

Thomas R. Lawson: A szociális munka alapelvei egy közel hat évtizedes szociális munkás karrier tapasztalatai és reflexiói alapján

Ha visszatekintek a közel hatvan évet felölelő szociális munkás karrieremre, akkor látom, hogy melyek azok az alapelvek, amelyek mindig központi szerepet töltek be a szakmában és amelyek a mai összetett világban is alkalmazhatók. Mi vezette a szociális munkát arra, hogy megoldásokat találjon a különböző kontinensek és országok társadalmi előtt álló számtalan, folyamatosan változó, legnagyobb kihívásokat jelentő problémákra? Szakmai tapasztalataim alapján ezek a lényegében gyakorlati útmutatók 13 olyan elvben összegezhetők, amelyek erős alapként szolgálhatnak, és ma is rendkívül hasznosak.

Hivatásos szociális munkásként eltöltött több mint 55 évem során, miközben a 20. század közepének szakmai szempontból meghatározó személyiségeit és szakirodalmát tanulmányoztam, bizonyos elvek fogalmazódtak meg bennem. Ezek a gyakorlat és tudomány talaján kibontakozó elvek alapot, útmutatást adtak és amelyek időtől, helytől függetlenül hozzájárultak a szociális munka sikerességéhez.

EGYENSÚLY

A tanulásnak egyensúlyban kell lenni a tevékenység elvégzéséhez és értelmezéséhez szükséges tudás között

A szociális munka tanulása közben fogalmazódott meg először tudományos keretek között, majd a gyakorlatban is, hogy a tanulási folyamatnak mindig két célt kell tartalmaznia. Természetesen meg kell tanulni, hogy mi szükséges egy adott munkakör betöltéséhez, az adott munkahelyi feladatok elvégzéséhez. Vannak szabályok, előírások, irányelvek és konkrét kötelezettségek, amelyeket nem elég csupán teljesíteni, de jól is kell teljesíteni azokat. Vannak más dolgok is, amelyeket tudni kell ahhoz, hogy valaki igazán jó szociális munkás legyen, amelyekkel a dolgok mögé tudunk nézni; így például a társadalmi helyzetek, a problémák egymáshoz való kapcsolatának és minden egyén egyediségének megértése. Ez a tudás minden munkakörben alkalmazandó, s amely mélyebb és összetettebb szinten való értelmezést feltételez, és nem használható egyformán minden esetre. Leginkább a szociális munkás autonóm döntése, hogy miként használja tudását a különböző szolgáltatásokat használóknál. Ezért a megértés és értelmezés tanulása az, ami empátiával és együttérzéssel tölti fel a munkánkat, és ez az a kapocs, amely minden egyes emberrel összeköt. Ettől válik a szociális munkás egyedi problémamegoldóvá, és ez különböztet meg minket minden más foglalkozástól. Megtanítja, hogy a problémák megoldását ne csak a munka szabályaiban és előírásaiban keressük, vagy ne csak egy bizonyos elméleti nézőpontból lássuk, hanem a segítségre szoruló személy szükségletei számára legmegfelelőbb elmélet, szabályok és előírások integrációjában.

ELFOGADÁS

El kell fogadni másokat és a különbségeiket

Mások elfogadása a szociális munka egyik legfontosabb alapelve. Elfogadni másokat olyannak, amilyenek és amivé válhatnak. Felismerni, hogy nemcsak léteznek, hanem okkal léteznek különbségek, ezek nélkül nem is lenne olyan a világ, amilyennek ismerjük. Ezek nélkül kevés dolgot lehetne élvezni és kevés tapasztalatban lenne részünk. Ha minden virág rózsá lenne, nem láthatnánk a sokféle virágban rejlő szépséget. Ha minden ember egyforma lenne, akkor nem élvezhetnénk a különböző eszmék cseréjét, a különböző népek ételeinek változatosságát és az egyének sokszínű univerzumának csodáját. A szociális munka a sokszínűséget preferálja, és szociális munkásként mind a munkában, mind az életben példát kell mutatni a másság elfogadásában. A hivatásos szociális munkás felelőssége, hogy segítsen megérteni, mekkora értékkel bír mások (vagyis más személyek) elfogadásának szépsége és csodája.

