

**LA RESILIENCIA: UNA NUEVA PROPUESTA EN EL ABORDAJE DE LA
ADVERSIDAD**

**LAURA ESCOBAR MORENO,
CATALINA TERWENGEL UMAÑA**

**UNIVERSIDAD DE LA SABANA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

Octubre, 2002

TABLA DE CONTENIDO

TABLA DE CONTENIDO,	2
TABLA DE ANEXOS,	3
RESUMEN,	4
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN,	5
JUSTIFICACIÓN,	7
OBJETIVOS,	10
Objetivo General,	10
Objetivos Específicos,	10
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA,	11
Contexto Histórico: Antecedentes, Origen y Definiciones del Concepto de Resiliencia,	12
Aproximaciones Teóricas al Concepto de Resiliencia,	19
PERSPECTIVA DE LOS DIFERENTES ENFOQUES DE LA PSICOLOGÍA EN TORNO A LA RESILIENCIA Y SUS ÁREAS DE DESARROLLO,	58
Enfoque Humanista,	70
Enfoque Psicoanalítico,	82
Enfoque Cognitivo – Conductual,	91
Enfoque Sistémico,	101
INVESTIGACIONES EN RESILIENCIA,	107
APLICACIONES Y PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN,	149
DISCUSIÓN,	198
REFERENCIAS,	210
ANEXOS	

TABLA DE ANEXOS

ANEXO A: Glosario

ANEXO B: Manual de Identificación y Promoción de la Resiliencia en Niños
y Adolescentes (Taller # 1 y Taller # 2)

RESUMEN

El presente trabajo final se encuentra dentro de una metodología de tipo monográfico – descriptivo, cuya finalidad fue realizar una descripción teórica sobre el concepto de la resiliencia, su evolución a través del tiempo y los aportes al campo de la psicología, identificando investigaciones e intervenciones, diseñadas para la creación y aplicación de programas en el ámbito individual, familiar, escolar y comunitario. En el contenido, se dan a conocer las definiciones del concepto, se realizó una descripción sobre el origen y evolución; se muestran las aproximaciones teóricas, se hará un paralelo comparativo entre la resiliencia y los enfoques de la psicología; dando a conocer las investigaciones y propuestas de intervención que se han realizado a nivel nacional e internacional.

ABSTRACT

This project is found in a monographic type methodology – descriptive, it's finality is to perform a theoretical description of the concept of resilience, its evolution in the time and the contributions in the fields of psychology, identifying research, studies and applications in the individual, family, school and community. In the content the definitions of the concept will be given a description about the origin and evolution will be done; theoretical approaches by several authors conducting to the understanding of parallel between resilience and the focus of psychology will be done. Later on the research, applications and proposals of intervention realized in the individual, family, school and community fields both nationally and internationally will given.

PROBLEMA DE INVESTIGACION

La resiliencia es un concepto reciente que surgió alrededor de la década de los setenta y ochenta y ha generado gran interés en la actualidad, el cual ha sido utilizado por diferentes disciplinas en la investigación de la recuperación de los individuos ante la adversidad; lo cual anteriormente no tenía una explicación clara; pero a través de éste nuevo planteamiento se ha logrado encontrar algunas respuestas, que llevaron a los investigadores a cuestionarse sobre los abordajes utilizados anteriormente en la comprensión de dichos fenómenos.

La física, la medicina, las ciencias sociales y especialmente la psicología son disciplinas que han retomado el concepto de resiliencia para dar una nueva orientación a su trabajo, no sólo a nivel investigativo sino interventivo y preventivo.

Grotberg, E., (1995), citado por Munist, M., & Cols., (1998) define la resiliencia como “la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive ser transformado por ellas. La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez”. (p. 9)

Este concepto novedoso incita a los investigadores inquietos en el objeto de estudio, a preguntarse cómo es posible que personas que viven en situaciones de alto riesgo con pocos recursos a nivel individual, familiar, escolar y comunitarios, pueden surgir de eventos adversos, transformándose

en seres humanos fuertes, estables, competentes y con un sentido de propósito hacia el futuro.

Es así como los interrogantes se remontan a los años cincuentas y setentas, donde el modelo de riesgo daba una explicación de cómo los individuos que se desarrollaban bajo este tipo de circunstancias inevitablemente se verían afectados por las adversidades. Sin embargo encontraron individuos donde la premisa no se cumplía, lo cual llevó a los investigadores a buscar en las personas y sus entornos, factores que pudieran estar modificando estas respuestas, lo que se conoce como resiliencia.

La presente monografía tiene como finalidad realizar una descripción teórica que permita explorar la evolución del concepto de resiliencia a través del tiempo, proporcionando un marco explicativo de cómo individuos que viven en situaciones de alto riesgo pueden superar las adversidades de la vida y desarrollarse adecuadamente. Esta descripción permitirá también recolectar información sobre investigaciones, estudios, propuestas de intervención y aplicaciones en resiliencia que se han realizado a nivel nacional e internacional, los cuales han sido diseñados para mejorar la calidad de vida de los individuos, sus familias, escuelas y comunidades.

