

**ФЕНОМЕНЪТ „РЕЗИЛИАНС”
КАТО РЕСУРС ЗА УСТОЙЧИВОСТ НА ПРОФЕСИОНАЛИСТА
В СОЦИАЛНО-ПСИХОЛОГИЧНОТО КОНСУЛТИРАНЕ**

доц. д-р Пепи Митева
Бургаски свободен университет

**THE PHENOMENON OF "RESILIENCE"
AS A RESOURCE OF SUSTAINABILITY FOR THE
PROFESSIONALS
IN THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL COUNSELING**

Assoc. Prof. Pepi Miteva, PhD
Burgas Free University

Abstract: *The questions posed by the phenomenon of „resilience” are professional and universal. „What is the force that drives people to overcome difficult situations and risks?” Or „How professionals can identify and trigger in others that force that provides meaning and faith?”. The report does not try to answer how the client finds different options for survival. Rather it discusses the mechanisms in the personality and behavior of the professional who provokes creative search and innovative approaches of resilience.*

Key words: *resilience, counseling, social work, psychology, crisis intervention, client.*

В последните десетилетия се регистрира активен интерес на науката по проблемите на резилианс. Едно революционно изследване на авторите Вернер и Смит (Werner, E.E. & Smith R.S. 2001) започва през 1954г. в Хавай. След опустошителни урагани бедствия, последствията за хората там са физическо унищожаване на 85 % от населението и бедност. Авторите поставят въпроса: „*Могат ли оцелелите деца да се справят със стреса, неблагоприятните условия на живот и психопатологията на родителите си?*”. Вернер и Смит изненадващо установяват, че много от децата, независимо от ужасяващите условия на живот и рискови фактори се чувстват сравнително добре. Изследването обхваща един жизнен цикъл на 698 броя деца, от момента на раждането (основно японци и голямо разнообразие от други етнически групи, бедни хора). Въвежда се употребата и на понятието „*еластичност на психиката*” (сравнено с куклата „Невеляшка”). Последователите на Вернер и Смит установяват, че основен източник на „еластичност на психиката” са както биологични, така и психологични фактори. Авторите наричат тези хора „уязвими, но непобедими” [8].

Това е само една предистория, която предизвиква различни въпроси. *Кои са онези качества и предпоставки, които водят до жизнестойчивост на човека в екстремни и рискови условия на живот?* Съвременната психология и социални науки търсят отговори в цялостния образ на човека – неговите устойчиви личностни характеристики, потенциал за приспособяване, съжителство с жизнени трудности [4]. Именно, устойчивостта на човека, поставен в екстремни условия, способността за промяна е гарантирало съществуването му.

Тези въпроси са особено актуални в годините на динамични промени и в сферата на социално-психологичното консултиране сред професионалистите работещи с хора. Акцент в настоящата тема са онези аспекти от феномена „резилианс“, (като професионално качество в социално-психологичното консултиране), които стимулират справяне, вземане на решения, креативност, която „спасява“!

Резилианс е „човешка реалност“, отразявана в художественото творчество, в духовните традиции. Като част от *надеждата* резилианс се вписва в очакванията за личността на 21 век, а именно иновативен, творчески. Ако разгледаме „Европейската рамка на ключови компетентности за учене през целия живот“ [вж 11], ще открием цитираните осем ключови компетентности, които целят обезпечаване на устойчиво развитие. Те са свързани с човешкия прогрес, активност и дързостта за промяна:

1. *Комуникативни умения на роден език.*
2. *Комуникативни умения на чужд език.*
3. *Математическа грамотност.*
4. *Дигитални компетентности (компютърни умения).*
5. *Умения за учене (самостоятелно) и информираност.*
6. *Граждански компетентности и общуване.*
7. *Предприемачество.*
8. *Творчество, култура, естетика, идеи.*

Идеята за промяна и развитие като синоним на „новия човек“ се свързва и със способността за себепознание, рефлексия, интелектуална компенсация на реалността – осмисляща както провалите, така и възхода. „Търсенето на смисъл“ е в основата още на кризисната интервенция и консултиране, парадигмите в психологията и сред акцентите на различни социални науки – там, където специалистите се нуждаят от информация, методическа подкрепа за подхода резилианс.

Тенденция в социалната сфера са не само практическо обучение, но и *изследователска дейност в областта на резилианс* (превантивна насоченост, хора и деца в риск, преживяване на травма, кризисна интервенция, групов и индивидуална работа с клиенти, координация на специалисти от различни области – лекари, полицаи, журналисти, родители).