ELKÖTELEZETTSÉG

A nehéz problémák és helyzetek esetén is elkötelezettnek kell lenni mások segítése tekintetében

Szociális munkásnak lenni nem „csak” foglalkozás, nem „csak” szakmai végzettség vagy diploma/oklevél kérdése, hanem a lelkében ott kell lenni a segítségre szorulóknak szolgálata iránti elkötelezettségnek, az arra való késztetésnek. Ez nem olyan, mint az egyenruha, amit hétköznap öt órakor leveszünk, másnap reggel pedig újra belebújunk, nem valami olyan dolog, amit pénteken abbahagyunk és hétfőn meg újakezdünk. A mások iránt tanúsított élethosszig tartó elkötelezettség a szakma támasztópillére. Az a belső ösztönző erő, ami arra késztet, hogy segítséget nyújtsunk adott élethelyzetek megoldásában, határozza és különbözteti meg minden mástól a szociális munka hivatást.

HUMANIZMUS ÉS HOLISZTIKUS MEGKÖZELÍTÉS

Méltósággal kell bánni az egyénnel, aki több, mint a részek összessége

A szociális munkásnak elkötelezettnek kell lennie az emberek humanista megközelítése és holisztikus értelmezése tekintetében. A szociális munka humanisztikus paradigmája egy olyan hitrendszer, amely elfogadja az emberi méltóságot, elfogadja, hogy minden embernek vannak értékei és olyan képességei, amelyek segítik az önmegvalósítás folyamatában. E meggyőződés értelmében el kell távolítani azokat az akadályokat, amelyek meggátolják kiaknázni az egyénben rejlő lehetőségeket. Az egész emberre, és nem csak egyes részeire kell fókuszálni. Nem csak azt kell nézni, hogy az egyén elvesztette a munkáját, hanem azt is meg kell vizsgálni, milyen más események történtek még az illető életében akkor, amikor munkanélkülivé vált. A gyermekeit nevelő nőre sem lehet csak anyaként tekinteni, hanem nagyon is tisztában kell lenni

élete egyéb aspektusaival, például azzal, hogy feleség is, vagy éppen alkalmazott volt valahol, hiszen ezek is részei az adott pillanatban megélt tapasztalatainak. Elkötelezettnek kell lenni abban is, hogy szociális munkásként mindenkinek megadja az őt megillető tiszteletet függetlenül attól, hogy a másik ember milyen státuszú, milyen nemű, milyen irányultságú vagy vallású, és minden egyént teljes élettapasztalata tükrében kell néznie.

ÖNISMERET ÉS TUDÁS

A szociális munkásnak ismernie kell saját erősségeit és gyengeségeit

A szociális munkások alapvetően az „erősségek” használata szerinti megközelítést alkalmazzák a kliensekkel való munkájuk során, de azt is észre kell venni, hogy az erősségek megközelítését a gyengeségek régóta használt folyamatára adott ellenreakcióként fogadják el. Jobb megközelítés viszont, ha nem összpontosítunk kifejezetten sem csak az erősségekre, vagy a gyengeségekre, hanem az értékelést különböző szempontok alapján keretezzük át – mi az, ami megvan adott szociális munkás személyiségében, mi az, amit még megtanulhat, és mik azok, amelyeket valószínűleg nem tud elsajátítani. Ezek a szempontok nem jelentenek persze sem polaritást, sem pedig gyengeségekhez kapcsolódó pejoratív konnotációt. Így jobban meg lehet határozni, miképpen lehet a szociális munkásnak legjobban segíteni az egyéneket, csoportokat vagy a közösségeket. Vannak adottságai, vannak megszerzhető képességei, és vannak olyanok is, amelyeket valószínűleg nem fog elsajátítani. Például a legtöbb szociális munkás jobb a társadalomtudományokban, mint a természettudományokban, jobb verbális képességekkel rendelkezik, mint amennyire jó matematikából. Nem valószínű, hogy sok szociális munkás szeretné a matematika, vagy a természettudományok területén fejleszteni képességeit.

A szociális munkások sokrétű tudást szereztek a társadalomtudományok terén, és magas fokú verbális készségeket sajátítottak el, ugyanakkor természettudományi vagy matematikai jártasságra nem, vagy nem könnyen tesznek szert. Ha egy szociális munkás felismeri, hogy a természettudományok és a matematika nem tartozik az erősségei közé, jobban jár, ha nem akarja mindenáron azokat fejleszteni, hanem inkább a birtokában lévő, vagy számára könnyebben fejleszthető, a szociális munkában nagyon fontos társadalomtudományi és verbális képességekre összpontosít.

