



Proiect „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

Resilience metodă de abordare a lucrului cu copii și adulți

1. Ce este Resilience?

În anii 1970 și 1980, activitatea de cercetare științifică privind dezvoltarea umană se concentrează pe factorii de risc care influențează și este asociată cu rezultate negative pentru clienți. De exemplu, un copil care crește într-un cartier urban, unde drogurile și violența fac parte din cotidian, se confruntă cu multiple pericole privind dezvoltarea sa. Cercetările arată că copiii care sunt traumatizați în copilărie (violență fizică sau sexuală, abandon, etc.) și au părinți, membri ai familiei care au devenit agresori în urma consumului de droguri și alcool, gradul de risc pentru dezvoltarea copilului este foarte mare. Cu toate acestea, există și o serie de studii care arată că nu toți copiii cu risc crescut de violență și traumă, au probleme de dezvoltare (Shulman, L.,2009).

Studiile arată de asemenea că nu există întotdeauna o legătură între evenimentele traumatizante din copilărie cu consecințe negative și tulburările comportamentale și psihologice la adulți. "Cu alte cuvinte, cercetările continue în ceea ce privește tratarea persoanelor cu experiențe traumatizante, arată că această capacitate este individuală și depinde de relația dintre persoană și ceilalți, sprijinul și apartenența la familie, comunitate, etc." (Petrova, N. 2014)

Această abilitate a oamenilor de a face față evenimentelor traumatice din viața lor se numește " Resilience "(capacitate de adaptare). Nu există o definiție general acceptată a Resilience în literatura științifică. Originea conceptului este controversată. Potrivit unor autori, termenul este împrumutat din limba engleză și reflectă capacitatea corpului, puterea caracterului, caracterizează rezistența la impact și se referă la fizica corpurilor, rezistența la om este tocmai capacitatea de a nu recupera, ci de a extrage energia din diverse procese.... *Definiția pragmatică este capacitatea unui individ sau a unui sistem de a se dezvolta și crește în condiții foarte dificile.*" (Petrova, N. 2014)

Teoria resilience și abordarea resilience în asistența profesională este definită ca fiind eclectică, în măsura în care această abordare nu urmărește în întregime aceleași paradigme sau concluzii, însă ia în considerare diferite concepte. Este o strânsă și vizibilă legătură a acestei abordări cu teoria afecțiunii, datorită analizei analoge și importanței relațiilor cu un adult semnificativ care se formează în copilăria timpurie și care sunt premise și condiții prealabile privind construirea și menținerea relațiilor, a relațiilor cu ceilalți și cu realitatea din jur. Școala cognitiv-comportamentală





Project „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

analizează resilience-ul persoanelor care suferă de stres și strategiile pe care le utilizează pentru a face față acestei situații. Școala psihanalitică analizează, de asemenea, resilience, privindu-l "ca ceva inerent" și ca pe "un centru pentru a face față dificultăților". (Petrova, N. 2014)

Cei mai mulți dintre teoreticieni se unesc în jurul definiției conform căreia resilience este abilitatea umană de a se confrunța, de a depăși și de a deveni mai puternică sau chiar de a se schimba, ca rezultat al dificultăților din viață. Toată lumea se confruntă cu acestea; nimeni nu este o excepție. În limba engleză, cuvântul Resilience reflectă puterea corpului, durabilitatea personajului. Cuvântul însuși are origine latină și înseamnă "a sări înapoi, săritură, înălțare". Folosindu-l în psihologie, dobândește un sens diferit, persistența personalității adăugând reînnoirea și reconstrucția sau abilitatea omului de a se dezvolta cu succes în mari dificultăți. Cu toate acestea, această abilitate nu este o caracteristică permanentă. Aceasta variază în funcție de condiții specifice și de diferite etape ale vieții persoanei.

Explicația pragmatică a resilience o reprezintă abilitatea unui individ sau a unui sistem social de a se dezvolta și a se dezvolta în condiții foarte dificile. O astfel de abilitate presupune:

- (1) prevenire și protecție, resilience
- (2) construire și
- (3) planificare în perspectivă.

