

Социална работа с група при хора, преживели кризисни събития: от „транса“ към „решението“

Хенриета Илиева

Резюме: Статията е насочена към изясняване на същността на груповия процес при хора, преживели кризисни събития, породени от бедствени ситуации. Теоретичната рамка е в областта на социалната работа с индивиди, групи и общности. За целта кризата се дефинира в полето на преживяно бедствие, а не в личностен или житейски контекст. На тази основа се разглежда и травмата – като ефект от преживяно бедствено събитие, променило обичайния житейски сценарий, и механизмите за избягване на застиването в нея – „транс“. Проследяват се възможностите за намиране на решения и развитие на способностите на хора в периода след бедствената травма чрез включване в социална работа с група. В аналитичен план се изясняват пътища за възстановяване на групово равнище, елементите на груповия процес и някои техники и процедури, използвани в този процес.

Ключови думи: криза, бедствие, травма, социална работа с група, групов процес.

Social work with a group of humans, survivors of crisis events from „trance“ to „decision“

Henrieta Ilieva

Abstract: The article is aimed at clarifying the nature of the group process in humans experienced crisis events arising from disaster situations. The theoretical framework is in the field of social work with individuals, groups and communities. For this purpose, the crisis is defined in the field of experienced disaster, not in personality or life context. The trauma is also examined on this basis – as an effect of experienced disastrous event, changed the usual life scenario and mechanisms to avoid freezing in it – “trance”. The article follows the possibilities to find solutions and develop the abilities of people in post-disaster trauma through involvement in social work with the group. In the analytical plan, it clarifies the ways to restore the group level, the elements of group process and some techniques and procedures used in this process.

Keywords: crisis, disaster, trauma, social work with a group, group process.

През последните двадесет години в България и света се наблюдава постепенно повишаващ се интерес към социалнопсихологическите аспекти на бедствията. Съществуват специално разработени програми за обучение на членовете на помагащите екипи за оказване на първа психологична помощ и психосоциална подкрепа, както и провеждането на подкрепящи формати за възвръщане към ритъм на живот чрез социална работа с група. Оказването на

подкрепа има основно изискване – помагачите да познават добре основната теория за стреса, да различават житейска от бедствена криза, да разбират преживяването на травматичното събитие, да умеят да разпознават фазите на травматичната криза и на бедствията, да формират и провеждат специфични групови процедури и да насочват внимателно груповия процес към изграждане на стратегии за справяне с цел възстановяване (решение).

Бедствие, криза, травма, решение – изясняване на понятията

Според доклад на Световната здравна организация (СЗО, 2010) природните бедствия по целия свят през последните две десетилетия са причинили смъртта на над 7 милиона души, неблагоприятно са повлияли на живота на над 900 милиона и са причинили материални загуби за над 150 милиарда щатски долара. През този период първоначално се смята, че основните нужди на засегнатите са от подслон, храна, санитарни мерки и имунизации срещу епидемии. Социалнопсихологичните нужди на пострадалите излизат активно на преден план едва след 1990 г. и тогава привличат вниманието на академичните среди и на хуманитарните организации. До скоро социалнопсихологичните аспекти на бедствието и необходимостта от психосоциална подкрепа бяха силно подценявани в световен мащаб. За целите на настоящата статия ще конкретизираме в кратък обзор употребата на основните понятия в тази сфера.

Бедствие

Понятието „бедствие“ се свързва обикновено с голямо нещастие, което засяга много хора. Думата произлиза от латински – „astrum“, означаваща „звезда“ (Иванов, 1998). Употребата на думата се основава на чувството, което са имали древните, за огромно нещастие, напаст, което се е стоварило върху човечеството. В съвременния свят бедствие (природно или в резултат на човешка дейност) (земетресение, наводнение, пожари, урагани, суша и др.) е всяко събитие, засягащо общността или региона, което нарушава общественото функциониране

и представлява заплаха за живота, здравето и собствеността на индивидите. Тази дефиниция ще бъде използвана в настоящата статия.

