



Fundacja C.E.L.

PREZENTACJA JAKOŚCIOWYCH I ILOŚCIOWYCH BADAŃ
EWALUACYJNYCH PROGRAMU „KILKA KROKÓW KU
ZMIANIE”, REALIZOWANEGO W LATACH 2010–2012 PRZEZ
FUNDACJĘ CENTRUM EDUKACJI LIDERSKIEJ,
FINANSOWANEGO ZE ŚRODKÓW URZĘDU M.ST. WARSZAWY
W RAMACH ZADANIA „PROWADZENIE DZIAŁAŃ
PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNYCH I SPECJALISTYCZNEGO
PORADNICTWA RODZINNEGO”

Marcin J. Sochocki

PROJEKT FINANSUJE: MIASTO STOŁECZNE WARSZAWA

Warszawa, listopad 2012 r.

Spis treści

Wprowadzenie.....	3
Prezentacja wyników badań	5
Proces rekrutacji i motywacja udziału w zajęciach	5
Ocena sposobu implementacji projektu	9
Efekty zajęć w ocenie uczestników	16
Podsumowanie i wnioski.....	21
Aneks – kwestionariusz ankiety	23

Wprowadzenie

Poniżej przedstawiam wyniki jakościowych i ilościowych badań ewaluacyjnych programu „Kilka kroków ku zmianie”, realizowanego przez Fundację Centrum Edukacji Liderkiej, finansowanego przez Urząd m.st. Warszawy w ramach zadania „Prowadzenie działań psychologiczno-pedagogicznych i specjalistycznego poradnictwa rodzinnego”. Celem badań było poznanie motywów uczestnictwa w zajęciach, a także ścieżek rekrutacyjnych osób biorących w nich udział. Kolejnym celem było zebranie opinii na temat kompetencji kadry i sposobu implementacji projektu. Ewaluacja miała też umożliwić uczestnikom wyrażenie subiektywnych przekonań, dotyczących (ewentualnego) wpływu zajęć na ich postawy z uwzględnieniem sfery intrapsychicznej i relacji interpersonalnych. Ponadto celem badań było poznanie (ewentualnych) propozycji modyfikacji programu, odnoszących się do sfery organizacyjnej, realizacyjnej i merytorycznej.

W badaniach wykorzystano ewaluację *ex post*:

- ankiety audytoryjne przeprowadzane bezpośrednio po zakończeniu warsztatów;
- zogniskowany wywiad grupowy (tzw. *focus*);
- indywidualne wywiady pogłębione.

Ewaluacją objęto trzy grupy, które kończyły zajęcia w 2010 r., 2011 r. i 2012 r. Pomiar ankiety przeprowadzono w każdej grupie. Wzięło w nich udział 30 respondentów, w tym 27 kobiet. Najmłodszy badany miał 20 lat, najstarszy 30 lat, średnia arytmetyczna wieku i zarazem mediana to 25 lat. Wykształcenie średnie posiadał 1 respondent, także 1 uczestnik pomaturalne (policealne), 6 badanych to studenci bez dyplomu licencjata, a z pozostałych osób: 6 studiowały już po licencjacie, 4 miały wykształcenie niepełne wyższe, 1 – wyższe licencjackie, 11 – wyższe magisterskie. Wśród ankietowanych 15 osób, charakteryzując swoją sytuację zawodową, zaznaczyło odpowiedź „student, uczeń”, 3 – „wolny zawód, specjalista”, 3 – „technik, wyspecjalizowany pracownik”, 7 – „pracownik niższego szczebla (usługi, administracja)”, 2 – „inne”.

Focus zrealizowano bezpośrednio po zakończeniu warsztatów z pierwszą grupą, wzięły w nim udział wszystkie osoby uczestniczące w zajęciach, które były obecne na ostatnim spotkaniu (9 osób). Indywidualne wywiady pogłębione przeprowadzono z 6 losowo wybranymi uczestnikami z każdej grupy (po dwóch respondentów), pół roku po zakończeniu szkolenia.

Dwa pomiary ankietowe spełniały kryteria ewaluacji zewnętrznej. W jednej grupie, ze względów organizacyjnych, badania zrealizowali trenerzy prowadzący zajęcia: nie byli oni jednak obecni w trakcie wypełniania kwestionariuszy przez respondentów; badani po udzieleniu odpowiedzi na pytania ankiety, wkładali kwestionariusze do koperty, którą następnie zakleili. Koperta została przekazana ewaluatorowi zewnętrznemu. Zogniskowany wywiad grupowy przeprowadziły osoby niezaangażowane w tworzenie i wdrażanie programu, niebędące członkami zespołu trenerów – Agnieszka Górecka i niżej podpisany, który także przeprowadził wywiady indywidualne. Respondenci informowani byli o zasadzie poufności danych uzyskiwanych w trakcie badań oraz o tym, że przedstawiciele Fundacji nie będą mieli dostępu do materiałów gromadzonych w trakcie ewaluacji, a wyniki zostaną tak zaprezentowane, aby chronić ich anonimowość.

Poddawane ewaluacji zajęcia prowadzili: Andrzej Ochremiak, Małgorzata Płócińska, Eliza Rolińska-Kaniewska i Hanna Samson.

Prezentacja wyników badań

Proces rekrutacji i motywy udziału w zajęciach

Źródła informacji o ewaluowanym programie, wymieniane przez uczestników wywiadów, to:

- rekomendacje osób, które uczestniczyły w projektach realizowanych przez zespół Fundacji,
- informacje udzielane przez członków zespołu trenerów,
- wcześniejsze (pozytywne) doświadczenia respondentów, związane z uczestnictwem w programach Fundacji,
- ogłoszenia zamieszczane w Internecie,
- ogłoszenia zamieszczane w szkołach wyższych, rekomendacje udzielane przez ich pracowników.

Poniżej przytaczam wybrane fragmenty wywiadów, ilustrujące powyższe uogólnienia. Dla zachowania oryginalności wypowiedzi poddano je jedynie nieznacznej korekcie. Z uwagi na niewielką liczbę mężczyzn uczestniczących w zajęciach, w celu ochrony anonimowości badanych, przytaczane fragmenty wywiadów prezentuję wyłącznie w żeńskiej formie, bez względu na płeć respondentów. Wypowiedzi ewaluatorów zostały wytłuszczone. Poszczególne fragmenty oddziela znak „□”.

– *Na uczelni było ogłoszenie. (...) Przy jakimś tam biurze (...) czekałam i patrzę – jest, i tak spojrzalam, zadzwoniłam i się udało.* □

– ***Pierwsze pytanie, jak pani w ogóle trafiła do Fundacji CEL?***

– *Pomogła mi koleżanka, która też była tam (...) na zajęciach. Koleżanka, która miała taki sam problem jak ja i zabrała ulotkę z Fundacji i przyniosła mi. I tak się zapisałam.* □

– *Mój kontakt jest pierwszy z Fundacją, ten warsztat, a dowiedziałam się od koleżanki, która brała udział w warsztatach tutaj w Fundacji, bo wiedziała, że szukam dla DDA i zaproponowała mi.*

– ***A ona była zadowolona z tych zajęć?***

– *Tak, bardzo zadowolona, zwłaszcza z osób prowadzących.* □

– *Ja się dowiedziałam od mojej przyjaciółki, która brała udział w „Żeby chciało się chcieć”. Była bardzo zadowolona i z ludzi w grupie, i z prowadzących, i powiedziała, że właśnie grupa DDA, i właśnie tak się dowiedziałam i przyszłam.* □