A szociális munka során vannak szolgáltatást használók, akikkel a szociális munkás könnyebben tud dolgozni, mint másokkal – elképzelhető, hogy például gördülékenyebben megy a munka a hajléktalanokkal, de nehezebben a súlyos egészségkárosodással bíró egyénekkel. Ilyen esetekben azt kell megtalálni, a szociális munkás kikkel, milyen célcsoportokkal tud jobban együttműködni, ahelyett hogy tovább erőltetné a munkát olyanokkal, akikkel nem tud együtt dolgozni. Ennek eredménye gyakran egy boldogabb szociális munkás és egy jobb eredményeket elérő kliens. Ha a szociális munkás tudatában van képességeivel, és ismeri hiányosságait, ez saját idejének, képességeinek és erőforrásainak optimális kihasználását eredményezi. Ez nem azt jelenti, hogy nem kell megpróbálni a képességek fejlesztését, éppen ellenkezőleg! De azt is jelenti, ha lehetséges, "jártassunk a rendelkezésünkre álló eszközeinkkel".

Mivel korlátozott idő áll a szociális munkás rendelkezésére, sokszor jobb a meglévő és az elérhető erősségeire támaszkodnia. Ez igaz a szolgáltatások használóival közvetlenül folyó munkára is. Másfelől a klienseknek is fel kell ismerniük erősségeiket, tudniuk kell, melyek azok a képességek, amelyeket megszerezhetnek, és azt is tudatában kell lenniük annak is, melyek azok, amelyeket valószínűleg nem fognak tudni megszerezni. A szociális munkások mindennapi tevékenységének része a tanulásban és munkakeresésben való segítségnyújtás, vagy olyan tanulási módszereket elsajátíttatni (képességek fejlesztése), amelyek révén a kliens családon belüli, vagy azon kívüli személyekkel tud pozitív interakciót létesíteni.

IDŐ

A problémák megoldása időt és erőfeszítést igényel – nagyon kevés dolgot lehet azonnal megoldani, és vannak olyanok is, amelyekre nagyon nehéz, vagy egyáltalán nem lehet megoldást találni

A szociális munkás szeretné gyorsan megoldani a problémákat, mert tudja, hogy ezzel nyújt leginkább segítséget az embereknek. De azt is be kell látnia, hogy bizonyos problémákat nem könnyű megoldani. Vannak régóta fennálló problémák, amelyek megoldása jelentős időt igényel. Vannak olyanok is, amelyek már régóta nem kerültek szóba, azonban annyira bonyolultak vagy olyan szörnyűek, hogy sok időbe telik megoldást találni rájuk. Meg kell találni a középutat az emberekkel és problémákkal való munka során. Vannak olyan szociális munkások, akiken - miután különösen hosszú ideig emberek sokaságával dolgoztak - a kiégés jelei mutatkoznak. Nagyon sok nehéz problémával találkoznak, amelyek között vannak olyanok is, amelyeket nem tudtak megoldani, és ez vezet oda, hogy egy idő után kezdik úgy érezni, úgysem tudnak semmit megváltoztatni, jobb, ha abbahagyják. Beletörődnek abba, hogy nem tudnak segíteni, hiszen a problémákat úgysem lehet megváltoztatni. A szociális munkásokra, és különösen a friss diplomásokra jellemző, hogy úgy érzik, minden problémát nem egyszerűen csak meg kell, de azonnal meg kell oldaniuk. A legsikeresebb szociális munkások a két szélsőséges pont között helyezkednek el. Felismerik, hogy bizonyos problémák megoldhatatlanok, és vannak olyanok is, amelyekre csak részben lehet megoldást találni. Felismerik, mi az, amit meg tudnak tenni és mi az, amit nem. Elfogadják a realitást. Azt is megértik, hogy nem mindig lehet egy problémát azonnal megoldani, a változás elérése mind a szociális munkás, mind pedig az egyén, vagy a szervezet részéről sok munka befektetését igényli. Fontos, hogy ha van megoldás, a szociális munkások tudják „tartani az irányt”, de azt is tudniuk kell, eredmény csak bizonyos idő után fog bekövetkezni. Az idő tényező kritikus aspektus a jó professzionális szociális munka során. A szociális munkásoknak meg kell érteniük, hogy időre van szükség, hogy mások problémáit megoldják, de saját magukra is időt kell fordítaniuk, és hogy ezt az időt nem munkával kell tölteniük. Ha nem szánunk időt az „öngondoskodásra” – azaz arra az időre, amelyet nem szakmai munkával töltünk, ha nincs idő felfrissülésre, megújulásra és nem fordítunk időt saját mentális egészségünk helyreállítására, akkor nem tudunk majd hatékonyan segíteni másokon sem.

