

АРТ-РИТРИЙТ КАТО ФОРМАТ ЗА ФОРМУЛИРАНЕ НА ЦЕЛИ В ПРОФЕСИОНАЛНОТО РАЗВИТИЕ

доц. д-р Пепа Митева

pepa_miteva@abv.bg

Бургаски свободен университет

***Анотация:** Творческият формат „Арт-ритрийт“ насочва към една възможност за вземане на ефективни решения в природосъобразна среда, относно личностното и професионалното развитие. Ориентиран е към специалисти от помагащите професии, които се нуждаят от вътрешна мотивация за упражняване на избраната професия, както и за студанти, търсеци смисъл в обучението си в сферата на хуманитаристиката. Препоръчително е събитието да бъде в съприкосновение с природата, където участниците могат да се обърнат към себе си и да формулират ясни цели.*

***Ключови думи:** ритрийт, арт-ритрийт, арт-коуч, психология, социална работа, университет, синьо развитие.*

Провокациите към съвременните специалисти в сферата на помагащите професии са многообразни, свързани с развитието на човешките отношения, променящите се ценности, начин на живот, потребности и възможности за динамична квалификация. Едва дипломирани, студентите са ангажирани да влязат в кариерната сфера и да реализират работа на терен, която в повечето случаи е „изненада, шок“ от първоначалните им очаквания за реалността. Критериите за добра професионална практика не винаги са достатъчно ясни. В нашата действителност, институциите работят тромаво, а хората все по-често се обръщат към консултант, който да съдейства в решаване на житейски казуси. Днешният човек е забързан, нетърпелив, понякога хаотичен в желанията си и очаква бързо да открива картини и решения в живота си, подобно на дигитална среда.

Днес е модерно да потърсиш консултация с психолог, социален работник, мотивационен консултант и ... какво става после? Първата среща предполага информация, опознаване, „разказ за себе си“ [2]. Провежда се въвеждащо или експертно интервю, което изисква да продължи с прецизна разработка на план за действие, насочен към конкретната личност и към конкретния случай. Ето тук, много често се усеща тревожността на консултиращия, който натоварен с безкрайни теории за човешкото поведение се затруднява да открие сред тях формула за успех, най-рационалния отговор, свързан с „тук и сега“. Тази реалност несъмнено буди напрежение и у специалиста и у клиента, тъй като и двамата търсят най-подходящия изход. За да сме адекватни и обективни в маниера на работа се изискват редица качества, умения и квалификации, разбира се, несъмнено и опит. Но, като начало – необходимо е да познаваме себе си.

Концепциите за самопознание ни препращат към множество максими, стимулират към търсене на отговори за качествата на личността и поведението ни от позициите на различни интерпретации и парадигми [1]. Остава въпросът: Познавам ли се-

бе си така, че когато застана „очи в очи“ с клиента да мога да бъда устойчив, да запазя самооценката си без колебания, личната граница и да мога да преодолеемо емоциите, които възникват при среща с различните хора-клиенти. Той-клиентът често се опитва да направи пробив на моите ценности и да ме разколебае в търсенето на отговори: Как да приема това? Мога ли да остана стабилен, безпристрастен, полезен?

Тези и много други въпроси навеждат идеята да се предложи алтернативна мини-програма при квалификация на бъдещи специалисти. Наред с академичното образование тя да провокира размисъл за себе си – за самооценката, ценностите, устойчивостта, която е необходима да застанем срещу живота и да партнираме в лабиринти. За подобни формати в хуманитарните специалности на университета, за реализиране на „личен опит“ в помагащите професии се заговори преди години, когато в институционален план бе необходимо придържане към стандартите на западните програми за работа с хора. Такава форма на обучение е необходима и задължителна – от една страна за придобиване на консултантска правоспособност, а от друга за реализиране на личен опит и самопознание.

За съжаление, все още академичните планове не притежават подобна гъвкавост. В същото време извънаудиторните форми за квалификация на кадри предлагат тези часове в рамките на петдесет часа личен опит и до известна степен компенсират трудността да се обърнем към себе си и да разберем повече за мотивите на поведението си, вече от гледна точка на професионалната роля.