– *To jest długa historia. Moja przyjaciółka, która zaciągnęła mnie na warsztaty psychologiczne (...) [inne niż realizowane przez Fundację CEL – przyp. MJS] i tam po jakichś trzech spotkaniach, to miała być jakaś diagnoza, coś w tym stylu, właśnie zostałam poinformowana o tym, że jest taka Fundacja, i że prowadzi różne warsztaty, (...) na różne tematy i właśnie pierwszym warsztatem (...) [był to inny niż ewaluowany projekt Fundacji – przyp. MJS], a potem po tych warsztatach byłam jeszcze (...) [na – przyp. MJS] konsultacjach i jedna z pań psycholog, która tutaj pracuje stwierdziła, że jest taka grupa, i że fajnie by było, żebyśmy spróbowała do niej przynależeć. To tyle.* □

– *Dowiedziałam [się] od koleżanki (...), że jest taka Fundacja, zajrzałam na stronę internetową, wydało mi się to ciekawe. Poszłam na konsultacje. Później (...) [respondentka wzięła udział w innym projekcie Fundacji – przyp. MJS], w których brałam udział i to były moje drugie warsztaty.* □

– *To są moje pierwsze warsztaty. W ogóle pierwsze jakiegokolwiek. Dowiedziałam się o Fundacji od (...) [osoby – przyp. MJS], która tutaj pracowała i ona mnie namówiła właśnie, żebym chyba na początek poszła do pani psycholog, żeby konsultację jakąś tam przejść i właśnie ona mnie namówiła na tę grupę. Namówiła, znaczy dała mi do myślenia, zaproponowała. No i przyszłam, i jestem.* □

– *Siostra mi przesłała ogłoszenie, które było na ngo.pl. Zadzwoniłam, tutaj mnie przyjęła (...) pani psycholog.* □

Wszyscy respondenci, objęci jakościową ewaluacją, potwierdzili, że przed przystąpieniem do grupy zajęciowej uczestniczyli w konsultacjach indywidualnych (jednej lub więcej), dla zdiagnozowania potrzeb i zarekomendowania udziału w odpowiednim projekcie Fundacji. Badani relacjonowali, że rozmowy prowadzone przez członków zespołu trenerów przyczyniły się do lepszego poznania własnej sytuacji (problemów), dostarczyły także (ważnych) informacji na temat celów ewaluowanego projektu oraz sposobu jego realizacji. Mówiono, że konsultacje czasem były emocjonalnie angażujące. Odnotowaliśmy też krytyczne opinie. Jeden z respondentów stwierdził, że osoba przeprowadzająca konsultację w niedostatecznym stopniu wyjaśniła charakter grupy zajęciowej i tryb realizacji programu, przez co nie spełniły się jego oczekiwania, związane z udziałem w projekcie. Podobnie inny uczestnik badania ocenił, że w trakcie konsultacji indywidualnych dokonano niewłaściwej diagnozy jego problemu i skierowano go do niewłaściwej grupy.

– Ja pamiętam, że ta rozmowa była bardzo taka emocjonalna. Czulałam się jak po jakimś takim spotkaniu z psychologiem, już takim typowym. Bardzo dużo wtedy się zadziało. Dużo rzeczy jakoś tak zostało odkrytych. No tak pozytywnie to odebrałam i tak wiedziałam, że potrzebuję do tej grupy i dużo rzeczy się odkryło na tym spotkaniu, więc to było takie pouczające i dużo korzyści było już z tego spotkania. (...)

– Ja byłam bardzo zestresowana na pierwszym spotkaniu. To wyglądało tak, że wypunktowałam sobie moje problemy, to co uważam za problem, przyszłam, wypowiedziałam wszystko szybko i tak, żeby już się skończyło. Dostałam parę rzeczowych pytań, no i była diagnoza. (...)

– **Zgodziła się Pani z tą diagnozą?**

– Tak, jak najbardziej. (...) Po prostu pani psycholog mi wygłosiła, powiedziała na głos to, co ja sobie przez całe życie myślałam.

– No mi było bardzo potrzebne to pierwsze spotkanie, z tego względu, że po prostu rozwiązało multum moich wątpliwości dotyczących tej grupy. Nie wiem, czy bez niej bym się zdecydowała na tę grupę (...). Wszystkie moje wątpliwości się rozwiązały.

– **Tak po prostu?**

– Tak, właśnie dotyczące tego, czy mam się (...) zapisać na tę grupę, czy mam w niej uczestniczyć, czy jest potrzeba. □

– Ja wiedziałam (...) od (...) zeszłego roku, że ta grupa będzie ruszać, i że się (...) nadaje. Bardzo długo zbierałam siły, żeby tu przyjść. Nawet jeszcze chyba (...) [kilka miesięcy temu – przyp. MJS] byłam na konsultacjach, i to nie były pierwsze konsultacje w tej sprawie, i to była taka moja ostateczna jakby sprawa. (...) To było dla mnie takie „wow”, że nic się nie stanie, jak sobie zwięję w końcu (...). U mnie (...) tych konsultacji było (...) [kilka – przyp. MJS] (...) z różnymi osobami, bo nie zawsze mogłam się z tą samą umówić. □

– Ja przyszłam na konsultacje (...) z takim otwartym sceptycyzmem powiedzmy, tak to nazwijmy i zostałam w miarę przekonana, bo pani najpierw zaproponowała mi inne warsztaty, żeby po prostu przyszła, zobaczyła jak jest. Uargumentowała to na tyle interesująco, że skorzystałam z tej propozycji i te warsztaty były drugimi, na które przyszłam. Myślę, że było to warte. □

– Myślę, że trafiłam do nieodpowiedniej grupy (...).

– **A jak pani sądzi, dlaczego do nieodpowiedniej grupy pani trafiła?**

– No nie była to grupa tematyczna, każdy przychodzi z jakimś problemem, czy potrzebą jakąś. I no, no i były różne, i moja nie odnosiła się do mnie. Do tego konkretnego problemu, z którym ja się tam pojawiłam.

– A z tego, co się orientuję, to w Fundacji CEL jest taka procedura, że zanim się trafi na taką grupę, to jest rozmowa taka wstępna. Czy tak było w Pani przypadku?

– Tak, natomiast (...) to nie była taka grupa, w której stricte, myślę, że powinnam być. (...) Nie wiem dokładnie, jakie były tam zamierzenia czy jakieś pobudki, pani (...), [która – przyp. MJS] mnie kwalifikowana do grupy, przeprowadzała ten wywiad, no na pewno wiedziała co robi, tak? (...) Może chciała otworzyć, może chciała po prostu ogólnie ten problem, nie wiem, zacząć na łamach grupy, może myślała, że to jakoś przełamię. Ale nie. □

– Może oczekiwałam takiego wykładu, a doszło do takiego jakby... grupowe spotkania i rozmawianie o dzieciństwie. To nie dla mnie.

– A czy trakcie tej rozmowy pierwszej uprzedzono Panią o formie tych spotkań i jak to będzie wyglądało, co to będzie?

– Zasadniczo to ja wiedziałam tylko, że będą spotkania, a o ich wyglądzie, o ich ramach i założeniach dowiemy się już na tych spotkaniach. (...) Na tym pierwszym spotkaniu nie zostałam o tym poinformowana. □

Niemal wszyscy ankietowani (27 osób, tabela 1) pytani o powody udziału w zajęciach wskazali na zdobycie wiedzy lub umiejętności przydatnych w rozwiązywaniu problemów osobistych. W dalszej kolejności wymieniano: lepsze poznanie siebie – 25 badanych, doskonalenie wiedzy lub umiejętności pomocnych w kształtowaniu relacji z rodzicami – 23 respondentów, i pomocnych w kształtowaniu relacji z innymi ludźmi (spoza rodziny) – 19 osób. Co drugi pytany wskazał na rozwój osobisty, a co trzeci na doskonalenie wiedzy lub umiejętności, przydatnych w kształtowaniu relacji z małżonkiem (życiowym partnerem lub partnerką). Inne wymienione w ankiecie motywy zaznaczone były przez 3 lub mniej respondentów.

