

Symposium Resilience en Risicobeheer
Persoonlijke eigenschappen en resilience.

Afdeling RisicoBeheer en Techniek

Drs. Natasha Dodonova
Psycholoog,
specialist in kennismanagement en
lerende organisaties.





- Welke persoonlijke eigenschappen dragen bij aan de resilience van mensen? Kunnen deze ontwikkeld worden?
- Wat betekent dat voor de voorbereiding voor onvoorziene omstandigheden?
- Is er een overeenkomst tussen resilience van een organisatie en een persoonlijke resilience?

Invloed van het zelfbeeld en het zelfvertrouwen

Ervaring: weinig
corrigerende feedback
& machtspositie



**Te veel
zelfvertrouwen**



“Blindheid” voor
de betekenis van
veranderingen.
Onderschatten
van risico’s.

Ervaring: positieve
uitkomsten van de eigen
daden door te leren



Zelfvertrouwen



Durven te opereren in
onzekere omstandigheden,
een realistische kijk op je
eigen mogelijkheden.

Ervaring: aangeleerde
hulpeloosheid
(*Martin Seligman*)



**Weinig
zelfvertrouwen**



“Blindheid” voor
kansen, geen energie
voor acties



Resilience onder extreme omstandigheden

- Succesvolle ontsnapping uit Sobibor - een vernietigingskamp in Polen. Hoe was het mogelijk? Erkennen van directe risico's voor het leven, nemen van een verantwoorde beslissing, gebruiken van kennis en ervaring van medestanders, team werk.
- Onderzoek naar het gedrag van mensen in concentratiekampen Dachau en Buchenwald. Hoe ontwikkel je resilience tegen extreme onderdrukking? Creëren van een interne ruimte om eigen beslissingen te kunnen nemen en het geven van betekenis aan de eigen acties.

(Bruno Bettelheim: "It seemed easier to resist the pressure of the Gestapo if one functioned as an individual; the Gestapo knew it and therefore insisted on forcing all individuals into groups which they supervised. The Gestapo's main goal was to produce in the subjects childlike attitudes and childlike dependency on the will of the leaders".)



“Zo beleefden veteranen van vredeshandhavende missies een sterkere mate van machteloosheid en konden minder goed uit de voeten met de geweldsinstructies dan veteranen van vredesafdwingende missies”.
Drs. E.A. Kamp – kapitein-luitenant ter Zee “Zingeving na de missie”

Resilience en zingeving

- Doelgerichtheid: de kern van deze behoefte is dat activiteiten of inspanningen in het heden gericht zijn op een doel in de toekomst.
- Rechtvaardiging: mensen hebben behoefte aan de ervaring dat het goed is hoe men denkt en handelt. Dit bereiken ze door normen en waarden te ontwikkelen, die worden doorgegeven door de eigen cultuur en groepen.
- Controle: deze behoefte is nauw verbonden met het concept van de eigen regie over het leven, waarbij ervaringen van zinvolheid voortvloeien uit het feit dat men controle kan uitoefenen op de omgeving.
- Eigenwaarde: deze vierde en laatste voorwaarde omschrijft Baumeister als de behoefte aan zelfrespect en de aanspraak op respect van anderen.

Onderzoek naar resilience tegen verslavingen in Kazachstan.