Planteamiento del Problema

Comprender la importancia de este nuevo fenómeno en la creación y aplicación de programas de salud, educativos, sociales y preventivos, dirigidos a satisfacer las necesidades individuales de los seres humanos en ámbitos como la familia, escuela y comunidad.

JUSTIFICACIÓN

Debido al creciente interés que ha suscitado el concepto de resiliencia en la actualidad, investigadores y otros profesionales han buscado comprender la importancia de este nuevo fenómeno en la creación y aplicación de programas de salud, educativos, sociales y preventivos, dirigidos a satisfacer las necesidades individuales de los seres humanos en ámbitos como la familia, escuela y comunidad, los profesionales han buscado identificar factores y mecanismos protectores que le faciliten al individuo enfrentar y dar respuesta a conflictos y demandas constantes del ambiente, logrando una adaptación adecuada.

La resiliencia como tema de investigación permite adoptar una visión nueva en el abordaje de fenómenos sociales y problemáticas a nivel individual y comunitario, ya que logra cuestionar planteamientos teóricos, centrados en un modelo de riesgo, el cual sitúa a un individuo en una posición donde no tiene ningún tipo de control sobre el ambiente y donde los factores de riesgo inevitablemente conducirán a que el individuo presente dificultades a través de su ciclo de desarrollo.

El planteamiento del modelo de riesgo tiene una visión poco optimista del hombre, descalificándolo en relación al contexto en que se ubica, es aquí, donde la resiliencia juega un papel primordial, ya que permite romper con esta forma de comprender la adversidad; este concepto plantea formas nuevas de desarrollar potencialidades humanas, donde los factores de

riesgo y el contexto son utilizados en forma positiva para generar en el individuo, estrategias y herramientas para vencer las dificultades, proporcionándole la posibilidad de mejorar su calidad de vida y ser proactivo en la construcción de su desarrollo.

Este planteamiento reciente brinda nuevas alternativas de comprender al hombre, teniendo en cuenta una visión positiva, que rompa paradigmas antes establecidos.

La investigación sobre resiliencia es importante en contextos como el colombiano, donde la guerra, el desplazamiento de familias, la violencia y otro tipo de fenómenos familiares y sociales como el maltrato, analfabetismo, pobreza y desempleo, constantemente amenazan el desarrollo del individuo y lo colocan en una posición de riesgo.

La resiliencia en este contexto aporta una visión diferente en el desarrollo de proyectos y programas de intervención, dirigido a personas que permanentemente se ven enfrentadas a situaciones de gran adversidad.

Esta nueva concepción reflejada en sus planteamientos e investigaciones ayudarán a familias, escuelas y comunidades a reevaluar sus acciones para mejorar la calidad de vida de los individuos, brindándoles recursos, herramientas y estrategias que no sólo les permitirán enfrentar las adversidades de la vida, sino también les facilitará una oportunidad para desarrollar competencias, solucionar problemas, tomar decisiones y dar un propósito a su vida y futuro.

Por otro lado, la resiliencia no sólo tiene relevancia en cuanto al sujeto y su desarrollo, sino también brinda nuevas oportunidades a las diferentes disciplinas orientadas al cuidado de la salud, a ampliar los marcos

explicativos y avanzar en las nuevas tendencias que implica este conocimiento, estableciendo nuevos campos de investigación en la comprensión de problemáticas individuales y sociales.

Retomando lo anterior y partiendo de la base que el concepto de resiliencia es una alternativa nueva de acercarse a la adversidad, el presente proyecto tiene la intención de generar nuevas investigaciones en el área de la psicología clínica, educativa y comunitaria.

Así mismo, se busca que a partir de la monografía “La Resiliencia: Una Nueva Propuesta en el Abordaje de la Adversidad”, la Universidad de la Sabana continúe y amplíe la línea de investigación, a través de nuevas propuestas, que se orienten primordialmente a la práctica, es decir, que se retomen los contenidos de la monografía en el diseño y aplicación de programas encaminados a mostrar la importancia y la dimensión que puede dar el conocimiento de la resiliencia en la prevención e intervención en contextos de riesgo, a nivel individual, familiar, educativo y comunitario.

OBJETIVOS

Objetivo General

Realizar una descripción teórica sobre el concepto de la resiliencia, su evolución a través del tiempo y los aportes al campo de la psicología, identificando investigaciones, estudios e intervenciones, diseñadas para la creación y aplicación de programas en el ámbito individual, familiar, escolar y comunitario que promuevan la calidad de vida.