Tabela 1. Odpowiedzi na pytanie 1 „Z jakich powodów wziął/wzięła Pan(i) udział w tych zajęciach?” (N=30)

Odpowiedzi uwzględnione w kafeterii	N*
Zdobycie wiedzy lub umiejętności przydatnych w rozwiązywaniu problemów osobistych	27
Lepsze poznanie siebie	25
Doskonalenie wiedzy lub umiejętności pomocnych w kształtowaniu relacji z rodzicami	23
Doskonalenie wiedzy lub umiejętności pomocnych w kształtowaniu relacji z innymi ludźmi (spoza rodziny)	19
Rozwój osobisty	15
Doskonalenie wiedzy lub umiejętności pomocnych w kształtowaniu relacji z małżonkiem (życiowym partnerem lub partnerką)	10
Doskonalenie wiedzy lub umiejętności pomocnych w wychowywaniu dzieci	1
Doskonalenie kompetencji zawodowych	1
Skierowanie, oddelegowanie (np. przez przełożonych)	0
Inne powody	3

* Łączna liczba odpowiedzi jest większa niż liczba ankietowanych, gdyż badani mogli wskazać więcej niż jeden motyw.

Ocena sposobu implementacji projektu

Badani, uczestniczący w wywiadach, oceniając kompetencje i postawy realizatorów mówili, że spotkania prowadzili oni w sposób elastyczny – ich przebieg dostosowywali do potrzeb uczestników (wykazując się przy tym kreatywnością). Respondenci pozytywnie oceniali taki styl pracy. Stwierdzano, że trenerzy nie narzucali rozwiązań, lecz umiejętnie towarzyszyli uczestnikom zajęć w samopoznaniu. Prowadzący zajęcia postrzegani byli jako osoby empatyczne, cierpliwe, zaangażowane w przebieg zajęć, potrafiące stworzyć atmosferę bezpieczeństwa, wzbudzające zaufanie, okazujące wsparcie, posiadające dużą wiedzę na poruszane w trakcie warsztatów tematy i potrafiące ją przystępnie przekazać uczestnikom.

Pary trenerów, prowadzące spotkania, postrzegano jako zgrane zespoły, osoby uzupełniające się. Pojawiły się także uwagi krytyczne, jedną z trenerek odbierano jako osobę stwarzającą nadmierny dystans.

Część respondentów podkreślała, że duże znaczenie miał zespołowy charakter zajęć. Ceniono możliwość wymiany doświadczeń i ćwiczenia nowo nabywanych umiejętności w gronie przyjaźnie nastawionych ludzi. Nie wszyscy zgodzili się z takim stanowiskiem, ewaluując warsztatową formę zajęć jako infantylną i naruszającą osobiste granice. Ponadto jedna osoba uznała, że niektórzy spośród uczestników zdominowali grupę kosztem udziału w zajęciach innych.

– *Ja myślę, że prowadzące to genialne babki, budziły we mnie taki szacunek i tak je podziwiam za to, że one nigdy nie pozwoliły nam być same. One zawsze czuwały nad nami i zawsze zwracały uwagę, jak ktoś czegoś potrzebował. Ta osoba się nie przyznawała do tego, że czegoś jej potrzeba, a dziewczyny po prostu wylapywały to i nigdy, moim zdaniem, nie było tak, że wychodziliśmy stąd niezrozumieni czy zaniedbani. Wydaje mi się, że dziewczyny bardzo o nas dbały, żeby poznać siebie, poznać swój problem, zacząć z nim żyć. Żeby się nie, jakoś nie zamykać na świat. (...)*

– *Mi się bardzo tutaj podobają te warsztaty. Uważam, że prowadzące są profesjonalne, przygotowane, mają plan, wiedzą co się tu dzieje, wiedzą co robić. (...)*

– *Ja myślę, że osoby prowadzące mają przede wszystkim świetne wyczucie po prostu, znaczy to jest umiejętność to wyczucie, w którym momencie podejmować pewne jakby interwencje, działania w takich sytuacjach trudnych. Dużo jest emocji w ludziach, myślę, że świetnie sobie radzą z nakierowywaniem tych emocji na zmiany pozytywne. Tak bym to ujęła w skrócie dużym. (...)*

– *Ogromna kompetencja, stuprocentowa empatia, wrażliwość, uważność, cierpliwość. Czasem miałam wrażenie, że my już nie mamy siły, a one po prostu, mimo że to ich nie dotyczyło bezpośrednio, to były w tym na 100%. I każda z nich ma swoje jeszcze jakieś cechy, które je wyróżnia, ale dzięki temu tworzą jakiś taki super duet, taką całość. I to, co było dla mnie takie najważniejsze, ogromne ciepło, wsparcie i poczucie bezpieczeństwa. (...)*

– *Tak, ja też czułam wsparcie, ciepło, empatię i czułam, że mogę im zaufać i pozwolić się po prostu prowadzić, że wiedzą, co robią. (...)*

– *Jak przyszłam na te pierwsze warsztaty, to szukałam kogoś, takiego jakby znajomego, a tutaj dziewczyny, też one były w pracy, ale w ogóle się tego nie czuło, że one są w pracy. Takie były profesjonalne i do tego bardzo ciepłe, więc jestem bardzo pod wrażeniem.*

– *Ja nie wiem co mam powiedzieć, bo już wszystko zostało powiedziane.*

– **Może dla odmiany jakieś krytyczne...**

– *Nie, nie, nie. Nie ma co krytykować. Podobało mi się naprawdę i były świetne (...), pasują do siebie, tak. Zawsze reagowały w tym momencie, gdzie trzeba i były z nami. Czuło się je i czułyśmy (...) je. (...)*

– *Fajne były dziewczyny, naprawdę. Tym bardziej że to nie jest taka łatwa sprawa. Te trzy miesiące warsztatów DDA to w ogóle jest coś nienaturalnego. To trzeba mieć zdolności, żeby tej osoby za bardzo nie otworzyć i nie zostawić jej później samej, żeby to wszystko domknąć. Te zajęcia były pod*

tym względem bardzo fajne, że każdy miał ten czas dla siebie, tyle ile potrzebował i nie było takiej sytuacji, że nad czymś pracujemy i później nie ma tego momentu, że coś można dla siebie wziąć i poczuć się właśnie, że zatroszczyły się o mnie, żebym coś z tych zajęć wyniosła, a nie po prostu rozgrzebały mnie i zostawiły mnie albo do poniedziałku, co gorsza. Więc to było bardzo fajne, że przy tym właśnie krótkim czasie, że były jakieś proste, znaczy jakieś takie sugestie, że coś z tym można zrobić. To przy takiej krótkoterminowej grupie bardzo ważna rzecz.

– (...) Nie zgodzę się z tym, że one miały zawsze plan, dlatego że plan mogły mieć na trzech pierwszych warsztatach, kiedy proponowały nam rzeczywiście różne rzeczy. Później było tak, że to my zgłaszaliśmy swoje jakieś potrzeby, swoje problemy. One nie mogły tego przewidzieć, nie mogły mieć tego planu i to było niesamowite, że one na miejscu po prostu ten plan stwarzały i nieraz po prostu gdzieś w ostatniej chwili jakąś zmianę wprowadziły w czasie pracy jakiejś osoby i to zmieniało wszystko. Po prostu tak się dopasować do nas, do tych naszych potrzeb, niesamowicie. Ja podziwiam je bardzo za intuicję, którą wykorzystywały, mam wrażenie takie. Aż mi serce mocniej zabiło. (...)