Травматична криза

В Българският тълковен речник кризата е описана като „тежко преходно състояние, като повратна точка в развитието“ (Български тълковен речник, 2004, с. 310). Свързва се с остър недостиг на нещо, с влошаване на състоянието на индивидите. Травматичната криза често се разглежда в клиничното поле на посттравматичното стресово разстройство. Тя е психична криза по своята дълбока същност и не можем да я разглеждаме извън контекста на общото познание за кризата като понятие (Велкова, 1998). Травматичната криза се развива като реакция на кризисното събитие. За целите на настоящата статия и продължаващата изследователска работа на автора ще приемем частичната дефиниция на кризата – в тези случаи коментираме засегнатия индивид като жертва на външно провокирано насилие (страдание, загуба), което може да има преднамерен или непреднамерен характер и да бъде предизвикано от човешки или природен фактор. Травматичните събития с най-остро въздействие върху хората са: природни бедствия (когато са мащабни и променят значимо ежедневното житейско функциониране), промишлени аварии, значими трудови злополуки, актове на тероризъм, грабежи, нападения и улично насилие, насилие в дома и други застрашаващи преживявания. Всеки подложен на подобно събитие изпитва симптомите на психична криза, но с различна степен на интензивност и социална реакция. Хората могат да изразяват висока степен на психична устойчивост и мобилизация или паническо бягство и/или прекомерна активност. Възможно е и пълно вцепенение и неспособност за действие. Интензивността на преживяванията е най-силна в началото, след първоначалния шок, и постепенно намалява в процеса на преработка на случилото се, тъй като е вид ситуационна криза, за която е характерна висока степен на непредсказуемост на травматичното събитие. Тя е психична криза по своята дълбока същност и не

можем да я разглеждаме извън контекста на общото познание за кризата като понятие.

Травма

Според някои автори травмата е клинична, психологична и социална изява на индивидите, които са оцелели след траматично събитие (бедствие, война, мащабна катастрофа) (Айдуковиц, Д., 2012, с. 3). Подобен подход включва и посттравматичното разстройство, но то не е обект на настоящата статия и няма да се спираме подробно на него. Няма да ограничаваме разглежданата проблематика до клиничната област, защото за нас са значими стойността на традициите, мисленето, приоритетите на общностите и социалният контекст на преживяването на травмата. Влиянието на травмата върху социалното функциониране на индивидите е изключително значимо за развитието на различните населени места и често е изразено предимно в самоизолация, висок риск от разпадане на семейни връзки и затруднено изграждане на нов поведенчески модел, ориентиран към социално интегриране от нов тип. Невъзможността на хората да постигнат устойчивост, да изработят стратегии за справяне и адекватни поведенчески модели, често ги задържа за дълъг времеви период в „транс“ – миналото е свърх значимо и постоянно преживявано, като дава сериозен отпечатък на социалното функциониране на личността.