В този смисъл, предложението за реализиране на мини-програма (Арт-ритрийт) в рамките на университетското обучение за бъдещи специалисти е коректно. То може да бъде приложено като „изнесена форма за квалификация“ за участници, които искат да повишат своята саморефлексия, да потърсят още стимули за практикуване на избраната професия, да открият многообразните аспекти на избора си и да научат още за себе си. Програмата може така да се структурира, че освен личен опит, през разнообразните техники участниците да обогатят и персоналния си запас от инструментариум за работа с хора – полезен и за собстената им практика. Подобен проект е апробиран частично през 90-те години на територията на Бургаски свободен университет, в сътрудничество с водещи университети у нас – СУ, ВТУ и др., в международен форум „Рибни“/”Темпус“. В продължение на три години професионалисти от различни европейски страни (България, Холандия, Великобритания и др.) споделяха опит в подготовката и дейността на социалните работници и консултанти. Придобитият опит от това интересно и полезно събитие даде възможност за самоанализ на ресурсите ни като специалисти. Подтикна способността ни да си сътрудним с другите сходни професии на територията на България и на европейската общност, да представяме случаи за супервизия. Събитието донесе изграждане на един по-прецизен професионален език, разширяване погледа за възможности на професията и зареди с увереност и самочувствие участниците.

В същото време взаимодействието на различни езици, опознаването на културни традиции, национални приоритети и законови съображения дадоха отправна точка за създаване на собствен поглед при работа с хора.

Едно полезно преобразяване на нашата система в подготовка на кадри за помагащите професии бе и изследването на собстен опит, резиланс и мотивация за работа с хора. И днес, подържането на устойчива мотивация на кадрите в изключително стресова среда в подобни институции е важен аспект от подготовката за професията.

Тези вътрешни подбуди за устойчиво развитие в избраната сфера на дейност могат да се закрепват не само с получаването на диплом, не само от уредената институ-

ционална среда. Значение придобива възможността да разбираме и съпребивяваме адекватно всяка една поднесена ни житейска ситуация и да сме удовлетворени от изхода – успяхме ли да „помогнем“ на клиента да открие реалните си потребности, да ги дефинира и да изгради цели за тяхното осъществяване?

Същата мотивация за **постигане на желаните цели** се очаква и от специалиста. Той изгражда умения за стратегическо формулиране и придържане към т.н. „умни цели“. Изисква се съобразяване с редица условия, за да може те да станат реалност. Това не може да се реализира все още с дигитални програми. Няма как да отворим устройство и то да ни разработи цели. Този процес е свързан не с умение да настроим системата на изкуствен интелект чрез програма, а да разкажем история, да вникнем във себе си, да задвижим „софтуера на ума си“ и така да постигнем осъзнаване и разбиране.

А, добрият слушател, който долавя детайли, нюанси в нашия вербален и невербален език е именно консултиращият – психолог, социален работник, педагог и др. Той съпребивява професионално, анализира, чете скрития смисъл на думите – различно е от образите, които изгражда едно виртуално пространство. Нека науката да постига предимства и възможности за „копи на човешкия ум“, нека благодарение на човека се разширяват и възможностите на изкуствените интелигентни системи. Нека и ние, хората, да развиваме и усъвършенстваме своите мисловни системи в посока на повече опит в общуването и за постигане на съвършенство!

Идеята на това донякъде емоционално изложение е прагматична, ориентирана да представи средство за взаимодействие на академичен, образователен и бизнес ресурс. Как да се обогати дизайнът на предлаганите програми за студенти, обучаващи се в хуманитарни специалности (конкретно в Бургаски свободен университет)? Възможност е, към учебната програма да бъде закрепено „предложение по избор“ към обучаемите да посетят „Арт-ритрийт, насочен към формулиране на цели за професионално развитие“.

Защо „Арт-ритрийт“? Форматът „Арт-ритрийт“ е подходящ за личностно израстване и професионална обратна връзка. Съчетава реални възможности в натурална, природосъобразна среда да се отключи размисъл за развитието, обучението, мотивация за реализацията. „*Заминаваш някъде и пристигаши в себе си*“ се оказва стимулиращ израз за размисъл в създаването на програма за „Арт-ритрийт“ [5].

„Арт-ритрийт“ е отдавна позната система, която обединява разнообразни техники, приложени в природна среда. Те провокират самопознание, възможност специалистът преди да пристъпи към реалната практика да надникне в себе си и да открие онези движещи сили, които ще го накарат да бъде уверен, целеустремен и устойчив по пътя, да накара себе си и останалите да бъдат „отвътре изправени“.

Арт-ритрийт може да има много лица и форми – важно е те да са фокусирани в изпълнима цел, а тя е стимулт да откликнем на професията с разбирането, че сме отговорни за себе си и за съдбата на другия, който се е осмелил да застане и да открие интимния свят на съдбата си.

