

**RESILIENCIA, HUMANISMO Y PSICOANÁLISIS. INFLUENCIAS,
ENCUENTROS Y DESENCUENTROS. UN ABORDAJE TEÓRICO.**

Trabajo de Grado elaborado por: Karina Andrea Monroy U., Juan Mauricio Rozo M.,

Luisa Fernanda Sierra R.

Universidad de la Sabana

Diciembre de 2006

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN.....	2
INTRODUCCIÓN.....	3
Pregunta problema.....	6
OBJETIVO.....	6
General.....	6
Específico.....	6
MARCO REFERENCIAL.....	7
Reflexión histórica.....	7
Epistemología del Psicoanálisis.....	7
Epistemología del Humanismo.....	11
Reflexión disciplinar.....	15
Surgimiento del Concepto de Resiliencia.....	15
Humanismo y Resiliencia.....	23
Psicoanálisis y Resiliencia.....	36
MÉTODO.....	51
Tipo de estudio.....	52
Selección de fuentes bibliográficas.....	54
Procedimiento.....	56
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	63
Referencias.....	76
Anexos.....	80

Resumen

El presente trabajo pretende mediante una metodología teórica histórica ahondar en el concepto de resiliencia en psicología buscando sus propios orígenes en dos enfoques de dicha disciplina, el Humanismo y el Psicoanálisis. En el contenido se dan a conocer definiciones de resiliencia, y se clarifica la manera como se ha concebido este concepto a partir de la perspectiva de estos enfoques. Los resultados obtenidos comprenden que desde el psicoanálisis, la resiliencia se relaciona con el establecimiento de un vínculo afectivo, en tanto que para el humanismo la resiliencia se ha asociado con los conceptos de autorrealización y dimensión espiritual del hombre.

Palabras claves: Resiliencia, Humanismo, Psicoanálisis, Vínculo Afectivo, Dimensión Espiritual, Autorrealización, Vulnerabilidad.

Abstract

The objective of this study is to conduct a thorough research on the concept of resilience as it is applied to Psychology under a historical and theoretical framework. The methodology applied under this framework consists of the development of written case studies that attempt to find similarities and differences from two different psychological points of view: Humanism and Psychoanalysis. The content of these readings gives various definitions of resilience, and clarifies the way this concept has been perceived from the aforementioned points of view. Results show that from a Psychoanalysis perspective, resilience is related to the establishment of affective links, while in Humanism it is associated with the concepts of self-realization and spiritual dimension of the human being.

Key Words: Resilience, Humanism, Psychoanalysis, Affective Links, Spiritual Dimension, Self-realization, Vulnerability.

***Resiliencia, Humanismo y Psicoanálisis. Influencias, Encuentros y
Desencuentros. Un Abordaje Teórico***

La *Resiliencia* en Psicología es un término innovador que ha venido incidiendo en el desarrollo de las diferentes áreas de esta disciplina. Entre ellas, la psicología clínica, la cual, históricamente se ha caracterizado por el tratamiento del sufrimiento mental humano, desarrollando para ello procesos de evaluación, diagnóstico e intervención fundamentados en un piso epistemológico característico del enfoque psicológico en el que se desenvuelva.

A pesar de que estos momentos han contribuido con un proceso de “recuperación”, respecto de los síntomas del trauma cualesquiera que éste sea, este concepto de la psicología no ha podido explicar de manera convincente el por qué hay individuos que al pasar por estos tres momentos; el de evaluación, diagnóstico e intervención tienen una mejoría y continúan su evolución personal, mientras que en otros persiste la elaboración sintomática y el mismo trastorno.

La intervención clínica se ha justificado no sólo en cuanto a los síntomas se refiere, sino que dicha elaboración sintomática ha tenido un origen en el “trauma”, suscitando éste a su vez crisis, susceptibles o no de ser superadas. La superación del trauma y de su proceso crítico es lo que en psicología, desde hace unos años se ha denominado bajo el nombre de resiliencia.

Ahora bien, la psicología en su afán de obtener un estatus científico, desde siempre ha buscado responder al por qué de la conducta, y en particular la psicología clínica, no se escapa a este cuestionamiento. Por esta razón los enfoques clínicos en su práctica y

teoría giran siempre en torno al por qué de la conducta, al síntoma, y a la superación o no del mismo.

Ávila (1998), famoso historiador de la práctica clínica a nivel no sólo hispanoamericano sino mundial, dentro de sus investigaciones ha concluido que existen más de quinientos modelos de intervención clínica. Esta cantidad de modelos han surgido en menos de cien años, y ninguna de estas quinientas posibilidades ha llegado a la conclusión ética de postular por ejemplo su retiro del ámbito clínico debido al grado de efectividad, por el contrario cada uno de esos modelos se ufana de ser mejor que los restantes.

Así pues, el término resiliencia se ha presentado ahora ante el mundo psicológico, como un concepto innovador, que ha pretendido describir la manera en que un individuo resuelve su circunstancia crítica. Ésta resolución aunque en un principio, visto desde un ámbito clínico, necesitaría de una ayuda, llámese por ejemplo psicoterapeuta; en la resiliencia o en el proceso resiliente no se necesita de este tipo de figura, lo que hace que el término no se encuadre en un uso exclusivamente clínico.

Es por esta razón, y por muchas otras que se pretende abordar este nuevo concepto, que presenta cierta dificultad para ocupar un lugar específico, tanto en un campo de la Psicología como en un enfoque psicológico determinado, debido a que es bastante amplio y abarca varios conceptos y vértices dentro de la psicología.

Aunque ya se han dado a conocer teorías, investigaciones y tesis sobre resiliencia, se podría pensar que el concepto en sí mismo no es nuevo, por el contrario, se considera que la psicología es una ciencia nueva en comparación con otras disciplinas y por ende todo concepto tendría aún un estatus joven. No obstante, a pesar de los múltiples

intentos de conceptualizar en torno a la resiliencia, aún no se tiene claridad conceptual, y mucho menos el lugar que ocupa en cada enfoque y en la disciplina Psicológica en general; por lo cual, como estudiantes de pregrado de psicología de la Universidad de La Sabana, ha surgido un interés particular por revisar lo que hasta el momento se ha hecho explícito sobre la resiliencia.

Sin duda alguna, los seres humanos se han visto enfrentados a dificultades o situaciones adversas como la muerte, la enfermedad, el secuestro, la pobreza y el desplazamiento entre otras, que en algunos casos son superadas y en otros casos no.

Es indispensable que desde la misma disciplina psicológica se promueva la validación o no de este nuevo concepto.

Una revisión del término podría ayudar a entender si éste explica las posibilidades de cambio y de adaptación a situaciones de vida que son consideradas como adversas, y apunta al mejoramiento de la calidad de vida de las personas a partir del sentido y significado que éste le atribuye a dichas situaciones y a la superación de las mismas; ó si es simplemente una descripción de un proceso de superación que se queda en ese solo nivel descriptivo.

Por lo anterior, se puede afirmar que la resiliencia cuenta con un sustento teórico determinado por los aportes que han realizado diversos autores sin enfoque específico alguno, que comprende varias definiciones. Este mismo concepto y su dinámica nominada como resiliente, ha sido abordada desde los enfoques psicológicos bajo otras denominaciones, e incluso otras disciplinas de las Ciencias Sociales que han abordado la superación del ser humano desde diferentes ópticas.

Es así como en el presente trabajo, se pretende revisar los antecedentes del término resiliencia en Psicología, las definiciones planteadas por los diferentes autores, así como la visión que se tiene de este término, particularmente en los enfoques Humanista y Psicoanalítico.

Como se puede apreciar, la resiliencia está, como concepto psicológico, en un periodo de transición en el que se pretende acomodar a alguna rama o enfoque de la disciplina. Por esta razón, es pertinente adentrarse en el marco referencial epistemológico de los enfoques anteriormente mencionados, e igualmente, favorecer el campo teórico expuesto desde la resiliencia.

Pregunta problema

¿Qué es la resiliencia como concepto Psicológico, y cual es su influencia desde los enfoques Humanista y Psicoanalítico?

Objetivo general

Ahondar en el concepto de resiliencia aplicado a la Psicología, con el fin de encontrar similitudes y/o diferencias en enfoques psicológicos, en este caso el Humanismo y el Psicoanálisis.

Objetivos específicos

Rescatar elementos teóricos del Humanismo y el Psicoanálisis que influyen e influyeron en la conceptualización de la resiliencia

Comprender desde la teoría humanista la manera cómo el ser humano afronta las situaciones difíciles, y las trasciende.

Comprender desde la teoría psicoanalítica la dinámica cómo el ser humano afronta las exigencias del medio, en ocasiones traumáticas y las supera.

Marco Referencial

Para contextualizar la resiliencia con relación a los enfoques Humanista y Psicoanalítico, ha sido pertinente abordar la construcción teórica del origen del concepto de resiliencia, al igual que, el sustrato de estos dos enfoques, debido a que desde su estatuto epistemológico, se podría explicar el origen de los diferentes conceptos pertinentes para el análisis de la resiliencia, de los encuentros y desencuentros con el Humanismo y el Psicoanálisis.

Reflexión histórica

Psicoanálisis. El estatuto epistemológico de la interpretación ha sido ampliamente debatido dentro y fuera de las filas psicoanalíticas. Incluso su creador se preocupó desde el primer momento por garantizar la validez de este procedimiento, al analizar las posiciones del paciente y del terapeuta, a la luz del concepto de lo inconsciente. La experiencia mostró enseguida que lo mejor y más adecuado que el psicoterapeuta podría hacer, era abandonarse a su propia actividad mental inconsciente, conservándose en un estado de atención constante; evitando en lo posible toda reflexión y toda producción de hipótesis concientes, así como no fijar especialmente en su memoria nada de lo escuchado, y aprender de este modo, mediante su propio inconsciente, lo inconsciente del analizado.

Desde el punto de vista epistemológico, también surgieron algunas confrontaciones como lo fueron las teorizaciones de Breuer que se orientaban a la búsqueda de leyes generales para dar cuenta del material clínico, mientras que Freud se preocupó por construir modelos que le permitieron, a partir de los datos brindados, explicar dicho material. (Geltman, 1993, p. 88) .

La larga producción teórica de Freud de 1890 a 1939, abarcó uno de los periodos más fecundos de la historia de la ciencia. El mismo año en que su familia llevaba a Freud de tres años a Viena, se publicó el Origen de las Especies de Darwin, libro que estaba destinado a revolucionar la concepción del hombre sobre el hombre. La doctrina evolucionista convirtió así al hombre en parte de la naturaleza, en un animal más entre los animales. Cuando Freud tenía cuatro años de edad, Gustav Fechner fundó la ciencia de la Psicología. Este hombre demostró que la mente podía estudiarse científicamente. A partir de entonces, la Psicología ocupó un lugar entre las Ciencias Naturales. Fue así como Darwin y Fechner ejercieron influencia en el desarrollo intelectual de Freud. De igual forma, los nuevos descubrimientos de la física influyeron profundamente a Freud.

A mediados del siglo el gran físico alemán Hermann Von Helmholtz formuló el principio de la conservación de la energía. El estudio de los cambios de la energía llevó al descubrimiento del campo de la dinámica, tan pertinente en los postulados psicoanalíticos. Una vez hecho ese descubrimiento, Freud procedió a crear la psicología dinámica, que estudia las transformaciones e intercambios de energía dentro de la persona. (Hall, 1980, p. 15) .

Trull y Phares (2003) narran que en 1885, se concedió a Freud una beca para estudiar en Paris con el famoso Jean Charcot, quien fué notable por su trabajo con histéricas. La histeria era vista entonces como un “trastorno femenino” marcado por parálisis, ceguera y sordera. Estos síntomas sugirieron una base neurológica, pero no podía encontrarse causa orgánica alguna. Antes, Charcot había descubierto que algunas pacientes histéricas, bajo hipnosis, abandonaban sus síntomas y en ocasiones recordaban las experiencias traumáticas que los habían causado. Es probable que

dichos recuerdos bajo hipnosis ayudaran a estimular las reflexiones de Freud sobre la naturaleza del inconsciente. (p. 327) .

Hall (1980) afirmó que como joven hombre de ciencia dedicado a la investigación biológica durante el último cuarto del siglo XIX, Freud no pudo menos que sentir la influencia de las nuevas corrientes. La energía y la dinámica se introducían en todo laboratorio y penetraban en la mente de los científicos. (p. 15) . Fue el mismo Hall (1980) quien afirmó que gracias a su genio singular, Freud habría de descubrir, veinte años después, que podía aplicarse la ley de la dinámica tanto a la personalidad del hombre, como a su aspecto corporal. Una vez hecho ese descubrimiento, Freud procedió a crear la psicología dinámica, que estudia las transformaciones e intercambios de energía dentro de la personalidad. (p.16) .

Aunque más tarde Freud desarrollaría nuevas y mejoradas técnicas terapéuticas, el método de “relatar” o de libre asociación le proporcionó un gran conocimiento de las causas subyacentes del comportamiento anormal. Su exploración reveló fuerzas dinámicas responsables de la creación de los síntomas anormales que él tenía que tratar. Gradualmente, comenzó a bosquejarse en la mente de Freud la idea de que la mayoría de esas fuerzas eran inconscientes. Este fue el punto culminante en la vida científica de Freud. Dejando de lado, la fisiología y la neurología, se transformó en investigador de la psicología. (Hall, 1980, p. 17) .

La asociación libre se convirtió en el procedimiento fundamental de la labor psicoanalítica, posibilitando al sujeto ponerse en la situación de “un observador atento y desapasionado” de sí mismo, invitándolo a comunicar todas las ocurrencias sin rechazar aún las más absurdas o vergonzosas.

La relación entre asociación libre e interpretación, como acontecimiento teórico, se constituyó en el pilar que hizo posible sostener el psicoanálisis extendiéndolo más allá de la patología neurótica, incursionar en “la psicopatología de la vida cotidiana”, y de este modo poner bajo la observación analítica todo un espectro de fenómenos como el chiste, el lapsus, el olvido, la equivocación y encontrar la “vía regia” representada por la interpretación de los sueños para acceder a lo inconsciente, constituido desde entonces en el objeto del psicoanálisis. (Assoun, 1982, p. 30) .

Fue así como la influencia del psicoanálisis era evidente en todos los aspectos de la vida. La literatura, el arte, la religión, las costumbres sociales, la moral, la ética, la educación, las ciencias sociales, en todas se dejaba sentir el impacto de la psicología Freudiana. (Hall, 1980, p. 20) . De tal manera, los hallazgos realizados por otros autores que influyeron en la creación del método clínico formulado por Freud en un principio, fueron suficientes para suponer que el psicoanálisis debía ir más allá de la hipnosis y de la conducta, pues conduce a reflexionar sobre la importancia de un inconsciente, en un principio, y la responsabilidad de éste en la vida psíquica de los seres humanos. Así pues, en la medida en que el modelo de funcionamiento mental creado por Freud se manifestara, entendiendo que lo inconsciente es lo que mueve y motiva la conducta humana, dicha manifestación era entendida, y aún lo es, como un intento de aliviar una tensión psíquica, un conflicto mental, una situación desagradable psíquicamente para el ser humano. De esta manera, los conceptos contemplados por en un principio por el psicoanálisis se relacionan con la capacidad para ser resiliente y enfrentar las situaciones adversas, percibiendo la angustia que acompaña al otro más no la del problema en sí.

De otro lado, se hace pertinente mencionar que Carl Rogers, estaba de acuerdo tanto con las creencias religiosas como democráticas inspiradas por Otto Rank y Jessie Taft respecto de la naturaleza de las relaciones humanas, las cuales dieron origen a las teorías sobre aceptación formuladas por Rogers. (Trull y Phares, 2003, p.350). De tal manera, la prevalencia del campo epistemológico propio del enfoque Humanista y la pertinencia que la fenomenología tiene con la descripción del trauma y su probable resolución, permite argumentar que el fenómeno puede ser una situación adversa que hace parte de la experiencia a la cual se enfrenta un individuo para lograr así su adaptación a dicha situación. En tanto, que Víctor Frankl, desde la mirada existencialista, ha generado una orientación de la psicología que ve a las personas comprometidas en la búsqueda de significado.

Humanismo. Trull y Phares (2003) han afirmado que la extensión plena de la contribución de Rogers, se hace evidente si se recuerda el mundo de la terapia de la personalidad de finales de la década de 1930. El psicoanálisis como teoría y como práctica, era la fuerza dominante. Las teorías de psicólogos, como Gordon, Allport y Kart Lewin clamaban la atención, pero el reflector real estaba sobre las teorías que tenían una asociación cercana con el tratamiento, lo cual se refiere al psicoanálisis o al menos a algunos derivados cercanos de éste. En esa época, Carl Rogers era un psicólogo clínico en Rochester, Nueva York, que luchaba con los problemas clínicos de niños perturbados. Como la mayoría de los terapeutas, de la época, había estado muy expuesto al pensamiento psicoanalítico. Después de concluir su doctorado en psicología en la Universidad de Columbia, comenzó a trabajar en una clínica en Rochester en donde tuvo influencia de Otto Rank y Jessie Taft quienes consideraban debía permitirse

a los pacientes la oportunidad libre de ejercer su voluntad, lejos del dominio del terapeuta. Fue así como Rogers encontró que estas opiniones congeniaban y estaban de acuerdo con sus creencias religiosas, como con sus convicciones democráticas respecto de la naturaleza de las relaciones humanas en la sociedad, Rogers sostuvo que existe una creencia de que ninguna persona tiene el derecho de dirigir la vida de otra, encontrando expresiones en sus nociones terapéuticas de permisividad, aceptación y una negativa a dar consejos. (p. 350) .

Particularmente, el enfoque humanista ha planteado desde su método científico como lo es la fenomenología, que la esencia del ser humano va más allá de los atributos patológicos o problemáticos que se disponen en él. Así mismo, la fenomenología como sustrato de la filosofía, ha buscado describir los datos o lo específico de la experiencia inmediata. En la psicología, la fenomenología ha llegado a significar el estudio de la conciencia y la percepción humana, enfatizando que lo que es importante no es el objeto o el evento en sí mismo, sino la forma en que lo percibe y lo entiende el individuo. De igual forma consideró que “cada individuo existe en el centro de un campo fenoménico” (Rogers, 2002, p. 228) .

La fenomenología pura, de la que aquí se quiere buscar el camino, caracteriza la singular posición que ocupa entre las demás ciencias y demuestra que es la ciencia fundamental de la filosofía. Se llama a sí misma, ciencia de “fenómenos”. Se oye designar a la psicología como una ciencia de los fenómenos psíquicos y a la ciencia natural como una ciencia de los fenómenos físicos. Así en concordancia con las investigaciones lógicas, es concebida la filosofía como un antecesor a la psicología

empírica, casi una esfera de descripciones “inmanente” de vivencias psíquicas que se mantienen en el marco de la experiencia interna. (Husserl, 1986, p. 7) .

La fenomenología abrió campo a la psicología, dándole un sentido y haciéndola cada vez más profunda. (p. 8) De ésta forma se convirtió así en la base epistemológica del humanismo. La psicología es una ciencia de sucesos reales en el espacio y en tiempo y la fenomenología pura o trascendental no ha sido vista como una ciencia propia de hechos, sino de esencias, como una ciencia que quiere llegar exclusivamente a “conocimientos esenciales” y no fijar, en absoluto, “hechos”. (Husserl, 1986, p. 10) . De allí se desprendió la teoría humanista en la cual lo importante es descubrir la esencia del hombre.

De otro lado, se han caracterizado los fenómenos de la fenomenología trascendental como irreales, es decir, no una ciencia de esencias, de fenómenos reales, sino de fenómenos trascendentalmente reducidos. Fue así como la experiencia hizo parte de los eventos estudiados por la fenomenología, en donde cabe mencionar que las situaciones adversas que han sido estudiadas con relación a la resiliencia, son fenómenos propios del campo fenoménico que rodea al ser humano.

Igualmente, el conocimiento permanece dentro de la experiencia y comienza con ella. Las ciencias de esta actitud son las ciencias del mundo y coinciden en que son mundo. (Husserl, 1986, p. 17) . La experiencia originaria se tiene de las cosas físicas en la percepción externa, pero ya no es una expectativa o recuerdo. La experiencia originaria se obtiene de la mismidad así como de los estados de conciencia en la denominada percepción interna o autoconcepción, pero no de los demás ni de sus vivencias en la intrafección. (Husserl, 1986, p. 18) .

Es así como la fenomenología ha sido el estudio de las esencias, y todos los problemas, según ella, se reducen a definir esencias como lo son la percepción y la conciencia. Pero la fenomenología es también una filosofía que vuelve a colocar las esencias en la existencia y considera que no se puede comprender al hombre y al mundo sino a partir de su “facticidad”. Una confusión del mismo género oscureció la noción de “esencias” en Husserl. Toda reducción, dice Husserl, a la vez trascendental, es eidética. Ello quiere decir que no se puede someter a la mirada filosófica la percepción del mundo, sin dejar de formar unidad con esta tesis del mundo y así con el interés por el mundo que nos define. Sin retroceder más acá del compromiso para hacerlo aparecer como espectáculo, sin pasar del hecho de nuestra existencia a la naturaleza del ser, a la esencia. No significa que la filosofía tome a la ciencia por objeto, sino, por el contrario, que la experiencia está estrechamente apresada en el mundo para conocerse como tal en el momento en que está presente, de ahí la importancia que la teoría humanista da a la experiencia y al cómo la percibe el hombre en su existencia. (Husserl, 1986, p. 21) .

Lo anterior contribuyó para que se reestableciera la fenomenología como sustento teórico del humanismo y de allí se desprendieran así, las apreciaciones que plantea desde la fenomenología, particularmente en el concepto de hombre y la importancia de la experiencia en la vida de los seres humanos.

Así pues, Karl Jaspers, psiquiatra y filósofo alemán ha sido sin duda, uno de los grandes filósofos de la existencia y psiquiatra fenomenólogo, y aunque sus obras han pasado en gran parte y de manera extraña desapercibidas en el ámbito de la psicología sería difícil dejar de lado las coincidencias entre el pensamiento de Víctor Frankl y el autor en mención. La primera coincidencia se da en la visión epistemológica de los dos

autores, pues tanto para Frankl como para Jaspers existe un mundo objetivo, aunque cada cual tiene su concreción histórica. La segunda coincidencia se relaciona con la visión epistemológica, haciendo énfasis en que ésta haría más parte de las ciencias del espíritu que de las ciencias naturales. El hombre es lo abarcativo que somos: existir, conciencia en general, espíritu, razón y existencia. Es el camino para la unidad de las modalidades de lo abarcativo. He aquí la importancia de la dimensión espiritual para el humanismo. (Jaspers, 1999, p. 48) .

Reflexión disciplinar

Surgimiento del Concepto de Resiliencia

Introducción

El concepto *Resiliencia* es un constructo teórico utilizado para denominar características del ser humano, que durante muchos años atrás se venían observando dentro de las ciencias del comportamiento, sin enfoque específico alguno. Se trata de características relacionadas con la forma como el individuo se enfrenta a las diferentes situaciones adversas y las supera. Es así como cada situación adversa se puede ver como un fenómeno que hace parte del campo fenoménico, es decir, aquello que rodea al individuo. Por lo mismo que Phares y Trull (2003) estimaron que el campo fenoménico es todo aquello experimentado por el sujeto en cualquier punto dado en el tiempo. Por consiguiente, para entender el comportamiento de las personas, se debe conocer algo sobre su campo fenoménico; es decir, lo que es el mundo para ellos. (p. 350) .

Así, una persona además de haber tenido problemas, ha contado con recursos para salir adelante frente a una situación adversa. Es necesario considerar que como antecedente al humanismo, se ha visto que la fenomenología ha hecho un gran aporte,

ya que ha enseñado que el campo fenoménico de la persona tiende hacia su comportamiento.

El psicoanálisis por otro lado, creado por Sigmund Freud, surgió como un método orientado en un principio, y de forma exclusiva, al tratamiento de un cuadro clínico que para entonces era un enigma para la ciencia médica. Se trataba de la histeria. Éste método, nominado después como método psicoanalítico, ha encontrado que los orígenes de un fenómeno determinado no siempre son observables de forma directa; y así como el sufrimiento humano no necesariamente tiene por qué tener un origen fisiológico, sino que puede tener origen psicológico o mental, sin dejar de lado la intención de involucrar a la biología en la comprensión del ser.

El psicoanálisis se ha presentado como una ciencia liberadora del ser humano, comprensiva del mismo. El hombre, inmerso en su propia problemática, en su propio dolor, en muchas ocasiones se encuentra inhabilitado para superar dicho estado; y es aquí en donde entra en acción la labor del psicoanálisis y del psicoanalista para, “percibir la angustia y el dolor que habita en el discurso del otro, con el ánimo de disminuir la tensión y encontrar así una luz al sufrimiento.” (Nasio, 2001) .

A su vez, Freud (1.923) planteó esta frase categórica, “El yo no es maestro en su morada”. Planteando que el ser humano no es dueño de sus actos. Lo que los historiadores han denominado como la tercera herida narcisista a la humanidad. El hombre no es dueño de sus comportamientos ni de sus deseos, conoce parcialmente el origen consciente de su sufrimiento, pero siempre habrá algo que se escapa a ese conocer, como podría llegar a ser cualquier situación adversa.

Así pues, la resiliencia, ha sido un término que se ha podido abordar desde cualquier enfoque psicológico, y simplemente ha tratado de observar las características de las personas, que supieron enfrentar con éxito eventos traumáticos, al igual que lograron mirar los factores que influyeron para que se desarrollaran las características que permitieron su éxito.

El concepto de Resiliencia nació a comienzos de los años ochenta, completamente dominado por el concepto inverso, el de la “vulnerabilidad”. Su dictadura era tan poderosa, que en el tratado redactado por Michael Manciaux, Serge Lebovici y compañía, al consagrar un largo capítulo a la vulnerabilidad, ni siquiera se menciona el término Resiliencia. (Tomkiewicz, 2004, p. 34) .

Es Rogers (2002) quien enfatizó que la vulnerabilidad es un término que designa el estado de incongruencia que puede existir entre el yo y la experiencia. Se emplea cuando se desea destacar el peligro de desorganización psíquica al que puede llevar tal estado. Cuando el individuo se encuentra en estado de incongruencia sin tener conciencia de ello, es potencialmente vulnerable a la angustia, la amenaza y la desorganización. (p. 35) .

Por el contrario, para el psicoanálisis, la vulnerabilidad, nunca ha sido un concepto abordado de forma única. Mas bien, se encuentra que el estado de descubrirse así mismo vulnerable, está anillado con otros conceptos clásicos de esta teoría como vínculo afectivo, introyección de la madre, sostenimiento, área del conflicto del yo y proceso de adaptación, entre otros.

La Resiliencia

Cyrulnik, Tomkiewicz, Guénard, Vanistandael y Manciaux (2004) después de llevar a cabo diversas investigaciones por más de treinta años en la isla de Hawai, con población expuesta a situaciones de violencia, maltrato y carencias de afecto, reconocieron en ésta población aproximadamente un tres por ciento, que sin haber contado con el beneficio de cuidados especiales, lograron realizar una vida plena de sentido. (meaningful life); a los cuales llamaron *resilientes* (p. 34) . Dos términos que han dejado prever el surgimiento del concepto “resiliencia” hicieron su aparición en el lenguaje psico-médico- social: Uno era el inglés *to cope with, o doping*, que en español puede traducirse como “hacer frente”, “arreglárselas”, “encajar el golpe”, “asumir” y el otro se refirió al término francés *invulnérabilité*, hace ya más de cuarenta años. Unas palabras sobre la metáfora que lo ilustran de forma brillante son: El descalabro, el desastre, el resultado del encontronazo entre la personalidad (más o menos vulnerable) del sujeto y la agresión de la que es víctima. (Tomkiewics, 2004, p. 34) .

Por otro lado, Cyrulnik (2004) expuso cómo la resiliencia varía conforme a cómo va desarrollándose la existencia y además difiere en función de la naturaleza del estrés. Así mismo la invulnerabilidad, al igual que el *doping with*, sólo significa resistencia, por lo tanto, una respuesta inmediata. La resiliencia por el contrario, implica un efecto duradero, un proyecto de vida; es dinámica, mientras que la vulnerabilidad permanece estática. (p. 37) .

De otro lado, Luthar, Cicchetti y Becker (2000) explicaron que la Resiliencia intenta entender, cómo los seres humanos son capaces de sobrevivir y superar adversidades, a pesar de vivir en condiciones de pobreza, violencia intrafamiliar, enfermedad

mental de los padres, o a pesar de las consecuencias de una catástrofe natural, entre otras. (p. 543) .

Cyrulnik (2002) ha definido la palabra resiliencia desde su origen latino proveniente de *re salire*, término muy utilizado en la ciencias físicas y de la mecánica, adjunto a lo cual, explicita el trabajo de los marineros de Toulon “donde tal concepto fué empleado para referirse al hecho según el cual los submarinos mantienen su estructura sin importar las presiones del medio, o retoman su estructura después de haber soportado un golpe proveniente del medio” (p. 30) . Por consiguiente, Cyrulnik (2003) ha afirmado que “sólo es posible hablar de resiliencia si se ha producido un trauma que se haya visto seguido por la recuperación de algún tipo de desarrollo, es decir, si se verifica la recomposición del desgarró” (p. 29) .

En tanto que, Goodyer (1995) ha afirmado “que hay resiliencia cuando un niño muestra reacciones moderadas y aceptables si el ambiente lo somete a estímulos considerados nocivos. Adicionalmente, subraya la capacidad para reaccionar adecuadamente ante los estímulos del entorno que son favorables”. (p. 183) .

De igual forma, Cyrulnik (2003) consideró que algunas personas, gravemente heridas o mal acompañadas, claudican y se quedan aleladas, confusas, sometidas al pasado, rumiando un desgarró que sigue vivo. Otras, sin embargo, consiguen alcanzar la “creación de una historia interior necesaria para la supervivencia psíquica”. El relato escenifica hechos reales cuyo significado dependen de quiénes hablan de ellos. (p. 135) .

Un acontecimiento no es lo que se puede ver o saber de el, es lo que se hace con el, cuando nos resulta necesario para llegar a ser alguien. La trivialidad más sosa

contiene en su seno el germen de un gran acontecimiento interior, con la condición de que proponga al herido un lugar y un procedimiento que le permitan sumergirse en busca de los recuerdos perdidos. (p. 136) .

Cyrułnik (2003) ha sugerido que la actitud resiliente consiste en hacerse una serie de cuestionamientos tales como: “¿Qué voy hacer con mi herida? ¿Voy a refugiarme de vez en cuando en la ensoñación y a extraer de ella átomos de belleza que me permitan convertir lo real en algo soportable que me permita incluso, alguna que otra vez, embellecerlo?”. Una modalidad de defensa no resiliente diría: Voy a vivir en un mundo de imágenes y de palabras aislado de esta realidad intolerable. ¿Qué ocurre en mi interior? ¿Cómo es que inventó relatos de un yo maravilloso cuando me veo obligado a controlar que mi realidad es lastimosa? (p. 140) .

Igualmente, Rutter (1993) planteó que “la resiliencia es un fenómeno que manifiestan sujetos jóvenes que evolucionan favorablemente, aunque hayan experimentado una forma de estrés que se estima implica un grave riesgo de consecuencias desfavorables” (p. 626) .

Basándose en los fenómenos de estrés y resistencia, Vanistendael y Lecomte, (2000) afirmaron que la resiliencia es la capacidad de tener éxito de modo aceptable para la sociedad, a pesar de un estrés o de una adversidad que implican normalmente un grave riesgo de resultados negativos y ponen énfasis en la capacidad de mantener un nivel de adaptabilidad adecuada. (p. 58) .

Para mencionar la relación entre resiliencia e interacciones sociales Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrułnik (2003) propusieron que la “resiliencia es la capacidad de una persona o grupo para desarrollarse bien, para seguir proyectándose en el futuro a

pesar de los acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves” (p.78) .

Adicionalmente, la resiliencia es una capacidad que emerge de las interacciones sociales. Esta capacidad, es sobre todo, el resultado de nutrientes afectivos, cognitivos, relacionales y éticos que los niños y niñas reciben de su entorno. (Barudy y Dantagnan, 2005) . Adjunto al concepto de resiliencia fueron Vanistendael y Lecomte, (2000) quienes sostuvieron metafóricamente, que la resiliencia está construida como una “casita”. Primero, se encuentra el suelo que equivale a las necesidades básicas (como cuidados de salud y alimentación). Posteriormente, viene el subsuelo con la red de relaciones informales como los amigos y la familia, compañeros del colegio o del trabajo. En el centro de dichas redes, se apoyan los cimientos de la resiliencia de un individuo. (p. 61) . Así mismo, en el modelo propuesto por Barudy y Dantagnan (2005) la aceptación incondicional es equivalente al concepto de amor. En el primer piso se encuentra “una capacidad fundamental: Encontrar un sentido, una coherencia a la vida” (p. 57) y en la metáfora de Vanistendael y Lecomte (2000) se han hallado “las cuatro habitaciones de la persona resiliente: La autoestima, las competencias, las aptitudes y el humor” (p. 57) .

De la misma manera Maslow (1991) en su jerarquía de las necesidades, describió cinco necesidades básicas. En orden de su intensidad son: Fisiológicas, de seguridad, de pertenencia y amor, de autoestima y de autorrealización. Cada necesidad inferior debe ser satisfecha antes de que el individuo pueda percibir o desarrollar la capacidad de satisfacer las necesidades que ocupan un lugar más importante que ésta. (p. 130) . Añade que “La autorrealización es posible sólo si las necesidades

inferiores han sido satisfechas en forma suficiente de modo que no reduzcan o absorban las energías básicas de una persona” (p. 131). Maslow (1991) describió al ser humano como un “animal deseoso” que casi siempre está anhelando algo. En efecto, cuando un deseo humano es satisfecho, surge otro para ocupar su lugar. En el impulso de la autorrealización, el individuo avanza hacia la maduración, felicidad y satisfacción. (p. 157) .

En otras palabras, el individuo resiliente ha sido quien gracias a sus herramientas construidas en la infancia o a lo largo de la vida, pudo afrontar los momentos adversos, sin perder la salud mental. Es pertinente enfatizar en tres aspectos citados por los autores antes mencionados. El primer aspecto, se refiere a la universalidad de la resiliencia (todo ser humano es resiliente en potencia y su fomento esta dado desde la niñez. El segundo aspecto tiene en cuenta que no sólo existen individuos resilientes, sino también grupos resilientes como son las familias y las comunidades y por último, el tercer factor añade que la resiliencia como proceso dinámico, está en constante construcción, así como la integralidad del mismo en conjugación de múltiples áreas psicológicas y sociales.

Ciertamente, los aspectos arriba señalados (y otros más como la conciencia, la reflexión, la libertad, la creatividad, los valores, los ideales, el goce, y disfrute del arte, etc.) son, como dicen los autores, aspectos centrales de la vida humana y, como tales, exigen una *metodología* que no los deje escapar por su tamiz. (Martínez, 1999, p. 66).

Martínez (1999) afirmó que “el enfoque humanista considera que la naturaleza humana no puede ser una maravilla en su desarrollo físico y un caos en el desarrollo psíquico. Por el contrario, sostiene y prueba la tesis de que hay un pleno paralelismo

entre ambos aspectos. Esta tendencia es un *principio teleológico*, una causa final, una fuente *direccional intrínseca*, y ha recibido varios nombres: “*Tendencia actualizante*” (Rogers) “tendencia hacia la autorrealización” (Goldstein) “tendencia hacia la autoactualización” (Maslow), etcétera. (p. 69) . Esta conjugación de conceptos conduce a pensar que el hombre tiene un motivo que lo orienta hacia la organización de la experiencia a pesar de factores perturbadores graves y por tanto, lo conduce hacia la autorrealización.

