdzēt dzīves praktiskajā plānošanā, risināt konkrētas sadzīves problēmas, veicināt kapacitāti, apstiprināt personas pieredzi, radīt jaunas pieejas, nostiprināt personas identitāti un ieviest saskaņu attiecībās.

Patiesi sniedzot palīdzību, būtu jāciena palīdzības meklētāja personības veselums un unikalitāte. Izņemot kritiskus ārkārtas apstākļus vai draudošu kaitējumu, palīdzība būtu jāpiedāvā bez uzmāksšanās, spaidiem, iejaukšanās un uzstājības.

Modernās sabiedrībās palīdzības sniegšana ir kļuvusi par patēriņa preci un daudzi cilvēki par palīdzības sniegšanu citiem saņem atalgojumu, tomēr patiesa palīdzības sniegšana, pat kā patēriņa prece, aizvien var atbilst garīgajām un ētiskajām rūpju, līdzjūtības, mīlestības un miera tradīcijām. Tas tā ir, kamēr palīdzības sniegšanas mērķis ir atbalstīt pašcieņu, izvēli, mērķus un kapacitāti, indivīdam, kurš meklē palīdzību un vēlas konstruktīvi piedalīties sabiedrībā.

No sociodinamiskā skatpunkta, konsultēšana ir viena no svarīgākajām darbībām mūsdienu sabiedriskajā dzīvē. Postindustriālā sabiedrībā cilvēkiem ir maz iespēju piedalīties sarunā, kurā otra persona uzmanīgi un pacietīgi klausās, palīdz formulēt personīgo pieredzi un kā partneris iesaistās problēmu risināšanas un dzīves plānošanas dialogā. Šajā kontekstā patiesa konsultācija var būt ārkārtīgi svarīga tiem cilvēkiem, kam ikdienā ir problēmas, kurām viņi paši nespēj atrast vai radīt apmierinošu risinājumu.

Konsultēšana var būt drošs patvērums, lai uz mirkli atvilktu elpu no ikdienas burzmas. Šajā patvērumā cilvēks var visu “salikt pa plauktiem”, sarunāties ar izpalīdzīgu personu, kas ir ieinteresēta, prot atrast risinājumus un vēlas sniegt atbalstu. Te cilvēks var apzināties savas vēlmes un apkopot spēkus, lai stātos pretī sarežģījumiem un ar jauniem un atjaunotiem centieniem sekmīgi virzītos pa kulturālas dzīves ceļiem.

Sociodinamiskā konsultēšana — kā pagaidu patvērums un dzīves plānošanas un personīgās pieredzes pārdomāšanas darbnīca — ir izstrādāta, lai nodrošinātu visus vai dažus no tālāk nosauktajiem desmit resursiem:

1. palīdzību dzīves laukuma pieredzes un nozīmes formulēšanā;
2. emocionālo un sociālo atbalstu, uzticamību un līdzjūtību;
3. uz dialogu balstītu saziņu, kurā ietverta pacietīga klausīšanās bez iejaukšanās un intelektuāla saruna;
4. piekļuvi informācijai, sadarbības tīkliem un citiem resursiem;
5. dzīves plānošanu un dzīvesveida pārskatīšanu un pilnveidošanu;
6. ideju un pieeju neikdienišķu novērtēšanu;
7. koncentrētu un apzinātu problēmu risināšanu;
8. sadarbību, daloties ar domām, fantāzijām un idejām par to, kā pārvarēt personīgās grūtības un šķēršļus, kas ikdienā traucē sekmīgi dzīvot;
9. unikalitātes un dažādības atzišanu, it sevišķi saistībā ar kulturālo pieredzi un piederību;
10. tādas mācīšanās apstākļus, kas veicina izvēli un kapacitātes palielināšanu.

Tas, cik lielā mērā šīs desmit sociodinamiskās konsultēšanas iezīmes dominēs katrā konkrētajā konsultācijā, būs atkarīgs no dažādiem apstākļiem. Sevišķi liela ietekme būs palīdzības sniedzēja un meklētāja kulturālajām iezīmēm, attieksmei un zināšanām. Palīdzības sniegšanas veids, kas ir pamatots vienā kultūras kontekstā, ne vienmēr būs lietderīgs citā.

Konsultāciju var būtiski ietekmēt arī citi faktori: 1) palīdzības meklētāja vajadzības un gaidas; 2) konsultanta vispārējā kompetence, attieksme pret palīdzības sniegšanu un gudrība; 3) noteiktā kontekstā piedāvātās konsultēšanas institucionāli noteiktais mērķis.

### **Konsultēšanai būtu jāveicina personīgā brīvība**

Amartija Sens<sup>25</sup> — 1998. gada Nobela prēmijas laureāts ekonomikā — darbā “Attīstība kā brīvība” rūpīgi analizē saistību starp sabiedrības ekonomikas resursiem un cilvēku spēju dzīvot tā, kā viņi vēlētos. Viņu interesē gan sabiedrības, gan indivīda attīstība. Viņa idejas par individuālo attī-

tību apstiprina sociodinamiskās konsultēšanas tēzi, ka personai (konsultēšanas procesā) ir jāsaņem palīdzība to mērķu sasniegšanai, kurus tā uzskata par vērtīgiem.

A. Sens apgalvo, ka mēs kā kompetenti cilvēki nevaram izvairīties no uzdevuma novērtēt to, kāda ir situācija, kādai tai vajadzētu būt un ko mēs varam darīt, lai izmainītu to, kas maināms. Lai palīdzības meklētāji varētu virzīties uz dzīves mērķiem, kurus viņi uzskata par vērtīgiem, un tādējādi palielinātu personīgo brīvību, konsultēšanas dialoga laikā konsultantiem ir jāpatur prātā šādi jautājumi.

1. Kādas ir šīs personas reālās spējas — ko tā *prot* darīt?
2. Kādas ir šīs personas *potenciālās* spējas — ko tā varētu veikt, ja tai būtu iespēja konkrētās spējas apgūt vai attīstīt?
3. Vai konkrētā *sociālā situācija* veicina to, lai persona izmantotu vai mācītos izmantot savas kapacitātes? Ja atbilde ir “nē”, tad mēs esam noteikuši kavēkli jeb šķērslī šīs personas kapacitāšu attīstīšanai, kas tādējādi ierobežo tās personīgo brīvību. Personīgā brīvība ir atkarīga no spējas izvēlēties; spēja izvēlēties ir tieši saistīta ar kapacitāti. Piemēram, personas izvēles kapacitāte ir būtiski ierobežota, ja persona neprot lasīt, nespēj staigāt vai abstrakti domāt utt. Ja personas kapacitātes attīstība tiek kavēta, persona nav brīva. Ja personas kapacitātes attīstība tiek atbalstīta, ir iespējams paplašināt personas izvēles iespējas un tā palielināt tās personīgo brīvību.

Visas dažādās spējas, kas cilvēkam ir vērtīgas, mēs varam uzskatīt par kapacitātēm. Kapacitātes var būt elementāras, piemēram, spēja lasīt vai runāt, bet tās var būt arī sarežģītākas darbības, piemēram, spēja nodrošināt pienācīgu pārtiku un patvērumu, piedalīties kopienas dzīvē vai veikt sarežģītu darbu. Personības stāvokļus, piemēram, pašcieņu vai stabilu un gandarījumu sniedzošu identitātes apziņu, mēs varam uzskatīt par psiholoģiskajām kapacitātēm.

Faktiski kapacitāte (arī reāla iespēja izvēlēties) ir zināma brīvība īstenot dažādus dzīvesveidus. Nosakot to, vai persona ir vai nav uzskatāma par brīvu, ir jāapzinās, cik ļoti būtiska ir izvēles nozīme. Piemēram, pārtikusi persona var izvēlēties gavēt, tāpēc tai būs ierobežota ēšanas funkcija. Tā var būt tāda pati kā trūcīgai personai, kas nevar atļauties iegādāties pārtiku, tomēr pārtikusī persona var izvēlēties ēst vai neēst, savukārt trūcīgā persona to nevar. Gavēšana nav tas pats, kas dzīvošana badā.

Viens no sociodinamiskās konsultēšanas pamatmērķiem ir palīdzēt cilvēkiem palielināt savu kapacitāti un sociālajās attiecībās sasniegt tādu stāvokli, kas veicina personīgās kapacitātes attīstību. Citiem vārdiem sakot, viens no sociodinamiskās konsultēšanas galvenajiem principiem ir tas, ka *ir labi palielināt personas kapacitāti, izvēles iespējas un brīvību, kā arī pilnīgi vai daļēji mazināt nebrīvības*.<sup>26</sup>

Vēl viena iezīme, kas nošķir izvēli un kapacitāti, ir saistīta ar atšķirībām starp *procesiem*, kas veicina lēmumu un rīcības brīvību, un *iespējām*, kas personai ir, ņemot vērā tās individuālos un sociālos apstākļus. Nebrīvības var rasties vai nu no nesekmīgiem procesiem (piemēram, civilo tiesību neievērošana), vai no reāla iespēju trūkuma (piemēram, piespiedu badošanās apstākļi, bezdarbs vai izglītošanās iespēju trūkums).

No sociodinamiskā skatpunkta, konsultantiem vajadzētu palīdzēt cilvēkiem attīstīt viņu kapacitāti, lai paplašinātu viņiem pieejamās izvēles un veicinātu nebrīvību mazināšanos. Konsultantiem pašiem par *vērtīgu* ir jāuzskata ideja par personīgo brīvību, t. i., par indivīda kapacitāti izvēlēties mērķus un attīstīt spēju virzīties uz mērķiem, kurus persona uzskata par vērtīgiem. Šā apgalvojuma pamatā ir spriedums, ka lielāka brīvība (kapacitāte un izvēles iespējas) uzlabo cilvēka spēju palīdzēt pašam sev, kā arī ietekmē sociālā atbalsta pasākumu kvalitāti.

Konsultantu rīcībā ir daudzi instrumenti, lai palīdzētu cilvēkiem palielināt kapacitāti un izvēles iespējas: mācību pasākumi, dzīves laukuma kopīga izpētīšana un kartēšana, sadarbības tīklu vei-

došana, dialogiska saziņa, individuālie darbības plāni, “evakuācijas izeju” atrašana izkļūšanai no nebrīvības, informācijas pārvēršana personīgās zināšanās, nostāju izmainīšana un savas identitātes apstiprināšana.

### **Sociodinamiskā konsultēšana ir balstīta uz gudrību**

Daudzus gadu desmitus konsultēšanā tika uzsvērtā *konsultēšanas rezultātu efektivitāte*. Protams, visām konsultēšanas metodēm ir jābūt pārbaudītām, lai to izmantojums uzlabotu grūtībās nonākušu cilvēku dzīvi. Par to nevar būt šaubu, tomēr tikpat svarīgi vai pat svarīgāki ir vēl citi jautājumi. Vai šī konsultēšanas metode veicina gudru izvēli? Vai šī metode izmanto to gudrību, kas ir atrodamā palīdzības meklētāja kultūras mantojumā? Vai šī konsultēšanas metode palīdz atbildēt uz jautājumu “Kā man vajadzētu dzīvot savu dzīvi?”? Vai tā paredz apspriest “garīgus” jautājumus un garīgas izvēles, kas palīdzības meklētājam sagādā grūtības? Vai šī konsultēšanas metode sniedz intelektuālu un emocionālu patvērumu un drošību cilvēkam, kas ikdienā saskaras ar sarežģītām problēmām? Vai konsultants un palīdzības meklētājs var radīt labas idejas par to, ko darīt un kā rīkoties, izmantojot tās zināšanas, kas konsultantam un palīdzības meklētājam piemīt, pateicoties viņu piederībai pie konkrētās kultūras?

Gudrība nav vienvērtīga, tāpēc to nevar galīgi un precīzi definēt. Gudrība apvieno neikdienišķas idejas par to, kā dzīvot un kā risināt dzīves problēmas, turklāt dažādi cilvēki atšķirīgos apstākļos gudrību pauž dažādi. Gudrība saistās vismaz ar:

- *realitātes meklējumiem*, cenšoties lietas saskatīt un uztvert tādas, kādas tās ir, un ļaujot, lai citi cilvēki un lietas mūs “uzrunā” pēc savas būtības;
- *kļūdainu pieņēmumu atpazīšanu* un aizspriedumainu un diskriminējošu ideju nepieņemšanu;
- apdomīgu un rezultatīvu rīcību;
- *rīcību, vadoties pēc veseluma pieejas*;
- eksistenciālās situācijas *neikdienišķu* uztveri;
- zināšanām, *kad rīkoties* un kad ne;
- *miera un līdzjūtības saglabāšanu* saskarsmē ar pasauli un problēmām;
- *reflektējošu un “kritiskās domāšanas” attieksmi* pret idejām un dzīves problēmām;
- laika pārbaudi izturējušu “labo ideju” repertuāra izveidi, kuras kalpo kā lietderīgas norādes par to, kā būtu jādzīvo konkrētā kultūras kontekstā;
- spēju *paredzēt problēmas* (balstoties uz dzīves pieredzi un pētījumiem) un spēju izvairīties no tām un/vai apzināti un efektīvi tās risināt;
- *rēķināšanos ar iegūto pieredzi* kā galveno realitāti;
- gan vērojošas, gan aktīvas nostājas novērtēšanu.

Abrahams Maslovs<sup>27</sup> pētīja pašrealizējušos (gudrus) cilvēkus. Kopumā viņš atklāja, ka viņi ir vairāk distancējušies no savas kultūras tradicionālajiem noteikumiem nekā pašnerealizējušies cilvēki. Viņi neuzskata sevi par objektiem un patērētājkultūru nepieņem nekritiski. Viņu dzīvē svarīgākās ir, kā A. Maslovs tās nosaucis, *B vērtības*: veselums, perfekts, pilnība, taisnīgums, dzīvīgums, bagātīgums, vienkāršība, skaistums, labestība, unikalitāte, nepiespiestība, rotaļīgums, patiesība, godīgums, realitāte un pašpateicamība. Gudrība nozīmē saprātīgu un ētisku skatījumu, radošumu un skaidru apziņu. Tās būtu lieliskas palīdzības sniedzēja raksturīgās iezīmes.

Ko nozīmē apgalvojums, ka konsultēšana ir balstīta uz gudrību? Kopumā tas nozīmē vairāk uzsvērt un novērtēt “labās” idejas, kā arī vērsties pie jautājuma “Kā man vajadzētu dzīvot savu dzīvi?”. Turklāt uz gudrību balstītas konsultēšanas jēdziens atbilst nostājai, ka palīdzības sniegšana ir darbība, ko vada ētiski lēmumi.

Uz gudrību balstītā palīdzības sniegšana atzīst, ka ir svarīgi uzticēties kultūras saprātam un zināšanām, kas gūtas, pārdomājot dzīves pieredzi. Gudrība nenoliedz tehnisku, abstraktu teoriju un ekspertu ieteikumu vērtību. Teorētisko un tehnisko kompetenci gudrība uzskata par svarīgu zināšanu veidu līdztekus citiem zināšanu veidiem. Palīdzības sniegšanu var virzīt gan teorija, gan kultūras saprāts; *tiem nevajadzētu vienam otru nepieļaut vai izslēgt*. Tomēr diezgan bieži palīdzības meklētājiem šķiet, ka viņiem vairāk palīdz nevis teorētisks viņu problēmas izskaidrojums, bet gan konkrēti piemēri par to, kā citi cilvēki ir atrisinājuši līdzīgas problēmas.

Daudzi mūsdienu sabiedrību ietekmējošie faktori veicina tehnoloģisku attieksmi, kā arī cilvēku un viņu sabiedrisko aktivitāšu padarīšanu par precī. Tas lieki noder tirgus spēkiem un uzņēmumu mērķiem, tomēr bieži vien iedragā indivīdu eksistences cilvēcīgumu. Konsultanti var palīdzēt palīdzības meklētāju centienos “ar zobiem un nagiem” atcīnīt savu personīgo eksistenci un panākt atjaunotu cieņu pret cilvēka unikalitāti, solidaritāti ar citiem un spēju darboties, ja viņi šos mērķus uzskata par vērtīgiem. Tas nozīmē, ka sociodinamiskā konsultēšana risina ar *dzīvesveida* izvēli un *dzīves kvalitāti* saistītus jautājumus, ja tas atbilst palīdzības meklētāja vajadzībām. Šī gatavība būt ieinteresētām indivīda dzīves kvalitātē liecina par sociodinamiskās konsultēšanas holistisko raksturu.

Šis uzdevums aizstāvēt “cilvēcīgumu” ikdienas dzīvē ir svarīgs palīdzības sniegšanas profesiju pārstāvjiem. Tieši palīdzības sniegšanas profesiju pārstāvji cenšas palīdzēt cilvēkiem izstrādāt, izveidot un īstenot ikdienas problēmu risinājumus. Uz gudrību balstīta palīdzības sniegšana var palīdzēt no jauna apstiprināt indivīdu kā veselumu — gan kā darītāju, gan kā sabiedrības dalībnieku, kurš efektīvi iesaistās dialogiskās attiecībās ar citiem cilvēkiem (A. Turēns)<sup>28</sup>.

Mums ir arī jāpaplašina konsultēšanas apvāršņi — jāatzīst “garīguma” nozīme un vajadzība formulēt un apspriest garīgās dzīves problēmas (kas ir vajadzīgs daudziem cilvēkiem), ko bieži uzskata par ārpus konsultēšanas jomas esošu jautājumu. Uz gudrību balstīta konsultēšana legalizē garīgu jautājumu apspriešanu konsultēšanas procesā, kad vien garīgums ir saistīts ar palīdzības meklētāja problēmām vai ir palīdzības meklēšanas iemesls.

Garīguma idejai ir jābūt elastīgai un plašai — tai jāaptver ne tikai daudzas tradicionālās reliģiskās problēmas, bet arī diskusijas par personīgo filozofiju un iedvesmojošām idejām no literatūras un dzīves, kā arī diskusijas par cilvēces ekoloģisko saikni ar dabu, visu dzīvo un planētu. Šādi uztverot garīgumu, konsultanta pienākums ir būt nevis sludinātājam, kas cenšas pievērst jaunai ticībai, bet gan partnerim, kurš iesaistās dialogā.

### **Uz gudrību balstītas konsultēšanas elementi**

Tie gudrības elementi, kas šķiet izšķirīgi svarīgi palīdzības sniegšanas procesam un palīdzības sniedzējam, ir šādi.

- Kas te patiesībā notiek? Kā šim cilvēkam var palīdzēt aprakstīt pieredzi un eksistenciālās situācijas interpretāciju tā, kā viņš to uztver? Būtībā realitātes meklētāji ir progresīvi domājoši, uztverīgi un elastīgi. Viņi uzmanās, lai neieslīgtu ierastā domāšanā, uztverē un pašizpaušmē. Viņi zina, ka visi paskaidrojumi, teorijas un modeļi labākajā gadījumā ir primitīvi un aptuveni realitātes atveidi. Viņi izvairās no “vienīgā pareizā ceļa” un melnbaltā domāšanas veida. Gudri jeb viedi cilvēki ir uzmanīgi. Viņi neizslēdz jaunas idejas un nepieķeras vecām koncepcijām, kas jaunos kontekstos vairs nav piemērotas. Realitātes meklētāji lielā mērā paļaujas uz aprakstiem un piesardzīgi izturas pret teoriju un galīgiem skaidrojumiem.
- Cilvēkam ir sistēma, kas izraisa dažādas intensīvas emocijas — dusmas, pretīgumu, atriebību, greisirdību, alkātību, alkas, naidu, bailes utt. Izmantojot pašnovērošanu, gudri cilvēki ir iemācījušies atpazīt šādas reakcijas un rīkoties, lai neļautu tām iesakņoties savā pasaules uztverē. Viņi ir iemācījušies arī nepieļaut to, ka šie emocionālie stāvokļi noved pie kaitīgas rīcības. Protams, gudri cilvēki nav pasīvi. Viņi ir iemācījušies virzīt savas darbības, ņemot vērā ne vien limbisko

sistēmu, bet arī refleksiju. Viņus vada prātīga domāšana, līdzjūtība, pacietība, piemērota laika izvēle, sevis un citu apzināšanās, labestība un ētiskās vērtības. Viņi savstarpējā saskarsmē virzās uz mieru — gan personīgo, gan kopīgo —, nevis uz vardarbīgu reakciju un uzkundzēšanos.

- Tāda sistēma kā indivīds, ģimene, dzīves laukums, institūcija vai kultūra ir veselums, ko veido mijiedarbībā esošas, savstarpēji atkarīgas daļas un pastāvīgi attiecību modeļi. Mēs pārāk bieži koncentrējam uzmanību uz kādu daļu un neievērojam ietekmes modeļus, kuri ar šo daļu mijiedarbojas, tāpēc konsultēšanas procesā mums nevajadzētu nošķirt dažādus personas aspektus. Jūtas, uztvere, darbības, iemiesto un nozīme — tās visas ir daļas, kas mijiedarbojas sistēmā, kuru mēs saucam par “personu”, turklāt šī persona ir iesaistīta attiecībās ar sava dzīves laukuma elementiem.
- ar visām citām dzīvības formām un dabisko Visumu. Šī ir ekoloģiskā gudrība, kas daudzām iezemiešu tautām vēl piemīt, bet modernajām sabiedrībām ir zudusi. Kā norādījis Deivids Ābrams<sup>29</sup>, no ekoloģiski gudras pieejas skatpunkta, ne jau ar mūsu valodas instrumentiem veiktie paziņojumi ir “patiesi” vai “nepatiesi”, bet gan attiecības, ko veidojam un uzturam ar pārējo dabu. Var uzskatīt, ka tādi indivīdi vai cilvēku kopienas, kas ar apkārtejo dabu dzīvo harmoniskās un abpusēji labvēlīgās attiecībās, “dzīvo patiesībā”. Šādu patiesību mēs varam apgūt, tikai stāstot un uzklusot stāstus — gan autobiogrāfiskus, gan kultūras stāstus.
- Uz gudrību balstīta palīdzības sniegšana var tikt īstenota, ja palīdzības sniedzēji spēj izmantot ētikas principus un tos savā darbībā īstenot ar apņēmību un stāju, kurā apvienots intelekts, emocijas un iztēle. Ieņēmis šādu nostāju, cilvēks var rīkoties līdzjūtīgi citu labā un cienot citus, kā arī cienot sevi un savu rīcību.

Mūsdienu komercializētā dzīve bieži ir pretrunā ar līdzjūtību, savstarpēju cieņu un ētisku sprišanu. Cilvēki visapkārt runā par pārmērīgu stresu, laika trūkumu un to, ka viņi nekur nerod patvērumu no tirgus ekonomikas neprātīgā izdzīvošanas skrējiena. Ikdienas saspringtais, drudzainais temps un dzīvesveids mūsdienu sabiedrībā ir kā uzbrukums pašcieņai, līdzjūtībai un iekšējam mieram. Viss ir nedrošs un riskants, un reti kur ir rodams patvērumš no lietišķā saprāta radītā stresa.

Uz gudrību balstīta palīdzības sniegšana cenšas radīt iespējas, lai cilvēks saprastu, cik svarīgi ir dzīves mierīgie, pacietīgie un kontemplatīvie brīži. Tā arī cenšas atjaunot holistisku skatījumu uz cilvēkiem, viņu pasauli, kā arī uz plašāku pasauli — planētu. Tā cenšas cilvēkus virzīt uz iekļautību, nevis atstumtību, uz saliedētību — gan iekšēju, gan ārēju —, nevis nošķirtību. Tā spēcīgi pretojas cilvēku dehumanizēšanai. Tai pašā laikā tā cenšas palīdzēt cilvēkiem veidot tādas dzīves pieejas un ceļus, kas viņiem ļautu gūt sekmes tajā sabiedrībā, pie kuras viņi pieder.

Uz gudrību balstīta konsultēšana atbalsta personīgās brīvības principu, ko veido izvēle un spējas. Tā atzīst cilvēku eksistences un sabiedrības sociālo raksturu, tāpēc apstiprina nepieciešamību būt atbildīgam gan personīgi, gan sociāli. Uz gudrību balstīta konsultēšana saistās gan ar labu raksturu (S. Blekbērnš)<sup>30</sup>, gan labu rīcību. Palīdzības sniegšana ir ētiska un laba visās mums zināmajās kultūrās neatkarīgi no doktrīnām un ideoloģijām.

Šo diskusiju par sociodinamiskās palīdzības sniegšanas filozofiju es vēlos papildināt ar četrus filozofus atziņām. Tie ir dāņu filozofs Sērens Kirkegors (1813–1855) un Knuts Lēgstrups (1905–1981), krievu literatūras teorētiķis Mihails Bahtins (1895–1975) un vācu eksistenciālisma filozofs Karls Jaspers (1883–1969). Manuprāt, katrs no viņiem ir paudis sociodinamiskajai konsultēšanai nozīmīgas idejas, kas padziļina diskusiju par sociodinamiskās palīdzības sniegšanas filozofiju.

Idejas par ētisku uzvedību, kuras izvirzījuši Sērens Kirkegors un Knuts Lēgstrups, palīdzības sniedzējiem nodrošina daudz informācijas. Lai gan viņi dzīvoja dažādos laikmetos un viņu domāšanas veids atšķīrās, abi ir sarakstījuši filozofiskus darbus, kas mūsdienu palīdzības sniedzējiem ir svarīgi.



## Sērena Kirkegora eksistenciālisms

Kādā no savām iepriekšējām grāmatām es biju apkopojis noteiktas S. Kirkegora idejas, kas daudziem lasītājiem šķita iedvesmojošas. Tagad es šo materiālu ietveru kā fiktīvu lekciju, kurā S. Kirkegora vārdi no grāmatas “*Kā es kā autors redzu savu darbu*” ir nedaudz izmainīti. Ja S. Kirkegors tagad būtu dzīvs un mēs viņu aicinātu nolasīt īsu lekciju par palīdzības sniegšanas būtību, manuprāt, viņš ar mums runātu šādi.

*Vispirms ir jāpieliek pūles, lai noskaidrotu, kādā situācijā ir otra persona, un jāsāk no turienes. Tāds ir palīdzības sniegšanas noslēpums. Cilvēks, kurš to neiemācās, pats maldās, kad piedāvā citiem palīdzēt. Lai palīdzētu citam cilvēkam, pirmām kārtām ir jāsaprot vairāk par šo cilvēku, tomēr — pats galvenais — noteikti ir jāsaprot, ko saprot šis cilvēks. Ja es to nezinu, tad mana dziļākā izpratne šim cilvēkam nederēs.*

*Tomēr, ja esmu gatavs ar savu dziļāko izpratni dīžoties, esmu iedomīgs vai lepns. Sirds dziļumos es vēlos nevis šim cilvēkam palīdzēt, bet tikt apbrīnots, taču visa patiesā palīdzības sniegšana sākas ar pazemošanos — palīdzības sniedzējam pirmām kārtām ir jābūt pazemīgam, nevis jānostāda sevi augstāk par to, kam viņš grib palīdzēt. Palīdzēt citam cilvēkam nozīmē nevis dominēt vai rīkoties uzmācīgi, bet kalpot. Palīdzēt nozīmē nevis būt ambiciozam, bet pacietīgam.*

*Palīdzēt nozīmē uz laiku paciest pārmetumus, ka jūs nezināt un — sākumā — nesaprotat to, ko saprot otrs cilvēks. Esiet pārsteigtais klausītājs, kurš sēž un uzklausa to, ko otrs cilvēks jums labprāt stāsta, jo jūs klausāties ar izbrīnu. Piemēram, iedomājieties, ka otrs cilvēks ierodas pie jums ārkārtīgi dusmīgs. Sāciet ar viņu runāt tā, it kā tieši šim otram cilvēkam būtu jāsniedz norādes jums (par viņa dusmu cēloņiem), un dariet to tā, lai šis dusmīgais cilvēks, kurš bija pārāk nepacietīgs, lai uzklausītu kaut vienu jūsu vārdu, rastu jūsos uzmanīgu un uztverīgu klausītāju. Ja to nevarat, jūs vispār nevarat viņam palīdzēt.*

S. Kirkegors šīs idejas radīja 1848. gadā, taču grāmatā tās tika publicētas tikai pēc viņa nāves 1855. gadā. Savā īsajā “lekcijā” viņš sniedz idejas, kas pauž dziļu izpratni par to, kas palīdzības sniedzējam ir jā dara, lai viņš patiesi varētu palīdzēt. Idejas par palīdzības sniegšanu, kuras viņš uzskatīja par labām, joprojām ir izmantojamas mūsdienās, it sevišķi šīs.

1. Skatieties no otras personasskatpunkta.
2. Klausieties bez aizspriedumiem un ļaujieties būt pārsteigts par dzirdēto.
3. Esiet pacietīgs, izrādiat cieņu un vienlīdzību.
4. Sāciet no tās vietas, kur otra persona ir, nevis no tās, kur jūs sagaidāt, pieņemat vai vēlaties, ka tā ir.
5. Ienāciet palīdzības sniegšanas situācijā kā nezinoša persona; ļaujiet, lai otrs jūs māca.
6. Ierobežojiet savu iedomību, augstprātību un vēlmi pašaplicināties.

Šie ieteikumi ir vērtīgs ieguldījums palīdzības sniegšanas filozofijā, uz ko balstās sociodinamiskā konsultēšana.

## Knuta Lēgstrupa ētika

Knuts Eilers Lēgstrups (1905–1981) ir dzimis Kopenhāgenā, un daudzi viņu uzskata par sava gadsimta ietekmīgāko dāņu morāles filozofu. Viņš stingri iebilda pret S. Kirkegora eksistenciālisma kristīgajiem principiem. K. Lēgstrups uzskatīja, ka nav ne kristīgās, ne sekulārās morāles, bet gan tikai viena, proti, cilvēciskā morāle. Viņš piedāvāja atšķirīgu izpratni par starppersonisko dzīvi, pamatojoties uz dabisku uzticību. Viņaprāt, neuzticēšanās ir iegūta, savukārt uzticēšanās ir dabiska un cilvēkiem iedzimta.

Esmu apkopojis dažas no K. Lēgstrupa atziņām tā, lai būtu redzams, ka viņa domas konsultantiem un palīdzības sniegšanas profesijas pārstāvjiem ir nozīmīgas. Esmu nedaudz pamainījis dažus viņa teikumus, bet esmu to darījis tā, lai neizmainītu pateiktā jēgu, kā es to izprotu. Vairums šo ideju ir no viņa grāmatas “Ētiskā prasība”<sup>31</sup>.

*Lai gan mēs veidojam savu “patību”, mēs neveidojam savu dzīvi — to mēs saņemam piedzimstot. Cilvēka dzīves dabiska pamatiezīme ir uzticēšanās. Bez uzticēšanās dzīve nebūtu iespējama. Šis uzticēšanās nosacījums izvirza mums ētisku prasību attiecībā pret pārējiem, proti, mums ir jāatzīst, jāciens un jāaprūpē tā otra cilvēka dzīves daļa, ko viņš nodod mūsu rīcībā, iesaistīdamies patiesā sarunā. Ir dabiski, ka cilvēks pret citiem izturas ar uzticību neatkarīgi no tā, vai tās ir zināmas vai nezināmas personas. Tikai dažos īpašos apstākļos mēs pret citiem izturamies ar neuzticību.*

*Uzticēties nozīmē atklāties, tāpēc mēs tik spēcīgi reaģējam, ja mūsu uzticēšanās tiek pievilta. Uzticības laušanai ir ļoti nopietnas sekas. Ja esam cilvēkam tuvojušies atklāti un labvēlīgi, bet uzticēšanās tiek izmantota ļaunprātīgi, izraisītās emocijas ir tik spēcīgas, ka bieži neļauj rast situācijas risinājumu un uzticēties turpmāk, vai vismaz to ļoti apgrūtina.*

*Bez uzticēšanās saziņa kļūst melnbalta, piesātināta ar apvainojumiem un aizdomām. Turpretī uzticēšanās ir kā padošanās. Ja atklāšanās tiek noraidīta, sākas morālas dabas apvainojumi. Šī atklāšanās ir jāpasedz. Būtībā, lai varētu rasties izpratne, katrā patiesā sarunā (dialogā) ir nepieciešama uzticēšanās.*

*Starppersoniskās saziņas būtību un līdzāspastāvēšanas radīto ētisko prasību nosaka tieši tas, ka viena persona uzdrošinās atklāties citai personai, cerot uz uzticības pilnu un apstiprinošu reakciju. Uzticēšanās un neuzticēšanās nav divi paralēli esamības veidi.*

*Neuzticēšanās ir nepilnīga uzticēšanās. Prasība pēc uzticēšanās cilvēka dzīvei ir raksturīga; cilvēks nevar izlemt, vai to sniegt vai ne. Šī prasība ir spēkā vienmēr; jo tā pieder pie dzīves, ko esam ieguvuši piedzimstot, tomēr ikvienā saskarsmē ar citiem cilvēks pieņem lēmumu par to, kas tieši tiks uzticēts. Prasība rūpēties par otras personas dzīvi ir spēkā vienmēr; bet to, kā un cik lielā mērā šīs rūpes paust, cilvēks izlemj katrā saskarsmē. Katram cilvēkam pašam ir jāizmanto savas zināšanas, iztēle un attapība, lai noteiktu, ko ētiskā prasība paredz un kā uz to reaģēt.*

*Pamatuzticēšanos un saziņu var sabojāt dažādi. Viens no veidiem ir ķeršanās pie “pieklājīgas” saziņas, kurā svarīgas lietas netiek pateiktas vai dzirdētas, jo tās tiek uzskatītas par nepieklājīgām. Pieklājīgā sarunā lielu daļu sacītā nosaka pārliecība, ka “tas ir tas, ko otrs cilvēks sagaida vai vēlas dzirdēt”, vai noteikums, ka “to pienākas sacīt, lai saglabātu pieklājību”.*

*Otrā uzticēšanās un saziņas aplamība ir pārlicība, ka mēs varam uzticēties un pašāvēģi runāt tikai ar pazīstamiem cilvēkiem. Patiesībā biežāk ir gluži pretēji. Būdami pazīstami, cilvēki bieži vien iemācās, kā izvairīties no tematiem, kas būtu jāapspriež, bet ko viņi nedara, baidīdamies sagraut pazīšanās nepiespiestību vai laiskumu.*

*Trešā uzticēšanās un saziņas aplamība ir uzskats, ka mēs zinām labāk par citiem, un vēlme viņus izmainīt. Uzskats, ka situāciju izprotam labāk nekā citi un ka zinām, “ko vajadzētu darīt”, bieži norāda uz aprobežotību, kurā izpratne un uzticēšanās tiek pārtraukta. Ja kāds uzskata, ka “zina labāk”, uzticēšanās bieži tiek pieprasīta vai ignorēta un dominē augstprātība un uzmācība, kas, visticamāk, uzticēšanos nomāks.*

*Ētiskajai prasībai, ko mums kā būtņēm, kam uzticēšanās ir dabiska iezīme, izvirza dzīve, ir divējādas attiecības ar “noteiktību”. Ja es sabiedriskās dzīves normas un standartus pieņemu kā savus un uzticamību galvenokārt aplūkoju no šo normu skatpunkta, tad varu izslēgt sarunas ar otru cilvēku un viedokli, kas tiek pieņemts dialogā, bet to vietā uzspiest otram cilvēkam šīs “normas”. Tā rūpes par otra cilvēka dzīves daļu kļūst nenoteiktas. Normu ievērošana var kļūt nozīmīgāka par uzticēšanos un atziņu, ka dažos gadījumos ir jāpieļauj izņēmumi.*

*Savukārt, ja ar „noteiktību” mēs saprotam to, ka konkrētā situācija — arī tā otra cilvēka dzīves daļa, par kuru ir runa, un faktori, kas to apdraud, — ir skaidra vai tik skaidra, ciktāl to var noskaidrot, tad šāda noteiktība nekļūst par nenoteiktību.*

Es K. Lēgstrupa vēstījumu interpretēju šādi: mūsu kā palīdzības sniedzēju vēlme darīt labu otram personai, runāt vai klusēt vai rīkoties saskaņā ar mūsu pārlicību par to, kas otram cilvēkam būtu vislabāk, vienmēr ir jāpapildina ar gatavību ļaut otram saglabāt suverenitāti savā pasaulē. Prasība, ka mums ir jārūpējas par to otras personas dzīves daļu, kura mums ir atklāta, neatkarīgi no tā, uz ko šī prasība varētu norādīt, ir arī prasība dot otram personai laiku un iespēju maksimāli paplašināt savu pasauli. Mūsu rūpes un uzticēšanās ir jāizrāda tā, lai atbrīvotu otru personu no nepamatotiem ierobežojumiem un nodrošinātu viņas redzējumam iespējami plašāko horizontu.