– Znacząco wiadomo jest, że pojawiają się, tak i z czymś zaczynamy i jest coś co nas gnębi dzisiaj, coś co się oczywiście wywodzi z dzieciństwa i tutaj pojawia się inwencja. (...) Jedna czy druga prowadząca ma pomysł „dobrze, to ja ci zaproponuję to, tutaj się rozegra taka i tak scenka”. Wiadomo, że to wszystko się na miejscu dzieje. (...) Więc tak duża uwaga, czujność właśnie prowadzących i kreatywność. Dużo czasu spędziły na pewno nad tym, żeby to jakoś, żeby nam jakoś pomóc. (...)

– To był taki szkielet nadany przez terapeutki. Początek był zaplanowany, później był szkielet, a myśmy wydłubywali resztę.

– Tak, żeby to się zgadzało z takimi naszymi potrzebami.

– **A mam jeszcze pytanie o różnice. Czy obie prowadzące były, że tak powiem, bliźniaczo podobne, miały bliźniaczy styl pracy, czy też były jakieś różnice. Na czym te różnice polegały? W czym się przejawiały?**

– One się dobrze komponowały razem. (...) Jedna uzupełniała drugą, ale jakby różnice teraz wylapać to ciężko. (...)

– To było naturalne. Tak się naturalnie przeplatało.

– Miało się wrażenie, jakby one po prostu też siebie super wyczuwały, bo tam nie było momentu jakiegoś starcia, nie. To było po prostu takie wszystko, jakby one to już przećwiczone miały z nami, a przecież pierwszy raz w życiu to się działo.

– (...) Jedna była bardziej motywująca poprzez konfrontację, ja to tak czuję, a druga przez takie dawanie przestrzeni, taka otwartość, nie mogę powiedzieć, bo ta pierwsza też była otwarta, ale jakoś w taki inny sposób. No nie wiem jak to powiedzieć. Wiem, o co chodzi.

– Ja to czuję.

– Znacząco, mi się wydaje, że one rozumiały pewne problemy i umiały się odpowiednio dobrać, która z pań wybiera który problem. Myślę, że jak byśmy się dłużej nad tym zastanowili, to zauważylibyśmy

pewną, może nie schemat, ale jakąś konwencję, przy których problemach, jakby która strątuje, że tak powiem.

– *One na siebie spojrzwały i wiedziały, która się zajmie tą konkretną osobą.*

– *Tak.*

– *Tylko nie mam pojęcia skąd. □*

– ***Jak Pani ocenia prowadzenie?***

– *W sumie oceniam bardzo dobrze. (...) Czulałam się w grupie dobrze, ludzie byli fajni, prowadzący byli fajni. Czulałam się komfortowo.*

– ***Co to znaczy, że byli fajni? (...)***

– *Byli bardzo otwarci na potrzeby grupy, na (...) pytania, sugestie. Mówili dużo mądrych rzeczy..., znaczy nie, nie mówili dużo, ale jak już coś mówili, to tak z sensem. Dużo miejsca oddanego było na to, co my mówiliśmy.*

– ***A czy to było dobrze, czy źle (...)?***

– *(...) To było bardzo irytujące, bo człowiek niekoniecznie się chce uzewnętrzniać, ale to było bardzo dobre w rezultacie. Tak powinno być pewnie. (...)*

– ***Jak Pani ocenia atmosferę w trakcie zajęć? Między uczestnikami, między uczestnikami a prowadzącymi?***

– *(...) Nachodzi mnie słowo „przyjemna”, ale trudno [powiedzieć – przyp. MJS], żeby atmosfera w takiej grupie, gdzie wylewa się same smutki, była przyjemna, ale w sumie była. Grupa była bardzo wesoła. □*

– *Integracja na początku była bardzo ważna, bo to dało taką otwartość grupie i poczucie bezpieczeństwa. □*

– *Mi osobiście się dobrze pracuje w grupie, ponieważ na przykładach jakoś poza własnym losem łatwiej jest mi po prostu uświadamiać sobie pewne rzeczy, przypominać o nich. I tutaj tak było. Jak się nieraz w jakichś toksycznych myślach rozpędzałam, to tutaj taka forma pracy ułatwiała mi, że tak powiem, obudzenie się, wyjście po prostu na taką sensowniejszą drogę w myśleniu. □*

– *Początkowe zajęcia, z tego co mi się wydaje, służą temu, żeby zbliżyć grupę do siebie, żebyśmy potem mogli się otwierać i wspólnie rozmawiać. Natomiast to było drażniące, nie tylko dla mnie, bo parę osób o tym mówiło, czuli takie gry i zabawy dziecięce, z kontaktem fizycznym i to było drażniące, ten wstęp. □*

– *Na pewno bardzo mi przeszkadzało to, że dużą część tych zajęć zajmował taki trening interpersonalny, czyli (...) zabawy, które miały swój cel, ja to rozumiem, chodziło o to, żeby nas zgrać,*

jakoś nas ze sobą poznać, żeby nie było od razu, że na głęboką wodę i mów, co tam ci się wydarzyło w życiu. Więc ja z jednej strony rozumiem, wiem, że to było potrzebne (...), żeby się dobrze pracowało, ale no nie bawiłam się w tym fajnie (...) i dla mnie to też był przesyt. I grupa, wydaje mi się, też narzekała, że się ciągle bawimy, nic się nie dzieje takiego ważnego, a działa się, później się działo, że mieliśmy takie, te relacje głębokie. Więc jakby rozumiem, po co to było, ale fajnie się na tym nie bawiłam. Może kwestia tego, że byłam nastawiona na to, żeby coś zmienić, odkryć i w ogóle. Nie wiem. A może też zabawy mogły być bardziej integracyjne i wciągały, bo były też takie, były tańce integracyjne, nikt nie lubił tańców integracyjnych. Zawsze mówiliśmy (...) „tylko nie te tańce”. □

– [Osoby prowadzące – przyp. MJS] (...) się uzupełniały świetnie w tych rolach, w wprowadzeniu tej grupy, przynajmniej ja miałam takie poczucie. □

– *Ludzie bardzo mili, bardzo mili prowadzący, bardzo mili towarzysze tej grupy. (...) [Prowadzący – przyp. MJS] tworzyli dosyć zgrany duet, (...) w miarę spójnie to prowadzili we dwoje. (...) Mieli jakiś tam założony cel, który oni we dwoje realizowali. □*

– *Bardzo podobał mi się sposób, w jaki pani (...) [tu pada imię – przyp. MJS] prowadziła zajęcia. Natomiast pani (...) [tu pada imię – przyp. MJS], no już czułam pewien dystans, nie czułam się tak komfortowo, jak miałam się wypowiadać przy pani (...) [tu pada imię – przyp. MJS], to, no chyba sposób wypowiedzania się ma to trochę, przez który właśnie łapałam ten dystans. □*

– *Pani (...) [tu pada imię – przyp. MJS] i pani (...) [tu pada imię – przyp. MJS] były różne, jak każda dwójka ludzi były różne. Ja panią (...) [tu pada imię – przyp. MJS] odbierałam tak bardziej, wydawało mi się, że ona była taka bardziej otwarta, bardziej taka bezpośrednia, bardziej w jakiś sposób dostępna dla mnie osobiście, taka bardziej podobna do mnie, w jakiś sposób taka, tak często się uśmiechała, żartowała sobie. A pani (...) [tu pada imię – przyp. MJS] była dla mnie osobiście taka mniej dostępna, ja do jakiegoś czasu miałam taką barierę w stosunku do niej. (...) Pani (...) [tu pada imię – przyp. MJS] była bardziej stonowana i taka zachowawcza, ja ją tak odbierałam. I niektórym to bardziej odpowiadało. □*