Objetivos Específicos

- Realizar una descripción teórica del concepto de resiliencia, con el fin de lograr un mayor entendimiento sobre su origen y evolución a través de las diferentes disciplinas y sus campos de aplicación en el área de la psicología clínica, educativa y comunitaria.
- Realizar un análisis sobre las diferentes aproximaciones teóricas al concepto de la resiliencia, con el fin de clarificar elementos que permitan una comprensión más precisa del concepto.
- Realizar un paralelo explicativo entre el concepto de resiliencia y los términos de los diferentes enfoques de la psicología, que son afines, con el fin de rescatar los puntos de encuentro y diferencia entre ellos.
- Identificar los aportes que proporcionan las investigaciones sobre resiliencia, a nivel nacional e internacional, en la creación y diseño de programas de aplicación en las áreas de la psicología clínica, educativa y

comunitaria, orientadas al establecimiento de factores protectores y de riesgo a nivel individual, familiar, educativo y comunitario.

LA RESILIENCIA: UNA NUEVA PROPUESTA EN EL ABORDAJE DE LA ADVERSIDAD

Laura Escobar Moreno, Catalina Terwengel Umaña; Irma Consuelo Niño*

La resiliencia es un concepto que ha despertado gran interés en los últimos tiempos, ya que ha logrado cuestionar conceptualizaciones teóricas que fueron establecidas en la psicología, medicina, sociología y las ciencias sociales, estas disciplinas han identificado a través del modelo de riesgo, las causas y consecuencias de situaciones adversas, particulares a nivel individual y social. El modelo de riesgo tiene como base una larga y venerable tradición en el campo de investigación y la práctica, surge del modelo médico donde se buscaba identificar y erradicar la enfermedad física, posteriormente fue adoptado por la psiquiatría y la psicología quienes extendieron este modelo en la explicación de desordenes mentales. Sin embargo a través de los años, el concepto de resiliencia a aportado una visión diferente en cuanto a la explicación de diversas problemáticas individuales y sociales como el maltrato, la violencia, la pobreza, los desordenes mentales y el abuso de sustancias. La resiliencia parte del modelo de desafío, que añade otra dimensión a las historias de riesgo; las circunstancias difíciles o los problemas no son vistos solamente como un evento destructivo sino también como una oportunidad para el desarrollo y el crecimiento personal, lo cual ayuda al individuo a experimentar y responder de manera activa y creativa a las circunstancias de la vida.

Es importante considerar las implicaciones del concepto de resiliencia, ya que éste permite ampliar la información sobre algunos estudios, situaciones y problemas que se están presentando en la actualidad en el contexto colombiano y a nivel mundial.

El concepto de resiliencia ha sido utilizado por la psicología en el área clínica, educativa, evolutiva, social o comunitaria. En el área clínica la resiliencia aporta en la intervención individual y familiar, identificando y potencializando los recursos internos y externos de la persona y la familia en el afrontamiento de adversidades. En el área educativa se ha trabajado la resiliencia desde un enfoque preventivo en el diseño de programas e intervenciones dirigidas a mejorar la calidad de vida del estudiante en el ámbito escolar. En el área evolutiva se enfoca en el ciclo vital, identificando los procesos individuales y del entorno que pueden ayudar a la persona a desarrollar una resiliencia. Por último, en el área social o comunitario se utilizan redes de apoyo formales e informales que pueden ayudar al individuo a enfrentar situaciones de adversidad y superarlas de manera eficaz. Así mismo, es importante aclarar que el concepto de resiliencia ha sido investigado principalmente en la población infantil y adolescente.

Contexto Histórico: Antecedentes, Origen y Definiciones del Concepto de Resiliencia

A continuación se darán a conocer algunas de las definiciones planteadas por diversos autores sobre el concepto de resiliencia.

* Directora de Tesis.

Según el Institute on Child Resilience and Family (1994) (ICCB), citado por Munist, M., Kotilarenco, M., Suárez, E., Infante, F., & Grotberg, E. (1998) la resiliencia “es una habilidad para surgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva”. (p. 4)

Para Losel, F., & Cols., (1989), citado por Munist, M., & Cols., (1998) la resiliencia se considera como “un enfrentamiento efectivo ante eventos y circunstancias de la vida, severamente estresantes y acumulativos”. (p. 9)

Grotberg, E., (1995), citado por Munist, M., & Cols., (1998) se refiere a la resiliencia como “la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive ser transformado por ellas. La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez”. (p. 9)

Para Suárez, N., (1995), citado por Munist, M., & Cols., (1998) “la resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos”. (p. 9)

Para otros autores como Felten, S., (2000), la resiliencia, se define “como la respuesta de rebote y mejoría en el funcionamiento después de una enfermedad devastadora”. (p. 1)

Estas definiciones abarcan el concepto de la resiliencia de una manera optimista, muestran al individuo como alguien capaz de solucionar problemas, superar adversidades y adaptarse al cambio. Así mismo conciben al hombre como un ser dinámico y en constante progreso, quien

aprende de las dificultades y posteriormente las utiliza para tomar decisiones y solucionar problemas de manera eficaz y adecuada.