### **Mihaila Bahtina dialoga filozofija**

Trešais filozofiskais citāts, ko vēlos attiecināt uz sociodinamiskās konsultēšanas ētiskajiem aspektiem, ir krievu literatūras teorētiķa Mihaila Bahtina (1895–1975) vārdi. Viņš ir slavens ar savām atziņām par dialogu, kas raksturīgs cilvēka eksistencei, un sevišķi ar dialoga pretstatīšanu autoritatīvai saziņai. Dialogs ir abpusējs un līdzkonstruēts, savukārt autoritatīvai saziņai ir raksturīgs monologs un uzspiešana. M. Bahtins brīdināja, ka mums vajadzētu pretoties cilvēku dehumanizēšanai, un aicināja mūs apzināties, ka cilvēki nemitīgi attīstās. Mēs nevaram izdarīt galīgus secinājumus par otru personu vai viņu “pilnībā pazīt”, kamēr vien šī persona dzīvo. Nevar būt otras personas pabeigtības, līdz tā nav izteikusi savus pēdējos vārdus. Ja M. Bahtins tagad būtu dzīvs un lasītu lekciju, mēs, iespējams, dzirdētu šādu rindkopu no viņa 1984. gada grāmatas “Dostojevskas poētikas problēmas”.

*Patiesība par cilvēku (kas atklājas citu cilvēku sacītajos vārdos), kas netiek pausta dialogā ar šo cilvēku un kas tāpēc ir aizgūta patiesība, kļūst par meliem, kuri viņu pazemo un padara nedzīvu. Citu cilvēku apziņu nevar uztvert, analizēt un definēt kā priekšmetu vai lietu — cilvēks var patiesi izzināt citus cilvēkus, tikai iesaistoties dialogā. Domāt par citiem cil-*

*vēkiem nozīmē runāt ar viņiem, pretējā gadījumā viņi nekavējoties pagriež pret mums savu dehumanizēto pusi. Viņi apklust, noslēdzas un sastingst pabeigtos, dehumanizētos tēlos. Patiesība nedzimst un nav atrodama kāda indivīda galvā, tā rodas starp cilvēkiem, kas dialogā kopīgi meklē patiesību.*<sup>32</sup>

M. Bahtins reiz atzīmēja, ka ir lietderīgi patību uztvert kā viesnīcu ar daudziem numuriem. Katrā numurā ir iemitinājusies kāda balss. Piemēram, ja cilvēks nekad nav gatavojis ēdienu vai ja viņam ēdienu gatavošanā ir maza pieredze, viņa patībā nav “pavāra balss”, tomēr pēc vairākiem ēdiena gatavošanas pieredzes gadiem un, iespējams, dažu pavārmākslas kursu apguves, lasīšanas par gatavošanu un dažādu ēdienu gatavošanas, šai patībai parādās pavāra balss. Numurā, kurš atrodas viesnīcā, kas ir šī persona, tagad dzīvo balss — “pavāra balss”.

Šis piemērs parāda, ko M. Bahtins un tagad arī citi sauc par polifoniju jeb daudzbalssību. Tiklīdz kāda balss ir iemitinājusies patības viesnīcā, tā nekad no tās pilnībā neizrakstās. Tā var nostāties fonā, bet to vienmēr var izsaukt priekšplānā, lai tā kā (pieredzes) balss atkal runātu.

Piecdesmit gadi, ko esmu aizvadījis kā praktizējošs konsultants un psihologs, man ir iemācījuši, ka gandrīz vienmēr ir labāk ierasties uz konsultēšanas sarunu ar uzticēšanos un smagi strādāt, lai šo uzticēšanos saglabātu. Uzticēšanās (un cieņa, kas to papildina) ir būtisks labas konsultēšanas elements. Protams, es zinu, ka dažkārt otra persona nesniegs tādu pašu uzticēšanos, taču šī attieksme bieži mainās sarunas gaitā, kad es uzticos un pacietīgi cenšos izprast otras personas neuzticēšanās iemeslus, kā arī izrādīt cieņu pret šo cilvēku.

Pieredze man ir iemācījusi arī to, ka, ja es ieņemu “izbrīnītā klausītāja” pozīciju, kā iesaka S. Kirkegors, un izrādu uzticēšanos, rodas atklātība, kurā otra persona patiesi izklāsta savas dzīves pieredzes daļu, lai mēs abi to pārdomātu.

Turklāt man pienākas atzīt ētisko prasību aizsargāt un rūpēties par to dzīves daļu, kas man ir atklāta. Tas, kā es to varu izdarīt un ko tieši es daru, ir atkarīgs no daudziem konkrētā palīdzības sniegšanas procesa aspektiem. Es ļoti cenšos neizvairīties no atbildības rūpēties un rīkoties izpalīdzīgi savas kapacitātes, laika un iespēju robežās.

Bieži vien uzticēšanās un atsaucības pilna dialoga ietekmē palīdzības meklētājs kļūst vairāk orientēts uz palīdzēšanu sev pašam un būtībā saka: “Es piedalījos vērtīgā un pašaplicinošā sarunā,” vai pat vēl labāk: “Es to izdarīju pats”.

Palīdzības meklētāji, kas ir zaudējuši drosmi, dusmojas, klusē vai ir pagēroši, neizslēdz uzticēšanās un rūpēšanās faktoru, taču viņi apgrūtina tā sasniegšanu. Tāpat palīdzības sniedzēji, kas izturas objektīvi, kompetenti, augstprātīgi vai uzmanīgi, uzticēšanās iespējamību neizslēdz, taču to samazina.

Palīdzības sniedzējiem, cik vien iespējams, vajadzētu iejusties palīdzības meklētāju situācijā un uzlūkot viņus kā līdzcilvēkus kopējā cilvēcē. Centieni citus cilvēkus dehumanizēt un tendences viņus marķēt un klasificēt ir jāierobežo. Konsultēšanā nozīme ir tādai “objektivitātei”, kurā — ciktāl tas iespējams — palīdzības sniedzējs ielūkojas sevī. Tas viņam ļauj labāk atpazīt un ierobežot aizspriedumainas idejas un noraidošas emocionālas reakcijas pret palīdzības meklētājiem, kuri ir atšķirīgi vai rada grūtības. Tātad, cik iespējams, būtu jā saglabā uzmanīga subjektivitāte un atvērtība pret otra cilvēka aprakstītajām un formulētajām nozīmēm un dzīves pieredzi, kā arī jāturpina ielūkošanās sevī un jā saglabā “objektivitāte” pret savām reakcijām.

## Karls Jaspers: ikviens cilvēks ir sevis veidošanas process

Piezīmes par sociodinamisko konsultēšanu kā uz gudrību balstītu metodi beigšu ar ideju apkopojumu no Karla Jaspersa 1957. gada grāmatas “Cilvēks modernajā laikmetā”<sup>33</sup>. Profesors K. Jaspers (1883–1969) bija vācu eksistenciālisma filozofs un psihiatrs. Viņš ir pazīstams kā “eksistences filozofijas” pamatlicējs. Tālāk sniegti viņa vārdi, ko esmu nedaudz izmainījis un piedāvāju tos kā iedomātu lekciju.

*Mēs dzīvojam laikā, kad dominē tehnoloģijas un cilvēkam ir jārod un jārada “iekšējais konsultants”, lai viņa dzīve būtu veiksmīga, t. i., lai cilvēks izlēmīgi kontrolētu savas dzīves mehānismus un būtu patstāvīgs kā neatkarīgs indivīds.*

*Cilvēkam visu laiku ir jāveido saikne ar citiem cilvēkiem, balstoties uz stabili uzticēšanos. Lai izlēmīgi pārvaldītu savu dzīvi un veidotu saikni ar citiem cilvēkiem, balstoties uz uzticēšanos, būtiski ir izvēlēties dzīves filozofiju. Tikai novērtējis, kuras idejas ir labas, lai atbilstoši tām dzīvotu, un kuras ne, cilvēks var sevi izveidot par neatkarīgu būtni, kas jūtas droša uzticības pilnās attiecībās.*

*Dzīvojot strauji mainīgā, nepastāvīgā un mutuļojošā sabiedrībā, mums jāatceras, ka ikviens cilvēks ir kas vairāk, nekā viņš pats sevi apzinās esam. Ikviens cilvēks ir nevis viena nemainīga vienība, bet gan sevis veidošanas process. Ikviens no sevis var kaut ko izveidot ar tām dzīves darbībām, kuras viņš var uzņemties, kuras izlemj uzņemties un ko tiešām izdara. Savas identitātes apziņa ir zināšanu spēcīgākais instruments, tomēr tā sniedz izpratni un atklāsmi vienīgi, kamēr tā 1) sevi apzinās, 2) saglabā informētību par apkārtējo pasauli, 3) aktīvi veido dzīvi, kurai ir nozīme, un 4) ir saistīta ar citiem cieņpilnās un uz uzticēšanos balstītās attiecībās.*

Izklāstot tās palīdzības sniegšanas filozofijas iezīmes, kas ir sociodinamiskās palīdzības sniegšanas pamatā, esmu aprakstījis tā sauktos daudzus konsultanta attieksmes elementus. Konsultanta attieksme ir svarīgāka par visām īpašajām konsultēšanas prasmēm un paņēmieniem. Tas, kāds jūs esat kā indivīds, kā jūs uztverat un interpretējat pasauli, kurā dzīvojat, kā jūs uztverat citus cilvēkus un reaģējat uz viņiem un kā jūs uztverat pats sevi, — šī ir tā uztvere un interpretācijas, kas vada jūsu rīcību jūsu pieredzes eksistenciālajā pasaulē.

Konsultanta attieksmes nozīmīgums piešķir nozīmi principam “Katrs konsultants pats ir metode”. Šajā tehnoloģiju dominētās, globālās masu sabiedrības laikā gudrs konsultants mudina citus iesaistīties pašradītos un līdzradītos identitātes un kapacitātes attīstīšanas projektos, izmantojot savus resursus. Palīdzības sniedzējiem ieteicams atcerēties arī to, ka pašcieņu vislabāk var attīstīt, izmantojot uzticamas sociālās saiknes ar citiem cilvēkiem. Šie nosacījumi attiecas uz visiem cilvēka dzīves laukuma aspektiem — uz mājām, darbu, mācīšanos, spēlēšanos, veselību un garīgumu.

### Kopīga, nevis vienpusēja darbība

Labu konsultēšanu sekmē palīdzības sniedzēja un meklētāja *kopīga darbība* — kopīga klausīšanās, kopīga domāšana, kopīga jušana un kopīga konstruēšana. Konsultēšanas vērtību nosaka palīdzības sniedzēja un meklētāja *kopīgo* zināšanu, intelekta, radošuma un gudrības koordinēšana un apvienošana, lai lietderīgi atbildētu uz jautājumiem “Kas notiek šajā konkrētajā situācijā?”, “Ko man vajadzētu uztvert, iemācīties, zināt un darīt, lai dzīvētu tiktu uz priekšu?”, “Kas man jādara turpmāk?”, “Kā man vajadzētu dzīvot savu dzīvi?”.

Tomēr sociodinamiskā pieeja atzīst, ka cilvēks vienlaikus ir sabiedrības loceklis, kas iesaistās mijiedarbībā un dialogā kā sociālais partneris, un morāla būtne, kas pieņem lēmumus un rīkojas kā atbildīgs indivīds. Bez sabiedriskuma nebūtu mūsu patības un sabiedrības. Bez personīgās rīcības nebūtu atšķirīgu biogrāfiju un vēstures.

### **Cieņas izrādīšana ir sabiedriska labums**

Sociodinamiskās palīdzības sniegšanas pamatvērtība ir *cieņa*: cieņa pret palīdzības meklētāja unikalitāti un veselumu, pret attiecībām un konsultēšanas procesu, kā arī pret sevi. Viens no galvenajiem cieņas izrādīšanas veidiem ir palīdzības meklētāja personīgo nozīmju un pieredzes apstiprināšana. Savas patības un individuālās pieredzes apstiprināšana ir vajadzīga visiem cilvēkiem. Pieredze ir augsne, kurā var izaugt atskārsmes, nozīmes un rīcības sēklas. Konsultēšanas process sagatavo šīs sēklas, lai tās varētu augt pieredzes augsnē.

### **Pieejas nosaka rīcību**

Tas, ko mēs uztveram, domājam, iztēlojamies un jūtam — mūsu pieeja un nozīmes konfigurācijas, kas nepārtraukti veido mūsu apzināšanos —, ir konteksts, kas nosaka mūsu rīcību, tāpēc ir svarīgi tikt ielaistam otra cilvēka dzīves laukumā, lai zināšanas par viņa uztveri un rīcības cēloņiem mums palīdzētu šo cilvēku izprast. Jebkuras lietas būtību un nozīmi dažādi cilvēki vienmēr uztvers vai uzlūkos dažādi. Piemēram, iedomājieties, ka telpā ir pieci cilvēki un pa durvīm ienāk lācis. Ņemot vērā katra indivīda dzīves pieredzi, gandrīz noteikti var apgalvot, ka attiecībā uz lāci viņiem būs dažādas pieejas, kas savukārt izraisīs atšķirīgu reakciju.

<u>Nostāja</u>	<u>Rīcība</u>
Lācis ir bīstams	un ir jānogalina.
Lācis ir izsalcis,	un no tā ir jāizvairās.
Lācis ir apdraudēts	un ir jāaizsargā.
Lācis ir draudzīgs,	tāpēc es tam tuvošos.
Lācis mani fascinē,	un es gribu to vērot.

### **Pašradīšana (*Homo Creator*) — spēcinošs tēls, kas virza un iedvesmo konsultēšanu**

Viens no sociodinamiskās pieejas galvenajiem pieņēmumiem ir tas, ka gandrīz visi palīdzības meklētāji ir radošas un aktīvas personas, kam ir potenciāla kapacitāte konstruēt risinājumus un atbildes uz savām dilemmām. Viņiem ir arī kapacitāte vadīt savu dzīvi, ja vien ir atbilstīga mācību vide un nav ne iekšējas, ne ārējas ierobežošanas un ierobežojumu.

### **Gatavība, nevis pretošanās — jēdziens, kas palīdz izprast, kāpēc palīdzības meklētāji labprāt piedalās vai nevēlas piedalīties konsultēšanas dialogā**

Visi pieredzējušie konsultanti zina, ka palīdzības meklētāji bieži šķiet pasīvi un bezspēcīgi. Viņi var būt arī dusmīgi vai pagēroši pret konsultantu un kategoriski noraidīt to, ko konsultants piedāvā, tomēr pat personas ar tik sarežģītu uzvedību ir potenciāli spējīgas darboties radoši. Palīdzības meklētāji, kas uz konsultāciju ierodas pagērošā vai pasīvā noskaņojumā, parasti ir piedzīvojuši frustrāciju, zaudējumu un iejaukšanos viņu dzīvē tādā mērā, ka vairs nespēj ar to tikt galā. Ja dzīves apstākļi cilvēku ir apturējuši vai nogremdējuši, nav viegli saglabāt mieru.

Saskaroties ar dusmām un pretošanos, konsultantiem jāapzinās, ka palīdzības meklētāju negatīvisms patiesībā nav mērķēts uz viņiem, turklāt viņiem būtu jāierobežo sava tieksme izrādīt aizsargreakciju. Tā viņi atradīsies pozīcijā, kur iespējams daudz līdzsvarotāks skatījums uz citu personu negatīvismu un kur var atrast veidu, kā rast kopēju valodu.

Personu, kas izrāda negatīvismu vai pasivitāti, palīdzības sniedzējam vajadzētu uztvert kā tādu, kas *nav gatava* piedalīties konstruktīvā problēmu risināšanā. Tādā gadījumā *pirms* ķerties pie problēmu risināšanas konsultantam ir jārada apstākļi, kas veicina palīdzības meklētāja gatavību sazināties, mācīties un iesaistīties šajā procesā. Daudzreiz konsultēšana ir nesekmīga, jo konsultants neapzinās, ka pirms risinājuma meklēšanas ir jāizveido konstruktīvs sadarbības pamats.

Vispirms ir jānotiek sarunai, kas šķiet saprātīga gan palīdzības meklētājam, gan palīdzības sniedzējam. Tad var sākties dialogs un kaut nedaudz var tikt atrasta vai radīta kopēja valoda. Ja konsultēšanas procesā vispirms netiks atrasta kopēja valoda un sākota saprātīga sarunāšanās, liela progresa problēmu risināšanā nebūs.

### **Konsultēšanas process nodrošina uzlabotu mācīšanās vidi**

Palīdzības sniedzēja uzdevums ir zināt, kā izmantot idejas un paņēmienus, kas veido uzlabotu mācīšanās vidi, kurā var risināties pašradīšanas process. Palīdzības sniedzēja uzdevums nav ne diagnosticēt un ārstēt palīdzības meklētāja personības defektus, ne arī “nokārtot” otras personas problēmas. Sociodinamiskā konsultēšana nav preskriptīvs process, tas cenšas izvairīties no aizbildnieciskas vai žēlojošas nostājas.

Sociodinamisko palīdzības sniegšanu virza līdzdalības, konstruktīvisma un pašradīšanas impulss, nevis pamācīšanas, regulēšanas un labošanas impulss. Konsultanti un palīdzības meklētāji darbojas vislabāk, ja viņu attiecībās valda mijiedarbība, atsaucība, atklātība un dialogs. Šādās attiecībās palīdzības sniedzēja un meklētāja radošums un intelekts funkcionē kopīgi un palielinās izredzes panākt palīdzības meklētāja dzīves virzību uz priekšu.

### **Nostāja “Zinām mēs abi”**

Tradicionālos konsultēšanas modeļos bieži tiek pieņemts, ka konsultants “zina vislabāk”, tāpēc konsultants ne vien var dot padomus un norādīt uz citu cilvēku problēmu risinājumiem, bet viņam to pat vajadzētu darīt.

Sociodinamiskajā konsultēšanā aktīvi zinātāji ir *abi* — gan palīdzības sniedzējs, gan meklētājs — un katrs no viņiem kaut ko “zina vislabāk”: konsultants ir optimālu mācīšanās apstākļu nodrošināšanas un prasmīgas starppersoniskās saziņas eksperts, bet palīdzības meklētājs ir savas dzīves pieredzes eksperts.

Neviens — ne konsultants, ne arī kāds cits — tik labi nepārzina palīdzības meklētāja dzīves pieredzi kā viņš pats. Palīdzības meklētājs vislabāk zina arī mērķus, kurus viņš uzskata par vērtīgiem. Protams, palīdzības meklētājs varbūt nespēj savu dzīves pieredzi pietiekami skaidri formulēt un viņam var būt maza pieredze savas pieredzes izklāstīšanā. Zināšanas par savu pieredzi un spēja šīs zināšanas formulēt ir divi atšķirīgi procesi. Citiem vārdiem sakot, cilvēks bieži “zina vairāk nekā spēj pateikt”.

Te talkā nāk konsultanta māka prasmīgi izmantot starppersonisko saziņu un izklāstīt iegūto pieredzi. Sociodinamiskās konsultēšanas procesā ir nevis viens eksperts un viena marionete, bet gan divas personas, no kurām katra dod svarīgu ieguldījumu. Labu konsultēšanu rada kopīgi centieni risināt problēmas, nevis eksperta padomi.

### **Padomdošana var slikti beigties**

Jāatceras, ka ir vismaz trīs iemesli, kāpēc pret padomdošanu vajadzētu izturēties piesardzīgi. Pirmkārt, jebkurš padoms var izrādīties nepareizs. Otrkārt, padoms var būt labs, bet tas var tikt nepareizi īstenots. Treškārt, ja padoms — vienalga, labs vai slikts, — nesniedz vēlamos rezultātus, padoma uzklaušītājam rodas iespēja vainot padomdevēju sliktā padoma došanā. Tas nozīmē, ka padomdošana var sekmēt to, ka palīdzības meklētājs izvairās no atbildības. Ir jāatšķir padoms no

informācijas. Padomdošana labākajā gadījumā ir riskanta lieta, bet precīzas informācijas sniegšana īstajā brīdī un veidā ir ļoti svarīga.

## SOCIODINAMISKĀS KONSULTĒŠANAS KREDO

Mēs, līdzcilvēki, dzīvojam šajā pasaulē kopā. Atradīsim iespējas apvienot savu intelektu, radošumu un pieredzi, lai sasniegtu mērķus, kas jums ir vērtīgi! Sadarbojoties mēs varētu radīt labākus apstākļus jums un jūsu dzīvei, nekā darbojoties atsevišķi. Apvienošanās, lai kopīgi rastu labāku dzīves ceļu jums, uzlabos arī manu dzīvi.

~

Sociodinamiskā konsultēšana ir domāšanas veids par cilvēkiem, par to, ko viņi dzīvē cenšas izveidot un kas viņu centienus kavē vai veicina. Kā konsultanti var konstruktīvi palīdzēt cilvēkiem virzīties uz dzīves mērķi, kuru šie cilvēki uzskata par vērtīgu un ir izvēlējušies?

~

Ikdienas dzīve ir dinamisks process — saruna. Kultūras, sabiedrības un civilizācijas ir sarunas. Ģimenes, darba kolektīvi un attiecības ir sarunas. Dialogs ir labākā metode, ko cilvēki ir izgudrojuši, lai cits ar citu vienotos, un labākā metode, lai kopīgi domātu un veidotu, un izrādītu savstarpēju cieņu. Konsultēšana vislabākajā izpausmē ir dialogs, kas kalpo cilvēka vajadzībām.

~

Termins “karjera” ir radies no latīņu valodas vārda “*carrus*”, kas apzīmē eju, ceļu vai ratus. Cilvēka karjera ir viņa dzīve. Šajā nozīmē visas konsultācijas ir karjeras konsultācijas, jo konsultēšana attiecas uz cilvēka dzīvi. Pati konsultēšana ir ceļš cauri dzīvei. Tas tā ir tāpēc, ka mēs kā konsultanti nemitīgi maināmies un attīstāmies — šodien mēs esam citādi nekā vakar. Mēs un tie, kam palīdzam, mēs visi esam līdzcilvēki — to nedrīkst aizmirst.

~

Konsultēšana ir arī personiska — tas ir process, kas norit starp diviem vai vairākiem cilvēkiem. Cilvēki ir personas *un* personiskas būtnes; viņi nav produkti, priekšmeti, apzīmējumi, klasifikācijas vai kategorijas. Personu uzskatīšana par priekšmetiem jeb dehumanizēšana ir būtiska kategorizēšanas kļūda. Tādējādi varam sacīt, ka konsultēšana ir personiska (starppersoniska) dzīves plānošanas metode.

### Kā atpazīt labu konsultēšanu?

Konsultēšana ir laba, ja palīdzības meklētājiem nekas netiek uzspiests, ja konsultants ienes skaidrību un izrāda līdzjūtību.

Tā nav tik laba, ja palīdzības meklētājiem saka, kā jārikojas.

Tā ir vissliktākā, ja viņi jūtas nodoti vai ļaunprātīgi izmantoti.

Ja necienīsīt citus, viņi necienīs jūs.

Bet par labu konsultantu, kurš runā maz, bet

uzmanīgi klausās un daudz saprot,

konsultēšanas darba beigās

pēc konsultēšanas mērķa sasniegšanas

palīdzības meklētāji sacīs: “Mēs to paveicām paši.”

Šāda laba konsultēšana ir iespējama, ja

konsultants zina, ka var tikai izcelt gaismā to, kas

jau daļēji atausis palīdzības meklētāja prātā.

(Iedvesma gūta no Laodzi darba “Ceļš” un K. Gibrāna dzejoļiem)



### 3. nodaļa

## Sociodinamiskās konsultēšanas prakse

Šajā nodaļā ir aprakstītas praktiskas idejas un darbības, kas veido sociodinamiskās konsultēšanas vārdu krājumu un praksi. Tā kā filozofija un prakse sociodinamiskajā konsultēšanā ir cieši saistītas, dažas no iepriekšējās nodaļās paustajām idejām te atkārtosies.

Šīs nodaļas izklāsta pamatā ir pieņēmums, ka lasītājiem jau ir zināšanas un pieredze konsultēšanā vai citās palīdzības sniegšanas profesijās, piemēram, kā psihologam vai sociālajam darbiniekam. Daudzas no šīm idejām ir nozīmīgas arī citās, piemēram, medmāsas, skolotāja, konsultanta un vadītāja, profesijās.

### KONSULTĒŠANAS SPĒLES GĀJIENI

Kā minēts iepriekš, konsultēšanu es uzskatu par tādu kā valodas spēli. Man patīk metafora “konsultēšana ir spēle”, jo tā norāda: 1) uz “spēlētājiem” (konsultants un palīdzības meklētāji), 2) uz “gājieniem” (funkcijas un taktika, piemēram, klausīšanās vai kartēšana, ir gājieni), 3) uz instrumentiem, kurus konsultanti izmanto, lai veiktu gājienu (piemēram, tiek izmantota metafora, lai mainītu nozīmes līmeņus, vai tiek izmantoti datori, lai piekļūtu informācijai). Gājieni un instrumenti bieži ir cieši saistīti vai pat identiski, piemēram, jautāšana ir gājiena, bet jautājums — instruments. Bieži, veicot gājienus, var izmantot dažādus instrumentus, piemēram, ja jūsu gājiena paredz *otra cilvēka iesaistīšanu*, iespējamie instrumenti šā gājiena veikšanai ir uzvedinoši teikumi, kopējs humors, piedrošanās otram kādā darbībā, rokas aplikšana ap otras personas pleciem, atzinības izrādīšana otrai personai vai tās rīcībai, palīdzības lūgšana vai apsēšanās tuvāk, nevis tālāk no otra. Katru no šiem instrumentiem var izskaidrot arī kā “gājienus”.

Analoģija ar spēli man patīk arī tāpēc, ka spēlē ir ārkārtīgi svarīgi ne tikai redzēt, ko otrs cilvēks dara, bet arī prognozēt viņa un manus nākamos gājienu. Lai to veiktu, man ir stabili jāsaprot dialoga šībrīža tagadnē, tomēr vienlaikus man ir jābūt gatavam iztēlēt satvert to, kas tikai parādās kā iespējama nākotne. Piemēram, spēlējot bumbu, labs spēlētājs nemetīs bumbu tur, kur otrs spēlētājs tobrīd atrodas, bet gan tur, kur pēc viņa prognozes šis spēlētājs atradīsies brīdī, kad bumba tur būs nokļuvusi. Spēlēm, arī konsultēšanas spēlei, ir noteikumi, bet neizbēgami pastāv arī nenoteiktība par to, kāds būs katra spēlētāja nākamais gājiena. To, ko es aprakstu kā prognozēšanu, Mērija Ketrina Beitsona<sup>34</sup> — neparasti vērtīga kultūras antropoloģe, kura saskata vairāk situācijas nianšu un plašāku konteksta horizontu nekā parasts vērotājs, — sauc par perifēro redzi. Cilvēka izpratne nav ne dabas dota, ne galīga; tā nemitīgi attīstās.

### SVARĪGS BRĪDINĀJUMS

Saistībā ar to, ka es izmantoju spēli kā konsultēšanas metaforu, ir jāizsaka svarīgs brīdinājums. Pretstatā vairumam spēļu konsultēšanas spēles mērķis *nav* uzvarēt. Mērķis ir palīdzības meklētāja vārdā līdzveidot tādas rezultātus kā skaidrāka izpratne, atskārsme, pieredzes formulējums, kritiski spriedumi, kapacitātes attīstīšanas iniciatīvas, risinājumi, pašcieņa, plāni, vajadzību papildinājums, atbrīvošana no ciešanām, sociālais atbalsts un lielāka kapacitāte piedalīties sabiedriskās dzīves aktivitātēs.

Konsultēšanas spēles pamatnoteikums ir *sadarbība*, nevis konkurence. Konsultēšanas attiecību robežas tiek saglabātas, tomēr jo lielāka ir saskaņa starp spēlētājiem, jo lielāka ir arī iespēja gūt labus rezultātus.

Konsultēšanas praksei ir loģika, bet tā nav loģika loģika. Tā ir “faziloģika”, kas uztver jaunās realitātes un nekavējoties tām pielāgojas. Vienlaikus tā ir sakarību loģika. Konsultēšanā vienmēr cenšas visu sasaistīt, veidot sakarības — mēs gribam redzēt kopainu, dzirdēt visu stāstu. Tai pašā

laikā mēs zinām, ka cilvēka dzīves laukuma detaļas nemitīgi mainās un katra no tām var izrādīties (vai arī neizrādīties) ļoti nozīmīga.

Lai spēlētu konsultēšanas spēli, ir jāiemācās labi izmantot vārdus un citus valodas instrumentus, jo valodas instrumenti ir galvenie “gājienu veikšanas” līdzekļi. Gatavojoties rakstīt šo nodaļu, es paskatījos vārdnīcā “*Webster’s Third New International Dictionary*”, lai uzzinātu, kādas ir vārda “gājiens” (angl. — *move*) nozīmes. Mani pārsteidza tas, cik daudz nozīmju ir šim vārdam! Dažas no tām nozīmēm, kuras attiecas uz vārda “gājiens” (vai “izdarīt gājienu”) izmantošanu konsultēšanas spēlē, ir šādas:

virzīties uz priekšu; izstrādāt sīkāk, izmantojot secīgus datus; atstāt vienu vietu un doties uz citu; izrādīt ārēju darbību; izturēties konkrētā veidā; sākt kaut ko darīt, balstoties uz motīvu, ietekmi vai iespaidu; rīkoties, lai sasniegtu kādu mērķi; izraisīt emocionālu stāvokli; stimulēt.

## INSTRUMENTI REZULTĀTU GŪŠANAI KONSULTĒŠANĀ

Krievu psihologs Ļevs Vigotskis apgalvo,<sup>35</sup> ka cilvēki izmanto triju veidu instrumentus, lai mijiedarbībā ar citiem cilvēkiem gūtu rezultātus. Tie ir: 1) psiholoģiskie (simboliskie) instrumenti, 2) tehniskie instrumenti un 3) starpnieki (patība kā instruments). Simboliskos valodas instrumentus es saucu par *prāta instrumentiem*. No sociodinamiskā skatpunkta, visi cilvēku izveidotie instrumenti tiek saukti par *kultūras instrumentiem*, un pie tiem pieder divu veidu instrumenti: tehniskie un prāta.

*Tehniskais instruments* apzīmē nesimbolisku priekšmetu, piemēram, datoru, krēsli, dzinēju, zīmuli, tasīti, radioaparātu utt. Daudzi tehniskie instrumenti ir komplicēti un sastāv no tehniskām detaļām, kuras apkopotas vienā lielākā instrumentā. Visi tehniskie instrumenti ir cilvēku izgudroti, tāpēc tie ir kultūras artefakti.

*Prāta instruments* (jeb, kā to apzīmē Ļ. Vigotskis, “psiholoģiskais” instruments) ir simbolisks, līdz ar to pie prāta instrumentiem pieder arī visas valodas parādības — atsevišķas skaņas, alfabēts, vārdi un teikumi, kā arī ļoti komplicēti instrumenti, piemēram, stāsti, teksti, diagrammas, kartes, mūzikas partitūras, lugas un literārie darbi. Arī tie ir cilvēku izgudroti, tāpēc arī tos var uzskatīt par kultūras artefaktiem.

Tas šķiet pats par sevi saprotams (bet esmu atklājis, ka vairums cilvēku, arī daudzi konsultanti, to neapzinās), cik svarīgi ir vārdus uztvert kā instrumentus. Cilvēki izmanto vārdus, lai kaut ko panāktu. Piemēram, vienkāršs teikums “Lūdzu, piecelies!” ir instruments, ar kuru panāk to, ka cilvēks pieceļas. Konsultanti ikdienas darbā izmanto gan tehniskos, gan prāta instrumentus.

Tehniskie instrumenti, piemēram, dators, telefons, zīmulis, papīrs, krēsls un diktofonu, mūsdienu konsultanta darbā ir svarīgi, bet vēl plašāk tiek izmantoti prāta instrumenti — vārdi, teikumi, idejas, metaforas, stāsti, intonācijas, teksti, attēli, diagrammas, kartes un modeļi. Sociodinamiskajā vārdu krājumā terminam *instrumenti* piešķirtais nozīmīgums balstās uz šādām idejām.

- Visi instrumenti (gan prāta, gan tehniskie) ir cilvēku izgudrojumi.
- Cilvēki izmanto prāta instrumentus, lai aprakstītu un no jauna aprakstītu patību, sociālo mijiedarbību, cilvēku darbību un sabiedrību.
- Cilvēki izmanto instrumentus, lai kaut ko paveiktu. Instruments norāda uz konkrētu funkciju vai funkciju kopumu.

Ar jēdzienu *instruments* daļēji tiek aizstāts jēdziens *psiholoģiskais paņēmiens*.