– *No tutaj ta dobrowolność rzeczywiście jest dobra, że każdy, kto ma potrzebę (...) w danym dniu, opowiedzenia, wyjścia do grupy, to jest z jednej strony dobre, natomiast widać było przewagę pewnych osób, które się tam zgłaszały i przeważały jakoś na tych zajęciach. (...) Ja i niektóre [osoby – przyp. MJS] były bardziej takie skryte i chyba bardziej potrzebowaliśmy takiego bodźca, żeby ktoś wyszedł i nas wyciągnął, żebyśmy zaczęli coś mówić, może wtedy by te zajęcia więcej dały. □*

Uczestnicy pomiarów ankietowych poproszeni zostali o ocenienie sposobu realizacji zajęć na pięciopunktowej skali. Średnie arytmetyczne przybierały wartości od 4,5 (przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie umiejętności) do 5,0 (profesjonalne przygotowanie osób prowadzących); tabela 2. Najniższa wystawiona nota to 3, najwyższa – 5.

Tabela 2. Odpowiedzi na pytanie 3 „Jak ocenia Pan(i) zajęcia, w których brał(a) Pan(i) udział?”; skala od 1 (bardzo źle) do 5 (bardzo dobrze)

Kategorie oceny	N	Min.	Maks.	Średnia arytmetyczna
a) komunikatywność osób prowadzących	30	4	5	4,8
b) profesjonalne przygotowanie osób prowadzących	30	4	5	5,0
c) przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie wiedzy	30	3	5	4,3
d) przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie umiejętności	30	3	5	4,5
e) ogólna atrakcyjność zajęć	29	4	5	4,7

Spośród (30) ankietowanych 28 osób postulowało wprowadzenie jakichś modyfikacji. Najczęściej było to wydłużenie czasu zajęć (23 wskazania; tabela 3). Także w trakcie wywiadów pojawiły się takie opinie. Stwierdzano, że dzięki udziałowi w projekcie pomiędzy uczestnikami nawiązały się silne więzi, które umożliwiłyby dalszą, pogłębioną pracę. Ponadto, zaproponowano wprowadzenie wspólnych posiłków w trakcie przerwy obiadowej.

– *Jedyne co krytycznego mogę powiedzieć, to strasznie krótko trwały.*

– *No właśnie, ja też. (...)*

– *My się dopiero rozkręciliśmy.*

– *My się zintegrowaliśmy w pełni, coraz bardziej, jakoś tak blisko, mnie jest jakoś tak blisko z innymi i koniec. (...)*

– ***Czyli uważają Państwo, że te zajęcia powinny trwać znacznie dłużej?***

– *Tak, teraz jesteśmy blisko ze sobą, teraz można by było pracować coraz głębiej, głębiej, a nic nie ma.*

– *I się urywa. □*

– *One powinny rok trwać albo chociaż nie wiem, dla wszystkich były za krótkie, gdy już najbardziej byliśmy otwarci, by mówić o tych najtrudniejszych rzeczach, to one się już skończyły. I to zostawiało taki, z jednej strony fajnie było, z drugiej taki niesmak, że to nie jest odpowiedni moment, żeby zakończyć te warsztaty, więc ja uważam, że powinny być dużo dłuższe.* □

– *Z minusów to sobie myślę, że mogłyby być wspólne posiłki. Ta przerwa, co mieliśmy na warsztatach – godzinna, myślę, że jak byśmy razem sobie na sali zjadali jakiś zapewniony obiad, to myślę, że to by jeszcze bardziej nas integrowało, bo moim zdaniem też za krótki czas był. Bo jedni się oswajają szybciej, drudzy wolniej i ci, co się na koniec oswoili, to tak naprawdę mało z tego wzięli dla siebie.* □

Zwiększenie liczby ćwiczeń zaproponowało 7 ankietowanych, a po 6 osób zgłosiło uwagi do terminu zajęć i warunków lokalowych. Nikt nie postulował zmiany osób prowadzących.

Tabela 3. Zmiany proponowane przez respondentów (N=28)

Odpowiedzi uwzględnione w kafeterii	N*
Wydłużenie czasu zajęć	23
Większa liczba ćwiczeń	7
Termin zajęć	6
Warunki lokalowe	6
Zmniejszyć liczebność grupy	5
Wyposażenie sal	2
Skrócenie czasu zajęć	0
Mniejsza liczba ćwiczeń	0
Osoby prowadzące	0
Zwiększyć liczebność grupy	0
Materiały wykorzystywane w trakcie zajęć	0
Inne	1

* Łączna liczba odpowiedzi jest większa niż liczba osób postulujących zmiany, gdyż badani mogli wskazać więcej niż jeden punkt z listy.

Efekty zajęć w ocenie uczestników

Uczestnicy wywiadów relacjonowali, że dzięki zajęciom lepiej poznali siebie, szczególnie w kontekście znaczenia, jakie dla ich postawy miało wychowywanie się w rodzinach z problemem alkoholowym. Mówiono o zmianie (poszerzeniu) perspektywy postrzegania siebie w relacji do innych osób (szczególnie członków rodzin pochodzenia). Respondenci stwierdzali, że zaobserwowali, iż wzrosła ich gotowość do konfrontowania się z problemami, mającymi źródło w przeszłości (redukcja lęków), pewność siebie, poczucie własnej wartości. Poprawiły się umiejętności, dotyczące asertywności, komunikacyjne. Mówiono, że udział w projekcie sprawił, iż nauczyli się reagować na sytuacje trudne w konstruktywny sposób. Obserwowane zmiany miały – zdaniem pytanym – pozytywne przełożenie na kształtowanie relacji z najbliższymi oraz z osobami z dalszego otoczenia społecznego.

Część badanych, w chwili realizacji badań odroczonej, czyli pół roku po zakończeniu projektu, utrzymywała relacje towarzyskie z członkami grup. Były to zarówno kontakty *face to face*, jak i za pośrednictwem internetowych portali społecznościowych oraz mediów elektronicznych.

Jak to już sygnalizowałem, dwóch badanych oceniło, że proces rekrutacji był niewłaściwy, wskutek czego zajęcia nie odpowiadały ich potrzebom. Zdaniem tych respondentów to niedopasowanie skutkowało tym, że udział w projekcie nie przyniósł żadnych efektów (ocena dokonana pół roku po zakończeniu oddziaływań).

– Bardziej świadomie do lęków się podchodzi. Jakieś bardziej racjonalne, te, które się odczuwało, są mniejsze. Większa szansa, znaczy większa gotowość do zderzenia się z tym, co nas spotkało. To wartościowe jest tak.

– Do życia, bycia, niebania się.

– To dało jakąś taką siłę. Ja się dowiedziałam, że niektóre cechy nie są genetycznie uwarunkowane.

– Mi to pasowało, że (...) mi pokazały jakiś inny sposób patrzenia na wiele spraw. I to były jakby informacje od tutaj nas zgromadzonych i od prowadzących, w ogóle same te sytuacje nagle się pojawiały i były stwarzane przez nas. (...)