OBJEKTIVITÁS

Abban kell segíteni az embereknek, hogy tárgyilagosan tudjanak más személyeket és adott helyzeteket megítélni

Nemcsak a szociális munkásoknak kell másokat objektíven megítélniük, hanem szakmaiságuk elengedhetetlen része, hogy segítsenek a klienseknek másokról és adott helyzetekről objektívebb véleményt alkotni. Sok probléma adódhat abból, mikor egy helyzetről, vagy egy másik személyről alkotott vélemény erősen szubjektív, ahelyett, hogy tényeken alapulna. Ilyen például az a tanár, aki függetlenül a tanuló viselkedésétől vagy munkájától, egy diákot a legrosszabbnak könyvel el az osztályban, egy másikkal pedig nagyon elfogult. Vagy az a szülő, aki mindig arra panaszkodik, milyen szörnyű gyermeke van, pedig nem is mindig az. Fontos, hogy a szociális munkások semlegesek legyenek, kritikusan elemezzék a helyzetet, majd segítsenek minden érintettnek tárgyilagosabbá válni. Például segítsen a munkáltatónak észrevenni, hogy nem mindig a munkavállaló hibázik. Lehet, hogy egy megmunkált anyag minősége rossz, nem pedig a munkavállaló teljesítményével van a probléma. Vagy amikor a szociális munkás egy párral dolgozik, és azt próbálja elérni, hogy a két fél tárgyilagosan ítélje meg egymást. Segítenie kell nekik felismerni, hogy nincs mindig igazuk, és nem igaz az sem, hogy a másiknak soha ne lenne igaza. Be kell látniuk, hogy néha igazuk van, de néha tévedhetnek is.

FÓKUSZ

Folyamatosan az ő (szolgáltatást használók) helyzetére kell összpontosítani, hiszen ez az ő életük alapja, és ez a szociális munkás és a kliens közötti kapcsolatnak a lényege is

Az emberekkel való munka kulcsa az, hogy a helyzetre „az ő szemszögükből” koncentráljunk. Pontosan ez az, amit a „más bőrébe kell bújni” régi mondás kifejez. A szociális munkásnak nem szabad a saját, a kliens életéről alkotott, megváltoztathatatlan nézetéből kiindulnia – a kiindulópont a kliensnek a saját helyzetéről és életéről alkotott véleménye. Az, ahogyan ők látják a saját életüket – amire szükségük van – ez indítja el a munkát, és ez fogja elindítani a kapcsolatuk segítőtővé válásának folyamatát. Csak annak megértésével, hogyan látják ők a világot, és mit tekintenek ők problémának, lehet hasznos segítséget nyújtani, még ha ez csak annyi is, hogy megváltozzék a véleményük. Egy, a szociális munka gyakorlatáról szóló, több mint 60 éve írt könyvben lehet olvasni: „a szociális munkásnak ott kell kezdenie, ahol a kliens tart”. Soha nem írtak még le ennél igazabb szavakat. A problémáról és a világról alkotott felfogásukkal kell kezdeni, és ezt akkor is el kell fogadnunk, ha az egy torz nézet, vagy egyszerűen csak félreértésen alapul. A szociális munkás először ismerje meg a szolgáltatást használó nézeteit, és csak utána segítsen tisztázni a félreértéseket és a torzulásokat. Ne akarja ezeket azonnal, még a kapcsolat kialakulása előtt megváltoztatni, mert így szinte lehetetlen lesz olyan kapcsolatot kialakítani, amely a problémák megoldásához szükséges alapok biztosításához kell.