## GĀJIENI UN INSTRUMENTI KOPĀ VEIDO STRATĒGIJAS

Ikvienu gājiena vai instrumenta vērtību konsultēšanas spēlē ietekmē dažādi ar palīdzības sniedzēju un meklētāju saistīti faktori, t. sk. kompetence, pieredze, spēles posms, spēlētāju vajadzības, līdzdalības nozīmība, zināšanas par iespējamajiem gājieniem un individuālās pieejas. Instrumentus un gājienu apgūst. Tie norāda uz funkcionalitāti. Par ikvienu instrumentu vai gājieni ir jāuzdod svarīgs jautājums “Ko var paveikt, lietojot šo gājieni vai instrumentu?”.

Tālāk šajā nodaļā es jūs iepazīstināšu ar palīdzības sniegšanas pamatstratēģijām, un katru no tām veido vairāki instrumenti un gājienu. Lai gan, izlasot mazas grāmatas nodaļu, neviens par konsultantu nevar kļūt, šīs nodaļas mērķis ir ļaut lasītājam sajūst, kāda ir sociodinamiskā prakse.

Sociodinamiskās konsultēšanas stratēģiju neveido konkrēts darbību vai daļu skaits. Svarīgi sociodinamiskie principi ir spontānums un attapība. Konsultantam vienmēr vajadzētu būt gatavam izgudrot un izmainīt konsultēšanas stratēģijas, kā arī izmantot dažādus instrumentus un gājienu atkarībā no konsultācijas specifikas. Stratēģiju nolūks ir sniegt vadlīnijas un sekmēt konsultanta radošumu un attapību; tās nav domātas kā receptes vai formulas.

Pieeja, kurā tiek izmantotas “ierosinošās stratēģijas”, kas veicina improvizāciju un spontānumu, nevis preskriptīva iejaukšanās, kas dehumanizē uzvedību, balstās uz diviem pieņēmumiem: 1) cilvēki ir pašradoši, 2) visus palīdzības sniegšanas veidus, t. sk. konsultēšanu, nosaka kultūra. Centieni palīdzēt, kas ir nozīmīgi vienā kultūras kontekstā, var būt nenozīmīgi citā, tāpēc konsultantiem ir jāpielāgojas konkrētajiem kultūras kontekstiem, kuros konsultēšana notiek.

Detalizēti tiks aplūkotas divpadsmit sociodinamiskās konsultēšanas stratēģijas:

- 1) vispārīgā sociodinamiskās konsultēšanas stratēģija,
- 2) dialogiskā klausīšanās,
- 3) apzināta problēmu risināšana,
- 4) intelektuāla saruna,
- 5) vizualizēšana un dzīves laukuma kartēšana,
- 6) personīgie projekti,
- 7) vadītā līdzdalība,
- 8) nākotnes veidošana,
- 9) pašveidošana,
- 10) meistarība visās lietās,
- 11) empātija,
- 12) konsultēšana grupā un citi sociālā atbalsta veidi.

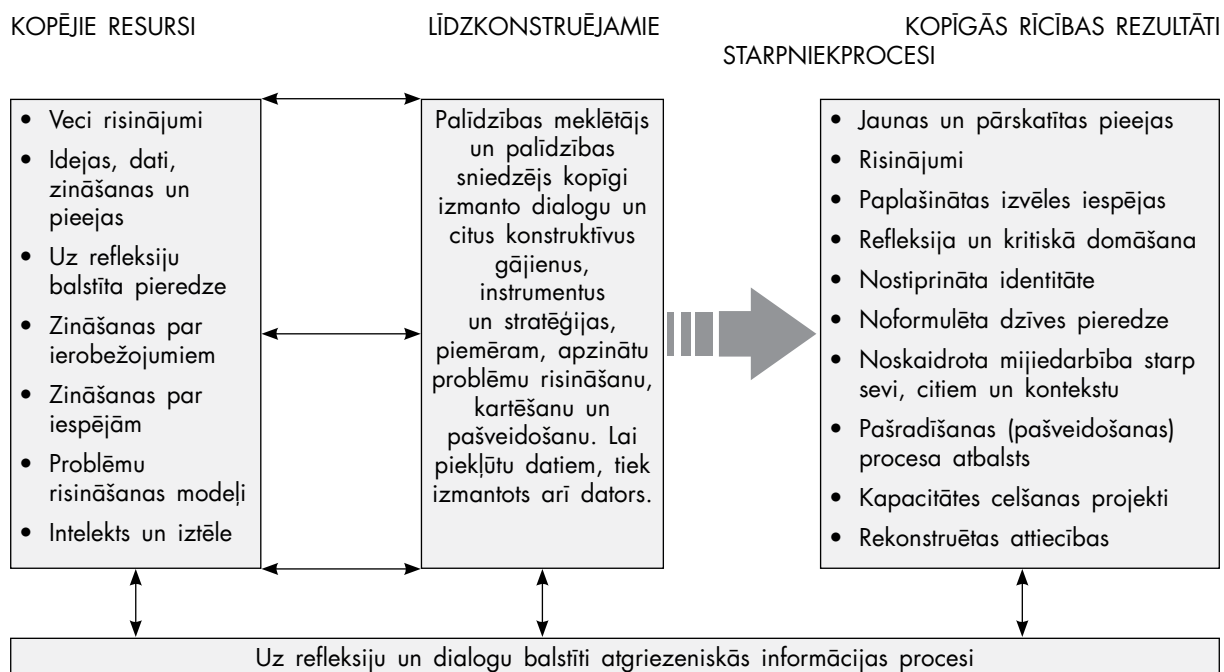
### Vispārīgā sociodinamiskās konsultēšanas stratēģija

Sociodinamiskās konsultēšanas stratēģijas pamatā ir trīs pieņēmumi.

1. Dzīve sabiedrībā rada dažādus ierobežojumus un iespējas.
2. Cilvēki ir gan pašradoši, gan līdzradīti mijiedarbībā ar citiem cilvēkiem un vides apstākļiem.
3. Risinājumi lielākoties ir īslaicīgi, līdzkonstruēti un optimāli, ja to pamatā ir palīdzības meklētāja resursi un kapacitātes.

Izmantojot idejas, uz refleksiju balstītu pieredzi, datus un dialogu, cilvēki var konstruēt un pārskatīt savas pieejas, lai radītu pamatu jauniem un efektīviem rīcības virzieniem.

## 1. attēls. Vispārīgā sociodinamiskās konsultēšanas stratēģija: radošs līdzkonstruēšanas process



Šī vispārīgā konsultēšanas stratēģija (sk. 1. att.) ir konsultēšanas procesa veidošanas paraugs. Tā ir jāmaina atkarībā no konkrētā palīdzības meklētāja problēmas un eksistenciālās situācijas. Šīs stratēģijas pamatā ir pieņēmums, ka konsultēšana izdodas vislabāk, ja tajā tiek apvienoti palīdzības sniedzēja un meklētāja resursi, lai kopīgi konstruētu un apspriestu lietderīgus risinājumus, kas palīdzības meklētājam ir personīgi nozīmīgi.

### Dialogiskā klausīšanās

2. attēls. Klausīšanās: palīdzības sniegšanas stratēģija, kas ļauj īstenot citas stratēģijas



*Disciplinēta klausīšanās ikdienā un reaģēšana uz dzirdētā nozīmi ir paklausība. Paklausības jēdziens ir ievērojami plašāks par šauru "darīt, ko liek". Paklausība tās plašākajā izpratnē ir process, kurā sirds iemācās uztvert to vienkāršo aicinājumu, kas apslēpts situācijas sarežģītībā.*

*Dāvids Štendls Rasts<sup>36</sup>*

## Nepatiesā klausīšanās:

*Man sevī tiešām nepatīk tas, ka reizēm es nedzirdu otru cilvēku, jo jau iepriekš esmu tik pārlicināts par to, ko viņš sacīs, ka nemaz neklausos. Tikai pēc tam es saprotu, ka esmu dzirdējis tikai to, ko biju izdomājis, ka viņš sacīs. Es neesmu klausījies patiesi. Vēl sliktākas ir tās reizes, kad es nesadzirdu tāpēc, ka viņa sacītais ir pārāk biedējošs un varētu pat izmainīt manu viedokli vai izturēšanos. Bet vēl ļaunāki ir tie gadījumi, kad pieķeru sevi cenšoties izkropļot viņa vēstījumu, lai tas pateiktu to, ko es vēlos, un tad dzirdu tikai to.*

*Karls Rodžers<sup>37</sup>*

Vispēcīgākais palīdzības sniedzēja instruments ir spēja dziļi ieklausīties, koncentrējot uzmanību un nemitīgi vēloties izprast teiktā nozīmi. Efektīva klausīšanās kā būtiskākā saziņas prasme, uz kuras balstās viss palīdzības sniegšanas process, tiek izmantota visās konsultēšanas metodēs.

Klausīšanās veids, kas konsultēšanā tiek uzskatīts par vērtīgu, tiek apzīmēts dažādi. Visplašāk lietotie termini ir *aktīvā klausīšanās* un *empātiskā klausīšanās*.<sup>38</sup> Sociodinamiskā konsultēšana atbalsta *dialogisku saskarsmi*, tāpēc klausīšanos sauc par *dialogisko klausīšanos*.

Dialogiskās klausīšanās process savieno klausītāja iekšējo stāvokli, klausītāja un runātāja attiecību raksturu, kā arī vispārējo pārveidojošās mācīšanās procesu, kurā klausīšanās ietilpst un kuru tā veicina. Es šos klausīšanās aspektus saucu par:

- iekšējo mieru,
- harmoniskām attiecībām,
- pārveidojošo mācīšanos.

## Iekšējais miers

Viens no lielākajiem klausīšanās kavēkļiem ir klausītāja izklaidība, satraukums vai pretrunīgs noskaņojums. Protams, iekšējo mieru sasniegt nav viegli. Lai to izdarītu, vismaz uz laiku ir jānoliek malā sava ego prasības, plāns par to, kas būtu jāpasaka un jāsadzird, kā arī raizes un idejas, kas saistītas ar laika trūkumu, saspringto grafiku un vēlmi paveikt darbu ātri — īsāk sakot, uztraukums par neiekļaušanos pašā, citu un darba situācijas noteiktajās laika robežās.

Dzenbudisma rakstnieki dažreiz piemin “pērtiķa prātu”. Ar to viņi domā izklaidīga prāta drudzaino un nemitīgi mainīgo uzmanības lauku. Izklaidīgs prāts ir kā pie staba piesiets pērtiķis — tas lielā ātrumā lēkā uz visām pusēm, bet nekur netiek.

Martins Bubers<sup>39</sup> ir rakstījis par klātbūtni. Ja vēlamies, lai tikšanās ar otru cilvēku būtu patiesa, mēs tiekamies ar viņu nevis abstrakti vai aiz noslēpumainības plīvura, bet gan fiziskā klātbūtnē. Mēs apliecinām savu klātbūtni ar ķermeņa darbībām un sevišķi ar savu cilvēcīgumu. Apliecināt citam savu klātbūtni nozīmē viņa priekšā pilnīgi apstāties, pārstāt domāt par pagātnes un nākotnes notikumiem un ilgāku laiku palikt klusi atvērtam šim cilvēkam. Tas nozīmē arī uz laiku apslāpēt savas vajadzības, lai jūs būtu atbrīvots un varētu uztvert gan otra cilvēka paustās vajadzības, gan jūsu attiecības ar šo cilvēku, un spētu uz to visu reaģēt.

Kā tas ir, kad prāts ir mierīgs? Tas ir gluži kā atrasties katedrālē, kur jūsu apziņa var uztvert katru skaņu. Otras personas vārdi ir kā baznīcas zvanu dzidrās skaņas. Jūs uztverat otra cilvēka teiktos vārdus un balss toni, nedomājot, ka viņam būtu jāsaka kas cits vai jābūt kam citam nekā tas, ko jūs uztverat. Mierīgs prāts ir daudzdimensionāls. Tas ir:

- uztverīgs (uztver citu cilvēku balsis kā bagātīgus nozīmes avotus);
- rāms (kā dziļa klusuma aka);
- koncentrējies (gatavs otram pievērsties ar sirdi, prātu un garu);
- cieņpilns (uzklausa mani tādu, kāds esmu, nevis tādu, kādu citi iedomājas vai uzskata mani esam);
- pacietīgs (katrai lietai zem saules ir savs laiks un vieta);
- bez patības (šī telpa, kurā es jūs uzklausu, ir ; es stāvu atstatus un apvaldu sava ego vajadzības);
- apzinās savu noskaņojumu (katrai sapratnei ir savs noskaņojums, un tas noskaņojums, kurš mani ir pārņēmis, piešķirs nokrāsu tam, ko es spēju uzklausīt);
- atzinīgs (jūsu vārdi mani mācīs, un par to es esmu pateicīgs).

Mierīgs prāts ir gan garīgs, gan psiholoģisks sasniegums, un to var veicināt gan psiholoģiskie procesi, gan filozofiskā domāšana. Lūk, daži no lietderīgākajiem psiholoģiskajiem procesiem.

Pārdomājiet pieredzi, lai saprastu, kas konsultēšanas procesam ir svarīgs un kas ne. Pārdomājiet, kā cilvēka noskaņojums ietekmē to, ko viņš spēj sadzirdēt.

- Pirms klausīšanās ieteicams mierīgi pasēdēt vai pastaigāties, ļaujot prātā brīvi plūst jebkādam domām un necenšoties domāt par kādu konkrētu tematu. Pēc tam ir ieteicams pierakstīt tās domas, idejas vai iespējamības, kas ienākušas prātā laikā, kad centāties atbrīvoties. Piedzīvot periodisku “atbrīvošanos” no apzinātas kognitīvās kontroles un izjust prāta brīvo plūdumu ir labs veids, kā sagatavoties, lai klausītos. Cilvēka prāts ir pašorganizējoša sistēma. Mums ir jāiemācās, kā neiejaukties tā veselīgajā, radošajā un pašorganizējošajā darbībā.
- Vēl viens veids, kā atbrīvot prātu no izklaidības, ir. Necentieties par kaut ko domāt, tikai nomierinieties un ļaujieties prāta plūdumam. Necentieties virzīt savu apziņu uz kaut ko konkrētu. Ļaujiet izplēnēt no prāta nesenākās pieredzes paliekām (piemēram, no iepriekšējās konsultācijas). Ir ļoti svarīgi katru jaunu uzdevumu sākt ar svaigu galvu un neļaut pagātnes brīžu (vai stundu, dienu vai mēnešu) iespajdiem traucēt jaunajai situācijai, kurā jūs ieejat. Centieties katram nākamajam uzdevumam pieķerties tā, it kā tas būtu kas jauns, it kā jūs to pieredzētu pirmo reizi.
- Iemācieties neļaujiet savai patībai kļūt par pulksteņa vergu. Ja jau esat pulksteņa vai kalendāra vergs, izmēģiniet, kā varētu atgūt daļu no savas personīgās brīvības, ko veicina plašāka personīgās laika izjūtas kontrole. Protams, ja konsultants strādā birojā vai kādā oficiālā amatā, tas, cik daudz laika ir jāveltī vienam uzdevumam, ir skaidri noteikts. Par to jāpauz nožēla, jo noteiktais laiks ļoti reti atbilst uzdevuma faktiskajām prasībām, un tie nemaz nespēj viens otram pilnībā atbilst.
- Par spīti pulksteņa un kalendāra laika ierobežojumiem tomēr ir iespējams attīstīt un īstenot domāšanu un rīcību, vadoties pēc personīgā laika, t. i., pēc laika, kāds tas patiesībā tiek piedzīvots (laiks, kas vēl nav pienācis, kas ir tagad, kā tagad vairs nav, kas iet lēni vai ātri, kas ir aizmirsts, kas velkas mūžību, skrien kā vējš, ir bezgalīgs utt.). Atdotot sevi pulkstenim un kalendāram, tiek atvērtas durvis nemitīgai un nebeidzamai izklaidībai, traucēkļiem un stresam, ko rada nepiepildītas gaidas un personīgās kontroles trūkums.

Patiesais noslēpums, kā iegūt kontroli pār personīgo laika izjūtu, ir reorganizēt dzīves darbības tā, lai pārmērīgas prasības tiktu samazinātas un būtu iespējams noteikt darbību prioritāti. Tas palīdz katru darbību sākt ar svaigu galvu, kura spēj pretoties izklaidībai un traucēkļiem. Dzenbudismā to bieži sauc par prāta koncentrēšanu uz vienu punktu. Tieši šis “vienā punktā koncentrētais prāts” padara iespējamu dziļu klausīšanos ar pilnu apziņu.

Plašāk raugoties, lai palielinātu labas klausīšanās kapacitāti, ir lietderīgi mācīties dzīvot dzīvi apzināti, it sevišķi tas attiecas uz rūpēm par ķermeni un prātu. Tas nozīmē pievērst uzmanību pienācīgai atpūtai, veselīgam uzturam un sportam, atturēties no atkarību izraisošām vielām un nodrošināt prātu ar garīgo barību. To var sniegt gan tradicionālas darbības, kā lūgšana, meditēšana, joga vai garīgu rakstu lasīšana, gan saskarsme ar dabu, nodarbošanās ar mākslu vai amatniecību, piedalīšanās rekolekcijās, iesaistīšanās patīkamās un radošās nodarbēs ar draugiem vai vienatnē, iesaistīšanās labdarībā un citas spēku atjaunojošas darbības.

S. Kirkegors jau sen ir norādījis, ka “dzirde ir garīgi visvairāk nosacītā maņa”. Garīgi bagāta un aprūpēta dzīve veicina klausīšanos. Patības dzīve ir kā dārzs — ko sēsi, to pļausi. “Mierīga prāta” sēklu sēšana ir aktīvs process, kas turpinās visu cilvēka dzīvi un ko var darīt katru dienu. Mierīga prāta veidošana labi raksturo to, kas ir saprotams ar “pašradīšanu”.

## **Prāta instrumenti, kas sekmē klausīšanos**

Līdz šim es galvenokārt esmu rakstījis par attieksmi un iekšējo mieru, kas nepieciešami, lai īstenotu dialogisko klausīšanos. Šajā sadaļā es aprakstīšu vairākus prāta (valodas) instrumentus, kas ir klausīšanās kapacitātes daļa. Šo instrumentu izmantošana palīdzēs veikt klausīšanās darbu. Lai sekmētu labu klausīšanos, var izmantot daudzus valodas instrumentus. Dialogisko klausīšanos sekmē piecpadsmit instrumenti.

### **1. Atkārtošana un dzirdētā aprakstīšana**

Konsultācijas sarunā viens no instrumentiem, kas izmantojams, lai konsultants pārliecinātos, ka uztver runātāja teiktā nozīmi, ir atkārtošana, kas notiek pārfrāzējot, izmantojot īsāku frāzi vai teikumu vai dažkārt arī garāku kopsavilkumu par līdz šim dzirdēto. Prasmīgs klausītājs bieži var izmantot vienu atslēgvārdu, lai satvertu palīdzības meklētāja sacītā galveno nozīmi.

Palīdzības meklētājs: “Esmu centies pierunāt savu māti apsvērt iespēju doties uz pensionātu, jo pēdējā laikā viņa vairākkārt ir pakritusi un es uztraucos, ka viņa nokritīs un pati nespēs piecelties. Viņa tur varētu palikt guļam un nomirt. Bet viņa negrib ne dzirdēt par pārvākšanos.”

Palīdzības sniedzējs (1): “Jūs baidāties, ka jūsu māte pakritīs un nespēs pati piecelties vai pasaukt palīgā, bet viņa jūs neuzklausa.”

Palīdzības sniedzējs (2): “Tas, ka jūsu māte varētu pakrist un nespēt piecelties un tomēr viņa nepieļauj iespēju pārvākties uz aprūpes iestādi, jūs ļoti uztrauc.”

Atkārtojumiem vajadzētu būt īsiem un dabiskiem, tiem vajadzētu precīzi atspoguļot personas teikto un būt *aprakstošiem*, nevis interpretējošiem.

### **2. Konkrētu tēlu izmantošana**

Ir svarīgi izmantot konkrētus piemērus un metaforas, it sevišķi, atkārtojot pateikto, piemēram, “jūs esat atdūries pret sienu”, “jūs esat gatavs turēties līdz finišam” vai “šī darba atrašana bija kā uzduršanās zelta āderei”.

Daudziem cilvēkiem teicieni, kas bieži sastopami ikdienas runā, nozīmi var izteikt daudz labāk nekā tehniski abstrakti vai profesionāli termini.

### 3. Jautājumi, lai noskaidrotu

Dialogisko klausīšanos sekmē jautājumi, kas *noskaidro* runātāja teiktā nozīmi. Jautātājam ir jāatturas no uzvedinošiem jautājumiem, un viņš nedrīkstētu veidot jautājumu, balstoties uz saviem pieņēmumiem. Jautājumi, kuru nolūks ir noskaidrot, ir, piemēram, šādi.

“Ko jūs ar to domājat?”

“Kā to varētu pateikt citiem vārdiem?”

“Vai jūs varat minēt kādu piemēru?”

“Kā tas notiek?”

“Kur tas notika?”

### 4. Jautājumi, lai iegūtu aprakstus, nevis spekulācijas

Palīdzības meklētājs, iespējams, runā tā, ka ir grūti nošķirt to, ko viņš patiešām ir pieredzējis, no teoretizēšanas vai spekulēšanas par pieredzēto. Piemēram:

“Kad automašīnā braucu uz mājām, biju samērā uztraucies par savu darba interviju. *Man laikam ir zems pašvērtējums.*” Pirmais teikums apraksta pieredzi. Otrais ir teoretizējošs vai spekulatīvs apgalvojums.

Lai gan noteiktos apstākļos der arī teoretizēšana par pieredzes cēloņiem, svarīgāk ir mudināt cilvēku aprakstīt un no jauna aprakstīt faktisko pieredzi. Tas atbilst Keneta Bērka<sup>40</sup> “darbības vai situācijas” analizēšanas dramatisma metodei. Viņš uzskata, ka pieci jēdzieni — darbība, darītājs, līdzeklis, norises vieta un nolūks — ir tie prāta instrumenti, ar kuriem var analizēt gandrīz visas cilvēciskās situācijas, par kurām ir jāuzzina, ko un kāpēc cilvēki dara. Problēmas apraksta izdibināšanas procesu virza un uzmanīgu klausīšanos pieprasa pieci jautājumi.

*Darbība.* Kāda rīcība vai darbība rada raizes? (Tam vajadzētu būt aprakstam par to, kas faktiski notiek, nevis spekulācijām par to, kāpēc tas notiek.) Pamatjautājums: “Kas notiek?”

*Darītājs.* Kurš īsteno darbību? Pamatjautājums: “Kurš ko dara?”

*Līdzeklis.* Kādus līdzekļus darītājs(-i) izmanto? Pamatjautājums: “Kā darbība tiek īstenota?” *Norises vieta.* Kāda ir situācija vai konteksts, kurā darbība notiek? Pamatjautājums: “Kur tas notiek, un kas ir raksturīgs kontekstam?”

*Nolūks.* Kāds ir šo darbību nolūks? (Šis elements var būt spekulatīvs, bet var arī būt aprakstošs.) Pamatjautājums: “Kādu mērķi darītājs(-i) vēlas sasniegt?”

K. Bērks apgalvo, ka jebkuros apstākļos, it sevišķi tādos, kas ir saistīti ar motīvu, ir jābūt kaut kādai atbildei uz šiem pieciem jautājumiem. Šāda piecu aspektu analīze tiek izmantota jau gadsimtiem ilgi. Tas ir veids, kā sakārtot pieredzes aprakstu tā, lai motīvu un/vai problemātisku situāciju un darbību varētu izprast un lai šo izpratni pēc iespējas mazāk ietekmētu novērotāja interpretācija.

### 5. Jautājumi, kas rada nozīmi

Konstruktīvs, radošs dialogs palīdz radīt un aprakstīt nozīmi. Sarunās ar citiem cilvēkiem mēs varam sekmēt nozīmes veidošanas procesu, uzdodot vienus jautājumus un neuzdodot citus. Ieteicami ir tādi jautājumi, kas koncentrējas uz nozīmi, nevis paskaidrojumu. Lūk, daži piemēri.

“*Ko tas jums nozīmē?*”, nevis “*Kāpēc tas jums ir svarīgi?*”.

“*Kā tas notiek?*”, nevis “*Kāpēc tas notiek?*”.



“Kas jūsu darba attiecībās jums liekas patiesi svarīgs?”

“Kā šis starpgadījums atšķiras no iepriekšējās nedēļas starpgadījuma?”

Jautājumi, kas veido nozīmi, un jautājumi, kas izdibina aprakstus, bieži ir līdzīgi.

## 6. Pašnovērošana un iekšējo reakciju kontrolēšana

Uzklausot vēstījumus, kuros tiek paustas spēcīgas emocijas, piemēram, skumjas un ciešanas, dusmas un naids vai bēdas un zaudējums, palīdzības sniedzējs bieži neapzināsies, kāda ir viņa paša iekšējā reakcija uz dzirdēto. Saklausīts naidīgums var izraisīt bailes, savukārt ciešanas vai bēdas var izraisīt līdzjūtību. Šādas iekšējas reakcijas var aizmiglot palīdzības sniedzēja uztveri un izraisīt atbildes reakciju, kas runātāja pausto nozīmi sagroza vai tai ko uzspiež. Piemēram, dzirdot skumju stāstu, palīdzības sniedzējs var izjust līdzjūtību un iejusties otras personas bēdās.

Es cenšos pateikt nevis to, ka konsultantam vajadzētu būt bezjūtīgam, bet gan to, ka viņam vajadzētu apzināties savu iekšējo reakciju, skaidri nošķirt savu patību no otras personas un tā ieņemt pozīciju, no kuras var labāk sniegt lietderīgu atbildi. Ir iespējams otram cilvēkam izrādīt, ka saprotat viņa jūtas un to, cik grūti viņam ir to visu izjust un atrasties apstākļos, kas izraisa šīs jūtas, tomēr pašam neļauties otra paustajām bēdām vai skumjām. Var iemācīties saglabāt iekšējo objektivitāti pret sevi un vienlaikus palikt atvērtam un uztverīgam pret otras personas teikto. Tā saukto “izdeģšanu” galvenokārt izraisa tas, ka palīdzības sniedzēji nespēj veikt pašnovērošanu un skaidri nošķirt savu patību no otras personas.

Pašnovērošana ir būtiska arī, lai izsekotu līdzī saziņas procesam un jūsu nozīmei tajā, uz ko norāda divi nākamie instrumenti. Pašnovērošanas prasmi var attīstīt, tikai apzināti pie tā piestrādājot, un šis darbs ir jāveic mūža garumā. Vāja pašnovērošanas kapacitāte gandrīz vienmēr noved pie nepietiekamas klausīšanās.

## 7. Apzināta runāšanas secība

Saruna ir divu personu runāšanas un klausīšanās periodu virkne. Ikdienas sarunās neviens no sarunas dalībniekiem varbūt pat neapzinās, kāds ir saziņas process. Viņi, iespējams, runā reizē, sarunas laikā dominē, ļoti maz klausās un tik tikko uztur sarunu.

Konsultēšanas sarunā palīdzības sniedzējs (kā saziņas procesa vadītājs) ir atbildīgs, lai tiktu ievērota runāšanas secība. Tas nozīmē otru nepārtraukt, veicināt gan klausīšanos, gan runāšanu un sarunā uzņemties gan klausītāja, gan atbildētāja lomu. Jaunie konsultanti lielākoties runā daudz vairāk, nekā konsultēšanas sarunā tas būtu vajadzīgs vai vēlams.

Parasti konsultantam apmēram trīsdesmit procentus laika vajadzētu runāt, bet pārējo laiku — klausīties. Protams, šo attiecību ietekmē daudzi faktori — spējas, palīdzības meklētāja vēlēšanās izpausties, kulturālā saderība, konsultēšanas telpas drošums utt.

## 8. Apzināti paziņojumi par temata maiņu

Daudzas parastas sarunas līdzinās galda tenisa spēlei. Neviens no sarunas dalībniekiem, šķiet, nepievērš pārāk lielu uzmanību tam, ko otrs ir pateicis. Pārlēkšana no viena temata vai stāsta uz otru izraisa nozīmes sadrumstalotību. Savukārt citi sarunas dalībnieki ir spēcīgi konkurenti: ik reizi, sākot runāt, katrs no viņiem ierosina jaunu tematu.

Ierastas ir arī tādas sarunas, kurās viens dalībnieks (vai dažkārt abi) ir apņēmies kontrolēt to, par ko notiek saruna. Viņš kontrolē sarunu, uzdodot jautājumus par tiem tematiem, kurus viņš grib apspriest, vai pārtrauc otru personu, vai stāsta garus stāstus, neļaujot otram iesaistīties sarunā.

Palīdzības sniedzēji ir atbildīgi par to, lai tiktu veicināta mērķtiecīga un pārdomāta saruna. Viens no veidiem, kā to panākt, ir apzināties apspriežamo tematu un neierosināt citu, vispirms

nepārliciecinoties, vai otram par to nav vēl kas sakāms. Šo apzināto temata maiņu sauc par metakomunikāciju, un tā liecina par sarunas dalībnieka efektivitāti. Piemēram, kad sarunas temats ir iztirzāts un palīdzības sniedzējs vēlas ierosināt jaunu, viņš varētu sacīt apmēram tā: “Jūs man stāstījāt par savu pieredzi stundu laikā saistībā ar jūsu skolotāju. Es vēlētos pamainīt mūsu sarunas tēmu un parunāt par to, kāda ir jūsu mijiedarbība ar šo skolotāju ārpus stundām. *Kā jums šķiet?*”

Ja liekas, ka palīdzības meklētājs ir gatavs tematu mainīt un nevēlas vairs neko sacīt par savu pieredzi stundu laikā, palīdzības sniedzējs var sākt jaunu tematu. Tas var šķist mazliet neveikli, tomēr, kad sākat temata maiņu apzināties, ir samērā viegli par to paziņot nepiespiesti.

## 9. Klausīšanās, lai saklausītu pieredzēto

Sociodinamiskā konsultēšana cenšas izdibināt, noskaidrot, aprakstīt un izprast to, kā otra persona izjūt savas raizes. Tas nozīmē, ka konsultantam vajadzētu palīdzības meklētājam tuvoties tā, lai tiktu atbildēti vairāki jautājumi.

- Kas tieši ar jums ir noticis?
- Ko jūs domājat par savu situāciju?
- Kādas ir jūsu izjūtas saistībā ar notikušo?
- Kādas ir jūsu domas par to, kas darāms tālāk?
- Kad pārdomājat notikušo, kuri situācijas aspekti jums šķiet vissvarīgākie?

Galvenais, kas konsultantam jā dara, ir jāpiešķir prioritāte *pieredzes, situāciju, darbību un uztveres aprakstiem* un jāatturas no kārdinājuma uzdot jautājumus par iemesliem, pamatojumiem, cēloņiem, spekulācijām un teorijām par to, kas un kādēļ ir noticis. Tiklīdz iegūts skaidrs apraksts, ir daudz lielāka iespēja, ka izstrādātā teorija par iespējamajiem iemesliem un skaidrojumiem būs daudz trāpīgāka un lietderīgāka gan palīdzības sniedzējam, gan palīdzības meklētājam.

Dažkārt skaidrība, kas tiek gūta, aprakstot un no jauna aprakstot situāciju, pati par sevi sekmē risinājuma atrašanu. Problēma savā ziņā vienkārši izzūd, kad to sāk aplūkot bez abstrakcijas radītās miglas. Bet arī labs skaidrojums (teorija) var būt ļoti noderīgs, tiklīdz problēmas raksturs ir noskaidrots, to aprakstot.

## 10. Divu vēstījuma līmeņu apzināšanās

Katram sarunas vēstījumam ir divējāda nozīme:

1. informatīvais saturs — starppersoniskos vēstījumos ir ietverta informācija, kuru runātājs vēlas sniegt;
2. attiecību nozīme — starppersoniskiem vēstījumiem ir attiecību nozīme.

Ieteicams ir šāds princips: svarīgi ir ne tikai tas, *ko* jūs sakāt, bet arī, *kā* to sakāt. Aplūkosim vienkāršu aicinājumu “Aizver durvis!”. Informatīvais vēstījums ir samērā vienkāršs, tomēr atkarībā no runātāja balss intonācijas vai skaļuma šai frāzei var būt daudz dažādu nozīmju. Tā var būt kritika par to, ka durvis ir atstātas vaļā. Tā var paust izpalīdzīgumu, ja tā ir lietišķa norāde par to, kā rīkoties tālāk. Tā var norādīt uz tuvību, piemēram, kad viens mīlnieks otram saka: “Aizver guļamistabas durvis.” Un tā tālāk.

Diezgan bieži balss intonācija vēsta par statusu, piemēram: “Es šeit esmu galvenais.” Attiecību vēstījums var paust arī smalkas niansas, piemēram, divkosību, neuzticēšanos, cieņu, rūpes, vienaldzību, ieinteresētību, kritiku, atzinību un neskaitāmus citus starppersoniskus vēstījumus. Svarīgākais ir tas, ka starppersoniskam vēstījumam var būt un parasti arī ir divu veidu nozīme. Attiecību vēstījums bieži ir pats svarīgākais. Tas vai nu veicina, vai kavē atklātu saziņu starp sarunas dalībniekiem.

## 11. Klusuma izprašana un novērtēšana

Daudzi konsultanti apgalvo, ka palīdzības meklētāja klusēšana viņiem liek justies neērti. Reaģējot uz savu neērtības sajūtu, viņi klusumu bieži aizpilda ar saviem jautājumiem un runāšanu. Ir vairāki klusēšanas veidi — no naidīgas klusēšanas līdz apbrīnas pilnai klusēšanai. Var pieņemt, ka palīdzības sniegšanas sarunās palīdzības meklētāja klusēšanai ir divi galvenie iemesli: vai nu šī persona nezina, *ko* sacīt vai *kā* to pateikt, vai uzskata, ka savu domu vai jūtu izteikšana vārdos nav droša vai prātīga.

Lai gan nav nekļūdīgas formulas, kas palīdzības sniedzējam pateiktu, kā reaģēt uz klusumu, dažas idejas var palīdzēt. Piemēram, ja šķiet, ka klusēšanu ir izraisījusi nezināšana, ko sacīt, nevis nedrošības sajūta, palīdzības sniedzējs var paturēt prātā tālāk minēto.

- Bieži klusēšana liecina par to, ka runātājs visu pārdomā un apsver, ko atbildēt. Tas ir sevišķi raksturīgs starpkulturālām sarunām. Ja palīdzības sniedzējs iejaucas otras personas pārdomās, uzdotot jautājumu vai mudinot viņu “turpināt”, otras personas domāšanas process tiek izjaukts. To var uztvert arī kā nosodījumu vai necieņu. Parasti konsultantam būtu ieteicams pagaidīt un ļaut palīdzības meklētājam sākt runāt, kad viņš jutīsies tam gatavs.
- Apklušana var nozīmēt, ka otra persona iekšēji pārskata sarunā jau pateikto un prātā veido kontekstu, uz kuru balstoties turpināt runāt. Klusēšana var nozīmēt arī to, ka palīdzības meklētājs mēģina tikt galā ar pretrunām un satraukumu, ko izraisījušas pārdomas par apspriesto tematu. Arī šādā gadījumā parasti labāk ir iedrošinoši nogaidīt, nevis iztaujāt vai censties panākt, lai otrs cilvēks runātu, pirms viņš tam ir gatavs.
- Ja klusēšanu ir izraisījusi runātāja nedrošība, konsultants var censties saziņas vidi padarīt drošāku un aizsargātāku.