– Tak, ja chciałbym powiedzieć, że warsztaty mi dały, nauczyły nas takiego sposobu rozwiązywania problemów, jak np. nie ma pod ręką naszych prowadzących. Takie no, pokazywały nam sposoby, (...) taki tok myślenia, który powinien być taki racjonalny, a nie wpadaniem w pułapkę. Żeby część rzeczy, które się da, tutaj przepracować, ale też dać nam wskazówki na to, jak sobie radzić bez nich, tak. Żebyśmy nie zostały takie samiuskie.

– Każdego dnia to się sprawdza.

Ale ma Pani jakiś taki konkretny przykład? (...)

– (...) To była taka moja praca, która była pierwszą taką pracą i miałam okazję sobie porozmawiać z moją mamą (...), następnego dnia odbyłam taką właśnie rozmowę z moją (...) mamą i mi bardzo to pomogło, że ja to sobie tak przetrenowałam, że jakieś różne wersje miałam dostępne tego, co się może wydarzyć, że wiedziałam, co mogę powiedzieć. Wiedziałam, że mogę powiedzieć to, co chciałam, i to mi bardzo pomogło i też w naszej relacji trochę się zmieniło po tym. Tak że jak najbardziej. (...)

– Ja mam też. To, nad czym pracowałam w grupie, wykorzystałam w swojej relacji z chłopakiem i nadal wykorzystuję. Co więcej, rzecz, nad którą nie pracowałam, też się poprawiła. U mnie się po prostu zadziały rzeczy poza moją świadomością, więc jak najbardziej, tak namacalnie. (...)

– Jeśli chodzi o mnie samą, to wszystko, co się zadziało ze mną, to mnie utwierdziło w jakichś takich, może w tym, że moja droga, jaką sobie staram się kroczyć, to jest właśnie ta, i to wyszło w każdej mojej pracy, praktycznie ta sama sprawa. Jestem teraz przekonana absolutnie, więc tak. (...)

– Staram się codziennie, tak i próbuję sobie inną metodę (...). Na pewno wpłynęło, to na pewno wpływa, no bo inaczej się wszystko postrzega. Tutaj są przerabiane scenki. Można jakby domyślać się, co może się wydarzyć. No wiadomo, że nie zawsze jakiś scenariusz jest, ale można się np. (...) bać, starać albo stwierdzić, że jest to potrzebne albo, że nie ma to sensu, no bardzo dużo. A potem to się wszystko przekłada na relacje, nawet na sposób rozmowy albo postrzegania, albo (...) szacunek albo brak szacunku. Na wszystko się jakby przekłada to. Nie tylko na rodziców, tylko jakoś tak na wszystkich. To zwiększa poczucie własnej wartości, no jakoś tak. Te warsztaty też uczyły zachowania się (...) w stresie, czy żeby bronić siebie. No to się wykorzystuje za każdym razem, codziennie, w każdej rozmowie, nie wiem, w każdym pomyśleniu.

– Tego, co mi dały, jest bardzo dużo. (...) Pomogły mi inaczej spojrzeć na mojego ojca, spojrzeć na siebie i zobaczyć coś, czego nie widziałam w sobie. Stwierdzić, że nie chcę tego zmieniać i to też jest bardzo cenne i to chyba tyle z takich ważniejszych. (...)

– Jeśli dla mnie, to mi pokazały, że ja wcale nie mam obowiązku się tymi rodzicami dogadać, nie muszę. Zwłaszcza, że tylko ja się staram z nimi dogadać, oni ze mną nie. I też pierwszy raz usłyszałam, że to oni sfrajzerzyli, a nie, że ja jestem jakaś „nie taka” i to jest dla mnie bardzo cenne. (...)

– Co mi dały? Możliwość pracy w grupie, możliwość mówienia swoich uczuć. Nieoceniania. Nie wiem, czas dla siebie. Dużo mi dały. Postrzeżenie siebie inaczej i rodziców, jak mnie skrzywdzili. (...)

– Ja też dużo rzeczy. Znaczący na początku było dużo tej integracji, że trzeba było się nauczyć brać. Myślę, że się nauczyłam, naprawdę, brać. Bardzo dużo wzięłam dla siebie z tych zajęć. Też jestem w szoku, ile czasu ja pracowałam na tych zajęciach, bo jakoś tak w życiu nigdy tak się nie zachowywałam, że potrafiłam dla siebie wziąć i tu, i tu, i tu, i jeszcze, i znowu dla siebie, a autentycznie trochę egocentrycznie się zachowałam, że miałam trochę takie wątpliwości, ale mam z tego takie realne korzyści. Właśnie z moją rodziną, z postrzeganiem siebie, że nieocenione, naprawdę. (...)

– Te zajęcia dały mi bardzo dużo, przede wszystkim, myślę, taką siłę. (...) Poszerzyły takie moje pole, taką przestrzeń, na której ja mogę coś rzeczywiście robić. Nie jestem bezradnym dzieckiem, mogę działać. Też zmieniły moje, może nie relacje jeszcze, z moimi rodzicami, ale właśnie samo patrzenie na to, co między nami. Też jakieś takie nowe możliwości, mnóstwo nowych możliwości nagle. Nie „muszę” tylko (...) „mogę” to na sto innych sposobów i każdy, z którym ja się zgadzam, jest dobry. To jest takie poszerzenie pola widzenia.

– A co mi dały warsztaty? Pogodziłam się z losem, tym co był, dowiedziałam się, że powinnam żyć dalej, chcieć żyć dalej, i że mogę żyć dalej i się tym cieszyć, zwyczajnie się cieszyć.

– Mi też dały dużo (...). No wiadomo, pewność siebie. Taka świadomość tego, że jak nie na taki sposób to na inny i taka wytrwałość. Dużo też takiego spojrzenia realnego na siebie. Nie zafiksowania się na tych swoich problemach i w ogóle „świat jest be” i ja „jestem be”, tylko takie jakby otwarcie oczu na wiele rzeczy. To jest bardzo cenne. (...)

– Dla mnie osobiście wpłynęło to na moje relacje z (...) rodzicami i też ze zmarłym tatą, z którym zakończyłam proces pożegnania i super się z tym czuję, że już to jest zamknięte. Co jeszcze? Pierwszy raz w życiu poczułam, jak to jest oddać odpowiedzialność na inne osoby i świetne to było uczucie i się nic nie stało, tak, mimo że to nie ja ogarniałam, tylko kto inny. To chyba wszystko. □

– Przede wszystkim dużo zmieniły te warsztaty we mnie, bo to były takie dosyć głębokie warsztaty i psychologiczne. (...) Przede wszystkim to był dla mnie taki czas, kiedy przychodziłam tam, przedstawiało mi się myślenie totalnie, na myślenie o sobie, mogłam się skupić bardziej na sobie, popatrzeć, co ja robię w życiu, że większość to robię automatycznie i ja wcale nie chcę tak robić, więc to było takie, brakuje mi słowa, takie olśnienie takie. To był czas takich olśnień i to było dla mnie wartościowe, na pewno. I też, też takie relacje w tej grupie, bo one były bardzo, rozmawialiśmy na poważne, nie raz bardzo ciężkie tematy i te relacje były głębsze. Ja nigdy wcześniej nie miałam z ludźmi takich głębszych relacji. Także podczas tych warsztatów tak się otworzyłam na ludzi i tak naprawdę poczułam, co to znaczy taka głębsza relacja z drugim człowiekiem. I to było bardzo fajne. (...) To znaczy (...) zaczęłam patrzeć tak bardziej krytycznie jakby na to, co się wokół mnie dzieje, na to co się działo w mojej rodzinie, nie tak, tylko po prostu z boku tak jakby. Nie tak bardzo emocjonalnie, potrafiłam się od tego jakoś odgradzić w jakiś sposób i zacząć patrzeć inaczej. (...) Teraz mam, mam właśnie z ludźmi zupełnie inne relacje, takie bardzo bliskie i teraz jest tak, że nie boję się wchodzić w takie relacje. Wcześniej to wydawało mi się niemożliwe, żeby tyle z ludźmi rozmawiać, mówić im aż takie rzeczy, a teraz jestem taka bardziej otwarta i nawet osobom, które dopiero poznaję, jestem w stanie powiedzieć różne rzeczy, których wcześniej nie powiedziałabym nawet sama sobie. I to jest takie bardzo pozytywne. □

– Utrzymujemy do teraz kontakt. Spotykamy się raz na miesiąc, czasem raz na dwa [miesiące – przyp. MJS]. Mamy grupę na Facebooku.