Решение

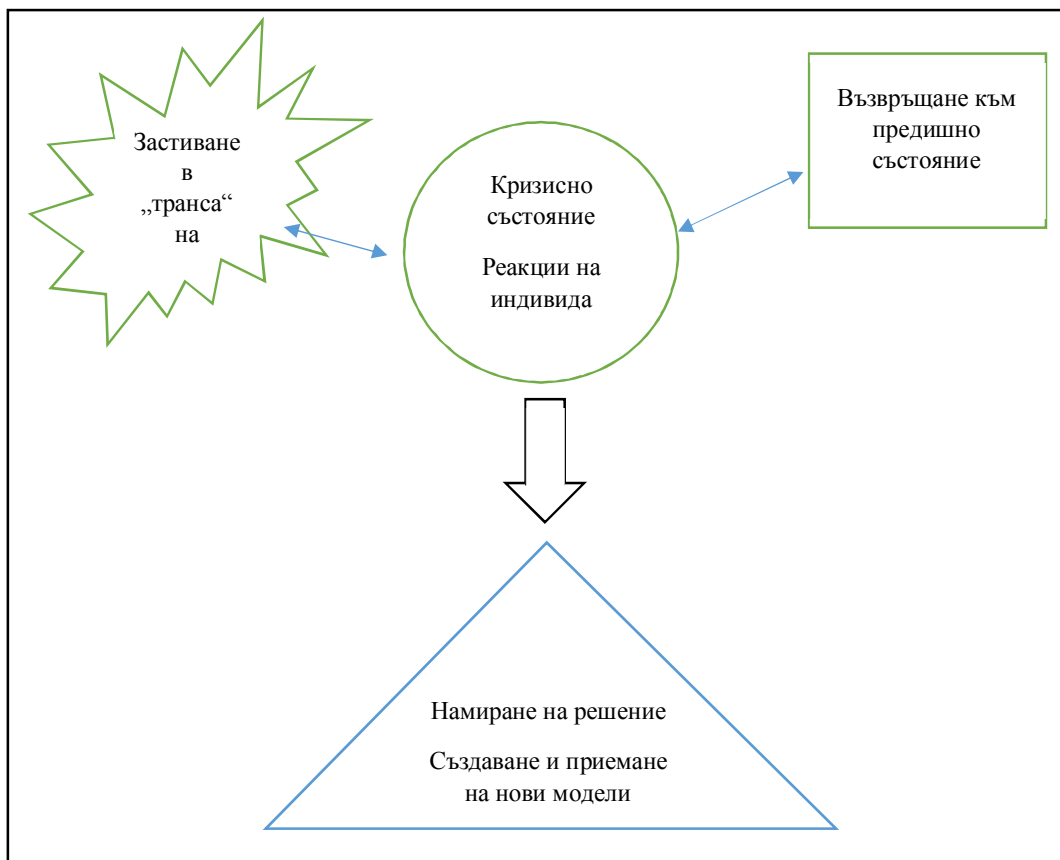
Според Българския тълковен речник (2004, с. 621) „решение“ е „решаване, намиране на отговор, разрешаване; постановление“. То се съпоставя със синонимите „намерение, воля за...“. Динамиката, която се съдържа в думата, символността на проактивност, която тя носи закодирана у себе си, ще бъде изходна точка в полето на използването ѝ в настоящата статия.

Състоянието на криза и съпътстващата го тревога са много болезнени. Това поставя естествени времеви ограничения на кризисното преживяване. Крайната тревога подтиква личността да търси начини за нейното редуциране до по-

поносими нива, колкото се може по-скоро. Опитът с хора в криза след преживяно бедствено събитие показва, че острото емоционално разстройство продължава от няколко дни до няколко седмици. Какво се случва с хората в криза, какви съзнателни или неосъзнати решения взимат те?

Възможни са няколко изхода:

Фигура 1. Кризисно състояние



В последните години някои автори (Юен, 2007; Айдуковиц, 2011; Дейвидсън, 2013; Bjork, 2015) задълбочено предлагат и доказват смисъла на търсенето на решение след бедствена травма в целенасоченото участие на индивидите в групови процеси с цел отреагиране, репетиране и утвърждаване на стратегии за справяне. Това позволява на хората, преживели бедствено събитие, да надградят индивидуалната форма на работа за справяне с травматичната

криза чрез включване в социална работа с група, да преживеят групов процес, да съизмерят състоянието си в този определен житейски отрязък и да направят, чрез подкрепата на групата, преход от „транса“ на кризата към решение да променят активно живота си.

Предикатно поле за реализация на групов процес

Начините на реагиране на травматичното събитие зависят от индивидуалните различия между хората по отношение на тяхната психична устойчивост и наличие на предишен опит в подобни ситуации. Същевременно изследователските резултати разкриват подобие в тези начини на реагиране от гледна точка на разгръщането им във времето като процес. През 1975 г. шведският психолог Йохан Колберг (Канушева, 1998) описва развитието на травматичната криза като последователност от четири фази:

А. Фаза на шока – отразява първичните реакции на пострадалия след случилото се травматично събитие. Наблюдава се чувството за обърканост, намалената способност за рационално мислене и поведение; често липсва контрол върху собствените чувства и емоции. Нарушава се възприятието за време и реалност. Промените в мисленето и емоциите невинаги са видими за външни лица – човек външно може да изглежда спокоен, овладян, но след разговор с него и по непохватните му, безуспешни действия да се разбере, че нещо не е наред. В други случаи реакциите на пострадалия могат да бъдат твърде очевидни за външния наблюдател и да варират между полюсите на апатия и свръхактивност, паника и/или „парализиран“ пострадал.