Este construit printr-un proces de-a lungul vieții din interacțiunea dintre individ (sistemul social) și mediul său. În consecință, această capacitate variază în funcție de condițiile specifice și de etapele de viață. Nu este absolută niciodată. Nimic nu a fost vreodată câștigat, nimic nu s-a pierdut vreodată. Acesta este tocmai realismul și speranța de resilience.

Resilience-ul oamenilor, abilitatea de a face față loviturilor vieții și nu doar de a supraviețui, ci și de a se dezvolta și de a progresa, a fost identificată de profesorul Emmy Werner pe insula Maui. Ea efectuează un program de cercetare pe termen lung pentru a afla de ce unii copii care cresc în aceleași împrejurări devin dependenți de droguri, criminali sau bolnavi mintali, în timp ce alții se simt bine, reușesc să aibă





Project „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

succes în relațiile lor de lucru, sociale și emoționale. Despre acești copii spune "posedă resilience".

2. Esența abordării Resilience

Abordarea resilience combină cunoștințele despre persoanele care se descurcă și dezvoltă idei, concepte, cu intervențiile pentru a-i ajuta pe cei care nu o fac sau care riscă să nu facă.

Abordarea resilience este mai degrabă atitudine, înțelegere. Este un set de atitudini, valori, în centrul cărora este conceptul că capacitatea, abilitatea oamenilor de a face față este mai semnificativă decât presupunem, iar asistența are sarcina de a sprijini persoana să-și mobilizeze resursele și să facă față problemelor sale. Cu alții, în acordarea ajutorului, nu suntem interesați în primul rând de problemă, ci de resurse, de punctele forte ale persoanei. Acest lucru pare ușor, dar, de fapt, în domeniul activităților de ajutor, probabil și ca o manifestare a dominației așa-numitului model medical, suntem mult mai orientați spre găsim, înțelegere, pentru a diagnostica o problemă reală (boală) a persoanei cu care "lucrăm". În această abordare, presupunem în prealabil că oamenii se descurcă mai bine și dacă nu pot, nu se datorează "boli, problemei", cât neutilizării resurselor care există.

Resilience este un concept umanist, orientat pozitiv, bazat pe supraviețuire, durabilitate și coping, nu pe problemele, dificultățile și suferințele pe care acesta le provoacă. Mai mult, această abordare tratează suferința ca un factor de stingere, desigur nu a suferinței în sine, ci abilitatea ființei umane de a accepta suferința, de a "procesa" și de a-și continua viața.

Resilience ne permite să privim și să ne adresăm unei persoane care suferă o traumă severă, ca unei persoane, ființe umane și nu unei victime.

Nevoia de a sprijini *resilience-ul* individului, capacitatea generală de adaptare, ne face să o percepem ca pe un subiect care își construiește relația cu ceilalți, nu doar ca o victimă a violenței, ceea ce întâmplă adesea în practica de a ajuta a profesiilor conceptualizate de cultura tradițional-autoritar-patriarhală sau abordarea medicală care a pătruns în majoritatea școlilor teoretice și prin intermediul acestora în activitățile psihologilor, lucrătorilor sociali, educatorilor.





Project „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

Resilience nu este o nouă abordare a muncii, care poate fi utilizată doar de către profesioniștii care lucrează cu copii, ci un proces care poate fi gestionat de oricine dorește să ajute. În acest proces participarea activă este necesară pentru a lua copilul însuși. Acest lucru necesită o mare capacitate de a regândi și de a învăța lecții atât din eșecuri cât și din surprize plăcute.

Resilience este, de asemenea, o forță pentru profesioniștii care își schimbă modul de a le vedea pe celelalte și, prin urmare, metodele lor de lucru, poziționarea și extinderea practicii lor. Acest lucru duce la:

- Nu să vedeți doar problemele, ci să descoperiți și să mobilizați resursele;
- Descoperirea, dincolo de numeroasele probleme, a personalității, familiei;
- Nu luați în considerare doar simptomele - somatice sau psihice, ci personalitatea generală - fizicul și psihicul, deficiențele și calitățile, lipsurile și realizările;
- Să fie interesat de mediul înconjurător și sprijinul pe care îl poate oferi unei persoane care pare singură;
- Să reconsidere problemele în contextul social, economic și politic ... pentru o mai bună înțelegere și dorința de a rezolva - în ciclul vieții individuale și de familie, ceea ce le dă din nou înțeles;
- Să abandoneze ideea fatalismului, de ex. trecând prin generații sau printr-o predestinare care consideră că "totul este jucat" la o anumită vârstă sau ca urmare a unui eveniment, având în vedere posibilitățile de dezvoltare, deși ceea ce s-a întâmplat nu este șters;
- Înlocuiți previziunile pesimiste, judecățile negative, devalorizarea, uneori cinică, cu o speranță realistă;
- Să fie implementată în strânsă cooperare cu strategiile de dezvoltare reală corespunzătoare.

3. Mediul pentru evaluarea resilience

Cadrul prezintă trei niveluri de mediu care se regăsesc în factorii legați de resilience.

La aceste niveluri, profesioniștii pot avea evaluarea și gândesc cum să prevină traumatizarea copiilor. În cadrul acestui model, profesioniștii pot evalua resursele

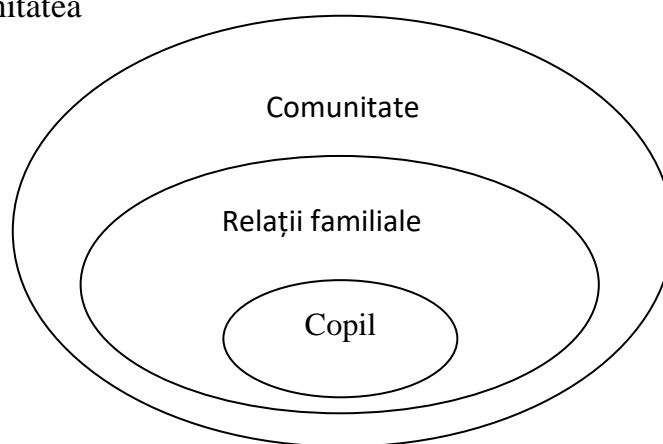




Project „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

disponibile pe care copilul le are la fiecare nivel. Figura de mai jos arată diferitele niveluri de resurse.

- În cercul cel mai intim - copilul (de exemplu, în lipsuri sau într-un mediu riscant)
- Relațiile de familie (pot fi, de asemenea, familii adoptive), de exemplu, printr-o comunicare sigură
- Comunitatea



Factorii defensivi care sunt asociați cu bunăstarea socială și emoțională de lungă durată se regăsesc la toate nivelurile mediului social al copiilor. Existența factorilor defensivi explică de ce un copil poate face față mai bine unei vieți dificile decât un alt copil.

Nivelul de resilience individual poate fi văzut ca o dimensiune a relației resilience - vulnerabilitate.

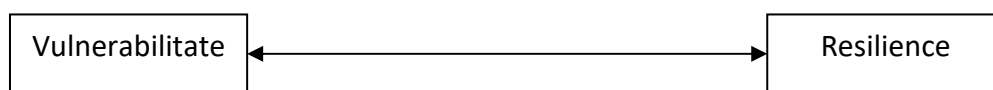


Fig. O dimensiune în care se poate depista resilience individual.

De cele mai multe ori această dimensiune se referă la calitățile inerente ale





Proiect „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

persoanei. Unii copii sunt mai rezistenți decât alții din cauza mai multor factori descriși mai târziu (Werner și Smith, 1992). De exemplu, caracterul "blând" este asociat cu sustenabilitatea în cea mai timpurie copilărie.

O altă dimensiune necesară pentru a înțelege diferențele dintre indivizi este aceea a mediilor de protecție și nefavorabile. Această dimensiune cuprinde factori diferiți și este, prin urmare, la nivelul mediului extern al familiei și al publicului larg. Exemple de factori defensivi sunt reprezentati de existența unui atașament și a prezenței membrilor familiei cu o susținere puternică.

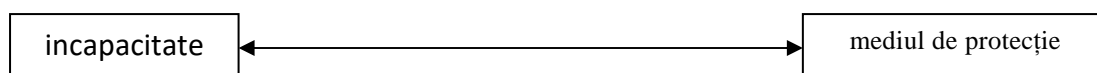


Fig. O dimensiune în care se pot găsi factorii resilience în jurul copilului.

