

# Kontrakt doradczy

Ks. dr. Artur Aleksiejuk



# Definicja

- **Kontrakt** to rodzaj umowy między klientem a doradcą, podkreślający świadome uczestnictwo obydwu stron w jej zawieraniu.
- Po nawiązaniu kontaktu z klientem i wstępnych ustaleniach (diagnostycznych) zwykle podejmuje się ostateczną decyzję co do nawiązania relacji doradczej.
- Doradca i klient umawiają się co do celów doradztwa, form pracy, warunków współpracy i miejsca terapii, terminów spotkań a nawet reagowania w sytuacjach kryzysowych dla podopiecznego.



- Moment wspólnego dokonywania ustaleń nie zawsze daje się wyraźnie wyodrębnić z szeregu przygotowań do rozpoczęcia doradztwa.
- Każdy proces powinien być jednak realizowana na mocy zawartego kontraktu.
- Ustalenie granic pozwoli zarówno doradcy jak i podopiecznemu na utrzymanie właściwych relacji podczas pracy.
- Kontrakt chroni zarówno klienta, jak i doradcę.

# Treść kontraktu

Kontrakt doradczy zwykle określa:

- Planowany czas trwania konsultacji;
- Strony kontraktu;
- Formy pracy;
- Cele doradztwa;
- Miejsce doradztwa;
- Częstotliwość i długość spotkań;
- Warunki odwoływania spotkań;



- Sposoby komunikowania się pomiędzy spotkaniami;
- Możliwość włączenia do procesu doradztwa innych osób, np. lekarza, partnera, rodzica, nauczyciela;
- Procedurę reagowania w sytuacjach kryzysowych;
- Wskazania w zakresie psychoedukacji;
- Informacje na temat opłaty i sposobu jej dokonywania.

# Reżim pracy doradcy

- Spotkania odbywają się nie rzadziej niż raz w tygodniu, w określonym dniu i godzinie.
- Spotkanie trwa określona liczbą minut, zaczyna się i kończy punktualnie;
- W razie spóźnienia, nie przedłuża się czasu spotkania.
- W szczególnych okolicznościach, za zgodą doradcy, można przenieść sesję na inny dzień tygodnia.



# „Przymierze doradcze”

- „Przymierze” zakłada, że klientowi i doradcy chodzi o to samo.
- Zadaniem klienta jest zrozumienie samego siebie i swojej historii życia. „Dlaczego czuję się właśnie tak? Dlaczego określone sytuacje przeżywam w taki akurat sposób? Jaki to ma związek z moimi wcześniejszymi doświadczeniami? Jak mogę to zmienić?”
- Rolą doradcy nie jest doradzanie, lecz pomoc klientowi w zrozumieniu samego siebie, towarzyszenie mu „tu i teraz”, praca nad motywacją do zmiany.

- Oczywiście nie można zadekretować zaufania do doradcy, bo zaufanie jest czymś, co się buduje w relacji.
- Niektórzy klienci potrzebują dużo czasu, aby zaufać doradcy i się otworzyć, więc pośpiech nie jest tutaj wskazany.
- Im większa szczerłość i otwartość, tym lepszych efektów można się spodziewać.
- Bardzo ważne jest, aby mówić w czasie spotkania to, co przychodzi do głowy, bez cenzurowania, czy jest to mądre, czy głupie, ważne czy nieważne, na temat, czy nie na temat. Jeżeli pojawia się właśnie teraz, na pewno ma to swoje istotne znaczenie.



- Szczególnie ważne jest, aby mówić o trudnych uczuciach rodzących się w relacji doradczej.
- Niezwykły charakter relacji doradczej powoduje, że klient może w niej doświadczać bolesnych uczuć, których źródła tkwią we wcześniejszych związkach w jego życiu („przeniesienie”).
- Mogą też być związane z realnym zachowaniem doradcy, na przykład gdy klient poczuje się niezrozumiany, skrytykowany czy odrzucony, czuje żal, złość lub zazdrość do doradcy, lub inne nieprzyjemne uczucia, o których niełatwo jest mówić.

- Równie trudno jest mówić o zakochaniu się i kierowaniu potrzeb do terapeuty, które także zdarza się w relacji terapeutycznej.
- Przemilczanie i nie wyrażanie trudnych uczuć zaburza przymierze terapeutyczne i może prowadzić do przedwczesnego i niesatysfakcjonującego zakończenia terapii („wypadnięcia”).
- Klient traci wówczas nie tylko swój czas, ale też zainwestowane uczucia i nadzieję. Niezwykle ważne jest, aby negatywne uczucia były omawiane, a nie wyrażane poprzez spóźnienia, nieobecności itp.



# Zakończenie doradztwa

- Dobre zakończenie doradztwa zachodzi wtedy, gdy zarówno klient, jak i doradca mają poczucie, że klient zrealizował swoje cele.
- Może się jednak zdarzyć, że klient chce zakończyć terapię wcześniej.
- Bywa tak, że - jego zdaniem - poprawa jest na tyle zadowalająca, że klient nie ma już potrzeby dalszego rozwoju. Trzeba to uszanować.
- Bywa także, iż pacjent porzuca terapię w obliczu jakichś swoich wewnętrznych trudności. W tym przypadku mogą pojawiać się negatywne uczucia do doradcy. Często omówienie tych trudności powoduje, że udaje się im zaradzić i klient może dalej korzystać z doradztwa.