По време на тази остра фаза с индивидите се работи в индивидуален план: оказва се на място първа психологична помощ, действа се в мултиспециализирани екипи и целта е в рамките на неотложната безопасност и подслон.

Б. Фаза на реакциите – пострадалите започват да разбират какво се е случило. Те са грабвани от твърде болезнени, но естествени чувства и емоции: тревога, скръб, вина, омраза, радост, срам, яд. Доминират тревожните усещания,

преживяванията на скръб и вина. Те са изключително болезнени и слагат своя отпечатък върху всичко, което индивидът върши. Най-силни са, когато човек е сам и няма какво да прави: картините от станалото се възпроизвеждат отново и отново, но не в хронологичен ред, а като проблясъци, рамки на събитието, които имат заплашителен характер. Тези преживявания са особено ярки в нощните часове, когато индивидът има неспокоен сън, кошмари или се бори с безсънието си. Тогава тези чувства стават особено остри, а спомените – твърде болезнени. Тревогата, скръбта и вината дават своя отпечатък и по време на общуването на пострадалия с другите хора. Те пречат на способността му да се концентрира и да е внимателен към нещата от настоящето. Индивидът живее, потопен в реалността на миналото, опитвайки се да осъзнае в цялата значимост това, което му се е случило. Ако е загубил близък, той може да вижда неговия физически образ като реално присъствие, да чува неговия/нейния глас или стъпки. В резултат на тези мъчителни преживявания пострадалият достига до пълно изтощение, раздразнителност и уязвимост. Склонен е към пристъпи на гняв и може да бъде доведен до пълно отчаяние. Възможно е да изпитва телесни симптоми като стомашни болки или сърдечни смущения. Много от пострадалите правят несъзнателни опити за снемане на този огромен натиск и напрежение като бягат от своите чувства чрез механизмите на психична защита: изтласкване, изолация и регресия.

По време на тази фаза с индивидите продължава работата в индивидуален план, като постепенно се преминава от оказване на първа психологична помощ на терен към стартиране на психосоциална подкрепа. Осъществява се на практика в следните краткотрайни стъпки: грижа за първичните нужди на пострадалите, откриване и събиране на семейства и роднини, съседски групи, разпознаване на оцелелите и загиналите. Започва кратко, но ритмично събиране в малки групи от пострадали, за да се вентилират емоциите и се поставят кратки, но важни за оцелелите задачи, свързани със задоволяването на ежедневните нужди. Групата има свободен, отворен формат – обявява се, фиксира се час и място на провеждане и продължава до два часа. Много често в практиката това е началото

на същинската социалната работа с групи семейства, преживели кризисни събития. Реализацията на терен на психосоциалната подкрепа започва именно по този начин.

В. Фаза на преработка – след като пострадалият премине през фазата на реакция, той става по-способен да се освободи от порочния кръг на повтарящите се спомени и възпроизвеждащите се болезнени чувства. Започва да забелязва повече неща от настоящето, а бъдещето отново придобива значение за него. Мощните емоции бавно се оттеглят и пострадалият отново може да говори за това, което се е случило, без да е завладян от тях. В тази фаза, с помощта на околните, човек започва да преработва травматичния опит така, че той да не доминира повече в неговите дни и нощи. Преработката означава по-плътно доближаване до реалността на случилото се и осмислянето му във връзка с всички последици, които то има за човека.

Фазата на преработване е дълга – нейната продължителност средно е около шест месеца (Канушева, 1998). Тук има и една съпътстваща, почти паралелна подфаза – на възстановяване. Тя обединява фазите на реакция и преработка. Смисълът на това е по отношение на действията, които трябва да предприеме помагачият, за да подкрепи пострадалия в усилията му да преработи травматичното събитие.

Това е времето, в което започва и насърчаването на оцелелите да се включват в групи (обособяват се извънсемейни групи), да работят в подкрепяща среда за преработка на травмата и бавно, внимателно настоящето и бъдещето да придобиват очертания. Тук стартира по-широк, конструиран внимателно групов процес, който не се ограничава в кратък времеви период, а е разположен във времето, като всеки етап от него е съобразен със случващото се с индивида през всяка фаза на травматичните реакции.