Nedrošību var izraisīt vairāki apstākļi:

- konsultācijas norises vietā atgadās iejaukšanās vai traucēkļi;
- palīdzības meklētājs jūtas, ka būs apdraudēts, ja atklās noteiktu informāciju vai — gluži pretēji — to neatklās;
- palīdzības meklētājs, iespējams, neizprot konsultēšanas būtību;
- konsultants, iespējams, nav izskaidrojis konsultēšanas konfidencialitātes nosacījumus;
- konsultants, iespējams, izturas valdonīgi, uzbāzīgi vai pratinoši vai pārāk ātri virza sarunu, kas palīdzības meklētājam neļauj justies komfortabli.

Protams, daudzkārt konsultantam vajadzētu klusēšanai pievērst uzmanību un noskaidrot palīdzības meklētāja klusēšanas iemeslus. To var izdarīt, izturoties ar cieņu, piemēram, sakot apmēram tā: “Redzu, ka esat kluss. Es labprāt uzzinātu, par ko jūs domājat.”

Vērīgam palīdzības sniedzējam vajadzētu pamanīt ekstralingvistiskās zīmes, kas papildina klusēšanu. Palīdzības meklētāja sejas izteiksme, pozas maiņa, roku kustības, asaru sariešanās, skatiena novēršana vai koncentrēšana — visas šīs neverbālās zīmes var liecināt par to, ka otram cilvēkam ir nepieciešams, lai viņu ar cieņu pieņemtu. Šie signāli var nozīmēt arī to, ka palīdzības meklētājam ir vajadzīga palīdzība, lai viņš varētu pateikt to, ko domā vai jūt, vai viņam ir jājūtas lielākā drošībā un mazāk apdraudētam.

## 12. Klausīšanās, lai sadzirdētu dažādas balsis

Cilvēki veido savu autobiogrāfisko patību, mācoties piešķirt balsi dažādām pieredzes plūsmām, piemēram, mācoties, ko nozīmē būt vīrietim vai sievietei, grāmatvedim, maizniekam, šoferim vai māksliniekam. Katra pieredzes plūsma rada konkrētu balsi, un cilvēks var runāt kā laulātais draugs, pavārs, dārznieks, dzejnieks, futbolists, tirgotājs utt. Patība nav tikai viena balss; to veido daudzas

balsis. Kad cilvēks meklē palīdzību, palīdzības sniedzējam vajadzētu būt gatavam dzirdēt un ieklausīties tajā balsī vai balsīs, ko palīdzības meklētājs izmanto sarunā. Par kādu statusu signalizē palīdzības meklētāja balss? Par “priekšnieka”, “bezpalīdzīgas personas”, “bērna”, “pieaugušā”, “apsūdzētāja”, “atstumtā” vai kādu no neskaitāmiem citiem? Katru balsi rada pieredze, kas tiek izmantota, lai interpretētu notiekošo, vadoties no tā, kā cilvēks sevi uztver noteiktajā brīdī. Balsis vienmēr stāsta konkrētas patības stāstu.

### 13. Klausīšanās, lai sadzirdētu to, kas slēpjas aiz sacītā

Klausoties citā personā, mums ir jācenšas atcerēties, ka aiz šīs personas, kura ar mums šobrīd runā aci pret aci, stāv unikāla biogrāfija un neaizmirstu pieredžu kopums. Tie iezīmē palīdzības meklētāja noietos dzīves ceļus un to, kā tie virzījušies laika gaitā un dažādos kontekstos.

Klausoties citas personas sacītajā, mēs cenšamies uztvert to fenomenu, kas mums šajā brīdī tiek atklāts. Mēs vēlamies saprast, ko cilvēks ar saviem vārdiem vēlas pateikt. Dažreiz tas ir samērā vienkārši, proti, sacītā nozīme mums ir skaidra un nav jāgudro, kas vēl nav pateikts.

Tomēr ir jāatceras, ka jebkurā fenomenā pateiktie vārdi vai darbības izpaužas dažādi un tie var būt arī “apslēpti”. Jebkura priekšmeta, idejas, pieredzes vai cita fenomena nozīme var būt apslēpta šādi:

- tā var būt (tā nav tāda, kā pirmajā brīdī šķiet, piemēram, smiešanās, kas var šķist kā humora pazīme, patiesībā liecina par nervozitāti);
- tā var būt, respektīvi, tā nav ne zināma, ne nezināma (tas, kas parādās, netiek atpazīts un paliek nepamanīts — mēs neapzināmies, ka nezinām);
- tā var būt (tā reiz ir bijusi zināma vai pazīstama, bet ir pazaudēta, un to ir aplūkušas citas nozīmes).

Palīdzības sniedzējs, kas uzmanīgi klausās otras personas teiktajā, var sākt padziļināti ieklausīties un bez aizspriedumiem uztvert atklātā nozīmi.

Prasmīgs klausītājs atceras, ka palīdzības meklētāja paustais var būt tikai *daļa* no viņa raizēm vai problēmas. Iespējams, ir neskaitāmas citas nozīmes, kas attiecas uz šīm raizēm un varētu tikt paustas, bet tas netiek darīts. Ir daudz iemeslu, kādēļ persona savas domas, izjūtas un percepcijas pilnībā neformulē, piemēram, nervozitāte, bailes, pieredzes trūkums patības paušanā, raizes par privātumu, atmiņas traucējumi, piesardzība vai nedrošība par konsultanta uzticamību.

Konsultanta jautājumos nevajadzētu būt “urķēšanās” motīvam, tomēr viņam vajadzētu apzināties, ka palīdzības meklētājs noteiktus jautājumus var apzināti ignorēt vai nespēt par tiem runāt.

Bieži nozīme tiek aizklāta netīši — pat tad, ja otra persona nevēlas saziņu maskēt. Neatkarīgi no tā, kādi ir apslēptās nozīmes cēloņi, prasmīgs klausītājs uztvers maskētas, neatklātas vai aplātas nozīmes apliecinājumus. Saudzīgi runātājam uz tiem norādot, var panākt, ka nozīme tiek atklāta daudz pilnīgāk.

Lai izzinātu dažādas nozīmes, ir svarīgi izmantot metaforas — *metafora* pati par sevi ir nozīmes pārnēsums. Piemēram, konsultants palīdzības meklētājam var sacīt:

“Pēc jūsu problēmas apraksta šķiet, ka tā ir puzzle ar trūkstošiem gabaliņiem. Vai jums arī tā šķiet?” Puzles metafora var palīdzības meklētāju mudināt atrast sava stāsta trūkstošos gabaliņus.

### 14. Kartēšanas izmantošana, lai paplašinātu klausīšanos

Kartēšana ir vizualizēšanas metode un apspriestā attēlošana zīmējumā. Konsultants un palīdzības meklētājs kopīgi izveido “karti”, kurā attēlota pieredze vai raizes, kuru dēļ palīdzības meklētājs vēlas saņemt palīdzību. Zīmēšanas process un konsultēšanas dialogs noris reizē. Uzmanīgi klausoties,

ko palīdzības meklētājs, vizualizēdams savas raizes, saka, un uzdodot jautājumus, kas plānojumā liek izveidot dažādas nozīmes dimensijas vai sfēras, konsultants — un arī palīdzības meklētājs — padziļina savu izpratni par šīm raizēm.

## 15. Kultūras kodi un klausīšanās, izmantojot priekšmetus

Piederība pie atšķirīgām kultūrām ietekmē izpratni, kas konsultantam un palīdzības meklētājam konsultēšanas procesā var rasties. Sociodinamiskā pieeja vedina domāt, ka, lai gan valodas atšķirības izpratni var kavēt, svarīgākais faktors ir konsultanta kā klausītāja attieksme, it sevišķi spēja izturēties ar cieņu un bez aizspriedumiem, kā arī *spēja no palīdzības meklētāja iemācīties kultūras noteikumus un kodus*.

Katrai kultūrai ir raksturīgi kodi, kas nosaka saziņu, it sevišķi starppersonisko saziņu. Piemēram, dažās kultūrās sarokošanās ir svarīga rīcība, kas apliecina vēlmi sazināties; citās kultūrās sarokošanās vispār nepastāv. Rietumu kultūrās skatiens un acu kontakts tiek uzskatīti par būtiskiem starppersoniskās saziņas elementiem; citās kultūrās tiešs acu kontakts tiek interpretēts kā agresija un ielaušanās otra personiskajā telpā.

Kultūras konteksts, kultūras kodi, kas nosaka, kā veidojama saziņa, un kultūras instrumenti, ko gan konsultants, gan palīdzības meklētājs izmanto konsultēšanas laikā, ir faktori, kuri ietekmē to, ko palīdzības meklētājs ir ar mieru sacīt, to, kā konsultants klausās un ko viņš ir gatavs dzirdēt.

Konsultants, kas vēlas uzlabot klausīšanos un padarīt efektīvāku saziņu ar palīdzības meklētājiem, kuri pieder pie citas kultūras, var ieņemt nezinātāja nostāju un mācīties no viņiem noteikumus, kas nosaka sarunu šajā kultūrā. Piemēram, konsultanta un palīdzības meklētāja pirmajā tikšanās reizē, ja konsultants ir sieviete un palīdzības meklētājs — arābu imigrants, saruna var būt diezgan sarežģīta. Šī nepazīstamo cilvēku — vīrieša un sievietes — starppersoniskā situācija, proti, privāta saruna, ir svarīga arābu kultūras koda pārkāpums.

Viens no labākajiem veidiem, kā apgūt kultūras kodus, ir sarunas ar tādiem citu kultūru pārstāvjiem, kuri jau ir iepazinuši konsultanta kultūras paražas. Šādā sarunā konsultants var uzdot jautājumus par to, kā rīkoties, kā nerīkoties un ko no sarunas sagaidīt. Šāda mācīšanās no citiem palīdz konsultantam nepieļaut acīmredzamas kļūdas saziņā ar imigrantiem, bēgļiem un citām personām, kas nepieder pie konsultanta kultūras.

Lai sekmētu saziņu un uzlabotu klausīšanos, reizēm var izmantot kultūrai raksturīgus priekšmetus. Es atceros pirmo reizi, kad man bija jāpalīdz dažiem grieķu imigrantiem adaptēties dzīvei jaunajā kultūrā. Vairāki vīrieši, kuri runāja angļiski, pirkstos nemitīgi virpināja krelles. No sākuma es nesapratu, ko viņi dara un kādēļ. Visbeidzot es vienam no viņiem pajautāju, ko šīs krelles nozīmē un ko viņš ar tām dara. Viņš iesmējās un sacīja, ka tās ir lūgšanu krelles. Es viņam jautāju, vai viņš mūsu sarunas laikā lūdzas. Viņš atkal iesmējās un teica: “Nē, sarunas laikā tās man palīdz nenervozēt.” Tad mēs parunājām par dažādiem lūgšanu krellu veidiem un funkcijām dažādās situācijās. Tāda ir saziņa, *izmantojot priekšmetus*. Uzzinājis par lūgšanu krellu kulturālo nozīmi, es varēju runātājā ieklausīties no citas — plašākas — perspektīvas.

Papildus šiem piecpadsmit prāta instrumentiem, kas sekmē klausīšanos, vēl ir būtiski nodrošināt tādu sarunu vidi, kurā ir pēc iespējas mazāk traucējošu faktoru. Ir ļoti grūti noturēt uzmanību, ja pastāv kādi traucēkļi. Ar vidi saistīti traucēkļi, kas jānovērš, ir citu cilvēku staigāšana garām vai cauri sarunu telpai, telefona zvanišana, skaļruņa paziņojumi, kolēģu vai cita personāla iejaukšanās, acīs spīdoša saules gaisma vai neērta, nefīra vai drūma sarunu telpa. Tas, cik lielā mērā konsultants klausīšanos spēj pasargāt, nodrošinot tai labvēlīgu vidi, liecina par to, cik lielu cieņu viņš izrāda pret palīdzības meklētāju.

## Harmoniskas attiecības sekmē klausīšanos

Saziņa notiek attiecību kontekstā. Mēs izmantojam saziņu, lai veidotu attiecības, un izmantojam attiecības, lai veicinātu saziņu. *Harmonizēt* nozīmē saskaņot veseluma daļas. Tas nozīmē apvienot sistēmas vai procesa sastāvdaļas, lai tās savstarpēji rezonētu. Tādos starppersoniskos kontekstos kā konsultēšana harmonija var attiekties gan uz iekšējo mieru un klusumu, gan uz starppersoniskajām attiecībām.

Lai klausīšanās būtu patiesi efektīva, klausītāja un runātāja attiecībām ir jābūt diezgan harmoniskām, nevis disonējošām. Klausoties tam ir jāvelta visa uzmanība, klausīšanos nedrīkstētu pārtraukt nekādi traucēkļi vai izklaidība.

Kas raksturo harmoniskas attiecības konsultēšanas procesā, un kā tās sekmē klausīšanos? Konsultēšanas sākumā palīdzības sniedzējs var zināmā mērā kontrolēt konsultēšanas procesa un saziņas attīstību. Kompetents konsultants centīsies sagatavot augsni konstruktīvai domu apmaiņai un problēmu risināšanai, kopā ar palīdzības sniedzēju radot harmonisku un atbalstošu atmosfēru.

Prasmīgs konsultants apzinās, cik svarīgi ir atrast vai radīt *kopēju valodu* pat ar tādiem palīdzības meklētājiem, kas ir ļoti atšķirīgi no paša konsultanta. Konsultantam, iespējams, ir palīdzības meklētājam jāpaskaidro konsultēšanas nolūks, jo daudziem, kuri konsultēšanā piedalās pirmo reizi, vai nu nav nekādu zināšanu par konsultēšanu, vai ir maldīga izpratne par to.

Labs konsultants zina arī to, ka nav ieteicams pārāk strauji pievērsties palīdzības meklētāja problēmai. Konsultēšanas sākumā labāk būtu, pirmkārt, *klausīties, lai saprastu*, un, otrkārt, *klausīties, lai risinātu*. Tā var izveidot rezonējošu un harmonisku konsultēšanas gaisotni, kas būs attiecību konteksts palīdzības meklētāja mērķu sasniegšanai.

Lai veicinātu harmoniju, labi konsultanti izmanto tālāk minētos instrumentus.

- Pašnovērošanas kapacitāte. Tā konsultantam var ļaut samazināt elementus, kas traucē viņam klausīties. Tas nozīmē, ka viņš var izmantot pašnovērošanu, lai mazinātu iekšējo reakciju — aizspriedumu, subjektivitātes, baiļu, nepatikas, līdzjūtības, identificēšanās, stresa un aizvainojuma — traucējošo iejaukšanos tajā, kā viņš uztver otru personu un konsultēšanas procesu. Tas konsultantam ļauj palikt runātāja “klātbūtnē”.
- Spēja noteikt, vai palīdzības meklētājs konsultēšanai ir gatavs. Daudzi konsultēšanas procesi ir nesekmīgi, jo palīdzības meklētājs konsultēšanas sarunai nav noskaņojies.
- Cieņpilna attieksme pret palīdzības meklētāju un viņa raizēm. Cieņas izrādīšana otrai personai ir būtisks nosacījums gandrīz visos konsultēšanas procesa aspektos.
- Pārlicība par kopīgās rīcības vērtību.
- Gatavība mācīties no palīdzības meklētāja.
- Pārlicība par “daudzu iespējamību” principu.
- Kapacitāte vadīt otru “konstruktīvajā tagadnē”.
- Spēja izveidot saziņas vidi, kas ir droša, uzticama un sekmē pārveidojošo mācīšanos.

Ja tiek izmantoti šie instrumenti, konsultants var izturēties cilvēcīgi — ar iekšējo mieru, koncentrēšanos, rūpēm un atbildību par to palīdzības meklētāja dzīves daļu, kas viņam tiek atklāta.

Konsultants var veicināt harmoniskas attiecības, iedziļinoties konsultēšanas situācijā kā iekšēji harmoniska persona, uzsākot saziņu, kuras mērķis ir palīdzēt (neatkarīgi no palīdzības meklētāja sākotnējās vēlmes un starppersoniskās saziņas kapacitātes), un vadot palīdzības meklētāja līdzdalību konsultēšanas darbībās, kas tiek organizētas “konstruktīvajā tagadnē”.

Konsultēšanas gaitā izmantojot dialogisko saziņu, kas pielāgota palīdzības meklētāja sociālajam statusam un kulturālajai piederībai, tiek veicinātas harmoniskas attiecības starp konsultantu un palīdzības meklētāju. Harmonija parasti sekmē sarunu, kuru ir vērts klausīties.

### **Pārveidojošā mācīšanās**

Dialogiskā klausīšanās ir lielisks instruments tādas vides radīšanai, kas sekmē pārveidojošo mācīšanos. Pārveidošanas teorija runā par aktīvu procesu, kurā tiek atpazītas un no jauna interpretētas agrāk iegūtās zināšanas, lai tām būtu jēga jaunā kontekstā.

Pārveidojošā mācīšanās nav tikai iegaumēšana, zināšanu uzkrāšana vai vecā un jaunā sasaitīšana. Pārveidojošā mācīšanās norāda uz to, ka mācīšanās pieredze rada jaunas nozīmes, jaunas interpretācijas un jaunas izpratnes.

Pārveidojošās mācīšanās procesā mainās izglītojamās personas pieeja. Tas nenozīmē, ka palīdzības meklētājs vienkārši pielāgotos vai pasīvi pieņemtu kādu ierobežojošu spēku vai situāciju. Jauna pieeja bieži ir tas izšķirīgais notikums, kas palīdz progresēt un sākt kontrolēt kādu konteksta vai eksistenciālās situācijas aspektu, kurš iepriekš tika uztverts kā nepārvarams vai kurš vienkārši bija pasīvi jāpieņem.

Es atceros kādu jaunu sievieti, kura ieradās pie manis, lai konsultētos par to, kā viņa varētu sagatavoties darba atrašanai. Klausoties viņas stāstā, man kļuva skaidrs, ka viņas attiecībām ar vīrieti ir raksturīga vardarbība. Sākumā viņa uzskatīja, ka tas ir “normāli”. Viņa bija pieredzējusi vardarbību gan savas māsas, gan mātes attiecībās ar vīriešiem. Viņas uztverē “tā tam ir jābūt”.

Mēs apspriedām viņas pieredzi un to, ko viņa vēlētos dzīvē sasniegt. Es ierosināju, ka viņa varētu apmeklēt arī grupas konsultācijas Sieviešu centrā, kur notika grupas konsultācijas sievietēm, kuras cietušas no vardarbības. Viņa pieteicās šajā grupā un laiku pa laikam tikās arī ar mani. Klausīdamās citu sieviešu stāstos par vardarbību savā dzīvē un to, ko dažas no viņām dara, lai no vardarbīgajām attiecībām atbrīvotos, viņa savu situāciju sāka uztvert citādi: nu viņa savus apstākļus uzskatīja nevis par normāliem, bet par nepieņemamiem. Līdz ar pieejas maiņu viņa varēja rīkoties tā, lai no vardarbības atbrīvotos.

Es vēlos pateikt to, ka mans pirmais solis bija uzmanīga klausīšanās, kad viņa stāstīja par savu pieredzi. Pēc tam viņa uzklaušīja citas sievietes, ar kurām viņai bija kopēja pieredze un kuras stāstīja gan par vardarbību savā dzīvē, gan par savu reakciju vardarbīgajās situācijās. Viņa uzzināja arī par citiem atbalsta veidiem, kas varētu palīdzēt viņas centienos uzlabot savus dzīves apstākļus. Šīs sievietes uztveres pārveidošanās procesā galvenā darbība bija uzklaušīšana un klausīšanās — es uzklaušīju viņas stāstus un viņa klausījās citu sieviešu stāstos.

Viena no dialogiskās klausīšanās iezīmēm ir tā, ka klausoties klausītājs neļauj savām iepriekš iegūtajām zināšanām, interpretācijām un tūlītējām reakcijām kavēt vai izmainīt otras personas sacītā nozīmi. Pirms ļaut savām reakcijām sevi ietekmēt, klausītājs cenšas saprast, ko otra persona saka.

Kad abi sarunas dalībnieki ir atzinuši kādu būtisku atšķirību un vienojušies par šī temata nozīmi, viņi sāk apspriest viedokļa vai pieejas atšķirības. Kamēr vien tiek saglabāta laba griba un dialogiska pieeja, var rasties izpratne, kas savā ziņā abiem dalībniekiem ir jaunatklājums. Abu paustās nozīmes ir pārveidotas par jaunām nozīmēm vai pieejām.

Tātad tēze A un tēze B ir sintezētas (jaunā) tēzē C. Tas nenozīmē, ka visas atšķirības būtu pilnīgi nogludinātas; drīzāk tas nozīmē, ka ikvienu patiesu atšķirību abi dalībnieki izprot skaidrāk. Tas nozīmē arī to, ka viena atšķirība nebūt nekavē kopēju izpratni par citiem apspriestā temata aspektiem. To var traktēt arī tā, ka abu sarunas dalībnieku izpratņu saplūšana rada pavisam jaunu un kopēju izpratni. Šādā gadījumā abiem dalībniekiem ir pārveidota nostāja, t. i., viņiem ir jauna, kopēja nostāja.

Dialogisks klausītājs iesaistās dialogā gatavs mainīties, ja viņam tiek sniegti pamatoti iemesli, lai to darītu. Sociodinamiskajā konsultēšanā neviens no sarunas dalībniekiem netiek uzskatīts par absolūtu autoritāti, it sevišķi par tādu autoritāti, ko nosaka statuss. Dialoga autoritāti nosaka ideju skaidrība, pārbaudīšana, novērtēšana un vērtība. To nosaka arī spēja domāt kopīgi, pievienoties otram cilvēkam kopīgos sapratnes meklējumos, īstenojot nesagrozītu klausīšanos, kā arī patiesa apmainīšanās ar idejām, zināšanām un attieksmēm un to pārbaudīšana.

Pārveidojošā mācīšanās rodas, veidojot nozīmi, nevis pierādot savu taisnību vai zināšanu un cita maldīšanos vai nezināšanu. Daudzu mācīšanās teoriju pamatā ir pieņēmums, ka mēs iegūstam jaunu pieredzi un to pārbaudām, izmantojot vecus kritērijus — mērauklu “izmēģināts un paties”. Pārveidojošā mācīšanās šo procesu parasti pavērš otrādi. Jauna uztvere izmaina veco pieredzes interpretāciju. Ne vienmēr pieredzes novērtēšanas kritēriji sakņojas iepriekš apgūtā mācībā. Tos var radīt arī jauna pieredze, atziņa, ka “viss vairs nav kā agrāk”, un sapratne par to, “kā tas patiesībā ir”, un to, ka “tā tam nav jābūt”.

Rezumējot, dialogiskā klausīšanās balstās uz trim nosacījumiem. Tie ir: mierīgs prāts (atbrīvošanās no izklaidības), harmoniskas attiecības (uzticība, cieņa un atbalsts) un tiekšanās uz pārveidojošo mācīšanos (izmainīta pieeja). Konsultants ir atbildīgs par to, lai dialogiskā klausīšanās tiktu izmantota un sekmēta. Dažkārt palīdzības meklētājs nebūs spējīgs vai pat ieinteresēts labi klausīties, tomēr pat ļoti sarežģītos apstākļos konsultants var izmantot jebkuru iespēju, gan lai dialogisko klausīšanos modelētu, gan lai mudinātu otru personu iesaistīties dialogā tā vietā, lai strīdētos, pagērētu, izturētos pasīvi vai bezpalīdzīgi.

*Viss atkarīgs no auss, ar kuru tu mani spēj sadzirdēt.*

*Žaks Deridā<sup>42</sup>*

## **Apzināta problēmu risināšana**

### **Neapzināta rīcība un apzināta problēmu risināšana<sup>43</sup>**

Ir daudzi problēmu risināšanas modeļi. Sociodinamiskajā palīdzības sniegšanā priekšroka tiek dota “apzinātai problēmu risināšanai”. Pirms aprakstu, kā tā notiek, vēlos parunāt par apzinātas rīcības pretstatu — neapzinātu rīcību. Neapzināta rīcība ir stāvoklis, kad mēs automātiski atkarotam jau zināmo vai to, ko protam darīt, tomēr neparastos apstākļos *refleksīvās reakcijas* bieži ir neadekvātas. Indivīds tikai saka vai dara to, “ko vienmēr”, un tas viņam neļauj saskatīt vajadzību pēc inovācijas un mainītas pieejas.

Otra neapzinātas rīcības pazīme ir *pārmērīga pieķeršanās* noteiktam veidam, kādā kaut ko darīt, vai noteiktam uzskatam. Cilvēks, kas ir stingri pieķēries kādiem uzskatiem, turēsies pretī kritiskai domāšanai un visas pārējās idejas uzskatīs par nebūtiskām vai nepraktiskām.

Neapzinātu rīcību veicina tas, ka persona *tic ierobežotiem resursiem*. Jebkurš pieredzējis konsultants daudzkārt ir dzirdējis apgalvojumus “tur neko nevar darīt”, “nav nekādu izredžu”, “es tur neko nevaru līdzēt”, “nekur nav brīvu darbavietu”, “man nekas nesanāk”, “tam nav naudas” utt. Šādi komentāri liecina par pārliecību, ka nav pieejami nekādi resursi — ne individuālie, ne kādi citi. Šīs samiernieciskās idejas ierobežo kritisku un radošu domāšanu un rīcību.

*Pakļaušanās kalendāra laikam* ir vēl viens neapzinātas rīcības aspekts. Tas nozīmē, ka persona uzskata, ka mums ir jāpakļaujas pulkstenim un kalendāram un ka laiku pilnībā pārvalda ārēji spēki.

Arī *nelokāma dzišanās pēc viena vienīgā rezultāta* personu noskaņo uz neapzinātu rīcību. To var izraisīt pieķeršanās “rezultātam” darbā un sabiedrībā. Ja tā vietā, lai persona domātu: “Vai varu to izdarīt pareizi?” un “Vai varu sasniegt šo rezultātu vai mērķi?”, viņa domā: “Kā es to varu izdarīt?”, uzsvars ir uz to, “kā” kaut ko izdarīt, nevis uz to, vai tas tiek darīts pareizi un vai tas atbilst



mērķim. Tas cilvēka prātam liek atvērties dažādām iespējamībām un daudziem veidiem, kā rīkoties tālāk, līdz ar to tas palīdz izkļūt no “rezultāta slazdiem”.

Neapzinātu rīcību sekmē arī *dekontekstualizācija*. Bieži, cenšoties risināt kādu problēmu, persona pilnīgi ignorē kontekstu, kurā problēma ir radusies, un kontekstu, kurā var tikt atrasti iespējamie risinājumi. Neapzinātu rīcību var sekmēt arī kontekstu sajaukšana, piemēram, kad konsultants aizmirst, ka tas konteksts, kurā viņš apsver palīdzības meklētāja problēmu, un tas konteksts, kurā to aplūko palīdzības meklētājs, var būt ļoti atšķirīgi. Šādā gadījumā turpmākajā sarunā trūkst izpratnes, jo gan konsultants, gan palīdzības meklētājs neapzināti atkārtoti savas pieejas.

Cilvēki bieži uzskata, ka vienas personas veiktajām darbībām ir tādi paši motīvi, iemesli un rezultāti kā līdzīgām otras personas veiktajām darbībām, tomēr tas, kas vienā kontekstā noved pie neveiksmes, citā var izrādīties sekmīgs. Jaunietis, kas lieto narkotikas, pēc vecāku domām pieļauj milzīgu kļūdu, bet vienaudžu grupas kontekstā viņš parāda, ka ir “savējais”, un tiek vērtēts augstu. Ja mēs vēlamies izprast otra cilvēka darbību vai bezdarbību, mums ir jāpieskaņojas kontekstam, kurā viņš dzīvo, un viņa darbības un idejas jāizmanto kā atskaites punkts un nozīmes avots.

Konsultanti bieži sastop palīdzības meklētājus, ar kuriem šķiet neparasti grūti strādāt. Viena galējība ir tie, kas izturas kā bezpalīdzīgi un sakauti. Otra galējība ir tie, kam ir pretenzijas, kas ir naidīgi noskaņoti un daudzus aspektos atsakās sadarboties. Konsultēšanas literatūrā “nepakļāvīgi” un “bezpalīdzīgi” klienti ir minēti bieži, taču sociodinamiskās pieejas viedoklis ir atšķirīgs. Sociodinamiskā pieeja jautā: “Kādā kontekstā vai noskaņojumā šī persona interpretē savas dzīves situāciju?” Tā vietā, lai izmantotu nepakļaušanās terminoloģiju, palīdzības meklētāji tiek uztverti kā indivīdi, kas sava noskaņojuma dēļ vai nu ir, vai nav gatavi produktīvai konsultēšanai. Ja palīdzības meklētājs konsultēšanai nav gatavs, konsultantam ir jāveic pasākumi, kas palīdzības meklētājam palīdzētu *kļūt gatavam* produktīvai konsultēšanai.

### **Sevis uzskatīšana par bezpalīdzīgu un spēja risināt problēmas**

Pirms sākam apspriest apzinātu rīcību kā labu stratēģiju, kas sekmē mācīšanos konsultēšanas laikā, uzskaitīšu dažus “simptomus”, kuri raksturo sarežģītu vai negatavu palīdzības meklētāju. Pasīvs vai naidīgs, palīdzības meklētājs, kas sagrauj konsultanta centienus, gandrīz vienmēr tā rīkojas tāpēc, ka uzskata sevi par bezpalīdzīgu vai neveiksmīgu, vai tāpēc, ka jūtas nedroši. Tālāk minētas dažas pazīmes, kas liecina, ka palīdzības meklētāju vada nedrošība un bezpalīdzība. Palīdzības meklētājs:

- interpretē konsultanta komentārus kā nosodošus vai aplamus;
- automātiski atbild: “Tas nederēs!”;
- pieprasa, lai konsultants problēmu nokārtotu;
- cenšas novērst konsultanta uzmanību, sākot runāt par nebūtiskiem jautājumiem vai mētājoties pa dažādiem tematiem un nerisinot mērķtiecīgu sarunu;
- ir pārmērīgi aizrāvies ar “diagnozi” un bieži uzstāj, lai viņu testētu;
- uzstāj, lai konsultants garantētu rezultātu;
- uzvedas tā, it kā viņam vajadzētu konsultantam kaut ko pierādīt;
- var uzskaitīt daudz lietu, kas viņa dzīvē nenotiek pareizi;
- bieži maina tematu;
- mēģina konsultantu uzjautrināt vai viņam glaimot;
- lielās ar tematam neatbilstīgiem sasniegumiem vai sekmēm;
- ir iestrēdzis melnbaltā pasaules uztverē (labs un slikts, pareizs un nepareizs);

- runā vairojoši un pārmetoši un pauž pārliecību, ka viņa problēmās ir vainojams kāds cits;
- cenšas saņemt apstiprinājumu, ka viņam jau veicas labāk, un bieži jautā, kāds viņš ir salīdzinājumā ar citām personām līdzīgās situācijās;
- vairākkārt atkārtο neproduktīvas idejas un darbības;
- apšaubā palīdzības sniedzēja kompetenci;
- tic “funkcionālai stabilitātei” jeb “iesaldētām kategorijām”, t. i., uzskata, ka idejām, darbībām un priekšmetiem ir tikai viena pareiza funkcija.

Šādas palīdzības meklētāja izpausmes norāda, ka viņš ir pārāk stipri pieķēries procesa mērķiem, nespēj koncentrēties, ir pievērsies tikai vienai idejai vai darbībai un kopumā jūtas apdraudēts un neaizsargāts. Šādi izpausmes veidi kopumā rada arī ļoti ierobežotu pieeju un neļauj palīdzības meklētājam saskatīt jaunas iespējas. Šāds cilvēks nespēj riskēt un paplašināt savas interpretācijas par to, kas un kāpēc notiek.

Iepriekš aprakstītā neapzinātā rīcība un sarežģītie klienti rada kontekstu, kurā īsi aplūkosim apzinātu problēmu risināšanu kā konsultēšanas metodi.

### Apzināta rīcība kā noskaņojums

Apzinātu problēmu risināšanu rada īpašs *noskaņojums*, kas ir domu un jūtu konfigurācija (kaut kas līdzīgs garastāvoklim) un kas palīdzības sniedzēju un/vai meklētāju var noskaņot noteiktai rīcībai vai mijiedarbībai ar citiem cilvēkiem. M. Heidegers<sup>44</sup> ir norādījis, ka katram garastāvoklim ir sava izpratne. Tālākā diskusija par apzinātu problēmu risināšanu apraksta šādu noskaņojumu un no tā izrietošās darbības.

Parasti apzinātā stāvoklī cilvēks ir mierīgs un koncentrējies uz problēmas risināšanas procesu. Apzināts stāvoklis vedina uz refleksiju un līdzsvaru. Tas liek koncentrēties un būt uzmanīgam, kā arī meklēt nozīmi un padziļinātu izpratni. Tam ir raksturīga pacietība. Tas ir atvērts savai un citu pieredzei. Visbeidzot, tas ir orientēts uz radošu pieeju problēmu risināšanai un ir gatavs dialogam ar citiem. Būt koncentrētam uz procesu nozīmē pievērst uzmanību: a) savas eksistenciālās situācijas realitātēm; b) savām domām un izjūtām saistībā ar konstruktīvo tagadni un mijiedarbības procesu, kurā esmu iesaistījies; c) tam, kā es varu palielināt savu “risināšanas” kapacitāti, lai rīkotos šajā situācijā.

Seši apzinātas rīcības komponenti

E. Langere izšķir piecus apzinātas rīcības komponentus. Es esmu ieviesis nelielas korekcijas un papildinājis tos ar vēl vienu — dialogu. Manuprāt, šīs sešas dimensijas rada tādu noskaņojumu, kas var būt noderīgs problēmu risināšanai, sniedzot palīdzību. Apzinātas rīcības komponenti ir šādi.