EGYETEMESSÉG

Fel kell ismerni, hogy az emberi interakció univerzális jelenség, amely adott ügyeken, intézményeken, kultúrán és nemzeti határokon is túlmutat

Mi, emberek mindig interakcióba lépünk másokkal, és ez az alapja a problémák megoldásának is és a segítségnyújtásnak is. Nem számít, ki honnan jön, vagy mi a foglalkozása, valamilyen módon mindenki kapcsolatba lép egymással. Az interakció más nyelven, más kultúrában, más vallási közösségekben zajlik, és lehet, hogy az egymással kapcsolatba lépők más országokból származnak, a lényeg, hogy mit teszünk a találkozások során. A szociális munkás szakmai munkájában ez kritikus fontossággal bír. Függetlenül attól, hogy az ember milyen származású, miben hisz, és milyen pozíciót foglal el az életben, mi mutatunk példát arra, mit jelent a kinyújtott baráti, vagy gondoskodó kéz. Végző soron az emberek keresik egymással a kapcsolatot – ez pedig nem mindig könnyű. Lehetnek közöttünk kulturális, nyelvi, vallási meggyőződésre vonatkozó különbségek, fennállhatnak személyek közötti konfliktusok, fizikai jellegű problémák, és még sok más tényezővel is meg kell birkózni, de a hivatásos szociális munkásnak tudnia kell, hogy mások segítése a kapcsolatfelvétellel kezdődik.

EGYÜTTMŰKÖDÉS

Együtt kell működnünk a munkában

A kollektivitás egyaránt fontos a társadalom, az egyének és a szakma számára. Számos társadalmi problémát rendszerváltoztatással, a társadalom egészében bekövetkező változással kell megoldani, nem pedig az egyén szintjén. A szegénység, a diszkrimináció, vagy az egészségügyi problémák a társadalomban gyökereznek, ezeket csak társadalmi változások révén lehet hatékonyan kezelni. Igen sok fontos munkaórát lehet arra fordítani, hogy egyesével enyhítsük ezeket a problémákat, de végleg eltűnni mégsem fognak. Társadalmi szinten a csökkenés soha nem lesz jelentős, újra és újra, nemzedékről nemzedékre visszatérnek. Ha a szociális munkás egy munkanélkülinek próbál segíteni a munkakeresésben, akkor egy 20%-os a munkanélküliséggel bíró térségben nagyon kicsi az esélye az elhelyezkedésnek. Ha a szociális munkás olyan rendszerszemléletet alkalmaz, amelyben munkahelyeket kell létrehozni és az egyéneket ki kell képezni ezekre a munkákra, akkor a munkához jutásnak nagyobb esélye van. A rendszerszemléletű megközelítés ilyen helyzetekben nem csak annak segít, akivel a szociális munkás közvetlenül dolgozik, hanem a közösség sok más tagjának is. A szociális munkás egy olyan team tagja lehet, amely több embert foglalkoztató vállalkozások, projektek fejlesztésében vagy beindításában nyújt segítséget – az egyén szintjénél nagyobb léptékben megoldva a problémát. A szociális munkának egyéni és társadalmi szinten egyaránt kell megoldást találnia, hiszen a legtöbb probléma egyéni és társadalmi kontextusban együttesen fordul elő.

A világ olyan gyors ütemben fejlődik, amit 30 évvel ezelőtt még el sem tudtunk volna képzelni. Az öt éve, vagy akár még rövidebb ideje használt árucikkeket új termékek és innovációk váltják fel. A szociális munkának fel kell ismernie, hogy bizonyos munkakörben, vagy adott helyen, ha a jelenlegi termék nem helyettesíthető, vagy innovatív változása nem lehetséges,

elkerülhetetlen a munkanélküliség. Hogyan segíthet a szociális munkás az ilyen típusú problémák megoldásában? Ezek bekövetkeztére sokszor már lehet előre számítani, így a közösséggel együttműködve felkészülhetünk rájuk. Az a szociális munkás, aki felismeri, hogy egy új autópálya építése több embert vonzhat adott körzetbe, segíthet a helyi döntéshozóknak az aktuális munkanélküliség, valamint a velük együtt dolgozó emberek és családok képességeit összekapcsolni. Segíthetnek a közösségnek abban, hogy a munkanélkülieknek képzéseket indítsanak, hogy az emberek meg tudjanak felelni az új autópálya diktálta követelményeknek.