Existen otras definiciones que conceptualizan las resiliencia desde un punto de vista individual, incluyendo el temperamento, procesos cognitivos y la personalidad; desde lo social se observa el medio en el que se desarrolla el sujeto, el ambiente familiar y el entorno. Es necesario resaltar que los aspectos considerados no se dan de manera aislada ya que la resiliencia es un fenómeno que surge cuando se presenta la combinación individuo - ambiente.

Según Rutter, M., (1992), citado por Munist, M., & Cols., (1998) la resiliencia se ha caracterizado como “un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” en un medio insano. Estos procesos, tendrían lugar a través del tiempo, dando afortunadas combinaciones de atributo del niño y su ambiente familiar, social y cultural. De este modo, la resiliencia no puede ser pensada como un atributo con que los niños nacen o adquieren durante su desarrollo, sino que se trata de un proceso que caracteriza un complejo sistema social en un momento determinado del tiempo”. (p. 9)

Osborn, A., (1996), citado por Munist, M., & Cols., (1998) toma a la resiliencia desde un concepto genérico que “se refiere a una amplia gama de factores de riesgo y su relación con resultados de competencia. Puede ser producto de una conjunción entre los factores ambientales y el temperamento, y un tipo de habilidad cognitiva que tienen algunos niños aún cuando sean muy pequeños”. (p. 9)

Para Vanistendael, S., (1994), citado por Kotliarenco, M., & Cols., (1997) la resiliencia distingue dos componentes “la resiliencia frente a la destrucción; es decir, la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión; por otra parte más allá de la resistencia es la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a circunstancias difíciles. El concepto incluye además, la capacidad de una persona o sistema social de enfrentar adecuadamente las dificultades, de una manera socialmente aceptable”. (p.6)

Milgran, N., & Palti, G., (1993), citado por Kotliarenco & Cols., (1997) “definen a los niños resilientes como aquellos que se enfrentan bien (cope well) a pesar de los estresores ambientales a los que se ven sometidos en los años más formativos de su vida” (p. 6)

Según Luthar, S., (1991); Masten, A., (1985); & Werner, E., & Smith, R., (1982, 1992), citados por Kotliarenco, M., Cáceres, I., & Fontecilla, M., (1997), la resiliencia se define como “historia de adaptaciones exitosas en el individuo que se ha visto expuesto a factores biológicos de riesgo o eventos de vida estresantes; además, implica la expectativa de continuar con una baja susceptibilidad a futuros estresores”. (p. 5)

Para Garmezy, N., (1981), citado por Humphreys, J., (2001), la resiliencia se define como “un patrón de adaptación exitoso, a pesar de circunstancias desafiantes o amenazadoras”. (p. 1)

Hamilton, I., McCubbin, M., McCubbin, A., Thompson, S., & Allen, C., (1997), definen la resiliencia en el contexto familiar como “la capacidad del sistema familiar para mantener los patrones y su funcionamiento después de haber sido desafiados y confrontados por factores de riesgo”. Así mismo,

definen la resiliencia en las familias como “la habilidad para recobrase rápidamente de las desgracias, traumas o un evento de transición que obliga cambiar los patrones de funcionamiento de la familia”. (p. 2)

El vocablo resiliencia tiene su origen en el latín, en el término resilio, que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. (Diccionario básico Latín - Español / Español - Latín, 1982) En la Enciclopedia de la Real Academia Española se define resiliencia como la resistencia de un cuerpo a la rotura por golpe. En Norte América, el concepto “resilience” se emplea para definir la tendencia que tiene un cuerpo a volver a un estado original o el tener poder de recuperación. (Borda, M., 1997)

Teniendo en cuenta las definiciones planteadas por los diferentes autores, se considera importante realizar una contextualización sobre el origen de la resiliencia, enfocando las disciplinas que han trabajado este concepto.

A continuación se describirán los antecedentes que dieron origen al concepto de resiliencia, consolidando una base que le brindó al campo de la psicología nuevas alternativas de acercarse al conocimiento, permitiendo dar una explicación de la capacidad de los individuos para recuperarse después de eventos adversos.

El concepto de resiliencia surge en la física específicamente en la metalurgia y se refiere a la capacidad de los metales de resistir su impacto y recuperar su estructura. (Lara, E., Martínez, C., Pandolfi, M., Penroz, K., & Díaz, F. , 2000)

Desde la medicina, especialmente en la osteología, la resiliencia se define como la capacidad de los huesos para recuperarse después de una fractura y mantener la funcionalidad. (Benson, P., 1999)

En las ciencias sociales correspondería a la capacidad de hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y salir de ellas fortalecido e incluso transformado. Esta capacidad es sometida a prueba, es decir, se activa frente a actividades de estrés severo y prolongado, lo que generaría a su vez, una serie de condiciones que provocan mayor resistencia o vulnerabilidad. (Grotberg, E., 1996, citado por Lara, E., & Cols., 2000).