Luată împreună, aceste dimensiuni formează un cadru pentru evaluarea factorilor negativi și pozitivi la toate nivelurile mediului socio-emoțional al copilului.

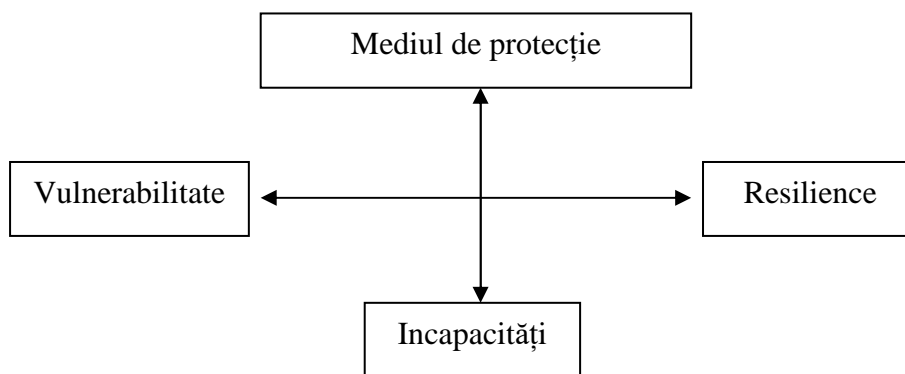


Fig. Cadrul de evaluare a factorilor de resilience

Ambele dimensiuni interacționează, creșterea factorilor de siguranță contribuie la creșterea rezistenței individuale a copilului. Evaluarea apărării potențiale la fiecare nivel de mediu va contribui la creșterea resilience.

Resilience este un subiect complex și este necesară o atenție deosebită. De exemplu, poate părea că un copil face față bine disconfortului, dar ascunde de fapt simptomele în sine (Luther 1991). Confruntarea la prima vedere nu poate fi acceptată în primul rând, însă este





Proiect „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

necesară o evaluare aprofundată.

Evaluarea resilience nu este o sarcină ușoară: o mare parte din cercetare a fost efectuată pe baza datelor din trecut. Cu toate acestea, există un număr de liste concepute pentru a măsura nivelul de resilience. De exemplu, Resilience International Project utilizează o listă simplă de 15 poziții care descriu resilience-ul copilului.

- Copilul are pe cineva care îl iubește complet (necondiționat).
- Copilul are o persoană mai în vârstă cunoscută cu care poate să-și împărtășească problemele și sentimentele.
- Copilul este încurajat să facă lucrurile singur.
- Copilul se poate baza pe familia sa în caz de nevoie.
- Copilul știe cu cine vrea să semene.
- Copilul crede că totul va fi bine.
- Copilul face lucruri frumoase care îi fac pe oameni să-l placă.
- Copilul crede în forțe inexplicabile pentru el.
- Copilul vrea să încerce lucruri noi.
- Copilului îi place să obțină rezultate bune în ceea ce face.
- Copilul crede că ceea ce face el este important pentru rezultatul final.
- Copilul se place.
- Copilul se poate concentra continuu asupra unei acțiuni specifice.
- Copilul are un simț al umorului.
- Copilul face planuri pentru viitor.

Deși există mulți factori referitori la resilience, există trei grupuri principale care formează un întreg (Gilligan 1997):

1. **Bază sigură** pentru care copilul simte apartenență și a simțit protecție.
2. **Stima de sine**, și anume simte nevoia de prezență și de competență
3. **Sentimentul propriilor abilități**, adică este conștient de controlul asupra lucrurilor și în același timp, își cunoaște punctele forte și limitările.





EUROPEAN UNION
EUROPEAN REGIONAL DEVELOPMENT FUND
INVESTING IN YOUR FUTURE!



GOVERNMENT OF ROMANIA



GOVERNMENT OF BULGARIA



FREE YOUTH CENTRE

Project „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

Datorită faptului că resilience este asociată cu efecte de lungă durată, aceasta poate fi folosită ca principiu de susținere pentru copiii care au devenit victime ale nedreptății sau neglijenței și care ar putea avea nevoie să crească într-un mediu non-familial (Gilligan 1997).