La mejor definición de integración parece ser la afirmación; todas las experiencias sensoriales y viscerales son accesibles a la conciencia a través de la simbolización exacta, y se pueden organizar en un sistema internamente compatible y relacionado con la estructura del sí-mismo. Produciendo este tipo de integración, la tendencia al crecimiento, en la cual el individuo avanza en la dirección normal de toda vida orgánica. Cuando la estructura de sí-mismo es capaz de aceptar e incluir en la conciencia las experiencias, cuando el sistema organizacional se puede expandir lo suficiente como para contenerlas, entonces se logra una clara integración y un sentido de dirección, el individuo siente que su fuerza puede dirigirse, y se dirige, hacia la realización y el desarrollo de su organismo unificado. (Rogers, 1987, p. 246) .

Humanismo y Resiliencia

El Organismo es una Totalidad Organizada. El organismo tiene la característica de ser una Gestalt o configuración organizada que “reacciona como una totalidad ante su campo fenoménico” (p.138) y está constituido como lo dice Rogers (1987), por un sistema de impulsos llamado “tendencia actualizante” y por un sistema regulador y de control denominado “proceso de evaluación orgánico”. “El organismo tiene una

tendencia básica y un impulso a actualizar, mantener y desarrollar el organismo experienciante” (p.139) .

Esto es, como lo afirmó Rogers (1987) que el organismo humano es concebido como una totalidad organizada de experiencias, las cuales se construyen en un campo fenoménico regido por las leyes de la Gestalt. El organismo es dinamizado por una tendencia fundamental, el impulso hacia la actualización o autorrealización, y al mismo tiempo está dotado de un sistema regulador, mediante el cual dirige su conducta hacia la satisfacción de las necesidades derivadas del impulso básico. (p. 171) .

En cuanto a la tendencia actualizante el autor propone diferentes conceptos que permiten estructurar adecuadamente todos los fenómenos estudiados por él, de tal manera que; sugiere entre otros, “la crisis que el organismo tiene es una tendencia, un impulso básico a actuar, mantener y desarrollar el organismo experienciante”. (Rogers, 1989, p. 414) . Así como la tendencia del organismo a mantenerse, a asimilar su alimento, al comportarse defensivamente frente a las amenazas, a lograr la meta de la autopreservación aún cuando el camino usual que conduce a esa meta esté bloqueado.

Tal observación hace referencia a la tendencia del organismo para avanzar en la dirección de la madurez, tal como se define para cada especie. Esto implica la autorrealización. (Rogers y Rachel, 1989, p. 215) .

De tal manera, Rogers y Rachel (1989) fueron quienes dispusieron del término “autorregulación” para distinguir “la propensión básica de los seres vivientes a funcionar de manera de preservar e incrementar la integración”, y enfatizan también que la dirección básica del organismo es progresiva. De lo descubierto en el proceso de terapia adjunta; “la fuerza impulsora última es la voluntad inexorable de la persona de captarse

a sí misma, un deseo de crecer y no dejar intacto nada que pueda obstaculizar el crecimiento” (p. 415) .

Rogers y Rachel (1989) puntualizaron que el organismo progresa a través de la lucha y el dolor hacia la valorización y el desarrollo. Todo el proceso se puede simbolizar e ilustrar con el niño que aprende a caminar. Los primeros pasos implican un esfuerzo, y generalmente dolor. A menudo sucede que la recompensa inmediata correspondiente a los primeros pasos de ninguna manera compensa el dolor de las caídas y los golpes. Sin embargo, en casi la totalidad de los individuos, la dirección progresiva del crecimiento es más poderosa que las satisfacciones de seguir siendo infantil. El niño se realizará, a pesar de las dolorosas experiencias que atraviese al hacerlo. La tendencia operará toda vez que el ser, dé la oportunidad de una nítida elección entre el movimiento progresivo de la conducta regresiva. Adicionalmente, otra de las proposiciones implica, que la conducta es básicamente el esfuerzo intencional del organismo por satisfacer sus necesidades, tal como las experimenta, en el campo y tal como lo percibe. (p. 417) .

Fuerzas de Crecimiento. Rogers (1987) afirmó que tanto la frecuencia como la universalidad del fenómeno terapéutico, lo condujeron a formular la hipótesis a cerca de la capacidad que tienen las personas para organizar su campo perceptual. En síntesis, “los fenómenos de cambio parecen explicarse mejor por la hipótesis de que, dadas ciertas condiciones psicológicas, el individuo tiene capacidad para reorganizar su campo perceptual, incluido su modo de percibirse así mismo, y que, como concomitante o resultado de esta reorganización perceptual, se da el cambio adecuado de la conducta”

(p. 107) . Debido a que la tendencia actualizante está presente, sucede la reorganización perceptual a través de esas condiciones.

También, Rogers (1987) hipotetizó la perspectiva desde la cual se considera que el determinante específico de la conducta es el campo perceptual de la persona, y el “sí mismo” es capaz de reorganizar el campo perceptual. “Parece que cuando todos los modos como el individuo se percibe a sí mismo, todas las percepciones de las cualidades, capacidades, impulsos y actitudes de la persona, y todas las percepciones de uno mismo en relación con los demás-son aceptados dentro del organizado y consciente “concepto de sí mismo”, entonces esto va acompañado por sentimientos de confort y liberación de tensión, los cuales se experimentan como adaptación psicológica” (p. 108).

Rogers (1987) adjuntó que las experiencias del sujeto son elementos constitutivos del campo perceptual. Son llamadas experiencias sensoriales y viscerales, es decir son experiencias que proceden de los órganos de los sentidos o de las vísceras internas del organismo. De esta manera, la experiencia trata de elementos o contenidos del campo que han de poder ser accesibles a la conciencia, aunque de hecho no sean conscientes. “La mayor parte de las experiencias del individuo constituyen el fondo de campo perceptual, pero fácilmente pueden convertirse en figura, en tanto que otras experiencias se deslizan al fondo” (p. 132) .

Adjunto a esto, Rogers (2002) aclaró que en el proceso mediante el cual se vive una experiencia dolorosa o situación adversa, la vulnerabilidad hace referencia a un estado de incongruencia que puede existir entre el yo y la experiencia. Se utiliza cuando se quiere destacar el peligro de desorganización psíquica al que puede llevar tal estado. Cuando el individuo se encuentra en estado de incongruencia, sin tener conciencia de

ello, es potencialmente vulnerable a la angustia, la amenaza y la desorganización. (p. 35) que provienen de situaciones adversas de la vida.

En cuanto a la amenaza Rogers (2002) expuso que hay amenaza cuando el individuo da cuenta o prevé “subcibe” que una experiencia es incongruente con su estructura del yo. Puede considerársela como versión externa de aquello que, desde un marco de referencia interno, se conoce con el nombre de angustia. (p. 36) .

En este proceso la inadaptación psicológica fue explicada por Rogers (2002) como: Hay inadaptación psicológica cuando el organismo se niega a concienciar, o distorsiona en la conciencia, ciertas experiencias importantes que en consecuencia, no se simbolizan correctamente ni se organizan en la estructura del yo, creando así una incongruencia entre el yo y la experiencia. El concepto fundamental de incongruencia se aclarará considerablemente si se reconoce que algunos de los términos ya definidos, no son más que un mismo fenómeno considerado desde puntos de vista diferentes. Cuando un individuo se encuentra en un estado de incongruencia entre el yo y la experiencia, y es enfocado desde un punto de vista externo, se dice que es vulnerable (si no tiene conciencia de la discrepancia) o que está amenazado (si tiene conciencia de ella). Considerada desde el punto de vista social, la incongruencia se convierte en inadaptación psicológica. Si el individuo se contempla a sí mismo, puede considerarse adaptado, claramente (si no tiene conciencia de la discrepancia) o angustiado (si la “subcibe” oscuramente o amenazado o desorganizado (si se ha visto obligado a tomar conciencia de la discrepancia). (p. 36) .

Rogers (2002) aclaró que hay adaptación psicológica óptima cuando la estructura del yo es tal que permite la integración simbólica de la totalidad de la experiencia. El concepto de adaptación psicológica o funcionamiento óptimo equivale al concepto de congruencia perfecta entre el yo y la experiencia y al concepto de apertura perfecta a la conciencia. En el plano práctico, toda mejoría de la adaptación psicológica representa un progreso hacia el logro del óptimo ideal. (p. 39) .

Así mismo, Rogers (2002) fue quien dispuso que el estado de defensa es un término referente a la reacción comportamental del organismo ante la amenaza; la defensa tiene como objetivo mantener la estructura habitual del yo. Eso se logra mediante la distorsión perceptual de la experiencia, a fin de reducir el estado de incongruencia entre experiencia y la estructura del yo; o bien de impedir el acceso de una experiencia a la conciencia, negando así toda amenaza al yo. El estado interno que lleva al individuo a adoptar conductas como la descrita se denomina defensa (p. 36) . Cuando se percibe oscuramente (es decir, se “subcibe” que una experiencia es incongruente con la estructura del yo, el organismo reacciona produciendo una distorsión del significado de la experiencia (para que sea congruente con el yo) o negando su existencia, a fin de preservar de toda amenaza la estructura del yo. (p. 37) .

A medida que el organismo realiza su experiencia, las experiencias que no son congruentes con la estructura del yo (y con su valoración condicional incorporada) se subciben como amenazantes. Si la experiencia amenazante fuera adecuadamente simbolizada en la conciencia, el concepto del yo perdería su carácter de Gestalt coherente, las condiciones de la valoración serían violadas y la necesidad de

consideración de sí mismo quedaría frustrada, creándose un estado de angustia. Eso es, esencialmente, lo que define la amenaza. Por el contrario, el proceso de defensa es la reacción que impide la aparición de los hechos perturbadores. Dicho proceso consiste en la percepción selectiva o distorsión de la experiencia y/o en la negación, parcial o total, del acceso de la experiencia a la conciencia. Este proceso tiende a preservar el estado de congruencia entre la experiencia total y la estructura del yo y las condiciones impuestas a la valoración. (Rogers, 2002, p. 70) .

Finalmente, Rogers (2002) añadió; “las consecuencias generales del proceso de defensa, además de la preservación de las congruencias señaladas, son las siguientes: rigidez perceptual causada por la necesidad de distorsionar las percepciones; percepción inadecuada de la realidad causada por la distorsión y la omisión de ciertos datos; falta o ausencia de discriminación perceptual insuficiente” (p. 70) .

El Proceso de Reintegración. En las situaciones arriba descritas en relación a la experiencia de amenaza y el proceso de defensa, al igual, que en el proceso de crisis y desorganización psíquica, se puede llegar a producir un proceso de reintegración que conduzca al restablecimiento de la congruencia entre el yo y la experiencia. Este proceso se describe así. Inicialmente, para que el proceso de defensa se pueda revertir, es decir, para que cualquier experiencia pueda ser percibida por el sujeto como amenazante, puede ser adecuadamente simbolizada en la conciencia y es asimilada en la estructura del yo, pero es necesario que el sujeto valore su experiencia de una manera no condicional, y así el nivel de consideración positiva incondicional de sí mismo se eleve. Consiguientemente la consideración positiva incondicional demostrada y bien comunicada al cliente por una persona (criterio) es una de las formas de realizar esas

condiciones. Para que pueda ser comunicada la consideración positiva incondicional, debe existir un contexto con comprensión empática. Cuando el individuo percibe la consideración positiva incondicional, pueden debilitarse o anularse las condiciones que afectan la función de valoración. Como consecuencia de la percepción se ve aumentada la consideración positiva de tipo incondicional de sí mismo. Posteriormente y cuando ya se han logrado dichas condiciones, la amenaza se reduce, entonces el proceso de defensa se revierte y las experiencias generalmente percibidas como amenazantes, son adecuadamente simbolizadas e integradas al concepto del yo. Consecutivamente, los resultados de los dos grandes procesos anteriormente mencionados, se refieren a que el individuo es menos sensible a las experiencias amenazantes, la conducta de defensa es menos frecuente y las consecuencias se ven reducidas, lo cual implica que la congruencia entre el yo y la experiencia aumenta no sólo con la consideración positiva hacia los otros, sino también con la adaptación psicológica, el proceso de valoración orgánica que constituye la base de regulación de conducta y de esta manera el individuo funciona cada vez mejor. (Rogers, 2002, p. 74) .

La Adaptación Psicológica. En cuanto a la teoría de la personalidad, se dice que Rogers había organizado el concepto de adaptación psicológica en torno a la relación entre el concepto del sí mismo y la totalidad de la experiencia. Rogers define la adaptación como “la mejor definición de lo que es la integración, parece ser la afirmación de que todas las experiencias sensoriales y viscerales, son accesibles a la conciencia a través de la simbolización exacta, y pueden organizarse en un sistema internamente compatible y relacionado con la estructura de sí mismo”. La sensación de la persona adaptada de autodominio se atribuye a esa relación entre el concepto del sí

mismo y la totalidad de la experiencia, según la cual las experiencias del organismo son accesibles a la conciencia, aunque no están totalmente presentes en ella. (Rogers, 1987, p. 246) .

La persona adaptada comienza a verse con espontaneidad y cambio, “incluso hay algún indicio de que la característica más notable de la personalidad puede no ser su estabilidad, sino su capacidad de cambio. “Por otro lado, la persona adaptada a la tendencia actualizante, opera libremente de tal manera que ésta persona puede seguir la dirección de su organismo. “Cuando la estructura del sí mismo es capaz de aceptar e incluir en la conciencia las experiencias orgánicas (...) entonces se logra una clara integración, y el individuo nota que su potencia puede dirigirse, y de hecho se dirige, hacia la realización y desarrollo de un organismo unificado” (Rogers, 1987, p. 246) .

La Persona Social Plena. Rogers y Rachel (1989) han afirmado que la persona plena es aquella que consigue encaminarse a “ser lo que realmente se es”, buscaron describirla, a través y en función de la situación de la psicoterapia en consultorio, primariamente con la terapia centrada en la persona. (p. 148) . Así pues, la persona social plena podría tender hacia la autorrealización y autoconocimiento ya que, para Rogers la tendencia a autorealizarse sigue igualmente, tanto determinantes genéticos como influencias ambientales intensas.

El proceso de autoconocimiento y de crecimiento adquiere su más profundo sentido cuando se realiza en la acción social de la persona plena. Las fórmulas mágicas y tan atractivas, para aprender a percibirse con mayor intensidad, para aumentar la capacidad sensorial o para promover la expansión de la conciencia, en cuanto la finalidad última,

se vacían de sentido. En lugar de medios para alcanzar la plenitud, se transforman en procedimientos que la limitan. (Rogers y Rachel, 1989, p. 124) .

Factor Adicional el Self “sí mismo”. En cuanto a la construcción del “sí mismo” se rescata que cuando se desconoce a sí mismo, se ignoran las relaciones sensoriales y viscerales, o de alguna manera las acepta en la conciencia, excepto en forma distorsionada. No se admiten en la conciencia los valores que podrían construirse sobre ellas. Así surgió un concepto de sí mismo basado, en parte, en una simbolización distorsionada resultante de reacciones sensoriales que se introyectan en valores y conceptos como si fueran experimentados, y es entonces donde emerge la estructura del “sí mismo”. (Rogers y Rachel, 1989, p. 425) .

La estructura del “sí mismo” es una configuración organizada de percepciones que son admisibles en la conciencia. Está integrada por elementos tales como las percepciones de las propias características y capacidades; los preceptos y conceptos del sí-mismo en relación con los demás y con el ambiente; las cualidades valiosas que se perciben asociadas con experiencias y objetos; y las metas e ideales que se perciben como valencias positivas o negativas. Por lo tanto, es el cuadro organizado, que existe en la conciencia ya sea como una figura o como fondo, del sí- mismo y de sí-mismo en relación, junto con los valores positivos o negativos que se asocian con esas cualidades y relaciones, tal como se percibe que existen en el presente, pasado o futuro. (Rogers y Rachel 1989, p.425) .

Una nueva proposición determina “que a medida que se producen experiencias en la vida del individuo, estas son: Simbolizadas, percibidas, organizadas en cierta relación con el sí-mismo, ignoradas porque no se percibe ninguna relación con la

estructura de sí-mismo, se les niega la simbolización o se las simboliza distorsionadamente porque la experiencia no es compatible con la estructura del sí-mismo. (Rogers y Rachel 1989, p. 426) .

La adaptación psicológica existe cuando el concepto de sí-mismo es tal que todas las experiencias sensoriales y viscerales del organismo son, o pueden ser, asimiladas en un nivel simbólico en relación compatible con el concepto que tiene de sí. (Rogers y Rachel, 1989, p.434) . Esta disertación conlleva a entender las implicaciones que tiene para el ser humano resiliente el desarrollo de la experiencia y de la estructura del sí mismo que puede traer como consecuencia la presencia o ausencia de congruencia. En el ser humano, la congruencia significa entre otras cosas desear conocer las tachas y vulnerabilidades, aceptando las partes positivas y negativas de uno mismo con cierta indulgencia, siendo capaz de abrirse sin defensividad a lo que se vive en uno mismo y ser capaz de ponerse en contacto con eso, tener una identidad sólida y una sensación bastante fuerte de competencia, siendo capaz de funcionar eficazmente dentro de las relaciones personales e íntimas sin la interferencia de los propios problemas personales. El autoconocimiento y la fuerza del yo, pueden quizás verse como las dos piedras angulares de este modo de ser. (Lietaer, 1997, p. 28) .

Ahora bien, es la dinámica existencial la que da soporte a este concepto de mismidad experiencial y por ende, a la búsqueda de la plenitud personal.

Dinámica existencial y escapismo neurótico. Víctor Frankl por condiciones y experiencias particulares a las que se vio enfrentado, buscó dar sentido a dichas situaciones adversas y permaneció estable superando los obstáculos y propiciando un ambiente sano de desarrollo en el curso de la vida.

Según el mismo Frankl (2001) el esfuerzo por encontrar un sentido a la existencia “es una fuerza motivadora primaria en el hombre” (p. 36) así mismo, “una intensa orientación al sentido podría también tener un efecto de prolongación de la vida o hasta un efecto salvavidas”. (p. 40) . “En suma, el hombre decide si su vida ha de estructurarse según el carácter de exigencia de un sentido dado a su existencia”. (Frankl, 2001, p. 37) .

Frankl (2001) señaló que “cuando se habla de sentido, sin embargo, no se debe olvidar el hecho de que el hombre no lleva a cabo el sentido de su existencia simplemente mediante sus empresas creativas y sus encuentros experienciales, o en el trabajo o en el amor. No se debe pasar por alto el hecho de que hay también experiencias trágicas inherentes a la vida humana, sobre todo esa de la “tríada trágica” es posible utilizar esta expresión, representada en hechos primordiales de la existencia del hombre: Sufrimiento, culpa y transitoriedad. (p. 68) . “El hombre está dispuesto y quiere soportar un sufrimiento sólo si y en la medida en que es capaz de verle sentido” (Frankl, 2001, p. 68) .

Frankl (2001) en sus disertaciones a cerca de la logoterapia, insistió en que la principal preocupación del hombre no es buscar el placer o evitar el dolor, sino más bien encontrar un sentido a su vida. Por ello vemos que el hombre está dispuesto a sufrir, con tal que pueda convencerse de que su sufrimiento tiene algún sentido. (p. 40) . El hombre en su condición *persé* posee valores como: Creación, experiencia y actitud. La experiencia se refiere a aquello que se recibe del mundo sin tener que hacer ningún esfuerzo. La creación es aquello que se da al mundo; algo de propia autoría y la actitud se refiere a una postura frente al sufrimiento y al momento o circunstancia por la cual se está pasando.

Adjunto a esta concepción de Frankl, es la logoterapia la psicoterapia que privilegia la dimensión espiritual del ser humano, sin desconocer las otras dimensiones que lo constituyen y al mismo tiempo evitando la supervaloración de lo zoológico. La dimensión espiritual o noética no es una realidad tan abstracta como parece, y aunque no sea una realidad óptica sino más bien ontológica, puede ser comprensible y además, necesariamente comprensible, pues la misma no es sólo la dimensión propia del hombre sino que es la dimensión específica del mismo, la dimensión que lo diferencia e integra en una unidad múltiple que lo hace humano” Lo que es entonces lo espiritual en palabras de Frankl; “espiritual en el hombre es aquello que pueda confrontarse con todo lo social, lo corporal e incluso lo psíquico en él. Lo espiritual es ya por definición sólo lo libre en el hombre”. (Frankl , 1994, p.156) . Este mismo autor, mencionó que entre las características de la espiritualidad humana se encuentra que: Lo espiritual es potencia pura, no posee una realidad sustancial, es mera posibilidad de manifestación, lo espiritual brinda unidad y totalidad a la persona humana, es la dimensión integradora que únicamente en un nivel heurístico puede verse separada de su organismo psicofísico. También lo espiritual es el núcleo sano de la persona, la dimensión que no enferma. La dimensión noológica debe definirse como esa dimensión en la que se localizan los fenómenos específicamente humanos. (Frankl, 1994, p. 79) que redundan en la adversidad.

Para Frankl, “lo que realmente necesita el hombre no es homeostasis, sino noodinámica, es decir, este tipo de tensión adecuada que lo mantiene consistentemente orientado hacia valores concretos que han de actualizarse, hacia el sentido de su existencia personal que ha de realizarse. Esto es también lo que

garantiza y sostiene su salud mental; escapar de toda situación de estrés sería incluso convertirse de un modo precipitado en víctima del vacío existencial”. (Frankl, 2001, p. 79) . Así mismo, Frankl utilizó el humor de manera terapéutica al igual que el enfoque psicoanalítico, pues el humor representa para éste una postura efectiva frente al trauma y a la adversidad, un instrumento valioso frente a la invulnerabilidad del yo y el sufrimiento.

Psicoanálisis y Resiliencia

Humor y resiliencia. A través de su obra, Sigmund Freud describió ampliamente el proceso humorístico. Particularmente esta descripción partió desde el concepto de humor, dilucidó primariamente el proceso humorístico como aquel que puede llevarse a cabo de doble manera: Ya sea en una sola persona, que adopta ella misma la actitud humorosa, en tanto que el papel de la segunda se limita al de mero espectador divertido; ya entre dos personas, de las cuales una no tiene la menor parte activa en el proceso humorístico, siendo aprovechada por la segunda como un objeto de consideración humorística. En su ejemplo de éste aparte donde esbozó caracterológicamente, tal el caso del reo caricaturesco que conducido el lunes a la horca exclama: “¡Linda manera de empezar la semana!”, siendo el reo mismo quien despliega en humor. El proceso humorístico se agota en su persona y evidentemente le produce cierta satisfacción. En oposición al espectador a quien le toca en parte un efecto a distancia de la producción humorística del reo, análogamente también que él perciba el beneficio placentero del humor.

En segundo término, no es preciso que las personas exhiban su humor: La actitud humorística concierne exclusivamente a quien lo toma como objeto. De la misma

manera que en el primer caso aquí el lector o auditor es un mero participante del placer que causa el humor. (Freud, 1905, p. 140) .

Dado en la Génesis del humor y partiendo del proceso que opera en el oyente ante quien otra persona despliega su humor. Se verá entonces el oyente en situación tal, cuyas características le permitirán anticiparse a las propias manifestaciones de afecto; enojo, lamento, dolor, susto, terror o tal vez desesperación, será entonces que el espectador se dispondrá a evocar dichas emociones. Pero esta disposición afectiva es defraudada, pues el otro no expresa emoción alguna, sino que hace un chiste. (Freud, 1905, p. 141) .

Sin duda alguna, la esencia del humor consiste en que uno ahorra los efectos que la respectiva situación hubiese provocado normalmente, eludiendo mediante un chiste la posibilidad de semejante despliegue emocional. En este sentido el proceso del humorista debe coincidir con el del oyente. (Freud, 1905, p. 145) .

Freud clarificó que el humor no solo tiene algo liberante, como el chiste y lo cómico, sino también algo grandioso y exaltante, rasgo que no se encuentra en las otras dos formas de obtener placer mediante una actividad intelectual. Lo grandioso reside en el triunfo del narcisismo, en la victoriosa confirmación de la invulnerabilidad del yo. El yo se rehúsa dejarse ofender y precipitar al sufrimiento por los influjos de la realidad. Se empecina en que no pueden afectarlo los traumas del mundo exterior, más aún, demuestra que sólo le representa motivos de placer.

El humor no es resignado, sino rebelde, no solo significa un triunfo del yo, sino también el principio del placer, que el humor logra triunfar sobre la adversidad de las circunstancias reales. Al rechazar la posibilidad de sufrimiento, el humor ocupa una

plaza en la larga serie de los métodos que el aparato psíquico humano ha desarrollado para rehuir a la opresión del sufrimiento; serie que comienza con la neurosis, culmina en la locura y comprende la embriaguez, el ensimismamiento y el éxtasis.

El humor debe a esta vinculación una dignidad que le falta del todo, al chiste, pues éste sirve tan sólo al beneficio placentero, o bien pone esta ganancia al servicio de la agresión. (Freud, 1905, p. 151) .

Dentro de las características del humor expuestas por Freud, se encuentra que en el núcleo central del yo se halla la instancia psíquica del super-yo. En donde éste es el heredero de la instancia parental; que comúnmente mantiene al yo en propia dependencia, lo trata realmente como el padre trató al niño en años anteriores. Alcanzando de tal manera la explicación dinámica de la actitud humorística, admitiendo que consiste en que la persona del humorista ha retirado el acento psíquico de su yo para trasladarlo sobre su super – yo. A este super-yo así inflado, el yo puede parecerle insignificante y pequeño, triviales todos sus intereses, y ante esa nueva distribución de las energías, al super–yo le resultará muy fácil contener las posibles reacciones del yo. (Freud, 1905, p. 162).

En coherencia, y de manera enfática para Freud el chiste se origina en el momentáneo abandono de una idea preconsciente a la elaboración inconsciente, de modo que el chiste representa una contribución a lo cómico ofrecida por lo inconsciente. En completa similitud el humor vendría a ser la contribución a lo cómico mediada por el “super-yo”. Es cierto que el placer humorístico jamás alcanza la intensidad del que se origina en lo cómico o en el chiste, y nunca se expresa en risa franca; también es cierto que el super–yo, al provocar la actitud humorística en el fondo rechaza la realidad y se

pone al servicio de la ilusión. Pero sin saber a ciencia cierta por qué se le adjudica alto valor a este placer poco intenso. Es percibido como particularmente liberador y exaltante. (Freud, 1905, p. 151) .

El Área sin Conflicto del Yo. Desde el psicoanálisis Hartmann (1939) dispuso la siguiente declaración: “Propongo adoptar el término provisional del área sin conflicto del yo, para aquel conjunto de funciones, que en un momento determinado, tiene efecto fuera del campo de los conflictos mentales. No deseo ser malentendido: no me refiero a una provincia de la mente, cuyo desarrollo está en principio inmune a los conflictos, sino más bien a aquellos procesos que en un individuo dado, permanecen empíricamente fuera de la esfera del conflicto mental”. (Hartmann, 1939 p. 17) . Esta capacidad, ha sido considerada como un importante instrumental auxiliar que el yo podrá utilizar para resolver los conflictos que se le presenten en su relación con el ello y con la realidad. (Hartmann, 1939. p. 27) . Además, Hartmann (1939) no propuso la existencia de un yo en el inicio de la vida psíquica, sino que consideró que el individuo cuenta con determinadas capacidades innatas, las que en el curso del desarrollo pasarán a estar al servicio del yo. Subrayó, de la misma manera, la importancia que estas funciones autónomas han tenido en el proceso de adaptación del yo a la realidad externa (Hartmann, 1939, p. 27) . Lo anterior, hace alusión a la importancia de la adaptación del yo a la realidad, vista como una situación de la vida particular y a la luz de la resiliencia, como una situación adversa.

El desarrollo del yo. Su incidencia en el proceso de adaptación. Hartmann (1939) se preguntó cuales son los motores que impulsan el desarrollo del yo a partir de la matriz indiferenciada yo – ello, este contiene desde el inicio, elementos que más tarde serán

reconocidos como pertenecientes a una u otra instancia psíquica, no supone que el yo sea inicial, más bien cree que el individuo nace con potencialidades para desarrollarlo. El bebé no es un paquete de impulsos, por llamarlo de alguna manera, sino un ser animado de impulsos y esbozos de funciones con las cuales controlarlos y canalizarlos para conseguir la adaptación. El primer factor, es el hereditario o constitucional, en el cual se engloban las capacidades autónomas del yo. Este factor interactúa en el curso del desarrollo con otros tres elementos; las influencias de los impulsos instintivos, los condicionamientos de la realidad externa, y por último la propia imagen corporal, que juegan un papel importante en la diferenciación del yo con el mundo de los objetos. (Hartmann, 1939, p. 115) . Y podía a su vez relacionarse con resiliencia. En este contexto, la adaptabilidad innata debe seguir un cierto camino en el curso del desarrollo a fin de transformarse en adaptación, tal como se la conoce en el adulto, el desarrollo estructural (diferenciación del yo y del ello así como la formación del super -yo), tiene una relación recíproca con la adaptación: Por un lado esta impulsa la diferenciación, pero a la vez es dicha diferenciación la que garantiza y ajusta el individuo al medio. (Hartmann, 1939. p. 115) y a su vez a las situaciones difíciles de la vida. De igual forma, Hartmann (1939) sostuvo que la estabilidad emocional y adaptativa de una persona está dada no sólo por la resolución equilibrada entre el yo, y el ello, el yo y el super -yo o el yo y la realidad, sino también por la ordenación y coordinación adecuada de las distintas funciones yoicas entre sí. En esencia, Hartmann enunció la adaptabilidad haciendo referencia a cómo un hombre está bien adaptado, si su productividad, su habilidad para disfrutar de la vida y su equilibrio mental no están trastornados. Lo que

cuenta para describir el grado de adaptación es el logro que tiene cada sujeto de la función sintética e integrada del yo. (Hartmann, 1939. p. 36) .

A la luz de la resiliencia, como lo afirmó Hartmann (1939) se ha hecho posible distinguir tres modalidades adaptativas: Un individuo puede optar por cambiar él mismo para adecuarse al medio, puede intentar alguna modificación del medio y así lograr que éste se ajuste a él, y por último podría decidir el cambio del ambiente hacia uno que le resulte óptimo. (p. 38) . Las dos primeras modalidades fueron mencionadas por Freud, quizá como “cambios autoplásticos y cambios aloplásticos respectivamente” . (Freud, 1923, p. 195) .

Hartmann (1939) consideró que la adaptación admite un análisis de tipo evolutivo, es decir, se pueden estudiar los pasos que se dan en pos de su logro, si para obtenerla debemos desarrollar nuevas funciones; estamos haciendo una adaptación progresiva, si por el contrario volvemos a estadios ya superados del desarrollo, se trata de una adaptación regresiva, un ejemplo es el niño que reemplaza el biberón por la cuchara realiza una adaptación progresiva. En términos menos madurativos, otro ejemplo de adaptación progresiva sería el caso de un paciente que a lo largo de su análisis logra incorporar, a través del conocimiento de sus conflictos inconscientes, nuevas pautas de conducta que le facilitan su relación con los demás y consigo mismo. La adaptación de tipo regresiva está presente en la creación artística, donde el artista al producir su obra, regresa del proceso de pensamiento, en el que predominan las operaciones de síntesis y lógica a otro en que las fantasías y los impulsos juegan un papel predominante. Es un proceso adaptativo ya que este procedimiento permite dar respuesta a los impulsos sin por ello descuidar la armonía con el medio externo. (p. 64) .

Aspectos técnicos. El sostenimiento en el setting analítico y la regresión. Con respecto a la capacidad de ser resiliente, es pertinente hacer explícita la importancia del sostenimiento o holding, ya que brinda la posibilidad de tener un apoyo para enfrentar los momentos difíciles de la vida, y así adaptarse a nuevas posibilidades.

El análisis en la medida que reúne un Holding (sostén) promueve la regresión a una situación de fracaso ambiental vivida en la primera infancia. El proceso analítico que inaugura esta situación, retoma el desarrollo del sujeto al punto donde quedo congelado a consecuencia de la falla en el medio ambiente. De estas ideas puede deducirse que Winnicott concibe la regresión como una vuelta al estado de dependencia del niño, en el que los instintos están desorganizados y su mundo está constituido básicamente por la relación diádica con la madre. (Winnicott, 1954, p. 381) .

El concepto de sostenimiento o holding. Según Winnicott (1960 b) el niño nace indefenso, es un ser desintegrado que percibe de manera desorganizada los distintos estímulos que provienen del exterior, además de estas características innatas, el bebé nace provisto de una tendencia al desarrollo, la misma que Hartmann teorizó como “zona libre de conflictos del yo”, este “yo autónomo” no sólo abarca las funciones preceptuales de gran importancia, en los comienzos de la vida, si no también las funciones de motilidad y los instintos, la tarea de la madre es brindar un soporte adecuado para que las condiciones innatas logren un óptimo desarrollo. (p. 56) . Es de esta manera como en el sostenimiento (holding), “comprende en especial el hecho físico de sostener la criatura en brazos y que constituye una forma de amar”. (Winnicott, 1960 b. p. 56) . Dicha protección y cuidado que debe proporcionar la madre a su hijo, no tiene exclusivamente implicancias fisiológicas destinadas a garantizar la supervivencia. En la

medida que estos cuidados son provistos adecuadamente, para lo cual como indica Winnicott, es necesario sentir amor, el niño logrará integrar tanto los estímulos como la representación de sí mismo y de los demás y adquirirá un yo sano. La madre funciona como un “yo auxiliar” hasta tanto el bebe logre desarrollar sus capacidades innatas de síntesis, integración, entre otras. El niño vive el sostenimiento exitoso como una “continuidad existencial”. Sus fallas se traducen en una experiencia subjetiva de amenaza que obstaculiza el desarrollo normal. (p. 56) .

En síntesis el sostenimiento, realizado por la madre ha sido considerado por Winnicott. (1960 b) como un factor que decide el paso del estado de no integración, que caracteriza al recién nacido, al de posterior integración. Dicho vínculo emocional entre el bebé y la madre, proporcionará las bases para el desarrollo saludable de las capacidades innatas del individuo. En el momento en el cual el yo auxiliar provisto por la madre resulta insuficiente, el niño puede recurrir a la construcción de un “yo auxiliar falso”, del que él mismo se hace cargo, al que Winnicott bautizó “Falso Self” (p. 179) .

Desde el punto de vista de Winnicott, el ser humano nace como un conjunto desorganizado de impulsos, instintos, capacidades perceptuales y motrices, que conforme progresa el desarrollo, se van integrando hasta lograr una imagen unificada de sí y del mundo externo. Por ende, es el papel de la madre el de proveer al bebé de un “yo auxiliar” que le permita integrar sus sensaciones corporales, los estímulos ambientales y sus nacientes capacidades motrices, la madre protege con su propio sostén el débil núcleo del self infantil. Sin embargo, cuando la madre no provee la protección necesaria al frágil yo del recién nacido, el niño percibirá esta falla ambiental como una

amenaza a su continuidad existencial, lo que a su vez provocará en la criatura la vivencia subjetiva de que todas sus percepciones y actividades motrices son solo una respuesta ante el peligro al que se ve expuesto. Ya no puede sentir sus movimientos o los estímulos externos como ensayos de autonomía de su *yo* inmaduro, sino que los vive como provocados desde un mundo amenazante. (Winnicott, 1960 a, p.175) .

(Winnicott 1960 b) afirmó que el niño ha recurrido a remplazar la protección que le falta por una fabricada por él. Todo sucede como si se fuera rodeando de una “cáscara” a expensas de la cual crece y se desarrolla el self del sujeto. Entonces el individuo se desarrolla a modo de extensión de la “cáscara” más que del núcleo, y a modo de extensión del medio atacante, lo que queda del núcleo se oculta y es difícil encontrar incluso en el más profundo de los análisis, el ser verdadero permanece escondido y lo que tenemos que afrontar clínicamente es el complejo ser falso, cuya misión estriba en ocultar el ser verdadero (Winnicott, 1960a, p. 175) .