1. veicināšana un eksperimentēšana ar jaunām idejām, kategorijām un darbības veidiem.
2. atzīšana un cenšanās to pārvērst personīgās zināšanās. Ar informācijas saņemšanu vien nepietiek — tā tikai var radīt apjukumu un neatbildības sajūtu. Lai informācija efektīvi ietekmētu lēmumus un darbības, tā ir jāsaņem, jāapspriež un ir jāsaprot, kāda ir tās nozīme personīgās dzīves laukumā.
3. Apzināšanās, ka jebkuru lietu var aplūkot un ka jebkura lieta var izpausties dažādos veidos. Apzināšanās, ka gandrīz par visu ir daudzējādi viedokļi, var būt atbrīvojoša.
4. Rīkošanās, lai iegūtu lielāku.
5. Prioritātes piešķiršana. Ir lietderīgi apzināties, ka pirms katra rezultāta ir process. Bieži uzmanības pievēršana procesam ir tas priekšnosacījums, kas vispār ļauj sasniegt rezultātu, un tas var arī ietekmēt rezultāta kvalitāti.

6. Maksimāla. Vairums problēmu un risinājumu tiek konstruēti dialogā un mijiedarbībā. Tā kā problēmu risināšana bieži balstās uz attiecībām, ir būtiski uzlabot starppersoniskās saziņas kvalitāti, lai problēmas varētu risināt produktīvi.

Apzināta problēmu risināšana ir process, kurā tiek uzsvērta apzināšanās, refleksija un palīdzības sniedzēja un meklētāja sadarbība.

### **Intelektuāla saruna**

No sociodinamiskā skatpunkta, viena no centrālajām palīdzības sniegšanas darbībām ir *intelektuāla saruna*. Intelektuāla saruna ir saziņas veids, kurā palīdzības sniedzējs un meklētājs sadarbojas, lai aprakstītu un atrisinātu tās raizes, kuru dēļ palīdzības meklētājs ir ieradies uz konsultāciju. Konsultants nerunā kā eksperts, kas var problēmas nokārtot, izmantojot kādas pārākas zināšanas, prasmes un vērtības. Tāpat nav spēkā pieņēmums, ka labākie risinājumi vai atrisinājumi vienmēr ir apslēpti pašā palīdzības meklētājā un ka tie parādās, ja vien konsultants ir pacietīgs un atbalstošs. Intelektuāla saruna sekmē gan palīdzības sniedzēja, gan palīdzības meklētāja intelektu un radošumu, jo tie aktīvi tiek izmantoti, lai tiktu galā ar palīdzības meklētāja raizēm. Saruna ir līdzeklis, lai līdzradītu kopēju izpratni, atskārsmes, vienošanos un plānus par turpmāko palīdzības meklētāja rīcību.

Ir vairāki sarunas veidi. Viens no tiem ir parasta ikdienas saruna, kas ir pietiekama tikai, lai uzturētu saziņu. Ikdienas sarunas dalībnieki parasti neapzinās, kāds ir saziņas process, un arī neapzinās savu lomu tajā. Viņi nav iesaistījušies metakomunikācijā.

Otrs sarunas veids, kas dzirdams ikdienas saskarsmē, ir “pieklājīga” saruna, kurā sarunas dalībniekus vada etiķetes prasības un tas, ko konkrētajā situācijā ir pieklājīgi sacīt. Sarunas galvenais nolūks ir izvairīties no agresīvām vai aizvainojošām piezīmēm, kā arī no strīda un konflikta.

Pieklājīga saruna ir uzmanīgi kontrolēta saruna, kurā daudzas domas un jūtas tiek apspiestas un netiek paustas. Pieklājīga saruna ir saistīta ar statusa atšķirībām, ko nosaka vecums, sabiedriskais stāvoklis, dzimums, ģimenes saites, institucionālā loma un šķiriskā piederība.

Trešais sarunas veids ir “autoritatīva” saruna, kurā viena persona dominē un kontrolē sarunu, pamatojoties uz statusu, autoritāti, zināšanām vai citiem starppersoniskās varas veidiem. Šādas sarunas, kurās viena persona tiek uzskatīta par autoritāti, bet otra par piederīgu zemākam statusam, parasti notiek starp vecākiem un bērnu, cietuma priekšnieku un cietumnieku, skolotāju un skolēnu, priekšnieku un padoto, ārstu un pacientu. Vēl viens kontrolētās sarunas veids ir konsultēšanas vai terapijas “intervija”, īpaši tad, ja konsultants ieņem eksperta lomu, pamatojoties uz statusu.

Praksē saruna var būt pieklājīga, autoritatīva un ikdienišķas sarunas apvienojums atkarībā no tā, kādi ir sarunas dalībnieki, konteksts un temats, tomēr nevienu no šiem trim sarunas veidiem nav vēlams izmantot konsultēšanā.

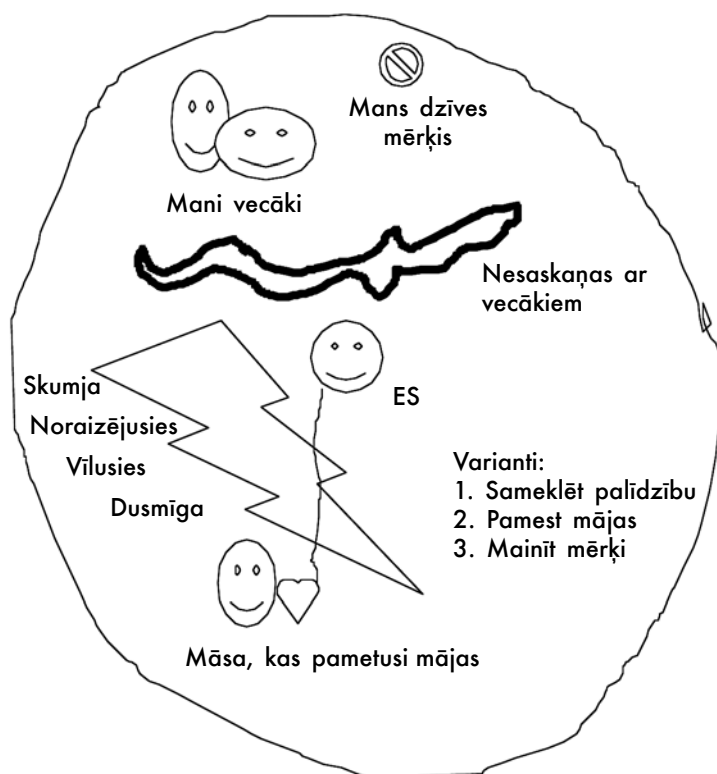
Ceturtais sarunas veids ir *intelektuāla saruna*, kas ir strukturēta tā, lai abi dalībnieki pēc iespējas labāk varētu izmantot savu intelektu un radošumu. Intelektuālu sarunu veido četri mijiedarbīgi elementi: dialogs, problēmu risināšana, metakomunikācija un cieņpilna attieksme. Palīdzības meklētāji var zināt un var nezināt, kā piedalīties intelektuālā sarunā; parasti viņus uz dialogu vada konsultants kā paraugs.

*Intelektuālu sarunu* raksturo šādas pazīmes.

1. Tiek izmantots, lai nodrošinātu nozīmīgu plūsmu abos virzienos.
2. Ir acīmredzama problēmas risināt.
3. Ir acīmredzama spēja (komentēt saziņu).
4. Tiek izrādīta attieksme pret otras personas unikalitāti un morālo vērtību, lai gan abu viedokļi, pieejas, vērtības un rīcības virzieni var atšķirties (mīli grēcinieku, nevis grēku).

5. Sarunas dalībnieki izrāda sarunu un izvairīties no dominēšanas un kontroles pār otru.
6. tiek ņemta vērā, apstiprināta un uzskatīta par ārkārtīgi svarīgu zināšanu avotu.
7. Tiek demonstrēta spēja iesaistīties. Plāni tiek veidoti un vienošanās panāktas starppersoniskā sarunā, nevis ar rīkojumu.
8. Sarunām ir raksturīgs, nevis vienaldzība vai iznīcinoša attieksme; , nevis apsūdzība; , nevis pierādīt savu taisnību; , nevis aizsargāšanās; , nevis atstumšana.
9. Sarunas dalībnieki ir gatavi pieņemt ideju par. Intelektuālā sarunā tiek pieņemts, ka svarīgu ieguldījumu konsultēšanas procesā var dot gan konsultants, gan palīdzības meklētājs. Tiek pieņemts arī tas, ka palīdzības meklētājs ir potenciāli aktīvs, radošs darītājs, kas spēj domāt intelektuāli.

### 3. attēls. Palīdzības meklētājas problēmas dzīves laukuma karte



### Vizualizācija un dzīves laukuma kartēšana

Dzīves laukuma kartē, kas redzama 3. attēlā, septiņpadsmitgadīga palīdzības meklētāja ir attēlojusi savu problēmu. Viņas vecāki ir pret viņas nākotnes plāniem kļūt par brīvprātīgu miera programmas dalībnieci ārvalstīs. Viņa ir dusmīga, bēdīga, vīlusies un noraizējusies. Viņa un viņas konsultants ir uzskaitījuši trīs pašlaik iespējamās alternatīvas. Viņai ir divdesmit divus gadus veca māsa, kura pirms kāda laika ir pametusi mājas konflikta dēļ ar vecākiem. Viņa māsu uztver kā sev tuvu cilvēku, ko ir norādījusi, uzzīmējot sirdi.

Konsultants vada palīdzības meklētājas līdzdalību kartes izveidē, sniedzot ierosinājumus.

- Konsultants saka: “Uz šīs lielās papīra lapas mēs varam uzzīmēt karti, kurā attēlots tas, par ko esat noraizējusies. Uzzīmējiet lielu apli un ievietojiet tajā sevi — uzzīmējiet primitīvu cilvēciņu vai vienkārši ievielci X.”

- Vislabāk ir, ja palīdzības meklētājs, zīmējot karti, dzird virzošus jautājumus, ko uzdod palīdzības sniedzējs; karte var tikt zīmēta, arī abiem sadarbojoties. Dažkārt kartēšana ir jāveic palīdzības sniedzējam, jo palīdzības meklētājs pats to nespēj.
- Pēc tam, kad aplis un persona ir uzzīmēti, konsultants saka: “Šis ir jūsu dzīves laukums (personīgā pasaule) (pašreizējā situācija).” Tad viņš uzdod jautājumus, lai palīdzības meklētāju mudinātu kartē iezīmēt savu raižu pazīmes un dažādus kontekstuālus novērojumus. Jautājumi ir, piemēram, šādi.
  - “Vai ar jūsu raižēm ir saistīta vēl kāda persona? Parādiet šo personu savā kartē!”
  - “Kad domājat par savu problēmu, kādi problēmas elementi jums nāk prātā?”
  - Konsultants mudina palīdzības meklētāju izmantot līnijas, attēlus, krāsas, vārdus, teikumus un simbolus, lai vizualizētu tās izjūtas, domas, darbības un situācijas elementus, kam varētu būt nozīme saistībā ar viņa dzīves laukuma problēmu.

Konsultantam kartē attēloto nevajadzētu abstrakti un teorētiski interpretēt. Karte ir mēģinājums formulēt un aprakstīt to, kas faktiski notiek personas dzīvē. Dzīves laukuma kartēšanas mērķis ir iegūt pieredzes aprakstu, nevis teorētisku interpretāciju.

Kartēšana un dialogs iet roku rokā, un katrs no tiem var papildināt otra atklāto nozīmi. Bieži vienas konsultēšanas sarunas laikā tiek izveidotas vairākas kartes. Kartēšanai ir daudzas vērtīgas funkcijas, proti:

- sarežģītu apstākļu noskaidrošana un vienkāršošana;
- jaunu atskārsmjū un ideju radīšana par raižēm;
- stipro pušu noteikšana un šķēršļu apzināšana;
- provizoriska rīcības plāna izstrādāšana;
- ietekmju un tendenču atklāšana palīdzības meklētāja situācijā;
- svarīgu attiecību un saikņu atklāšana;
- patības vizualizēšana;
- palīdzības meklētāja patības apziņas atklāšana konkrētajās eksistenciālajās realitātēs;
- svarīgu aprakstu radīšana par darbībām, izjūtām un mijiedarbībām;
- raižu kontekstualizēšana.

Lai gan kartēšanu nevar veikt katrā konsultācijā, efektīvi izmantota, tā ir ārkārtīgi svarīgs instruments, lai piešķirtu formu palīdzības meklētāja dzīves laukumam. Karte ir lielisks instruments, lai radītu nākotni un plānotu, kā uz to virzīties.

### Personīgo projektu līdzkonstruēšana

Žans Pols Sartrs rakstīja: “Tu sevi radi ar savām *darbībām*.” Alans Turēns<sup>45</sup> apgalvoja, ka cilvēka rīcības spēju definē *darbības un attiecības*. Ļevis Vigotskis atbalstīja ideju, ka *mācīšanās darot* ir vēlamāka par mācīšanos, saņemot norādes. Timo Vahamotonens<sup>46</sup> lika pamatus *uz darbību balstītai* konsultēšanas metodei, kurā konsultants un palīdzības meklētājs risina sarunas par savām nozīmēm un darbībām.

Sociodinamiskajā pieejā tiek uzsvērts, ka konsultēšanai vajadzētu palīdzēt palīdzības meklētājiem iesaistīties *nozīmīgos personīgās darbības projektos*, kas palielina kapacitāti un nostiprina identitāti. Kas tad ir personīgi nozīmīgs darbības projekts? Termins “darbība” tiek plaši izmantots, lai aprakstītu jebkādu darbību kopumu, sākot no vienkāršām darbībām (piemēram, saraksta izveidošana vai jaunu vārdu apgūšana), turpinot ar sarežģītākām darbībām (piemēram, ēdiena gatavošana vai datora izmantošana, lai piekļūtu internetam) un beidzot ar ļoti sarežģītām darbībām (piemēram,

uzņēmuma vadīšana vai ķīmisku analīžu veikšana). Termins “projekts” tiek izmantots, lai uzsvērtu, ka darbība tiek veikta, lai izstrādātu produktu vai sasniegtu vēlamu mērķi vai rezultātu. “Projekts” parasti ir saistīts ar konstruēšanu, darīšanu vai veidošanu. Antonijs Gidenss<sup>47</sup> rakstīja par “patību kā projektu”, proti, ka mēs veidojam paši sevi. “Personīgi nozīmīgs” nozīmē, ka persona izjūt, ka šis projekts tai pieder: “Tas ir *mans* projekts!” Persona, iespējams, augstu vērtē pašu darbību vai cerēto iznākumu, vai abus.

Sociodinamiskajā pieejā palīdzības sniedzējs palīdzības meklētājam projektu neuzdod un nesaģādā. Abi par to vienojas kā par vērtīgu darbību, ko bieži abi arī īsteno, un tā ir darbība, par ko palīdzības meklētājs būtībā saka: “Šī darbība man šķiet nozīmīga; es redzu, kā tā ir saistīta ar procesu, ko esmu apņēmis īstenot; un, manuprāt, es esmu gan šīs darbības (projekta) veidotājs, gan īstenotājs. Šā projekta realizēšana man ir nozīmīga darbība. Ja vajadzīgs, esmu gatavs atlikt malā ko citu, lai īstenotu šo projektu.”

Aivenam ir četrdesmit gadi, un viņš ir tālruņa operators. Viņa laulība izira, meitai skolā bija problēmas, un Aivens kļuva nomākts un satraukts par savu darbu un finansiālo situāciju. Viņš vairākas reizes tikās ar konsultantu. Pēc kartes izveides, kas sniedza skaidrāku priekšstatu par Aivena eksistenciālajām realitātēm, viņš un viņa konsultants apsprieda un noteica tās darbības, kuras viņam palīdzētu atjaunot drošības sajūtu dzīvē. Viņi vienojās par šādiem projektiem.

- Noorganizēt tikšanos ar Aivena vadītāju un paskaidrot viņam, ka Aivens “nav gluži formā”, kā arī lūgt izmainīt darba grafiku, līdz uzlabosies Aivena emocionālā veselība.
- Reizi nedēļā doties uz peldēšanas nodarbību atpūtas centrā. Pirms problēmu rašanās Aivens ar peldēšanu bija nodarbojies regulāri. Viņš to pārtrauca, jo “viņam īsti vairs negribējās to darīt”. Pēc sarunas Aivens izlēma, ka, ja jau agrāk tas bija bijis patīkami, ir vērts to atsākt.
- Uzrakstīt vēstuli savam labākajam draugam, paskaidrojot, ar ko viņš ir saskāries un kā viņš to risina.
- Konsultēties ar Aivena ārstu.

Aivens uzskatīja, ka visas šīs darbības ir saprātīgas un ir vērts tās īstenot. Divu nedēļu laikā pēc pirmās konsultācijas Aivens sāka visus savus personīgās darbības projektus un pastāstīja konsultantam, ka to īstenošana viņam ir devusi “cerības stariņu”.

Personīgās darbības projektu līdzkonstruēšanai ir šādas vadlīnijas.

1. Sadarbojieties, apvienojiet zināšanas un pieredzi.
2. Pieturieties pie projektiem ar zemu sarežģītības līmeni.
3. Veiciniet attieksmi “mēģināts nav zaudēts”.
4. Pārliecinieties, ka palīdzības meklētājs šo darbību; cilvēks darīs tikai to, ko zinās, kā darīt.
5. Centieties projektu izveidot kā “mazu solīšu virkni”.
6. Vienojieties par informācijas apmaiņas konsultāciju, lai apspriestu un novērtētu progresu un vajadzības gadījumā ieviestu izmaiņas. Uzsveriet pārveidošanos, nevis kļūdas vai neveiksmes.
7. Sniedziet uzmundrinājumu un saglabājiet skaidrību par to, kas un par ko ir atbildīgs saistībā ar projekta īstenošanu.
8. Projektiem ir “minējuma” raksturs. Nevajadzētu tiem pieiet pārmērīgi loģiski un “tehniski”.
9. Izveidojiet karti par palīdzības meklētāja situācijas eksistenciālajām realitātēm vai raizēm viņa dzīves laukumā. Gādājiet, lai projekts visu laiku būtu cieši saistīts ar šīm eksistenciālajām realitātēm. Sekmīgi projekti bieži ceļ pašapziņu un attīsta kapacitāti. Tas, projekts tiek īstenots, bieži ir tikpat svarīgi kā tas, tiek paveikts. Motivācija ir rodama nozīmes veidošanas procesā un nozīmīgā pieredzē.

Atcerieties, ka daudzi problēmu risinājumi ir īslaicīgi risinājumi, tāpat kā daudzas problēmas patiesi ir īslaicīgas problēmas. Vienmēr ir vairāk nekā viens veids, kā projektu saplānot, un bieži ir arī vairāki veidi, kā to īstenot. Personīgās darbības projektu veidošanā un īstenošanā ir ieteicams izgudrot, eksperimentēt un pārskatīt. Personīgo projektu radīšana un iesaistīšanās tajos ir lieliski vadītās līdzdalības un kopīgās rīcības piemēri.

### **Vadītā līdzdalība**

Terminu *vadītā līdzdalība* esmu aizguvis no antropoloģes Barbaras Rogofas<sup>48</sup> darba. Šis termins apzīmē cilvēku saziņu un koordinētus centienus, kad viņi kopīgi veic kulturāli vērtīgas darbības. Vadītā līdzdalība attiecas gan uz praktisku darbošanos, gan uz tādu cilvēku novērošanu, kas veic darbus, kurus jūs vēlaties apgūt. “Vadību” rada dalīšanās abpusēji vēlamās vērtībās, mijiedarbība ar cienītu un uzticamu sociālo partneri, kā arī darbību vērošana un veikšana. Tās parasti ir tādas darbības, kuras vairāk pieredzējušais sociālais partneris (palīdzības sniedzējs) augstu vērtē un kuru veikšanā šim partnerim ir lielāka pieredze, kompetence un zināšanas nekā palīdzības meklētājam.

Vadītā līdzdalība ir mācīšanās process un situācija, kurā persona individuāli apgūst zināšanas, ko varēs izmantot, lai risinātu nākotnes situācijas. Vadītās līdzdalības procesā var mainīties personas kapacitāte, vērtības, pieejas vai kulturālie paradumi, tādējādi tas drīzāk ir *tapšanas process*, nevis apgūšanas process.

Kartēšana, intelektuāla saruna, uz sadarbību balstītas konsultācijas, kā arī uz darbību balstītas grupu konsultācijas sniedz lielisku iespēju mācīties, izmantojot vadīto līdzdalību. Konsultēšana, kas tiek īstenota kā sadarbības process, ir sarežģīts vadītās līdzdalības veids. Konsultants ievirza palīdzības meklētāju saziņas procesā, un palīdzības meklētājs virza konsultantu pa sava dzīves laukuma detaļām. Vadītā līdzdalība nav saistīta ar pateikšanu priekšā vai norādēm. Tas ir interaktīvs apguves process.

Pārveidojošā mācīšanās un vadītā līdzdalība ir cieši saistīti jēdzieni. Pārveidojošā mācīšanās apzīmē mācīšanos caur refleksiju, kas rezultātā izmaina indivīda pieņēmumus, pieejas un darbības veidus. Citiem vārdiem sakot, pārveidojošā mācīšanās nav tikai informācijas, zināšanu vai prasmi apguve. Tā *pārveido* indivīdu no viena esības veida uz citu vai no vienas kapacitātes uz citu. Piemēram, kad palīdzības meklētājs pēc vairākām konsultācijām saka: “Man vairs nav tādas pašas domas par manu nākotni. Tagad es citādi redzu to, kas es esmu un ko varu paveikt. Es jūtos kā cits cilvēks,” — viņš apraksta pārveidojošās mācīšanās pieredzi.

Kā jau minēts, vadītā līdzdalība ir mācīšanās process, kas sekmē pārveidojošo mācīšanos. Persona mācās, kopā ar citu personu(-ām) veicot darbību, nevis saņemot priekšrakstus vai rīkojumus. Tā daļēji ir mācīšanās vērojot un daļēji, izmantojot vadītu darbību un imitēšanu. Sociodinamiskās konsultēšanas konsultants nodrošina tādas mācību apstākļus, kas palīdzības meklētājam ļauj iesaistīties pārveidojošās mācīšanās procesā.

### **Nākotnes veidošana**

Sociodinamiskajā pieejā jēdziens “iespējamā nākotne” ir ļoti nozīmīgs un tam ir vairākas pazīmes. “Nākotne” nav vieta, kas kaut kur jau pastāv. Tā negaida, kad mēs ieradīsimies. Vienā ziņā jebkādas idejas par nākotni ir iluzoras, jo tajā vēl nekas nenotiek, tomēr idejai par nākotni ir ārkārtīgi liela ietekme uz cilvēku rīcību. Cilvēku idejas par nākotni var vai nu spēku dot, vai to atņemt.

Dažreiz ir jāpieliek lielas pūles, lai nākotni iztēlotos, bet citreiz iespējamā nākotne atklājas gandrīz nejauši. Dažreiz nākotne, ko iedomājamies, var mums iedvest bailes, bet citreiz tā var radīt nepacietību pēc labākas dzīves vai pat iedvest svētlaimi. Tas, ko mēs domājam par savu nākotni, nenoliedzami ietekmē to, kā mēs rīkojamies tagadnē. Ideja par nākotni palīdz mums sevi “uzsviest” vai “projicēt” uz iztēlotā dzīves ceļa.

Sociodinamiskā domāšana ideju par nākotni — to, kā tā attiecas uz konsultēšanas procesu, un to, kā tiek vadīta nākotnes veidošana personas dzīves laukumā, — aplūko no trim pusēm.

1. Personai nākotne ir. Ja persona konkrētu nākotni nevar iztēloties, trūkst šīs konkrētās nākotnes sasniegšanas pamatiespējas.
2. Ja persona nākotni spēj iztēloties un tā varētu būt iespējama, personai tā ir. “Vēlēties” nozīmē piešķirt tai personīgu nozīmi un justies gatavam iesaistīties darbībās un projektos, kas šo nākotni izveidotu par taustāmu realitāti.
3. Ja persona nākotni spēj iztēloties un to vēlas, tai ir — jāisteno darbības un projekti, kas šo vēlamu nākotni sekmē vai veido.

Nākotne — neatkarīgi no tā, vai tā ir indivīda nākotne vai sociālās vai kulturālās grupas nākotne — vienmēr tiek veidota un pārveidota. Nākotne tiek radīta vai uzcelta. Tā negaida kaut kur, kamēr ieradīsimies. Konstruktīvā tagadne ietver daudz bagātīgu, iedvesmojošu un reālu ideju par nākotni, ko cilvēki var apsvērt, izvēlēties un īstenot.

Nākotne nav prognozējama; tai vienmēr ir minējuma raksturs. Protams, ir gadījumi, kad nākotnes veidošanas notikumi, šķiet, “vienkārši notiek” vai ir nejauši. Mums vajadzētu būt gataviem uz šādām iespējamībām, taču vairumam cilvēku nākotne — gan slikta, gan laba — pārsvarā būs tāda, kādu viņi to iztēlosies un vēlēties un tad rīkosies, lai to radītu.

Protams, lai veidotu nākotni, ir jābūt *iespējai*. Cilvēks nevar veidot nākotni, kurā viņš ir uz pilnu slodzi nodarbināts metālapstrādes meistars, tādā ekonomikā, kur šādas nodarbinātības iespējas nav. Citiem vārdiem sakot, veidojot nākotni, mums ir jābūt reālistiem, tomēr konsultantam vajadzētu būt ļoti piesardzīgam, sakot cilvēkiem, ka iespējamā nākotne ir nereāla. To noteikt ir ļoti grūti. Pasaulē ir daudz cilvēku, kuri nav īstenojuši savu potenciālu, jo kāds viņus ir pārliecinājis, ka viņu izvēlēta nākotne ir “nereāla”. Laiku pa laikam satiekam kādu cilvēku, par kuru neviens nebūtu prognozējis, ka viņš īstēnos tādu nākotni, kas, šim cilvēkam darbojoties, no iztēles ir pārtapusi par realitāti.

Jāpatur prātā arī tas, ka viedoklis par to, kas ir uzskatāms par “reālistisku”, bieži ir tikai palīdzības sniedzēja vērtību un individuālās pieredzes atspoguļojums. Protams, ierobežojumi pastāv, tomēr daudzi cilvēki, arī konsultanti, savas pārmērīgi konservatīvās attieksmes dēļ kļūdās attiecībā uz to, kas palīdzības meklētāja centienos veidot savu vēlamu nākotni, ir “reālistisks”.

## Pašveidošana

Pašveidošanas stratēģijas pamatā ir Mihaila Bahtina<sup>49</sup> idejas, un tā veido konceptuālo pamatu tam, lai literārs darbs kļūtu par patības konstruēšanas un rekonstruēšanas modeli. No pašveidošanas skatpunkta, tiek meklētas tekstu — gan mutisku, gan rakstisku — nozīmes. Persona, kas runā un raksta, rada “tekstus”, kas veido patību, tāpēc mēs varam izmantot “autobiogrāfiskās patības” un “naratīvās patības” idejas. Tā vietā, lai cilvēka rīcības veidus un patības būtību noteiktu, balstoties uz neiroloģiskiem un uzvedības procesiem, patība tiek uztverta kā simbolisks un lingvistisks veidojums.

Aplūkosim, piemēram, personu, kas vairāku gadu gaitā piedzīvo kādu noteiktu sabiedriskās dzīves elementu, teiksim, ēdiena gatavošanu. Šī persona attīsta spēju paust dažādus gatavošanas stāstus un nozīmes. Tas, ko šī persona pauž savos “mutiskajos tekstos”, ļauj viņai sacīt: “Es esmu pavārs” vai “Es protu gatavot”. Caur pieredzi tā ir sasniegusi stāvokli, kurā var paust savu patību, izmantojot šādus terminus. Šī persona spēj izpausties kā pavārs un ir sevi pašveidojusi par pavāru. Šo pašu procesu var attiecināt uz vairākiem sabiedriskās dzīves procesiem. Pamatprocess ir tas, ka personīgā pieredze sekmē nozīmes interpretēšanu, kas savukārt sekmē spēju paust šīs nozīmes kā patības stāsta aspektus.



Šo pašveidošanas stratēģiju veido vairākas pašveidošanas procedūras. Šādu stratēģiju pamatā ir pieņēmums, ka palīdzības meklētājam ir vērtīgi gūt padziļinātu izpratni par to, kā viņš veido vai konstruē savu patību, izmantojot dažādas darbības. Šo izpratni rada atziņa, ka personas patība tiek veidota un ka šīs personas stāstītie stāsti norāda uz to, kas ir šī persona. Kad persona palīdzības sniedzējam stāsta par darba pazaudēšanu un šīs pieredzes sekām savā dzīvē, tā izstāsta savu patību konkrētā laika posmā un telpā. Šī patības paušana stāstos, iespējams, ir cilvēku saziņas pamatforma. Tālāk aprakstītās pašveidošanas darbības ilustrē to, ko nozīmē autobiogrāfiskas patības konstruēšana.

## 1. darbība. Klausīšanās un mācīšanās no stāstiem

Klausoties palīdzības meklētāja stāstā, konsultants var ieņemt empātisku nostāju, uzdodot jautājumus, kas mudina palīdzības meklētāju turpināt un kas *rada nozīmi*. Konsultanta jautājumiem vajadzētu stāstītāju mudināt aprakstīt un stāstīt, raugoties no personīgā skatpunkta, nevis ķerties pie abstrakcijām un paskaidrojumiem. Galvenās pūles jāvelta tam, lai mudinātu stāstītāju ievērot noteikumu “Tas ir mans stāsts — tas, ko esmu pieredzējis, un tas, ko man šis stāsts nozīmē”.

Klausīdamies palīdzības meklētāja stāstā, konsultants var censties saklausīt konkrētus stāsta elementus.

1. Vissvarīgākais: ko šis stāsts izsaka, kāds šķiet tā nolūks?
2. Vai stāsts ir saprotams? Vai tas ir sakarīgs?
3. Vai šķiet, ka stāstā kaut kā trūkst?
4. Vai kādas idejas stāstā parādās atkārtoti?
5. Kas ir šā stāsta varoņi? Konkrētāk, vai šis ir paša stāstītāja pieredzes atstāsts vai arī stāsts par kādu citu?
6. Kāda šķiet stāsta galvenā jēga?
7. Kā šā stāsta uzklaušanās ietekmē to, kā jūs uztverat stāstītāju? Kāda ir jūsu reakcija uz šo stāstu?
8. Vai šis stāsts satur kādu palīdzības meklētāja atziņu vai arī tas ir vairāk personas problēmu apraksts, žēlabas, apsūdzība vai kas cits?

Stāstot palīdzības meklētājs var izveidot arī stāsta karti. Kartes veidošanu var sākt pašā stāsta sākumā vai jau tad, kad tas daļēji ir izstāstīts. Protams, kartes veidošana nav obligāta, bet tā dažiem palīdzības meklētājiem ļauj stāstu izstāstīt detalizētāk un rast vairāk nozīmju un atziņu.

## 2. darbība. Vairāku balsu kartēšana — Bahtina viesnīca

Mihails Bahtins reiz secināja, ka patību var aplūkot kā viesnīcu ar daudziem numuriem. Katrā no tiem pastāvīgi mitinās kāda balss, kas liek noprast, ka mūsu patībai ir daudz balsu. Dažas no tām ir aktīvas mūsu pašreizējās patības un dzīves laukuma balsis. Citas tiek paturētas atmiņā, bet ir, tā teikt, plauktā noliktas fona balsis. Piemēram, es esmu rakstnieks, lektors, vīrs un tēvs. Es varu izpausties katrā no šīm pieredzes jomām un daru to katru dienu. Savukārt no dzimšanas līdz piecpadsmit gadu vecumam es dzīvoju laukos. No šīs pieredzes es ieguvu lauku cilvēka un zemnieka balsi, kas ir saglabājusies manā atmiņā, bet runā reti, jo es dzīvoju zinātnieka dzīvi kosmopolītiskā sabiedrībā.

Lūk, kā izpaužas “Bahtina viesnīcas” pašveidošanas darbība.

1. Paskaidrojiet palīdzības meklētājam, ka, piedzīvojot jaunus sabiedriskās dzīves aspektus, mēs attīstām dažādas balsis, līdz varam paust savu pieredzi kā persona, “kas zina” šādu dzīvesveidu. Izklāstiet dažus šā fenomena piemērus.

2. Lūdziet palīdzības meklētājam uz papīra lapas uzzīmēt viesnīcu divās dimensijās ar vairākiem numuriem. Es parasti ierosinu uzzīmēt piecpadsmit līdz trīsdesmit numuru. Tad palūdziet, lai palīdzības meklētājs katrā istabā ieraksta kādas balss nosaukumu. Es parasti šo darbību veicu kopā ar palīdzības meklētāju. Dažreiz es palīdzības meklētāju aicinu norādīt, aptuveni kādā vecumā viņš sāka runāt katrā no šīm balsīm, un pierakstīt šo gadu skaitu attiecīgajās istabās.
3. Kad palīdzības meklētājs (un arī jūs, ja piedalījāties šajā darbībā) ir pabeidzis balsu pierakstīšanu, jūs varat veicināt dialogu par to, ko šīs balsis palīdzības meklētājam nozīmē. Tālāk uzskaitīti lietderīgi jautājumi.
  - Kuras balsis jums ir svarīgākās un kāpēc?
  - Kura balss (vai balsis), jūsuprāt, ir visvairāk saistīta ar jūsu pašreizējām raizēm? Vai kāda no jūsu balsīm var jums palīdzēt? Kā?
  - Vai ir tādas balsis, kuras jūs vēlētos, bet kuru jums nav?
  - Kuras balsis, jūsuprāt, jums dod vislielāko spēku tikt galā ar ikdienas dzīvi?
  - Vai ir tādas balsis, kuras jūs vēlētos, lai jums nebūtu?

Palīdzības sniedzējs var sākt dialogu un diskusiju ar palīdzības meklētāju par to, kā balsis var palīdzēt cilvēkam saprast, ka viņš nav viengabalains. Balsis un izstāstītie stāsti ir attīstības, risinājumu un tapšanas avoti. Balsis stāsta stāstus, un stāsti var tikt uzklauti un pārrakstīti. Stāsti ir cilvēku saziņas primārais veids. Tā ir pašveidošanas būtība.

Tiem konsultantiem un psihologiem, kam ir mācīts meklēt atbildes uzvedībā un personības struktūrā, var būt grūti saprast jēdzienu “patība kā stāstītājs”. Tam ir vajadzīgas paradigmatiskas izmaiņas domāšanā. No sociodinamiskā skatpunkta, nav auglīgi stāstu nozīmi meklēt personības struktūrā, kā dažkārt tiek darīts psihodinamiskajā darbā. Individu uzvedību motivē un vada patības nozīmes struktūras.

No pašveidošanas pieejas skatpunkta, patība ir ne tik daudz vienība un biofiziska struktūra kā kapacitāte, enerģija vai attīstībā esošs teksts.<sup>50</sup> Kā rakstījis Džeroms Bruners,<sup>51</sup> kultūras ietekmētie domu un valodas procesi, kas virza sevis izstāstīšanu, iegūst kapacitāti strukturēt uztveri un atmiņu, kā arī piešķir mērķi dzīves notikumiem. “Galū galā mēs kļūstam par tiem autobiogrāfiskajiem stāstiem, ar kuriem “stāstām par savu dzīvi”.” (15. lpp.)

