

פיתוח חוסן: מתיאוריה למעשה

התקציר מבוסס על המאמר:

Ungar, M. (2008). Putting resilience theory into action: Five principles for intervention. In: L. Leidenberg, & M. Ungar (Eds.), *Resilience in action: Working with youth across cultures and contexts*. University of Toronto Press, 17-36.

תיאוריה של חוסן מתמקדת בתכונות אישיות ובתהליכים חברתיים הקשורים להתפתחות נורמלית או חיובית, שאינה קשורה לתנאים של מצבי לחץ וגורמי סיכון. חקר החוסן עוסק בחיפוש אחר תהליכים שעשויים להיות אחראים על הסתגלות חיובית ועל התפתחות בהקשר של גורמי סיכון והשפעות מחלישות. חוסן ילדים תלוי בסביבה שבה הם נמצאים, הכוללת תוכניות התערבות ושירותים המנסים להיענות לצרכיהם ולצורכי משפחות בסיכון.

חקר החוסן והמונחים הקשורים בו (כמו התפתחות נוער חיובית) מתייחס למושגים אלה בפרספקטיבה כפולה: במוקד האישיות והסביבה גם יחד. שמירה על המיקוד הכפול חשובה ביותר. ניתן להגדיר את מונח החוסן באופן נרחב בצורה הבאה, המדגישה את הקשר שבין הפרט לסביבתו, החיוני לקיום ולמימוש החוסן:

1. חוסן הוא היכולת של הפרט למצוא את המשאבים החיוניים לו.
2. חוסן הוא היכולת של הסביבה הפיזית והחברתית של הפרט להעניק לו משאבים אלה.
3. חוסן הוא יכולתם של אנשים, משפחותיהם וקהילותיהם למצוא דרכים לחלוקת המשאבים ולפרשם באופן משמעותי עבורם מבחינה תרבותית. חשוב להדגיש, כי חוסן אינו זהה להיעדר התנהגויות בעייתיות. במחקר שבו השתתפו יותר מאלף ילדים בכיתות ד-ו, שבדק את הקשר בין התפתחות נוער חיובית (מונח שמתאר את חלקי החוסן) לבין שינוי בהתנהגות בעייתית/מסכנת נמצא, כי רק בחלק השישי מהמקרים הקשר אכן קיים; ילדים גילו עלייה בהתפתחות חיובית וגם בהתנהגויות מסוכנות או ירידה בהתפתחות חיובית ללא קשר לרמת הסיכון. מחקר החוסן אמור להיות רפלקסיבי ולסייע להעמיק את ההבנה של התכונות האישיות והתהליכים החברתיים הקשורים להתפתחות חיובית. פוטנציאל זה של רפלקסיה מסמן את חקר החוסן כתיאוריה שעשויה להשפיע על המעשה. ניתן להציע חמישה עקרונות ליישום מעשי של תפיסת החוסן במהלך הפעלת תוכניות מעורבות המכוונות לילדים בסיכון.

1. צמיחת החוסן מתרחשת בעקבות הגישה הסביבתית מרובת הרבדים של התערבות. מחקרים ראשוניים על חוסן הצביעו על האפקט המצטבר של גורמי הסיכון ועל מגוון גורמים הגנתיים. כדי שהמעורבות תהיה אפקטיבית חשוב להבטיח את קיום הממשק הבין-ארגוני ותיאום פעילויות המכוונות לתחומים שונים בחיי הילד.

2. מחקר החוסן מתמקד בצדדים החזקים גם של הפרט וגם של הקהילה. המחקר פתח את האפשרות לניתוח הצדדים החזקים ולבניית התוכניות המכוונות יותר לפיתוח היכולת ולא להגנה מול סיכון. יש לזכור, כי היכולת להסתגלות תלויה בהקשר חברתי. התנהגות שתהיה הסתגלותית במקרה אחד עלולה להיות לא הסתגלותית במקרה אחר, לכן המונח "צד חזק" הוא יחסי ולא אבסולוטי. למשל, מחקר ישראלי מראה, כי התנהגות של נטילת סיכונים היא דרך התמודדות של ילדים שנחשפו לטראומת המלחמה. פירוש של התנהגויות מסוימות כלא הסתגלותיות נובע לעיתים מהתעלמות מההקשר חברתי שבו הן קיימות. יש לשים לב, כי גם התנהגות אנטי-חברתית עשויה להתברר כהסתגלותית וכסימן של חוסן בסביבה מסוימת, המתאפיינת בהיעדר סדר קיצוני. מחקר על כנופיות נוער סיפק הוכחות להנחה זו והראה, כי התנהגות הכנופיות נובעת לעיתים קרובות לא מהרצון לעשות רע אלא כתגובה הסתגלותית לאיומים. במקרה של בני הנוער השייכים לקבוצות מודרות, חברות בכנופיה עשויה להוריד באופן חלקי את המתחים הקשורים להדרה. עם זאת, במחקרי החוסן נצפו כמה תהליכים הגנתיים, התורמים לבניית חוסן גם כשהם מתרחשים במסגרת התנהגות מסוכנת:
- מזעור ממדי הסיכון על ידי צמצום של תגובות שרשרת, כאשר בעיה אחת גורמת למגוון בעיות אחרות.
 - הערכה עצמית חיובית.
 - יעילות עצמית או יכולת לתפקד בסביבה משתנה ולנסות להשפיע עליה.
 - גישה פתוחה תוך כדי ניצול הזדמנויות שונות (למשל, שימוש במסלולי חינוך אלטרנטיביים לאחר נשירה).
3. מגוון רחב של דרכים לאותו יעד ומגוון רחב של יעדים חיוביים. בניית תוכניות מעורבות לילדים בסיכון ולמשפחותיהם חייבת להכיר בקיום מגוון דרכים המובילות לאותו יעד ולמגוון יעדים חיוביים. לעומת זאת, בפועל, אנו נוטים לפעול לפי הקריטריונים הצרים של הצלחה, המקובלים בתרבות הדומיננטית ולהתעלם מילדים שמדגימים שוני בחוויות ההצלחה שלהם.
4. צדק חברתי כבסיס להתפתחות חיובית. מעורבות צריכה להיות מבוססת על הדאגה לזכויות הילד, כולל זכות לסביבה תומכת ובריאה. עקרון הצדק החברתי בהקשר של פיתוח חוסן משמעו לאפשר לקולות של ילדים ובני נוער עצמם להישמע ולהיות קיימים. מחקרים מראים, כי דאגה לקיום הקול של הילד במסגרת ההתערבות מעלה את הסיכוי לפיתוח חוסן.
5. מיקוד בהטרוגניות תרבותית וחברתית שקשורה לשגשוג הילדים. התערבות לבניית חוסן אמורה להיות מותאמת להקשר חברתי-תרבותי של הילד; קריטריונים להצלחה אינם קבועים אלא משתנים בהתאם להקשר. עצם הגדרה של שגשוג הילדים, שהיא חיונית במסגרת דיונים על חוסן, אפשרית רק בהקשר של סביבה משפחתית, קהילתית ותרבותית. הבנת הקשר בין חוסן לזהות תרבותית חייבת לפתוח אפשרות של התנגדות לתרבות הדומיננטית ואימוץ תרבות אלטרנטיבית כדרך להתפתחות חיובית ולשגשוג.