Por el contrario cuando el medio ambiente brinda al pequeño, la protección y sostén necesarios, “la cáscara” con que nace va poco a poco diluyéndose, permitiendo así una entrega a la experiencia de la vida interna y externa. En lo referente a la deformación del ego en términos de un ser verdadero y falso, Winnicott (1960a) se refirió al papel de la madre en la constitución de un *self falso* y según él mismo, la madre buena es la que responde a la omnipotencia del pequeño y en cierto modo le da sentido. Esto lo hace repetidamente. El ser verdadero empieza a cobrar vida a través de la fuerza de la madre al cumplir las expresiones de omnipotencia infantil, dada al débil ego del niño. (Winnicott ,1960a, p. 175) .

Conjuntamente, añadió que la madre que “no es buena”, es incapaz de cumplir las omnipotencias del niño, por lo que repetidamente deja de responder al gesto del mismo, en su lugar coloca su propio gesto, cuyo sentido depende de la sumisión o acatamiento del mismo por parte del niño, esta sumisión constituye la primera parte del ser falso y es propia de la incapacidad materna para interpretar las necesidades del pequeño. (Winnicott, 1960a, p.176) .

Para Winnicott (1960 a) el falso self estaría siempre presente, aunque con distintos niveles de implicación patológica. En los casos más próximos a la salud, el self falso actúa como una defensa del verdadero a quien protege sin remplazar en los casos más graves, el ser falso remplaza al real y el individuo (así como los que lo rodean), creen reconocer el núcleo de la persona cuando en realidad sólo conocen la cáscara con que se rodeó. En la salud: El ser falso se haya representado por toda la organización de la actitud social cortés y bien educada, y se ha producido un aumento de la capacidad del individuo para renunciar a la omnipotencia y al proceso primario en general, ganando así un lugar en la sociedad que jamás puede conseguir, ni mantenerse mediante el ser verdadero a solas. (Winnicott, 1960a, p. 173)

Fenómenos y objetos transicionales. Es habitual ver que los bebés se llevan a la boca el pulgar o el puño con el objeto de estimular la zona oral, otro de sus objetos consiste en lograr la discriminación entre lo que forma parte del propio cuerpo y lo que no. Refiriéndose de tal manera, a los objetos que constituyen la “primera posesión no yo” del niño y como tales son una especie de puente entre el mundo interno del pequeño y el externo, de ahí el nombre de “fenómenos y objetos transicionales.” Éste término recibe tres usos diferentes: Uno de tipo evolutivo

(etapa del desarrollo), otro vinculado con la ansiedad de separación y las defensas contra ésta (un nivel defensivo), y por último un espacio dentro de la mente del individuo. (Winnicott, 1951, p. 326) .

El recién nacido vive en un estado de dependencia absoluta respecto de su madre, la dirección del desarrollo en condiciones ambientales favorables lleva gradualmente al logro de la independencia y a una creciente diferenciación entre lo interno y lo externo. El objeto transicional está ubicado en una zona intermedia, en la que el niño se ejercita en la experimentación con objetos que aunque están afuera, él siente como parte de sí mismo. La construcción del objeto transicional según Winnicott se remonta al primer vínculo del niño con el mundo externo, la relación con el pecho materno. “La madre coloca el pecho real justo allí donde el pequeño se halla dispuesto a crear y lo hace en el momento apropiado”. Esto produce en el niño una ilusión de omnipotencia, el pecho es vivenciado como una parte de su propio cuerpo, una vez lograda esta omnipotencia ilusoria, la madre debe, idealmente ir desilusionando al niño poco a poco, la meta de este segundo paso es lograr que el bebé adquiriera la noción de que el pecho es una posesión, en el sentido de un objeto, pero que no es él (me pertenece pero no soy yo). (Winnicott, 1951, p. 326) .

De esta manera, el objeto transicional ocupa el lugar que Winnicott emplazó como “de la ilusión”. A diferencia del pecho que no está disponible constantemente, el objeto transicional es conservado por el niño. Es él quien gradúa la distancia entre ambos. Cuando siente que no lo necesita lo deja a un lado y por el contrario, cuando precisa de él, lo reclama. Las madres, en general, respetan intuitivamente el apego de sus hijos a los objetos transicionales. (Winnicott, 1951, p. 316) . Como estos objetos representan a la

madre, es decir, al objeto libidinal, es esencial que ella sea vivenciada como un objeto bueno. Cuando en el interior del niño el objeto materno está dañado es poco probable que aquel recurra de manera constante a un fenómeno transicional; así es posible ver cómo cuando la madre se ausenta por un tiempo prolongado, en general disminuye el apego al objeto transicional. (Winnicott, 1951, p. 316) .

El objeto transicional es susceptible de tener una evolución patológica. Hay tres cuadros en los que adquiere importancia; el fetichismo, la adicción y el robo.

La adicción en términos de regresión a la fase precoz en que los fenómenos transicionales no son disputados, puede describirse el fetichismo en términos de la persistencia de un objeto específico o de un tipo de objeto que data de la experiencia infantil dentro del campo transicional, enlazada con la delusión de un falo materno. La pseudología fantástica y el robo, pueden ser descritos en términos de la necesidad inconsciente y apremiante que siente el individuo de tener un puente sobre la laguna de la continuidad de la experiencia con respecto al proceso transicional. Para el caso del desarrollo patológico, Winnicott explicó como en otros problemas que corresponden a fallas maternas, la inconstancia en el vínculo, la dificultad emocional en el contacto y otros, son las que terminan por alterar el desenlace normal del objeto transicional. (Winnicott, 1951, p. 330) .

Winnicott no ha sido el único en mencionar la importancia de la madre en un probable proceso de resiliencia. Entre tanto, fué Boris Cyrulnik (2003) quien afirmó que en circunstancias socioeconómicas equivalentes y a veces precarias, los hijos de algunas familias presentaron un crecimiento, un desarrollo y un resultado escolar significativamente superior comparado con el de otras familias que se creían similares.

La diferencia se presentaba en las cualidades maternas en cuanto a intercambios afectivos y relacionales con sus hijos, capacidades educativas, la organización de la vida familiar y por último la gestión presupuestaria. (p. 54) .

Cyrulnik (2003) consideró que los niños tienen capacidades potenciales que para desarrollarlas deben estar acompañadas de nutrientes necesarios, reconocimiento y el estímulo de las interacciones permanentes con la madre, el padre, parientes y los miembros de su entorno social y familiar. (p.55) . Agregó que cuando la agresión proviene del exterior de la familia, aquellos denominados “tutores de resiliencia” se encuentran en su interior, como sucede en “familias bastión” que saben proteger y dinamizar a sus hijos. Cuando una agresión proviene del interior de la familia, será en el entorno donde haya que buscar los tutores de resiliencia: El tío, la tía, los abuelos, los vecinos, el colegio, el barrio y las organizaciones culturales. (p. 114) .Winnicott (1945) planteó una hipótesis en referencia a la evolución que sigue el ser humano desde su nacimiento hasta los primeros años de vida, destacando el concepto de maduración emocional, que se da a través de tres etapas sucesivas: Integración y personalización, adaptación a la realidad y la pre- inquietud o crueldad primitiva. La primera de ellas compone la sensación de que el cuerpo aloja al verdadero self y se logra a partir de dos series de experiencias por un lado, la importancia de los cuidados de la madre quien “recoge los pedacitos” del yo y da la posibilidad al niño de sentirse integrado dentro de ella. Por otro lado, hay un tipo de experiencias que podrían agruparse bajo el término de instintivas, “...que tienden a reunir la personalidad en un todo partiendo desde adentro. Por su parte, la personalización

entendida como “el sentimiento de que la persona de uno se halla en el cuerpo propio” hace parte del desarrollo emocional primitivo. (Winnicott, 1945, p. 210) .

El otro aspecto a tener en cuenta se refiere a la adaptación a la realidad, vista como una relación óptima con el mundo externo, en la cual, la madre juega un rol importante para proveer a la criatura de los elementos de la realidad con los cuales se construye la imagen psíquica del mundo externo y así todo reposa en el vínculo temprano del niño con su madre. (Winnicott, 1949, p. 334) .

Para Winnicott, la fantasía precede a la objetividad y al enriquecimiento de aquella con aspectos de la realidad, depende de la ilusión creada por la madre. Evidentemente el acoplamiento entre la alucinación infantil y los elementos de la realidad aportados por la madre nunca podrá ser perfecto, sin embargo el infante puede vivirlo como casi óptimo gracias a una parte de la personalidad del niño que se ocupa de llenar el vacío entre la alucinación y la realidad. A este aspecto de la psique humana Winnicott lo bautizó “La Mente” y se refiere a ella de la siguiente forma: “La actividad mental del pequeño hace que un ambiente suficiente se transforme en uno perfecto, es decir convierte el fallo de adaptación en un éxito, lo que libera a la madre de la necesidad de ser casi perfecta, en la comprensión del pequeño” (Winnicott 1949, p. 334). Por último, la crueldad primitiva según Winnicott (1949), es el paso final que debe dar la criatura para integrar en un todo las distintas imágenes que tiene de su madre y del mundo. Winnicott (1949) consideró que el niño tiene una cuota innata de agresividad, que se expresa en ciertas conductas autodestructivas. (Winnicott, 1949, p. 336) .

No obstante, la madre es además del objeto que recibe en ocasiones la agresión de la criatura, quien lo cuida y protege. Conjuntamente, la madre cuidadora y la madre

agredida van acercándose en la mente del pequeño, quien adquiere así la capacidad de preocuparse por su bienestar como objeto total. Constituyendo un logro en la última etapa del desarrollo emocional primitivo, aunque exista una alta posibilidad de no completarse en la infancia. (Winnicott, 1949, p. 337) .

Cuando la madre no proporciona los cuidados necesarios en esta etapa, en la fantasía del niño, sus impulsos agresivos habrían triunfado con fatales consecuencias, si el único reaseguro para la criatura de que sus fantasías no son mortales, es entonces, la supervivencia del objeto la que se expresa en la reiteración de los cuidados y la entrega del amor. Es fácil advertir la repercusión que podría tener en ellas las fallas en esta provisión de afecto. En primera instancia en la mente del niño persistirá la separación de la madre dañada y la madre amorosa. De igual forma, la incapacidad de sentir inquietud se expresará en una imposibilidad para realizar actividades reparatorias; así una perturbación en la maduración emocional dará como resultado un individuo temeroso de sus propios impulsos, sin capacidad creativa alguna y probablemente con un mundo interno y externo fragmentado, como reflejo de la imagen materna escindida que guarda en su interior. (Winnicott, 1949, p. 338) .

Winnicott (1949) mencionó que la agresión del niño no responde únicamente a una vocación destructiva innata, por el contrario, expresa una esperanza, la de ser amado y comprendido. El niño manifiesta a través de sus impulsos, en ocasiones agresivos, la necesidad de que le respondan “no me has destruido”, “te amo y te protegeré”, éste es el puente que tiende la criatura hacia el mundo externo. De la respuesta de la madre depende que pueda lograr una adecuada adaptación a la realidad, tómesese en cuenta que la realidad es al mismo tiempo lo que frustra y lo que gratifica. (p. 338) . De igual

forma, para Melanie Klein (1957), un niño ha hecho evidente su vulnerabilidad desde una edad muy temprana, y la evidencia en sus impresiones paranoides sobre el mundo. La concepción de un niño aobjetal y satisfecho en un principio, y que después da el paso a la socialización y al mundo objetal, está marcado por un trance paranoide, en donde se siente en falta, frustrado y vulnerable.

Método

La metodología utilizada para la realización de esta investigación sigue de manera general algunos de los planteamientos de Umberto Eco (1974), acerca de la manera como se debe abordar la elaboración de una tesis. Si bien el autor en cuestión, propone un tipo de abordaje metodológico para trabajos investigativos incluso a nivel de doctorado, el hecho de seguir la inspiración de Eco (1974), no implica que dicha directriz determine que este proyecto de grado adquiera una connotación de tesis, mas aún el procedimiento sugerido permite darle claridad a la metodología para un trabajo de grado como éste, en donde el abordaje sugerido da la posibilidad de utilizar de manera efectiva instrumentos, como lo son las fuentes bibliográficas y las fichas de lectura.

La utilización de dichos instrumentos permite abordar los textos de forma eficaz y clara. Permite a su vez acceder al eje de lo teórico incluso de una forma histórica, aspecto que enlaza directamente con los objetivos planteados en este trabajo. Por otro lado, la utilización de índices como hipótesis de trabajo, siguiendo las palabras del Eco (1974), ayuda a mostrar de forma clara el pensamiento investigativo a lo largo del tiempo, aspecto fascinante ya que el trabajo posee un matiz de orden histórico.

Tipo de estudio

Es así como Eco (1974) ha planteado allí diferentes pasos al emprender la elaboración de una tesis, en este caso, un trabajo de grado. El primero de ellos consiste en clarificar el tipo de trabajo que se ha venido haciendo, y para ello plantea diferentes categorías. Tesis de tipo documental, teóricas, panorámicas e históricas entre otras. Una vez se ha clarificado a que tipo de categoría pertenece, puede ser una o varias, se deben empezar a construir índices hipotéticos acerca de los imaginarios que como grupo de investigación, se tienen sobre la construcción del documento en sí.

De esta manera, teniendo en cuenta las diferentes categorías que se plantean, se ha considerado que éste trabajo de grado se inscribió dentro de la categoría teórico – histórica. Cuando Eco (1974) planteó la caracterización de éste tipo de trabajos, trató de explicitar el hecho de que la principal herramienta que tiene allí el investigador son los textos, y por consiguiente, en éste trabajo de grado, se pretende abordar de forma profunda en un concepto o en varios de una disciplina determinada, el concepto de resiliencia visto desde la disciplina psicológica.

En este caso, como se ha dicho, el interés de este proyecto, fue el de dilucidar en primera instancia, con la mayor claridad posible el joven concepto de resiliencia. Joven por dos razones, la primera de ellas porque desde hace no muchos años se han presentado un sin número de investigaciones acerca de este concepto, investigaciones que se escapan en su mayoría a lo teórico y apuntan a estudios de orden práctico sobre el concepto en sí. La segunda razón, va encaminada a argumentar que teniendo en cuenta la edad de la psicología en comparación con otras ciencias, la disciplina

psicológica es realmente joven, y cualquier concepto que hoy parece obsoleto, sigue teniendo una vigencia al interior de la misma disciplina.

En tanto que la categoría de tesis histórica, según Eco (1974), obedece a aquellas tesis que pretenden abarcar un problema determinado a lo largo del tiempo. La palabra historia en una tesis implica en cierta medida una revisión del concepto a través de una línea temporal establecida. No fue estrictamente el caso de este proyecto de grado, ya que no se trató de elaborar un estado del arte acerca de las investigaciones existentes sobre resiliencia. Más bien, se trató de abordar de forma teórica el concepto de resiliencia, en primera instancia, para posteriormente recurrir a la breve historia de la psicología y encontrar en los enfoques, humanismo y psicoanalítico, una aproximación relativamente parecida o no de este concepto de la psicología actual. El documento se acerca a la categoría de tesis histórica en la medida en que se recurrió en él a los diferentes enfoques de la disciplina.

El presente trabajo de grado en un principio no fue pensado desde lo teórico, documental, histórico o panorámico, sino más bien en un primer momento el objetivo planteado fue el de elaborar un trabajo de orden práctico, en donde se pretendía evidenciar los procesos resilientes en niños. Razón por la cual, siguiendo el proceso sugerido por Eco, se tienen en cuenta los primeros índices elaborados desde entonces, ya que se concibe la investigación como un proceso constante y no sesgado o interrumpido. No existiría este documento si no se hubiesen llevado a cabo las reevaluaciones pertinentes en su momento. Se planteó en este trabajo, la hipótesis de que la resiliencia como concepto nuevo en psicología, y difícil de clasificar en un paradigma como tal, es

un concepto que bajo otra nominación ya ha sido abordado por el Psicoanálisis y por el Humanismo.

Selección de las fuentes bibliográficas. Teniendo en cuenta los aspectos mencionados, el proceso de selección de las fuentes bibliográficas se dividió en tres momentos así.

Acceso a las definiciones del concepto de resiliencia. Como se planteó antes, el primer esbozo de este proceso investigativo no fue de orden teórico sino práctico. Y al redefinir el proyecto como tal, se procedió a rescatar del antiguo documento las definiciones y reflexiones que se elaboraron sobre el concepto de resiliencia y sobre el acto mismo de ser resiliente. La literatura con la que se contó en su momento fue escrita en castellano. Se podría decir, sin temor a equivocarse, que la mayoría de textos que abarcan la resiliencia han sido traducidos al castellano, ya que la psicología latinoamericana, en especial la argentina, es la que ha se preocupado por describir y definir de forma clara el concepto. Por esta razón, se seleccionaron los textos de Boris Cyrulnik, Stanislaw Tomkiewicz, Jorge Barudy y Maryorie Dantagnan entre otros, lo cuales se encuentran publicados en este idioma, y se llevó a cabo, de forma adicional, una pequeña revisión sobre la existencia de trabajos de grado que tuvieran el mismo objetivo teórico que éste, con el fin de tener un punto de partida. Sin hallazgo particular. No obstante en la Universidad de la Sabana, se encontró un trabajo de grado que sigue una metodología de tipo monográfico-descriptivo, con el objeto de hacer una descripción teórica del concepto resiliencia, su evolución a través del tiempo y aportes al campo de la psicología, a manera de paralelo comparativo entre diferentes enfoques.

Selección de los textos psicoanalíticos. Al revisar el concepto y el acto resiliente en sí, se pudo apreciar que está atado de forma íntima a la adaptación en sí. Por esta razón se buscaron abordajes psicoanalíticos que trabajaran este mismo fenómeno, es decir, el hecho mismo de sobreponerse a las circunstancias, de adaptarse. Razón por la cual, se abordaron en primer lugar los textos de Sigmund Freud como generador de todo un andamiaje teórico y clínico. Los textos freudianos que se tuvieron en cuenta fueron los publicados por la Editorial Amorrortu, ya que estos libros son la traducción directa y autorizada de la obra freudiana en inglés, Standard Edition.

Posteriormente se abordaron los textos del psicoanalista Heinz Hartmann, quién huyendo de la segunda guerra mundial se instauró en los Estados Unidos, dentro de la psicología académica, profundizando ampliamente en el concepto de adaptación. Por otro lado, se abordaron algunos conceptos del psicoanalista Donald Winnicott y de Melanie Klein. Estos dos autores trabajaron sobre las capacidades psíquicas que tiene el ser humano para afrontar su existencia. De esta forma, las teorías de Hartmann, Winnicott y Klein empezaron a ser relevantes a medida que se desenvolvían las asesorías para la elaboración de este documento de trabajo de grado.

Selección de los textos humanistas y de orientación existencial. Al explorar el concepto resiliencia, se pudo ver que éste término ha estado ligado a temáticas y conceptos humanistas, por lo cual se seleccionaron los textos de Carl Rogers y Abraham Maslow, para enfatizar en los conceptos de adaptación, tendencia actualizante y autorrealización entre otros. Igualmente, se tomó en cuenta la mirada existencialista de Viktor Frankl, para poder profundizar en el concepto de dimensión espiritual. Cabe

resaltar que algunos de los textos consultados han sido versiones traducidas al castellano.

Procedimiento

Una vez seleccionados los textos teniendo en cuenta el proceso descrito anteriormente, se llevaron a cabo cuatro actividades.

Lectura individual de los textos seleccionados. Sería de suma importancia clarificar en este punto, que no sólo se trata de citar los textos leídos y la manera en la que cada uno de los investigadores del proyecto investigativo abordaron la teoría, sino que la lectura de las fuentes primarias tomó relevancia en la medida en la que se consultaron determinadas ediciones y no otras. En lo posible se trató de acceder a ediciones resientes de textos antiguos. Un ejemplo de ello se ha visto en los textos de Sigmund Freud.

Como parte del procedimiento, cada uno de los investigadores hacía una lectura individual de los textos de diferentes autores. Posteriormente, se reunían para reflexionar sobre cada lectura y tomar la decisión de tener o no en cuenta el texto, dependiendo de la pertinencia que tuviera con el concepto de resiliencia.

Elaboración de fichas de lectura. Una vez se hizo dicha discusión, se procedió a la elaboración de las fichas de lectura. Cada investigador realizaba la ficha correspondiente al texto leído por él mismo. En la construcción de cada ficha, se tuvo en cuenta la referencia, los títulos de los capítulos y temáticas en general, por lo cual, cada texto correspondía a un tema en particular. Inmediatamente, se hacía una puesta en común sobre la ficha para redactar el comentario con base en la teoría de cada autor. (Ver Anexos)

Análisis y selección de las citas a tener en cuenta. Con base en las fichas realizadas, se procedió a integrar el texto pertinente al marco conceptual del proyecto de grado, escogiendo las temáticas más relevantes y siguiendo un orden lógico. Los comentarios de las fichas fueron el sustento para la elaboración de la discusión.

Índices como hipótesis

En este apartado se plasman los índices que se trabajaron durante todo el proceso. Como se ha mencionado previamente, este trabajo no tuvo en un principio un objetivo teórico ni histórico, por el contrario era de carácter de práctico. Así, el índice de aquel proyecto se incluye, no como hipótesis de trabajo, como planteó Eco, U (1974), sino como un índice primitivo que motivó de una u otra forma este texto.

Eco, U (1974) anotó: Una de las primeras cosas que se han de hacer para empezar a trabajar con una tesis es escribir el título, la introducción y el índice final; estas son precisamente las cosas que todos los autores elaboran al final. Parece un consejo paradójico: ¿Empezar por el final?. En ciertos libros, está al principio del trabajo a fin de que el lector pueda rápidamente, hacerse una idea de lo que encontrará al leerlo. En otras palabras, escribir cuanto antes el índice como hipótesis de trabajo, sirve para definir cuanto antes el ámbito de la tesis. (p. 137)

Índice primitivo

Tabla de Contenido

Título: interacciones entre los recursos personales y los recursos culturales que en los procesos de desarrollo de niños y adolescentes promueven o dificultan la resiliencia en el contexto urbano de Bogotá y Nemocón.

Información general del proyecto

Resumen

Descripción del proyecto

Antecedentes teóricos

Planteamiento del problema de investigación

Objetivos

Objetivo General

Objetivo específico

Categorías de análisis

Metodología

Diseño

Participantes

Instrumentos

Procedimiento

Marco teórico

Análisis cualitativo

Análisis de las entrevistas

Codificación: axial, selectiva y abierta.

Discusión

Referencias

Apéndices o Anexos (fichas de lectura)

Primer índice como hipótesis de este trabajo investigativo

Tabla de Contenido

Título: ¿Qué es la resiliencia? Un recorrido histórico- teórico de un concepto psicológico contemporáneo.

Introducción

Justificación

Antecedentes teóricos

Objetivo:

General

Específico

Método

Diseño

Instrumentos

Procedimiento

Marco Teórico

La Resiliencia hoy

La Resiliencia y psicología

Resiliencia y Psicoanálisis (Freud)

Resiliencia y Humanismo (Rogers)

Resiliencia y Cognitivo-Conductual (William Wundt)

Resiliencia y Sistémico (la escuela de Millán).

Discusión

Referencias

Apéndices o Anexos (fichas de lectura)

Segundo índice

Tabla de Contenido

Título: ¿Qué es la resiliencia? Un recorrido teórico- histórico de un concepto psicológico contemporáneo.

Introducción

Justificación

Antecedentes teóricos

Objetivo:

General

Específico

Método

Diseño

Instrumentos

Procedimiento

Marco Teórico

La Resiliencia hoy

La Resiliencia y psicología

Resiliencia y Psicoanálisis (Freud)

Resiliencia y Humanismo (Rogers)

Discusión

Referencias

Apéndices o Anexos (fichas de lectura)

Tercer índice

Tabla de Contenido

Título: Un recorrido teórico- histórico del concepto Resiliencia: humanismo y psicoanálisis.

Introducción

Objetivo:

General

Específico

Método

Diseño

Instrumentos

Procedimiento

Marco Teórico

Definiciones de Resiliencia

Resiliencia y Psicoanálisis (Freud, Winnicott y Hartmann)

Resiliencia y Humanismo (Rogers)

Discusión

Referencias

Apéndices o Anexos (fichas de lectura)

Cuarto índice

Tabla de Contenido

Título: Un recorrido teórico- histórico del concepto Resiliencia: humanismo y psicoanálisis.

Introducción

Objetivo:

General

Específico

Método

Diseño

Instrumentos

Procedimiento

Marco Teórico

Definiciones de Resiliencia

Resiliencia y Psicoanálisis (Sigmund Freud, Donald Winnicott y Heinz
Hartmann)

Resiliencia y Humanismo (Carl Rogers, Abraham Maslow y Viktor Frankl)

Discusión

Referencias

Apéndices o Anexos (fichas de lectura)

Índice Final

Tabla de Contenido

Título: Resiliencia, Humanismo y Psicoanálisis. Influencias, Encuentros y
Desencuentros. Un Abordaje Teórico.

Introducción

Objetivo

General

Específico

Marco Referencial

Reflexión histórica

Epistemología del Psicoanálisis

Epistemología del Humanismo

Reflexión disciplinar

Surgimiento del Concepto de Resiliencia

Humanismo y Resiliencia (Carl Rogers, Abraham Maslow y Viktor Frankl)

Psicoanálisis y Resiliencia (Sigmund Freud, Donald Winnicott y Heinz

Hartmann)

Método

Tipo de estudio

Selección de fuentes bibliográficas

Procedimiento

Discusión y conclusiones

Referencias

Anexos (Fichas de lectura)

Discusión y conclusiones

El concepto de resiliencia nació a principios de los años ochenta, como un concepto inverso, al de vulnerabilidad. Pero a diferencia de ésta, teóricamente hablando, la resiliencia implica un efecto duradero y el establecimiento final de un proyecto de vida. Fue así como empezaron las investigaciones que arrojaron resultados con los cuales, se procedió a catalogar a algunas personas como resilientes. (Tomkiewicz, 2004)

Desde ese momento, la resiliencia se convirtió en un concepto que se ha venido utilizando en psicología a nivel general, para referirse a la forma por medio de la cual las personas afrontan la adversidad, y salen adelante después de los sucesos estresores, con la probabilidad de afrontar adecuadamente futuras calamidades de manera similar y, seguir con las actividades características que el ser humano tiene a lo largo de su ciclo vital.

Han sido varios los autores que se han dedicado a transmitir sus propias definiciones sobre resiliencia. De acuerdo con las definiciones de cada uno de ellos, sobre este concepto, se puede decir que la resiliencia, vista como un proceso que describe la capacidad para enfrentar la adversidad, promueve las reacciones moderadas frente a una situación adversa, aunque no sólo sea favorable para personas jóvenes, sino para todos los seres humanos, garantizando así enfrentar la adversidad con éxito.

Es así como a partir de esta gran definición, se comienza a reflexionar en la manera en la que se ha venido encajando dicho término dentro de la psicología, y cómo a su vez al interior de los enfoques psicológicos el concepto de resiliencia es bien recibido o desechado. En algunas ocasiones, y para ser preciso en los enfoques Psicoanalítico y Humanista, se han encontrado bajo otras nominaciones, construcciones teóricas que suponen desde hace ya cierto tiempo similitudes con lo novedoso que implica o implicó el concepto de resiliencia en sí mismo.

En el caso del psicoanálisis particularmente, la vulnerabilidad se ha visto como una característica inherente a todo ser humano, pues desde esta perspectiva el hombre siempre está expuesto a vivenciar algún tipo de sufrimiento de orden traumático, e

igualmente siempre está dispuesto, en contra de su propia voluntad, a despertar algún tipo de síntoma que de cuenta de esa vivencia subjetiva de la experiencia traumática.

Ahora bien, desde la óptica psicoanalítica, la capacidad de trascender una experiencia que se plantea desde la resiliencia como traumática, ésta asociada por el tipo de vínculo que entabla el ser humano con un objeto que cumple funciones maternas. A partir de esa relación vincular, que incluso se da desde los primeros años de vida, relación madre-hijo por ejemplo, se puede deducir que la vulnerabilidad es menor en la medida en que el hombre tiene desde su edad más temprana este tipo de relaciones, este tipo de vínculos; ya que la madre, que no siempre es la mamá en términos biológicos, le proporciona seguridad al niño para enfrentar eventos estresantes posteriores. La función materna consiste pues, en transmitir seguridad ante la angustia inherente en la vivencia de toda experiencia nueva, no necesariamente traumática, a través de la contención que el mismo Winnicott (1960 a) describió como parte fundamental de todo vínculo afectivo.

No obstante, desde el humanismo, la vulnerabilidad se refiere a un estado de incongruencia que puede existir entre el yo y la experiencia. El ser humano, acude a la vulnerabilidad cuando desea destacar un peligro de desorganización psíquica, peligro al que puede llegar un ser humano cuando se ve enfrentado a un evento infortunado.

Cuando el individuo está confundido y golpeado por los eventos adversos, se encuentra en estado de incongruencia y es potencialmente vulnerable a sentirse angustiado frente a la amenaza y la desorganización, debido a que el yo quisiera estar siempre en su estado ideal. (Rogers, 2002).

Por lo anterior, la resiliencia como concepto inverso al de vulnerabilidad, se explica desde el psicoanálisis y el humanismo como la capacidad para enfrentar la adversidad,

sin embargo a la luz del psicoanálisis, el ser vulnerable se remite al vínculo afectivo establecido con la madre y al sostenimiento que ella le brindó al niño en los primeros años de vida. En el humanismo, la vulnerabilidad ha sido explicada desde un mecanismo al cual acude el yo para poder superar cualquier situación difícil.

Al hablar de resiliencia, es imposible dejar de mencionar las situaciones adversas, que como afirmaron Luthar y cols (2000) son la pobreza, la violencia intrafamiliar, la enfermedad mental de los padres o a las consecuencias de una catástrofe natural, entre otras. Así mismo, la enfermedad, el secuestro, la muerte, el desplazamiento y los accidentes hacen parte del entorno y afectan al individuo. Por lo anterior, es importante mencionar que desde el humanismo, la fenomenología ha buscado comprender el campo fenoménico de la persona y éste se relaciona particularmente con su experiencia. De esta manera, desde la fenomenología, toda experiencia hace parte del campo fenoménico y por lo tanto para indagar la resiliencia, hay que acudir a la integración de la experiencia adversa, su relación con el campo fenoménico y la forma como lo interpreta el individuo. (Trull y Phares, 2003). En consecuencia, la adversidad hace parte del campo fenoménico de la persona y la forma como ella perciba la experiencia, podría influir en el ser resiliente.

Como lo afirmó Rodríguez (2004, p.190) la resiliencia, es algo más que un modo de ponerle “al mal tiempo buena cara” es un creativo recurso que permite encontrar nuevas respuestas para situaciones que parecen no tener salida, lo que explica la relación entre resiliencia y sentido del humor. Es pertinente rescatar que desde el psicoanálisis, el humor como lo planteó Freud (1905) no sólo tiene algo liberante, como el chiste y lo

cómico, sino también conserva lo grandioso y exaltante, por lo cual se podría decir que ayuda al yo a aceptar la situación problema.

Frente a una ocasión desventurada, el psicoanálisis concibe las funciones del yo frente a la misma, clarificando su tarea impuesta al no dejar afectarse fácilmente por las situaciones, luchando de forma sintomática, en ocasiones, para evitar su decaimiento. De forma complementaria, ese yo cuenta con el apoyo del vínculo afectivo ya introyectado en ocasiones, por el sostenimiento que le brindó la madre.

Hartmann, subrayó que el yo no ha existido desde el inicio de la vida psíquica, por el contrario, consideró que el individuo cuenta con determinadas capacidades innatas, que con el curso del desarrollo pasan a estar al servicio del yo, y hacen parte del proceso de adaptación del yo a la realidad externa. En tanto que el humanismo lo ha explicado bajo los parámetros de la tendencia innata que tiene el organismo hacia la autorrealización y a su dimensión espiritual, que desde esta mirada, nunca se enferma y que por naturaleza tiene cada ser humano. Cabe resaltar que el papel de la dimensión espiritual es ayudar al ser resiliente en el proceso de encontrar un sentido a la situación adversa.

En este orden de ideas, pareciera que cada ser humano, en su potencialidad es susceptible de desarrollar características resilientes, desde las cuales la percepción hacia una persona resiliente tendría un sustento en alguna dimensión del ser humano.

En particular, la dimensión espiritual del hombre es viablemente aquello que con mayor fuerza, le da la posibilidad de encontrarle un sentido a las situaciones difíciles, lo cual se ha explicado desde la teoría de Frankl, pues él mismo planteó que el hecho de encontrar un sentido a la vida se atribuye a una fuerza motivadora primaria. Esta fuerza, podría explicarse a la luz de la dimensión espiritual del hombre. Se trata de una

dimensión menos abstracta de lo imaginado, es una realidad ontológica, por lo tanto, se refiere al ser en general y a toda su trascendencia; la dimensión espiritual prepondera a lo natural, según lo afirmado por Jaspers (1999, p. 48) .

En la resiliencia el ser humano puede a pesar de lo conflictivo, entender el dolor de otros y reconocer que no sólo él ha podido superar su propio dolor sino que otros también lo han hecho. Es así como desde el humanismo, la dimensión espiritual es aquello que le permite al ser humano ser resiliente, ya que le da posibilidad de confrontarse con lo social, lo corporal e incluso lo psíquico; aspectos relacionados con la resiliencia. Desde este marco, la resiliencia se podría ver como un proceso que pretende enfrentar los eventos adversos y encontrar en estos sentido a la existencia, en donde la autorrealización propuesta por Maslow como una necesidad dentro de la jerarquía de necesidades, juega un papel crucial, al igual que la dimensión espiritual. Según Maslow dicha autorrealización sólo es posible cuando las necesidades inferiores (fisiológicas, de seguridad, de pertenencia, amor y de autoestima) han sido satisfechas en forma suficiente.

En concordancia con esta propuesta, la idea de la “casita” de Vanistendael y Lecomte (2000) se podría complementar con la teoría planteada por Maslow (1991) sobre jerarquía de necesidades, debido a que el autoestima, las competencias, las aptitudes y el humor se complementan con las necesidades fisiológicas, de seguridad, de pertenencia, de amor y de autorrealización. A partir de lo anterior, se podría decir que la resiliencia vista como la capacidad para enfrentar la adversidad, se compone de factores ambientales e individuales.

Para profundizar en la importancia de los factores ambientales se ha hecho necesario explicar el procedimiento para la formación de una persona resiliente, que desde el enfoque humanista ha sido explicado.

Una vez se presenta la situación adversa, como consecuencia de la percepción de ésta, podría verse aumentada la consideración positiva de tipo incondicional de sí mismo. Posteriormente, y cuando ya se han logrado las condiciones de dicha consideración, la amenaza se reduce. Es entonces cuando el proceso de defensa se revierte y las experiencias generalmente percibidas como amenazantes son así simbolizadas e integradas al concepto del yo, como bien lo sugirió Carl Rogers. Gracias a este procedimiento, se estaría gestando un individuo resiliente. Cuando se percibe alguna circunstancia que es considerada como adversa, una vez se ha procedido al aumento de la consideración positiva incondicional, se ve reducida la amenaza y así se integra al concepto del yo. Así pues, la experiencia puede ser integrada al yo, una vez se cumple la consideración positiva incondicional. Por el contrario para el psicoanálisis, es más difícil mantener en la conciencia la experiencia traumática, debido a que al yo se le dificulta experimentar el sufrimiento, decidiendo así recurrir a una de sus múltiples funciones como lo es la represión, sin adaptarse a las nuevas condiciones de vida que trae consigo una situación adversa. Por lo anterior, de acuerdo con Hartmann, se puede decir que en el proceso de adaptación del hombre al medio, surge una dinámica de identificación e inclusión de las estructuras del yo y súper yo, es decir, la adaptación se valora desde la perspectiva del funcionamiento interno y externo del individuo, en donde se exalta la búsqueda de la salida de sus emociones, evitando un conflicto con las normas de la realidad y las propias reglas morales. Coherentemente, la adaptabilidad

innata podría dar las bases para la adaptación, en donde la diferenciación del yo y del ello, así como la formación del súper yo, son cruciales en el proceso de adaptación a la situación adversa.