Para Velásquez, A., (2000) la resiliencia en la psicología, especialmente en el modelo sistémico ha sido útil en los procesos de abordaje familiar y se entiende como la capacidad que tiene un sistema para resistir cambios producidos por su entorno.

Estas disciplinas han empleado este concepto para explicar fenómenos particulares de acuerdo a sus intereses de trabajo, estudio e investigación, por lo tanto, el significado de este concepto ha estado sujeto a modificaciones. Inicialmente en la física el concepto de resiliencia se utilizó para explicar los cambios producidos en un objeto tras un golpe contundente, las otras disciplinas entre ellas la psicología lo adaptaron para explicar los cambios que ocurrían en un ser humano cuando este debía verse enfrentado a adversidades de la vida. A pesar de que el concepto de resiliencia ha sido modificado, la esencia del mismo no tiene una variación importante, ya que tanto para la física como para las otras disciplinas la resiliencia es la capacidad de resistir un golpe o una adversidad y recuperar la estructura o salir adelante.

La consolidación del concepto de resiliencia se dio con los aportes teóricos e investigativos de la Doctora Emmy Werner en las décadas de los setenta y ochenta. La autora por varias décadas realizó un estudio

longitudinal en la isla de Kauai, el cual proporciono una base para el surgimiento del concepto de la resiliencia, en la prevención, intervención e investigación, en el campo de la psicología.

Según Osborn, A., (1990), citado por Kotliarenco, M., Cáceres, I., & Fontanilla M., (1997), “Desde la década del ochenta en adelante, ha existido un interés creciente por conocer aquellas personas que desarrollan competencia (do well) a pesar de haber sido criadas en condiciones adversas, o bien en circunstancias que aumentan el riesgo de presentar psicopatologías. Este grupo de personas ha sido denominado resiliente”.

(p. 2)

A partir de las observaciones realizadas Werner, se dio una primera etapa en la cual concluyo que los niños que aparentemente estaban condenados por una gran cantidad de factores de riesgos, propios de su contexto e historia personal, crecieron adecuadamente y en la edad adulta se convirtieron en personas sanas y exitosas; a este fenómeno lo denomino invulnerabilidad.

En relación a esto Rutter, M., (1985), citado por Kotliarenco, M., & Cols., (1997) afirma que, el concepto de invulnerabilidad no es aceptable por tres razones: “la resistencia al estrés es relativa no absoluta, en tanto no es estable en el tiempo y varía de acuerdo a la etapa de desarrollo de los niños y de la calidad del estímulo, las raíces de la resistencia provienen del ambiente como de lo constitucional”. (p. 7)

Posteriormente se vio que el concepto de invulnerabilidad era radical y se asociaba con factores de tipo genético y biológico, lo que llevó a que se

replanteara el concepto, de tal modo que se encontrara uno menos rígido y más flexible; el cual actualmente se conoce como resiliencia.

Esta nueva aproximación permitió entender que la resiliencia no deja de lado el sufrimiento que viven las personas al verse enfrentadas a la adversidad, sino también ve al individuo como un ser con potencialidades internas y externas, que le permiten superar adversidades y crecer a nivel personal.

Aproximaciones teóricas al concepto de Resiliencia

Teniendo en cuenta las anteriores definiciones de la resiliencia y el origen del concepto, se puede inferir que ésta depende de la interrelación de factores individuales y ambientales, es decir, la resiliencia es dinámica y cambia a través de las diferentes etapas del ciclo vital; no es apropiado decir que un individuo es resiliente todo el tiempo, ya que esta condición varía de acuerdo a la situación, el contexto y la problemática, por lo tanto las respuestas de una persona pueden variar a tal punto de manifestar un comportamiento considerado resiliente como mostrar una conducta no resiliente en una circunstancia particular; sería más conveniente decir que el individuo ha manifestado características resilientes en circunstancias determinadas, que tiene la capacidad innata para serlo, pero de sus recursos personales y sociales depende que pueda desarrollarlas.

En relación a esto Rutter, M., (1986), citado por Kotliarenco & Cols., (1997) señala que “la resiliencia no está ligada a la fortaleza o debilidad constitucional de las personas, sino que su comprensión incluye una

reflexión respecto a cómo las distintas personas se ven afectadas por los estímulos estresantes, o bien sobre cómo reaccionan frente a éstos". (p. 3)

Desde la psicología el ciclo vital es descrito como períodos que tienen características propias y plantean diferentes necesidades y exigencias; el paso de una etapa a otra siempre trae consigo una serie de cambios. (Belart, A., & Ferrer, M., 1998).