Сред природата, по черноморието, участниците в организиран ритрийт могат да черпят от собствените си **ресурси**, да откриват причини, да се сблъскат със субличностите си и да съберат и изградят един образ окончателно убеден, че е избрал точно това, което ще го накара да изживява удовлетворение в практикуване на професията. Именно тази натурална среда може да релаксира, да стимулира въображението, да създаде интерес. В този контекст се споделя и разбирането на другите за личните и професионалните цели, взема се опит от тях, създава се нагласа в защитена среда да

получим обратна връзка и да презентираме себе си, тренира се спонтанност и креативност – все привилегии, заимствани от допир с ресурса на естествената среда.

Кой ще организира формата?

Университетската общност от преподаватели, практически ориентирани и заинтересовани от идеята за личностно развитие на студентите, личен опит и възможност за израстване в синхрон с теоретичната подготовка.

Кога, за кого и къде е подходящо да се реализира „Арт-ритрийт“?

В летен или зимен формат, за студенти/докторанти, които искат да споделят от своя опит и да си вземат опит от другите. Във „влажните зони“ в близост до урбанизирани територии, които дават живот на града; на брега на морето – места, където участниците могат да изградят свои проекти в еко среда, с помощта на мисловни модели и художествени средства, чрез наблюдение на жива природа и като стимулират сетивата си чрез природосъобразен начин на мислене.

Визията на „Арт-ритрийт“ като програма и съдържание

Програмата на събитието може да бъде изготвена стандартно, така, както се режисира обучително събитие. Включва се информацията относно точната дата и време, място, модули, развлечения и ангажираност на участниците, работни материали и препоръки. Целите на програмата са от значение, за да изградят съдържателност на събитието и мотивация за участие, както и да може да стимулират обективна обратна връзка и за организаторите. Ефектът и резултатите са неизменна част от една добра организация, но те идват и се измерват на по-късен етап, когато всеки един участник в групата ще отчете своята персонално разработена цел за личностно и професионално развитие. Събитието приключва със сертификат за квалификация с определен брой часове, който ангажира и дава перспектива.

Обучителният модул е изграден и от предварително разработени **методи и техники на работа** за изграждане на професионална мотивация и цели, личностно развитие. За ефективността на „Арт-ритрийт“ успешно могат да бъдат препоръчани методи, заимствани от арт-терапия, арт-педагогика, арт-коуч, синхронизирани с целите, например: „маскарад на нашите роли и субличности“, „еко терапия - ландшафт на целите и ландшафт-терапия“, „синематология“ – като предизвикателство на дигиталния човек, „мисловна карта на Тони Бюзан“, SWOT-анализ, Wellness-диагностика, „умната цел“ и др. [4]. Интерес за форума представлява техниката на „умните цели“ [4], която предполага съобразяване с основните компоненти в изграждането на цели, например, изискването те да са SMARTER:

S (Specific) – специфична /ясна

M (Measurable) – измерима

A (Accepted by you and/or others) – приета/разбрана/осъзната като лична

R (Realistic) – реалистична, позитивно ориентирана (какво точно искам)

T (Time-bound) – ориентирана във времето, с дефиниран краен срок

E (Enjoyable, Exciting) – вълнуваща (не винаги е възможно), „етична“ (ethical), екологична – да не носи вреда и негативни последици

R (Recorded) - записана на хартия (да създава мотивация+отговорност)

Идеята „Арт-ритрийт като формат за формулиране на цели в професионалното развитие“ е творчески проект, опит за синхрон с едно мащабно международно събитие, в което домакин е Бургаски свободен университет – „Международна научна

конференция СИНЯ ИКОНОМИКА И СИНЬО РАЗВИТИЕ“, 1-2 юни 2018 г., в рамките на т.н. European Maritime Day, Burgas 2018. И както се утвърди в една от водещите теми: „важно е да има стратегия и фокус на усилия и средства в различните области, като елемент от научната дипломация“ – реплика, която препраща и към разностранното от средства и формати с които да предизвикаме интересен интерес, желание за откриване на ресурси и развитие!

Използвана литература

1. Кови, Ст. Седемте навика на високоефективните хора. Сф, 1999.
2. Митева, П. Творчески подходи в кризисната интервенция. Сф., 2015.
3. <https://club.trainingacademy.bg/>
4. <https://www.novavizia.com/swot-analiz/>
5. <http://deviflow.com/kakvo-e-ritriyt/>