Ha tudható, hogy egy terméket hamarosan kivonnak a forgalomból, akkor mit tehet azt ezt már jobban előre látó szociális munkás annak érdekében, hogy ne csak segítse a helyi lakossággal elfogadtatni a változást, hanem hogy fel is tudjon készülni rá? Mit tehetnek a munkavállalók, hogy új képességekre tegyenek szert és tudjanak alkalmazkodni az új helyzethez ahelyett, hogy megvárják, amíg az tényleg bekövetkezik. Ha csak várnak és nem tesznek semmit, hátrányos helyzetbe kerülhetnek. Viszont, ha előre tudnak gondolkodni, fel tudnak készülni rá, így a változás nem érinti hátrányosan őket. A szociális munkások, egyének, szervezetek, vállalkozások és a kormányzat összefogása az, ami hatékonyabban oldja meg a problémákat. Van egy régi mondás: „Együtt állva maradunk, megosztottan elbukunk!”.

BIZONYTALANSÁG

Túl kell lépni a biztos dolgokon, segíteni kell másoknak is meglátni, hogy a bizonytalanság is az élet („szépségének”) része

Az élet a változás és a bizonytalanság útját jelenti. Nem ismerhetjük a jövőt – szöhetünk terveket, de biztosan nem tudhatjuk, mit hoz a jövő. Az ember természetéből fakad, hogy mindig valami újat akar kipróbálni, eddig soha nem tapasztalt dolgokat akar megélni, ki akar lépni az ismeretlenbe. A bizonytalansághoz és a változáshoz is kell tudni alkalmazkodni. Szociális munkásként szembe kell nézni a bizonytalansággal, és segíteni kell a szolgáltatást használókat is, hogy ők is szembe tudjanak nézni ezzel. Készülhetünk valamire, de ki tudja, végül tényleg megtörténik-e. Remélhetünk, de bizonyosságot soha nem szerezhetünk, várhatunk valamit, ami lehet, hogy soha nem fog megtörténni. Amikor nem tudjuk megjósolni az eredményt, akkor is el kell fogadnunk az elértet, és ha az eredmény a tervezettől eltérő, akkor dolgozhatunk azon, hogy megváltoztassuk. Alkalmazkodnunk kell a változásokhoz, és segítenünk kell a klienseinket, hogy erre ők is képesek legyenek. Minden változik, bármennyire is nem akarjuk, hogy megváltozzon. Megöregszünk, elköltözünk, barátokat veszítünk el és új barátokat találunk, megtanulunk elvégezni egyes dolgokat, és néha rá kell jönnünk, hogy vannak olyanok, amelyeket korábban könnyűszerrel meg tudtunk tenni, de ma már nem sikerül. Szembenézni a bizonytalansággal, sokféle eredményre felkészülni nem azt jelenti, hogy „bárhogy lesz, úgy lesz...” Nem. Tervek készítését, utak megtervezését jelenti.

VALÓSÁG

A valóság kontextuális jellegű

Ami az egyik embernek valóság, lehet, hogy egy másik embernek csak a fantáziájában él. Az, ahogy a dolgokat látjuk: a nézeteink, a gondolkodásmódunk és az, amit igaznak vagy hamisnak, valósnak vagy valótlannak hiszünk, nem biztos, hogy egy másik személy számára is ugyanazt jelenti. Minden helyzet valóságos, csak a megfigyelő személyétől függően eltérő értelmezést kap. Képzeljünk el egy családot, és azt, ki mit gondol az elkészült ételről. Aki elkészítette az ételt, az gondolhat arra, hogy a családjáért tette, hogy mennyi munka volt az elkészítése, hogy az étel egészséges és milyen jó lesz majd elfogyasztani. A kisgyerek számára ez jelentheti azt, hogy ő ezt az ételt egyáltalán nem szereti, nem érdekli, hogy egészséges-e, vagy mennyi munka volt az elkészítése, és megpróbálja nem megenni. Egy másik családtag szerint hizlaló, olyan ételnek tekinti, amit mindenképpen kerülnie kell, míg valakinek ez a kedvence, nem érdekli, hogy egészséges, vagy nem, hizlal, vagy nem, sem az, hogy hogy néz ki, vagy mennyi munkával járt az elkészítése. Ugyanaz az étkezés, ugyanaz az étel, csak a kontextus más és más, attól függően, hogy az egyes személyek hogyan teremtik meg saját valóságukat.