Г. Фаза на преориентация – тя идва след успешното излизане от фазата на преработване на кризата. За нея е характерно, че индивидът вече може да си припомни събитието и да подрежда различните негови компоненти, без да се отдръпва, изчервява или трепери. Травматичният опит е оставил своите следи, но

човек е способен да го използва като отправна точка, да го разглежда като възможност за израстване и развитите. Дори ако събитието е свързано с физически травми или загуба на близки хора, личността все още има какво да очаква и да придобива от живота. Независимо от понесените рани и чувството на загуба, той е възможно да се чувства по-силен сега, защото има повече опит и се чувства по-подготвен да посреща предизвикателствата на бъдещето. Индивидите продължават работата си в група, преминават през специфични техники за отработване на случилото се, започва същинското „репетиране“ на нови поведенчески модели, които стават основа за усвояване и прилагане на стратегии за справяне.

Същност на социалната работа с група като процес на помагане при хора, преживели кризи

Психосоциалните последствия върху функционирането на индивиди, семейства, общности след преживяно бедствие или друга масова катастрофа/кризисно събитие са изключително обширни, дълбоки, добре документиран в литературата. Научните анализи за силата на посттравматичното стресово разстройство, депресията, изолацията или агресивността като промяна в поведението и социалното функциониране на оцелелите са основа за развитие на съвременни модели, техники и препоръки за провеждането на разнообразни индивидуални и групови интервенции с цел преодоляването на негативните последици. Няма да се спираме в тази статия върху подобен обзор, нито ще анализираме дълбоко характеристиките на оцеляващите, спецификата на индивидуалната работа с тях, смисъла на кризисната интервенция и други елементи на мерките за подкрепа, но ще използваме тези основи, за да изведем същностни характеристики на груповия процес като метод за реконструиране на личността, за преминаване от „транса“ към решението.

В литературата, в полето на социалната работа, групата е „съюз на индивиди, които имат потребност един от друг в различна степен за съвместна работа върху няколко сходни проблема“ (Шулман, Шварц, 1994). Тя е

своеобразна система за взаимна помощ. Хора, преживели и оцелели заедно в критична ситуация, образуват подобна система и постепенно преминават от психологическите аспекти на бедственото изживяване към структуриране на социално значими стратегии за бъдещо функциониране. В контекста на социалната работа те са специални клиенти със специални потребности. Взаимната помощ е акцент, изключително значим в тези групи на „заедност“, тъй като само преживелите знаят най-добре какво чувстват – за себе си и за другите до тях. Водещият на групата владее и прилага всички необходими характеристики, свързани с емпатийност, разбиране, топлина и грижа, но дълбоката същност на „преживяното заедно“ е необходимо да се реформатира като „помощ заедно“ от самите участници. Процесите на осъзнаване, разпознаване на травмата и у другите, преходът от индивидуална към групова работа, акцентът върху социалното включване и ориентацията към бъдещето са стълбовете на конструирането на социалната работа с група от хора, преживели кризисни събития. Тя се разпознава в обема от интервенции като базисен начин за осъществяване на помагача дейност. Груповата ангажираност отразява силни алтруистични мотиви: да се помага на другите хора или включването в хуманитарни дейности, възстановителни техники, развитие от самопомощ към помощ за другите и др. Това е в съответствие с взаимния алтруизъм (Linden, Rotter, Baumann, 2003) като една от най-силните социални норми, от която хората черпят самоуважение. Осъзнаването на самоуважението, лимитирането и изчистването на вината на оцелелия, радостта да помогнеш на другия до теб в обхвата на груповия процес са базисни основни на изграждането и функционирането на стратегии за справяне и реално преминаване от транса към решението.

При социалната работа с група вниманието е насочено към самата група като цяло, като миниобщност, и към конкретните ѝ членове, без това да се превръща в психотерапевтична групова среда. Акцентът е върху социалното справяне и включване на всички членове на групата. Значими на всеки етап от процеса са вътрешногруповите взаимодействия между всички участници и

водещия. Същинската групова работа често се определя като метод, при който помощта и социалните услуги се реализират във или чрез групата (Middleman, Goldberg, 2001).