В психологичната наука резилианс се свързва с устойчивост на личността, възстановяване, ново изграждане. Резилианс е различен за всеки един случай! След мащабното изследване на Вернер и Смит в по-глобален план следват: проект „*Методологически и контекстуални проблеми в изследване на детската жизнеспособност*“ (2002г.) в Канада; конференция, посветена на Резилианс (2006г.) отново в Канада; втора конференция в по жизнеспособност (2010г.). Сред най-популярните автори се нареждат имената на S.R.Madi, Kobasa (Hardiness Questionnaire), Д.А. Леонтьев, Бърнард с т.н. „*Модел на Бърнард (1996, 2004) за психична устойчивост на подрастващите*“ и др. В периода 2008-2011г. България също има принос в изследване на резилианс чрез проект на Институт по социални дейности и практики в София (ИСДП) и Фондация ОУК Швейцария. Проектът е финализиран с обучения на професионалисти в градовете Шумен, Пазарджик, София, Ст. Загора, Горна Оряховица, Плевен [3].

Семантиката на „*resilience*“ насочва към *латински произход (от глагола resilio)* „скачам, отскачам, избликвам. Известни са и тълкуванията от *френски език* – „устойчивост на удар“ (за физиката на тела) и от *руски* – „жизнестойчивост

(жизненост, разширена ефективност на човека). Утвърдено е английското значение на понятието – „устойчивост на характера“ или т.н. „hardiness“ – концепция, възникнала в теорията на Салвадор Мади, изследвал личностната регулация на стреса и творческия потенциал. Обобщено, резилианс се тълкува като „здраве, устойчивост, смелост“ [2].

Защо е необходимо притежанието на резилианс в социално-психологичното консултиране? Известен е фактът, че в края на 80-те години в Америка се утвърждава тенденция, огромен брой публикувани статии да съдържат формулировката „*деца и семейства в риск*“. Според автори като Бони Бенард „риск-фокусираното говорене“ е ориентир за професионалистите (по психология, социални науки, медицина) да виждат „нещата през дефицита“ – перспектива с блокаж към капацитета, което води до стереотипно мислене [вж 3]. Продължаващата и след 1994 г. тенденция към „проблематизиране“ на отделните случаи и утвърдените вече нагласи сред практикуващите води до необходимостта от търсене на подходи, които насочват към креативност, активност и търсене на смисъл. Двадесет и първи век бележи сериозен стимул за следване на модели, базирани на оценка за „силните страни на личността“, ресурси и способности, популярни все повече и сред професионалната литература за деца [вж 2, 7]. Аргументите в полза на резилианс в професионалната практика се свързват с редица твърдения:

- резилианс не е „нова техника, с възможност за общо въздействие“, а специфика при конкретни условия“ [2];
- резилианс е „човешка реалност“, отразявана в художественото творчество, в духовните традиции („способност за успешно развитие при големи трудности“);
- резилианс е метод на „силните страни в социалната практика и психология“ [12.];
- резилианс се вписва в очакванията за личността на 21 век – **иновативна, творческа, предприемаческа**;
- резилианс е идеята за „промяна и развитие“ – синоним на „новия човек“!

Психологическите качества на човека често се определят като *ресурси*, позволяващи „ефективни действия, преодоляване на стреса и справяне с житейските трудности“ [вж 7]. Именно такива ресурси се търсят в „клиента“ на социална услуга, но също и в практикуващия професионалист, който стимулира промяна.

Присъствието на резилианс в профила на консултанта е свързано най-общо с:

- индивидуално-психологически качества (характеристики и свойства на личността);
- социално-психологически качества (социална подкрепа, взаимосвързаност, социални навици и власт).

Кои конкретно са необходимите ресурси за консултиращия?

- *личностни* (адекватна самооценка, самоконтрол, самоефективност, оптимизъм, мотивация за постижение (креативност), способности за решаване на проблеми в трудни ситуации) и др. [6];
- *социални* (социална вграденост/включеност, жизнени ценности, увереност, доверие);
- *психологически* (когнитивни, психомоторни, емоционално-волеви);

- *професионални* (компетентност-умения-опит, необходими за решаване на задачи в трудни ситуации);
- *физически* (устойчивост/ толеранс при стрес);
- *материални* (задоволени базови потребности и обезпеченост).