El proceso de diferenciación ayuda al individuo a adaptarse a dicha situación y es clara la relación entre el yo, el ello y el super-yo con la realidad y su articulación entre sí. Cabe resaltar que en el proceso de adaptación del ser humano a la situación problema, la resiliencia está presente, contribuyendo de manera efectiva en dicho proceso. La adaptación progresiva que fue explicada por Hartmann, se podría relacionar con la capacidad para seguir viviendo y disfrutar la vida, aún cuando se ha vivido una situación adversa, ya que en la adaptación progresiva, el individuo vuelve a estadios ya superados del desarrollo. Con relación a las modalidades adaptativas explicadas por Hartmann (1939) la que se ajusta al ser resiliente tiene relación con el cambio del individuo para poderse adaptar al medio, proceso que podría explicar la formación de un ser resiliente.

Es así, como ésta capacidad de reorganización de la experiencia, surge de la conjunción de factores propios del individuo (intrapsíquicos) y de factores medioambientales que lo protegen. En este punto, cabe resaltar la importancia de observar en cada caso las diferencias individuales de las personas y los ambientes en los cuales se desarrollan con el fin de abarcar, si no toda, la mayoría de multifactorialidad que esto implica. Sin embargo, Cyrulnik (2003) planteó que las personas inseguras, presentan cierta dificultad para organizar su mundo sensorial, lo que a la luz del humanismo se conoce como un déficit para organizar las experiencias, y en el psicoanálisis como una debilidad yoica para enfrentar al mundo. La conjugación de

conceptos conduce a pensar que el hombre podría tener un motivo que lo orienta hacia la organización de la experiencia, a pesar de la presencia de factores perturbadores graves y por lo tanto lo conduce hacia la autorrealización. (Martínez, 1999) . La autorrealización como promotora de la resiliencia, encuentra un elemento similar en el psicoanálisis; se trata de la tendencia al desarrollo a la cual Hartmann denominó zona libre del conflicto del yo, y que podría promover al ser humano hacia la superación y búsqueda de sentido.

A su vez, tanto la tendencia actualizante como la autorrealización, se pueden considerar como factores promotores de la resiliencia. La autorrealización se debe al cumplimiento de las otras necesidades como lo son: fisiológicas, de seguridad, de pertenencia, amor y autoestima citando a Maslow. Una vez suplidadas estas necesidades, el hombre tiende a autorealizarse, lo cual contribuye al cumplimiento de un proceso resiliente. Sin embargo, la tendencia actualizante ayuda al ser humano al alcance de la superación, sin exigir que se cumplan necesidades específicas o niveles particulares, como si lo propone la teoría de necesidades de Maslow. (Maslow, 1991)

Los seres humanos tienen sus propios recursos internos como lo son la creatividad, la espiritualidad, el humor y la tendencia a la autorrealización entre otras, que posibilitan el afrontamiento de eventos adversos y el hallazgo de un sentido al sufrimiento.

En este proceso, la congruencia, permite la aceptación de las adversidades y abre el espacio, para enfrentarlas y adaptarse a su nueva condición de vida. Es así como el ser congruente podría, en un momento determinado, como lo afirmó Lietaer (1997) hacer que el hombre sea capaz de abrirse sin defensividad a lo que se vive en sí mismo y ser capaz de ponerse en contacto con eso, así como tener una identidad sólida y una sensación fuerte de competencia, siendo capaz de funcionar eficazmente dentro de las

relaciones personales e íntimas, sin la interferencia de los propios problemas personales. Es de esta manera como la congruencia y la tendencia actualizante (que promueve al ser humano a la autorrealización) se articulan para participar en un proceso resiliente.

La resiliencia como capacidad para enfrentar la calamidad, se ha visto desde el psicoanálisis, a partir del vínculo afectivo que surge de la relación madre-hijo, entendiendo que aquellos lazos que los unen, son aquellos que dan la fortaleza para enfrentar una situación adversa y encontrarle sentido a dicha situación, y son los que garantizan la formación de un yo lo suficientemente adaptable a situaciones adversas o a pérdidas objetales.

En este caso, los psicoanalistas que teorizan en aspectos lo suficientemente relevantes para sacar conclusiones, han sido particularmente Heinz Hartmann, Donald Winnicott y como es de esperar algunos conceptos claves de Sigmund Freud. A partir de los aportes que ellos mismos han dado a la psicología, es pertinente mencionar como lo afirmó Winnicott (1945) que el niño es un ser desintegrado, incapaz de percibir de manera organizada los estímulos que provienen del exterior, en donde sólo en compañía de una función materna lo suficientemente buena o contendor, el niño integra y supera esa primitiva forma aobjetal y parcial de concebir al mundo.

Además de estas características primitivas, el niño nace provisto de una tendencia al desarrollo, la misma que Hartmann (1939) teorizó como “zona libre del conflicto del yo”, este “yo autónomo” no sólo abarca las funciones perceptuales de gran importancia, en los comienzos de la vida, sino también las funciones de motilidad y los instintos. La tarea de la madre es brindar un soporte adecuado para que las condiciones innatas logren un óptimo desarrollo, con lo cual se da explicación a la importancia del vínculo afectivo

con un objeto que posea características y funciones maternas como fundamento del ser resiliente.

Así como el vínculo afectivo puede ser crucial para ser resiliente, aquella persona que cumpla una función materna y sea introyectada de forma total posteriormente desde una óptica psicoanalítica, podría ser vista en la teoría resiliente como un tutor de resiliencia. Visto este, como aquel agente externo que potencializa al ser humano a salir de su estado perjudicial.

Desde este enfoque, el psicoanálisis, ha explicado cómo desde el nacimiento, el niño busca la satisfacción de sus necesidades gracias a la presencia física de un objeto primitivo, la madre. Dicho objeto, en un principio parcial, corresponde al seno materno, quien a través de éste satisface las necesidades del niño y se calman sus angustias primitivas e inherentes al comienzo de la existencia.

Siguiendo esta línea inglesa de psicoanálisis, cuando el objeto cuidador no se presenta, el niño entra en frustración por la ausencia del mismo objeto, y por lo tanto, se comporta agresivamente hacia ese objeto primitivo, como reacción a la falta de satisfacción de sus necesidades primitivas. Como consecuencia, con el tiempo el niño empieza a sentirse culpable, actuando de forma reparadora frente a su fuente de función materna, y reconociendo a esta ya de forma total y no parcial. En otras palabras, el niño en un principio agrede el seno de la madre, siendo éste un objeto parcial, pero se da cuenta de que ha arremetido contra el objeto primitivamente contenedor, despertando así un proceso de culpa y reparación e integrando la antigua parcialidad ahora en totalidad.

Pero si a pesar de su propia ausencia como objeto materno, logra contener la agresión que produce su falta en el niño, este último puede introyectar esa función contenedora

como tal, y de ésta manera el niño ya no necesitará de la presencia física de la madre para ser contenido y aminorar sus ansiedades primitivas, sino que podrá recurrir de ahora en adelante a los objetos contenedores que él ha introyectado antes. Por esta razón, una función materna en términos contenedores, facilita la introyección de objetos buenos en el niño, contenedores a su vez, es decir, el niño es ahora capaz de contenerse así mismo, porque el vínculo inicial habita de ahora en adelante en él. De esta forma, hay sin duda alguna una relación entre lo que se considera una madre suficientemente buena y un tutor de resiliencia.

Siguiendo entonces este camino, el vínculo entre un objeto contenedor y un objeto en adversidad, madre e hijo por ejemplo, es el responsable de la creación de un self falso o un self verdadero, en términos winnicottianos, o si se prefiere de un proceso resiliente.

Lo anterior se conecta con la idea de Cyrulnik (2003), quién contempló que el vínculo protector, es un factor que predomina en los seres humanos que se consideran poco resilientes, lo cual indicaría que las personas que han sido sobreprotegidas, no enfrentan las situaciones adversas y no se superan. Este vínculo protector da como resultado el surgimiento de una madre parasitaria, la cual no permite que el niño perciba otros objetos, dando lugar a un individuo aobjetal, dificultando así la percepción de la realidad. Por el contrario, el humanismo resalta que dicha percepción, se da con base en la dimensión espiritual y la tendencia a la autorrealización con lo cual cuentan todos los seres humanos, y no depende estrictamente del vínculo afectivo. Por el contrario Winnicott ha planteado que el vínculo afectivo proporciona una herramienta para enfrentar la adversidad y de esta forma ser resiliente.

De forma concluyente, se podría considerar que la resiliencia como capacidad propia del ser humano, le da la posibilidad de enfrentar la adversidad, logrando adaptarse a la nueva situación o realidad de vida. Este proceso se puede explicar desde el enfoque psicoanalítico con base en la consolidación del vínculo afectivo madre-hijo, en tanto que, para el humanismo, el ser resiliente se construye con el apoyo de la dimensión espiritual y la tendencia innata del hombre a la autorrealización y la tendencia actualizante de Rogers.

Referencias

- Assoun, P. (1982) . *Introducción a la epistemología freudiana*. México: Siglo XXI.
- Avila, A. (1998) . *Investigación en psicoterapia, la contribución psicoanalítica*. Madrid: Paidós.
- Barudy, J. & Dantagnan, M. (Eds.) . (2005) . *Los buenos tratos a la infancia*. España: Gedisa.
- Cyrulnik, B. (2003) . *El Murmullo de los fantasmas*. Barcelona: Gedisa.
- Cyrulnik, B., Manciaux, M., Sanchez, S., Colmenares, M., Balegno, E., & Olaya, M. (Eds.) . (2002) . *La resiliencia: desvictimizar la víctima*. Colombia: Rafue.
- Cyrulnik, B., Tomkiewicz., S., Guénard, T., Vanistandael, S., & Manciaux, M. (Eds.) . (2004) . *El realismo de la esperanza*. Barcelona: Gedisa.
- Eco, U. (1974) . *Como se hace una tesis: Técnicas y procedimientos de estudio, investigación y escritura*. (6ª. Ed.). México: Gedisa.
- Frankl, V. (1994) . *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2001) . *Psicoterapia y existencialismo: Escritos selectos sobre logoterapia* (A, Martínez. Trad) . España: Herder.
- Freud, S. (1905). *El chiste y su relación con lo inconsciente*. Tomo XVIII. Argentina: Amorrortu.
- Freud, S. (1923) . *El yo y el ello*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Geltman, P. (1993) . *Rigor epistemológico y teoría psicoanalítica*. Buenos Aires: Almagesto.
- Goodyer, I.M. (1995) . Risk and resilience in childhood and adolescents. *Bengt*

- Lindstrom Nick Spencer social paediatrics*, 6, 181-383.
- Hall, C. (1980) . *Compendio de psicología freudiana*. Buenos Aires: Paidós.
- Hartmann, H. (1939) . *La psicología del yo y el problema de la adaptación*.
México: Pax.
- Husserl, E. (1986) . *La filosofía en la crisis de la humanidad europea*. España:
Valencia.
- Jaspers, K. (1999) . *Psicopatología general*. México: FCE.
- Klein, M. (1957) . *Envidia y gratitud: Emociones básicas del hombre*.
Barcelona: Paidós.
- Lietaer, G. (1997) . *Más allá de Carl Rogers*. España: Desclée de Brouwer.
- Luthar, S., Cicchetti, D., Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-558.
- Manciaux, M., Vanistendael, S., Lecomte, J., & Cyrulnik, B. (Eds.) . (2003) . *La resiliencia: Estado de la cuestión*. Madrid: Gedisa.
- Martínez, M. (1999) . *La psicología humanista: Un nuevo paradigma psicológico*.
México: Trillas.
- Maslow, A. (1991) . *Motivación y personalidad*. (C. Clemente, Trad.) Madrid:
Ediciones Días Santos.
- Melillo, A. & Suárez, E. (2002) . *Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas*.
Argentina: Paidós.
- Melillo, A., Suárez, E & Rodríguez, D. (Eds.) . (2004) . *Resiliencia y subjetividad*.
Argentina: Paidós.
- Nasio, J. (2001) . *El psicoanalista al diván*. Barcelona: Paidós.

- Rogers, C. (1951) . *Psicoterapia centrada en el cliente*. México: Paidós.
- Rogers, C. (1961) . *El proceso de convertirse en persona*. Argentina: Paidós.
- Rogers, C. (1987) . *La psicoterapia centrada en el cliente*. Paidós: Barcelona..
- Rogers, C. & Rachel, L. (1989) . *La persona como centro*. (2ª. Ed.).
Barcelona: Herder.
- Rogers, C. (2002) . *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires:
Nueva Visión.
- Rutter, M. (1993) . Resilience: Some conceptual consideration. *Journal of adolescent health care*, 14, 626-631.
- Trull, T. & Phares, J. (2003) . *Psicología clínica: conceptos, métodos y aspectos prácticos de la profesión*. México: International Thomson Editores.
- Vanistendael, S. & Lecomte, J. (2000) . *La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en si mismos: construir la resiliencia*. Barcelona:
Gedisa.
- Winnicott, D. (1945) . *Desarrollo emocional primitivo*. Edit. Laia.
Barcelona.
- Winnicott, D. (1949). *La mente y su relación con el psyquesoma*. Barcelona: Laia.
- Winnicott, D. (1951) . *Objetos y fenómenos transicionales. Estudio de la primera posesión no-yo*. Barcelona: Laia.
- Winnicott, D. (1954) . *Aspectos metapsicológicos y clínicos de la regresión dentro del marco psicoanalítico*. Barcelona: Laia.
- Winnicott, D. (1960 a) . *Deformación del ego en términos de un ser verdadero y falso*. Barcelona: Laia.

Winnicott, D. (1960 b). *La teoría de la relación paterno-filial en el proceso de maduración en el niño*. Barcelona: Laia.

Winnicott, D. (1963 a) . *La comunicación y la falta de comunicación como conducentes al estudio de ciertos pares antitético en el proceso de maduración en el niño*. Barcelona: Laia.

Winnicott, D. (1963 b) . *Los casos de enfermedad mental*. Barcelona: Laia.

Anexos

AUTOR Boris Cyrulnik	CONCEPTO Resiliencia	FICHA No. 1
REFERENCIA: Cyrulnik, Manciaux, Sánchez, Colmenares, Balegno, Olaya. (2002).La resiliencia: Desvictimizar la víctima. Edit Rafue. Colombia.		
TITULO: La resiliencia en el curso de las interacciones precoces: la adquisición de los recursos internos.		
TEXTO		TEMA
<p>Para dar claridad al concepto de “resiliencia” es Cyrulnik define la palabra desde su origen latino proveniente de <i>re salire</i>, término muy utilizado en la ciencias físicas y de la mecánica, adjunto a lo cual, explicita el trabajo de los marineros de Toulon “donde tal concepto es empleado para referirse al hecho según el cual los submarinos mantienen su estructura sin importar las presiones del medio, o retoman su estructura después de haber soportado un golpe proveniente del medio.”(p.30)</p>		Resiliencia
<p>Cyrulnik afirma que la atención y el cuidado que se debe llevar con los niños víctimas de acontecimientos traumáticos, justamente el cambio de actitud es el factor preponderante a la hora de interpretar el desarrollo humano para lo cual la carrera de víctima, como él mismo sigue no es la mejor alternativa de solución para aquellos desafortunados.</p> <p>El reconocimiento de la posibilidad de retomar un tipo de desarrollo; para estos niños, un desarrollo que comprenda el apoyo, la reparación y la reanudación, como co-autores y responsables tanto del éxito como del fracaso de dicha empresa por parte de los profesionales que allí intervengan. (p.31)</p> <p>En la aproximación que tuvo Ana Freud con niños que habían experimentado eventos traumáticos, en particular, los niños londinenses que vivenciaros este tipo de situaciones durante los bombardeos en la segunda guerra, encontró que estos niños no hablaban, bien por aun no tener tal repertorio o bien porque ya lo hacían, pero que tales experiencias de horror los habían encerrado en el mutismo y callaban por no poder decirlo, pues aquello resultaba demasiado difícil de expresarlo. También porque los otros ingleses anormalmente normales los motivaban a callar.</p> <p>En sus palabra Ana Freud dice: “puesto que estos niños no pueden hablar porque todavía no saben hacerlo o porque lo vivido es tan terrible que no pueden decirlo, entonces vamos a dar importancia a otras formas de expresión: sus cuerpos, sus balanceos, sus actividades regresivas, sus actividades centradas en si mismos, por ejemplo dar vueltas a un mechón de cabello sobre</p>		La victimización

<p>la frente al tiempo que se chupa el pulgar. Donde es su cuerpo el que continua expresándose, y observando su manera de hablar, su manera de gestualizar, podemos acceder a su mundo íntimo” (Freud A y Burlingham (1941) Monthley report of the Hampstead Nurseries Puf Paris, p. 33)</p>	
<p>Como factor importante en el desarrollo de la resiliencia el vinculo seguro, el apego que brinda la confianza en sí mismo para conquistar y aprender del mundo. Puede no hacerse presente en uno de cada tres niños, indistinto de la cultura de cada región. (p.43)</p> <p>Uno de cada tres niños aprende el “apego evitante” aquel en donde la madre no ofrece la seguridad. Es el niño indiferente que se protege pero que no será resiliente. (p.44)</p> <p>Es en el aprendizaje preverbal un fuerte factor de resiliencia, es así como en su relato interno el niño habla de su sufrimiento, de su desgracia, de su madre ausente, de su madre que lo ha maltratado pero igualmente ha aprendido que el ser amable les otorga la esperanza, una esperanza del no sufrir. (p.42)</p> <p>Dijo entonces Ana Freud, se necesitan dos golpes para hacer un traumatismo: el primero se produce en lo real (tengo frío, tengo hambre, me duele, he sido humillado, he sido abandonado, yo sufro) y el segundo golpe se produce en la representación de lo real, es decir, en el relato que me voy hacer bajo su mirada de personas anormalmente normales. (p.43)</p>	<p>El vínculo seguro.</p>
<p>La narrativa como el dominio de la palabra constituye en un tutor de resiliencia muy eficaz, desde ésta se logra aceptar íntimamente y socialmente la propia realidad en términos menos dolorosos o más dolorosos según sea la aceptación de cada sujeto de esa realidad. (p. 47)</p> <p>“Se hace distinto a su desgracia, a través, de su relato en el que tuvo una desgracia, tuvo un traumatismo, pero no esta reducido a su traumatismo, él es alguien distinto de su traumatismo.” Permitiendo de tal manera explotar la parte sana de la personalidad. (p.48)</p>	<p>La narrativa</p>
<p>“Las dos palabras claves de la resiliencia son: el afecto y sentido. Amar, estructura afectiva, no se ama de cualquier manera, y sentido: hablar, dibujar tratar de comprender. Aquello que nos sucedió. Con estas dos palabras claves se obtienen reanudaciones del desarrollo muy superiores a lo que se cree.” (p.49)</p>	<p>Afecto y sentido</p>

AUTOR Boris Cyrulnik	CONCEPTO Resiliencia	FICHA No. 2
REFERENCIA: Cyrulnik. (2003). El Murmullo de los Fantasmas. Edit. Gedisa. Barcelona.		
TITULO: Los chiquillos y la edad del vínculo.		
TEXTO		TEMA
“Sólo es posible hablar de resiliencia si se ha producido un trauma que se haya visto seguido por la recuperación de algún tipo de desarrollo, es decir, si se verifica la recomposición del desgarró” (Cyrulnik, p. 29)		Definición
Entre los masai, un niño nunca está solo. Y sin embargo, se siente libre y protegido porque los adultos le enseñan a escapar de los peligros que le rodean. En este contexto, la fuente de seguridad emana de los adultos, que conceden muy pronto al niño su parte de responsabilidad. En Baltimore, el peligro emana de los adultos, mientras que, entre los masai, proviene del mundo exterior. (Cyrulnik, p. 113)		Padres protectores y amenazantes.
Los niños que carecen de un vínculo protector hablan poco, quedan relegados a la periferia y sufren sin decir nada a nadie porque han aprendido a temer a los demás y a experimentar angustia ante lo desconocido. “Cuando el niño es demasiado pequeño para tener acceso a semejante representación, es su mundo sensorial lo que cambia de forma. La figura familiar ya no está ahí y se ve vagamente sustituida por una figura desconocida, por una intermitencia del vínculo”” (Cyrulnik, p. 41)		Carencia de vínculo.
Cuando la agresión proviene del exterior de la familia, los tutores de resiliencia se encuentran en su interior, como sucede en esas “familias bastión” que saben proteger y dinamizar a sus hijos. Cuando una agresión proviene del interior de la familia, será en el entorno donde haya que buscar los tutores de resiliencia: el tío, la tía, los abuelos, los vecinos, el colegio, el barrio y las organizaciones culturales. (Cyrulnik, p. 114).		Tutores de resiliencia.
“La persona aislada deja de verse afectada por los mismos objetos sobresalientes, lo que explica la sorprendente modificación del vínculo de quienes han sufrido alguna carencia afectiva. El afecto es una necesidad tan vital que, si nos vemos privados de él, nos vinculamos intensamente a todo acontecimiento que nos permita recuperar un soplo de vida.” (Cyrulnik, p. 34) “Algunos niños privados de afecto construyen su identidad narrativa en torno a esos magníficos momentos en los que alguien tuvo a bien amarles, cosa que genera unas biografías asombrosas en las que el niño abandonado en un orfanato, aislado en un sótano, violado, apaleado incesantemente humillado se convierte en un adulto resiliente que afirma con		Carencia afectiva.

toda tranquilidad”.	
---------------------	--

AUTOR Boris Cyrulnik	CONCEPTO Resiliencia	FICHA No. 3
REFERENCIA: Cyrulnik. (2003). El Murmullo de los Fantasmas. Edit. Gedisa. Barcelona.		
TITULO: Las frutas verdes o la edad del sexo.		
TEXTO	TEMA	
<p>“El proceso más sano y menos costoso es el constituido por la narratividad. Esta capacidad para establecer el relato de uno mismo es necesaria para que la persona se haga una idea de su propia personalidad. Esta tarea genera un extraño placer. Se comprendería sin dificultad el deleite provocado por la evocación de los recursos felices, como ocurre cuando nos encontramos en un grupo y la evocación de los momentos felices permite provocar el retorno de la felicidad. Así es como se teje el afecto entre quienes comparten un mismo recuerdo. Pero acordarse una y otra vez de un episodio doloroso, hace que regresen las imágenes tristes, revive los diálogos conflictivos e imaginar otros, provoca una emoción desconcertante de bien aventurada tristeza. Y es probable que sea esta extraña circunstancia la que permite comprender la función de la narración interior, ya que ella nos guía y va a revivir la emoción que ha provocado el pasado y a reorganizarla para convertirla en una representación de sí que nos resulte íntimamente aceptable” (p. 133)</p> <p>Esta labor de la narración produce un doble efecto. En primer lugar, porque ejerce una función de identidad: “yo soy alguien que ha escapado de un correccional y que ha enviado a su padre a la cárcel para proteger a sus hermanas...”. En segundo lugar, porque posee la función de reorganizar las emociones: “hoy consignó soportar el recuerdo del ejército chileno expulsando a mi madre y a sus hijos. Incluso ciento, 25 años más tarde, un orgullo indefinible cuando evocó este recuerdo doloroso, desde España, mi país de acogida, quien me ha confiado importantes responsabilidades”. La narratividad permite constituirse en sujeto íntimo y la narración nos invita a que ocupemos nuestro sitio en el mundo humano y a que compartamos su historia. Lo íntimamente aceptable se asocia a lo que puede compartirse socialmente. Después de este trabajo, el herido puede mirarse a la cara y reintegrarse en la sociedad. (p. 134)</p> <p>“El resultado doble efecto hace que las narraciones íntimas o culturales puedan construir, en el mundo psíquico, el</p>	La narración no es el retorno del pasado.	

<p>equivalente de un vínculo protector, cuando, en su día, los vínculos precoces lo tejieron mal. El vínculo precoz se impregna en el temperamento del niño sin que sus padres se den cuenta, en cambio el relato puede trabajarse de forma intencionada mediante la labor desarrollada por una psicoterapia, mediante la tarea de una creatividad artística o mediante un debate sociocultural” (p. 134)</p> <p>“Todos estamos obligados a recorrer este proceso para construir nuestra identidad y hacernos un hueco en el grupo. Los heridos del espíritu deben recorrerlo con el acontecimiento traumático en su memoria, y exponiendo a los ojos de la sociedad el relato que hacen de él, lo que no significa obligatoriamente que tengan que hacer pública su herida íntima”. (p.134)</p>	
<p>“Algunas personas, gravemente heridas o mal acompañadas, claudican y se quedan aleladas, confusas, sometidas al pasado, rumiando un desgarró que sigue vivo. Otras, sin embargo, consiguen alcanzar la "creación de una historia interior necesaria para la supervivencia psíquica". El relato escenifica hechos reales cuyo significado dependen de quiénes hablan de ellos”. (p. 135)</p> <p>“Un acontecimiento no es lo que se puede ver o saber de él, es lo que se hace con él, cuando nos resulta necesario para llegar a ser alguien. La trivialidad más sosa contiene en su seno el germen de un gran acontecimiento interior, con la condición de que proponga al herido un lugar y un procedimiento que le permitan sumergirse en busca de los recuerdos perdidos.(p.136)</p> <p>El acontecimiento es lo que hacemos con lo que nos ocurre, una desesperación o una gloria.</p> <p>De hecho, en la consideración posterior, en la representación del hecho, en donde nace la emoción que provoca el acontecimiento. Lo que el herido piensa de lo que le ha ocurrido, y el sentimiento que eso le hace experimentar, dependen tanto del relato que se cuenta como del relato que elabora para los demás, narraciones a las que habrá que añadir el relato que confeccionen estos últimos. El sentimiento atribuyó al acontecimiento nace en la confluencia de todos estos mundos inter subjetivos” (p. 136)</p> <p>“Esto no impide que la estructura narrativa del herido al contar su historia revele el sentimiento que experimenta, sin embargo, la emoción de su mundo íntimo emana de fuentes totalmente diferentes: de su propia sensibilidad, impregnada en su memoria por la afectividad de sus allegados, del significado que atribuya al acontecimiento, nivel sentido que se desprenda de su contexto cultural” (p. 136)</p>	<p>El relato como herramienta para reconstruir el propio mundo.</p>

<p>Un relato es una representación de actos provistos de sentido, una escenificación de secuencias de comportamiento, una disposición de imágenes reorganizada por medio de palabras. Si el hecho de decir "bandera", "agua azul" y "música divina" no tiene sentido, el observador quedará desorientado. (p.138)</p> <p>Por el contrario, si el contexto cultural permite interpretar y dar sentido a estas incongruencias, entonces el observador volverá a ubicarse. Toda percepción de un acontecimiento exige de entrada un acto de absorción psíquica. Y en cuanto el sujeto logre atribuirle un sentido se sentirá mejor, porque su mundo se volverá claro y orientado, lo que le permite saber qué es lo que tiene que hacer. En el centelleo de la percepción lo que sirve y lo que se oye se encuentra ya impregnado por nuestra subjetividad, por nuestra historia íntima y por nuestro contexto cultural. (p.139)</p> <p>“Todo relato es una herramienta con la que construimos el mundo. Y si nos sentimos mejor en ese mundo tan pronto como nos resulta posible ver lo que estamos haciendo en él, es por que la orientación, el sentido que atribuimos a lo que percibimos, nos hace abandonar lo absurdo y nos proporciona una razón” (p.139).</p>	
<p>a. Vínculo protector. La gran mayoría de los chicos con vínculo sereno designaron el acontecimiento con las palabras “feliz” “amistoso” “lleno de confianza”, “con sus altos y bajos”, “no demasiado doloroso”, “tierno”.</p> <p>b. Vínculo no protector. En el grupo de los chicos y chicas con vínculos de carácter no protector, el primer amor recibió las connotaciones transmitidas por las palabras “dolor”, “celos”, “tristeza”, “desegradable”. Los adolescentes cuyo Vínculo era de carácter protector aprovecharon incluso la prueba a que les sometió el primer amor para mejorar la relación futura de su segunda expenda, heridos por su primer amor, tuvieron después miedo a amar. (Cyrulnik, p.208)</p>	<p>Experiencias afectivas.</p>
<p>“La ensoñación es un instante íntimo en el que escenificamos en nuestro espacio interior, un sainete imaginado, una especie demuestra de nuestros deseos: "si él hiciera esto..., entonces yo le diría...". Lo que el soñador "proyecta ante el como ideal de su yo es el sustituto del perdido narcisismo de su infancia". Cuando un bebé experimenta una emoción, la expresa con todas sus fuerzas, sin negociar nada con el entorno. Sólo cuando comprende que toda realidad es una limitación y que es preciso tener en cuenta el mundo de los demás, renuncia el niño a su omnipotencia”. (p.140).</p> <p>La actitud resiliente consiste en preguntarse: "¿Qué voy hacer con mi herida? ¿Voy a refugiarme de vez en cuando en la ensoñación y a extraer de ella átomos de belleza que me</p>	<p>Debatirse y después sonar.</p>

permitan convertir lo real en algo soportable que me permitan incluso, alguna que otra vez, embellecerlo?”. Una modalidad de defensa no resiliente diría: voy a vivir en un mundo de imágenes y de palabras aislado de esta realidad intolerable. ¿Qué ocurre en mi interior? ¿Cómo es que inventó relato de un yo maravilloso cuando me veo obligado a controlar que mi realidad es lastimosa?”. (p.140).

En este sentido, la creatividad sería una pasarela de resiliencia entre la ensoñación que sosiega y un imaginario por construir. Por el contrario, la mitomanía, que es el fracaso de la residencia, simplemente fabricar ya una máscara para la vergüenza. Cuando lo real nos desespera, la ensoñación constituye un factor de protección. (p.141).

“Según el contexto, éste mecanismo de defensa puede resultar constructivo o destructivo. La regla consiste incluso en que la reacción de todo niño o de toda persona que se encuentre en una situación difícil sea la de debatirse, para luego, inmediatamente después, empezará a forjar sueños y comprobar escenarios imaginarios. Cuando uno padece una agresión, lo primero que hacen es sobre saltarse, y después intenta comprender lo que ha sucedido para encontrar una solución. El activismo y la ensoñación son los dos factores de defensa en una situación de urgencia. El altruismo, la sublimación, la anticipación y el humor, que son otros factores de resiliencia requieren la perspectiva del tiempo” (p. 142)

COMENTARIO:

El sentido y el afecto que contempló Cyrulnik, se podría relacionar con la importancia de generar un buen vínculo afectivo, para poder así tener alguna esperanza de vida en el momento de enfrentar alguna situación adversa.

El vínculo protector podría ser considerado como un factor predominante en los seres humanos que se consideran poco resilientes. Si bien crecen como personas inseguras, probablemente se perturban ante las experiencias adversas y se les dificulta organizar su mundo sensorial y encontrarle sentido a la experiencia.

La narratividad es un recurso que se puede utilizar para poder conocer cual es el sentido que cada persona le da a los eventos adversos.

AUTOR Jorge Barudy y Maryorie Dantagnan	CONCEPTO Resiliencia	FICHA No. 4
<p>REFERENCIA: Barudy y Dantagnan. (2005). Los buenos tratos a la infancia. Edt. Gedisa. España.</p> <p>Rutter. (1993). Resilience: some conceptual considerations, en Journal of Adolescent Health Care, 14, 626-631.</p> <p>Goodyer, I.M (1995). Risk and resilience in childhood and adolescents, en Bengt Lindstiornick spencer social paediatrics, Oxford University Press, Londres, T. 6, p. 181-383.</p> <p>Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik. (2003). La resiliencia : estado de la cuestión. Edit. Gedisa, Barcelona.</p> <p>Vanistendael y Lecomte. (2000). La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en si mismos: construir la resiliencia. Edit. Gedisa, Barcelona.</p>		
TITULO: Resiliencia y buenos tratos infantiles.		
TEXTO		TEMA
<p>Cyrulnik (2003) afirma que en circunstancias socioeconómicas equivalentes y a veces precarias, los hijos de algunas familias presentaron un crecimiento, un desarrollo y un resultado escolar significativamente superior comparado con el de otras familias que se cree que son similares. La diferencia se presentaba en las cualidades maternas en cuanto a intercambios afectivos y relacionales con sus hijos, capacidades educativas, la organización de la vida familiar y por último la gestión presupuestaria. Las madres del primer grupo eran competentes y resilientes lo cual implica que hoy en día puedan ser consideradas como tutoras de resiliencia para sus hijos, utilizando la denominación propuesta por Cyrulnik. (p. 54)</p> <p>Cyrulnik (2003) considera que los niños tiene capacidades potenciales que para desarrollarlas deben estar acompañadas de nutrientes necesarios, reconocimiento y el estímulo de las interacciones permanentes con la madre, el padre, parientes y los miembros de su entorno social y familiar. (p.55)</p>		Circunstancias socioeconómicas.
<p>Goodyer (1995) afirma “que hay resiliencia cuando un niño muestra reacciones moderadas y aceptables si el ambiente lo somete a estímulos considerados nocivos. Adicionalmente, subraya la capacidad para reaccionar adecuadamente ante los estímulos del entorno que son favorables. (p.183)</p> <p>Rutter (1993) plantea que “la resiliencia es un fenómeno que</p>		Definiciones de resiliencia.

<p>manifiestan sujetos jóvenes que evolucionan favorablemente, aunque hayan experimentado una forma de estrés que se estima que implica un grave riesgo de consecuencias desfavorables”. (Rutter, 1993, p. 626)</p> <p>Vanistendael y Lecomte, (2000) afirma que “la resiliencia es la capacidad de tener éxito de modo aceptable para la sociedad, a pesar de un estrés o de una adversidad que implican normalmente un grave riesgo de resultados negativos” (Vanistendael y Lecomte, 2000) Vanistendael “pone el énfasis en la capacidad de mantener un nivel de adaptabilidad adecuada” (p. 58)</p> <p>Manciaux, Vanistendael, Lecomte, Cyrulnik (2003) proponen una definición adoptada por Barudy y Dantagnan (2002) quienes afirman que la “resiliencia es la capacidad de una persona o de un grupo para desarrollarse bien, para seguir proyectándose en el futuro a pesar de los acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves. (Barudy y Dantagnan, 2005, p. 78)</p> <p>Barudy y Dantagnan (2005) han adoptado el modelo propuesto por Vanistendael y Lecomte, (2000) que sostiene que la resiliencia está construida como una “casita”. Primero, se encuentra el suelo que equivale a las necesidades básicas (como cuidados de salud y alimentación) Posteriormente, viene el subsuelo con la red de relaciones informales como lo es los amigos y la familia, compañeros del colegio o del trabajo. En el centro de dichas redes se apoyan los cimientos de la resiliencia de un individuo. (Vanistendael, Lecomte, 2000) (p.61)</p> <p>Adicionalmente, en el modelo propuesto por Barudy y Dantagnan (2005) la aceptación incondicional es equivalente al concepto de amor. En el primer piso se encuentra “una capacidad fundamental: encontrar un sentido, una coherencia a la vida. Así mismo, en la metáfora de Vanistendael y Lecomte (2000) se encuentran “las cuatro habitaciones de la persona resiliente: la autoestima, las competencias, las aptitudes y el humor” (Barudy y Dantagnan, 2005, p. 57)</p>	
<p>Las intervenciones planteadas por Barudy (2005) son basadas en acciones para: “ofrecer vinculaciones afectivas seguras, fiables y continuas por lo menos con un adulto significativo, de preferencia de su red familiar o si no de la red social, incluyendo a los profesionales”. (Barudy, 2005, p. 60)</p>	Vínculo afectivo.
<p>“La resiliencia es una capacidad que emerge de las interacciones sociales. Esta capacidad es sobre todo el resultado de nutrientes afectivos, cognitivos, relacionales y éticos que los niños y niñas reciben de su entorno” (Barudy, 2005, p. 58)</p>	Definición

COMENTARIO:

Barudy (2005) ha planteado que las intervenciones basadas en acciones ofrecerán vínculos afectivos seguros por lo menos con un adulto, lo cual conlleva a pensar que al establecerse vínculo afectivo, se está contribuyendo al desarrollo de la resiliencia para enfrentar situaciones adversas.