Вече споменахме, че взаимната помощ е ключов момент при социалната работа с група. В практиката се използват няколко начина за получаване на взаимна помощ: според информацията, която участниците разменят за преживяното, и следващите стъпки, усещането за заедност в преживяното и в справянето, диалози, дефиниране на настоящи проблеми и търсене, предлагане на решения за тях, разбиране на проблемите в резултат на външни причини, осъществяване на съвместни стратегии, репетиране на нови умения и навици, за да се стимулира излизането от транса и промяна на нагласата към ново решение и формиране на дълбоко усещане и вяра в „силата на множеството“.

Би било наивно и нереалистично, ако твърдим, че в реални ситуации груповият процес се движи безпроблемно и плавно. Често водещите се сблъскват с немалко проблеми, породени от участниците, което е нормален процес на съпротива въпреки доброволното включване в социална група за изработване на стратегии за устойчивост след преживяно кризисно събитие. Шулман коментира три съществени препятствия пред взаимната помощ:

1. Трудности на отделните членове да осъзнаят, че интересите им съвпадат с групата.
2. Сложността на работата за създаване система за взаимна помощ.
3. Откритата комуникация.

Директният стремеж на водещия и участниците да избягват препятствията целенасочено не подпомага груповия процес, защото фокусира вниманието върху това и блокира спонтанността. Много по-добри резултати при преодоляване на съпротивите се очакват, когато предварителната подготовка за сформиране на групата е осъществена правилно и препятствията се интерпретират като нормален момент от развитието на груповия живот. Често, в практиката, група за взаимна помощ с хора, преживели кризисни събития, се формира на доброволен принцип, по местоживеене, след преминаване на острите фази на бедствието. Груповата

работа е с ясно фиксирани дати, място на провеждане, определени часове за начало и край, брой на участниците и става затворена в момента на реалното си функциониране. В последните години, от националния и международен опит на автора, ефективност и ефикасност на резултатите се наблюдава при максимален брой на участниците до 15 души. Някои от критериите за формиране на групата са: близки възрастови граници, съпричастност в поставените цели, общи потребности и интереси, желание за социална промяна след преживяното, готовност за общуване и др. Хората не се отправят при заявка за групова работа, а се насочват към подходяща по формат и специфика за тях група. Препоръчително е водещият да отдели достатъчно време, за да може да проведе предварително кратки разговори/интервюта с желаещите за включване. Съществено условие при формирането на групите е да се установи до каква степен хората имат готовност да разберат и спазват „принципа на допълнителността“ – желанието им да учат едни от друг, да допълват взаимно изграждането на нови стратегии за бъдещето и да разгърнат н нов формат социалното включване след общото преживяване на кризисното събитие.

Социалната работа с група от хора, преживели бедствен стрес, е поливалентна по своята същност – съчетава модели за психично здраве и нов тип социална имплементация в пространство, което дълго време напомня за случилото се. Участниците работят в защитени зони, но не се извеждат от родните си места. Групата е място за оказване на подкрепа, като в началните фази на травматичните преживявания е естествена по своя вид (семейства, роднини, близки), а в периода на ориентация към бъдещето преминава в изкуствена група – срещат се непознати хора с общи проблеми. Целта е да се разшири общуването, да протича обмен на начини за справяне в по-широк социален формат, да се укрепват постепенно връзките в общността, за да се подпомогне възстановяването на цялостната общност, а не само на отделните индивиди като хомогенни, затворени същности. В социално-демографски план се формират хетерогенни групи, които остават затворени до приключването на процеса, за да не се нарушава груповата динамика и да не подлагат на допълнително

напрежение вече изградените вътрешно групови взаимоотношения. Те са темоцентрирани, обучаващи и консултативни според методическите и практическите принципи в социалната работа, защото целят усвояването и прилагането на стратегии за устойчивост и справяне като решение за бъдещето, като подкрепата и насърчаването се извършва вътре в групата. Акцентът е върху израстването, развитието и разширяването на вярата в собствените способности и умения, репетирани и усвоени в подкрепяща среда. В групата хората се насочват внимателно към усвояването на механизми, които са ориентирани към бъдещето и превенцията на бъдещи негативни преживявания: необходимо е да съумеят да развият самопомощни умения, насочени към предотвратяване, самоосъзнаване и освобождаване от всичко, което пречи на развитието им.