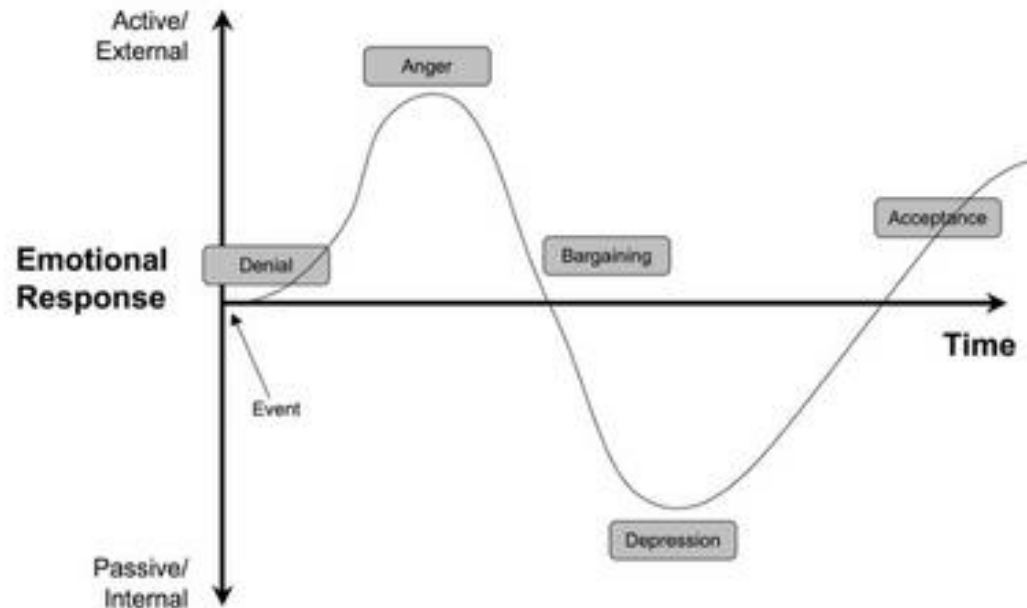
8% van de onderzochte scholieren hebben hoge resilience, 20% hebben een lage resilience, de laatste is een risicogroep. Het ontwikkelen van eigenschappen die bijdragen aan resilience bij de risicogroep van scholieren leidde tot vermindering van drugverslaafden (3,2 keer minder). Ontwikkelen van deze eigenschappen bij de drugsverslaafden (meer dan 10 jaar heroïne gebruik) leidde tot 32% definitief stoppen met drugsgebruik.

Wat draagt bij de ontwikkeling van resilience?

- Zelfidentificatie: Wie ben ik? Wat wil ik? Wat kan ik?
- Zelf verantwoordelijk voelen voor het eigen leven i.p.v. anderen de schuld te geven voor eigen problemen.
- Positief levensscenario.
- Een verantwoorde beslissing te kunnen nemen in onzekere omstandigheden en/of ondanks de druk die anderen op je uitoefenen.
- Voldoende middelen en energie om het levensscenario te realiseren.
- Kennis van risico's en negatieve gevolgen van destructieve invloeden zoals b.v. drugsgebruik, computergames verslaving etc. Kennis over preventieve maatregelen.

Ingrijpende gebeurtenissen: wanneer ben jij klaar om de levensdraad weer op te pakken?

De Kubler Ross verandercurve





Organizational resilience is the ability of an organization to absorb and adapt in a changing environment to enable it to deliver its objectives and to survive and prosper. More resilient organizations can anticipate and respond to threats and opportunities, arising from sudden or gradual changes in their internal and external context. Enhancing resilience can be a strategic organizational goal, and is the outcome of good business practice and effectively managing risk.

Persoonlijke resilience	Organizational resilience — Principles and attributes (ISO 22316)
Zelfidentificatie en positief levensscenario	An organization’s resilience is enhanced when behaviour is aligned with a shared vision and purpose;
Herkenning van risico’s en kennis van hoe je daarmee om kan gaan.	Understanding and influencing context; risk management.
Zelf verantwoordelijk voelen voor het eigen leven, vaardigheden om naar oplossingen van problemen te zoeken.	Effective and empowered leadership
Verantwoorde beslissingen kunnen nemen.	Good governance and management;
Voldoende middelen en energie om een levensscenario te realiseren en/of na het falen te kunnen herstellen.	Availability of resources, resilience is supported by a diversity of skills, leadership, knowledge and experience;

Dezelfde principes van resilience: zelfidentificatie en doel, proactieve aanpak en focus op kansen, verantwoorde beslissingen te kunnen nemen, risico-herkenning en kennis om risico te kunnen managen, zorgen voor voldoende energie en middelen om doelen te realiseren of zichzelf te kunnen herstellen.



Wat betekent dit verhaal voor Sint Maarten?

Hoe kan resilience van mensen ondersteund worden?

- Bij het organiseren van hulp zo veel mogelijk mensen zelf betrekken, zodat ze weer controle over het eigen leven kunnen voelen.
- Samen met mensen een positief (levens)scenario ontwikkelen over hun toekomstige leven. Dat geeft meer energie dan alleen het werk aan het herstellen van wat het leven was.
- Identificeren van “*needs and beliefs*”, investeren in dingen die voor lokale mensen een speciale betekenis hebben. Gebruiken van “*community approach*”.
- Het kunnen erkennen van de emotionele fase in de verandercurve waarin mensen zich bevinden en ernaar handelen. Helpen met het verwerken van verlies.