### 3. darbība. Dzīves nodaļu pētīšana

Šajā darbībā palīdzības meklētājam tiek sniegti šādi skaidrojumi un ierosinājumi.

*Dzīves gaitā ir notikumi vai pieredze, kas mūsu dzīvi pavērš jaunā virzienā. Mēs varam piedzīvot bērna piedzimšanu, dzīvībai bīstamu slimību, mīlas dēku, skolas pabeigšanu, pāriešanu citā ticībā, darba pazaudēšanu, tuva cilvēka nāvi un neskaitāmas citas dzīvi izmainošas pieredzes. Savu dzīvi mēs varam iedomāties kā grāmatu, kas sastāv no nodaļām. Katra nodaļa sākas vai beidzas ar tādu pieredzi vai notikumu, kas vai nu pabeidz kādu dzīves nodaļu, vai aizsāk jaunu.*

1. Uzzīmējiet līniju un sadaliet to piecu vai desmit gadu posmos.
2. Izlemiet, cik jūsu dzīvē ir nodaļu. Citiem vārdiem sakot, cik reižu esat pieredzējis ko tādu, kas ir pavērsis jūsu dzīvi citā virzienā vai piešķīris tai citu sajūtu? Atzīmējiet šos pārmaiņu punktus aptuveni tajā vietā, kur nodaļa sākas vai beidzas.
3. Kad esat izlēmis par savas dzīves nodaļām, mēģiniet izdomāt katras nodaļas nosaukumu.

4. *Visbeidzot, izvēlieties to nodaļu, kas jūs pašlaik visvairāk interesē, un sāciet par to dialogu ar savu konsultantu vai grupasbiedru (ja esat grupas konsultācijā).*

Konsultanta loma ir vadīt šo procesu, bet pēc tam — palīdzēt izpētīt nodaļu nozīmi un to notikumu nozīmi, ar kuriem nodaļa sākas vai beidzas. Šis process ir paredzēts, lai:

- attīstītu saistītu izpratni par dzīves trajektoriju;
- noteiktu būtiskus notikumus un to nozīmi;
- veicinātu refleksiju par pieredzi un vērtībām;
- palīdzētu cilvēkam novērtēt savas stiprās puses un vajadzību iegūt citas kapacitātes;
- noskaidrotu identitāti;
- noskaidrotu detalizētu kontekstu pašreizējās eksistenciālās situācijas problēmu diskutēšanai un risināšanai.

Pašveidošanas stratēģija ļauj cilvēkiem aptvert patības konstruktīvo dabu un to, ko nozīmē pašveidošana. Pašveidošana nenotiek izolēti no citiem cilvēkiem. Savā ziņā precīzāk būtu izmantot terminu “patības kopveidošana”, jo mēs vienmēr esam savstarpējo attiecību kontekstā. Vairumu stāstu, kurus mēs radām par savu dzīvi, patiesībā spēcīgi ietekmē tas, ko citi mums saka, kā arī iespaids, ko vēlamies atstāt uz citiem. Jebkurā patības stāstā attiecības starp stāstītāju un stāsta varoņiem daudz ko pasaka par to, kā un kādēļ šis konkrētais autobiogrāfiskais stāsts ir radīts.

#### **4. darbība. Iezīmju uzskaitīšana un sevis aprakstīšanas nozīmes izpēte**

Pašveidošanas darbībai ir pieci soļi: 1) jāuzskaita personai pašlaik piemērotās iezīmes un/vai kapacitātes (palīdzības meklētājs tiek lūgts izmantot vai nu atsevišķus vārdus, vai īsas frāzes); 2) jānosaka, kuri apraksti norāda uz pozitīvām un spēcīgām īpašībām; 3) jānosaka, kuri apraksti ir jāpārskata vai jāatmet, proti, kuras īpašības persona nevēlas, lai tai piemistu; 4) jānosaka, kādi apraksti nepastāv, bet ir vēlamī, un jāveido dialogs par to, kā personas patība un kapacitātes mainītos, ja tiktu ieviestas izmaiņas vai iegūtas jaunas iezīmes; 5) jāformulē, kādi darbības projekti veicinātu stiprās puses vai kādas iniciatīvas konstruētu jaunas kapacitātes vai īpašības.

Šīs darbības sākumā konsultants palīdzības meklētājam ierosina izveidot vārdu vai īsu frāžu sarakstu, kuri norādītu 15–20 svarīgas viņa patības īpašības. Tās var būt gan pozitīvas patības iezīmes, gan tādas, ko persona neuzskata par vēlamām.

Otrais solis ir izskatīt sarakstu un apvilkt tos vārdus, kas, pēc palīdzības meklētāja domām, apzīmē būtiskas un pozitīvas patības iezīmes. Trešajā posmā palīdzības meklētājam ir jāizsvītro tie vārdi, kas apzīmē nevēlamās īpašības. Pēc pozitīvo un negatīvo iezīmju noteikšanas palīdzības sniedzējs un meklētājs apspriež un izpēta to sekas. Tad konsultants palīdzības meklētājam jautā, ko viņš vēlētos šajā sarakstā iekļaut un lūdz viņu sagatavot īsu sarakstu ar svarīgākajām iezīmēm, kuras viņš vēlētos, lai tās viņam piemistu. Kad tas ir paveikts, palīdzības sniedzējs un meklētājs apsver to, kāda ir iespēja iegūt katru no šīm iezīmēm, un to, kā konkrētas iezīmes iegūšana ietekmētu palīdzības meklētāja dzīvi un kapacitātes.

Notiek diskusija arī par to, cik uzskaitītās iezīmes ir reālas, un to, ar kādiem ierobežojumiem un iespējām būs jāsastopas, ja palīdzības meklētājs patiesi vēlēties šo iezīmi vai kapacitāti attīstīt. Pēdējais šīs vadītās līdzdalības darbības solis ir kopīgs darbs, lai izstrādātu reālus projektus, kurus palīdzības meklētājs varētu sākt un kuri ir paredzēti, lai attīstītu vēlamās iezīmi vai kapacitāti. 4. attēlā ir redzams kādas palīdzības meklētājas saraksts.

#### 4. attēls. Vārdi, kas mani raksturo

##### **Vārdi, kas mani raksturo**

Saspringusi, uzmanīga, apņēmīga, lojāla, gādīga, aizvainota, noraizējusies, kautrīga, vientuļa, laba darbiniece, ir biroja darbā nepieciešamās prasmes, nedrošība jaunās situācijās, vientuļā māte, nestabilas attiecības ar manu vadītāju, inteliģenta, stresaina, ne pārāk labā fiziskā formā.

##### **Manas stiprās puses (pasvītrotas)**

Saspringusi, uzmanīga, apņēmīga, lojāla, gādīga, aizvainota, noraizējusies, kautrīga, vientuļa, laba darbiniece, ir biroja darbā nepieciešamās prasmes, nedrošība jaunās situācijās, vientuļā māte, nestabilas attiecības ar manu vadītāju, inteliģenta, stresaina, ne pārāk labā fiziskā formā.

##### **No kā es visvairāk gribētu atbrīvoties (izsvītrots)**

Saspringusi, uzmanīga, apņēmīga, lojāla, gādīga, ~~aizvainota~~, noraizējusies, kautrīga, ~~vientuļa~~, laba darbiniece, ir biroja darbā nepieciešamās prasmes, nedrošība jaunās situācijās, ~~vientuļā māte, nestabilas attiecības ar manu vadītāju~~, inteliģenta, stresaina, ~~ne pārāk labā fiziskā formā~~.

##### **Iezīmes, kuras es gribētu iegūt**

[Piederības sajūta], [spēja runāt ar priekšnieci bez aizvainojuma], [laba fiziskā forma].

##### **Personīgās darbības projekti, ko mēs ar konsultantu esam apsprieduši un izstrādājuši, lai es tos izmēģinātu:**

Tālāk sniegts kopsavilkums par palīdzības meklētājas sacīto saistībā ar viņas personīgajiem projektiem. Viņa bija vērsusies pie konsultanta pēc palīdzības, lai samazinātu spriedzi un konfliktus darbavietā.

*Manuprāt, ar diviem projektiem pašlaik pietiek, tāpēc izvēlējos sev vissvarīgākos jautājumus: fizisko formu un labākas attiecības ar manu vadītāju. Mēs ar konsultantu izstrādājām divus projektus, kas man likās nozīmīgi un ko es varētu apņemties īstenot.*

*1. projekts. Es pieteikšos uz vizīti pie ārsta, lai veiktu vispārēju veselības pārbaudi un apspriestos par nepieciešamību vairāk nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm. Es dzīvoju samērā tuvu darbam un, ejot kājām, varu tur nokļūt aptuveni 45 minūtēs. Esmu vienojusies ar konsultantu, ka mēģināšu uz darbu iet kājām un braukt ar autobusu mājās vai otrādi — braukšu uz darbu ar autobusu un mājās iešu kājām atkarībā no tā, kā man ikdienā būs ērtāk. Dažas reizes jau esmu to darījusi, un patiesībā šī pastaiga man patika. Esmu diezgan apņēmīga, tāpēc domāju, ka varēšu to ievērot, un tā man būtu regulāra fiziskā aktivitāte.*

*2. projekts. Šajā birojā strādāju aptuveni divus gadus. Vairākas reizes esmu mēģinājusi ar vadītāju vienoties par dažiem nosacījumiem. Šķiet, ka mums ir grūti saprasties. Es samulstu un vēlāk jūtos tiešām aizvainota. Visticamāk, ka daļēji tā ir mana vaina, bet daļēji — viņas. Katrā ziņā es šajā lietā vēlētos kaut ko darīt, jo citādi man darbā iet gluži labi.*

*Mēs ar konsultantu vienojāmies, ka šo projektu īstenošu divās daļās. Pirmkārt, piesēdīšos pie datora un uzrakstīšu vēstuli (kas netiks nosūtīta), kurā sīki aprakstīšu tos darba apstākļus, ko vēlētos mainīt, un tad uzrakstīšu vairākus teikumus, kuros, manuprāt, skaidri un pieklājīgi aprakstīšu savas prasības. Pēc tam es sagatavošu īsu scenāriju par to, kā, manuprāt, norisināsies saruna. Vēstuli es aiznesīšu savam konsultantam, un mēs kopīgi to izskatīsim un varbūt pat lomās izspēlēsim sarunu, kurā konsultants tēlos manu vadītāju.*

*Darbības projekta otrā daļa ir saruna ar biroja kolēģi par manām grūtībām sarunāties ar vadītāju, lai uzzinātu, vai viņa nevar ko labu ierosināt. Mēs ar viņu esam tiešām sadraudzējušās; viņa tur strādā jau diezgan ilgi, un šķiet, ka viņai ar vadītāju nav nekādu problēmu. Ja viņa gribēs ar mani par to runāt, iespējams, viņa varēs ieteikt, ko man vajadzētu darīt citādi vai kā man vajadzētu*

vērsties pie vadītājas. Es plānoju ar viņu parunāt un uzrakstīt vēstuli. Kad tas būs izdarīts, es vēlreiz tikšos ar konsultantu, lai apspriestu sava projekta rezultātus un to, kā varu no tiem gūt labumu.

## 5. darbība. Dzīves laukuma kopīga analizēšana — spēka un kapacitātes veidošanas avots

Šī konsultēšanas darbība sasaista divus sociodinamikas jēdzienus — *autobiogrāfisko patību* un *dzīves laukumu*. Autobiogrāfiskā patība ir patība, ko mēs radām ar stāstiem, kurus stāstām citiem, ar iekšējiem dialogiem, kurus risinām paši ar sevi, ar sarunām par to, kas mēs esam, kā arī ar personīgajiem dokumentiem (dienasgrāmatām, pierakstiem, vēstulēm un citiem personīgiem rakstiem) par sevi un savu dzīves pieredzi.

Autobiogrāfiskā patība pirmām kārtām tiek radīta mūsu simboliskajā mijiedarbībā ar citiem. Tā nemitīgi attīstās un ir komplicēta mijiedarbīgu semantisko nozīmju sistēmas konfigurācija. Lai gan tā “mīt” smadzenēs un nervu sistēmā, to galvenokārt veido un uztur mūsu saziņa ar citiem un apkārtējo pasauli. Mēs veidojam savu patību un līdzveidojam to kopā ar cilvēkiem, kuri ir mums apkārt un ar kuriem mēs sazināties.

Dzīves laukums apzīmē visus tos faktorus gan mūsos, gan ārpus mums, kas mūs ik brīdī ietekmē. Mēs pazīstam savu dzīves laukumu caur savām idejām un uztveri, caur tās radītajām nozīmēm, kā arī caur mūsu darbībām un mijiedarbībām ar citiem un apkārtējo materiālo pasauli.

Dzīves laukumu veido pieredze, nozīmes, uztveres objekti, sabiedriskās aktivitātes un vienatne. Tālāk attēlotajā diagrammā redzamas piecas dzīves laukuma daļas un to savstarpējās saistības: pasaules uzskats, veselība, darbs un izglītība, attiecības, izklaide.

5. attēls. Dzīves laukuma daļas



Šīs dzīves laukuma daļas veido lielāko daļu no indivīda dzīves laukuma nozīmju avotiem. Lai gan noteiktas palīdzības meklētāja raizes var pārsvarā atrasties vienā no šīm daļām, parasti tās būs saistītas arī ar citām daļām. Piemēram, ja persona zaudē darbu, tas var izraisīt palielinātu stresu un pat slimību. Tas var ietekmēt personiskās attiecības un noteikti ietekmēs personas pieeju dzīvei.

Dzīves laukums palīdz problēmu vai raizes pozicionēt cilvēka dzīves kontekstā. Cilvēks ir komplicēta, pilnīga sistēma. Jebkuras apakšsistēmas funkcionēšana ietekmē visu sistēmu, tāpēc sociodinamiskā pieeja konsultēšanu aplūko no *holistiskā* skatpunkta. Vairumā gadījumu konsultantam

būtu ieteicams palīdzības meklētāju uzlūkot kā personu kontekstā, nevis nošķirt atsevišķu personas aspektu vai problēmu vai atdalīt personu no tās ikdienas funkcionālajiem kontekstiem.

Paturot prātā to, ka persona ir saistīta ar kontekstu, ir jāpievēršas arī atsevišķiem tās problēmas aspektiem, kuras dēļ persona ir vērsusies pēc palīdzības. Ir svarīgi palīdzības meklētājam uzdot *nozīmi radošus* jautājumus neatkarīgi no tā, vai uzmanība tiek pievērsta konkrētam dzīves laukuma daļas aspektam, visai daļai vai pat vairāku daļu vai visa dzīves laukuma savstarpējai saistībai. Piemēram sniegti daži lietderīgi jautājumi (izmantojot atbildes uz tiem, var uzzīmēt karti).

- Kas ir pārējie cilvēki, kas bez jums ir saistīti ar šīm raizēm?
- Raugoties no jūsu skatpunkta, kādā veidā viņi ir iesaistīti?
- Ko jūs patlaban domājat un/vai darāt saistībā ar šo problēmu?
- Kāda, jūsuprāt, ir šo raizu galvenā ietekme uz jūsu ikdienas dzīvi?
- Kā, jūsuprāt, mainītos jūsu dzīve, ja šīs problēmas nebūtu?
- Raugoties no jūsu skatpunkta, kas jums neļauj atrast risinājumu šim sarežģījumam? Kas aptur jūsu mēģinājumus rast derīgu risinājumu?
- Ja jums pēkšņi būtu iespēja kaut ko mainīt, kas būtu galvenais, ko jūs izmainītu, lai uzlabotu situāciju?
- Ko jūs tādu protat darīt, kas varētu palīdzēt šo situāciju uzlabot? Vai, jūsuprāt, ir kas tāds, ko jūs varētu iemācīties darīt, kas jums piešķirtu vajadzīgo spēku, lai pārvarētu šo sarežģījumu?
- Kurš vēl jums varētu palīdzēt?
- Ja kādam citam būtu jūsu aprakstītā problēma un viņa situācija būtu tieši tāda kā jums, un jūs to vērotu no malas, ko jūs viņam teiktu, lai palīdzēt rast risinājumu? Iztēlojieties, ka esat no kādas citas pasaules, ka jūs varat šo sarežģījumu skaidri redzēt un ka tas jūs neskar. Ko jūs sacītu šai personai?

Vadot personu dzīves laukuma kartes vai tās daļas izveidē un uzdodot jautājumus, kas palīdz rast nozīmes un koordinēt to, kā šī persona domā par savu sarežģījumu un par reakcijām uz to, bieži palīdzības sniedzējs šai personai var palīdzēt atklāt personīgos resursus, kurus tā nebija apzinājusies. Šādā veidā var noteikt arī to, kādas kapacitātes ir vajadzīgas, lai rastu risinājumu. Šī metode konsultantam un palīdzības meklētājam palīdz izveidot saiknes starp galveno problēmu un kontekstu(-iem). Svarīgākie šajā darbībā izmantotie instrumenti ir vadītā līdzdalība, dzīves laukuma kartēšana, nozīmi radoši jautājumi un kopīga analizēšana. Konsultants šo procesu vada, un palīdzības meklētājs nodrošina saturu.

### **Meistars visās lietās**

Daudziem profesionāliem konsultantiem ir iemācīts, ka ir ļoti svarīgi, lai viņiem būtu pārbaudītas, oficiālas palīdzības sniegšanas metodes, ko piemērot konkrētām problēmām. No sociodinamiskā skatpunkta, šāda palīdzība dažreiz var izrādīties derīga, bet parasti nav tādu gatavu palīdzības sniegšanas metožu, ko varētu izmantot kā formulu.

Tā vietā konsultanti ir kā K. Levī-Strosa<sup>52</sup> "*bricoleur*" — sava veida profesionāli meistari visās lietās. Viņi problēmu risinājumus *rada*, nevis piemēro iepriekš izgudrotas metodes. Viņi izmanto pieejamos materiālus — dažādas idejas, jaunus informācijas un pieredzes salikumus un palīdzības meklētāja rūpīgi veiktos eksistenciālās situācijas novērojumus — un vadās pēc "minēšanas" jeb izjūtas. Konsultanti meistari zina, ka viņi nestrādā ar prognozējamām un noteiktām lietām. Viņi saliek kopā iespējamās alternatīvas, visus pieejamos resursus un palīdzības meklētāja kapacitātes un paļaujas uz dialogu, kultūras apzināšanos, intuīciju, stāstiem, kopīgiem novērojumiem un refleksijām.

Meistaram konsultēšana ir māksla. Izgudrošana nav tikai nepieciešamības radīta; tā ir palīdzības sniegšanas mākslas *prasība*.

Kad konsultants meistars satiek palīdzības meklētāju, viņš zina, ka pieejamie materiāli ir palīdzības meklētāja dzīves pieredze un zināšanas, paša konsultanta dzīves pieredze un zināšanas, kā arī palīdzības meklētāja eksistenciālās situācijas ierobežojumi un iespējas. Izmantojot savu intelektu, iztēli, uztveri un atmiņu līdz ar tādiem pašiem palīdzības meklētāja elementiem, konsultants vada procesu, kurā abi kopā meistaro labāko iespējamo risinājumu. Meistara darbības moto ir “Liksīm prātus kopā un redzēsīm, ko varam izgudrot”.

### **Empātiskā dzirde**

Zinātniski pierādījumi apliecina, ka empātiskā klausīšanās palīdzības meklētājam ļauj formulēt savu dzīves pieredzi un ka tā ir uzskatāma par noderīgu palīdzības sniegšanas stratēģiju. Piemēram, L. Grīnbergs un Dž. Vatsons<sup>53</sup> ir secinājuši, ka empātiskā konsultēšana ir tikpat efektīva kā aktīvs konsultēšanas process, izmantojot “spēcīgus” paņēmienus, un arī tikpat efektīva kā kognitīvā terapija. Kā tas var būt?

Ja konsultants palīdzības meklētājus uzlūko kā aktīvus un radošus, kas spēj domāt un pētīt, nevis kā pasīvus, bezpalīdzīgus vai slimus, rodas pavisam atšķirīga pieeja, kā palīdzības meklētājs var gūt labumu no empātiskās klausīšanās. Galvenie ieguvumi ir tie, ka empātiskā klausīšanās padara skaidrākas un dziļākas palīdzības meklētāja dzīves pieredzes izpausmes un līdz ar to rada jaunas atziņas un skaidrāku apziņu gan par stiprajām pusēm, gan ierobežojumiem. Turklāt palīdzības meklētājs pieredz *kopā būšanas* attiecības ar palīdzības sniedzēju. Palīdzības sniedzējs kā sadarbības partneris personīgo problēmu risināšanā sniedz būtisku atbalstu.

Kad palīdzības meklētājs atrodas empātiski noskaņota palīdzības sniedzēja klātbūtnē, palīdzības meklētājs jūtas drošībā, un tas viņu iedvesmo domāt, iztēloties, just un rīkoties *patstāvīgāk* nekā tad, ja konsultants visu pasaka priekšā un iejaucas. Sniegt otrai personai iespēju tikt patiesi saprāstai, bez kritikas, nozīmē garantēt tai vienu no būtiskākajiem mācīšanās priekšnoteikumiem. Ja persona tiek empātiski un bez nosacījumiem uz klausīta, tā var labāk piekļūt savām atmiņām un paust tādas sajūtas kā kauns, vainas apziņa un nemiers, nebaidoties, ka viņu neuztvers nopietni.

Visbeidzot, empātija veicina palīdzības meklētāja kapacitāti formulēt un pārdomāt savu pieredzi, kas saistīta ar problēmu un attiecīgajiem sava dzīves laukuma elementiem. Palīdzības meklētājs tiek atbalstīts savas *intuitīvās* izpratnes un reakcijas attiecināšanā uz satraucošo situāciju. Ja palīdzības meklētāji savu eksistenciālo situāciju apraksta tā, kā viņi to uztver, ieskaitot ierobežojumus un iespējamības, un izsaka to saskaņā ar savām idejām un izjūtām, viņi, A. Boharta un K. Talmana<sup>54</sup> vārdiem sakot, pauž savu *ekoloģisko gudrību*. Iespējams, ekoloģiskajai gudrībai ir vajadzīgas izmaiņas vai tā neatbilst konsultanta uztverei, tomēr tā atspoguļo labāko dzīves laukuma interpretāciju, ko palīdzības meklētājs noteiktajā brīdī var sniegt. Konsultantam tas būtu jārespektē un jāuztver nopietni, t. i., tas būtu empātiski jāuzklausa.

### **Konsultēšana grupā un cits sociālais atbalsts**

No sociodinamiskā skatpunkta, mācīšanās lielākoties notiek, personām mijiedarbojoties un saziņoties. Citiem vārdiem sakot, mācīšanās tiek īstenota sociālās attiecībās. Īsi aprakstīšu konsultēšanu grupā un vadīto līdzdalību, mentoringu un tīklošanu kā sociālo attiecību stratēģijas, kas izmantojamas, lai sekmētu mācīšanos un kapacitātes celšanu.

#### **Konsultēšana grupā**

Sociodinamiskās grupu konsultēšanas metodes balstās uz trīs konstruktīvistiskajiem mācīšanās principiem.

1. Konsultēšana grupā var nodrošināt tādus mācīšanās apstākļus, lai grupas locekļi varētu celt savu kapacitāti un pārskatīt savas nostājas.
2. Konsultēšanai grupā vajadzētu izmantot uz darbību balstītu mācīšanos.
3. Cilvēki mācās vislabāk, ja saņem iedrošinājumu un konstruktīvu atbalstu, kas tiek sniegts labi vadītās grupās.

Sociodinamiskajā grupu darbā konsultantam ir procesa vadītāja funkcijas. Konsultanta pienākumi ir:

- gādāt, lai grupas locekļiem tiktu organizēta atbalstoša iesildīšanās diskusija un iepazīstināšana;
- organizēt šo darbību tā, lai dalībnieki justos emocionāli droši un būtu gatavi jebkādam darbībām, it sevišķi tām, kas ietver atklāšanos;
- pielāgot šo mācīšanās darbību dalībnieku kapacitātes līmenim, mācīšanās vajadzībām un zināšanām, lai viņi varētu piedzīvot sekmīgu darbības izpildi;
- organizēt tikšanos tādā vidē, kur nav traucēkļu un kas nodrošina pienācīgu privātumu;
- apzināties, ka grupas locekļu vajadzības un kapacitātes ir dažādas, un izmantot atšķirīgu darba tempu un motivēšanu;
- atbalstīt klausīšanos un nostiprināt ideju, ka sniegt citiem palīdzību ir vērtīgi un ka iejaukties citu personu mācīšanās procesā nav vērtīgi;
- sniegt saziņas, it sevišķi dialogiskās saziņas, paraugus;
- iepazīstināt grupas locekļus ar darbībām, kas paredzētas, lai palielinātu kapacitāti, nostiprinātu identitāti un pašcieņu, sniegtu lietderīgas zināšanas un datus, kā arī dotu laiku refleksijai un dialogam ar citiem grupas locekļiem un konsultantu par mācīšanās pieredzi un tās iespējamo izmantojumu ikdienā.

Sociodinamiskās grupu konsultēšanas piemērs ir tikšanās, kurā piedalījās astoņas bēgles no Somālijas, Bosnijas, Afganistānas un Irākas. Viņu kopējā tikšanās ar grupas konsultantu ilga apmēram divas stundas. Visas sievietes runāja angļiski — cita vāji, cita samērā tekoši. Pēc nelielas iesildīšanās diskusijas un personiskās informācijas apmaiņas konsultants grupu iepazīstināja ar kartēšanas (zīmēšanas) darbību: viņām bija jāuzzīmē mājas, kurās viņas dzīvoja, pirms kļuva par bēglēm.

Sievietēm iedeva papīru un dažādu krāsu zīmuļus, kā arī parādīja kartes, ko bija izveidojušas iepriekšējās grupas dalībnieces — kenijiete un bosniete. Konsultants uzsvēra, ka viņām brīvi jāizmanto iztēle un nav jāuztraucas par savām zīmēšanas spējām. Tika pateikts arī tas, ka ir svarīgi zīmējumā ietvert detaļas un telpu funkciju ilustrējumu, kā arī parādīt, kur dzīvo un guļ dažādi ģimenes locekļi. Darbībā piedalījās arī konsultants.

Konsultants paziņoja, ka pēc pusstundas viņas varēs cita citai parādīt savu darbu, uzdot jautājumus un uz tiem atbildēt, kopīgi pārrunāt to, kur viņas bija dzīvojušas savā izcelsmes valstī, kādā mājoklī viņas mitinās tagad un kādas problēmas viņām un viņu ģimenes locekļiem ir radušās saistībā ar dzīvesvietas maiņu. Pēc kartēšanas grupas dalībnieces un konsultants iesaistījās apmēram stundu garā dzīvīgā diskusijā, kuras laikā dalībnieces rādīja un skaidroja savus zīmējumus.

Lūk, daži no tematiem, kurus grupas dalībnieces apsprieda.

- Sarežģījumi saistībā ar bērnu nogādāšanu uz skolu un atpakaļ, kā arī atšķirīgā mācību organizācija šejienes skolās salīdzinājumā ar viņu pašu skolas pieredzi.
- Problēmas iegādāties pārtiku, pie kuras viņas bija pieradušas savā kultūrā.
- Gan atvieglojums, gan skumjas par to, ka viņas vairs nedzīvo savās bijušajās mājās.
- Bērnu uzvedības izmaiņas jaunajā kontekstā.



- Aizvainojums par to, ka viņas tiek spiestas sagatavoties nodarbinātībai, lai gan galvenokārt viņas vēlas dzīvot mājās un rūpēties par bērniem.

Diskusija bija dzīvīga, skanēja daudz smieklu, kad sievietes dalījās pieredzē un atklāja savas vajadzības, aizsākās arī vairākas draudzības. Konsultants sievietēm palīdzēja formulēt viņu dzīves pieredzi, dalīties problēmās un uzklaut piemērus par to, kā citi cilvēki ir rīkojušies līdzīgos apstākļos.

Ir vairākas pieejas, kā organizēt grupas tā, lai dalībniekiem būtu mācīšanās un dialoga risināšanas iespējas.

1. Izmantojiet *uz darbību balstītu dialogu*. Tāpat kā minētajā piemērā, kur dalībnieces tika iesaistītas kartēšanā, izmantojiet kopīgu darbību kā pamatu, no kura sākt dialogu un apgūt dažādus veidus, kā risināt kulturāli sarežģītus jautājumus.
2. Izmantojiet *uz tekstu balstītu dialogu*. Lūdziet grupas locekļus izlasīt kādu tekstu, piemēram, dokumentu vai vēstuli, un tad sāciet dialogu, pamatojoties uz teksta materiālu un mudinot dalībniekus izstāstīt savu personīgo pieredzi un to, kādu reakciju izraisījis lasītais teksts.
3. Izmantojiet *uz rakstīšanu balstītu dialogu*. Lūdziet dalībniekus uzrakstīt nelielu tekstu par tādu tematu vai pieredzi, kas varētu būt nozīmīgs visiem dalībniekiem. Iespējamie temati: darbs, kas man padodas vislabāk; ko es ceru iegūt no savām mācībām; ko es vēlētos mainīt savā darba dzīvē; darbs, par kuru vienmēr esmu sapņojis, bet kura man nav bijis; mana reakcija uz jauno nodarbinātības politiku; lietas, kas mani attur no veselīgāka dzīvesveida.
4. Izmantojiet *uz priekšmetu vai attēlu balstītu dialogu*. Parādiet grupai attēlus, diapozitīvus, video, filmu vai priekšmetus un lūdziet dalībniekus īsi pierakstīt, kāda ir viņu galvenā reakcija uz redzēto. Tad sāciet dialogu un mudiniet viņus formulēt savu personīgo pieredzi saistībā ar redzēto. Dažās grupās, iespējams, būs jāpāriet tieši pie dialoga, bez rakstīšanas.

Konstruktīvistiskā mācīšanās grupās balstās uz aktīvu dalībnieku iesaistīšanos problēmu risināšanā un kritiskajā domāšanā par mācīšanās darbību, kas viņiem šķiet būtiska un aizraujoša. Piemērojot jaunajai situācijai idejas un pieejas, kas balstītas uz viņu līdzšinējām zināšanām un pieredzi, viņi tās pārbauda un “konstruē” jaunas zināšanas, kas tiek integrētas jau esošajās konstrukcijās.

## **Vadītā līdzdalība, mentorings un sadarbības tīkli**

*Vadītā līdzdalība*, termins, ko izmanto B. Rogofa<sup>55</sup>, apzīmē indivīdu un viņu sociālo partneru kopīgu iesaistīšanos strukturētas un kolektīvas sociāli kulturālas darbības koordinēšanā un ar to saistītajā saziņā. Piemēram, kad divi cilvēki iesaistās kopīgā darbībā, viņi novēro viens otra darbības un runu un koordinē savas darbības, lai sasniegtu kādu kopēju mērķi. Viņu attiecībām nav jābūt simetriskām. Piemēram, māceklis, kas apgūst kādu prasmi, aktīvi mācās no meistara, vērojot, imitējot un apgūstot tās prasmes un zināšanas, ko šī pieredzējušī persona var sniegt.

*Starppersoniskā saziņa un koordinācija* ir vadītās līdzdalības galvenās idejas. Saziņa un koordinācija tiek īstenota tad, kad cilvēki iesaistās kopīgos centienos. Kopīga darbība nav nejauša, tai ir virziens vai nolūks. Virzot savas darbības uz tiešu, netiešu vai iespējamu mērķi, partneri vai grupas locekļi var būt un var arī nebūt spējīgi skaidri formulēt savus mērķus. Dalībnieku iesaistīšanos motivē kāds nolūks, un viņu darbības ir apzinātas. Darbības nolūks var būt saistīts ar kādu uzdevumu, piemēram, uzzināt un apgūt praktisku veidu, kā pieteikties darbam. Darbības nolūks var būt arī sabiedrisks, proti, patīkami pavadīt laiku kopā vai sniegt savstarpēju atbalstu smagos apstākļos.

Labs vadītās līdzdalības piemērs ir *mentorings*. Mentorings ir sociālas attiecības, kurās viens cilvēks cenšas aktīvi mācīties no otra, vairāk pieredzējuša cilvēka (parauga), novērojot un sazinoties (dialogs), kā arī kopīgi veicot darbības. Ne vienmēr pieredzējušais partneris otru tieši instruē, tā vietā viņš ar otru apspriežas, rāda piemēru un iesaista viņu kopīgās darbībās.

Mentoringa attiecības ir vislabākās tad, ja ir kopīga vēlme tajās piedalīties un mentors ir atzīts kā ļoti prasmīgs un spriestspējīgs tajās darbībās vai uzdevumos, kurus mazāk pieredzējušais partneris vēlas apgūt.

Mentoringā ļoti svarīga ir uzticēšanās un starppersoniskā saderība. Mentoringa projekta piemērs ir uzvedības paraugu projekts, kas tiek īstenots pamatiedzīvotāju kopienā Britu Kolumbijas ziemeļos. Cilšu konsultanti sagatavo to pamatiedzīvotāju kopienas pieaugušo sarakstu, kurus kopienā ciena un kuri sekmīgi veic savu darbu. Pēc tam konsultanti sagrupē mentorus un protežē, piemēram, jauns un nepieredzējis cilvēks, kas vēlas kļūt par sekmīgu mākslas preču veikala pārdevēju, tiek iepazīstināts ar mākslas preču veikala īpašnieku, kas vēlas apmācīt šādu protežē. Par šo sagrupēšanu ir savstarpēji jāvienojas, un tā lielā mērā ir atkarīga no abu partneru ieinteresētības piedalīties savstarpējās, uzticamās attiecībās, kurās iespējama mācīšanās piedaloties. Mācekļu saņemtā finansiālā stipendija var būt dažāda, un to var nodrošināt darba prakses stipendiju programma.

Dalība sadarbības tīklos ir līdzīga mentoringam, bet tā ir mazāk koordinēta. Sadarbības tīklus raksturo vairākas būtiskas iezīmes. Parasti tie vai nu galvenokārt informē, vai sniedz sociālu atbalstu. Tīklos var tikties klātienē vai attālināti (piemēram, interneta grupa, ko saista tādas kopējas intereses kā veselība vai nodarbinātība). Jāpiemin, ka sadarbības tīklus var raksturot gan vājas, gan spēcīgas saiknes. Daži interneta tīkli sākumā ir galvenokārt informatīvi, bet vēlāk rada spēcīgākas saiknes un sniedz personīgu atbalstu tīkla locekļiem, piemēram, *SeniorNet* vecāka gadagājuma cilvēkiem un *Systers datorzinātniecēm*.