Siguiendo la misma línea, en la psicología se considera que un individuo a través de las diferentes etapas del ciclo vital se ve enfrentado a diversos cambios que moldean su comportamiento, en las diferentes etapas el individuo adquiere nuevos aprendizajes y experiencias que le permiten dar solución a situaciones particulares. En la resiliencia el individuo utiliza los aprendizajes y recursos adquiridos durante las etapas del ciclo vital para enfrentar y dar solución a las adversidades de la vida.

A continuación se citarán algunos autores que han descrito el concepto de la resiliencia, de acuerdo a sus necesidades e intereses de trabajo, resaltando aspectos fundamentales, que brindan a nuevos investigadores, estudiantes y profesionales, una visión más amplia en el entendimiento y aplicación del concepto de la resiliencia en su que hacer profesional.

Para Wolin, S., & Wolin, S., (1999), citados por Lara, E., & Cols., (2000) la resiliencia se explica a través de siete aspectos que pueden categorizarse en: introspección, independencia, capacidad de interacción, capacidad de iniciativa, creatividad, ideología personal y sentido del humor.

La introspección se entiende como la capacidad que tiene un individuo para examinarse internamente, plantear retos o desafíos y dar respuestas honestas. Para la psicología la introspección se refiere a la capacidad para

comprender los fundamentos de las motivaciones, percepciones y conductas propias.

La independencia, es la capacidad que tiene un individuo para establecer límites entre él y su ambiente. También es entendido como la capacidad para mantener distancia emocional y física sin llegar a aislarse. (Wolin, S., & Wolin, S., 1993, citado por Kotliarenco, M., & Cols., 1997). Desde la psicología es visto como un proceso mediante el cual el individuo aprende a tomar sus propias decisiones, responsabilizándose de las consecuencias que estas pueden generar en él y en los demás. Las respuestas que un individuo da a las diferentes situaciones del ambiente son formas de reaccionar ante las ofertas de sentido implícitas en una situación nueva; esta respuesta debe ajustarse a los valores sociales y a las conductas esperadas por el entorno. (Fabry, J., 2001)

La capacidad de interacción se refiere a lograr establecer lazos significativos y satisfactorios con otras personas. Desde la psicología, en el proceso de interacción el individuo, constantemente está transmitiendo aprobación o desaprobación en las relaciones con otros, en esa medida se van devolviendo y entregando características personales que van integrando la autoimagen. Las interacciones permiten establecer un modelo acerca de cómo una persona debe interactuar con otros. (Haeussler, I. & Milicic, N., 1994)

La capacidad de iniciativa, se refleja en la habilidad que tiene un individuo para responsabilizarse y hacerse cargo de los problemas. Para Wolin, S., & Wolin, S., (1993), citado por Kotliarenco, M., & Cols., (1997) “es la capacidad

de exigirse y ponerse a prueba en tareas con un alto grado de dificultad”. (p. 27)

La creatividad, corresponde a la capacidad de organizar, embellecer y tener un propósito ante las situaciones de dificultad o caos. Según Fabry, J., (2001) la creatividad es un recurso mediante el cual una persona puede expresar sentimientos, emociones o ideas, a través del arte y los oficios.

La ideología personal se refiere a la capacidad de un individuo para desarrollar una conciencia moral. Esta ideología surge de los sistemas de valores, creencias y cómo son utilizadas por el individuo en determinadas circunstancias, donde debe enfrentarse a una toma de decisiones. Para Wolin, S., & Wolin, S., (1993), citado por Kotliarenco, M., & Cols., (1997) éste tipo de resiliencia recibe el nombre de moralidad, que corresponde a “una actividad de conciencia informada, es el deseo de una vida personal satisfactoria, amplia y con riqueza interior. Se refiere a la conciencia moral, a la capacidad de comprometerse con valores y de discriminar entre lo bueno y lo malo”. (p. 27)

El sentido del humor se entiende como la capacidad de un individuo para pensar de manera optimista y positiva ante los eventos adversos, encontrando lo cómico en la tragedia. Para la psicología él humor tiene una función práctica de autodistanciamiento, donde la persona es capaz de observar lo gracioso que resulta a veces su propio comportamiento. (Fabry, J., 2001)

Wolin, S., & Wolin, S., (1999), citados por Lara, E., & Cols., (2000) explican como los tipos de resiliencia se manifiestan en la etapa del ciclo vital de la niñez, adolescencia y adultez.

En la niñez la introspección se caracteriza por una capacidad para detectar dificultades a nivel intrafamiliar, identificar y localizar situaciones problema decrementando la ansiedad y remordimiento que pueden ser generadas en el niño.

La independencia en la niñez se refleja en la habilidad para separarse de las situaciones conflictivas que ocurren en la familia y su entorno. La capacidad de interacción se evidencia en la facilidad del infante para establecer relaciones personales creando vínculos afectivos significativos.

