ABORDĂRI TEORETICE CONTEMPORANE PRIVIND FENOMENUL DE REZILIENȚĂ

CZU: 159.923.2:316.6

Daniela BRAGĂ, masterandă, Facultatea Psihologie,
Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială

Până în momentul actual nu există un consens asupra utilizării unei singure definiții a fenomenului de reziliență, iar cercetătorii din domeniu definesc reziliența prin prisma mai multor ipoteze teoretice și empirice.

M. Rutter (1985) definește reziliența drept capacitatea prezentă la persoanele plasate în contexte defavorabile de a reuși să iasă din acestea și de a duce până la urmă o viață satisfăcătoare [1]. K.M. Connor și J.R. Davidson definesc reziliența ca o calitate personală, care permite persoanei să reușească în fața adversităților. Din perspectiva autorilor ca R. Smith, J. Wandell (2006), reziliența se referă la un proces dinamic

de dezvoltare și întreținere a mecanismelor de coping pozitiv în fața condițiilor adverse [2].

Ș. Ionescu prezintă o definiție a rezilienței persoanei, axată pe trei perspective: 1) *capacitate* de a se dezvolta pe plan psihologic, în ciuda evenimentelor cu caracter destabilizator, în ciuda condițiilor de viață dificile, a traumatismelor adeseori severe; 2) *rezultat* ce constă în absența tulburărilor mentale în timpul și în urma unor situații recunoscute ca având o mare putere de a genera astfel de tulburări; 3) *proces* ce implică interacțiunea dintre subiect și mediul său; proces ce implică factori de protecție (individuali, familiali și de mediu), moderatori ai riscului și ai adversității [*apud* 3, p. 4].

De asemenea Ș. Ionescu (2006) menționează două elemente esențiale ale conceptului de reziliență: a) reziliența caracterizează o persoană care a trăit sau trăiește un anumit eveniment cu caracter traumatic sau adversitate cronică și care dă dovadă de o adaptabilitate bună (ceea ce are semnificații diferite, în funcție de vârsta persoanei sau de contextul sociocultural în care trăiește); b) reziliența este rezultatul unui proces interactiv între persoană, familie și mediul înconjurător [*apud* 1, p. 159].

Ca modalitate de manifestare, reziliența se desfășoară în trei faze: 1) faza de confruntare cu adversitatea, care suprasolicită individul și îl împinge spre un nivel de funcționare mai scăzut, spre o dezorganizare a funcționării sale anterioare, a nivelului mediu de funcționare specific individului; 2) revenirea la nivelul de funcționare anterior impactului adversității; 3) integrarea experienței dobândite în urma confruntării cu adversitatea și o dezvoltare a capacităților persoanei de a se adapta și a trăi cu sens [4].

Din punct de vedere temporal M. Hill, A. Stafford, P. Seaman și B.Daniel (2007) evidențiază următoarele tipuri de reziliență: a) reziliență prospectivă: se referă la dezvoltarea capacităților necesare rezistenței în fața viitoarelor adversități b) reziliență concurentă: vizează rezistența în fața adversității prezente c) reziliență retrospectivă: se referă la redobândirea echilibrului în urma expunerii la o situație amenințătoare [*apud* 5, p. 249]

O altă clasificare a rezilienței include următoarele tipuri: 1) reziliența individuală – calități și resurse ale persoanei de a face față cu succes

evenimentelor perturbatoare; 2) reziliența familială – abilitatea familiei de a face față adversităților și de a se adapta; 3) reziliența comunitară – reprezintă calitatea comunității pentru a face față adversității pe care o traversează [4].

Reziliența are o formă individuală și una de grup, o alta naturală și una numită de Ș. Ionescu (2006) reziliență asistată. Reziliența naturală este capacitatea de a face faţă unor condiţii adverse de viaţă fără un ajutor oferit din afară în acest scop. Reziliența asistată este cea în care procesul este cu premeditare ajutat din afară. Ea începe cu identificarea persoanelor, grupurilor sau comunităţilor cu risc și cu elaborarea unor programe preventive în cadrul cărora se urmărește încurajarea, susţinerea, stimularea și chiar inițierea comportamentului rezilient. La fel, Ș. Ionescu este cel care face distincție între reziliența primară/ imediată și reziliența secundară [4].

Analizând teoriile de ultimă oră privind conceptul de reziliență, concludem că în prezent se pune un accent deosebit pe capacitățile persoanei de a supraviețui și chiar de a se dezvolta în urma evenimentelor distructive la care a fost expusă. Conceptul de reziliență, având o mare aplicabilitate în diverse domenii, poate fi abordat alături de conceptele de *traumă* și *traumatism* în procedurile de analiză și de remediere a situațiilor traumatice și conflictuale. În același timp, conceptul de reziliență face apel la resursele sanogene ale personalității, asigurând dezvoltarea domeniilor ce țin de igiena psihică și de prevenție.

Referințe:

1. BOLEA, Z. Particularități ale funcționării defensive în fenomenul deportărilor staliniste în RSSMoldovenească. În: *Prolegomene din istoria psihologiei în Republica Moldova.* Iași: Pan Europe, 2018, pp. 156-164.
2. HRIȚULEAC, A., CEOBANU, C.M. (coord.) *Dimensiuni ale rezilienței psihologice. Abordări teoretice și aplicative.* București: Pro Universitaria, 2015. 300 p.
3. IONESCU, Ș. Reziliență și cultură. În: *Copiii de azi sunt părinții de mâine* (Al III-lea Forum Internațional „Securitate psihologică, traumă și reziliență), Timișoara, 2008, nr. 20-21, pp.4-13.
4. MUNTEAN, A., MUNTEANU, A. *Violență, traumă, reziliență*. Iași: Polirom, 2011. 344 p.
5. SÎMBOTEANU, D. Reziliența ca mecanism de adaptare pozitivă versus experiențele traumatice la copii. În: *Formarea competențelor de rezolvare*

a problemelor psihologice în procesul instruirii continue a psihologilor. Chișinău: Tipografia UPS „Ion Creangă”, 2014, pp.174-200.

Recomandat
Zinaida BOLEA, dr., conf. univ.