Goodyer (1995) añadió a su definición la importancia de la presencia de las reacciones moderadas y aceptables frente a un estímulo nocivo, presentando éste como la situación adversa.

Además Rutter (1993) presentó la resiliencia como un fenómeno que manifiestan sujetos jóvenes que evolucionan favorablemente, aunque hayan vivido situaciones estresantes con consecuencias desfavorables. (Rutter, 1993, p. 626)

Por otro lado, Vanistendael y Lecomte, (2000) añadieron la capacidad de tener éxito de modo aceptable para la sociedad, a pesar de la adversidad. (Vanistendael y Lecomte, 2000) al concepto de resiliencia.

<p style="text-align: center;">AUTOR</p> <p>Aldo Melillo, Elbio Néstor Suárez Ojeda, Daniel Rodríguez.</p>	<p style="text-align: center;">CONCEPTO</p> <p>Resiliencia</p>	<p style="text-align: center;">FICHA No. 5</p>
<p>REFERENCIA: Melillo, Suárez y Rodríguez. (2004). Resiliencia y Subjetividad. Edit. Paidós. Argentina.</p>		
<p>TÍTULO: Resiliencia: sentido y apego.</p>		
<p style="text-align: center;">TEXTO</p>		<p style="text-align: center;">TEMA</p>
<p>“Es posible acumular experiencias para rehuir la realidad, sin considerar el sentido profundo, la significación, y las consecuencias que ellas tienen sobre nosotros y sobre nuestro entorno. Sin embargo, gracias a la reflexión cada suceso puede ayudar a construir, a elegir lo que nos hace vivir, a elegir la vida”. Así, “se necesita poner todo en acción para llegar a obtener provecho hasta de la situación mas destructora. Insisto sobre las experiencias, ya que ellas resultan inevitables. De nada sirve charlar y quejarse durante horas sobre el sufrimiento. Se deben encontrar los medios para eliminarlo y, si no es posible, aceptarlo, conferirle sentido” (Jollien, 1999, p. 96)</p> <p>Sin embargo, incluso en esas circunstancias, se compraba que algunas personas no pueden encontrar el sentido de ese hecho y hacen el intento por crear el sentido. Logran dejar de centrarse en el porque y se preguntan por el para qué de esto o aquello, abriéndose hacia el futuro. (Vanistendael y Lacomte, 2004, p.97)</p>		<p>Sentido</p>
<p>La conducta de apego se empieza a crear desde antes del nacimiento. Como lo afirma Kamiloff-Smith (1995) durante los últimos tres meses de vida intrauterina, el feto puede extraer ciertos patrones a través de los estímulos auditivos que se filtran por el líquido amniótico. (Kamiloff-Smith (1995) El feto es capaz de distinguir los sonidos musicales de los del lenguaje y su ritmo. Los sonidos son capaces de producir variaciones ritmo cardíacas y respuestas motoras, por lo cual el feto puede reconocer la voz de su madre. Por lo anterior, la comunicación madre-hijo ha empezado desde la vida intrauterina y se han fundado las bases para el tipo de apego posterior. (Kotliarenco, 1996, p. 126)</p> <p>Si se entiende que el apego se estructura fundamentalmente sobre la idea de seguridad del niño y se presentan ciertas condiciones en la madre que pueden interferir con este papel de figura significativa proporcionado la de seguridad, el niño se va afectar trayendo consigo el deterioro del vínculo afectivo. (Kotliarenco, 1996, Lecannelier 2003, p. 126)</p>		<p>Apego</p>
<p>“Los profesionales de la salud nos encontramos en nuestro quehacer cotidiano con personas o grupos que viven situaciones adversas, situaciones difíciles o imposibles de superar. Sin embargo, la realidad nos demuestra que no todas las personas</p>		<p>Definición</p>

<p>sometidas a situaciones de riesgo sufren enfermedades o padecimientos de diferentes tipos; por el contrario, hay quienes no sólo las superan sino que salen fortalecidas y transformadas de esas situaciones. Esta reacción se denomina resiliencia.” (Sarquis y Zacañino, 2004, p. 348)</p>	
<p>El humor tiene un valor de poderoso recurso simbólico que sostiene el lazo social y las identificaciones grupales, lo cual le da al humor un lugar como elemento de resistencia subjetiva frente a la adversidad. (Rodríguez, p.190)</p> <p>La resiliencia es algo mas que un modo de ponerle “al mal tiempo buena cara” es un creativo recurso que permite encontrar nuevas respuestas para situaciones que parecen no tener salida, lo que explica la relación entre resiliencia y sentido del humor. (Rodríguez, p.190) “La resiliencia y el humor coinciden en la estrategia de tomar elementos conocidos que rodean el acontecer humano para producir resultados originales, y es obvio que la chispa de la creatividad podrá brotar con mas facilidad al estar rodeada de situaciones favorecedoras, sin que esto pueda condicionarse totalmente a priori” (Rodríguez, p.191)</p> <p>Adicionalmente “el sentido del humor, en tanto está ligado a una inteligencia que a su vez habilita una visión alternativa que permita líneas de acción novedosas, debe ser considerado un elemento indicador de capacidad de resiliencia” (Rodríguez, 2004 p.196)</p>	<p>Humor</p>

AUTOR Aldo Melillo y Elbio Néstor Suárez	CONCEPTO Resiliencia	FICHA No. 6
REFERENCIA: Melillo y Suárez.(2002). Resiliencia: descubriendo las propias fortalezas. Edit. Paidos. Argentina.		
Luthar, Cicchetti y Becker. (2000). “The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work” Child Development., 71(3) pp. 543-558.		
TITULO: Resiliencia y otros conceptos.		
TEXTO	TEMA	
<p>“La resiliencia (que se ha estudiado mayormente en niños) intenta entender como niños, adolescentes y adultos son capaces de sobrevivir y superar adversidades a pesar de vivir en condiciones de pobreza, violencia intrafamiliar, enfermedad mental de los padres o a pesar de las consecuencias de una catástrofe natural, entre otras” (Luthar, Cicchetti, y Becker, 2000, p. 543)</p> <p>“Resiliencia es la capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad” (Grotberg 1999, p. 20)</p> <p>“La resiliencia es mas bien una fuente de inspiración para nuestra labor y nuestras vidas, un marco que autoriza una nueva interpretación y un nuevo aprendizaje de las propias vivencias” (Vanistendael, 1996, p. 159)</p>	Definición	
<p>“La resiliencia está ligada al desarrollo y el crecimiento humano, incluyendo diferencias etarias y de género” (Grotberg 1999, p.19) En los trabajos de Melillo y Suárez (2000) se crean algunas estrategias de promoción de acuerdo con las diferentes etapas del desarrollo que han sido descritas por Ericsson. Estas etapas son: desarrollo de confianza básica (desde el nacimiento hasta el primer años de vida), desarrollo de autonomía (2-3 años de edad), iniciativa (4-6 años), sentido de industria (7-12 años), desarrollo de identidad (13-19 años de edad) (Grotberg 1999, p. 20) En cuanto a la diferencia de género Melillo y Suárez (2002) consideran que tanto el género masculino como el femenino presentan la misma frecuencia de conductas resilientes, pero se diferencian en que las niñas a diferencia de los niños cuentan con ciertas habilidades interpersonales y fortaleza interna, mientras los niños tienden a ser más pragmáticos. (Grotberg 1999, p. 21)</p>	Desarrollo Humano.	

<p>“Promover factores de resiliencia y tener conductas resilientes requieren diferentes estrategias” (Grotberg 1999, p. 19) Melillo y Suárez (2000) han organizado algunos factores resilientes en cuatro categorías. “yo tengo” (apoyo), “yo soy” y “yo estoy” (se refiere al desarrollo de fortaleza intrapsíquica), “yo puedo” (se refiere a la adquisición de habilidades interpersonales y de resolución de conflictos)” (Grotberg, 1999, p. 21)</p> <p>a. “Yo tengo: personas que pertenecen al entorno en quienes puedo confiar, que me quieren incondicionalmente, que me ponen límites para poder evitar los peligros o los problemas. (Melillo y Suárez, 2002) (p. 21) Adicionalmente personas que me demuestran la manera de actuar por medio de su conducta, que quieren que aprenda a desenvolverme solo y me ayudan cuando estoy enfermo, en peligro o cuando es necesario aprender. (Grotberg, 1999, p. 22)</p> <p>b. Yo soy: una persona por la que los demás sienten cariño y aprecio. Soy feliz en el momento en que hago algo bueno por los otros demostrándoles el afecto que les tengo. Soy respetuoso de mi mismo y del prójimo. (Melillo y Suárez, 2002) (p. 22)</p> <p>c. Yo estoy: dispuesto para ser responsable de mis propios actos, estando seguro de que todo saldrá bien. (Grotberg, 1999, p. 22)</p> <p>d. Yo puedo: hablar a cerca de lo que me inquieta, buscar la manera de resolver problemas, así como tener autocontrol para hacer algo peligroso o que no está bien y así buscar el momento propicio para entablar conversaciones con alguien, actuar y encontrar alguien que me ayude cuando lo necesito”. (Grotberg, 1999, p. 22)</p>	<p>Promoción</p>
<p>“En nivel socioeconómico y la resiliencia no están relacionados”(Grotberg, 1999, p. 19)</p> <p>Aunque la pobreza no es una condición de vida que es aceptada, no hace que se impida el desarrollo de la resiliencia. (Grotberg 1999, p. 23) Adicionalmente Vsillant y Davis (2000) presentaron una evidencia de tipo longitudinal con referencia a la no existencia de relación alguna entre resiliencia e inteligencia, y/o clase social y resiliencia.</p>	<p>Nivel socioeconómico.</p>
<p>“La resiliencia puede ser medida; además es parte de la salud mental y la calidad de vida” (Melillo y Suárez, 2002, p. 24)</p> <p>La resiliencia se ha considerado como un aporte para la salud mental y su rol es desarrollar la capacidad humana para poder enfrentar y sobreponerse a la adversidad. Así mismo es considerada como reductor de la intensidad del estrés, produciendo el decremento de signos emocionales negativos (rabia, ansiedad, depresión) (Grotberg 1999, p.25)</p>	<p>Salud mental.</p>

<p>“Las diferencias culturales disminuyen cuando los adultos son capaces de valorar ideas nuevas y efectivas para el desarrollo humano” (Grotberg 1999, p. 19) Entre las diferencias se encuentra el grado de control o autonomía que se les daba a los niños, el motivo y los diferentes tipos de castigo, la edad que era esperada para que el niño le diera solución a sus problemas, el apoyo y el amor dado al niño en las diferentes condiciones adversas. (p.19)</p>	<p>Cultura</p>
<p>El modelo preventivo se relaciona con el modelo epidemiológico de salud pública, que se ocupa de la prevención de enfermedades, del consumo de drogas, de la violencia, enfermedades de transmisión sexual, abuso infantil y el embarazo de las adolescentes. Por lo anterior, el modelo de promoción está mas relacionado con la resiliencia, ya que se focaliza en la en la construcción de factores de resiliencia, se compromete con el comportamiento resiliente y así con obtener resultados positivos. Así mismo este modelo incluye un sentido acrecentado de bienestar y calidad de vida.(Grotberg1999, p. 26)</p>	<p>Prevención</p>
<p>“Los problemas de la sociedad actual (...) dificultan e impiden la satisfacción de las necesidades básicas, y colocan al sujeto, con frecuencia, en situaciones de deterioro y asilamiento, con la sensación de impotencia para enfrentarlos e intentar resolverlos. La sociedad es percibida como un lugar cada vez mas inhóspito, el “otro” puede ser vivido como un enemigo potencial y los lazos de desconfianza se instalan en las relaciones sociales en el barrio, el taller, el trabajo” (Melillo, 2002, p.132)</p>	<p>Resiliencia y educación.</p>
<p>Vanistendael sugiere cinco ámbitos de intervención potencial y convoca a la atención de los trabajadores insitu que deseen capitalizar y promover la resiliencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Redes de apoyo y una relación incondicional de aceptación del niño al menos por una persona significativa. La aceptación actúa como base para la construcción. - Capacidad para poder buscar algún significado, un sentido y una coherencia en relación estrecha con la fe religiosa y la vida espiritual. - Aptitud social para solucionar problemas además de la convicción para poder tener control sobre la vida. - Concepción positiva de uno mismo y autoestima. - Sentido del humor o clima en el que el individuo se pueda desarrollar. (Vanistendael, 1996, p.158) 	<p>Intervención</p>

COMENTARIO:

La definición de Luthar y cols (2000) fué la única definición que incluyó cuales son las situaciones que pueden ser consideradas como adversas, lo cual contribuye con un acercamiento mas al concepto de resiliencia como la capacidad para enfrentar fenómenos eventuales que se presentan a lo largo de la vida. Dichas situaciones hacen referencia a la pobreza, la violencia intrafamiliar, la enfermedad mental de los padres o y las consecuencias de una catástrofe natural, entre otras.

Adicionalmente, Melillo y Suárez consideraron al humor como factor protector y como herramienta que brinda satisfacción en medio de un momento difícil, lo cual se relaciona con los aportes de Freud en cuanto al humor como herramienta para ser resiliente.

AUTOR Stanislaw Tomkiewicz	CONCEPTO Resiliencia	FICHA No. 7
REFERENCIA Cyrulnik, Tomkiewicz, Guénard, Vanistandael y Manciaux. (2004). EL realismo de la esperanza. Edit Gedisa. Barcelona.		
TITULO: El surgimiento del concepto.		
TEXTO		TEMA
<p>“El concepto de resiliencia nació a comienzos de los años ochenta, completamente dominados por el concepto inverso, el de la vulnerabilidad” Su dictadura era tan poderosa que, en el tratado redactado con Michael Manciaux, Serge Lebovici y dos uno suizo y uno belga (...) al consagrar un largo capitulo a la vulnerabilidad, ni siquiera se menciona el término resiliencia. “Es Emmy Werner psicóloga, quien lleva el concepto a la pila bautismal. Interesada más por las cosas concretas y visibles, que por lo que pasa en el alma y la cabeza” (p. 34).</p> <p>Después de llevar acabo diversas investigaciones por más de treinta años en la isla de Hawai, con población expuesta a situaciones de violencia, maltrato y carencias de afecto, reconocieron en estos aproximadamente un tres por ciento, que sin haber contado con el beneficio de cuidados especiales, lograron realizar una vida plena de sentido. (meaningful life) a los cuales llamaron <i>resilientes</i>.</p> <p>Dos términos que dejan prever el surgimiento del concepto “resiliencia” hicieron su aparición en el mercado psico-médico-social: uno era el ingles <i>to cope with, o doping</i>, que en español puede traducirse como “hacer frente” “arreglárselas” encajar el golpe”, “asumir” y otro el francés <i>invulnérabilité</i>, nacido de las mentes de dos psiquiatras, uno francés y otro estadounidense hace ya mas de cuarenta años. Unas palabras sobre la metáfora que lo ilustran de forma brillante: para estos autores, el descalabro, el desastre, el resultado, del encontronazo entre la personalidad (mas o menos vulnerable) del sujeto y la agresión de la que es victima” (p. 34)</p> <p>Boris Cyrulnik muestra como “la resiliencia varía conforme a va desarrollándose la existencia y que difiere en función de la naturaleza del estrés. Además, la invulnerabilidad, al igual que el <i>doping with</i>, sólo significa resistencia, y por tanto una respuesta inmediata. La resiliencia por el contrario, implica un efecto duradero, un proyecto de vida; es dinámica, mientras que vulnerabilidad permanece estática”. (p. 37)</p>		Reseña histórica.

<p>“Michael Rutter señala sabiamente que la resiliencia jamás es absoluta, que tiene límites. De este modo si Auschwitz hubiera durado seis meses más, no hubiera habido ningún superviviente (resiliente)... Añade que la resiliencia puede variar, tanto una función del tipo de agresión como en función de los periodos de la vida”. (p. 37)</p> <p>“Al reflexionar Tomkiewicz sobre las diferentes definiciones, considera, que el propio concepto de “resiliencia” es polisémico, es decir, que implica al menos tres cuadros clínicos”.</p> <p>“En tanto que para Emmy Werner la resiliencia con su “meaningful life” y desde luego la de Stefan Vanistandael, para ser resiliente, no basta con sobrevivir, ni siquiera con sobrevivir de manera autónoma: es preciso convertirse en ser humano moral, incluso oblativo, que consiga hacer bien a su alrededor”.</p>	<p>Definiciones</p>
<p>Entre las características intrínsecas del sujeto resiliente se encuentran la de agradar a aquellos que tienen el poder y se revelan incluso desde la edad de la lactancia hasta la vejez de un mendigo solitario (p. 41)</p> <p>Aun así, no basta para la perspectiva estadounidense, el resiliente también deberá tener un enfoque activo para resolver sus problemas. Y como insiste el autor en la no victimización: quienes se consideran constantemente víctimas llevan una vida de víctimas. Quien, por el contrario, piensa que siempre abra alguien más desdichado que él, tendrá más probabilidades de salir del paso y de convertirse en resiliente.</p> <p>Otra característica en consenso puede ser la importancia del humor.</p> <p>“En tanto que para Emmy Werner es necesario haber tenido un mínimo de escolarización y sobre todo haber tenido la oportunidad de encontrar un adulto, un miembro de la familia próxima o lejana, o simplemente un amigo, con el que fuera posible trabajar una relación constructiva. Es lo que Boris Cyrulnik expresa como que el niño podrá tejer activamente su resiliencia. No resulta sistemáticamente de la suma de los factores intrínsecos y extrínsecos, sino de su interacción permanente, que teje el destino de la vida”. (p. 42)</p> <p>“Dentro de las impresiones que algunos atinan a exponer acerca de las condiciones para hacerse resiliente se encuentra que es preciso antes que nada que el sujeto tenga confianza en si mismo, que se respete como persona, para que respete a los demás. Ahora para que se vuelva así, el cachorro humano tiene necesidad de que se le valore, ha de sentirse amado y respaldado () .mientras tanto, y en la vida civil, no puedo evitar constatar que los adolescente más violentos, los más salvajes, son los que precisamente han sido menos amados, los que han sufrido los mas brutales maltrato”.(p. 47)</p>	<p>Cracterísticas del sujeto resiliente.</p>

<p>A manera de aclaración el autor Tomkiewicz hace énfasis en que la resiliencia como concepto procede de la psicología desde lo concerniente a las características del sujeto resiliente como en lo relativo a los factores que permite su surgimiento. Aclara también: “la propia resiliencia no en un concepto psicológico, en el sentido francés del término. Dicho término proviene del campo de la salud pública.” “Quien dice salud pública dice fenómeno observable, medible, merecedor de un tratamiento estadístico”. De igual manera, lo define como un concepto especular frente al de vulnerabilidad, lo que significa un cierto porcentaje de individuos puestos en situación de riesgo que “salen adelante, se recuperan”. Más bien pareciera existir confusión entre aquellos psicólogos integristas “<i>evidence psychology</i>”, basados en las pruebas y los hechos para los cuales la salud pública y la psicología son similares. A través de una lectura de la realidad soslayada que no puede leer neutralmente lo que se trama al interior del individuo, sus experiencias vividas, su sufrimiento, su historia no sólo objetiva, sino aquella de sueños y de fantasmas.</p> <p>Adjunto a este aspecto quiere manifestar que la “mayoría de investigaciones llevadas a cabo en resiliencia descartan por completo el campo de lo visual de los investigadores el sufrimiento, lo vivido, en fin todo aquello que a un sujeto distinto de otro. Como mecanismo económico que relega e infravalora al individuo que incluso hace incomprendible algunos casos de resiliencia”.(p.47)</p>	<p>Estatuto epistemológico del concepto.</p>
--	---

COMENTARIO:

La resiliencia no ha sido un concepto totalmente opuesto al de la vulnerabilidad, simplemente ha hecho que el individuo sea más resistente para superar los golpes fuertes de la vida, pero no significa que sea invulnerable en su totalidad. Pareciera que cada ser humano, en su potencialidad es susceptible de desarrollar características resilientes, desde las cuales la percepción hacia una persona resiliente tendría un sustento en alguna dimensión del ser humano. Toda vez que se describe a un resiliente se puede ver que es insuficiente rescatar que sólo él sea el único ser humano resiliente.

AUTOR Carl Rogers	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 8
<p>REFERENCIA Rogers. (1951). Psicoterapia Centrada en el Cliente. Edit Paidós México.</p> <p>Rogers. (2002). Terapia, Personalidad y Relaciones Interpersonales. Edit. Nueva Visión. Buenos Aires.</p>		
<p>TITULO: Teorías humanistas y existencialistas.</p>		
TEXTO		TEMA
<p>En el acercamiento de las teorías humanistas tanto de Carl Rogers como de Abraham Maslow, se hizo énfasis en el individuo como ser humano activo, creativo y con capacidad de experimentación, que vive en el presente y responde en forma subjetiva a las percepciones. La perspectiva humanista de la personalidad enfatiza en la tendencia de la personalidad humana hacia la maduración y la autorrealización.</p> <p>De tal manera para Carl Rogers “la conducta de una persona depende por completo de la manera en que él o ella percibe el mundo y sus acontecimientos” Su teoría de la personalidad describe al yo como un elemento importante de la experiencia; se debe en gran medida a los esfuerzos de Rogers que el <i>yo</i> haya resurgido como un constructor útil para entender la personalidad. (p. 29).</p> <p>En gran parte del pensamiento conductista, “el concepto del <i>yo</i> ha sido ignorado considerándosele un vestigio de perspectivas religiosas o filosóficas anteriores”. Rogers presentó al yo como “un constructo científico que ayuda a explicar lo que se observa”. El yo es la denominación de Rogers para aquellos procesos psicológicos que gobiernan la conducta. Al mismo tiempo, su teoría enfatiza en el organismo o en la persona total. (Rogers 2002, p. 30)</p>		<p>Teorías humanistas y fenomenología.</p>
<p>Rogers (1951) sostenía que “cada individuo existe en el centro de un campo fenoménico”. Fue influido por un movimiento filosófico llamado en nombre fenomenología. La palabra <i>fenómeno</i> proviene del griego <i>phainomenon</i>, que significa “lo que aparece o se muestra a sí mismo”. En la filosofía, la fenomenología busca describir los datos, o lo específico, de la experiencia inmediata. En la psicología, la fenomenología ha llegado a significar el estudio de la conciencia y la percepción humanas. Los especialistas en fenomenología enfatizaron que lo que es importante no es el objeto o el evento por si mismo, sino la</p>		<p>Teorías de la personalidad.</p>

forma en que lo percibe y entiende el individuo. “El campo fenoménico se refiere a la suma total de experiencias. Consiste de todo lo que está disponible en forma potencial para la conciencia en cualquier momento específico. Por ejemplo, cuando un individuo está leyendo es posible que no se percate de la presión de la silla o no sus glúteos, pero cuando atrae la atención a este hecho se hace consciente”. (p. 228)

“El organismo, o la persona en su conjunto, responde al campo fenoménico”. Aquí el énfasis de Rogers es en la percepción de la realidad por parte del individuo. En este sentido era consistente con el énfasis reciente puesto en la cognición en la psicología. Con propósitos sociales, se está de acuerdo en que las percepciones compartidas en forma común por los demás en nuestra cultura son las correctas. Sin embargo, la realidad en esencia es una cuestión muy personal. Dos individuos que caminan juntos en la noche pueden ver un objeto en el camino y responde en forma muy diferente. "Uno... ve una gran piedra y reacciona con temor. El otro, un nativo del país, ve hierba enredadera y reacciona con indiferencia" (Rogers 1951, p. 229). “La percepción del individuo, más que la realidad en sí, es más importante. Supóngase que un niño se queja de que su padre es dogmático, autoritario y dictatorial. De hecho, un observador imparcial podría concluir que el padre es abierto y democrático. Rogers señala que lo que el padre sea en realidad carece de significado; lo que es importante es cómo el niño percibe a su padre” (p.229)

De esto se deriva que el mejor punto de vista para entender a un individuo es el del propio sujeto. Rogers expresó que “el individuo es el único que puede conocer por completo su campo de experiencia” Reconoció que no siempre es fácil entender la conducta desde el marco de referencia interno de esta persona. Se está limitando a la percepción consciente y comunicación de experiencias del individuo. No obstante, un entendimiento empático de las experiencias de una persona es útil para entenderla y por consiguiente para comprender los procesos de la personalidad. (p. 229)

Rogers no plantea ninguna etapa específica del desarrollo de la personalidad de la edad adulta. Se concentró en la forma en la que las percepciones facilitan la autorrealización. Aunque la tendencia a realizarse sigue determinantes genéticos, Rogers señaló que está sujeta a influencias ambientales intensas. El niño pequeño tiene dos necesidades básicas: la de consideración positiva de los demás y la de autoconsideración positiva. La consideración positiva se refiere a ser amada y aceptada como es la persona. Los niños pequeños se comportan de tal manera que muestran su necesidad intensa de la aceptación y amor de aquellos que los

<p>cuidan. Experimentan cambios significativos en su conducta con el propósito de alcanzar la consideración positiva. (p. 233). “En una situación ideal, la consideración positiva es incondicional. Es dada en forma libre a los niños por lo que representan sin importar lo que hagan. La consideración positiva incondicional no es contingente con ninguna conducta específica. Un padre puede limitar a reprimir ciertas conductas indeseables de su hijo objetando sólo a las acciones y no desaprobando al niño o a sus sentimientos. El padre que descubre a su hijo rayando la pared puede decir. "Escribir en la pared la destruye. Usa este pizarrón en su lugar". Aquí, el padre limita los comentarios a la sola conducta. Pero el padre que dice: "eres un niño (niña) malo por escribir en la pared", ha pasado de la desaprobación de la conducta a la desaprobación del niño. Esta consideración ya no es incondicional” (p. 233). “La consideración positiva condicional es dada sólo bajo ciertas circunstancias. A los niños se les hace entender que sus padres no los amarán a menos que piensen, y sientan y actúen como ellos no lo desean. En tales casos, el niño percibe al padre como una persona que impone condiciones de valor, especificando con estos las circunstancias bajo las cuales el niño será aceptado. Tales condiciones de valor pueden conducir al niño a introyectar valores de otros sujetos en lugar de los del yo y provocan una discrepancia entre el autoconcepto y las experiencias del organismo” (p. 234)</p>	
<p>La conducta es “el intento dirigido hacia el objeto pero el organismo para satisfacer sus necesidades conforme las percibe” (1951). La definición de Rogers es muy diferente a la de los teóricos del aprendizaje, quienes consideran a la conducta en gran parte como una respuesta a los estímulos, o a la de los psicoanalistas, quienes enfatizan los determinantes inconscientes de la conducta. Esta última, es la respuesta a la percepción que tiene el individuo de sus necesidades. (p. 235)</p> <p>“La conducta dirigida hacia el objeto es acompañada por emociones que por lo general facilitan el proceso de realización. Las emociones agradables acompañan al logro del objetivo. Incluso emociones que por lo general son consideradas desagradables, tales como temor o enojo, pueden tener un efecto positivo de integración y concentración de la conducta hacia un objetivo. La intensidad de la emoción varía de acuerdo con el significado percibido de la conducta hacia la consecución del objetivo. Las emociones ayudan al organismo a evaluar sus experiencias vitales en términos de qué tan bien sirven a la tendencia realizadora. Saltar para quitarse del camino de un camión que se aproxima es acompañado por emociones muy intensas, en particular si esta conducta es considerada crucial para la vida o la muerte. A menos que sean excesivas o inapropiadas, las emociones facilitan la</p>	<p>Realización</p>

<p>conducta orientada hacia el objeto”. (p. 236)</p> <p>La opinión de Rogers acerca de las emociones es muy positiva. Experimentar por completo las emociones propias facilita la maduración, mientras que la negación o la distorsión de éstas pueden permitirles hacer estragos en nuestras vidas, Rogers tuvo una perspectiva más optimista de las luchas e impulsos motivacionales básicos. Sugirió que la realización ocurre con mayor libertad cuando la persona es abierta y se percata de todas sus experiencias, sean éstas sensoriales, viscerales o emocionales. (p. 330)</p>	
<p>“De la interacción organismo y el ambiente, y en particular de la que se tiene con otros que son significativos, emerge en forma gradual alguna estructura del yo, o un concepto de quién soy” (1951). Conforme los niños pequeños interactúan con su ambiente en el proceso de realización, adquieren ideas acerca de sí mismos, de su mundo y de su realización con éste. Experimentan cosas que les gustan y disgustan y situaciones que pueden o no controlar. Aquellas experiencias que parecen aumentar yo son valuadas e incorporadas en la imagen de sí mismo; aquellas experiencias que parecen amenazar al yo son negadas y son consideradas ajenas a éste. (p. 240)</p> <p>Rogers no cree que la estructura del yo deba estar formada con base en la negación o la distorsión. El niño valora la experiencia como positiva o negativa. Si un padre es capaz de aceptar el sentimiento de satisfacción del niño y también sus propios sentimientos de que en ciertas acciones son inapropiadas, puede ayudar a su hijo a contener acciones sin amenazar la integridad del autoconcepto del niño. El padre puede dejar claro que la acción de golpear al bebé está mal. No obstante, los sentimientos de satisfacción por la agresión y el deseo del niño son reconocidos y aceptados. Éste reconocimiento proporciona al niño una simbolización precisa de la experiencia. El infante puede ponderar la satisfacción obtenida por golpear al bebé con la ganada por complacer al padre y luego actuar en consecuencia. El niño no necesitaría negar la satisfacción personal que habría obtenido al expresar agresión ni introyectar las actitudes paternas o identificar su propia reacción con la del padre. (p. 241)</p> <p>“Las experiencias que ocurren en la vida son simbolizadas, ignoradas, negadas o distorsionadas. Si una de éstas es <i>simbolizada</i>, es aceptada en la conciencia, percibida y organizada en una relación con el yo. Por tanto, se relacionan de entre las muchas experiencias personales aquellas que se adaptan con nuestro concepto de yo. Se les permite un reconocimiento y simbolización consciente. Si no se puede percibir ninguna relación entre una experiencia y el yo, simplemente no se pone atención a experiencias irrelevantes”. (p. 241)</p>	<p>El yo</p>

<p>“Las experiencias son negadas o distorsionadas si parecen ser inconscientes con la estructura del yo. Las mujeres jóvenes a las que se hace creer que la agresión no es femenina pueden negar o distorsionar sus sentimientos naturales de enojo y encontrar difícil ser asertivas debido a que buscan comportarse en formas que son femeninas. Del mismo modo, los hombres niegan o distorsionan con frecuencia los sentimientos naturales de ser tiernos debido a que los consideran inconsistente con ser masculinos”. (p. 242)</p>	
<p>“El autoconcepto es una porción del campo fenoménico que se ha diferenciado en forma gradual. Está compuesto de aquellas percepciones y valores conscientes de "mi" o "yo", algunas de las cuales son un resultado de la propia valoración por parte del organismo de sus experiencias, y en algunos casos han sido introyectadas o tomadas de otros individuos que son importantes para la persona. Debido a que el autoconcepto surge en parte a través de los demás, existe el potencial para la disociación o el alejamiento (y por lo general ocurre en algún grado). Como resultado, la tendencia realizadora puede ser alterada en conductas y no conducen a la realización. El autoconcepto, entonces, es un objeto de percepción. Es la imagen que el individuo percibe de sí mismo. Por tanto, se distingue entre el organismo o el yo real en el proceso de realización y el yo como es percibido o conceptualizado. El “yo” que forma el individuo puede ser variación de la experiencia real de su organismo debido a que incluye valores que son tomados de otras personas en lugar de las experiencias reales del organismo”. (p. 150)</p> <p>“Por ejemplo, un niño pequeño aprende con rapidez que sus padres le retiran su afecto cuando golpea a su hermanito. Aún cuando golpear a su hermanito es un acto satisfactorio, el niño pierde su satisfacción con el propósito de concebirse a sí mismo como amable para sus padres. Ni que desea golpear a su hermano. Cuando los niños niegan o distorsionan sus experiencias ya no son conscientes de éstas. Comienzan a experimentar las actitudes de otros, tales como sus padres, como si éstas fueran las experiencias directoras de sus propios organismos. A través de esta distorsión, un individuo puede llegar a experimentar cualquier expresión de enojo como mala y por consiguiente puede dejar de percibir con precisión y a veces su expresión es satisfactoria. En tales casos las experiencias del yo y las del organismo no coinciden”. (p. 151)</p> <p>“Cuando el autoconcepto es congruente con las experiencias del organismo, la persona está libre de la tensión interna y adaptada desde el punto de vista psicológico. Rogers dejó claro que no proponía la extensión libre e irrestricta de todos los impulsos y emociones. Parte de la realidad de la experiencia del organismo es que ciertos valores sociales y culturales requieren la supresión de</p>	<p>Autoconcepto</p>

<p>ciertas actitudes. No obstante, el autoconcepto de una persona puede incluir tanto el deseo de comportarse de una forma como de conducirse en otras formas más aceptadas por la sociedad. Si los padres pueden aceptar sus sentimientos de rechazo así como los de afecto por sus hijos, pueden relacionarse con ellos en forma más honesta.” (p. 152)</p> <p>“Cuando las personas se dan cuenta de sus impulsos y percepciones y las aceptan, incrementa la posibilidad de control consienten sobre su expresión. El conductor que el experto en caminos helados conoce la importancia de maniobrar "con la patinada" a fin de controlar el automóvil. De la misma manera, al aceptar todas las experiencias, una persona obtiene un mejor autocontrol” (p. 153).</p>	
<p>“La autoconsideración positiva se da en forma automática si se ha recibido consideración positiva incondicional. Los niños que son aceptados por lo que son llegan a percibirse a sí mismos en forma favorable y con aceptación. Sin embargo es muy difícil verse a sí mismo en forma positiva si es blanco continuo de crítica y desprecio. Los autoconceptos inadecuados tales como los sentimientos de inferioridad o de estupidez con frecuencia surgen debido a que una persona no ha recibido una consideración positiva adecuada de los demás”. (Rogers, 2002, p.39) .</p> <p>“En el curso del desarrollo, a cualquier experiencia que sea una variación del autoconcepto emergente se le niega la entrada al yo debido a que es amenazadora y produce ansiedad. Si a los niños se les enseñan que es malo experimentar enojo, pueden comenzar a percibir como peligrosa o incorrecta la emoción de enojo en sí, en vez de sólo ciertas <i>expresiones</i> de enojo” (p.39)</p> <p>La distinción primaria hecha por Rogers es entre el sentimiento y acciones. Los sentimientos simplemente son. Tienen un valor importante ya que ayudan a entender la experiencia. Las acciones pueden ser apropiadas o no. Algunas de estas tienen que ser reprimidas o impedidas para poder funcionar juntos en sociedad.</p> <p>“Cuando una experiencia se le niega la entrada en el yo, no sólo es ignorada, sino que es falsificada ya sea con la pretensión de que no existe o con distorsión. En términos psicoanalíticos, la experiencia es reprimida”</p> <p>Como lo explicó Rogers (1951), “un objeto o acontecimiento puede ser registrado o percibido en forma inconsciente como una amenaza. Aunque produce reacciones viscerales en el organismo, no es identificado en forma consciente; en vez de esto, el mecanismo de negación o distorsión impide que la experiencia amenazadora se vuelva consciente” Rogers señaló que algunas personas insistirán en forma inflexible en un autoconcepto que se contrapone de modo claro con la realidad de su experiencia. “Una mujer joven que piensa que es inferior y recibe un aumento puede</p>	<p>Consideración positiva.</p>

<p>creer que el jefe sintió lástima de ella, en vez de aceptarlo por haberlo ganado por mérito propio, la persona que ha logrado un objetivo significativo puede comenzar a presentar una depresión profunda creyendo que el objeto era inmerecido”. (p.234)</p>		
<p>Es evidente que para Rogers “la adaptación psicológica es una función de la congruencia del yo con la realidad. El individuo que tiene una percepción precisa de sí y del ambiente es libre de estar abierto a experiencias nuevas y de realizar su potencial” (p.39) .</p>		Adaptación psicológica.
AUTOR Carl Rogers	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 9
REFERENCIA: Rogers. (1987). La psicoterapia centrada en el cliente. Edit. Paidós. Barcelona.		
TITULO: Conceptos Rogerianos		
TEXTO		TEMA
<p>Rogers afirma que “tanto la frecuencia como la universalidad del fenómeno terapéutico lo conduce a formular una hipótesis acerca de la capacidad que tienen las personas para organizar su campo perceptual. En síntesis se puede afirmar que los fenómenos de cambio parecen explicarse mejor por la hipótesis de que, dadas ciertas condiciones psicológicas, el individuo tiene capacidad para reorganizar su campo perceptual, incluido su modo de percibirse así mismo, y que, como concomitante o resultado de esta reorganización perceptual, se da el cambio adecuado de la conducta” (p.107)</p> <p>“La segunda hipótesis instaura la dependencia que toda conducta tiene de la percepción. La conducta no es influida directamente, no está determinada por factores culturales u orgánicos, sino primaria (y quizá únicamente por la percepción de estos elementos” (p. 108)</p> <p>“Si se considera que el determinante específico de la conducta es el campo perceptual de la persona, y si el “sí mismo” es capaz de reorganizar el campo perceptual, la terapia será entonces un proceso de reorganización del “sí mismo” con lo que se viene a afirmar la tercera hipótesis relativa a la adaptación de las personas. “Parece que cuando todos los modos como el individuo se percibe a sí mismo –todas las percepciones de las cualidades, capacidades, impulsos y actitudes de la persona, y todas las percepciones de uno mismo en relación con los demás son aceptados dentro del organizado y consciente concepto de sí mismo, entonces esto va acompañado por sentimientos de confort y liberación de tensión, los cuales se experimentan como adaptación psicológica” (p.108)</p> <p>Al parecer Rogers recurre al concepto de <i>Gestalt</i> o configuración para explicar la dinámica psicológica. “Cuando la configuración de sí mismo incluye todas las percepciones del</p>		Las fuerzas de crecimiento.

individuo, entonces la persona estará adaptada”.	
<p>“Las experiencias del sujeto son elementos constitutivos del campo. Son llamadas experiencias sensoriales y viscerales, es decir son experiencias que proceden de los órganos de los sentidos o de las vísceras internas del organismo. De esta manera, la experiencia trata de elementos o contenidos del campo que han de poder ser accesibles a la conciencia, aunque de hecho no sean conscientes. La mayor parte de las experiencias del individuo constituyen el fondo de campo perceptual, pero fácilmente pueden convertirse en figura, en tanto que otras experiencias se deslizan al fondo”(p.132)</p> <p>“El campo fenoménico es el que constituye la realidad frente a la cual reacciona el individuo y es el principal elemento que determinará de su conducta. El campo perceptual significa para el individuo la realidad. Se reacciona no frente a la realidad, sino frente a nuestra percepción de la misma” (p.171)</p>	Campo fenoménico.
<p>El organismo tiene la característica de ser una Gestalt o configuración organizada que “reacciona como una totalidad ante su campo fenoménico” (p. 138) y está constituido como lo dice Rogers, por un sistema impulso llamado “tendencia actualizante” y por un sistema regulador y de control denominado proceso de evaluación orgánico” “el organismo tiene una tendencia básica y un impulso a actualizar, mantener y desarrollar el organismo experienciante” (p. 139)</p> <p>“El organismo humano es concebido por Rogers como una totalidad organizada de experiencias, las cuales se construyen en un campo fenoménico regido por las leyes de la Gestalt. El organismo es dinamizado por una tendencia fundamental, el impulso hacia la actualización o autorrealización, y al mismo tiempo está dotado de un sistema regulador mediante el cual dirige su conducta hacia la satisfacción de las necesidades derivadas del impulso básico” (p. 171)</p>	El organismo es una totalidad organizada.
<p>En cuanto a la teoría de la personalidad, se dice que Rogers había organizado el concepto de adaptación psicológica en torno a la relación entre el concepto del sí mismo y la totalidad de la experiencia. Rogers define a la adaptación como “la mejor definición de lo que es la integración, parece ser la afirmación de que todas las experiencias sensoriales y viscerales son accesibles a la conciencia a través de la simbolización exacta, y pueden organizarse en un sistema internamente compatible, y relacionado con la estructura de sí mismo”. La sensación de la persona adaptada de autodomínio se atribuye a esa relación entre el concepto del sí mismo y la totalidad de la experiencia, según la cual las experiencias del organismo son accesibles a la conciencia, aunque no están totalmente presentes en ella. (p.</p>	La adaptación psicológica.