Tā kā darbavietas, ģimenes un iestādes aizvien vairāk kļūst atkarīgas no sadarbības tīkliem — pat tādā mērā, ka daži<sup>56</sup> mūsdienu sabiedrību sauc par *tīkla sabiedrību* —, būtu labi, ja konsultanti palīdzības meklētājiem palīdzētu iemācīties, kā aktīvi iesaistīties tīklos.

## 4. nodaļa

# Sociodinamiskās konsultēšanas scenārijs

Šajā nodaļā es aprakstīšu prototipisku gadījumu, kas ilustrēs dažādas sociodinamiskās konsultēšanas iezīmes. Tas būs patiesa konsultēšanas gadījuma atstāsts, tomēr daži fakti būs pārveidoti, lai nodrošinātu konfidencialitāti un lai skaidri varētu aprakstīt sociodinamiskajā konsultēšanā izmantotās idejas un paņēmienus. Stāstā nebūs iekļauti pilnīgi visi sociodinamiskās konsultēšanas principi, tomēr daudzas no svarīgākajām idejām būs redzamas.

Šajā scenārijā konsultants (K) esmu es. Palīdzības meklētājs ir septiņpadsmit gadus vecs jaunietis Marks (M). Viņš neregulāri apmeklē vidusskolu un tik tikko saņem apmierinošu vērtējumu mācībās. Viņu pie manis nosūtīja ar šādu lietas aprakstu.

Marka vecāki ir noraizējušies, ka viņam, šķiet, nav motivācijas sekmīgi mācīties skolā un nav nākotnes plānu, turklāt viņš atsakās šos jautājumus ar vecākiem apspriest. Nesen viņš bija piedalījies konsultēšanā pie skolas konsultantes, kura ziņoja, ka tikšanās ir bijusi nesekmīga, jo palīdzības meklētājs nav ar viņu runājis un nav izrādījis nekādu interesi ne par skolu, ne konsultēšanu.

Marks tika nosūtīts arī pie privātā psihologa, kurš informēja, ka viņam ar palīdzības meklētāju nav izdevies nodibināt kontaktu, tāpēc viņš ar Marku vairs netiksies. Ziņojumā psihologs viņu raksturoja kā nepakļāvīgu un antagonistisku un pieļāva iespēju, ka Marks cieš no depresijas.

Marks man piezvanīja. Viņš sacīja, ka ar vecākiem un skolas konsultanti esot vienojies, ka apmeklēs manas konsultācijas. Es viņam jautāju, kādēļ viņš vēlas mani satikt. Viņš atbildēja, ka daļēji tāpēc, lai vecāki viņam vairs “nepiesietos”. Viņš sacīja arī to, ka gribētu aprunāties ar kādu, kas nav saistīts ar skolu vai ģimeni. Es viņam izstāstīju, kā atklūt uz manu biroju, un mēs sarunājām stundu ilgu tikšanos nākamās trešdienas rītā. Tālāk šā gadījuma izklāstā izmantotos sociodinamiskos principus es formatēšu slīprakstā.

### PIRMĀ KONSULTĀCIJA

*Cilvēks jāsastop tur, kur viņš atrodas.* Domājot par to, kas man bija sacīts par Marku un viņa acīmredzamo nevēlēšanos runāt ar vecākiem un citiem palīdzības sniedzējiem, man ienāca prātā, ka viņš, iespējams, tā izturas tāpēc, ka citi grib runāt par to, kas *viņuprāt* ir svarīgi. Tādus tematus kā mācības, viņa nākotne un ieinteresētības trūkums skolā, iespējams, gribēja apspriest citi, bet ne pats Marks.

Sociodinamiskajā konsultēšanā ļoti svarīgs ir *kopējas valodas* jēdziens. Lai mēs ar Marku varētu atrast kopēju valodu, man diskusija bija jāsāk ar kaut ko tādu, kas viņu interesē un kas viņam ir personīgi nozīmīgs. Citiem vārdiem sakot, diskusija bija jāsāk ar tādu tematu, kam viņa pašreizējā dzīves laukumā bija nozīme. Es nevarēju vadīties pēc tā, ko pēc *manām* domām viņš varētu vai gribētu apspriest. Es vēlējos iekļūt viņa dzīves laukumā, ierosinot apspriest kādu no viņa pašreizējās dzīves tematiem, kam viņa acīs ir nozīme. Es vēlējos izprast to, kā viņš dzīvo savu dzīvi un kāpēc viņš to dzīvo tieši tā. Es arī apzinājos, ka viņam ir septiņpadsmit gadu, bet man septiņdesmit, tāpēc starp mums var pastāvēt liela paaudžu plaisa.

Trešdien pie durvīm atskan klauvējiens. Es atveru, un tur stāv Marks. Viņam ir smalka miesasbūve. Mēs sarokojamies, un es viņu aizvedu uz savu kabinetu. Es viņam saku, ka man ir prieks, ka viņš ir izlēmis ar mani tikties un ka mūsu rīcībā ir stunda, lai aprunātos. Viņš apsēžas uz dīvāna, bet es datokrēslā.

Mēs apmaināmies ar dažām “sociālās tuvināšanās” frāzēm. Es cenšos Markam parādīt, ka esmu *cilvēciņš*, t. i., ka nevēlos izturēties kā pārāks, kā oficiāla persona, padomdevējs vai tāds, “kas zina vairāk” vai “labāk”. Lai gan mūsu vecums un pieredze atšķiras, es vēlos ar viņu tikties kā *cilvēks*

*ar cilvēku.* Es vēlos, lai Marks mani uztver kā cilvēku, kurš ir uzmanīgs, ieinteresēts, gatavs apspriest visu, kas viņam ir būtisks, kurš *izturas pret viņu ar cieņu* un balstās uz refleksiju. Es vēlos, lai mana sejas izteiksme liecinātu par cieņu un spontānumu un atklātu gan manu nopietnību, gan rotaļīgumu.

Tas, ka es parādu savu cilvēcīgumu, nebūt nenozīmē, ka es noliedzu pieredzes un sociālā stāvokļa atšķirības; tas nozīmē, ka es izrādu cieņu otram cilvēkam kā unikālai un vērtīgai personai, kam ir svarīga dzīves pieredze, kuru formulēt un apspriest. Tas nozīmē arī to, ka es parādu, ka man nav aizspriedumu pret atšķirīgiem viedokļiem un esmu gatavs dibināt uz sadarbību vērstas, komunikatīvas attiecības. Tas izveido pamatu *kopīgai rīcībai* un ļauj abiem dot būtisku ieguldījumu konsultēšanas dialogā. Tas, ka es parādu savu cilvēcīgumu, nozīmē, ka es atzīstu, ka gan palīdzības sniedzējs, gan palīdzības meklētājs ir vienas cilvēces pārstāvji un profesijas vai statusa lomai te nav nekādas nozīmes.

Protams, konsultantam ir jāievēro noteiktas robežas un jāsaglabā ētiska attieksme pret sevi un otru personu, tomēr šie pienākumi nenozīmē, ka konsultantam būtu jāuzņemas distancētas un objektīvas oficiālas personas loma. No sociodinamiskā skatpunkta, palīdzības sniedzējam vajadzētu *saglabāt objektīvu attieksmi pret sevi, bet subjektīvu (bez aizspriedumiem) pret citiem.* Saglabāt objektivitāti pret sevi nozīmē apzināties savu reakciju pret otru personu, nezaudēt modrību attiecībā uz iespējamiem aizspriedumiem un pārāgiem spriedumiem, kā arī apzināties, kāda ir paša saziņa.

Es Markam jautāju, vai viņš ir atbraucis ar autobusu. Viņš atbild, ka ir aizņēmis mātes automašīnu. Viņam ir draugs, kas dzīvo šajā rajonā, tāpēc viņš bez grūtībām ir atradis manu māju. Viņš saka: “Jums nu gan ir daudz grāmatu!” Un es atbildu: “Jā, tā es pelnu iztiku — mācos un rakstu.” Viņš man jautā, vai es tiešām esmu izlasījis visas šīs grāmatas. Es atbildu, ka esmu lasījis lielāko daļu, bet reizēm esmu iegādājies grāmatu, kas ir likusies interesanta, bet tomēr tāda nav bijusi, un esmu to nolīcis malā. Viņš iesmejas un saka: “Es zinu, kā tas ir, sevišķi ar tām grāmatām, kas man jālasa skolā.” Šis dialogs atklāj, ka pamazām jau sākam atrast *kopēju valodu.*

Vai palīdzības meklētājs konsultēšanai ir *gatavs*? *Gatavība* sociodinamiskajā konsultēšanā ir svarīgs jēdziens. Cilvēks kaut ko darīs vai mācīsies tikai tad, ja būs gatavs to darīt. Gatavības jēdziens aizstāj “nepakļaušanās” jēdzienu. Nepakļaušanās norāda, ka otra persona jūs uzskata par pretinieku vai ienaidnieku. Lielākoties tas ir tāpēc, ka persona nejūtas gatava, proti, nav droša par to, kas notiks, vai nezina, turpināt vai ne. Konsultanta pirmais uzdevums būtu panākt, lai palīdzības meklētājs kļūtu gatavs. Bieži to var izdarīt, pirms problēmas risināšanas īsi pastāstot par to, kas konsultēšanā notiek, vai atrodot kopēju valodu.

Es jautāju Markam, vai viņš iepriekš ir bijis uz konsultāciju, un viņš saka: “Jā, bet tā man nepalīdzēja — konsultante man galvenokārt jautāja par mācībām skolā.” Es viņam paskaidroju, ka mums kopā ir jāpaveic noteikts darbs, lai konsultēšana būtu lietderīga, un ka es ļoti uzmanīgi uzklaušīšu to, par ko viņš vēlas runāt, un ka viņa darbs ir pastāstīt man kaut ko par savu dzīvi. Es saku: “Mēs šajā procesā esam kopā un varbūt kopā varam tikt ar tevi skaidrībā.”

Marka sejā redzama skepse, un viņš jautā: “Vai jūs man pateiksiet, kas jādara?” Es atbildu: “Nē, es tev nepateikšu, kas jādara. Man, iespējams, būs dažas idejas, ar ko padalīšos, bet galu galā lēmums būs tavā ziņā.” Tad viņam saku: “Mark, mēs viens par otru neko nezinām. Varbūt nāktu par labu, ja mums būtu kāds priekšstats par to, kā pavadām savas dienas. Ja tu neiebilstu sākt, es labprāt uzzinātu, kas no tā, ko tu dari, tev liekas interesants. Kas tev pašlaik šķiet aizraujošs?” Marks man velta neticīgu smaidu un jautā: “Jūs runājat nopietni?” Es atbildu: “Jā, es gribētu uzzināt par to, ko tu dari, — par kādu darbību, kas tev daudz nozīmē.” Viņš nedaudz vilcinās un tad saka: “Nu, labi. Vislabāk man patīk skeitbords.”

“Mark,” es viņam saku, “par skeitbordu es nezīnu gandrīz neko. Pastāsti man, kas skeitbordā tev liekas tik interesants?” *Atveras durvis uz Marka dzīves laukumu,* un viņš sāk *stāstu par vienu*

*no savas dzīves svarīgākajām interesēm.* Laba konsultācija drīzāk ir būtisku stāstu stāstīšana, nevis “intervija”. “Dzīves svarīgākās intereses” ir tās, kas personai ir būtiskas un ko tā vēlas baudīt, kad vien iespējams.

Gandrīz stundu Marks man stāsta par sevi un skeitbordu. Par šo tematu es nezinu gandrīz neko. Pēc stundas esmu labi informēts par skeitborda tehniskajiem aspektiem, par to, kurās pilsētas daļās braukšana ar skrituļdēli ir atļauta un kurās ne, par skeitborda sacensībām un to noteikumiem, par to, kur pārdod skeitborda aprīkojumu, un par daudzām citām Marka personīgās pieredzes epizodēm saistībā ar skeitbordu un draugiem. Tas ļoti labi ilustrē konstruktīvistu principu “*nezināt*” un *ļaut palīdzības meklētājam mūs mācīt par savu dzīvi.*

Kad Marks man stāsta par skeitborda nozīmi savā dzīvē, es klausos un uzdodu viņam dažus nozīmi radošus jautājumus.

Kāda ir tava skeitborda sacensību pieredze?

Kā skeitbords papildina tavu dzīvi?

Vai, tavuprāt, skeitbords kaut ko iemāca par sevi pašu?

Ja kaut kāda iemesla dēļ tu vairs nevarētu nodarboties ar skeitbordu, ko tas tev nozīmētu?

Kā skeitbords sader kopā ar citām lietām, ko tu ikdienā dari?

Lielākoties es klusēdams viņu uzklusu un reizēm izmantoju *empātisku atkārtojumu*, lai parādītu, ko no viņa sacītā esmu sapratis. Svarīgs sociodinamiskās konsultēšanas princips ir tas, ka palīdzības sniedzējam būtu jāapstiprina palīdzības meklētāja aprakstītā dzīves pieredze un tās nozīme palīdzības meklētāja acīs. Otrās personas pieredzes apstiprināšana tiek īstenota, saglabājot cieņpilnu attieksmi pret sacīto un izmantojot gan nozīmi radošus jautājumus, gan atkārtojumus, lai apstiprinātu, ka runātājs ir saprasts. Es mudīnu Marku aprakstīt viņa pieredzi saistībā ar skeitbordu un minēt konkrētus piemērus, lai es varētu labāk saprast, ko viņš man stāsta.

Marks izstāsta vairākus smieklīgus gadījumus, ko viņš ir pieredzējis kā skeitbordists, un mēs kopā pasmejāmies. Lielāko stundas daļu es esmu *uzmanīgs, ieinteresēts, cieņpilns un aktīvi iesaistīts* sarunā kā klausītājs dialogā.

Beidzot sarunu par skeitbordu, es viņam jautāju: “Kāda ir tava pieredze saistībā ar skolu?” Viņš atbild: “Man nepatīk iet uz skolu. Es zinu, ka man ir jāpabeidz vidusskola un, iespējams, jāiestājas universitātē, bet pašlaik tas mani vienkārši neinteresē. Visi man saka, ka man esot liels potenciāls. Es to jau zinu. Kādu laiku es gribētu padarīt kaut ko citu, līdz esmu gatavs nopietni domāt par skolu.”

Kad sarunai atvēlētais laiks tuvojas beigām, es Markam saku: “Šodien mūsu laiks ir beidzies. Mēs neesam sākuši runāt par to, kādēļ tu pie manis atnāci, bet esam tam pietuvojušies. Vai tu gribētu atnākt vēlreiz?” Viņš saka: “Protams, bija patīkami ar jums aprunāties.”

*Lai pamudinātu* Marku *konsultēšanas procesu pārdomāt*, es saku: “Pirms beidzam, es vēlētos, lai mēs pakomentētu šodienas sarunu. Varbūt tu varētu pāris vārdos pastāstīt, kā, tavuprāt, šī konsultācija norisēja, un pēc tam es pateikšu, kā tas šķita man.”

*M: Kad braucu šurp, es nebiju pārlicināts, vai tam ir kāda jēga. Kad runāju ar konsultanti skolā vai ar vecākiem, vai psihologu, viņi man pārsvārā sacīja, ka man būtu nopietni jādomā par savu nākotni un to, ko es darīšu pēc skolas beigšanas, un ka ir ļoti svarīgi saņemt labākas atzīmes. Es domāju, ka jūs ar mani droši vien runāsit tāpat.*

*Es biju tiešām pārsteigts, ka jūs šķitāt ieinteresēts manā skeitbordā. Lielākoties cilvēki saka, ka skeitbords ir lieka naudas un laika tērēšana un ka tas ir bīstami man vai traucē citiem. Man tiešām bija patīkami ar jums aprunāties.*

*Viņš iesmejas un saka: Droši vien tas ir tāpēc, ka galvenokārt runāju es. Forši bija arī tas, ka man pastāstījāt, ka manā vecumā sportošana jums ir bijusi ļoti svarīga. Pirms tam es neiedomājos, ka jūs kādreiz būtu varējis spēlēt futbolu.*

Tad es Markam pastāstu, kāds ir mans iespaids par šīs konsultācijas sarunu.

*K: Mark, mani patīkami pārsteidza tavas zināšanas par skeitbordu un to, kā, pateicoties skeitbordista pieredzei, tu esi guvis noteiktas atziņas par sevi un savām vajadzībām. Man arī šķiet, ka mēs labi saprotamies, tāpēc varēsim viegli izrunāt to, ko tu dzīvē gribētu darīt, lai kas tas arī nebūtu.*

Katru konsultāciju es cenšos pabeigt ar šādiem komentāriem par kopā pavadīto laiku. Tas abiem ļauj *sevi novērot* un aprakstīt konsultēšanas procesu vai pieredzi sarunas laikā. *Sevis novērošanas (refleksijas)* kapacitāte ir diezgan svarīga gan problēmu risināšanā, gan labvēlīgu attiecību konstruēšanā. Es parasti cenšos uzsvērt kādu stipro pusi vai atziņu, ko palīdzības meklētājs sarunas laikā ir aprakstījis, un papildinu to ar savu reakciju par novēroto. Tā es mazliet palīdzu virzīties uz to, lai *palīdzības meklētāja patība vai pieredze tiktu apstiprināta*.

Kad Marks pieceļas, lai dotos prom, es viņam saku: “Mēs varam tikties nākamnedēļ šajā pašā laikā. Kad atnāksi, es labprāt paklausīšos, kas vēl tev dzīvē liekas interesants. Tu man daudz pastāstīji par skeitbordu, tāpēc parunāsim par ko citu.” Viņš iesmejas un saka: “Labi!” Mēs paspiežam viens otram roku, un viņš aiziet.

## OTRĀ KONSULTĀCIJA

Nākamajā trešdienā Marks ierodas, un mēs dodamies uz manu kabinetu. Apmaināmies ar dažām pieklājības frāzēm, un es *ierosinu aplūkot kādu citu viņa dzīves laukuma aspektu pēc viņa izvēles*, viņam jautājot: “Kas tev ir padomā tāds, par ko mēs vēl neesam runājuši?” Šīs sarunas nolūks ir palīdzēt Markam formulēt to, kas viņa dzīves laukumā viņam pašlaik šķiet nozīmīgs. Vai viņam ir kādas *jaunas intereses*? Pievēršot uzmanību vistuvākajai konstruktīvajai tagadnei, var izveidot atskaites punktu, no kura aplūkot dažas no iespējamajām alternatīvām, kā virzīties uz priekšu. Citiem vārdiem sakot, iespējamās nākotnes sākums vienmēr ir stabila tagadnes izpratne. Mēs ar Marku *kopīgi analizējam un domājam* par viņa dzīves laukuma darbībām, nozīmēm un interesēm. Tas var atklāt iespējamo nākotni.

*M: Pagājušajā nedēļā man bija ļoti interesanta saruna ar kādu meiteni skolā.*

*K: Par ko jūs runājāt?*

*M: Viņa pagājušajā gadā bija bijusi Izraēlā un dzīvojusi kibucā. Pirms sarunas ar viņu es pat nezināju, kas tas kibucs ir.*

*K: Un kas tev likās tik interesants?*

*M: Daudz kas! Darbs, ko viņa tur strādāja, viņas draugi, kultūra, ceļošana utt. Es pie sevis nodomāju, ka man arī gribētos ko tādu izdarīt.*

*K: Tātad tu vari iztēloties, ka dodies uz Izraēlu un piedzīvo to, par ko stāstīja šī meitene?*

*M: Pilnīgi noteikti. Bet es nezinu. Kas man vispār būtu jādara, lai tur nokļūtu?*

Marks sāk *iztēloties savu iespējamo nākotni*. No sociodinamiskā skatpunkta, nākotne tiek radīta trīs posmos. Pirmkārt, indivīdam ir jāspēj iespējamo nākotni *iztēloties*. Tad indivīdam tā ir *jāvēlas* (iespējamā nākotne ir jāuztver kā personīgi nozīmīga). Treškārt, indivīdam ir jārikojas, lai šo nākotni īstenotu. Nākotnei, kas materializējas no paša indivīda resursiem, ir daudz lielākas iespējas īstenoties nekā nākotnei, ko ierosina kāds cits.

Šajā brīdī es Markam saku, ka, tāpat kā viņš, es neko daudz nezinu par kibucu, tomēr mēs varam izmantot datoru, lai atrastu par to kaut ko aktuālu un būtisku. *Palīdzības sniedzēja uzdevums ir palīdzēt palīdzības meklētājam piekļūt nozīmīgiem datiem vai informācijai, kas atbilst viņa vajadzībām*. Mēs piebīdām krēslus pie datora un kopā meklējam tīmekļa vietnes par Izraēlu un kibuciem. *Sociodinamiskās konsultēšanas pamatā ir pieņēmums, ka ir ieteicams darboties kopā kā partneriem, kad vien tas ir iespējams*. Šim procesam ir vismaz divas pozitīvas iezīmes:

1. tas nostiprina labas darba attiecības;
2. tas nodrošina to, ka problēmas risināšanā aktīvi ir iesaistīts gan palīdzības sniedzēja, gan palīdzības meklētāja intelekts.

Drīz mēs atrodam tīmekļa vietni, kas sniedz plašu informāciju par kibuciem, kurus Izraēlā var apmeklēt. Kopīgi izlasām katra kibuca aprakstu — kāds ir tā ekonomiskais un ģeogrāfiskais raksturojums, klimats, iedzīvotāji utt. Markam, man un datoram ir tāda trīspusēja saruna, kas ir būtiska un nozīmīga gan Markam, gan man. Mēs viens otram norādām uz dažādām lietām, kas mums šķiet interesantas. Šī ir *mācīšanās ar vadīto līdzdalību*, kurā mēs ar Marku viens otru vadām, izpētot jaunu viņa (un arī mana) dzīves laukuma teritoriju. Man ir labas idejas par to, ko internetā meklēt, savukārt Marks prasmīgāk un ātrāk strādā ar klaviatūru. Abi kopā mēs esam ļoti kompetenta izpētes komanda. Dators mūs abus vada, sniedzot datus.

*M: Es katrā ziņā gribētu aizbraukt uz Izraēlu un kādu brīdi padzīvot kibucā. Vai, jūsuprāt, es to varētu?*

*K: Neredzu nevienu iemeslu, kāpēc tu to nevarētu, ja vien tiešām to vēlies un esi gatavs darīt visu, kas nepieciešams. Mēs tev varētu izveidot plānu. Vai tu gribētu to darīt?*

*M: Protams!*

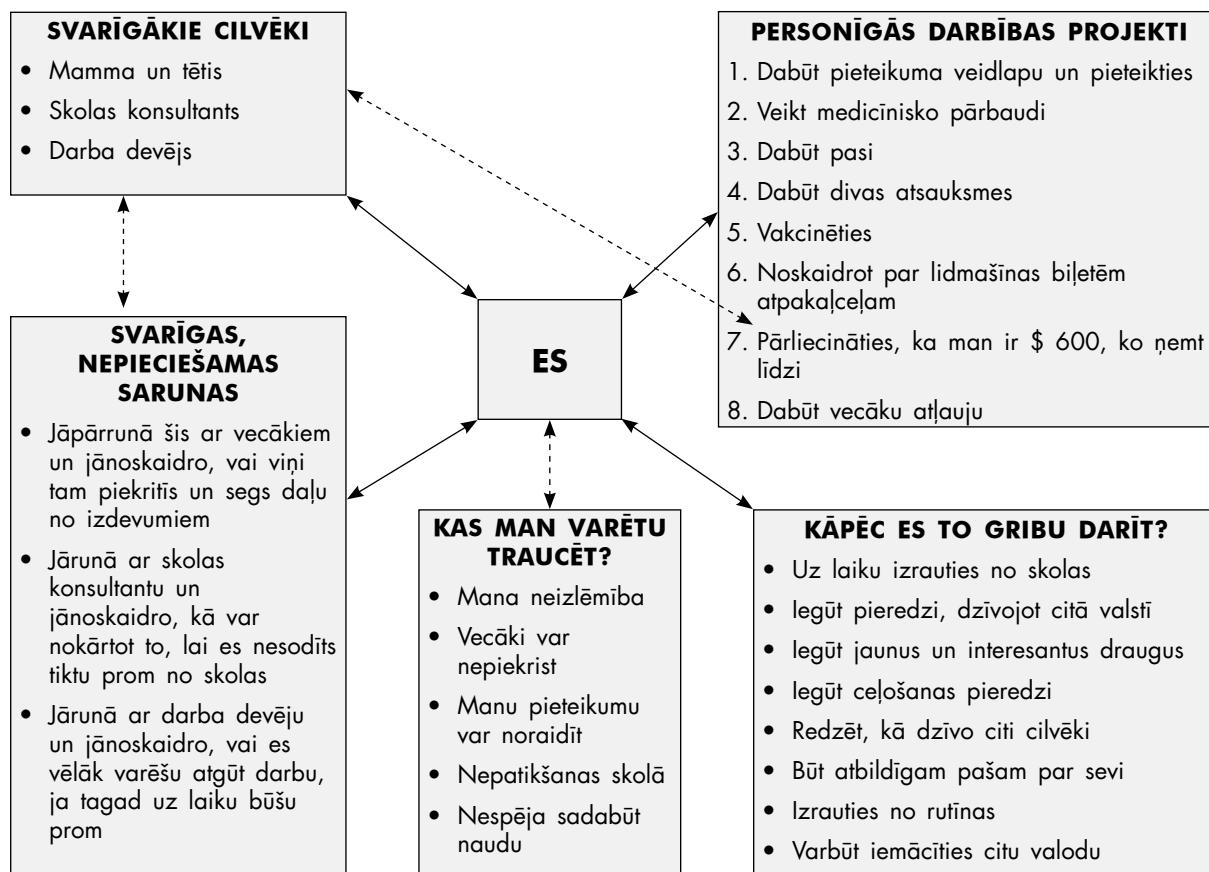
*K: Mēs varam uzzīmēt karti, kurā redzama tava situācija, un šī karte būs kā plāns, kas tevi vadīs, ja tu nopietni gribēsi sagatavoties braukšanai uz kibucu, labi?*

*Marks sāk pierakstīt savas idejas uz papīra un tad saka:*

*M: Vienā no vietnēm, ko datorā aplūkojām, bija uzrakstīts, kas ir vajadzīgs, lai dotos dzīvot uz kibucu. Mēs varam to izmantot, lai redzētu, kas man jādara. (Es izdrukāju šo informāciju.)*

Uz papīra lapas mēs kopīgi izveidojam zīmējumu, kurā redzams viņa pašreizējais dzīves laukums. Mēs kopīgi cenšamies izdomāt visus svarīgos uzdevumus un iespējamās problēmas, kas saistītas ar viņa lēmumu doties uz Izraēlu. Sociodinamiskajā konsultēšanā ir svarīgi izmantot *vizualizēšanu un kartēšanu*, lai radītu izpratni par komplicētām dzīves situācijām, it sevišķi par dzīves laukuma aspektiem. *Kartēšana ir kopīga darbība*, kurā palīdzības sniedzējs rada struktūru, bet palīdzības meklētājs — saturu. *Kartēšana un dialogs iet roku rokā*. Tālāk ir redzams shematiskais plāns, kas balstīts uz Marka zīmēto karti. Es viņam uzdodu jautājumus, piemēram, “Kuri cilvēki ir kaut kā saistīti ar tavu iespējamo lēmumu doties uz Izraēlu?” un “Ko tu darīsi, lai sagatavotos braucienam?”. Pēc tam viņš atbildes pieraksta uz papīra, lai izveidotu plānu (sk. 6. att.).

## 6. attēls. Marka dzīves laukuma plāns



Kad mēs ar Marku plānu esam izveidojuši, mēs apspriežam, ko viņam nozīmē katra no plāna daļām. Mēs runājam arī par to, vai, viņaprāt, viņš šādus personīgus projektus var īstenot viens. Viņš atbild, ka, pēc viņa domām, var. Viņš nekad nav pircis lidmašīnas biļeti un nezina, kur pieteikties, lai saņemtu pasi. Mēs atrodam tālruņa numuru birojam, kur viņš var pieteikties pasas saņemšanai. Viņš saka, ka vēlas apspriest šo plānu ar vecākiem un noskaidrot, vai viņi palīdzēs finansiāli. Viņam pašam ir mazliet naudas, bet ar to droši vien nepietiek, lai segtu visas izmaksas.

Marks paņem plānu ar personīgi īstenojamo projektu sarakstu un saka, ka gribētu atgriezties pēc divām nedēļām, lai apspriestu savu lēmumu un padarīto, ja viņš būs izlēmis braukt uz Izraēlu. Mēs atkal komentējam šodienas konsultāciju. Viņš saka, ka plāns viņam palīdzēs apspriest savu ideju ar vecākiem un varbūt pat ar skolas konsultanti. Es viņam saku, ka šodienas diskusija patika arī man, jo es daudz uzzināju par došanos dzīvot uz kibucu, ko iepriekš nebiju zinājis. Es saku arī to, ka mani patīkami pārsteidza tas, kā viņš uzņēmās atbildību par veicamo darbu izpēti. Tad mēs paspiežam viens otram roku un viņš aiziet. *Lēmumu pieņemšanu konsultants atstāj palīdzības meklētāja ziņā un nodrošina atbalstošu atmosfēru. Domu apmaiņa konsultācijas beigās veido un apstiprina darba attiecības un sniedz iedrošinājumu.*

## TREŠĀ KONSULTĀCIJA

Marks pie manis ierodas pēc divām nedēļām. Liekas, viņš ir labā noskaņojumā. Mēs dodamies uz manu kabinetu, un viņš nekavējoties saka: “Vai zināt? Esmu izlēmis braukt!” Tad nākamās trīsdesmit minūtes viņš man stāsta, ko ir paveicis kopš mūsu pēdējās tikšanās. Lūk, viņa stāsts.

*Pēc mūsu pēdējās tikšanās reizes es uzreiz devos mājās. Apsēdos un izdomāju, ko es sacīšu vecākiem un skolas konsultantei. Pārbaudīju arī*



to, cik daudz naudas ir manā krājkontā. Tad es piezvanīju uz Ņujorkas biroju un palūdzu, lai viņi man atsūta pieteikuma veidlapu. Piezvanīju arī ģimenes ārstam un pieteicos uz vizīti, lai veiktu vajadzīgo izmeklēšanos un vakcinētos.

Pēc vakariņām es vecākiem izstāstīju, ko mēs ar jums bijām apsprieduši. Sākumā viņi bija patiesi pārsteigti, jo es iepriekš viņiem neko nebiju sacījis, bet tad viņi attapās un galu galā abi piekrita, ka tā ir laba doma. Man ir \$ 600, kas vajadzīgi līdzņemšanai, bet nepietiek naudas, lai samaksātu par biļetēm. Mamma sacīja, ka viņa man vajadzīgo naudu iedos un, ja es gribēšu, viņa kopā ar mani dosies uz biļešu tirdzniecības vietu, lai apspriestu, kādas ir lidošanas iespējas no Kanādas uz Telavīvu. Vispār likās, ka viņiem mans plāns patīk.

Es runāju ar savu skolas konsultanti, un viņa sacīja, ka ar manu aizbraukšanu nebūs problēmu, ja pirms tam es pabeigšu šo ceturksni. Skola to uzskatītu par mācību braucienu, un es pat varētu par to saņemt skolas kredītpunktus.

Pagājušajā pirmdienā es saņēmu pieteikuma veidlapu. Aizpildīju to, palūdzu vecākiem uzrakstīt atļauju un nosūtīju uz Ņujorkas biroju. Es ceru, ka viņi to apstiprinās. Mūsu draudzes mācītājs sacīja, ka uzrakstīšot man atsauksmes vēstuli. Viņš to izdarīja, un es to nosūtīju kopā ar pieteikumu.

Es viņam saku, ka apbrīnoju, cik daudz veicamo darbu viņš jau ir sācis un pat pabeidzis. Marks apgalvo, ka arī pats par sevi ir pārsteigts, jo labu laiku viņu nav interesējis nekas vairāk par draugiem un skeitbordu. Tad mums ir šāda saruna.

*K: Kas ir galvenais, kas tev rada bažas saistībā ar tavu lēmumu?*

*M: Galvenokārt tas, vai mani pieņems. Vēl tas, ka es nekad neesmu ceļojis uz ārzemēm, un tas mazliet biedē. Es arī nezinu, vai varu ņemt līdzī skrituļdēli.*

*K: Varbūt vari parunāt ar to meiteni, kas tev stāstīja par kibucu, — varbūt viņa var ko pateikt par skrituļdēli... Vai kibucos tos lieto, un vai viņa ir redzējusi, ka kāds to būtu atvedis sev līdzī. Es esmu daudz ceļojis, un man ir daži priekšlikumi par to, kas varētu atvieglot ceļošanu uz ārvalstīm. Vai vēlies tos uz klausīt?*

*M: Protams, man vēl daudz kas jāuzzina.*

Tad mēs parunājam par to, kā izvēlēties apģērbu, kurā ir ērti ceļot un kuram nav vajadzīga īpaša kopšana. Runājam arī par to, ka jāņem līdzī tikai nepieciešamākais un apģērbs jāpielāgo Izraēlas klimatam. Tas ir labs piemērs, kā runāt kopēju valodu.

Kad sarunai paredzētais laiks rit uz beigām, mēs apmaināmies ar komentāriem par šo konsultāciju, un Marks apgalvo, ka ir ļoti apmierināts ar kopā pavadīto laiku un ka nezina, vai viņam būtu vajadzība tikties vēlreiz. Viņš ir skaidri nolēmis doties šajā ceļojumā, ja vien tiks pieņemts. Viņš zina, kas viņam jādara, lai pabeigtu gatavošanos braucienam. Mēs vienojamies, ka gadījumā, ja viņu nepieņems, vai kāda cita iemesla dēļ liksies, ka ir vajadzīgas papildu konsultācijas, viņš man piezvanīs un mēs satiksimies vēlreiz. Mēs paspiežam viens otram roku, un viņš aiziet.

## TURPMĀKIE PASĀKUMI UN KOMENTĀRS

Aptuveni pēc mēneša Marks man piezvanīja un sacīja, ka pēc divām nedēļām dodas uz Izraēlu. Viņš sacīja, ka pēc atgriešanās sazināsies ar mani. Pēc dažiem mēnešiem es uzzināju, ka viņa brauciens ir bijis sekmīgs. Viņš bija ieradies kādā kibucā, bet pēc dažām nedēļām tur sadraudzējies ar dažiem jauniešiem no Šveices un Ēģiptes, un viņi nolēmuši pārbraukt uz citu kibucu. Kad viņu apmeklējums Izraēlā bija beidzies, viņi aizceļoja un Kairu un Cīrihi.