Понятието, което се свързва с резилианс е „устойчивостта на характера” или т.н. „hardiness” (по Мадж). То изисква твърдост, решителност, сила на противодействието – интегративно качество, включващо в себе си три компонента:

1. Целева ориентация на човека; „включеност” (commitment); мотивация за реализация; лидерство; чувство на значимост; решаване на жизнени ситуации, независимо от трудностите.
2. *Контрол (вътрешен локус на контрол* – мислиш и постъпваш с възможност да „влияеш на хода на събитията” – различно от безпомощност и пасивност); способност да „господстваш над събитията”, да се противопоставяш над трудностите.
3. *Способност да приемаш предизвикателства* (challenge) – двигател на прогреса и личностното развитие (възприемаш събитията не като заплаха, а като възможност, като изпитание на личността (1).

Поставят се въпроси: *Как се формира личността „hardy”?* Вродено качество ли е или възможност за придобиване? В литературата са изброени няколко значими фактора, които определят „еластичността на психиката” и т.н. устойчивост:

- сблъсък с трудности в ранно детство;
- стимулиране на самостоятелно разрешаване на проблеми у децата, но и оказване на подкрепа от възрастните в трудни моменти;
- поощряване на *инициатива, предприемачество*, пред приоритетно развитие на когнитивни способности, въображение и преработка на адекватни съждения още в най-ранното детство [вж 2].

Усвояването на подобни качества води до идентификация, владение на темперамента и мобилизиране на силите, до умения за практическо преобразуване на проблемните ситуации.

Тези особености на феномена резилианс предизвикват интерес у практикуващите консултанти, които пряко се сблъскват с трудността да бъдат „освободени” потенциалните ресурси на уязвимите хора, да стимулират промяна и търсене на смисъл. Безспорно съществуват стандарти, практически модели и техники за добри практики, познати на специалистите в консултативната практика. В същото време са регистрирани и описани множество случаи при които човешкият живот и съществуване са поставени в „риск”, именно поради невъзможността тези практики да се приложат по най-успешния начин и да окажат въздействие.

Известно е още, че процесите могат да бъдат активизирани, „пробудени”, само ако има наличие на такава среда – подкрепяща творческа, иновативна. В този смисъл, устойчивост у клиента може да бъде създадена, стимулирана и подкрепяна едва когато тя съществува и се отразява в поведението и нагласата на консултанта.

Проучванията на литературата по проблема регистрира публикации, свързани с изследване за резилианс с фокус уязвими деца [9], общности, семейна институция [10], бизнеса, общността на педагозите [1]. Интересът към темата провокира търсене на възможност да се проучи наличие на резилианс сред професионалисти, работещи в соци-

ални институции – психолози, социални работници, рехабилитатори, консултанти на територията на гр. Бургас. Изследването предизвиква интереса и на съответните професионалисти и ръководителите на организации. Предстои публикуване на данни от такова изследване. Очакването ни е да се потърсят насоки за квалификация на професионалистите за по-широко приложение на резилианс подход в консултативната практика.

Литература

1. Володина, Т.В. Изследование жизнестойкости как интегральной характеристики личности педагога. Педагогични науки. УДК, 159.9.
2. Димитрова, Н. П., Я. Станева. Можем ли да направим децата по-устойчиви? Наръчник за родители. С., 2010.
3. Имена на резилианс: Изследване на случаи от социалната работа в България. Сдружение ИСДП с финансовата подкрепа на Фондация ОУК Швейцария (2008-2011).
4. К концепции жизнестойкости в психологии. Сибирская психология сегодня: Сб. научн. трудов. Вып. 2 / под ред. М.М.Горбатовой, А.В.Серого, М.С.Яницкого. Кемерово: Кузбассвузиздат, С. 82-90. 2004.
5. Логинова, М. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов. М., 2010.
6. Лактионова, А.И., А.В. Махнач. Факторы жизнеспособности девиантных подростков. в-к Адыгейского государственного университета. Майкоп, 2008 № 3 С-35-7.
7. Соловьева, С.Л. Ресурсы личности. Журнал Медицинская психология в России. СПб. 2010.
8. Werner E.E. & Smith. R.S. Journeys from childhood to midlife: riskq resilience, and recovery. Ithaca, NY: Cornati University press. 2001
9. <http://zateb.eu/index.php/article/details/191>
10. www.resilienceproject.org
11. www.keycompetenceskit.eu/res/Transferability