– (...) **Towarzysko się Państwo teraz spotykają, czy też jest to jakaś grupa wsparcia?**

– Nie, towarzysko. (...) Z tym, że nie wszyscy (...). Bo (...) dwie, czy trzy osoby tak nie za bardzo się chcą spotykać, ale reszta a i owszem. □

– Spotykaliśmy się, kilka razy nam się udało spotkać taką większą grupą. (...) I taki bliższy, częstszy kontakt utrzymuję z jedną osobą. □

– Zajęcia były dużo pomocne i nie tylko dla mnie, bo spotkałam się też z osobami, z którymi uczestniczyliśmy, bo nawiązały się też przyjaźnie, ja tak naprawdę jestem tutaj sama, bo rodzinę mam poza Warszawą i powiem szczerze, że dalej się przyjaźnię.

– **Czy te przyjaźnie trwają dotychczas?**

– Tak. Jedną mam taką koleżankę, z którą się często widuję i u niej też widzę efekty. U siebie, u niej. Naprawdę. □

– Same zajęcia wywoływały bardzo dużo emocji, dawały dużo do myślenia, z perspektywy czasu, teraz, nie wpłynęły jakby w ogóle. Nie zmieniło się nic. □

– **A czy te zajęcia Pani cokolwiek dały? Czy też raczej nie?**

– Bardzo dobre pytanie. Czy mi coś te zajęcia dały? Były strasznie męczące psychicznie, (...) wywlekanie tych brudów... Po tych dwóch godzinach bodajże, czy tam trzech, to człowiek był tak zmęczony psychicznie, że już... Czy mi coś dały? I tak, i nie. (...) Zaczęłam się bardziej przejmować swoją rodziną, ale koniec końców doszłam do wniosku, że to była (...) strata czasu (...) jak dla mnie. □

Wszyscy ankietowani udzielili twierdzącej odpowiedzi na pytanie „Czy w trakcie zajęć zdobył(a) Pan(i) jakieś nowe umiejętności lub wiadomości?”. Najczęściej wskazywano na docenianie własnej wartości (27 odpowiedzi, tabela 4). Większość pytanych uznała, że uczestnictwo w programie wiązało się z poznaniem osobistych ograniczeń (22 wskazania) i możliwości (19 badanych). „Formułowanie celów i potrzeb” zaznaczyło 19 osób, a zmiany dotyczące komunikacji – 11. Co trzeci ankietowany był zdania, że poprawił kompetencje z zakresu asertywności, a 8 pytanych odnotowało zmiany dotyczące zasad współpracy z innymi. Pozostałe uwzględnione w badaniu możliwości wybierało nie więcej niż 5 osób.

Badani zostali poproszeni o podsumowującą ocenę, w jakim stopniu spełnili swoje oczekiwania związane z uczestnictwem w zajęciach, na siedmiostopniowej skali od 0 („w ogóle”) do 6 („całkowicie”). Najniższa wystawiona nota to 3 („w średnim stopniu”), najwyższa – 6. Średnia arytmetyczna – 4,7.

Tabela 4. Wiedza i umiejętności zdobyte w trakcie zajęć (N=30)

Odpowiedzi uwzględnione w kafeterii	N*
Docenianie własnej wartości	27
Poznanie osobistych ograniczeń	22
Poznanie osobistych możliwości	19
Formułowanie celów i potrzeb	19
Komunikacja	11
Asertywność – umiejętność wyznaczania granic w relacjach z innymi	10
Zasady współpracy z innymi	8
Negocjacje, rozwiązywanie konfliktów	5
Wyrwałość w działaniu (realizacji celów)	5
Wiedza lub umiejętności zawodowe	1
Inne	2

* Łączna liczba odpowiedzi jest większa niż liczba respondentów, gdyż badani mogli wskazać więcej niż jeden punkt z listy.

Podsumowanie i wnioski

Relacjonowane przez badanych sposoby rekrutacji do programu można podzielić na dwie kategorie. Pierwsza odnosi się do pozytywnych doświadczeń, dotyczących udziału w projektach Fundacji CEL. Obejmuje ona zarówno rekomendacje udzielane respondentom przez znajomych i członków rodzin, jak i korzystanie przez badanych z oferty Fundacji. Druga dotyczy sytuacji, w których respondenci używali ogólnie dostępnych źródeł informacji (np. Internet) i rekomendacji osób z dalszego otoczenia społecznego (np. pracownicy uczelni). Szczególnie pierwsza z wymienionych kategorii wskazuje **na dobrą opinię (markę), jaką posiada Fundacja w środowisku (potencjalnych) beneficjentów.**

Opisywane w ankietach powody udziału to przede wszystkim: rozwiązywanie problemów osobistych i rozwój, samopoznanie i doskonalenie relacji interpersonalnych (z rodzicami, partnerami życiowymi itp.). **Wskazywane przez badanych motywy generalnie wpisują się w cele ewaluowanego projektu.**

Wszyscy uczestnicy badań jakościowych stwierdzili, że przed przystąpieniem do projektu brali udział (niekiedy kilkakrotnie) w konsultacjach indywidualnych, prowadzonych przez członków zespołu trenerów. Relacjonowali, że celem tych rozmów była wstępna diagnoza i rekomendacja udziału w odpowiednich programach Fundacji (bądź podjęcie innych działań). **Część respondentów podkreślała znaczenie konsultacji dla lepszego zrozumienia własnej sytuacji (problemu, potrzeb).** Mówiono także, że osoby przeprowadzające rozmowy dostarczyły im wyczerpujących informacji na temat programu. Jednak dwóch badanych było odmiennego zdania, uważali, że bądź to dokonano błędnej oceny ich sytuacji, bądź to zbyt pobieżnie opisano cele programu i sposób ich realizacji. **Te uwagi krytyczne mogą świadczyć o tym, że w przypadku tych osób proces rekrutacji nie spełnił właściwie funkcji selekcyjnej.**

Sposób realizacji zajęć, generalnie, został wysoko oceniony przez uczestników badań jakościowych i ilościowych (średnie arytmetyczne ocen, dokonywanych na pięciostopniowej skali, przyjmowały – w zależności od ewaluowanego aspektu warsztatów – wartości od 4,3 do 5,0). Trenerzy postrzegani byli jako profesjonalisci, o dużych kompetencjach interpersonalnych i wiedzy, angażujący się w pracę. Uwagi krytyczne pojawiły się niemal wyłącznie w wypowiedziach osób, które wcześniej stwierdziły, że w ich przypadku popełniono błędy rekrutacyjne. Ceniono elastyczne podejście do przebiegu

spotkań – dostosowywanie szczegółowych scenariuszy do aktualnych potrzeb odbiorców. Mówiono, że w grupach udało się stworzyć atmosferę bezpieczeństwa, opartą na silnych więziach pomiędzy uczestnikami, co warunkowało możliwość pracy – realizacji celów programu. W tym kontekście zgłaszano postulat wydłużenia czasu zajęć (23 osoby na 30 ankietowanych). Uczestnicy wywiadów stwierdzali, że udało im się osiągnąć wysoki stopień integracji, który pozwalałby na realizację dalszych „kroków ku zmianie”. Wydaje się, że organizując kolejne edycje projektu warto rozważyć ten postulat. **Być może zasadnym byłoby zwiększenie liczby godzin zajęć w celu pogłębienia osiąganych efektów lub zwiększenia zakresu oddziaływania programu (dodanie nowych zadań). Innym wyjściem może być rozbudowanie projektu o kolejną część, realizowaną jakiś czas po zakończeniu zasadniczego cyklu spotkań.**