Hogy a pohár félig üres vagy félig tele van, egyszerűen csak hangsúly kérdése. Te teremtetted meg a folyadékkal kapcsolatos valóságot – és hogy számodra melyik a fontos irány. Ki akarod üríteni a poharat, hogy megszáráshoz és elrakshoz, vagy meg szeretnéd tölteni, hogy legyen egy tele pohár vized, amit meg tudsz inni? Ugyanez igaz a másokkal való interakciókra is. Az emberek nem viselkednek egyformán, más a meggyőződésük és különböző jellemvonásaik vannak. Rajtunk múlik, hogy „félig üresnek vagy félig telinek látjuk azt az embert”, hogy melyik a mi valóságunk. Azt mondjuk rá, hogy nem jó; mert nem szeretjük, vagy nem fogadjuk el, vagy azt mondjuk, hogy olyan valaki, akit szeretünk és elfogadjuk? A negatívra vagy a pozitívra koncentrálsz? Mi a valóság? Soha ne felejtse el „ellenőrizni” a saját világnézeteddel és a másokkal kapcsolatos valóságod.

REZILIENCIA

A szociális munkásoknak reziliensnek kell lenniük, és segíteniük kell az embereket, hogy ők is elsajátítsák ezt az ellenálló képességet, amely a fejlődésükhöz és problémamegoldásukhoz fontos.¹

Vonhatunk párhuzamot az életút és a trapézon lengő artista között. Legtöbbször szabadon leng a rúdon, és minden sikerül. Néha viszont előfordul, hogy hibázik, vagy valami közbejön, és nem tudja elkapni a rudat. Ha ez történik, két dolognak kell alatta lennie. Egy trambulinnak, amelyre rázuhanhat. Amikor ráesik a trambulinra visszapattan, hogy újra elkapja a rudat. Az

¹ Reziliencia: rugalmas ellenálló képesség, adott rendszernek (ember, közösség, szervezet stb.) reaktív képessége, amely az erőteljes, vagy sokkszerű külső hatásoknál jelent, nyújt sikeres alkalmazkodást (a szerkesztő megjegyzése).

egész olyan, mint a reziliencia, visszapattansz a bajról, hogy mindent újra kezdj. Előfordulhat az is, hogy az artista nem a trambulíra esik, hanem beleakad a biztonsági hálóba. Ez segíti abban, hogy ne sérüljön meg, és biztonságosan megtartsa, amíg ismét feljut a trambulíra. A biztonsági hálóban töltött idő után megint ott van a trambulínon, egyre feljebb és feljebb ugrik, egészen addig, amíg újra meg tudja ragadni a rudat és ismét egyedül, szabadon lenghet.

Ez a reziliencia; az a képesség, hogy újra felálljunk és tovább folytassuk. Akkor is, ha csak a trambulíra ugrunk, és akkor is, ha a biztonsági hálóra zuhanunk. Akarat az újrakezdésre, felkelni és újra megragadni a rudat. A rezilienciát el kell sajátítanunk, és része kell, hogy legyen a munkánknak is. És át kell adni azoknak is, akikkel együtt dolgozunk, mert ez nagyon is az életút lényege.

Ma Magyarországon már a szociális munkások második generációja tevékenykedik. A szakma úttörői előttünk jártak, és kitaposták az utat. Nekik még nagyon kevés tapasztalatuk volt, de mégis nagyon sokat értek el. Lényegében ezek az úttörők hagyták örökül az ebben a tanulmányban található elveket is. Most rajtad múlik, hogy a még dolgozó első generációs szociális munkások küldetése folytatódik-e, hogy azok, akik csak most veszik kezükbe a fáklyát, tovább tudják-e táplálni a szakma lángját. Az előttünk álló jövő mindig nehéz és ismeretlen, de ebben a jövőben is lesznek olyan emberek, akik segítségre szorulnak. Ez egy olyan jövő, amely hatalmas kihívások elé állít mindannyiunkat, de a szociális munkások soha nem rettennek meg a kihívásoktól, akkor is folytatják, amikor a legnehezebb, és elkötelezettek maradnak, hogy mindig, mindenütt, mindenki életét jobba tegyék. Ez a te feladatod, ezt választottad: meghallani a segítségre szoruló hívását. Téged hívnak, hogy segíts – hogy tedd jobba a világot.

Fordította: Toldiné Bélteki Andrea