Дискусионни въпроси

В последните две години стартира пилотно авторово изследване за ефективността при социална работа с групи от хора, преживели бедствени събития. Изследването продължава, но на този етап има събрани първични резултати от груповите процеси. Изследването се провежда в четири зони на България, в по-малки населени места, в които хората са преживели остро различни травмиращи общността ситуации: земетресения, наводнения, аварии. Груповите процеси са стартирани непосредствено след острата фаза на преживяното и са разположени ритмично в тригодишен период. Груповата работа се провежда през шест месеца, като участниците винаги са същите, с които групите за започнали своята работа. На този етап са обхванати 150 души, формирани в 9 групи, като броят на участниците в тях не надхвърля 15–16. След осъществени индивидуални интервенции за справяне с преживяното те се включват в процес на социална работа с група. Целта е ориентирана към справяне с критичната ситуация и изграждане на нови комуникативни и поведенчески стратегии в дългосрочен план. Участниците са 56% жени и 44% мъже. Разпределението по възрасти е:

Таблица 1. Разпределение по възрасти

Възраст/години	18–24	25–29	30– 34	35–39	40–44	45+
%	10	12	7	30	37	12

Груповият процес е ориентиран към последователно и систематично разгръщане на груповото взаимодействие и използването на резиланса като подход за междуличностна подкрепа и самоизрастване в процесите на справяне. Ориентацията на компонентите: цел, обект и методи, е към практическата реализация на помагащата дейност с надграждане към самопомощ и подкрепа за другите в общността.

За основа се използва моделът на системните изменения на Морил, Едгинт и Хърст (Юен, 2007). Структурата на групите се изгражда като система, в която всички базисни компоненти са взаимно обусловени. Прецизират се видът и обликът на групата, уменията на водещия в тази област, връзките между цел, методи, техники и средства. Съдържанието, тематика и проблемите са разположени спрямо целта и цялостния начин на организиране на груповата дейност. Етапите и фазите на груповия процес са насочени към овладяването на умения за справяне, нови комуникативни и поведенчески стратегии и груповата сесия е основна организационно-методическа единица за репетиране на предоставени житейски решения. Внимателно се анализират след всеки етап поведението на участниците, позициите, които заемат, и ролевите модели, за да се регулира последващият етап на процеса, да се конкретизират механизмите и принципите на работа. Важни компоненти са планирането, проследяването, съобразяването и оценяването на ефективността от участието на хората в социална работа с група, с което се оформя и цялостният дизайн на процеса. Всички използвани техники, игри, методи са в полето на активната интеракция между участниците. Водещият насочва процесите и поддържа фокуса във всеки етап, за да се избегне превръщането на групата в психотерапевтична. Договарянето, обсъждането и съгласуването са обвързани с решенията да се достигнат споразумения, колективност и взаимна подкрепа между участниците. Пилотните резултати до този етап на изследването показват, че 60% от

участниците са удовлетворени от процеса на работа в групите; 3% – незаинтересовани, 10% са формирали нови стратегии за справяне, 20% от хората поставят акцент върху новите взаимоотношения в позитивен плат и 7% твърдят, че са преживели емоционално разтоварване. Данните са от специално подготвени за изследването анкетни форми и въпросници.

Реализирането на подобни групови формати в сферата на последваща подкрепа при бедствени ситуации изисква работа на самата група със себе си, надграждане на умения и способности от ниво личност към равнище групово мислене и съпричастност в моделирани ситуации на повторения и насърчения, за да се разбере, усвои и приложи устойчиво ново начало на социален живот. Оставяме въпросите за използване на резилианса като групов подход и търсена стратегия отворени, както и в следващи публикации ще обърнем повече внимание на конкретиката в техниките и непосредствената реализация на вътрешногруповия дизайн.

