

# **OTPORNOST I OSOBNA UČINKOVITOST ZA SOCIJALNE RADNIKE/ *RESILIENCE AND PERSONAL EFFECTIVENESS FOR SOCIAL WORKERS***

**Jim Greer, London: SAGE Publications Ltd.,  
2016., 173 stranice**

Knjiga *Resilience and personal effectiveness for social workers* (*Otpornost i osobna učinkovitost za socijalne radnike*) obrađuje temu upravljanja stresom i učinkovitog rada socijalnih radnika. Autor na cjelovit način kroz devet poglavlja razmatra stalno promjenjivu ulogu socijalnih radnika i daje praktične smjernice za učinkovite načine nošenja sa stresom u suvremenom društvu. Knjiga se može podijeliti na dva dijela. U prvom dijelu knjige opisani su različiti izvori stresa i utjecaj stresa na socijalne radnike, pri čemu autor povezuje znanstvene teorije stresa i otpornosti pojedinca s izazovima i poteškoćama u svakodnevnom radu, uključujući razdvajanje poslovne od ostalih životnih uloga socijalnih radnika. Uz to, prvi dio knjige omogućuje čitatelju da prije svega procijeni vlastiti odnos prema poslu i radnoj ulozi kroz različite primjere vježbi i promišljanja o ovim temama. U drugom dijelu knjige prikazana su obilježja posla socijalnih radnika koja mogu predstavljati izazove, ali i resurse za upravljanje stre-

som. Tako autor problematizira pitanja efikasnog korištenja vremena i tehnologije u kontekstu nerazmjernog odnosa socijalnih radnika i korisnika, zatim odnosa s kolegama i nadređenim osobama na poslu kao izvora podrške u radu, ali i mogućih visoko konfliktnih radnih odnosa, pitanja uspješnog vođenja timova socijalnih radnika i organizacije rada koja stvara podržavajuću i učinkovitu radnu atmosferu, potom pravovremenog i korisnog korištenja supervizije kao važnog izvora podrške te na kraju problematizira pitanje cjeloživotnog upravljanja karijerom socijalnih radnika. Na direktan i detaljan način, u drugom dijelu knjige autor nudi mogućnost razvijanja novih vještina nošenja sa stresom i učinkovitog rada »po mjeri« čitatelja.

Posebno mjesto u knjizi zauzima koncept otpornosti socijalnih radnika. Znanost o otpornosti je zadnjih 30 godina dovela do širokih spoznaja o karakteristikama otpornosti koje dovode do uspješne prilagodbe unatoč nepovoljnim okolnostima. U kontekstu otpornosti socijalnih radnika kroz znanstvene teorije, terapijske prakse *mindfulnessa* i svakodnevne primjere iz života autor razmatra cijeli niz karakteristika pojedinca i njegove okoline koji se međusobno nadopunjuju i doprinose otpornosti socijalnih radnika. Tako izdvaja kombinaciju internalnog lokusa kontrole s pozitivnim, ali realističnim doživljajima samopouzdanja i samoefikasnosti koja osnažuje vjerovanje osobe da može utjecati na stresne situacije koje im se događaju. Zatim povezuje toleranciju na frustraciju, koncept koji označava sposobnost osobe da tolerira stresne i promjenjive situacije, a da pri tome ne provodi vrijeme u žaljenju ili samosažalijevanju, sa sposobnošću interpretacije stresora kao izazova i aktivnog suočavanja sa stresom koja podrazumijeva jasno definiranje problema, ciljeva koje želimo postići vezano za taj problem i naposljetku strategija koje će nam to omogućiti. Uz navedeno, naglašava i važnost optimizma i doživljaja smislenosti u poslu, kao i prihvaćanje i pokazivanje vlastite ranjivosti kroz socijalnu podršku kao iznimno važne karike u gradnji otpornosti socijalnih radnika.

Jim Greer je dugogodišnji socijalni radnik i predavač na Sveučilištu u Teessideu što je u knjizi vidljivo kroz nastojanja autora da poveže znanstveno utemeljene pristupe proučavanja i adekvatnog nošenja sa stresom s aspektima direktnog socijalnog rada. Pri tome koristi znanja iz različitih područja, socijalnog rada i psihologije, psihoterapije, filozofije i suvremenih teorija menadžmenta, u kontekstu prakse socijalnog rada. Time pridonosi bogatstvu i raznolikosti različitih smjernica za osiguravanje zdrave radne okoline i života te pruža jedinstvenu mogućnost da čitatelj sam osvijesti svoje vrijednosti i potrebe u svakodnevnom radu, a onda i odabere sebi primjerena područja i vještine koje želi dalje razvijati. Takva raznovrsnost sadržaja ujedno predstavlja rizik za kompaktnost i koherentnost cjelokupnog teksta te se dobiva dojam pomalo raspršenog sadržaja što može oslabiti poruku i glavne ideje koje autor nastoji prenijeti. Najveći rizik pisanja o pomoći i načinima nošenja sa stresom vidim u mogućnosti da sadržaj ostavi negativan dojam na čitatelja u

slučaju kada se prenosi s porukom da autor »zna bolje« od samog čitatelja što je za njega dobro. Unatoč pomalo raspršenom stilu i želji da knjiga pokrije što više što raznolikijih područja rada, autor nije podlegao ovom riziku; ne nameće svoje mišljenje kao jedino točno, nego potiče čitatelja da izabere između mnoštva alata onaj koji njemu odgovara i preuzme odgovornost za vlastiti život.

Kako joj naslov kaže, knjiga je posebno usmjerena na socijalne radnike i studente socijalnog rada, ali svakako je primjenjiva i na širi krug pomagačkih zanimanja, poput psihologije, socijalne pedagogije, rehabilitacije i pedagogije, kao i studente tih studija, u svakodnevnom poslu i nošenju sa stresnim situacijama.

Zaključno, knjiga predstavlja koristan i praktičan priručnik s promišljanjima o izazovima svakodnevnog rada socijalnih radnika, kao i tehnikama koje mogu pomoći u razvoju vještina upravljanja stresnim situacijama. Ono što predstavlja poseban doprinos je što ne nudi samo općenite smjernice za uspješno nošenje sa stresom kod socijalnih radnika, nego nastoji kroz primjerene vježbe dovesti čitatelja do korištenja specifičnih i njemu prilagođenih načina nošenja sa stresom.

**Priredila: Ines Rezo**