<p>246) La persona adaptada comienza a verse con espontaneidad y cambio, “incluso hay algún indicio de que la característica más notable de la personalidad puede no ser su estabilidad, sino su capacidad de cambio” Por otro lado, en la persona adaptada la tendencia actualizante opera libremente de tal manera que esta persona puede seguir la dirección de su organismo. “Cuando la estructura del sí mismo es capaz de aceptar e incluir en la conciencia las experiencias orgánicas...entonces se logra una clara integración, y el individuo nota que su potencia puede dirigirse, y de hecho se dirige, hacia la realización y desarrollo de un organismo unificado” (p.246)</p>	
--	--

AUTOR Carl Rogers	CONCEPTO Resiliencia	FICHA No. 10
REFERENCIA Rogers C. (1961) . El Proceso de Convertirse en Persona. Edit Paidós. Argentina		
TITULO: El proceso de convertirse en persona		
TEXTO		TEMA
<p>“El individuo que funciona en un nivel óptimo, ya sea como resultado del desarrollo personal o de tratamiento psicológico, es una persona de funcionamiento completo. Rogers describió cinco características de este tipo de individuo” (p.81).</p> <p>1. <i>Apertura a la experiencia.</i> “Las personas de funcionamiento completo se percatan de todas sus experiencias: no están a la defensiva y no necesitan negar o distorsionar las experiencias. Pueden reconocer un sentimiento aunque sea inapropiado actuar de acuerdo con éste. Durante una conferencia, un joven puede experimentar el deseo de tener relaciones sexuales con la joven que está sentada junto a él. Se reprime de actuar en el momento porque reconoce que tal acción sería imprudente, pero el sentimiento no lo amenaza.” (p. 168)</p> <p>2. <i>Vida existencial.</i> “Las personas de funcionamiento completo son capaces de vivir con plenitud y riqueza cada momento de la existencia. Cada experiencia es fresca y nueva en potencia. No necesitan estructuras preconcebidas para interpretar cada suceso. Son flexibles y espontáneas.” (p. 169)</p> <p>3. <i>Confianza organísmica.</i> “Las personas de funcionamiento completo confían en las experiencias de su propio organismo. Pueden tomar en cuenta al las opiniones de otros individuos y el consenso de su sociedad, pero no están atados por ellos” (p. 170)</p> <p>4. <i>Libertad de experiencia.</i></p>		La persona de funcionamiento completo.

“Las personas de funcionamiento completo, operan como agentes de opción libre. Asumen la responsabilidad por sus decisiones y conducta. Es obvio que están sujetas a las leyes de la causalidad. Saben que su conducta está determinada en gran medida por las estructuras genéticas, las experiencias pasadas y las fuerzas sociales. No obstante, las personas de funcionamiento completo se sienten libres en forma subjetiva para percatarse de sus necesidades y responder de manera apropiada”. (p. 172)

5. *Creatividad*

“Las personas de funcionamiento completo viven de manera constructiva y efectiva en su ambiente. La espontaneidad y flexibilidad característica de estos individuos les permiten adaptarse en forma adecuada a los cambios en sus alrededores y buscar experiencias y desafíos nuevos. Libres de restricciones, avanzan con seguridad en el proceso de autorrealización” (p.173)
Rogers enfatizó que esto “no es una poliana u opinión optimista en forma ingenua. Los términos como "feliz", "dichoso" o "contento" no necesariamente describen a las personas de funcionamiento completo; en vez de esto, los individuos son desafiados y encuentran significativa la vida. Sus experiencias son emocionantes, enriquecedoras y recompensantes. La autorrealización requiere el "valor de ser" y la disposición de lanzarse uno mismo al proceso de la vida” (p.175)

AUTOR Carl R. Rogers	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 11
REFERENCIA: Rogers. (2002). Terapia, Personalidad y Relaciones Interpersonales. Edit. Nueva Visión. Buenos Aires.		
TÍTULO: Conceptos de Rogers		
TEXTO		TEMA
<p>“Este término designa el estado de incongruencia que puede existir entre el yo y la experiencia. Se emplea cuando se desea destacar el peligro de desorganización psíquica al que puede llevar tal estado. Cuando el individuo se encuentra en estado de incongruencia sin tener conciencia de ello, es potencialmente vulnerable a la angustia, la amenaza y la desorganización” (p. 35)</p>		Vulnerabilidad
<p>“Se dice que hay amenaza cuando el individuo se da cuenta o prevé (“subcibe”) que una experiencia es incongruente con su estructura del yo) Puede considerársela como versión externa de aquello que, desde un marco de referencia interno, se conoce con el nombre de angustia” (p. 36)</p>		Amenaza
<p>“Hay inadaptación psicológica cuando el organismo se niega a concienciar, o distorsiona en la conciencia, ciertas experiencias importantes que en consecuencia, no se simbolizan correctamente ni se organizan en la estructura del yo creando así una incongruencia entre el yo y la experiencia. El concepto fundamental de incongruencia se aclarará considerablemente si reconocemos que algunos de los términos que estamos definiendo no son más que un mismo fenómeno considerado desde puntos de vista diferentes. Cuando un individuo se encuentra en un estado de incongruencia entre el yo y la experiencia, y lo enfocamos desde un punto de vista externo, decimos que es vulnerable (si no tiene conciencia de la discrepancia) o que está amenazado (si tiene conciencia de ella). Considerada desde el punto de vista social, la incongruencia se convierte en inadaptación psicológica” “Si el individuo se contempla a sí mismo, puede considerarse adaptado (si no tiene conciencia de la discrepancia) o angustiado (si la “subcibe” oscuramente o amenazado o desorganizado (si se ha visto obligado a tomar conciencia de la discrepancia)” (p. 36)</p>		Inadaptación psicológica.
<p>“La defensa es la reacción comportamental del organismo a la amenaza; la defensa tiene como objetivo mantener la estructura habitual del yo. Eso se logra mediante la distorsión perceptual de la experiencia, a fin de reducir el estado de incongruencia entre experiencia y la estructura del yo; o bien de impedir el acceso de una experiencia a la conciencia, negando así toda amenaza al yo. El estado interno que lleva al individuo a adoptar conductas como las acabamos de describir recibe el nombre de defensa” (p. 36)</p>		Estado de defense.
<p>“Cuando se percibe oscuramente (quizá sea mejor decir se “subcibe” que una experiencia es incongruente con la estructura</p>		Distorsión, negación del

<p>del yo, el organismo reacciona produciendo una distorsión del significado de la experiencia para que sea congruente con el yo o negando la existencia de tal experiencia, a fin de preservar de toda amenaza la estructura del yo”. (p. 37)</p>	<p>acceso a la conciencia.</p>
<p>“Decimos que hay adaptación psicológica óptima cuando la estructura del yo es tal que permite la integración simbólica de la totalidad de la experiencia. El concepto de adaptación psicológica o funcionamiento óptimo equivale al concepto de congruencia perfecta entre el yo y la experiencia y al concepto de apertura perfecta a la conciencia. En el plano práctico, toda mejoría de la adaptación psicológica representa un progreso hacia el logro del óptimo ideal” (p. 39)</p>	<p>Adaptación psicológica.</p>
<p>“El individuo revela madurez en su conducta cuando percibe la manera realista y discriminativa, cuando no está a la defensiva, cuando acepta la responsabilidad de ser diferente de los otros y, por ende, la de la propia conducta, cuando evalúa la experiencia en función de los elementos de prueba que percibe por medio de sus propios sentidos, cuando modifica su evaluación de una experiencia solamente en presencia de nuevos elementos de prueba, cuando acepta a los otros como seres individuales, diferentes de él mismo, cuando se valora a sí mismo y valora a los demás. (Si su conducta tiene las características que se acaban de enumerar, adquirirá automáticamente todas las demás conductas que generalmente se consideran constituyentes de la madurez psicológica)” (p. 40)</p>	<p>Madurez</p>
<ol style="list-style-type: none"> 1. “A medida que el organismo realiza su experiencia, las experiencias que no son congruentes con la estructura del yo (y con su valoración condicional incorporada) se subciben como amenazantes” 2. “Si la experiencia amenazante fuera adecuadamente simbolizada en la conciencia, el concepto del yo perdería su carácter de Gestalt coherente, las condiciones de la valoración serían violadas y la necesidad de consideración de sí mismo quedaría frustrada, creándose un estado de angustia. Eso es, esencialmente, lo que define la amenaza”. 3. “El proceso de defensa es la reacción que impide la aparición de los hechos perturbadores. <ol style="list-style-type: none"> a. El proceso de defensa consiste en la percepción selectiva o distorsión de la experiencia y/o en la negación –parcial o total- del acceso de la experiencia a la conciencia. Este proceso tiende a preservar el estado de congruencia entre la experiencia total y la estructura del yo y las condiciones impuestas a la valoración”. 4. “Las consecuencias generales del proceso de defensa, además de la preservación de las congruencias señaladas, son 	<p>Amenaza y defense.</p>

<p>las siguientes: rigidez perceptual causada por la necesidad de distorsionar las percepciones; percepción inadecuada de la realidad causada por la distorsión y la omisión de ciertos datos; falta o ausencia de discriminación perceptual insuficiente” (p. 70)</p>	
<p>La teoría de la personalidad se puede aplicar a cualquier individuo y en diferentes grados. En cambio, hay otros procesos que se producen únicamente en presencia de las siguientes condiciones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “Si existe un acentuado estado de incongruencia entre el yo y la experiencia y si, a causa de alguna experiencia significativa, esa incongruencia se pone de manifiesto de manera indiscutible, entonces el proceso de defensa demuestra ser impotente”. 2. “El individuo experimenta ese estado de incongruencia en el plano de la subcepción y siente angustia. La intensidad de la angustia es proporcional a la extensión del sector del yo afectado por la amenaza”. 3. “Cuando el proceso de defensa demuestra su impotencia, la experiencia es adecuadamente simbolizada en la conciencia. Ante el impacto de esta toma de conciencia, se produce un estado de desorganización psíquica”. 4. “En este estado de desorganización, el individuo manifiesta a menudo un comportamiento extraño e inestable, determinado sea por experiencias que forman parte de la estructura del yo, sea por experiencias que no forman parte de ella. En ciertos momentos la conducta está determinada por el organismo que expresa abiertamente las experiencias distorsionadas o negadas por los procesos de defensa; en otros momentos el yo se recupera e impone al organismo un comportamiento conforme a su estructura. Bajo condiciones de desorganización la tensión entre el concepto del yo (con las distorsiones de su percepción) y las experiencias inadecuadamente simbolizadas o no asimiladas en el concepto del yo se traduce por un estado de confusión abasteciendo alternativamente uno y otras la “retroalimentación” por medio de la cual el organismo regula la conducta” (p. 72) 	<p>Crisis y desorganización Psíquica.</p>

<p>“En la situaciones que fueron descritas en la sección de la experiencia de amenaza y el proceso de defensa y hasta en el proceso de crisis y desorganización psíquica, se puede llegar a producir un proceso de reintegración que conduzca al restablecimiento de la congruencia entre el yo y la experiencia” Este proceso puede ser descrito de la siguiente manera: “Para que el proceso de defensa se pueda revertir, es decir, para que cualquier experiencia pueda ser percibida por el sujeto como amenazante, puede ser adecuadamente simbolizada en la conciencia y es asimilada en la estructura del yo, pero es necesario que el sujeto valore su experiencia de una manera no condicional, el nivel de consideración positiva incondicional de sí mismo se eleve”</p>	<p>El proceso de reintegración.</p>
<p>La consideración positiva incondicional demostrada y bien comunicada para el cliente por una persona (criterio) pues es una de las formas de realizar esas condiciones. Para que pueda ser comunicada la consideración positiva incondicional debe existir un contexto con comprensión empática. Cuando el individuo percibe la consideración positiva incondicional, pueden debilitarse o anularse las condiciones que afectan la función de valoración. Como consecuencia de la percepción se ve aumentada la consideración positiva de tipo incondicional de sí mismo. Posteriormente y cuando ya se han logrado las condiciones de consideración positiva incondicional, la amenaza se reduce, entonces el proceso de defensa se revierte y las experiencias generalmente percibidas como amenazantes son adecuadamente simbolizadas e integradas al concepto del yo. (p.74)</p> <p>Las consecuencias de los dos grandes procesos anteriormente mencionados se refieren a que el individuo es menos sensible a las experiencias amenazantes, la conducta de defensa es menos frecuente y las consecuencias se ven reducidas, lo cual implica que la congruencia entre el yo y la experiencia aumenta no sólo la consideración positiva hacia los otros, sino la adaptación psicológica, el proceso de valoración organísmica que constituye la base de regulación de conducta y de esta manera el individuo funciona cada vez mejor. (p.74)</p>	<p>Consideración positiva incondicional.</p>

<p style="text-align: center;">AUTOR Carl Rogers y Rosenberg Rachel</p>	<p style="text-align: center;">CONCEPTO Humanismo</p>	<p style="text-align: center;">FICHA No. 12</p>
<p>REFERENCIA: Rogers y Rachel (1989). La persona como centro. Edit Herder. Barcelona. 2da. Edición.</p>		
<p>TITULO: Comunidad centrada en la persona.</p>		
<p style="text-align: center;">TEXTO</p>		<p style="text-align: center;">TEMA</p>
<p>“Si un clima de verdadera libertad psicológica permite una percepción más adecuada y el pleno funcionamiento de la persona en la situación de entrevista individual, en la participación de un grupito especial, en la actividad escolar y en otras situaciones ya descritas, quizá estas mismas condiciones facilitadoras pudieran lograr el efecto de propiciar el crecimiento de una comunidad, en una mejor convivencia, es decir en una sociedad” El deseo de verificar la posibilidad de tal efecto está implícito de forma profunda en una de las nuevas zonas de exposición de Rogers y otros expertos que con él colaboran. La propuesta podría enfocarse desde distintas formas; se trata más o menos de intentar crear en una micro-sociedad o en un macro grupo unas condiciones que permitan una auténtica elección de intereses, de modo de ser de relaciones y de formas de realizarse.</p> <p>“Con el descubrimiento del amor posible, de miedos, se adquirió también una mayor valentía para exponer a esta persona, la ira, en día por la inseguridad. La aceptación por parte de una persona facilitaba asumir la formación del docente con tal grupo y a la comunidad. Gracias a la ayuda del efecto ya asegurado y poco condicional, se alcanzaba la fuerza necesaria para hacer frente a una posible repulsa u hostilidad provocada por la exposición de sentimientos negativos. La decisión del individuo de arriesgarse a la crítica cual menos precio los demás suponía encontrar la sorprendente aceptación y la comprensión renovada del grupo sensibilizado.”</p> <p>“La valentía de revelar a los demás nuestros puntos vulnerables eran en su motivo de satisfacción personal, pues significaba haber conseguido superar el temor y hacer frente al peligro de la pérdida. Además de esto la expresión inmediata de la experiencia emocional y o las respuestas agradables que despertaba en otras personas lideraba buena parte de nuestra energía y la, reservada habitualmente para defender una imagen se consideraba siempre amenazada. Se observó que durante el período inicial de la experiencia y comunidad, las poco usuales condiciones favorecieron la aparición de conflictos emocionales, muchas veces no reconocidos, que perturbaban en grande y a la capacidad de organización armoniosa. Se acepta como premisa común que individuos reunidos con una finalidad práctica actúan y se</p>		<p>La persona</p>

<p>integran solamente a través de sus intelectos y sus conocimientos objetivos, como si no trabajase en sí consigo, no me refiero tanto a factores idiosincrásicos o patológicos como un estilo usual de relación en grupo, sobre todo los de trabajo. La presuposición de que la carga individuo y de emociones y allá fuera del ámbito de una actividad humana cualesquiera parece absurda, pero su existencia puede observarse con claridad en la gran mayoría de iniciativas con los grupos con el objetivo especial. Escuelas, congresos expresan vigorosamente la ausencia de una atención intencional hacia las personas de sus integrantes y tratan de preferencia de aspectos aislados del ser humano: la parecía, la comunicación, el producto, etc” (p.137) .</p> <p>“En la vivencia de la comunidad, el proceso tenía carácter más integrador y sería un camino distinto. Cada persona era confirmada y reconocida tal como realmente es, en la medida en que consiste exponerse a los demás, con aquellos de sus aspectos que se consiguieron fuertes o débiles. Cada persona se siente y se ve como un elemento que no necesita recurrir a apariencias y disfraces para qué se le tenga por aceptable. En esta coyuntura, y a medida en que se entienden sus requisitos esenciales de seguridad emocional, a través de la expresión de afectos, el individuo puede indicar de forma más completa su energía productiva. Aún estos que le son externos. Al final de la experiencia, en el cómputo del trabajo efectivo, los índices de participación real y aprovechamiento duradero fueron muy superiores a los que podían esperarse de los quince días de debates. A pesar de la estructuración y de la ausencia de imposiciones, los individuos se entregaban a largas horas de concienzudo adiestramiento significativo. Se observó que, incluso enfrentados a temas inspiradores de grandes controversias y cuando de hecho las posiciones personales eran bastante diversificadas, se podía proceder a debate de alto nivel y llegar a conclusiones provechosas en tiempo relativamente corto. A pesar del intenso grado de compromiso originado por discusiones sobre temas como la educación o el papel actual de la mujer, no se hacía presente ninguna sensación de desgaste emocional, de cansancio mental o de esporádica falta de interés, efectos que cabe esperar en grupos de discusión. Todos los programas realizados presentaron unos extraordinarios resultados, debido a estas características especiales, las cuales dominaron estas reuniones” (p.138) .</p>	
<p>“En la medida en que es posible valorar la experiencia, los participantes tuvieron ocasión de crecer significativamente en cuanto a personas íntegras, con mayor conciencia de su poder social. Además de esto, lograron para sí mismos ser ídolos de reflexiones teóricas y datos prácticos para perfeccionar la vida profesional, sobre todo en lo que implica relaciones personales o,</p>	<p>Los resultados</p>

en general con las personas. En esta convivencia experimental de comunidad, se puso en práctica la atención a la persona como un todo; según decían algunos de los participantes, "cada persona se sintió viva". Pese a las intensas apreciaciones iniciales los resultados fueron ampliamente compensadores, tanto en cuanto a la satisfacción personal como en cuanto a rendimiento objetivo."

"Algunos intentos de análisis, realizados por varios grupos de participantes, se esforzaron por identificar las variables relevantes en la obtención de los resultados observados. El mismo número de tales condiciones especiales condenadas al fracaso y a cualquier pretensión de estudio conclusivo. Recordemos las más evidentes: la liberación de las tareas obligatorias, la selectividad de la muestra, la permanencia en un local agradable, referente al experimento, los efectos movilizado desde las sensaciones casi diarias de los grupos de encuentro y la conciencia de los límites del tiempo. Incluso así, los resultados y de los ya conocidos en casos con las circunstancias mencionadas; parece plausible que la comunidad como tal tenga definidos unos efectos específicos. La hipótesis lanzada por los participantes se centró en la importancia del clima psicosocial que se creó, en el que cada persona se sentía viva y respetada, cualesquiera que fuesen las ideas o sentimientos y manifestarse. Esta sensación de "reconocimiento" parecía seguir específicamente de las reuniones generales de la comunidad. En tales ocasiones, entremezcladas con propuestas, reclamaciones y aclaraciones, la vivencia plena se liberaba en la expresión de los sentimientos de frustración, solidaridad, ira, angustia... al menos en parte, esta colocación a nivel afectivo pudo ser la responsable de creciente sentimiento de "pertenecer" a una comunidad, de la gradual relevancia atribuida al hecho de encontrarse físicamente presente en las reuniones y al elevado grado de lealtad, de respeto y dedicación puestos en la supervivencia o en el enriquecimiento de la comunidad en su conjunto, la cual pasaba entonces a representar una especie de familia ideal y muy real".

El hecho de hacer que cada persona se sienta de verdad "movida" se aproxima bastante en algunos espectros fundamentales a la felicidad y donde las condiciones fáciles y tablas de crecimiento que Rogers propuso como necesarias y suficientes en las relaciones interpersonales como finalidad terapéutica. El grupo de estudio sobre la comunidad concluyó que tales condiciones no parecen indispensables para la formación de una comunidad, y su importancia es básica para mantener el espíritu comunitario, sin el cual la propia comunidad se extinguiría. Los numerosos intentos, tanto en el pasado como hoy día, de creación de comunidades como forma social alternativa de vida fracasaron en proporcionar las condiciones que les aseguren una continuidad satisfactoria. La experiencia que allí se vivenció y se observó ofrecía grandes

posibilidades de que tales condiciones necesarias incluyesen así mismo la necesidad, por lo general no tenía una consideración, de "recibir" o integrar a los individuos como miembros inherentes y directores del grupo comunitario. La "introyección" de la figura comunitaria sería condición necesaria a su evolución constructiva. Esta asimilación en la comunidad dependería a su nivel de que se atendía sea la necesidad de "sentirse oído". Pero para proporcionar esto es indispensable la presencia de personas que estén de reglas capacitadas para "oir" (p.139) .

“En este sentido es posible imaginar una comunidad autogobernada, productiva y también satisfactoria desde un punto de vista de crecimiento humano de esta forma: se eliminaría la actuación de gobernantes o coordinadores, sustituyéndose por la participación de facilitadores, por la inclusión de grupos de encuentro intensivos y por otras disposiciones que tendrían en cuenta la persona plena, sin desaparecer la de la forma artificial en emocional y racional. Se trata sin duda de conclusiones demasiado audaces, analista de la insuficiencia de datos disponibles al respecto. Además de esto, el camino que se supone como una forma apropiada y estructura social se presenta lleno de incógnitas y desprecia la importancia tradicionalmente atribuida a otros factores, tales como objetivos, tipo de participantes, aspectos socioeconómicos, entre otros. Pero aun así, el experimento indica de modo claro que hasta estos momentos no se habían tomado suficientemente en consideración algunos hechos.

Los resultados obtenidos, semejantes a los obtenidos por los participantes en los escasos laboratorios de la misma especie ya efectuados por el Center for Studies of the Person, parece no bastante relevantes como para merecer estudios adicionales, en forma de réplica de seguimiento y ahondando en el análisis. En el caso de que tales resultados se confirmasen, significaría que un enfoque centrado en la persona es una condición favorable, quién sabe si esencial, para la formación con éxito de un grupo de convivencia o de trabajo” (p. 140)

En la reflexiones finales la doctora Rachel, apunta que: “una de las razones por las que no puse más empeño en presentar al lector el clima y los procesos personales plasmados entonces evidencias es que el propio Rogers lo consiguió de manera extraordinariamente realista y completa partiendo de ciertos momentos de estas vivencias. Incluso en el presente relato espero que sea posible captar algo de esta experiencia personal increíblemente fascinante, rica y notable. Me gustaría que se proporcionara a toda las personas del mundo, pues tengo la sensación de que cada uno de los que participamos en los experimentos realizados somos sin duda unas personas extraordinariamente privilegiadas y más capacitadas ahora para

<p>luchar con éxito contra las condiciones del medio”. (p. 140) .</p>	
<p>“La persona plena es la que consigue encaminarse a " ser lo que realmente se es", presentando para nosotros, para cada uno de nosotros, una posibilidad de ser sobre lo cual llamó la atención. Rogers en sus primeros artículos sobre cómo sería la persona plenamente desarrollada, la describía en función de la situación de la psicoterapia en consultorio, en donde, por tanto, Rogers enfocaba sólo a la persona. Luego, en el problema del ser humano pensó a considerar más bien la relación de persona a persona. En fecha más reciente dedicó especial atención al proceso de convertirse en compañero, tal como se observa en un buen matrimonio y sus alternativas. Bajo este nuevo enfoque, se dibuja al poco tiempo el proceso de convertirse en persona social plena” (p. 148) .</p> <p>“Algunas de las características de este proceso se esbozan en una experiencia social como la del laboratorio de comunidad. La integración armónica de sentimientos, ideas y acciones en el compuesto congruente de la persona plena se sitúa en un experimento del macro grupo comunitario, en el que cada nueva vivencia, cada descubrimiento y cada cosa aprendida se prueban y se corrigen de inmediato o se asimilan por el yo. La persona que busca su plenitud no explora sólo sus sentimientos, deseos y valores verdaderos nos explora dentro del cuadro social, en la nueva situación en cuanto a relaciones que está plasmando en vivencias”.</p> <p>Por otro lado, el experimento de comunidad puede considerarse como un instrumento que devuelve al hombre su sentido de unión y responsabilidad para con todos sus semejantes. En un momento en el que el movimiento natural tiende a hacernos ciudadanos de un universo que perdió sus sub-fronteras, cada uno de nosotros propendió, por el contrario, es convertirse en ciudadano de su reducido mundo particular. La conciencia social honesta, sus deberes identificaciones más nobles, parece tender a la sumisión a unos intereses que, en la mejor de las hipótesis son mediocres en cuanto a su alcance. Tanto la literatura especializada como las modas filosóficas que la acompañan reflejan un aterrador cuadro de enclaustramiento, alienación y hedonismo o valores deseables gracias a algunas técnicas especiales, se aprende a sentirse plenamente así mismo, a no dejarse afectar por emociones o personas que nos perturban y a encontrar un refugio aislado en extraños estados alterados de conciencia. Por otro lado, surgen métodos para tratar lo más eficazmente posible con otras personas, de modo que tiendan nuestro deseo de producción, sexo, compra,</p>	<p>La persona social plena.</p>

<p>compañía, etc. (p. 148) .</p> <p>“En este sentido la búsqueda de la individualidad amenazada toma el rumbo del egoísmo, el alejamiento y de una especie de no humanidad. Ante los draconianos problemas a que se enfrenta el mundo actual, el hombre, en su lucha por no someterse, puede acabar perdiéndose en un "no estar aquí" que, incautamente, le lleva a no ser. Esta perspectiva horripilante de no ser se materializa muchas veces en los mismos intentos por escapar de ella”. (p.148)</p> <p>El proceso de autoconocimiento y del crecimiento adquiere su más profundo sentido cuando se realiza en la acción social de la persona plena. Las fórmulas, mágicas y tan atrayentes, para aprender a percibirse con mayor intensidad, para aumentar la capacidad sensorial o para promover la expansión de la conciencia, en cuanto la finalidad última, se vacían de sentido. En vez de medios para alcanzar la plenitud, se transforman en procedimientos que la limitan. En palabras de en Tillich (1974) “un si mismo que se convirtió en objeto de cálculos y manipulaciones dejó de ser un "sí mismo" se transformó en una cosa” (p. 124).</p>	
--	--

<p style="text-align: center;">AUTOR</p> <p>Carl Rogers y Rosenberg Rachel</p>	<p style="text-align: center;">CONCEPTO</p> <p>Humanismo</p>	<p style="text-align: center;">FICHA No. 13</p>
<p>REFERENCIA Rogers y Rachel. (1989). La persona como centro. Edit Herder. Barcelona.</p>		
<p>TITULO: Una teoría de la personalidad.</p>		
<p style="text-align: center;">TEXTO</p>		<p style="text-align: center;">TEMA</p>
<p>Con el objeto de dar orden a las ideas el autor propone diferentes conceptos que permiten estructurar adecuadamente todos los fenómenos estudiados por él, de tal manera que; sugiere entre otros, “la crisis que el organismo tiene una tendencia un impulso básico a actuar, mantener y desarrollar el organismo experienciante”. (p. 414) “Así como la tendencia del organismo a mantenerse, a asimilar su alimento, al comportarse defensivamente frente a las amenazas, a lograr la meta de la autopreservación, aun cuando el camino usual que conduce a esa meta esté bloqueado. Tal observación hace referencia a la tendencia del organismo a avanzar en la dirección de la madurez, tal como se define para cada especie. Esto implica la autorrealización. El organismo no desarrolla al máximo su carta la de padecer dolores, ni el individuo humano desarrolla o realiza su capacidad para el terror, ni, el nivel fisiológico, su capacidad de vomitar. El organismo se realiza en dirección a una mayor diferenciación de los organismos y las funciones. Más bien, a avanzar en dirección a una mayor independencia y auto responsabilidad”. (p.415) El autor dispone del término “autorregulación” para distinguir “la propensión básica de los seres vivientes a funcionar de manera de preservar e incrementar la integración”, y enfatiza también que la dirección básica del organismo es progresiva. De lo descubierto en el proceso de terapia adjunta "la fuerza impulsora última es la voluntad inexorable de la persona de captarse a sí misma, un deseo de crecer y no dejar intacto nada que pueda obstaculizar el crecimiento" (p. 415) En su experiencia como terapeuta, la toma de conciencia en lo que se refiere a la tendencia progresiva del organismo humano es la base en la que confían más profunda y fundamentalmente. Dicha fuerza orgánica implica una fuerte propensión a continuar el desarrollo. (p. 416) Rogers puntualiza, “sería un craso error suponer que el organismo evoluciona suavemente hacia la autorregulación del crecimiento. Quizá sería más correcto decir que el organismo progresa a través de la lucha y el dolor hacia la valorización y el desarrollo. Todo el proceso se puede simbolizar e ilustrar con el niño que aprender a caminar. Los primeros pasos implican un esfuerzo, y generalmente dolor. A menudo sucede que la recompensa inmediata correspondiente a los primeros pasos de ninguna manera compensa el</p>		<p>Autorrealización</p>

dolor de las caídas y los golpes. El niño puede, a causa del dolor, volver a gatear durante un tiempo. Sin embargo, en casi la totalidad de los individuos, la dirección progresiva del crecimiento es más poderosa que las satisfacciones de seguir siendo infantil. El niño se realizará, a pesar de las dolorosas experiencias que atraviese al hacerlo. De la misma manera, sea la independiente, responsable, el autor dirigirá, se socializarán, a pesar del sufrimiento que frecuentemente implican estos pasos. Aún cuando, por una variedad de circunstancias, no muestre un desarrollo de estos tipos más complejos, podemos sin embargo confiar en el hecho de que la tendencia se halla presente. La tendencia operará toda vez que ser de la oportunidad de una nítida elección entre el movimiento progresivo de la conducta regresiva” (p. 417)

Adicionalmente, otra de las proposiciones implica, “que la conducta es básicamente el esfuerzo intencional del organismo por satisfacer sus necesidades tal como las experimenta, en el campo tal como lo percibe” (p.417)

“No se reacciona ante la realidad sino ante la percepción de esa realidad. Un caballo, al sentirse en peligro, tratará de alcanzar la seguridad y tranquilidad que percibe en su establo, aún cuando el granero se encuentra en llamas. Un hombre en el desierto luchará duramente por alcanzar el “oasis” que percibe en su este mismo, del mismo modo que se esforzaría por alcanzar un pozo de agua verdadero. En un nivel más complejo, un hombre puede anunciar riqueza porque la percibe como su fuente de seguridad emocional, aún cuando en realidad pueda no satisfacer dicha necesidad. Frecuentemente, por supuesto, la percepción tiene un alto grado de correspondencia con la realidad, pero es importante reconocer que en la percepción, y no la realidad, no crucial en la determinación de la conducta” (p. 418)