Resilience - capacitatea de a depăși adversitățile - poate fi văzută ca o calitate deosebită care trebuie promovată prin îngrijire și îndrumare și care trebuie să fie obiectivul principal al acestor îngrijiri.

Atunci când mediul familial al unui copil este încălcat în vreun fel, este corect să acordăm o atenție deosebită problemelor legate de atașament - fie pentru a sprijini copilul să trăiască acasă, fie pentru a asigura un mediu de creștere alternativ adecvat. Cu toate acestea, orice poate fi aranjat ca opțiune pentru îngrijirea copilului de la o zi la alta, se poate acorda atenție și promova resilience său. Această abordare ține seama de faptul că, deși nu este întotdeauna posibil să se protejeze copiii de viitoarele efecte negative, existența imposibilității de a oferi un mediu ideal pentru ei, sporirea resilience lor va crește șansele unui rezultat mai bun pe termen lung.

Abordarea bazată pe resilience se concentrează pe maximizarea probabilității unei dezvoltări mai bune a copilului prin construirea unei rețele de securitate în jurul acestuia. Acest concept oferă în mare măsură metode alternative de intervenție, concentrându-se pe găsirea unor zone potențial puternice în sistemul general al copilului. Nu s-au făcut încă suficiente cercetări privind consolidarea resilience ca măsură preliminară.

Oricare ar fi grija pentru un copil, această abordare oferă lucrătorilor sociali o șansă reală pentru o practică pozitivă. Acest lucru ne permite să ne îndepărtăm de ideea că părintele sau mediul alternativ pot oferi tot ceea ce are nevoie un copil. În schimb, se pune accentul pe construirea unei rețele, coloană vertebrală bazată pe resursele disponibile și cu ajutorul profesional atunci când este necesar. O atenție deosebită este acordată și dezvoltării unor zone potențiale de resilience ale copilului sau tânărului însuși, de exemplu, prin creșterea posibilităților de realizare prin hobby-uri, prin întâlniri cu prietenii, realizarea succesului, contribuția la diferite lucruri etc. Este important ca practicienii să aibă baza teoretică pentru a se asigura că prin aceste măsuri pot contribui la dezvoltarea copiilor, chiar dacă nu văd niciodată rezultatul în persoană. Această garanție vă ajută să evitați sentimentele de frustrare și insecuritate.



ROMANIA - BULGARIA



www.interregrobg.eu



Project „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

Domenii pentru posibila intervenție a profesioniștilor care doresc să construiască și să stimuleze resilience conform lui Stefan Vandensfeld:

- Un sistem informal de sprijin care în centru său formează o conexiune de acceptare necondiționată a copilului de cel puțin un adult semnificativ. Această acceptare este probabil baza pe care pot fi construite toate celelalte.
- Descoperirea sensului și a semnificației. Acest lucru se aplică vieții spirituale și religiei.
- Unele abilități sociale și abilități de rezolvare a problemelor; importanța controlului asupra a ceea ce se întâmplă în viață.
- Existența stimei de sine, unele percepții pozitive despre sine.
- Un simț al umorului.

Pentru fiecare zonă putem încerca să vedem:

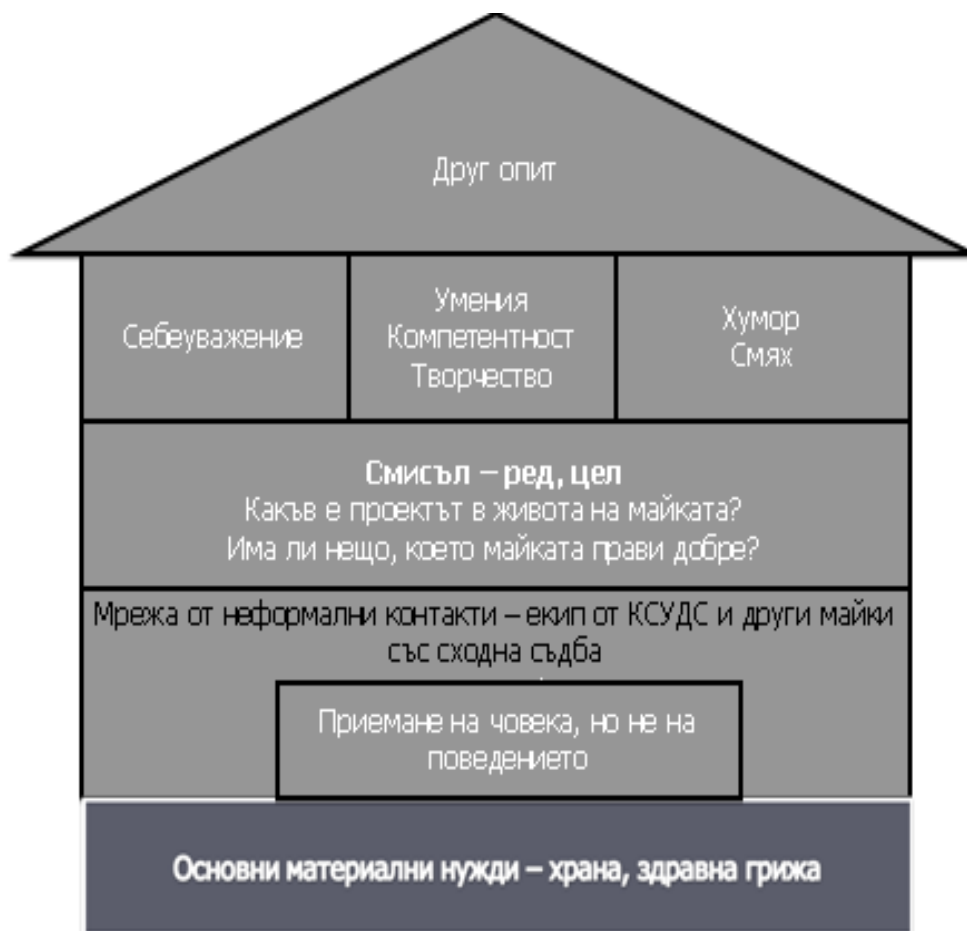
- Indiferent dacă și ce atitudine există față de copil, familie, mediu, există resurse disponibile în fiecare dintre aceste domenii? De exemplu, există ceva în mediul social al copilului care să-i dea sentimentul de a fi acceptat și iubit?
- Ce putem oferi pentru a stimula dezvoltarea în aceste domenii?
- Ce poate face copilul, ce poate face familia, ce poate face comunitatea? Ce pot face împreună? De exemplu, o anumită formă de exprimare artistică poate susține respectul de sine?

Acest lucru nu exclude, desigur, recurgerea la servicii specializate dacă acestea sunt cu adevărat necesare și pentru a asigura disponibilitatea sau posibilitatea unor astfel de servicii!





Project „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme



Prima zonă: mediul social și acceptarea necondiționată

Pentru mulți cercetători și oameni de la fața locului, acceptarea necondiționată a copilului ca persoană devine cea mai importantă contribuție la resilience-ul copilului. Acest lucru nu trebuie interpretat mecanic ca: “Dacă copilul este acceptat necondiționat ca persoană, atunci totul ar trebui să fie bine”. Copilul are nevoie de mult mai mult, dar pare a fi fundamentul pe care este construit. Se desprinde o întrebare înfricoșătoare la care încă nu trebuie să răspundem: ce faceți în cazul unui copil care a pierdut ocazia de a lua legătura cu alții?

Acceptarea necondiționată a copilului ca persoană nu înseamnă acceptarea comportamentului său. Poate fi opusul, deoarece acceptarea necondiționată a comportamentului este adesea un semn al indiferenței complete, exact opusul acceptării.





Project „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

Această acceptare necondiționată este descrisă în mai multe feluri: grija reală pentru copil, afecțiunea pentru copil, copilul se poate întoarce întotdeauna acasă indiferent de ce se întâmplă. La urma urmei, vorbim despre dragostea adevărată pentru copil, în sensul deplin al cuvântului. Din păcate, cuvântul dragoste este adesea limitat la sentimente sau legături sexuale. Dar dragostea adevărată este manifestarea minunată, dar provocatoare a acceptării necondiționate a persoanei, a primirii bune a unei persoane în viața noastră, ceva care încearcă din nou zi de zi, ceva foarte diferit de toate legăturile condiționale și funcționale impuse de societatea modernă. Este important să fim conștienți de posibila dezintegrare a acestor legături.