La iniciativa es un proceso que le permite al niño indagar y explorar su entorno por medio de actividades edificadoras. La creatividad se manifiesta a través de actividades como el juego, las cuales permiten al niño alejarse de sentimientos y emociones negativas. La ideología personal se refleja en la capacidad de realizar una distinción entre las cosas positivas y las negativas. El sentido del humor en el niño puede ser desarrollado por medio de actividades recreativas.

En la infancia el niño se encuentra en una constante interacción con su ambiente, a partir de estas experiencias aprende normas, reglas y valores que serán utilizados por él en situaciones sociales, junto con sus características personales el infante logrará enfrentar y sobrellevar situaciones difíciles adaptándose a ellas con mayor facilidad, encontrando estrategias y herramientas de su entorno y de sus propias capacidades y habilidades para desarrollarse de manera sana. En esta etapa de desarrollo el niño se encuentra constantemente estimulado en su ambiente, utiliza su cuerpo y sus sentidos para conocer y reconocer el mundo que lo rodea, experimenta nuevas sensaciones y emociones vinculadas con el

conocimiento y la experiencia; por esta razón es necesario que en la familia y en las instituciones educativas se motive al niño a realizar actividades que le permitan relacionarse adecuadamente con otros y explorar el ambiente, esto permitirá que el niño desempeñe un rol activo en el aprendizaje y también le brinda la oportunidad de optimizar sus características resilientes.

Para la psicología la infancia temprana es vista como un periodo en el cual el niño, desde su nacimiento debe integrarse a una nueva familia, la primera relación que establece y tal vez la más importante es con la madre, posteriormente el infante comienza a relacionarse con los otros miembros de la familia como el padre, hermanos, parientes y amigos cercanos a él.

Durante este periodo los padres comienzan a moldear el comportamiento del niño a través del establecimiento de límites, normas, sistemas de valores y creencias; por su parte el niño a través de las diferentes experiencias en el hogar va recogiendo aprendizajes que le permiten comprender las actitudes y comportamientos esperados por su familia. (Fabry, J., 2001)

A la edad de los cuatro o cinco años se da inicio a la etapa escolar, para Belart, A., & Ferrer, M. (1998) la escuela brinda numerosas experiencias de cambio y crecimiento, y al mismo tiempo revela y pone de manifiesto importantes características de la personalidad, así como el estado de madurez del niño. En este periodo el niño debe enfrentarse a límites y reglas diferentes a las de su hogar, las cuales le permitirán interiorizar normas de conducta y ser responsables. La disciplina ayuda a establecer puntos de referencia, estructurar la realidad, organizar la mente y socializar la conducta.

Según Wolin, S., & Wolin, S., (1999), citado por Lara, E., & Cols., (2000) en la etapa de la adolescencia la introspección se manifiesta a través de la capacidad de identificar y comprender los fenómenos y situaciones que ocurren en el ambiente, facilitando el proceso de adaptación. La independencia se refleja en conductas que se orientan a la evitación de situaciones que pueden generar conflicto. La capacidad de interacción en el adolescente es creada a partir de conductas que promueven la creación de una red de apoyo con los miembros de la comunidad y el establecimiento de relaciones con pares. La capacidad de iniciativa en la etapa de la adolescencia se crea en la exploración y compromiso en actividades de interés y académicas. La creatividad se puede manifestar en el desarrollo de habilidades particulares acorde a los intereses del joven. En la ideología personal, el adolescente crea sus valores y desarrolla una capacidad para establecer juicios propios. El sentido del humor en el adolescente se caracteriza por una actitud positiva y una capacidad para ser flexible.

En la etapa de la adolescencia el joven continúa desarrollando su proceso de socialización a partir de las experiencias con su ambiente, familia y compañeros; desarrollando una distinción clara entre lo correcto e incorrecto y creando su propia escala de valores y creencias que se reflejan en una mayor autonomía e independencia; el adolescente adopta comportamientos proactivos que estarán orientadas a la obtención de metas. En esta etapa de desarrollo, el joven se ve enfrentado a diversos cambios a nivel corporal y emocional propios de su edad, lo cuales generan en él una necesidad de encontrar una identidad propia, que logra mediante una separación de su núcleo familiar y el establecimiento de nuevas relaciones; es importante que

durante este proceso el adolescente pueda encontrar apoyo y comprensión de un adulto, ya sea en la familia o en las instituciones escolares.

Desde la perspectiva psicológica la adolescencia es un período de transición que va desde los trece a los dieciocho años. En el joven, se presentan una serie de cambios físicos y psicológicos que pueden llevar a la confusión y ansiedad, frente a la dificultad del adolescente de adaptarse a estos nuevos cambios. A nivel psicológico se observan una serie transformaciones, donde se presentan dificultades emocionales, inestabilidad y desequilibrio anímico.