“También deberíamos mencionar que en ésta concepción de la motivación todo los elementos eficaces existen en el presente. La conducta no es “causada” por algo que sucedió en el pasado. Las tensiones presentes y las necesidades presentes son las únicas que el organismo intenta reducir o satisfacer. Si bien es cierto que la experiencia pasada ha servido, evidentemente, para modificar el significado que será recibido en las experiencias presentes, no tiene lugar ninguna conducta que no se oriente al satisfacer una necesidad presente.”(p. 418)

Otra de las proposiciones habla "que la emoción acompaña y en general facilita ésta conducta intencional; el tipo de emoción está relacionado con los aspectos de búsqueda pero son los aspectos consumatorios de la conducta, y la intensidad de la emoción con la significación percibida de la conducta para la preservación y el desarrollo del organismo" (p. 418) Esto es, que se pueden considerar e integrar las emociones principalmente en dos grupos: las

<p>sensaciones desagradables y/o excitantes y las emociones tranquilas y/o placenteras. En primer grupo tiende a acompañar al intento de búsqueda del organismo, y el segundo a la satisfacción de la necesidad, la experiencia consumatoria. El primer grupo parece tener por efecto la integración y concentración de la conducta hacia la meta, en lugar de tener el efecto desintegrador que describen algunos psicólogos". (p. 419)</p> <p>"La intensidad de la reacción emocional parece variar de acuerdo con la relación percibida entre la conducta y el mantenido y desarrollo del individuo. Si percibo que mi salto hacia la acera para escapar del automóvil que se aproxima establece la diferencia entre la vida y la muerte, aquel se acompañará de una intensa emoción. Una ley pura de un capítulo de un nuevo libro de psicología, conducta que percibo como escasamente relacionada con un desarrollo, se acompañará ciertamente de una emoción muy leve" (p. 419)</p>	
<p>En cuanto a la construcción del "sí mismo" es Rogers quien rescata que "cuando se desconoce a si mismo, se ignoran las relaciones sensoriales y viscerales, o de alguna manera las acepta en la conciencia, excepto en forma distorsionada. No se admiten en la conciencia los valores que podrían construirse sobre ellas. Así surgió un concepto de sí mismo basado, en parte, en una simbolización distorsionada resultante de reacciones sensoriales que se y introyectan en valores y conceptos como si fueran experimentados emerge entonces la estructura del "si mismo". (p. 425)</p> <p>"La estructura del sí mismo es una configuración organizada de percepciones que son admisibles en la conciencia. Está integrada por elementos tales como las percepciones de las propias características y capacidades; los preceptos y conceptos del sí-mismo en relación con los demás y con el ambiente; las cualidades valiosas que se perciben asociadas con experiencias y objetos; y las metas e ideales que se perciben como valencias positivas o negativas. Por lo tanto, es el cuadro organizado, que existe en la conciencia ya sea como una figura o como fondo, del sí- mismo y de sí-mismo en relación, junto con los valores positivos o negativos que se asocian con esas cualidades y relaciones, tal como se percibe que existen en el presente, pasado o futuro" (p. 425)</p> <p>La sensación de reducción de la tensión interna es algo que los clientes experimentan a medida que progresa en "ser yo mismo" o en desarrollar un "nuevo sentimiento acerca de mí mismo". (p. 434)</p>	<p>El self "sí mismo".</p>

<p>Una nueva proposición determina "que a medida que se producen experiencias en la vida del individuo, estas son: a. Simbolizadas, percibidas, organizadas en cierta relación con el sí-mismo, b. Ignoradas porque no se percibe ninguna relación con la estructura de sí-mismo, c. Se les niega la simbolización o se las simboliza distorsionadamente porque la experiencia no es compatible con la estructura del sí-mismo". (p. 426)</p> <p>"La adaptación psicológica existe cuando el concepto de sí-mismo es tal que todas las experiencias sensoriales y viscerales del organismo son, o pueden ser, asimiladas en un nivel simbólico en relación compatible con el concepto que tiene de sí". (p. 434)</p> <p>"Esta proposición puede expresarse de varias maneras diferentes: no hay tensión interna, o hay adaptación psicológica, cuando el concepto de sí es al menos en líneas generales congruentes con todas las experiencias del organismo. La madre que "rechaza" a su hijo puede aliviar las tensiones internas relativas a su relación con él si tiene un concepto de sí misma que le permite aceptar sus sentimientos de desagrado hacia el niño, e igualmente sus sentimientos de afecto y agrado." (p.434)</p>	<p>Experiencia y adaptación.</p>
<p>La mejor definición de lo que es la integración parece ser la afirmación de que todas las experiencias sensoriales y viscerales son accesibles a la conciencia a través de la simbolización exacta, y se puede organizar en un sistema internamente compatible y relacionado con la estructura del sí-mismo. Produciendo este tipo de integración, la tendencia al crecimiento puede aparecer plenamente, y el individuo avanza en la dirección normal de toda vida orgánica. Cuando la estructura de sí-mismo es capaz de aceptar incluir en la conciencia las experiencias con caricias, cuando el sistema organizacional se puede expandir lo suficiente como para contenerlas, entonces se logra una clara integración y un sentido de dirección, y el individuo siente que su fuerza puede dirigirse, y se dirige, hacia la realización y el desarrollo de su organismo unificado. (p. 435)</p>	<p>Integración</p>

<p>“Un aspecto de esta proposición, del que tenemos alguna prueba experimental, pero que podría aprobarse aún más claramente, es que la aceptación consciente de los impulsos y percepciones aumenta enormemente la posibilidad de control consciente. Es por ésta razón que la persona que ha llegado a aceptar sus propias experiencias también adquiere la sensación de controlarse a sí misma.” “Si yo llevo mi coche por una calle cubierta de nieve controlo su dirección (como el si-mismo siente que controlan al organismo). Deseo girar la izquierda para seguir la curva del camino. El auto (análoga-mente al organismo fisiológico) responde a las leyes físicas (análoga a las tensiones fisiológicas) de las cuales no tengo conciencia, y avanza en línea recta en lugar de adaptarse a la curva. La atención y pánico que siento no difieren de la atención de la persona que encuentra que estoy haciendo cosas como si no fuera yo mismo, no me puedo controlar. La terapia es algo similar. Si tengo conciencia y deseo a aceptar todas mis experiencias sensoriales, percibo el movimiento recto del auto, no lo niego, hago girar todo el volante, en lugar de bordear la curva, hasta que el auto esté nuevamente bajo control. Luego puedo volver a la izquierda, más lentamente. En otras palabras, no alcanzo inmediatamente mi objetivo consciente, sino que, todos los datos de la experiencia se organizaran en un sistema perceptual integrado, adquiriendo el control a través del cual puedo alcanzar los objetivos conscientes razonables. Esto es semejante al sentido de la persona que ha terminado su terapia. Puede haber hallado necesario modificar sus objetivos, pero cualquier desilusión en este espacio es más que compensada por la integración cada vez mayor y el consiguiente control. Ya no hay más aspectos de su conducta que no pueda dominar. La sensación de autonomía, de autodomínio, corresponde a la accesibilidad de toda las experiencias a la conciencia.” (p. 435)</p>	Aceptación
---	-------------------

AUTOR Carl Rogers	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 14
REFERENCIA: Germain Lietaer. (1997). Más allá de Carl Rogers. Edit Desclée de Brouwer , S.A.España.		
TITULO: Autenticidad, congruencia y transparencia.		
TEXTO		TEMA
<p>“La congruencia requiere, más que nada, que el terapeuta sea un individuo bien desarrollado e integrado psicológicamente, suficientemente “completo” (o “curado”) y en contacto consigo mismo. Esto significa entre otras cosas desear conocer las tachas y vulnerabilidades, aceptando las partes positivas y negativas de uno mismo con cierta indulgencia, siendo capaz de abrirse sin defensividad a lo que se vive en uno mismo y ser capaz de ponerse en contacto con eso, tener una identidad sólida y una sensación bastante fuerte de competencia, siendo capaz de funcionar eficazmente dentro de las relaciones personales e íntimas sin la interferencia de los propios problemas personales. El autoconocimiento y la fuerza del yo, pueden quizás verse como las dos piedras angulares de este modo de ser.” (p. 28)</p>		Congruencia

COMENTARIO:

El campo perceptual del ser humano, podría contener las diferentes situaciones de la vida cotidiana, entre esas aquellas que se consideran como adversas. El asumir la adversidad indica que se ha alcanzado un nivel de adaptación, tal que el ser humano le da sentido a su existencia y puede volver a organizar su campo perceptual.

De esta forma, las personas enfrentadas a situaciones de adversidad, podrían ser plenas a la luz del autoconocimiento y crecimiento, permitiéndose romper así sus limitaciones y abriéndose hacia aspectos nuevos de su conciencia, que concedan espacios de desarrollo interpersonal e intrapersonal. En este mismo contexto, cabe resaltar que es el sí mismo, el concepto que conduce a relacionar resiliencia con la percepción del ambiente, ya que está asociado con las experiencias que son percibidas como positivas o negativas y desde esta concepción, clarificar la relación entre lo que resulta amenazante para el individuo y lo que podría ser significativo de su experiencia.

En este proceso, la congruencia implica que el encuentro consigo mismo, permite la aceptación de las adversidades y abre el espacio, para enfrentarlas y adaptarse a su nueva condición de vida. Es así como el ser congruente podría, en un momento determinado, dar la posibilidad de enfrentar una situación adversa, asimilarla y utilizar la fuerza interior para sobreponerse en momentos difíciles, conduciendo la vida de la mejor manera posible, sin que los problemas o el dolor interfieran en ello.

Una vez se presenta la situación adversa, como consecuencia de la percepción de ésta, podría verse aumentada la consideración positiva de tipo incondicional de sí mismo. Posteriormente y cuando ya se han logrado las condiciones de dicha consideración, la amenaza se reduce. Es entonces cuando el proceso de defensa se revierte y las experiencias generalmente percibidas como amenazantes son así simbolizadas e

integradas al concepto del yo. Gracias a este procedimiento, se estaría gestando un individuo resiliente.

Teniendo en cuenta la suma total de las experiencias, se puede ver como el organismo responde al campo fenoménico, es entonces, donde el individuo es el único que puede conocer su campo de experiencia. Dicha experiencia se valora como positiva o negativa dependiendo de la consideración afectiva que el individuo ponga en la situación adversa, la cual puede ser negada o distorsionada siempre y cuando exista relación de la congruencia del yo, con la realidad conduciendo al alcance de la adaptación. Sin embargo los eventos adversos difieren debido al contexto y a las personas que involucre la situación. Además de estos elementos, el individuo resiliente se podría considerar como aquel que se supera gracias a la tendencia que lo impulsa hacia la autorrealización. Cabe resaltar que en este proceso, la dimensión espiritual del hombre, lo impulsa a superar la adversidad y a encontrar un sentido, continuando en la vida sin mayores sobresaltos.

AUTOR Jerry Phares, Timothy Trull.	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 15	
REFERENCIA: Trull y Phares.(2003).Conceptos, métodos y aspectos prácticos de la profesión. Edit. International Thomson Editores.México.			
TITULO: El mundo fenomenológico.			
TEXTO		TEMA	
<p>“La teoría de Rogers de la personalidad surgió de manera principal de los encuentros terapéuticos con pacientes y de ciertas ideas filosóficas acerca de la naturaleza de las personas. Además, la terapia centrada en el cliente se ancla en la teoría fenomenológica” (Combs y Snygg, 1959; Rogers, 1951)</p> <p>“La fenomenología enseña que el campo fenoménico de la persona determina el comportamiento. El campo fenoménico es todo aquello experimentado por el sujeto en cualquier punto dado en le tiempo. Por consiguiente, para entender el comportamiento de las personas, uno debe conocer algo sobre su campo fenoménico; es decir, lo que es el mundo es para ellos. Una dificultad es que uno debe hacer inferencias respecto de éste campo a partir del comportamiento de la persona. Estas inferencias pueden usarse para predecir o entender el comportamiento en cuestión. Existe un potencial real aquí para la circularidad si el terapeuta no es cuidadoso”. (p.350) .</p>		Fenomenología	

COMENTARIO:

Se puede considerar que hacen parte del campo fenoménico las situaciones adversas por las cuales pasan los individuos a través del curso por la vida y el sentido que ellos le atribuyen a dichas situaciones.

AUTOR Abraham Maslow	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 16
REFERENCIA: Maslow. (1991) . <i>Motivación y personalidad.</i> (C. Clemente, Trad.) Edit. Ediciones Días Santos. Madrid.		
TITULO: Motivación humana: Una teoría jerárquica.		
TEXTO	TEMA	
Maslow creía “que los seres humanos estaban interesados en la maduración en lugar de en la simple restauración del equilibrio o en evitar la frustración. Describió al ser humano como un animal deseoso que casi siempre está anhelando algo. En efecto, cuando un deseo humano es satisfecho, surge otro para ocupar su lugar. En el impulso de la autorrealización, el individuo avanza hacia la maduración, felicidad y satisfacción” (p.157)	Introducción	
<p>Maslow (1970) distinguía entre motivación y metamotivación. “La motivación se refiere a la reducción de la tensión por medio de satisfacer los estados de deficiencia, las carencias o necesidades por deficiencia, las cuales surgen de los requerimientos del organismo para su supervivencia o seguridad fisiológica, tal como la precisión de alimentación o descanso, y motivan al individuo a participar en actividades que reducirán éstos impulsos. La motivación y las necesidades D son determinantes poderosos de la conducta. La metamotivación se refiere a las tendencias de maduración. Implica a las necesidades B o necesidades de ser, las cuales surgen del impulso del organismo por autorealizarse y satisfacer su potencial inherente. Las necesidades B no se derivan de una carencia o deficiencia; en vez de esto, empujan hacia adelante para la autosatisfacción. Su objetivo es mejorar la vida enriqueciéndola. Un lugar de reducir la tensión, con frecuencia la aumentan en su búsqueda de estímulos siempre crecientes que le proporcionarán una existencia vivida a plenitud” (p.158)</p> <p>“Un número de prerrequisitos son necesarios para que una persona esté motivada en el nivel B. Las condiciones culturales, económicas y sociales deben ser tales que el individuo no necesita estar preocupado por las necesidades fisiológicas o de seguridad. Los ámbitos laborales deben considerar las necesidades de maduración de los empleados. Las necesidades emocionales de relacionarse de manera interpersonal y autoestima deben ser satisfechas. Esto puede ser muy difícil en periodos de recesión económica o en un clima que enfatice la productividad sobre las relaciones humanas” (p. 159)</p> <p>“La motivación y las necesidades D tienen precedencia sobre la metamotivación y las necesidades B. Las necesidades por deficiencia deben ser satisfechas primero. Un individuo que</p>	Motivación y necesidades.	

<p>tenga demasiado interés por el alimento con dificultad puede estar interesado en objetos espirituales como la verdad o la belleza. Por tanto a las necesidades puede concebir en un orden jerárquico en el que las de la base deben ser satisfechas antes de que puedan cumplirse aquellas necesidades que están en la cúspide” (p.159).</p>	
<p>En su jerarquía de las necesidades, Maslow (1970) describió “cinco necesidades básicas. En orden de su intensidad son: fisiológicas, de seguridad, de pertenencia y amor, de autoestima y de autorrealización. Cada necesidad inferior debe ser satisfecha antes de que el individuo pueda percatarse o desarrollar la capacidad de satisfacer las necesidades que ocupan un lugar más importante que ésta. Conforme esto sucede, adquiere importancia la necesidad de orden superior. Para algunos individuos, debido a sus circunstancias, es muy difícil satisfacer incluso las necesidades más inferiores. Sin embargo, a mayor capacidad de desarrollo, mejor salud psicológica y autorrealización demostrará el individuo”. (p.130)</p>	<p>Jerarquía de necesidades.</p>
<p>Además de la jerarquía de necesidades, Maslow planteó las necesidades humanas importantes de <i>conocer y entender</i> (1970). Éstas “forman una jerarquía pequeña pero poderosa por su cuenta, en la cual la necesidad de conocer tiene más fuerza y es anterior a la de entender. Los niños, por naturaleza son curiosos; sus impulsos cognoscitivos son satisfechos, buscan una comprensión y un entendimiento más profundo”. Los estudios clínicos también convencieron a Maslow de que en algunos individuos las necesidades estéticas son muy importantes: “Se enferman (en formas especiales) por la fealdad y son sanados por entornos hermosos; anhelan en forma activa y sus anhelos sólo pueden ser satisfechos por la belleza”. Algunas personas en realidad se enferman cuando son enfrentadas con la fealdad. Estas necesidades no son delineadas con claridad en las que se explican en la jerarquía que se expuso, más bien, se superponen con ellas y se interrelacionan. (p. 160)</p>	<p>Conocimiento-entendimiento.</p>
<p>Maslow describió todas las necesidades humanas como <i>instintoides</i>, o inherentes en la naturaleza humana. Reconoció “que no puede decirse que los seres humanos tienen instintos en el mismo sentido en el que los tienen los animales, debido a que cualquier "instinto" que posea el humano está cubierto con el aprendizaje. Aún así, los humanos tienen tendencias que necesitan ser fomentadas y cultivadas. Son instintoides o básica en vista de que a menos que se satisfaga la necesidad, se desarrolla la enfermedad; del mismo modo en que la carencia de vitamina C conduce a la enfermedad y se ha revisado la investigación genética y psicológica que apoya de manera directa o indirecta al concepto de necesidad instintoides” (p.</p>	<p>Necesidades humanas.</p>

172)	
<p>Maslow definió a las <i>personas autorrealizadas</i> como “individuos que están satisfaciéndose a sí mismo y realizando lo mejor de lo que son capaces de hacer” (1970). Planteó también la hipótesis de que era probable que las tendencias a la realización propia se incrementaran con la edad (p. 180)</p> <p>Maslow enlistó varias características que surgieron de su estudio las personas autorrealizadas (1970). “Por simplicidad, estas características puede ser agrupadas bajo cuatro dimensiones clave: conciencia, honestidad, libertad y confianza”. (p. 180)</p> <p>Conciencia. “Los autorrealizados se caracterizan por la conciencia. Son conscientes de la rectitud interna propia, de la naturaleza y de las experiencias pico de la vida. Esta conciencia se manifiesta en una <i>percepción eficiente de la realidad</i>. Los autorrealizados son precisos en su percepción del mundo, sintiéndose cómodos con éste. Pueden ver a través de la falsedad y evaluar los motivos reales de otras personas. Tiene una percepción más clara de la realidad y el realismo, en áreas tales como la política y la religión, lo cual les permite pasar a través de las cuestiones extrañas y reconocer las verdaderas. Tiene una agudeza de percepción mayor. Los colores les parecen más brillantes y vibrantes que a la mayoría de las personas. Tienen un sentido del olfato más eficiente. Su audición es más precisa. Los autorrealizados exhiben una <i>frescura de apreciación</i> continua. Cada amanecer y atardecer los llena de energía de nuevo, y cada nueva flor es un acontecimiento que nunca pierde su calidad milagrosa. Los autorrealizados no tienen preconcepciones de la manera en que deberían ser las cosas. Son muy receptivos a la experiencia y permiten que cada una de éstas se exprese por sí misma” (p. 181)</p> <p>La persona que se autorrealiza siente con frecuencia lo que Maslow llamó una experiencia pico. “Esta, es una intensificación de cualquier experiencia, al grado de que hay una pérdida o trascendencia del yo. Estas clases de experiencias a menudo son denominadas místicas o religiosas, pero Maslow enfatizó que no necesariamente implican denominaciones o interpretaciones religiosas tradicionales. Una experiencia pico puede ser provocada también por un acontecimiento secular. Sucesos que pueden ser mundanos y ordinarios para otros, tales como ver una obra de arte o alcanzar un clímax sexual, pueden ser los elementos que desencadenan una experiencia pico”(p. 182)</p>	Autorrealización

“Durante una experiencia pico, el individuo no sólo experimenta una expansión del yo sino también una sensación de unidad y significación en la vida. Durante ese momento, el mundo parece completo y junto con el individuo forman uno solo. Después de que termina la experiencia, y la persona ha regresado a la rutina de la vida cotidiana, la experiencia se dilata. Tiene ahora curiosidad iluminadora que transforma el entendimiento propio de modo que las cosas ya no parecen ser las mismas después”. Maslow creía que todos los seres humanos, no sólo los autorrealizados, en potencia pueden tener experiencias pico. La persona en cualquier etapa puede experimentar estas situaciones, aunque éstas son lo que Maslow denominó un momento de autorrealización. Maslow distinguió entre dos individuos “trascendedores” y los “simplemente saludables”: los trascendedores están inclinados a tener picos; los simplemente saludables tienden a no tenerlos. Algunas personas tienen experiencias pico pero les reprimen y por consiguiente no las conocen cuando les ocurren. En otros casos, pueden inhibir experiencia pico impidiendo, por lo tanto, su ocurrencia. (p.183).

“La autorrealización es posible sólo si las necesidades inferiores han sido satisfechas en forma suficiente de modo que no reduzcan o absorban las energías básicas de una persona. Más que organizar su conducta hacia la reducción de la atención, los individuos cuyas necesidades por deficiencia son satisfechas pueden, de hecho, buscar estados de tensión óptima aumentada con el propósito de incrementar sus oportunidades para la realización propia. Las necesidades superiores pueden volverse tan apremiantes como el alimento para el hombre. En poco tiempo, aquellos que viven en un nivel B tienen una motivación radicalmente diferente de los que todavía están luchando por satisfacer estados de deficiencia” (p. 131)

“Los individuos autorrealizados muestran un alto grado de *conciencia ética*. Son claros respecto a la distinción entre el bien y el mal. Los autorrealizados tienen normas éticas definidas, aunque éstas no necesariamente son las convencionales, más bien saben, que es correcto para ello y lo hacen” (p. 132) .

COMENTARIO:

La mayoría de los seres humanos dejan de lado la simplicidad para poner énfasis en la complejidad de cada momento que se vive en la vida. Esto limita la libertad y expresión de sentimientos que podrían hacer parte de la autorrealización y de esta manera repercute en la forma como se enfrenta la situación adversa. La trascendencia originalmente humana, busca que cada ser humano se encuentre consigo mismo y fortalezca su ser como motor para enfrentar las situaciones adversas.

¿De qué depende la autorrealización? ¿De un contexto social? ¿De los padres? ¿De un terapeuta? ¿De la cultura? ¿Es algo innato?

AUTOR Miguel Martínez	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 17	
REFERENCIA: Martínez. (1999). La psicología humanista: un nuevo paradigma psicológico. Edit. Trillas. México.			
TÍTULO: Una concepción humanista del hombre.			
TEXTO		TEMA	
<p>“La psicología humanista es una reacción contra éste estado y las orientaciones psicológicas responsables de las mismas; es un movimiento contra la psicología que ha dominado la primera mitad de éste siglo, y que se ha caracterizado como mecanicista, elementalista y reduccionista”. (p.66)</p> <p>“Ciertamente, todos los aspectos arriba señalados (y otros mas como la conciencia, la reflexión, la libertad, la creatividad, los valores, los ideales, el goce, y disfrute del arte, etc,) son, como dicen los autores, aspectos centrales de la vida humana y, como tales, exigen un una <i>metodología</i> que no los deje escapar por su tamiz” (p. 66)</p> <p>Martínez afirmó que “el enfoque humanista considera que la naturaleza humana no puede ser una maravilla en su desarrollo psíquico y un caos en el desarrollo psíquico. Por el contrario, sostiene y prueba la tesis de que hay un pleno paralelismo entre ambos aspectos. Esta tendencia es un <i>principio teleológico</i>, una causa final, una fuente <i>direcciona intrínseca</i>, y ha recibido varios nombres: “<i>tendencia actualizante</i>” (Rogers) “tendencia hacia la autorrealización” (Goldstein) “tendencia hacia la autoactualización” (Maslow), etcétera”. (p. 69).</p>		Tendencia actualizante.	

COMENTARIO:

La tendencia actualizante podría ser vista como aquello que se encuentra en cada ser humano y que lo impulsa a desarrollarse como persona contribuyendo con el desarrollo del ser resiliente.

AUTOR Viktor Frankl	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 18
REFERENCIA: Frankl. (2001).Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia. Edit Herder. España.		
TITULO: Dinámica existencial y escapismo neurótico.		
TEXTO		TEMA
<p>Según el mismo Frankl, “el esfuerzo por encontrar un sentido a la vida es una fuerza motivadora primaria en nombre. En logoterapia hablamos en este contexto de una voluntad de sentido en contraposición a los principios de placer y de la voluntad de poder. De hecho, el “placer” no es el fin de los esfuerzos humanos, sino más bien un subproducto del cumplimiento de estos esfuerzos; y el “poder” no es un fin sino un medio para un fin. Por ello, la escuela del “principio del placer”, confunde un efecto secundario con el objetivo, mientras que la escuela de la “voluntad del placer” confunde un medio con un fin” (p.36)</p> <p>Es un principio de la logoterapia que es posible encontrar el sentido de la vida no sólo a través de la actuación o de la vivencia de valores, sino también a través del sufrimiento. Esta es la razón por la que la vida nunca deja de tener y retener sentido hasta el último momento. Incluso puesto ante un destino inevitable, por ejemplo, una enfermedad incurable, le queda todavía al hombre una oportunidad de realizar el sentido más profundo posible. Lo que importa, por consiguiente, es el planteamiento que adoptar en su desgracia. La vida puede hacerse significativa primero mediante lo que damos al mundo en términos de creación nuestra; segundo, mediante lo que tomamos del mundo en cuanto experiencia propia; y tercero, por el planteamiento que adoptamos para con el mundo, es decir, por la actitud que adoptamos ante el sufrimiento. (p. 40)</p>		Sentido
<p>“La psicoterapia procura que el paciente tome conciencia de lo que él realmente anhela en lo profundo de su ser. No es que, al hacer aflorar algo a la conciencia, la psicoterapia se limite a lo inconsciente instintivo, sino que se ocupa también de las aspiraciones espirituales del hombre, intenta desencadenar sus esfuerzos para un sentido de vida, e intenta así mismo esclarecer el sentido de su existencia. En otras palabras, debemos ahondar en la autocomprensión de nuestros pacientes no sólo a nivel subhumano, sino también a nivel humano”. (p. 37)</p>		Psicoterapia
<p>Para Viktor E.Frankl, “la patología proviene no sólo del estrés, sino también del alivio del estrés que acaba en la vaciedad. Una falta de tensión creada por la pérdida de un sentido es una amenaza tan peligrosa para la salud mental como pueda serlo una tensión excesivamente intensa. La tensión no es algo que deba evitarse indiscriminadamente. El hombre no necesita homeóstasis a todo costo, sino más bien una correcta intensidad de tensión como la que</p>		Patología

<p>surge del carácter de existencia inherente al sentido de la existencia humana. Igual que las limaduras de un campo magnético, la vida del hombre se ordena por su orientación al sentido. Con ello se establece un campo de tensión entre lo que el hombre es y lo que debe ser. En suma, el hombre decide si su vida ha de estructurarse según el carácter de exigencia de un sentido dado a su existencia". "Una intensa orientación al sentido podría también tener un efecto de prolongación de la vida o hasta un efecto salvavidas". (p. 37)</p>	
<p>"La logoterapia insiste en que la principal preocupación del hombre no es buscar el placer o evitar el dolor, sino más bien encontrar un sentido a su vida. Por ello vemos que el hombre está dispuesto a sufrir, con tal que pueda convencerse de que su sufrimiento tiene algún sentido". (p. 40) "La libertad humana no es en modo alguno, libertad de condicionantes, sino libertad de adoptar un planteamiento ante los condicionantes. Por consiguiente, elegir un planteamiento ante el sufrimiento quiere decir ejercer la libertad. Al hacerlo, el hombre, en cierto sentido, trasciende el mundo y su situación en él". (p. 41)</p>	<p>Logoterapia</p>

AUTOR Viktor Frankl	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 19
REFERENCIA: Frankl.(2001). Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia. Edit Herder. España.		
TITULO: Logoterapia y existencia.		
TEXTO		TEMA
<p>“Se ha producido un progreso considerable en el desarrollo de la psicoterapia durante los últimos cinco años, en la medida en que el antiguo concepto psicodinámico de hombre, en cuanto ser principalmente ocupado con la satisfacción de sus necesidades, ha ido siendo sustituido, de un modo lento pero obvio, por la nueva perspectiva antropológica del hombre en cuanto ser cuya meta en la vida se concibe ahora como actualización y realización de sus propias potencialidades”. (p. 65)</p> <p>“El fenómeno global de la existencia humana es, no obstante, inefable y sólo puede circunscribirse con una frase, el enunciado "yo soy". Este "yo soy" tuvo que ser interpretado en un principio como "yo tengo que" ahora y, estoy obligado por determinadas condiciones determinantes, funciones e instintos, factores e impactos hereditarios y ambientales), mientras que en el periodo siguiente el "yo soy" se entendió como un "yo puedo" (es decir yo soy capaz de actualizar este o aquel aspecto del mismo)”. (p. 66)</p> <p>“Falta, no obstante, todavía un tercer concepto. Pues si queremos obtener una visión adecuada de la realidad humana en todas sus dimensiones, debemos ir más allá de las necesidades y de las posibilidades y traer a colación además de los aspectos de "tengo que" y "puedo" del fenómeno "yo soy" total esa dimensión a la que antes me referido de “yo debo”. Pero lo que “yo debo” hacer es realizar en cada caso el sentido concreto que me interpela en cada situación de mi vida. En otras palabras, en el momento en que aceptamos la entrada de "yo debo" completamos el aspecto subjetivo de la existencia humana, el ser, con su contrapartida objetiva, que es el sentido. (p. 66)</p> <p>“Sólo después de haberlo hecho así se significa el rasgo actual de poner el acento en la autoactualización. Si ésta se convierte en un fin en sí misma y se busca como el objetivo de una intención primaria, entonces no se consigue. En ese intento de conseguirlo directamente, se iría a pique que aquello que sólo se puede como efecto secundario. Pues sólo en la medida en que el hombre ha llevado a efecto el sentido concreto de su existencia personal podrá también conseguir la plena realización de sí mismo”. (p.66)</p> <p>“No se puede negar cuando se habla del ser del hombre en el mundo que hay también un sentido en el mundo. Sólo cuando hemos tomado este sentido completamente en cuenta hemos completado el aspecto subjetivo de la existencia humana con su correlato objetivo. Y sólo</p>		<p>El hombre</p>

<p>entonces, no antes, llegamos a ser consistentes de la existencia expandida en un campo de tensión polar entre el sí mismo y el mundo”. (p. 67)</p>	
<p>“Cuando hablamos de sentido, sin embargo, no debemos olvidar el hecho de que el hombre no lleva a cabo el sentido de su existencia simplemente mediante sus empresas creativas y sus encuentros experienciales, o en el trabajo o en el amor. No debemos pasar por alto el hecho de que hay también experiencias trágicas inherentes a la vida humana, sobre todo esa de la “tríada trágica” podemos utilizar esta expresión, representadas en los hechos primordiales de la existencia del hombre: sufrimiento, culpa y transitoriedad.” (p.68) “El hombre está dispuesto quiere soportar un sufrimiento sólo si y en la medida en que es capaz de verle sentido” (p. 68)</p>	<p>Sentido</p>

AUTOR V́ctor Frankl	CONCEPTO Humanismo	FICHA No. 20
REFERENCIA: Frankl. (2001). Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia. Edit Herder. Espa~a.		
TITULO Dinámica y valores.		
TEXTO		TEMA
<p>“El hombre, como ser básicamente finito que es, nunca será capaz de liberarse del todo de los vínculos que le atan a los diversos campos en donde se enfrentan a condiciones inalterables. Sin embargo, siempre hay un cierto residuo de libertad en sus decisiones. Pues dentro de los límites, o restringidos que éstos puedan ser, puede el hombre moverse libremente; y sólo por esta actitud que adoptar frente a cualquier condicionante a que tengan enfrentarse demuestra el hombre ser verdaderamente humano”. (p. 72)</p> <p>“Si algunas circunstancias, internas o externas, incluyan, o no, en un individuo concreto o que su influencia tome una dirección u otra depende únicamente de la libre elección del individuo. Los condicionamientos no me determinan, sino que yo decido si me someto a ellos o los desafío. No hay nada concebible que pueda condicionar del todo a un hombre, es decir, sin dejarle la mínima libertad. El hombre nunca está plenamente condicionado en el sentido de estar determinado por hechos o fuerzas. Más bien, en definitiva, el hombre que determina a sí mismo. Determinan no sólo su destino, sino también su sí mismo, porque el hombre no sólo forma y configura el curso de su vida sino también su propio yo. El hombre es no sólo responsable de lo que hace, sino también de lo que es, en la medida en que no sólo se comporta de acuerdo con lo que es, sino que además se convierte en lo que es de acuerdo a como se comporta. En definitiva el hombre llega a ser lo que él ha hecho en sí mismo. Hechos y factores no son sino el material bruto de estos a los de construcción de sí mismo. Y una vida humana es una cadena ininterrumpida de actos de ésta índole. Son las herramientas, los medios para el fin que el hombre mismo determina”. (p. 73)</p> <p>“La capacidad específica humana de querer" permanece vacía en la medida en que no se ha complementado todavía con su contrapartida objetiva, la de querer lo que yo "debo". Lo que debo, sin embargo, es la actualización de valores, la realización del sentido concreto de mi existencia personal. El mundo del sentido y de los valores puede ser llamado con razón <i>logos</i>. Por tanto, en logos es el correlato objetivo del fenómeno subjetivo llamado existencia humana. El hombre es libre de ser responsable, pero él es el responsable de la realización del sentido de su vida, del logos de su existencia.” (p. 75)</p> <p>Para Frankl, “lo que realmente necesita el hombre no es homeóstasis, sino lo que él denomina noodinámica, es decir, éste tipo de tensión adecuada que lo mantiene consistentemente orientado hacia valores</p>		El hombre

concretos que han de actualizarse, hacia el sentido de su existencia personal que ha de realizarse. Esto es también lo que garantiza y sostiene su salud mental; escapar de toda situación de estrés sería incluso convertirse de un modo precipitado en víctima del vacío existencial”. (p. 79)

“Lo que el hombre necesita no es un estado sin tensiones, sino el esfuerzo y la lucha por algo digno de ser deseado y buscado. Lo que el hombre necesita no es tanto la descarga de tensiones como el desafío que le plantea el sentido concreto de su existencia que ha de ser realizado por él y quien no puede ser realizado sino por él. La tensión entre el sujeto y el objeto no debilita la salud y la integridad, sino que las fortalece”. (p. 80)

<p style="text-align: center;">AUTOR Viktor Frankl</p>	<p style="text-align: center;">CONCEPTO Humanismo</p>	<p style="text-align: center;">FICHA No. 21</p>
<p>REFERENCIA: Frankl (1994) Logoterapia y Análisis existencial. Edit Herder. Barcelona.</p>		
<p>TITULO: Teoría de la Noodinamia.</p>		
TEXTO		TEMA
<p>“Es la logoterapia la psicoterapia que privilegia la dimensión espiritual del ser humano, sin desconocer las otras dimensiones que lo constituyen y al mismo tiempo evitando lo supervaloración de lo noológico. La dimensión espiritual o noética no es una realidad tan abstracta como parece, y aunque no sea una realidad óptica sino más bien ontológica, puede ser comprensible y además, necesariamente comprensible, pues la misma no es solo la dimensión propia del hombre sino que le es la dimensión específica del mismo, la dimensión que lo diferencia e integra en una unidad múltiple que lo hace humano” (Frankl,1994)</p> <p>Lo que es entonces lo espiritual en palabras de Frankl: “y precisamente designamos como espiritual en el hombre aquello que pueda confrontarse con todo lo social, lo corporal e incluso lo psíquico en él. Lo espiritual es ya por definición sólo lo libre en el hombre”.(p.156)</p> <p>“Entre las características de la espiritualidad humana se encuentran que: lo espiritual es potencia pura, no posee una realidad sustancial, es mera posibilidad de manifestación, lo espiritual brinda unidad y totalidad a la persona humana, es la dimensión integradora que solo en un nivel heurístico puede verse separada de su organismo psicofísico. También lo espiritual es el núcleo sano de la persona, la dimensión que no enferma. La dimensión noológica debe definirse como esa dimensión en la que se localizan los fenómenos específicamente humanos”. (p. 79)</p> <p>“La dimensión noética al ser potencia pura, se reconoce en su realización, requiriendo del organismo psicofísico para su expresión. Si bien lo físico y lo psicológico forman una unidad íntima, (Frankl 1994), esta no es la mismidad de la persona, no es la totalidad, pero si es necesario para la expresión de lo espiritual. Ahora bien, la mismidad espiritual no es conciente a si misma, es refleja e irreflexionable” (1994, p.69)</p> <p>“Los recursos noéticos son el conjunto de fenómenos, capacidades o manifestaciones espirituales, expresadas por el autodistanciamiento y la autotrascendencia. Los recursos noéticos no están en lo psicofísico, ni siquiera están en ninguna parte, no son una realidad óptica, no tienen materia, son potencia pura, son posibilidad de manifestación”. (p.69)</p> <p>“Asi pues, el autodistanciamiento es la capacidad específicamente</p>		<p>Dimensión espiritual.</p>

<p>humana de verse así mismo en situación, monitoreando y regulando los propios procesos emotivos y cognitivos, dando lugar al dialogo consigo mismo y sus circunstancias; facilitando así la percepción de opciones y el ejerciendo una autoconciencia reflexiva”. (p.85)</p> <p>“Por otro lado, la autotrascendencia es de igual forma una capacidad específicamente humana pero que conlleva a salir de sí mismo de centrarse de sí mismo, percibiendo valores y sentidos conociendo la realidad ontológica y a su vez, reconociendo la mente del otro como mente independiente a la propia” (p.85)</p>	
--	--

COMENTARIO:

La vida es un desafío en si, es un reto y tiene sentido. Sólo el hombre por hacer parte de la existencia le busca el sentido a cada experiencia y para cada hombre este reto es susceptible de ser interpretado como favorable o desfavorable. Sin embargo el hombre es próclive en su autodestrucción, ya que en pocas ocasiones encuentra que la adversidad trae consigo algún significado válido para su vida. Por lo anteriormente nombrado sólo algunos seres humanos se podrían denominar resilientes.