Relacjonowane przez respondentów zmiany, zaobserwowane wskutek udziału w programie odnosiły się zarówno do sfery intrapsychicznej, jak i relacji interpersonalnych. Badani stwierdzali, że w większym stopniu docenili własną wartość, lepiej poznali swoje ograniczenia i możliwości, szczególnie w kontekście zjawisk, mających źródło w zaburzeniach procesów socjalizacyjnych w rodzinach pochodzenia. Poprawiły się ich umiejętności z zakresu komunikacji, wzrosła asertywność. Jednym z efektów spotkań było nawiązanie przyjaźni z niektórymi spośród uczestników zajęć, powstanie grup towarzyskich. **Uogólniając, wskazywane przez badanych rezultaty były zgodne z celami projektu.** W dwóch przypadkach respondenci zadeklarowali, że nie dostrzegają efektów udziału w programie. Wydaje się jednak, że opinie te wynikały, tak jak to już zaznaczyłem powyżej, nie tyle z błędów merytorycznych czy realizacyjnych, ile z nieodpowiednio przeprowadzonego procesu rekrutacji.

Aneks – kwestionariusz ankiety

ANKIETA

Ankieta, o wypełnienie której Pana(ią) prosimy ma na celu poznanie opinii uczestników szkoleń i warsztatów prowadzonych przez Fundację C.E.L. Ankieta ta ma charakter anonimowy i jej celem **nie** jest ocena konkretnych osób, a Pana(i) odpowiedzi posłużą do utworzenia zbiorczych zestawień statystycznych.

1. Z jakich powodów wziął/wzięła Pan(i) udział w tych zajęciach?

(Prosimy zaznaczyć dowolną liczbę odpowiedzi poprzez zakreślenie kółkiem właściwego numeru)

- | | |
|---|---|
| 1. Lepsze poznanie siebie | 6. Doskonalenie wiedzy lub umiejętności pomocnych w kształtowaniu relacji z innymi ludźmi (spoza rodziny) |
| 2. Rozwój osobisty | 7. Zdobywanie wiedzy lub umiejętności przydatnych w rozwiązywaniu problemów osobistych |
| 3. Doskonalenie wiedzy lub umiejętności pomocnych w wychowywaniu dzieci | 8. Doskonalenie kompetencji zawodowych |
| 4. Doskonalenie wiedzy lub umiejętności pomocnych w kształtowaniu relacji z małżonkiem (życiowym partnerem lub partnerką) | 9. Skierowanie, oddelegowanie (np. przez przełożonych) |
| 5. Doskonalenie wiedzy lub umiejętności pomocnych w kształtowaniu relacji z rodzicami | 10. Inne powody, prosimy wpisać..... |

2. Czy w trakcie zajęć zdobył(a) Pan(i) jakieś nowe umiejętności lub wiadomości?

1. **Tak** – prosimy wskazać je na liście poniżej ↓

- I. Poznanie osobistych możliwości
- II. Poznanie osobistych ograniczeń
- III. Asertywność – umiejętność wyznaczania granic w relacjach z innymi
- IV. Docenianie własnej wartości
- V. Formułowanie celów i potrzeb
- VI. Komunikacja
- VII. Negocjacje, rozwiązywanie konfliktów
- VIII. Zasady współpracy z innymi
- IX. Wiedza lub umiejętności zawodowe – prosimy wpisać jakie.....
- X. Wytrwałość w działaniu (realizacji celów)
- XI. Inne, prosimy wpisać.....

2. **Nie**

3. Jak ocenia Pan(i) zajęcia, w których brał(a) Pan(i) udział?

Odpowiedzi prosimy zaznaczyć na skali, gdzie 1 oznacza „bardzo źle”, zaś 5 „bardzo dobrze”.

W każdej linijce należy zaznaczyć kółkiem jedną cyfrę

a) komunikatywność osób prowadzących	1	2	3	4	5
b) profesjonalne przygotowanie osób prowadzących	1	2	3	4	5
c) przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie wiedzy	1	2	3	4	5
d) przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie umiejętności	1	2	3	4	5
e) ogólna atrakcyjność zajęć	1	2	3	4	5

4. W jakim stopniu spełnił(a) Pan(i) swoje oczekiwania związane z uczestnictwem w zajęciach?

(Prosimy wskazać odpowiedź poprzez zakreślenie kółkiem właściwego numeru)

0	1	2	3	4	5	6
W ogóle	W bardzo małym	W małym	W średnim	W dużym	W bardzo dużym	Całkowicie

5. Gdyby istniała taka możliwość, to czy zmienił(a)by Pan(i) coś w tych zajęciach?

1. **Tak** – na liście poniżej prosimy wskazać co należałoby zmienić

- I. Termin zajęć
- II. Wydłużenie czasu zajęć
- III. Skrócenie czasu zajęć
- IV. Większa liczba ćwiczeń
- V. Mniejsza liczba ćwiczeń
- VI. Osoby prowadzące
- VII. Zmniejszyć liczebność grupy
- VIII. Zwiększyć liczebność grupy
- IX. Warunki lokalowe
- X. Wyposażenie sal
- XI. Materiały wykorzystywane w trakcie zajęć
- XII. Inne (prosimy wpisać)

*W tym miejscu można wpisać uwagi, propozycje,
sugestie itp.*

2. **Nie**

Na koniec prosimy jeszcze o podanie kilku informacji o sobie. Przypominamy, że są one objęte tajemnicą, anonimowe i posłużą nam wyłącznie do obliczeń statystycznych.

6. Jakie ma Pan(i) wykształcenie?

- | | |
|-----------------------------|------------------------------------|
| 1) niepełne podstawowe | 8) student bez dyplomu licencjata |
| 2) podstawowe | 9) student z dyplomem licencjata |
| 3) gimnazjalne | 10) niepełne wyższe |
| 4) zasadnicze zawodowe | 11) wyższe licencjackie |
| 5) niepełne średnie | 12) wyższe magisterskie |
| 6) średnie | 13) tytuł naukowy (doktor i wyżej) |
| 7) pomaturalne (policealne) | |

7. Prosimy o określenie Pana(i) sytuacji zawodowej

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1) emerytura lub renta | 7) nauczyciel, pedagog |
| 2) student, uczeń | 8) kierownik, menager, wyższy urzędnik |
| 3) niezatrudniony/a | 9) technik, wyspecjalizowany pracownik |
| 4) prywatny przedsiębiorca | 10) pracownik niższego szczebla (usługi, administracja) |
| 5) rolnik | 11) robotnik, pracownik fizyczny |
| 6) wolny zawód, specjalista | 12) inne |

8. Prosimy o określenie płci poprzez zakreślenie kółkiem odpowiedniego numeru.

1. kobieta 2. mężczyzna

9. Prosimy podać swój rok urodzenia:

Bardzo dziękujemy za poświęcenie czasu i wypełnienie ankiety!