Изводи и препоръки

Търсенето и намирането на пътищата, които хората, преживели критични събития, е необходимо да извървят в индивидуален и групов формат, са ориентирани в динамиката на процеса от „транса“ към решението. Идентифицирането на социалния „Аз“ с групата и същевременно запазването на самоличността и достойнството на всеки един от участниците е задължително условие за всяка фаза на социална работа с група. Продуктивността на груповата общност и обвързана с баланса на индивидуалните и групови интереси. Ефектите на сплотяването, израстването, преходите от самопомощ към помощ за другите се търсят и намират на индивидуално и групово равнище. Участниците се насърчават да описват своето възстановяване и/или трудностите при постигането му чрез изграждане на смисъл за събитията въз основа на личното си разбиране за причините за страдание, възприятията за околната среда и стремежите към нови решения за бъдещето. По-голяма част от хората се възстановят след травматичните преживявания и с помощта на реализирани интервенции продължават пълноценния си живот. За друга част пътят

от „транса“ към решението е по-дълъг и често се нуждаят от дълговременна подкрепа, за да преминат през процеса на справяне. Социалната работа с група подпомага пътя и дава възможност в защитена среда, сред разпознаваеми аспекти на страданието, да се съизмериш, да потърсиш и получиш помощ от повече от един човек. Препоръчително е екипите от специалисти, работещи в полето на бедствените и кризисни ситуации, да развият и прилагат умения за бързо разпознаване и насочване на хората от индивидуалните към групови формати за изграждане на стратегии за справяне след травмите, за да се затвори помагачият кръг от индивидуална към групова форма с цел изграждане на резилианс в цялата общност.

Хората предпочитат да вярват, че светът е защитено, сигурно място. Когато вярата се разпадне на парчета след преживяване на кризисни събития, личностите реагират различно: някои успяват да сглобят частите от живота си, а за други е необходимо ново начало. С формирането на непосредствени кратковременни и дълговременни мерки за оказване на подкрепа хората често постепенно се превръщат в „активни агенти нас своето собствено възстановяване“ (Айдуковиц и екип, 2011, с. 11). Способностите да запазят доброто си функциониране и да използват собствените си ресурси, да формират и използват нови стратегии за справяне, да подпомагат разгръщането на резилианс на макроравнище в социалния живот са едни от жалоните по пътя от транса към решението.

Използвана литература

- Велкова, Д. (1998). Глава 9. Психологична първа помощ при травматична криза. Ръководство за оказващи психологична първа помощ. БЧК. София, 54–59.
- Иванов, К. (1998). Глава 6. Психологични аспекти на бедствието. Ръководство за оказващи психологична първа помощ. БЧК. София, 34–39.
- Канушева, К. (1998). Глава 5. Фази на травматичната криза. Ръководство за оказващи психологична първа помощ. БЧК. София, 31–33.
- Митева, П. (2013). Феноменът „резилианс“ като ресурс за устойчивост на професионалиста в социално – психологичното консултиране. – В: Научна конференция с международно участие, 218–222, БСУ.
- Радева, В. (2004). Български тълковен речник. Издателство „Хермес“. София, с. 621.
- Рангелова, Е., Г. Механджийска (2009). Методи на социалната работа. Габрово.
- Цветанска, С. (2001). Тренингов модел за развитие на комуникативни умения. – Годишник на СУ, том 94.
- Шулман, Л. (1994). Изкуството да се помага на индивиди, семейства и групи. София: Фондация „Невронауки и поведение“.

- Ajdukovic, D. & all (2013). Recovery from posttraumatic stress symptoms: a qualitative study of attributions in survivors war. Open access. PLOS, vol. 8.
- Bjork, S. (2015). Volunteering in the aftermath of disaster. University of Amsterdam
- Cullberg, Johan (1971). 'Det psykiska traumat. Om kristeori och krispsykoterapi' [The Psychic Trauma: About Crisis Theory and Crisis Psychotherapy]. Sph:s monografiserie, No 1.
- Cullberg, Johan (1980/1975). Kris och utveckling. En psykoanalytisk och socialpsykiatrisk studie [Crisis and Development. A Psychoanalytic and Social Psychiatric Study], Stockholm: Natur och Kultur.
- Pardess, 2005; Sphere Project, 2004; IASC, 2007.
- Rosenbloom, D., Williams, M. B., Watkins, B. E., Pearlman, L. A. (2010). Life after trauma. New York: Guilford.
- World Disasters Report 2010 – IFRC

За автора

Хенриета Илиева, докторант в катедра „Социална работа“
на Факултет по педагогика в СУ „Св. Климент Охридски“