Hipotéticamente hablando, la capacidad creativa y de autodescubrimiento seria un garante de que los resilientes son individuos que acuden con cierta facilidad a todo su bagaje interior y así utilizan sus propios recursos para descubrir sentido a la vida a través del sufrimiento. Lo anterior se sustenta desde las bases que da la logoterapia, para la cual, a través de la vida, le aportamos al mundo, tomamos elementos y adoptamos del mismo.

AUTOR Sigmund Freud	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 22
REFERENCIA: Freud. (1905). El chiste y su relación con lo inconsciente. Tomo XVIII. Argentina. Amorrortu.		
TITULO: El humor 1927 1928.		
TEXTO	TEMA	
<p>“El proceso humorístico se puede llevar a cabo de doble manera: ya sea en una sola persona, que adopta ella misma la actitud humorosa, mientras el papel de la segunda se limita al de mero espectador divertido; ya entre dos personas, de las cuales una no tiene la menor parte activa en el proceso humorístico, siendo aprovechada por la segunda como un objeto de consideración humorística. En su ejemplo de éste aparte nos esboza un ejemplo caricaturesco, tal el caso del reo que conducido el lunes a la horca exclama: “¡linda manera de empezar la semana!”, siendo él mismo quien despliega en humor. El proceso humorístico se agota en su persona y evidentemente le produce cierta satisfacción. En oposición el espectador le toca en parte un efecto a distancia de la producción humorística del reo, análogamente también que él perciba el beneficio placentero del humor.</p> <p>En segundo término, no es preciso que las personas exhiban su humor: la actitud humorística concierne exclusivamente a quien las toma como objetos. De la misma manera que en el primer caso aquí el lector o auditor es un mero participante del placer que causa el humor” (p.140)</p>	El proceso humorístico.	
<p>“En el proceso que opera en el oyente ante quien otra persona despliega su humor. Se verá entonces el oyente en situación tal, cuyas características le permitirán anticiparse a las propias manifestaciones de afecto; enojo, lamento, dolor, susto, terror o tal vez desesperación, será entonces que el espectador se dispondrá a evocar dichas emociones. Pero esta disposición afectiva es defraudada, pues el otro no expresa emoción alguna, sino que hace un chiste”. (p. 141)</p>	Génesis del humor.	
<p>“Sin duda alguna la esencia del humor consiste en que uno ahorra los efectos que la respectiva situación hubiese provocado normalmente, eludiendo mediante un chiste la posibilidad de semejante despliegue emocional. En este sentido el proceso del humorista debe coincidir con el del oyente”. (p. 145)</p>	El Humorista	
<p>Freud enfatiza que “el humor no solo tiene algo liberante, como el chiste y lo cómico, sino también algo grandioso y exaltante, rasgo que no se encuentra en las otras dos formas de obtener placer mediante una actividad intelectual. Lo grandioso reside en el triunfo del narcisismo, en la victoriosa confirmación de la invulnerabilidad del yo. El yo se rehúsa dejarse ofender y precipitar al sufrimiento por los influjos de la realidad; se</p>	Características del humor.	

<p>empecina en que no pueden afectarlo los traumas del mundo exterior; más aún: demuestra que sólo le representa motivos de placer”.</p> <p>“El humor no es resignado, sino rebelde, no solo significa un triunfo del <i>yo</i>, sino también el principio del placer, que el humor logra triunfar sobre la adversidad de las circunstancias reales. Al rechazar la posibilidad del sufrimiento, el humor ocupa una plaza en la larga serie de los métodos que el aparato psíquico humano ha desarrollado para rehuir a la opresión del sufrimiento; serie que comienza con la neurosis, culmina en la locura y comprende la embriaguez, el ensimismamiento y el éxtasis. El humor debe a esta vinculación una dignidad que le falta del todo, al chiste, pues éste sirve tan sólo al beneficio placentero, o bien pone esta ganancia al servicio de la agresión” (p. 151)</p>	
<p>“En el núcleo central del <i>yo</i> se halla la instancia psíquica del <i>super yo</i>. En donde genéticamente éste es el heredero de la instancia parental; que comúnmente mantiene al <i>yo</i> en propia dependencia, lo trata realmente como los padres – o más bien como el padre- trataron al niño en años anteriores. Alcanzando de tal manera la explicación dinámica de la actitud humorística, admitiendo que consiste en que la persona del humorista ha retirado el acento psíquico de su <i>yo</i> para trasladarlo sobre su <i>super – yo</i>. A este <i>super-yo</i> así inflado, el <i>yo</i> puede parecerle insignificante y pequeño, triviales todos sus intereses, y ante esa nueva distribución de las energías, al <i>super –yo</i> le resultará muy fácil contener las posibles reacciones del <i>yo</i>”. (p.162)</p>	<p>El super – yo en el humor.</p>
<p>Para el doctor Freud “el chiste se origina en el momentáneo abandono de una idea preconsciente a la elaboración inconsciente, de modo que el chiste representa una contribución a lo cómico ofrecida por lo inconsciente. En completa similitud el humor vendría a ser la contribución a lo cómico mediada por el “super-yo” Es cierto que el placer humorístico jamás alcanza la intensidad del que se origina en lo cómico o en el chiste, y nunca se expresa en risa franca; también es cierto que el <i>super –yo</i>, al provocar la actitud humorística en el fondo rechaza la realidad y se pone al servicio de una ilusión. Pero sin saber a ciencia cierta por qué adjudicamos alto valor a este placer poco intenso. Lo sentimos como particularmente liberador y exaltante”. (p.151)</p>	<p>El chiste</p>

AUTOR Sigmund Freud	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 23
REFERENCIA: Freud. (1923) . El yo y el ello. Buenos Aires: Amorrortu Editores		
TITULO: El humor		
TEXTO		TEMA
Se ha hecho posible distinguir tres modalidades adaptativas: un individuo puede optar por cambiar él mismo para adecuarse al medio, puede intentar alguna modificación del medio y así lograr que éste se ajuste a él, y por último podría decidir el cambio del ambiente hacia uno que le resulte óptimo.		Adaptación

Comentario:

El humor y específicamente el chiste son herramientas que le ayudan al ser humano a enfrentarse a la adversidad sin ver su situación dolorosa en su totalidad. Es importante resaltar que un buen sentido del humor, conlleva a las personas a asimilar sus circunstancias de vida y a divertirse con aquello que le causa dolor.

El hombre como ser encaminado a la adaptación, encuentra en el humor un recurso que hace suspender el sentido que la realidad impone sobre el, suponiendo así una actitud de resistencia o rebeldía hacia la realidad y donde el valor de la misma se vuelve relativo.

AUTOR Heinz Hartmann	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 24
REFERENCIA: Hartmann.(1939). La psicología del yo y el problema de la adaptación. Edit. Pax. México.		
TITULO: Hartmann y la Psicología del Yo. Propuesta De una psicología general. El yo función.		
TEXTO		TEMA
Dice Hartmann: “Propongo que adoptemos el termino provisional del área sin conflicto del yo, para aquel conjunto de funciones en que, en un momento determinado, tiene efecto fuera del campo de los conflictos mentales. No deseo ser malentendido: no me refiero a una provincia de la mente, cuyo desarrollo está en principio inmune a los conflictos, sino más bien a aquellos procesos que en un individuo dado, permanecen empíricamente fuera de la esfera del conflicto mental”(p.17). “En nuestro trabajo clínico observamos cotidianamente como las diferencias en el desarrollo intelectual, motor etc, influyen en la capacidad del niño para manejar los conflictos y como estos a su vez, modifican el desarrollo intelectual y motor” (p.27). “Desde el nacimiento todo ser humano cuenta con una dotación innata de funciones (percepción, memoria, motricidad, capacidad de síntesis y asociación, etc.) que no guardan relación directa con los impulsos.		De la psicología del ello a la psicología del yo, el área sin conflicto del yo.

<p>En segundo lugar ésta dotación es considerada como importante instrumental auxiliar que el yo podrá utilizar para resolver los conflictos que se le presenten en su relación con el ello y con la realidad” (p.27).</p> <p>Hartmann no propone la existencia de un yo en el inicio de la vida psíquica, sino que considera que el individuo cuenta con determinadas capacidades innatas, las que en el curso del desarrollo pasaran a estar al servicio del yo. Finalmente, subrayamos la importancia que estas funciones autónomas tienen en el proceso de adaptación del yo a la realidad externa. El autor dice que el término "yo fuerte" tan utilizado en el psicoanálisis, se refiere a la solidez y disponibilidad del yo para recurrir a estas funciones autónomas.(p. 45)</p>	
<p>Hartmann se pregunta “cuales son los motores que impulsan el desarrollo del yo a partir de la matriz indiferenciada yo – ello, éste contiene desde el inicio, elementos que más tarde serán reconocidos como pertenecientes a una u otra instancia psíquica, no supone que el yo sea inicial, más bien cree que el individuo nace con potencialidades para desarrollarlo. El bebe no es un paquete de impulsos, por llamarlo de alguna manera, sino un ser animado de impulsos y esbozos de funciones con las cuales controlarlos y canalizarlos para conseguir la adaptación. El primer factor mencionado por Hartmann, es el hereditario o constitucional, en el cual se engloban las capacidades o autónomas del yo. Este factor interactúa en el curso del desarrollo con otros tres elementos; las influencias de los impulsos instintivos, los condicionamientos de la realidad externa, y por último la propia imagen corporal, que juegan un importante papel en la diferenciación del yo con el mundo de los objetos. (p.115)</p> <p>“La adaptabilidad innata debe seguir un cierto camino en el curso del desarrollo a fin de transformarse en adaptación, tal como se la conoce en el adulto, el desarrollo estructural (diferenciación del yo y del ello así como la formación del súper yo), tiene una relación recíproca con la adaptación: por un lado ésta impulsa la diferenciación, pero a la vez es dicha diferenciación la que garantiza y ajusta el individuo al medio”. (p.115) “La estabilidad emocional y adaptativa de una persona está dada no sólo por la resolución equilibrada entre el yo, y el ello, el yo y el <i>superyó</i> o el yo y la <i>realidad</i>, sino también por la ordenación y coordinación adecuada de las distintas funciones yoicas entre sí” (p.115)</p>	<p>El desarrollo del yo y el proceso de adaptación.</p>
<p>Hartmann enuncia: “la adaptación haciendo referencia a como un hombre está bien adaptado si su productividad, su habilidad para disfrutar de la vida y su equilibrio mental no están trastornados. Lo que cuenta para describir el grado de adaptación es el logro que tiene cada sujeto de la función sintética e integrada del yo”. (p.36).</p> <p>Consideremos ahora el proceso a través del cual el sujeto se</p>	<p>El Concepto de Adaptación.</p>

desarrolla de la adaptabilidad innata a la adaptación, tal como lo concibe Hartmann, es un punto virtual cuya búsqueda es constante y se da minuto a minuto en el curso de la vida. Como seres humanos, contamos con un estado de adaptabilidad y tendemos a la adaptación, nos dice: “el estado de adaptabilidad puede referirse al presente y al futuro, el proceso de adaptación siempre implica una referencia a una condición futura.”. (p. 38)

“El punto de partida teórico para el termino de adaptación es la biológica, una relación reciproca entre el organismo y el medio ambiente, la adaptación que en biología connota la idea de autoconservación, es mucho más compleja cuando la aplicamos al hombre, al adaptarse al ambiente debe adaptarse al hombre mismo” (p.38)

“Además de estos enfoques, la adaptación admite un análisis de tipo evolutivo, es decir, se pueden estudiar los pasos que se dan en pos de su logro, si para obtenerla debemos desarrollar nuevas funciones; estamos haciendo una adaptación progresiva, si por el contrario volvemos a estadios ya superados del desarrollo, se trata de una adaptación regresiva, un ejemplo es el niño que remplaza el biberón por la cuchara realiza una adaptación progresiva. En término menos madurativos, otro ejemplo de adaptación progresiva sería el caso de un paciente que a lo largo de su análisis logra incorporar, a través del conocimiento de sus conflictos inconscientes, nuevas pautas de conducta que le facilitan su relación con los demás y consigo mismo. La adaptación de tipo regresiva está presente en la creación artística, donde el artista al producir su obra, regresa del proceso de pensamiento, en el que predominan las operaciones de síntesis y lógica (proceso secundario) a otro en que las fantasías y los impulsos juegan un papel predominante. Es un proceso adaptativo ya que este procedimiento permite dar respuesta a los impulsos sin por ello descuidar la armonía con el medio externo”. (p. 64).

COMENTARIO:

Hartmann hizo un aporte importante, en mencionar que los tutores de resiliencia se encuentran en el interior de la familia, es así como las denominó “familias bastión” que protegen y dinamizan a sus hijos. Posiblemente, este apoyo, contribuye a un proceso adaptativo, que se mide según el logro que tiene cada sujeto de la función sintética e integrada del yo.

El mismo autor, señaló que la adaptación permite un análisis de tipo evolutivo. Se pueden estudiar los pasos que se dan en pos de sus logros, si para obtenerla se debe desarrollar nuevas funciones.

A la luz de la resiliencia, como lo afirmó Hartmann. (1939) se ha hecho posible distinguir tres modalidades adaptativas que se relacionan con ser resiliente, ya que un individuo puede optar por cambiar él mismo para poderse adaptar al medio, también puede intentar modificar el medio y de esta forma lograr que éste se ajuste a él, y por último podría tomar la decisión de cambiar de ambiente hacia uno que le resulte óptimo.

AUTOR Donald Winnicott	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 25
REFERENCIA: Winnicott. (1960 b). La teoría de la relación paterno-filial en el proceso de maduración en el niño. Edit. Laia. Barcelona.		
TÍTULO: El papel real de la madre.		
TEXTO		TEMA
<p>Para Winnicott “el niño nace indefenso, es un ser desintegrado que percibe de manera desorganizada los distintos estímulos que provienen del exterior, además de estas características innatas, el bebé nace provisto de una tendencia al desarrollo, la misma que Hartmann teorizó como “zona libre de conflictos del yo”, este “yo autónomo” no sólo abarca las funciones preceptuales de gran importancia, en los comienzos de la vida, sino también las funciones de motilidad y los instintos, la tarea de la madre es brindar un soporte adecuado para que las condiciones innatas logren un óptimo desarrollo”.</p> <p>“En el sostenimiento (holding), hay una función fisiológica e incluso física: “el sostenimiento protege contra la afrenta fisiológica; toma en cuenta la sensibilidad epidérmica de la criatura, tacto, temperatura, sensibilidad auditiva, sensibilidad visual, sensibilidad a las caídas, (acción de la gravedad) -así como el hecho de que la criatura desconoce la existencia de todo lo que no sea ella misma, incluye toda la rutina de cuidados a lo largo del día y la noche, sigue así mismo los cambios casi imperceptibles que día a día van teniendo lugar en el crecimiento y desarrollo de la criatura, cambios tanto físicos como psicológicos...” “el sostenimiento comprende en especial el hecho físico de sostener la criatura en brazos y que constituye una forma de amar”. (1960 b. p.56)</p> <p>“Esta protección y cuidado que debe proporcionar la madre a su hijo, no tiene sólo implicancias fisiológicas destinadas a garantizar la supervivencia”. En la medida que estos cuidados son provistos adecuadamente, para lo cual como indica Winnicott, “es necesario sentir amor, el niño logrará integrar tanto los estímulos como la representación de sí mismo y de los demás y adquirirá un yo sano. La madre funciona como un “yo auxiliar” hasta tanto el bebé logre desarrollar sus capacidades innatas de síntesis, integración, entre otras”. “El niño vive el sostenimiento exitoso como una “continuidad existencial”. Sus fallas se traducen en una experiencia subjetiva de amenaza que obstaculiza el desarrollo normal” (1960 b. p. 56)</p> <p>Lo que capacita a la madre para proporcionar estos cuidados iniciales, como bien lo define Winnicott, proponiendo que “durante los últimos meses del embarazo y las primeras semanas posteriores al parto, se produce en la madre un estado psicológico especial de</p>		<p>El concepto de sostenimiento o Holding.</p>

<p>preocupación maternal primaria”. “La madre adquiere gracias a esta sensibilización, una particular capacidad para identificarse con las necesidades del bebé, esta disposición especial, alcanza su máxima intensidad inmediatamente después del parto y va disminuyendo poco a poco a medida que la criatura crece. En síntesis el sostenimiento, realizado por la madre es el factor que decide el paso del estado de no integración, que caracteriza al recién nacido, al de posterior integración. Éste vínculo emocional entre la madre y el bebé sentará las bases para el desarrollo saludable de las capacidades innatas del individuo”</p> <p>Cuando el yo auxiliar provisto por la madre resulta insuficiente, el niño puede recurrir a la construcción de un “yo auxiliar falso”, del que él mismo se hace cargo, al que el mismo Winnicott bautizó “Falso Self” (1960b p.179)</p>	
--	--

AUTOR Donald Winnicott	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 26
REFERENCIA: Winnicott. (1951). Objetos y fenómenos transicionales. Estudio de la primera posesión No-Yo. Edit. Laia. Barcelona.		
TITULO: La susceptibilidad del objeto transicional		
TEXTO		TEMA
<p>“Es habitual ver que los bebés se llevan a la boca el pulgar o el puño con el objeto de estimular la zona oral, otro de sus objetos consiste en lograr la discriminación entre lo que forma parte del propio cuerpo y lo que no lo constituye. Los objetos a los que nos referimos constituyen la <i>primera posesión no yo</i> del niño y como tal son una especie de puente tendido entre el mundo interno del pequeño y su mundo externo, de ahí el nombre de “fenómenos y objetos transicionales. Este término recibe tres usos diferentes: uno de tipo evolutivo (etapa del desarrollo), otro vinculado con las ansiedades de separación y las defensas contra ellas (un nivel defensivo), y por último un espacio dentro de la mente del individuo”. (1951, p. 326).</p> <p>“El recién nacido vive en un estado de dependencia absoluta respecto de su madre, la dirección del desarrollo en condiciones ambientales favorables lleva gradualmente al logro de la independencia y a una creciente diferenciación entre lo interno y lo externo. El objeto transicional esta ubicado en una zona intermedia, en la que el niño se ejercita en la experimentación con objetos que aunque están afuera, el siente como partes de si mismo. La construcción del objeto transicional según Winnicott se remonta al primer vínculo del niño con el mundo externo, la relación con el pecho materno. La madre coloca el pecho real justo allí donde el pequeño se halla dispuesto a crear y lo hace en el momento apropiado. Esto produce en el niño una ilusión de omnipotencia, el pecho es vivenciado como una parte de su</p>		<p>Fenómenos y objetos transicionales.</p>

propio cuerpo, una vez lograda esta omnipotencia ilusoria, la madre debe, idealmente ir desilusionando al niño poco a poco, la meta de éste segundo paso es lograr que el bebé adquiera la noción de que el pecho es una posesión, en el sentido de un objeto, pero que no es él me pertenece pero no soy yo”. (1951, p. 326).

“El objeto transicional ocupa un lugar que Winnicott llama de la ilusión. A diferencia del hecho que no esta disponible constantemente, el objeto transicional es conservado por el niño. Es él quien gradúa la distancia entre ambos. Cuando siente que no lo necesita lo deja a un lado y por el contrario, cuando precisa de él, lo reclama. Las madres, en general, respetan intuitivamente el apego de sus hijos a los objetos transicionales. Como éstos objetos representan a la madre, es decir al objeto libidinal, es esencial que ella sea vivenciada como un objeto bueno. Cuando en el interior del niño el objeto materno esta dañado es poco probable que aquel recurra de manera constante a un fenómeno transicional; así es posible ver que cuando la madre se ausenta por un tiempo prolongado, en general disminuye el apego al objeto transicional” (1951, p. 316)

“El objeto transicional es susceptible de tener una evolución patológica. Hay tres cuadros en los que adquiere especial importancia; el fetichismo, la adicción y el robo. La adicción en términos de regresión a la fase precoz en que los fenómenos transicionales no son disputados, puede describirse el fetichismo en términos de la persistencia de un objeto específico o de un tipo de objeto que data de la experiencia infantil dentro del campo transicional, enlazada con la *delusión* de un falo materno. La pseudología fantástica y el robo, pueden ser descritos en términos de la necesidad inconsciente y apremiante que siente el individuo de tener un puente sobre la laguna de la continuidad de la experiencia con respecto al proceso transicional” Para el caso del desarrollo patológico, Winnicott cree como en otros problemas que son las fallas maternas, la inconstancia en el vínculo, la dificultad emocional en el contacto y otros, son las que terminan por alterar el desenlace normal del objeto transicional. (1951, p. 330)

AUTOR Donald Winnicott	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 27
REFERENCIA: Winnicott. (1960 a). Deformación del ego en términos de un ser verdadero y falso. Edit. Laia Barcelona.		
TÍTULO: El yo Auxiliar		
TEXTO		TEMA
<p>Desde el punto de vista de Winnicott, “el ser humano nace como un conjunto desorganizado de impulsos, instintos, capacidades perceptuales y motrices, que conforme progresa el desarrollo, se van integrando hasta lograr una imagen unificada de sí y del mundo externo”</p> <p>“El papel de la madre es proveer al bebé de un “yo auxiliar” que le permita integrar sus sensaciones corporales, los estímulos ambientales y sus nacientes capacidades motrices, la madre protege con su propio sostén el débil núcleo del Self infantil”</p> <p>Winnicott llama núcleo del <i>ser</i> verdadero a lo que “emana de la vida de que están dotados los tejidos del cuerpo y de la acción de las funciones corporales, incluyendo la del corazón y la respiración. Igualmente se halla ligado a la idea de proceso primario y al principio, en esencia, no es reactivo a los estímulos externos”.(1960a p. 179)</p> <p>De otro lado, “cuando la madre no provee la protección necesaria al frágil <i>yo</i> del recién nacido, el niño percibirá ésta falla ambiental como una amenaza a su continuidad existencial, lo que a su vez provocará en la criatura la vivencia subjetiva de que todas sus percepciones y actividades motrices son sólo una respuesta ante el peligro al que se ve expuesto. Ya no puede sentir sus movimientos o los estímulos externos como ensayos de autonomía de su <i>yo</i> inmaduro, sino que los vive como provocados desde un mundo amenazante”. (1960 a, p. 175) “Poco a poco, recurre a remplazar la protección que le falta por una fabricada por él. Todo sucede como si se fuera rodeando de una cáscara a expensas de la cual crece y se desarrolla el <i>self</i> del sujeto”. “Entonces el individuo se desarrolla a modo de extensión de la cáscara más que del núcleo, y a modo de extensión del medio atacante, lo que queda del núcleo se oculta y es difícil encontrar incluso en el mas profundo de los análisis, el ser verdadero permanece escondido y lo que tenemos que afrontar clínicamente es el complejo <i>ser falso</i>, cuya misión estriba en ocultar el <i>ser verdadero</i>” (1960 a, p. 175).</p> <p>Por el contrario “cuando el medio ambiente brinda al pequeño, la protección y sostén necesarios, la cáscara con que nace va poco a poco diluyéndose, permitiendo así una entrega a la experiencia de la vida interna y externa” En su artículo Deformación del ego en términos de un ser verdadero y falso, Winnicott se refiere al papel de la madre en la constitución de un <i>self falso</i>. Dice: “La madre buena es</p>		<p>Self verdadero y self falso.</p>

la que responde a la omnipotencia del pequeño y en cierto modo le da sentido. Esto lo hace repetidamente. El ser verdadero empieza a cobrar vida a través de la fuerza de la madre al cumplir las expresiones de omnipotencia infantil, dada al débil ego del niño”(1960a, p.175)

“La madre que no es buena es incapaz de cumplir las omnipotencias del niño, por lo que repetidamente deja de responder al gesto del mismo, en su lugar coloca su propio gesto, cuyo sentido depende de la sumisión o acatamiento del mismo por parte del niño, esta sumisión constituye la primera parte del ser falso y es propia de la incapacidad materna para interpretar las necesidades del pequeño”. (1960a, p.176)

Para Winnicott el *falso self* estaría siempre presente, aunque con distintos niveles de implicación patológica. “En los casos más próximos a la salud el *self falso* actúa como una defensa del verdadero a quien protege sin remplazar. En los casos mas graves, el ser falso remplaza al real y el individuo (así como los que lo rodean), creen reconocer el núcleo de la persona cuando en realidad sólo conocen la cáscara con que se rodeo. En la salud: el ser falso se haya representado por toda la organización de la actitud social cortés y bien educada, y se ha producido un aumento de la capacidad del individuo para renunciar a la omnipotencia y al proceso primario en general, ganando así un lugar en la sociedad que jamás puede conseguir, ni mantenerse mediante el ser verdadero a solas” (1960a, p. 173)

AUTOR Donald Winnicott	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 28
REFERENCIA: Winnicott. (1945). Desarrollo emocional primitivo. Edit. Laia. Barcelona.		
Winnicott .(1949). La mente y su relación con el psyquesoma. Edit. Laia. Barcelona.		
TÍTULO: El objetivo del desarrollo emocional.		
TEXTO		TEMA
<p>Winnicott plantea una hipótesis a cerca de la evolución que sigue el ser humano desde su nacimiento hasta los primeros años de vida, destacando el concepto de maduración emocional, que se puede dar a través de tres etapas sucesivas, la de integración y personalización, la de adaptación a la realidad y la de pre- inquietud o crueldad primitiva.</p> <p>“La integración y la personalización constituyen la sensación de que el cuerpo aloja al <i>verdadero self</i>. La integración se logra a partir de dos series de experiencias por un lado, tienen especial importancia los cuidados de la madre quien “recoge los pedacitos” del <i>yo</i> y le permite al niño sentirse integrado dentro de ella. Por otro lado hay un tipo de experiencias que podrían agruparse bajo el termino de instintivas, “...que tienden a reunir la personalidad en un todo partiendo desde adentro” (1945, p.210).</p> <p>El otro objetivo del desarrollo emocional en este periodo es la personalización, definida por Winnicott como “el sentimiento de que la persona de uno se halla en el cuerpo propio” (1945, p.210). “El siguiente paso es llegar a una relación óptima con ese mundo externo, es lograr la adaptación a la realidad. La madre tiene un importante rol, proveer a la criatura de los elementos de la realidad con que construir la imagen psíquica del mundo externo” Para Winnicott, “la fantasía precede a la objetividad y al enriquecimiento de aquella con aspectos de la realidad, depende de la ilusión creada por la madre. Todo reposa en el vínculo temprano del niño con su madre. Evidentemente el acoplamiento entre la alucinación infantil y los elementos de la realidad aportados por la madre nunca podrá ser perfecto, sin embargo el infante puede vivirlo como casi óptimo gracias a una parte de la personalidad del niño que se ocupa de llenar el vacío entre la alucinación y la realidad”. A este aspecto de la psique humana Winnicott lo bautizo “La Mente” y se refiere a ella de la siguiente forma: “la actividad mental del pequeño hace que un ambiente suficiente se transforme en uno perfecto, es decir convierte el fallo de adaptación en un éxito, lo que libera a la madre de la necesidad de ser casi perfecta, es la comprensión del pequeño” (1949, p. 334).</p> <p>Según Winnicott, “el último paso que debe dar la criatura es integrar en un todo las distintas imágenes que tiene de su madre y del mundo” Winnicott considera que “el niño pequeño tiene una cuota innata de</p>		Desarrollo Emocional Primitivo.

agresividad, que se expresa en ciertas conductas autodestructivas (chuparse el pulgar hasta hacerse daño, meterse el puño en la boca aún a riesgo de ahogarse)". El bebé repliega su odio sobre sí mismo para preservar el objeto externo, pero esta maniobra no resulta suficiente, en su fantasía la madre puede resultar intensamente dañada". (1949 p 336). "Por otro la madre, es además del objeto que recibe en ocasiones la agresión de la criatura, quien lo cuida y protege. Simultáneamente la madre cuidadora y la madre agredida van acercándose en la mente del pequeño, quien adquiere así la capacidad de preocuparse por su bienestar como objeto total" Esto constituye el gran logro como lo que Winnicott identifica como la última etapa de las etapas del desarrollo emocional primitivo, aunque exista una alta posibilidad de que no se complete en la infancia. (1949 p.337)

"Cuando la madre no proporciona los cuidados necesarios en esta etapa, en la fantasía del niño sus impulsos agresivos, habrían triunfado con fatales consecuencias, si el único reaseguro para la criatura de que sus fantasías no son mortales es la supervivencia del objeto que se expresa en la reiteración de los cuidados y la entrega del amor. Es fácil advertir la repercusión que podría tener en ellas las fallas en esta provisión de afecto. En primera instancia en la mente del niño persistirá la separación de la madre dañada y la madre amorosa. En segundo lugar, la incapacidad de sentir inquietud se expresará en una imposibilidad para realizar actividades reparatorias; así una perturbación en la maduración emocional dará como resultado un individuo temeroso de sus propios impulsos, sin capacidad creativa alguna y probablemente con un mundo interno, externo y fragmentado, como reflejo de la imagen materna escindida que guarda en su interior" (1949, p.338)

"La agresión del niño no responde únicamente a una vocación destructiva innata, por el contrario, expresa una esperanza la de ser amado y comprendido. El niño manifiesta a través de sus impulsos, en ocasiones agresivos, la necesidad de que le respondan "no me has destruido", "te amo y te protegeré", éste es el puente que tiende la criatura hacia el mundo externo" De la respuesta de la madre depende que pueda lograr una adecuada adaptación a la realidad, tómesese en cuenta que la realidad es al mismo tiempo, lo que frustra y lo que gratifica. (1949,p.338)

AUTOR Donald Winnicott	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 29
REFERENCIA: Winnicott. (1963 a). La comunicación y la falta de comunicación como conductores al estudio de ciertos pares antitético en el proceso de maduración en el niño. Edit. Laia. Barcelona.		
TÍTULO: La comunicación y su relación con los objetos internos.		
TEXTO		TEMA
<p>El sujeto que no se comunica momentáneamente con el mundo externo probablemente lo esté haciendo con sus objetos internos o subjetivos, como los llama Winnicott, y esta comunicación le brinda un sentimiento de realidad que no siempre se logra por la comunicación con los objetos externos.</p> <p>Propone distinguir dos formas de incomunicación: la simple y la activa. En la primera, la persona estaría momentáneamente relacionada con sus objetos internos. Puede ser considerada un descanso del que se retorna fácilmente a la comunicación. La incomunicación activa por el contrario, podría significar un estado más cercano a la patología, el replegamiento del individuo hacia sus objetos subjetivos, podría significar una necesidad exacerbada de contacto con el <i>ser</i> verdadero. En búsqueda de lograr un sentimiento de realidad del que carece, podríamos preguntarnos en este caso hasta que punto son sentidas como reales las expresiones del mundo externo, el caso extremo de este tipo de incomunicación se ejemplifica con el autismo. (1963 a p. 230)</p>		Ideas Sobre la Comunicación.

AUTOR Donald Winnicott	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 30
REFERENCIA: Winnicott.(1963 b). Los casos de enfermedad mental. Edit. Laia. Barcelona.		
TÍTULO: El síntoma, un ataque al núcleo del self.		
TEXTO		TEMA
<p>En el transito de la dependencia absoluta a la independencia, el bebé necesita un medio que le brinde la posibilidad de expresar libremente sus impulsos y le proporcione un sentimiento de continuidad existencial, si la madre tiene éxito en esta vital misión, el niño podrá integrar los núcleos del yo que en un principio están dispersos, cualquier falla en la provisión materna es sentida como un ataque al núcleo del self. El resultado de ataques sostenidos es que el núcleo de la personalidad del bebe, representados por sus impulsos instintivos, se defiende del ambiente hostil, forman una coraza a través de someter una parte de su persona al medio atacante y esta coraza es el falso self. Los ataques impiden además la integración de los núcleos del yo, la precariedad de este estado hace que cualquier estímulo proveniente del exterior sea sentido como una amenaza. La salida que le queda al sujeto es el replegamiento patológico y su única posibilidad de comunicación es con el ser verdadero escondido en su interior. Toda otra relación es entendida como irreal, pues el énfasis recae en el fallo ambiental y la patología por tanto, esta principalmente en el medio ambiente y solo de manera secundaria en la reacción del niño. (1963b. p. 275)</p>		<p>¿Qué es lo que enferma?</p>

AUTOR Donald Winnicott	CONCEPTO Psicoanálisis	FICHA No. 31
REFERENCIA: Winnicott. (1954). Aspectos metapsicológicos y clínicos de la regresión dentro del marco psicoanalítico. Edit. Laia. Barcelona.		
TÍTULO: El Sostenimiento en el setting analítico y la regresión.		
TEXTO		TEMA
El análisis en la medida que reúne un Holding (sostén) promueve la regresión a una situación de fracaso ambiental vivida en la primera infancia. El proceso analítico que inaugura esta situación, retoma el desarrollo del sujeto en el momento en aquel punto donde quedo congelado a consecuencia de la falla en el medio ambiente. De estas ideas puede deducirse que Winnicott concibe la regresión como “una vuelta al estado de dependencia del niño, en el que los instintos están desorganizados y su mundo esta constituido básicamente por la relación diádica con la madre”. (1954. p.381)		Holding

COMENTARIO:

Winnicot, al explicar la tendencia al desarrollo o zona libre del conflicto del yo, proporciona una herramienta para pensar en resiliencia, en concordancia con el concepto de autorrealización planteado desde el humanismo.

Por otro lado, Winnicot consideró al sostenimiento como forma de amar, lo cual se relaciona con la importancia que se da desde el psicoanálisis al establecimiento del vínculo con la madre para ser resiliente, ya que ella le permite integrar sensaciones corporales y estímulos ambientales, en donde se encontraría el evento adverso.