# Wakacje i urlopy

- Doradca powinien planować swoje przerwy wakacyjne i urlopy i informować o ich terminie klientów, z którymi pozostaje w relacji doradczej.
- Czasami klienci planują swoje urlopy biorąc pod uwagę plany wakacyjne lub urlopowe doradcy.
- Jeśli doradcy zdarzy się odwołać spotkanie z powodu przyczyny nagłej, wówczas termin kolejnego spotkania powinien pozostać bez zmiany. Niewskazane jest umawianie się z klientem w innym terminie na zasadzie „odpracowania” konsultacji.



# Tajemnica

- Wszystko, o czym rozmawiamy podczas spotkania, objęte jest tajemnicą.
- Jeżeli klient nie wyrazi zgody, to doradca nie powinien przekazywać informacji nawet członkom rodziny.
- Dlatego kwestie komu doradca może przekazać informacje o kliencie, szczególnie w sytuacji kryzysowej, powinny być sporządzone w formie pisemnej i zawarte w kontrakcie.
- Czasem w przebiegu terapii ważny jest kontakt z osobami trzecimi. Wówczas klient musi wyrazić na to zgodę i to, co zostało „głośno powiedziane” powinno być spisane bądź nagrane.
- Dyskrecja nie obowiązuje klienta i może on mówić o konsultacjach co chce i komu chce.

# Superwizja i cele doradztwa

- Wskazane jest praca doradcza była poddawana szeroko rozumianej superwizji, czyli konsultacji z zespołem lub superwizorem, aby czegoś nie przeoczyć i wykluczyć ewentualne zakłócenia w pracy.
- Przy zawieraniu umowy bierze się pod uwagę przede wszystkim korzyści dla przebiegu procesu doradczego po uwzględnieniu paradygmatu, w jakim pracuje doradca i preferencji klienta.
- Cele doradztwa wynikają z przyjmowanej przez doradcę koncepcji antropologicznej.



- Cel może być ujęty jako przywrócenie klientowi zdolności do rozwoju, poprzez zwiększenie samodzielności i motywacji, zdolności do funkcjonowania w życiu społecznym, zawodowym, a także w podejmowaniu decyzji.
- Kontrakt może zawierać jedynie ogólną charakterystykę celu doradztwa oraz możliwość stopniowego dookreślenia go w miarę postępów i coraz lepszego rozeznania w problemach klienta.

- Trzeba pamiętać, że klient z reguły formułuje własne oczekiwania w sposób odmienny niż terapeuta.
- Niektórzy beneficjenci pragną dla siebie tego, co w istocie jest głębszą formą patologii funkcjonowania albo oczekują, że pod wpływem terapii zmieni się coś lub ktoś z zewnątrz, ale nie on sam. Zdarza się, że klienci źle lokują źródło swoich problemów, nie chcąc pracować nad sobą.
- Cel sformułowany przez doradcę nie wyzwala potrzebnej determinacji u klienta do realizowania założeń kontraktu terapeutycznego. Dlatego ważne jest włączenie go w proces.



# Znaczenie kontraktu

- Formalna strona kontraktu doradczego jest zróżnicowana.
- Ustalenia między doradcą a klientem mogą mieć postać zwykłej umowy ustnej i nie są jakimś specjalnie wyodrębnionym etapem w pracy procesie doradczym.
- Niektóre kontrakty przyjmują charakter pisemnego dokumentu, podkreślającego odpowiedzialność, świadomość dokonywanych wyborów i podejmowanych decyzji.
- Czasami podpisanie kontraktu przez strony odbywa się w sposób bardzo ceremonialny, by zwrócić uwagę na rangę zawieranej umowy i wzajemne zobowiązania.

- Myśląc o stronach kontraktu, przywołuje się osobę doradcy i klienta. W rzeczywistości jednak kontrakt doradczy uwzględnia więcej uczestników, np. rodziców, opiekunów, którzy przyszedli do doradcy z powodu problemów wychowawczych z nastolatkiem, nauczycieli, współmałżonka, przyjaciela, lekarza itp.
- Warto pamiętać, że klient zawiera nie tylko umowę z doradcą, ale może się zdarzyć, że także z reprezentowaną przez niego instytucją, np. szpitalem, przychodnią, szkołą, itp.



- Poprawnie zawarty kontrakt pozwala na wyeliminowanie wszystkich źródeł zakłóceń w procesie doradczym.
- Kontrakt porządkuje dodatkowo wzajemne oczekiwania stron co do pracy doradczej, zapewnia kontrolę nad przebiegiem procesu, oraz daje poczucie bezpieczeństwa, które przekłada się na wzrost motywacji klienta do zmiany i aktywizacji.
- Czynności podjęte w trakcie zawierania kontraktu, np. analiza motywacji klienta do wejścia w relację doradczą, wspólne definiowanie przez klienta i doradcę celu konsultacji, dyskusje nad metodami pracy, stanowią istotny element pracy doradczej.

Jeżeli po kilku spotkaniach uda nam się doprowadzić do końcowych ustaleń i zawrzeć kontrakt wówczas w każdej sytuacji, kiedy mamy do czynienia z przekroczeniem granic po którejś ze stron, możemy się do niego odnieść poprzez odczytanie konkretnego fragmentu i naprawieniu błędu.