Marks bija devies mājup caur Londonu, kur bija neilgi uzturējies un apciemojis radniekus. Tagad viņš ir atgriezies mājās un darbā, un viņa attiecības ar vecākiem ir krietni uzlabojušās. Viņš neplāno atgriezties vidusskolā — tā vietā viņš ir paredzējis iestāties koledžā, lai apgūtu tos mācību kursus, kas ir vajadzīgi vidusskolas beigšanai. Marks man sacīja, ka mūsu konsultācijas ir viņam ļāvušas nostāties uz jauna dzīves ceļa. Tagad viņš ir ieinteresēts pabeigt izglītošanos, un vasarā viņa jaunie draugi brauks ciemos uz Kanādu.

Šis scenārijs demonstrē dažus svarīgus sociodinamiskās konsultēšanas principus. Kopumā tas parāda, ko nozīmē ieiet citas personas *dzīves laukumā* un to kopīgi analizēt. Tas parāda arī to, ko nozīmē darbs *konstruktīvajā tagadnē*, proti, konsultants un palīdzības meklētājs cenšas noteikt, kas no tā, kas pašlaik notiek palīdzības meklētāja eksistenciālajā kontekstā, ietekmē konkrētās raizes. Pagātņi un nākotni var izmantot, bet tikai tiktāl, cik tās nepārprotami ietekmē to, kas notiek tagad. Konstruktīvā tagadne tiek pētīta, nevis izmantojot teorijas vai hipotēzes, bet aprakstus — to, kā persona to faktiski piedzīvo. Protams, dažkārt mūsu pašreizējo eksistenci lielā mērā nosaka atmiņas vai tas, ko mēs iztēlojamies, tomēr, raugoties no sociodinamiskā skatpunkta, ir jāsaprot, ka pagātnei un nākotnei var piekļūt tikai caur tagadni.

Kad cilvēks pienācīgi izprot savu tagadējo eksistenciālo situāciju, ir daudz reālāka iespējamība iztēloties, vēlēties un rīkoties tā, lai izveidotu vēlamāku nākotni. Ja cilvēks nevar izprast savu tagadni, visticamāk, viņš nevar veidot arī nākotni. Lielākoties mēs savu dzīvi konstruējam no tiem materiāliem un iespējām, kas ir pieejami konstruktīvajā tagadnē.

Šis konsultēšanas scenārijs atspoguļo vēl dažus sociodinamiskās pieejas principus.

Pirmkārt, tas demonstrē, cik svarīgi ir *sākt no tās vietas, kur ir palīdzības meklētājs*, nevis no tās, kas paredzēta konsultanta darba kārtībā.

Otrkārt, tas parāda, kādu ieguvumu sniedz *cilvēcīga* attieksme pret palīdzības meklētāju.

Treškārt, tas *ilustrē* dialogiskās saziņas un kartēšanas *vērtību*.

Ceturtkārt, tas, ka konsultants un palīdzības meklētājs spēj izmantot dialogu, apzināti risināt problēmas un komentēt savu saziņu, liecina, ka viņi iesaistās *intelektuālā sarunā*.

Piektkārt, tas parāda, ka ir jābūt atvērtam tām *daudzējādām realitātēm*, ar ko indivīds saskaras. Marks savu eksistenciālo situāciju uztvēra vienā veidā, viņa vecāki otrā, bet skolas konsultante trešā. Konsultantam ir jāuzmanās, lai viņš jau iepriekš neizlemtu, kas palīdzības meklētājam būtu jānolemj vai jāizdara. Konsultanta uzdevums ir palīdzēt šai personai izpētīt dažādas realitātes (alternatīvas) un pieņemt to, kas ir *iespējama* un palīdzības sniedzējam *personīgi nozīmīga*.

Sestkārt, šis scenārijs atbalsta ideju, ka konsultēšana ir *gan nozīmes veidošanas, gan dzīves plānošanas process*. Konsultanta darbs ir uzdot nozīmi radošus jautājumus, dialoga laikā klausīties, noskaidrot, atbalstīt, kā arī vadīt plānošanas procesu.

Septītkārt, šis konsultēšanas apraksts ļoti skaidri norāda uz to, ka sociodinamiskās konsultēšanas attiecībām un procesam ir raksturīga *kopīga darbība, kopīga konstruēšana, kopīga analizēšana un kopīga domāšana*. Gan konsultants, gan palīdzības meklētājs var izmantot savu intelektu un pieredzi, lai izstrādātu veidu, kā palīdzības meklētājs var dzīvē labāk tikt uz priekšu un veikt nozīmīgākas darbības.

Astotkārt, šajā scenārijā ir uzsvērtā *personīgās darbības projektu* vērtība. Palīdzības meklētājam bija jāveic vairākas darbības, lai sekmētu savas nākotnes īstenošanos. Personīgās darbības projekti var būt gan ļoti mazas darbības, piemēram, piezvanīt pa telefonu, gan lieli un sarežģīti projekti, piemēram, pabeigt mācības, lai iegūtu medmāsu kvalifikāciju. Personīgās darbības projektus raksturo tas, ka tie ir personīgi nozīmīgi, tie ir iespējami un tie palīdz sasniegt palīdzības meklētāja mērķi, turklāt, raugoties no palīdzības meklētāja skatpunkta, tiem ir jēga.

Devītkārt, šīs trīs konsultācijas labi ilustrē *apzinātu problēmu risināšanu* un tās iezīmes.

- Konsultanta attieksme pret palīdzības meklētāju bija *eksperimentāla un rotaļīga* (ar humoru). Tas abus rosināja ļauties jaunām idejām un kopīgi tās izpētīt. Gan konsultants, gan palīdzības meklētājs *bija atvērti jaunai informācijai*, un abi to pārveidoja par personīgi noderīgām zināšanām.
- Netieši tika atzīts, ka ir vairāk nekā viens veids, kā uzlūkot lietas vai risināt problēmas.
- *Konsultēšana palīdzības meklētājam ļāva* uzņemties lielāku kontroli pār savu eksistenciālo kontekstu.
- *Konsultēšanas process*, proti, diskusija, refleksija, informācijas meklēšana, apspriešanās un atgriezeniskā saite, tika paturēts priekšplānā, nevis pakļauts noteiktā mērķa sasniegšanas prasībām.

Konsultants starppersonisko saziņu sāka un veidoja pēc *dialogiskā principa*, un noteiktā mērā tajā iesaistījās arī palīdzības meklētājs.

Aplūkojot šīs konsultēšanas sarunas, var apstiprināti atbildēt uz trim jautājumiem: “Vai dalībnieki iesaistījās dialogiskā saziņā?”, “Vai dalībnieki iesaistījās problēmu risināšanā?” un “Vai dalībnieki iesaistījās metakomunikācijā, t. i., apzinājās savu ieguldījumu saziņā un izmantoja vairākus saziņas instrumentus?”. Apstiprināta atbilde uz šiem jautājumiem nozīmē to, ka šo konsultēšanas procesu var raksturot kā *intelektuālu sarunu*.

Šī saruna nebija ne preskriptīva, ne triviāla, ne arī vērsta uz statusu. To raksturoja abu dalībnieku ieguldījums palīdzības meklētāja dzīves laukuma izpētišanā un tādas iespējamās nākotnes radīšanā, kuru palīdzības meklētājs varētu īstenot un kas viņam būtu personīgi nozīmīga.

Ja šajā konsultēšanas procesā būtu tikai viena veiksmes atslēga, tā būtu konsultanta *cieņpilnā attieksme, ar kādu viņš uzlūkoja un apstiprināja palīdzības meklētāja dzīves pieredzi*. Tas abiem ļāva atrast *kopēju valodu* par spīti lielajai vecumu starpībai un atšķirīgajai pieredzei.

No sociodinamiskā skatpunkta, konsultēšana nav tikai profesionālu prasmju kopums. Tā ietver pasaules uzskatu, palīdzības sniegšanas filozofiju un kultūras instrumentus, kas tiek izmantoti dzīves plānošanai un dzīves laukuma rekonstruēšanai. Palīdzības sniedzējs un palīdzības meklētājs, sadarbojoties kā partneri, palīdzības meklētājam palīdz atrast atbildes uz tādiem jautājumiem kā “Kas notiek manā eksistenciālajā dzīves laukumā?”, “Kā man vajadzētu dzīvot savu dzīvi?”, “Kādas ir manas iespējas?”, “Kāds ir mans nākamais solis saistībā ar manām raizēm?”, “Kādas jaunas kapacitātes man ir vajadzīgas, un kā tās varu iegūt?”, “Kas man var palīdzēt?”. Sociodinamiskā konsultēšana var būt iedvesmots un iedvesmojošs esamības veids šajā pasaulē, un tā konsultantam liek:

- nemitīgi izglītoties, attīstīt “palīdzību sniedzēju patību”, kas spēj īstenot līdzkonstruējošas palīdzības sniegšanas paņēmienus un ir atvērta jaunām idejām par palīdzības sniegšanu;
- radīt un nemitīgi rekonstruēt tādas dzīvesveidus, kas ir pašradoši, stimulējoši, veselīgi, mierīgi un informēti;
- apņemties īstenot holistisku palīdzības sniegšanu, kuras centrā ir dzīves plānošana un patības, attiecību un dzīves laukuma rekonstruēšana, kā arī personīgās pieredzes, izvēles un kapacitātes apstiprināšana;

- uzskatīt konsultēšanu par pārveidojošu mācīšanās procesu, kurā tiek veicināta un novērtēta individuāla pašradīšana un cilvēka personība;
- izrādīt cilvēcīgumu un cieņu pret personas konstruktīvo tagadni tās eksistenciālajā kontekstā, kādu to piedzīvo šī persona;
- novērtēt “intelektuālas” sarunas, kas ļauj rast neikdienišķus risinājumus.

Nobeigumā vēlos sacīt, ka, manuprāt, šis konsultēšanas scenārijs norāda uz vēl divām svarīgām sociodinamiskās pieejas iezīmēm. Tas parāda, kā strādā *konsultants, kas ir meistars visās lietās*. Mēs ar Marku varējām dalīties ar savu dzīves pieredzi; dators kā tehnisks instruments ļāva mums apkopot būtiskus, lietderīgus un personīgi nozīmīgus datus, un mēs tos izmantojām, lai kopīgi domātu. Apkopojusi šos pieejamos materiālus (pieredze, saziņas prasme, dati, dzīves nozīmes), mēs varējām sagatavot plānu, kuru Marks spēja īstenot, un atradām īslaicīgu risinājumu tam, ko Marks vēlējās darīt tuvākajā nākotnē.

Vēl viens būtisks sociodinamiskās pieejas aspekts, ko parāda šis scenārijs, ir tas, ka ir svarīgi izmantot vai veidot kapacitāti, lai paplašinātu palīdzības meklētājam pieejamās izvēles un tā palielinātu viņa *personīgo brīvību un piepildījumu*. Demokrātiskās un postindustriālās sabiedrībās tām izvēlēm, iespējām un mērķiem, ko persona uzskata par vērtīgiem, vajadzētu būt pieejamiem visiem iedzīvotājiem. Konsultants nodrošina labākus personiskās mācīšanās apstākļus un tā cilvēkiem palīdz novērtēt, pārskatīt un no jauna izveidot skatījumu uz sevi, citiem un sabiedrību, tad pieņemt lēmumu un rīkoties, lai sasniegtu tos mērķus, kas ir saistīti ar personas vēlmi dzīvot cieņpilnu un piepildītu dzīvi. Vēlos pabeigt ar citātu no agrāk izdotas manas grāmatas<sup>57</sup>:

*Konsultēšana cilvēkam dod iespēju pārskatīt savu pašreizējo dzīvi un līdz ar to — apsvērt citus veidus, kā varētu dzīvot nākotnē.*

R. V. Pīvijs, 1997. gads

## Atsauces

1. (1997). *SocioDynamic counselling: A constructivist perspective*. Victoria, Canada: Trafford Publishers; (1998). *Konstruktivistisk Vejledning: Teori og metode* (L. B. Jariskov, tulk.). Copenhagen, DK: Radet for Uddannelses-og Erhvervsvejledning; (1999). *Sosiodynaminen Ohjaus*. Helsinki: Psykologien Justannus Oy; (2000). *Traingshafte i konstruktivistisk Vejledning: For Underfisere og Vejledere*. Copenhagen, DK: Radet for Uddannelses-og Erhvervsvejledning.
2. Es izmantoju terminu *palīdzības meklētājs*, nevis klients vai pacients. Šis termins precīzi raksturo darbību — palīdzības meklēšanu personīgas problēmas dēļ. Klients ir termins, kas plaši tiek izmantots uzņēmējdarbības leksikā un kas netieši norāda uz ekonomisku vērtību, turklāt senāk klients liecināja par atkarību vai paļaušanos uz citu cilvēku. Viduslaikos vārds klients, kas radies no latīņu valodas vārda “*clinare*”, tika attiecināts uz vasaļiem un dzimtcilvēkiem. Pacients ietilpst medicīniskajā leksikā. Nedomāju, ka lielākā daļa to cilvēku, kas vērsas pie konsultantiem, būtu uzskatāmi par ekonomiskām vienībām vai slimniekiem, tāpēc termins palīdzības meklētājs, manuprāt, ir daudz piemērotāks to personu apzīmēšanai, kuras meklē palīdzību.
3. Nosaukums *sociodinamiskā konsultēšana* ir Kanādas prečzīme, ko reģistrējis Dr. R. Veness Pīvijs. Atļauja izmantot materiālus, kas publicēti saistībā ar *sociodinamisko konsultēšanu*, tiek brīvi piešķirta personām, kuras vēlas tos izmantot kā izglītojošus materiālus, un rakstniekiem, kas vēlas citēt atsauces, kuras publicētas saistībā ar *sociodinamiku*.
4. Apzīmēšana ar *psihopatoloģijas* terminiem ir bieži novērota tendence palīdzības sniegšanas profesijās un, vispārīgāk, arī plašsaziņas līdzekļos, proti, gandrīz jebkura cilvēciska darbība vai noskaņojums tiek traktēti kā patoloģisks stāvoklis. Tā mēs dzirdam tādas absurdas frāzes kā “vidējais neirastēniķis”. Mūsu postfreidisma pasaulē (“Ikdienas dzīves psihopatoloģija”) tiek pieņemts, ka patoloģija un nenormālība pastāv visur. Slimības un patoloģijas metaforas ir kritizējuši vairāki autori: Thomas Szasz darbā “*The Myth of Mental Illness*” (NY: Harper and Row, 1974); Susan Sontag darbā “*Illness as a Metaphor*” (NY: Farrar-Strauss, 1978); Ivan Illich darbā “*Medical Nemesis*” (NY: Random House, 1976).
5. Darbības vārds *dehumanizēt* nozīmē likt kļūt par priekšmetu vai iegūt priekšmeta iezīmes. No sociodinamiskā viedokļa, tā ir kategoriska kļūda. Cilvēki nav objekti, viņi ir subjektīvi vai intersubjektīvi, proti, viņi ir būtnes vai par tādām kļūst. Centieni dehumanizēt cilvēkus ir ne vien kļūdaini, bet arī kaitīgi un neiespējami.
6. Diagnozes noteikšana diagnosticētos bieži nostāda zemākā un bezspēcīgākā pozīcijā. Faktiski viena no konsultēšanas funkcijām dažkārt varētu būt diagnozes atcelšana. Piemēram, reiz es tikos ar palīdzības meklētāju, kam 2. klasē bija “diagnostiķe” garīga atpalcība, un tas tika veikts, izmantojot intelekta testu. Pēc tam viņš skolas datus tika aprakstīts kā “garīgi atpalcis” vai kā “persona ar attīstības traucējumiem”. Šie apzīmējumi viņu pavadīja visu skolas laiku un radīja gan daudz pārdzīvojumu, gan nepiemērotu izglītības režīmu. Konsultēšanas laikā mēs atklājām, ka viņam ir iepriekš nekonstatētas lasīšanas grūtības. Viņam bija vidējs intelekta līmenis un nebija nekādu attīstības traucējumu. Kad viņš beidzot iemācījās lasīt, viņš varēja atgūt “normāla cilvēka” statusu bez iznīcinošām diagnozēm. Daudzas “diagnozes” tiek noteiktas testēšanas rezultātā. Sociodinamiskajai pieejai ir ļoti konservatīva attieksme pret testēšanu. Testēšana ir “ražošana”, ko veicina lielas ekonomiskās intereses. Iestādēs tā tiek izmantota arī kā kontroles metode. Testēšana piedāvā vienkāršu klasificēšanas metodi, tomēr bieži tā testējamo cilvēku nostāda acīmredzami nelabvēlīgā stāvoklī. Dažkārt var būt pamatots iemesls, lai veiktu (psih)diagnostiķēšanas testu; indivīda atbildes uz interešu testiem vai personības testiem, piemēram, I. Maijeres-Brigas tipa rādītāju, var radīt vērtīgu atsauces punktu dialogam, nevis noderēt kā metode interešu “profila” vai personības “tipa” noteikšanai. Tipiem un profiliem nevajadzētu kļūt par identitātes aizstājējiem. Personības testi un testi vispār ir saistīti ar pieciem tālāk izklāstītajiem riskiem.
1. *Apkaunošana*. Kaut arī nepilnību apzīmējumi ir bēdīgi slaveni ar savu nekonkrētību, tie ir bīstami noturīgi. Bērns, kam diagnosticēts uzmanības deficīta sindroms, netiek uzskatīts par spējīgu novērtēt šādas diagnozes pareizību. Viņam ir jāpieņem, ka viņš ir “bērns ar uzmanības traucējumiem”. Šāda diagnoze cilvēku nostāda uz normas robežas, un tas, iespējams, nekad nebūs labojams. Tas var nozīmēt, ka viņš visu mūžu pavadīs ar kauna zīmi kā vājš, nepārliecināts, nekompetents un nepilnīgs cilvēks.
2. *Lietiskošana*. Ja cilvēkam ir diagnosticēta šizofrēnija, anoreksija, garīgā atpalcība vai neirastēnija, viņš vairs netiek saistīts ar viņa faktisko patību un veiktajām darbībām, bet gan ar diagnozi. Daudzi bērni, kam pirmajās klasēs ir di-

- agnosticētas mācīšanās grūtības, turpina skolas gaitas kā diagnozes kategorija (t. i., kā “grūtie bērni”). Nākamajiem skolotājiem nekad netiek atklāta viņu patiesā patība.
3. *Personas vainošana*. Tā vietā, lai mudinātu aplūkot kontekstu, darbavietu, ģimenes apstākļus utt., diagnoze norāda uz vainu pašā cilvēkā. Tas ir cilvēks, kam ir piestiprināta etiķete “nenormāls”.
  4. *Personības pakļaušana*. Diagnožu kategorijas ir varas sviras. Konsultants, skolotājs, psihologs vai ārsts var izmantot diagnozi, lai parādītu, ka “es zinu labāk par jums, jo man ir īpaša vara”, ko man dod kategoriju izmantošana, un no tās ir gandrīz neiespējami izvairīties. Diagnoze atvieglo pakļaušanu.
  5. *Attiecību pasliktināšana*. Diagnoze ģimenei, draugiem un padomdevējiem ir kā signāls atkāpties. Diagnozes specializētā valoda grauj kultūras saprātu.
7. Peavy, R. V. (2002). *Bibliographic Essay on SocioDynamic Counselling*. Pieejams: [www.sociodynamic-constructivist-counselling.com](http://www.sociodynamic-constructivist-counselling.com).
  8. Bauman, Z. (2000). *Liquid modernity*. Cambridge: Polity Press. Sīkāk par to, kā globalizācijas, konfliktu, migrācijas un tehnoloģiju ietekmē mainās mūsdienu sabiedrība, skatiet: Beck, U. (2000). *What is globalization?* (P. Camiller, tulk.). Cambridge: Polity Press; Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity*. Stanford: Stanford University Press; un Hage, J., & Powers, C. (1992). *Post-industrial lives*. Newbury Park: Sage.
  9. Monk, G., Winslade, J., Crocket, K., & Epston, D. (Eds.). (1997). *Narrative therapy in practice: The archaeology of hope*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
  10. Anderson, H., Goolishian, H., Pulliam, G., & Winderman, L. (1986). The Galveston Family Institute: Some personal and historical perspectives. Skatiet: D. Efron (Ed.), *Journeys: Expansions of the strategic-systemic therapies* (97.–122. lpp.). NY: Brunner/Mazel.
  11. Schuster, S. (1999). *Philosophy practice: An alternative to counseling and psychotherapy*. Westport, CT: Praeger Publishers.
  12. Intelekta laikmets, kurā ieejam šā gadsimta sākumā, tiek saukts par postmodernismu, vēlino modernismu, postpostmodernismu, postindustriālismu utt. Visi šie termini liecina par to, ka modernistu mīts par progresu un instrumentālas spriešanas dominēšanu tiek atstāts aiz muguras un loģiskā pozitīvisma dominēšana beidzas. Jaunajā tūkstošgadē, šķiet, ieejam jaunā laikmetā, kas saistīts ne vien ar tādiem fenomeniem kā tehnoloģiju revolūcija un globalizācija, bet arī ar pasaules uzskatiem un mūsu domām par sevi, citiem un sabiedrību. Es dažkārt izmantoju metaforu “dialogisks prāts” kā pretstatu “industriālajam prātam”, kas dominēja iepriekšējā sabiedrības vēstures periodā un mazākā mērā dominē arī tagad. Faktiski vairumam Rietumu valstu un kultūru raksturīgs industriālās domāšanas, postmodernisma un zināšanu sabiedrības domāšanas sajaukums. Manuels Kastelss (Manuel Castells) darbā “*The rise of the network society*” (1996, 2nd ed., 2000) apgalvo, ka mēs ieejam patiesi savstarpēji atkarīgā daudz kultūru pasaulē, ko viņš sauc par *tīklu sabiedrību*. Viņš runā par sociālo struktūru izmaiņām visā pasaulē un to, ka mums ir jāizmanto plurālistiskas pieejas un multidisciplināras idejas, ja vēlamies saprast, kas sabiedrībā notiek, un reaģēt uz šīs dīvainās, jaunās pasaules problēmām. Manuprāt, sociodinamiskā pieeja cenšas darīt tieši to, ko minētais autors ierosina, proti, pārskatīt mūsu pasaules uzskatus plurālisma un atšķirību tolerances virzienā, izmantojot jaunus vārdu krājumus, kas īpašās kategorijās neiekļauj ne cilvēkus, ne mašīnas. Mums ir jāizdomā, kā panākt lielāku sasaistītību un ekoloģisko apziņu, kā arī jācenšas institūcijas izprast kā tīklus, nevis kā monolītiskas, nezūdošas ēkas.
  13. Ideja par “iekšējo konsultantu” ir ņemta no Timo Spanger (agrāk Vähämöttönen) darba (1998). *Reframing career counseling in terms of counsellor-client negotiations*. Joensuu: University of Joensuu Publications in Social Sciences, N: O 34, 25. lpp.
  14. Frankl, V. (1992). *Man's search for meaning*. Boston, MA: Beacon Press.
  15. Rorty, R. (1989). *Contingency, irony, and solidarity*. NY: Cambridge University Press, 73. lpp.
  16. Wittgenstein, L. (1976). *Vermischte Bemerkungen*. (tulkots kā Culture and Value, G. H. Von Wright, Ed.). Oxford: Basil Blackwell. [Šis citāts papildināts ar teksta izcēlumu.]
  17. Schaefer, A. W. (1992). *Beyond therapy, beyond science*. San Francisco: Harper's, īpaši 214–264. lpp.
  18. Filozofs un zinātnes vēsturnieks Tomass Kūns ir rakstījis par, viņa vārdiem sakot, “revolucionāru zinātni” un aprakstījis, kā pat dabaszinātnēs rodas pilnīgi jauni cēloņu stāsti un “paradigmas maiņas” saistībā ar to, kā zinātne tiek aprakstīta un

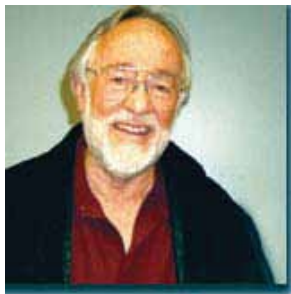
izskaidrota. Jaunas metaforas rada jaunus domāšanas veidus par pasauli. Zinātnē, sociālajās zinātnēs un filozofijā zināšanas un izpratne tiek veidotas, tās aprakstot no jauna un izmantojot jaunas metaforas.

19. Taylor, C. (1989). *Sources of the self*. Cambridge: Harvard University Press.
20. Rorty, R. (1989). *Contingency, irony, and solidarity*. NY: Cambridge University Press.
21. MacIntyre, A. (1984). *After virtue*. Notre Dame, IN: Notre Dame University Press.
22. Pārliecinoši argumenti par aizbīdināšanos ar zinātniskumu, ko veicina tradicionālie konsultēšanas virzieni un terapijas, pieejami: Fancher, R. (1995). *Cultures of healing: Correcting the image of American mental health care*. NY: W.H. Freeman and Company.
23. Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Garden City, NY: Doubleday. Sk. arī Goffman, E. (1967). *Interaction ritual: Essays on face-to-face behaviour*. Garden City, NY: Doubleday.
24. Martins Bubers, ebreju zinātnieks un filozofs, dažkārt tiek saukts par “dialoga tēvu”. Viņa nozīmīgākā grāmata: Buber, M. *I and thou* (1958). (2nd ed.) (W. A. Kauffman, tulk.). NY: Charles Scribner's Sons.
25. Sen, A. (1999). *Freedom as development*. NY: Alfred A. Knopf.
26. Nebrīvības rada šķēršļus brīvībai. Ir daudz *nebrīvību* — gan kontekstuālas, gan iekšējas. Kontekstuālas jeb ārējas nebrīvības ir, piemēram, mājokļa, pārtikas, veselības aprūpes, izglītības vai ienesīga darba iespēju trūkums, kā arī tiesību neievērošana un neiekļaujoša politika un doktrīnas. Šādas nebrīvības sabiedrībā izraisa daudzu personu marginalizāciju. Nebrīvības var būt arī iekšējas un izpausties kā ierobežojošas idejas, aizspriedumi, aplami pieņēmumi, šauras pieejas, pretrunīga identitāte, neatrisinātas emocionālas reakcijas, bezpalīdzība, vainas apziņa, kauns utt.
27. Maslow, A. (1968). *Toward a psychology of being*. NY: Van Nostrand.
28. Touraine, A. (1988). *Return of the actor: Social theory in postindustrial society*. Markham, ON: Fitzhenry & Whiteside.
29. Abram, D. (1996). *The spell of the sensuous*. NY: Pantheon Books.
30. Blackburn, S. (2000). *On being good*. Oxford: Oxford University Press.
31. Logstrup, K. (1997). *The ethical demand* (H. Fink & A. MacIntyre, tulk.). Notre Dame, IN: Notre Dame University Press, 8.–100. lpp., 148.–158. lpp.
32. Bakhtin, M. (1984). *Problems of Dostoevsky's poetics*. Minneapolis, MN: University of Minnesota Press, 59., 68., 110. lpp.
33. Jaspers, K. (1957). *Man in the modern age*. NY: Anchor Books.
34. Bateson, M. C. (1994). *Peripheral visions: Learning along the way*. NY: HarperCollins.
35. Vygotsky, L. (1994). R. Van der Veer & J. Valsiner (Eds.) darbā *The Vygotsky reader* (99–174. lpp.). London: Basil Blackwell.
36. Steindl-Rast, D. (1983). *A listening heart*. NY: Crossroad, 10. lpp.
37. Rogers, C. (1969). *Freedom to learn*. Columbus, OH: Charles E. Merrill, 227. lpp.
38. Praktiskas vadlīnijas, kā īstenot empātisku klausīšanos: Peavy, R. (1974). *Empathic listening workbook*. Victoria, BC: Adult Counselling Project.
39. Buber, M. (1947). *Between man and man*. London: Collins, 67. lpp.
40. Gusfield, J. R. (Ed.). (1989). *Kenneth Burke: On symbols and society*. Chicago: University of Chicago Press.
41. To, kā kaut kas izpaužas (piemēram, lietu nozīme otra cilvēka vērtējumā, kad mēs viņu uzklausām), fundamentāli apraksta Martins Heidegers. Skatiet: Heidegger, M. (1962). *Being and time* (J. Macquarrie & E. Robinson, tulk.). New York: Harper & Row, 62.–63. lpp.
42. Derrida, J. (1985). *The ear of the other*. NY: Schocken, 4. lpp.
43. Daudz esmu guvis no Elenas Langeres rakstiem par apzinātu rīcību. Daudzas no viņas idejām esmu pielāgojis palīdzības sniegšanai. Skatiet: Langer, E. (1989). *Mindfulness*. Reading, MA: Addison-Wesley.
44. Heidegger, M. (1962). *Being and time* (J. Macquarrie & E. Robinson, tulk.). New York: Harper & Row.

45. Touraine, A. (1988). *Return of the actor*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
46. Vähämöttönen, T. (1998). *Reframing career counselling in terms of counsellor-client negotiations*. Joensuu, Finland: University of Joensuu Publications in Social Sciences.
47. Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity*. Stanford, CA: Stanford University Press.
48. Rogoff, B. (1995). *Observing cultural activity on three planes: Participatory appropriation, guided participation, and apprenticeship*. Skatiet, J. Wertsch, P. Del Rio, & A. Alvarez, *Sociocultural studies of mind* (139.–164. lpp.). NY: Cambridge University Press.
49. Bakhtin, M. (1986). *Speech genres and other late essays* (V. McGee et al., tulk.). Austin, TX: University of Texas Press.
50. Clark, K., & Holquist, M. (1984). *Mikhail Bakhtin*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
51. Bruner, J. (1987). *Life as narrative*. *Social Research*, 54, 11.–32. lpp.
52. Lévi-Strauss, C. (1966). *The savage mind*. Chicago: University of Chicago Press.
53. Greenberg, L., & Watson, J. (1998). *Experiential therapy of depression. Differential effects of client-centered relationship conditions and process-experiential interventions*. *Psychotherapy Research*, 8, 210.–224. lpp.
54. Bohart, A., & Tallman, K. (1999). *How clients make therapy work*. Washington, DC: American Psychological Association, 239.–241. lpp.
55. Rogoff, B. (1990). *Apprentice in thinking: Cognitive development in social context*. NY: Oxford University Press.
56. Castells, M. (2000). *The rise of the network society (2nd ed.)*. Oxford: Blackwell Publishers.
57. Peavy, R. V. (1997). *SocioDynamic counselling: A constructivist perspective*. Victoria, Canada: Trafford Publishers, 17. lpp.



# Sociodinamiskā konsultēšana



**Dr. R. Venss Pīvijs**, Izglītības psiholoģijas konsultēšanas programmas pamatlicējs, Kanādas Viktorijas Universitātes Bērnu un jauniešu aprūpes skolas goda profesors un vieslektors, ir atzīts par vienu no labākajiem konsultēšanas speciālistiem daudzviet pasaulē — gan Eiropā, gan Austrālijā, gan ASV. Sevišķi nozīmīga viņa ietekme ir bijusi Ziemeļvalstīs (Somijā, Dānijā, Zviedrijā un Igaunijā), kur viņš bieži ieradās kā vieslektors un konsultants. Viņa raksti ir tulkoti vairākās valodās.

2000. gadā Amerikas Psiholoģijas asociācijas Psiholoģiskās konsultēšanas nodaļa V. Pīvijam piešķīra balvu par mūža ieguldījumu. 2001. gadā Kanādas Karjeras attīstības fonds Otavā piešķīra viņam Stjū Kongera balvu par izcilo lomu karjeras attīstības un konsultēšanas jomā Kanādā. Dr. Pīvijs ir bijis žurnāla “*Canadian Journal of Counselling*” galvenais redaktors un žurnāla “*British Journal of Guidance and Counselling*” redaktoru kolēģijas loceklis. Laikā, kad viņš aizgāja mūžībā, V. Pīvijs bija žurnāla “*Journal of Constructivist Psychology*” redaktoru kolēģijas konsultants. 2002. gadā neilgi pirms savas nāves Starptautiskajā cilvēkzinātņu izpētes konferencē viņš no saviem studentiem un kolēģiem saņēma apbalvojumu par izciliem sasniegumiem cilvēkzinātņu izpētes jomā.

Dr. Pīvija darbu turpina Memoriālais fonds, kas dibināts viņa vārdā un ko vada Kanādas Karjeras attīstības fonds un aktīva tīmekļa vietne [www.sociodynamic-constructivist-counselling.com](http://www.sociodynamic-constructivist-counselling.com), kurā pieejami Dr. Pīvija npublicētie darbi, kā arī viņa kolēģu un studentu raksti.

V. Pīvijs ir izveidojis jaunu redzējumu par cilvēku mijiedarbību un tā pārvarējis klasiskās robežas starp domām, jūtām un uzvedību. To vietā rodas dziļi cilvēciski, rezonējošs un morāls cilvēks, kuru atbalsta, nevis ierobežo starppersoniski konteksti, sabiedrība un kultūrvidē. V. Pīvijs noliek malā mehānismu, pasteidzas garām kognitīvismam un iegūst dzinējspēku no savas izteikti postmodernās ievirzes. Viņš ir ierindojies starp tiem mūsdienu izcilajiem speciālistiem, kas nodevušies tam, lai izprastu ar cilvēka izmaiņām saistītās ieceres un iespējas, ierobežojumus un pienākumus.

— *Gregs Nīmeijers, Floridas Universitātes psiholoģijas profesors*

Vensa Pīvija ietekme uz Dānijas konsultēšanas jomu ir bijusi nozīmīga un paliekoša. Viņa sociodinamiski konstruktīvistiskās teorijas un paņēmieni ir raduši neticamu atbalsi Dānijas pedagoģijā un konsultēšanā. V. Pīvijs teica, ka viņš ir “sējējs” un citi ir iesēto sēklu kopēji. Viņa darbs ir devis daudz sēklu un augu, un mēs darīsim visu iespējamo, lai tos koptu un audzētu konsultēšanas prakses labā.

— *Helle D. Sērensens, Sprogcentret Hoist ebros, Dānija*

Vensa Pīvija mūža darbs konsultēšanā ir veselums, ko viņš pats raksturoja vislabāk. Vensa idejās ir apvienota dziļi integrēta filozofiskā un teorētiskā domāšana ar novatoriskiem praktiskajiem instrumentiem, kas piemēroti ikdienas konsultēšanai. Sociodinamiskā pieeja stabili sakņojas cilvēces labākajās kultūras tradīcijās un sniedz mums patiesi cilvēcīgu tikšanos ar klientiem. Šī grāmata būs paliekošs stūrakmens gan karjeras konsultēšanas attīstībā, gan arī citās konsultēšanas jomās.

— *Timo Spengers, Ph.D., vecākais pētnieks, Somija*

Vensa Pīvija sociodinamiskās konsultēšanas modelis palīdz konsultantiem pāriet no iesīkstējušās monokulturālās domāšanas un prakses uz multikulturālu iesaistīšanos cieņpilnā un uz nozīmi vērsta mijiedarbībā.

— *Išu Išijama, Ph.D., Britu Kolumbijas Universitātes Konsultējošais psiholoģijas asociētais profesors, Kanāda*