Dacă familia funcționează bine, va oferi o acceptare necondiționată membrilor săi. Acesta este unul dintre motivele pentru care familiile sunt atât de importante, dar și critic acuzate, deoarece mulți oameni au exact opusul experienței vieții de familie.

Prin urmare, programele și eforturile care ajută familiile, prietenii și legăturile informale să funcționeze mai bine fără a se îndrepta spre perfecțiune pot fi extrem de importante și pot preveni multe suferințe.

Al doilea domeniu: Abilitatea de a descoperi o anumită ordine, semnificație și sens în viață.

"Oamenii nu trăiesc doar cu pâine". Acest proverb conține multă înțelepciune. Se pare că avem nevoie de ceva înțeles și sens în viață, iar această necesitate nu este doar despre adulți sau despre intelectuali. Cuvântul "sens" este dificil de definit. Poate că putem descrie semnificația sensului ca o înțelegere profundă că există ceva pozitiv în viață - chiar și în ciuda unor experiențe rele - ceva de care aparținem și care ne poate da un angajament și o orientare în viață. Răspunsul la această nevoie importantă poate avea multe manifestări. De exemplu: a avea un scop mic și realizabil, descoperirea direcției și a ordinii, frumusețea, angajamentul față de alte forme diferite de credință religioasă.

Unii cercetători au găsit o legătură pozitivă între resilience și credința religioasă, care este o formă specială de descoperire a sensului. Este util să acordăm mai multă atenție acestei legături. De exemplu, abordarea cea mai fundamentalistă a religiei poate crea impresia de resilience până când este provocată drastic de experiența vieții. Confruntat cu o astfel de experiență de viață, se poate prăbuși. În plus, abordările fundamentaliste ale religiei ar putea proteja o persoană, dar fundamentalistul poate fi distructiv pentru o





Proiect „Regional Network for Social Cohesion“, Code: 16.5.2.001
Financed by the Interreg V-A Romania-Bulgaria Programme

altă persoană care nu împărtășește credința fundamentală. De exemplu, multe secte duc la excludere și violență și ne amestecă nevoia de orientare cu lipsa de respect față de conștiință.

Zona a treia: abilități diverse

Această zonă include dezvoltarea unei game largi de abilități sociale, abilități referitoare la rezolvarea problemelor, precum și unele abilități tehnice utile. Dacă am o abilitate care coincide cu situația în care sunt, o abilitate care mă ajută să rezolv o problemă cu care m-am întâlnit, atunci această abilitate contribuie la resilience-ul meu. Lista acestor abilități este aproape fără sfârșit. De exemplu: cum pot să mă conectez oamenii, cum pot controla reacțiile mele impulsive, cum pot cere ajutor sau clarificare, cum mă gândesc la o problemă, cum pot să folosesc vechea înțelepciune "gândeți înainte de a acționa", cum pot să mă liniștesc când sunt jignit... precum și învățarea diferitelor abilități profesionale cum ar fi tâmplăria și abilitățile de birou, conducerea unei autoutilitare, obținerea unui tutore bun sau a unui medic sau avocat etc.

Dar a avea astfel de abilități nu este suficient. Copilul trebuie să le poată folosi și să fie dispus să facă acest lucru. Copilul sau tânărul trebuie să simtă că el sau ea poate face diferența, oricât de mică ar fi aceasta. Copilul trebuie să simtă că "locul de control" se află în el sau în ea.

A patra zonă: stima de sine

Stima de sine este adesea menționată în ambele studii și pe oamenii de pe teren în legătură cu resilience. Ea se referă la domeniile deja examinate. Admiterea necondiționată a unei persoane (nu a vreunui comportament) va stimula stima de sine.

A cincea zonă: umor

Umorele este rar notat în cercetările privind resilience, dar este ușor recunoscut ca fiind foarte important de către oamenii de diferite culturi și chiar de unii specialiști în educație.