En el ámbito familiar se comienzan a evidenciar conflictos entre los padres y el adolescente, hay un cuestionamiento de valores, reglas y normas, donde el joven desafía los roles de los padres. La rebeldía surge de la necesidad del adolescente de crear su propia identidad, que es la perspectiva y dirección fundamental que cada persona debe forjar en sí misma, encontrando la autoafirmación. Esta rebeldía lleva al adolescente a hacer tomar consciencia a sus padres de la necesidad de modificar reglas y normas, con el fin de llegar a una negociación que le permita tener un mayor control de su vida y alejarse del control parental.

Respecto al grupo de amigos se observa que el adolescente, encuentra una relación de seguridad, dentro del grupo se crean sistemas de valores y creencias que permiten al joven desarrollar un sentido de pertenencia. (Belart, A., & Ferrer, M., 1998).

En las instituciones escolares es importante que se refuerce al estudiante en sus logros y éxitos, esto le brindará confianza y seguridad que se reflejará en una mayor motivación y compromiso en el alcance de metas relacionadas

con el éxito académico, también es necesario que se le brinde al adolescente un apoyo incondicional a pesar de sus fallas o fracasos ya que esto lo hará sentir protegido, aceptado y que el afecto no se condicionará de acuerdo a la obtención de sus logros.

Según Wolin, S., y Wolin, S., (1999), citado por Lara, E., & Cols., (2000) en el adulto la introspección se refiere a una capacidad para aceptar los conflictos y situaciones difíciles asumiendo la responsabilidad sobre estos, el adulto tiene una mayor comprensión de sí mismo y los demás, lo cual se manifiesta en la sabiduría. La independencia se refleja en la capacidad para tomar decisiones y vivir de manera autónoma. La capacidad de interacción en el adulto se relaciona con el valor que éste le da al establecimiento de relaciones personales, los momentos de intimidad o confianza y las tradiciones. La capacidad de iniciativa se refleja en la autorrealización, la participación en obras y proyectos sociales y en la productividad. La creatividad en el adulto se genera a través de la habilidad para la construcción y reconstrucción de aspectos importantes de su vida. La ideología personal se da ayudando y colaborando a los demás miembros de la comunidad. En el sentido del humor el adulto está en capacidad de participar en actividades recreativas y de goce.

En la edad adulta el individuo da gran importancia al sentido humanitario, su preocupación no sólo estará orientada hacia sus propias satisfacciones sino en proveer ayuda a los demás. Se refleja una mayor necesidad de crear y mantener una red de apoyo con los miembros de la comunidad proporcionando ayuda y colaboración. A nivel individual el adulto comienza a realizar una valoración sobre las acciones ejecutadas a lo largo de su vida y

las metas que se ha propuesto alcanzar, asumiendo responsabilidades y compromisos sobre estas.

En esta etapa del ciclo vital el adulto es un individuo independiente y autónomo por lo cual debe asumir las responsabilidades sobre su vida, a nivel familiar, laboral y social, de él dependerá las decisiones que deberá tomar y como enfrentará los problemas que se le presentarán a lo largo de su vida.

Durante esta etapa el adulto también se pregunta así mismo qué tan satisfecho se encuentra con los éxitos y logros obtenidos durante su vida, evaluará los aspectos positivos y negativos de las acciones ejecutadas y tratará de desarrollar sus potencialidades al máximo para alcanzar aquellas que consideraba importante conquistar.

Desde la psicología, Fabry, J., (2001) plantea que en la edad adulta el individuo se siente más seguro de sus relaciones, metas y valores. Ha tomado decisiones importantes en relación con su carrera, su estado marital, estilo de vida y lugar en la sociedad. En ésta edad ocurren cambios trascendentales en la vida del individuo, hay un cuestionamiento en cuanto al grado de satisfacción en diferentes aspectos como en el área profesional, relación marital y los hijos.

Las siete resiliencias están presentes en cada etapa del ciclo vital, el desarrollarlas depende de las experiencias que el individuo tenga en su ambiente y de las propias características individuales. Estas contemplan las disposiciones temperamentales y de carácter junto con la relación que se establezca con el entorno y las enseñanzas que este pueda brindarle al sujeto. No pueden ser abordadas desde un solo foco, deben siempre ser relacionadas desde una mirada individuo - ambiente.

Para Wolin, S., & Wolin, S., (1999) la resiliencia se concibe desde el entendimiento de características individuales, las cuales son potencializadas por el medio en el cual se desarrolla el sujeto; es decir, que estas características corresponderían a las fortalezas y cualidades del individuo, que promueven el desarrollo y éxito personal, permitiéndole establecer relaciones personales constructivas con otros, de acuerdo a unas creencias y valores personales, los cuales son reforzados por el medio.

La resiliencia para Wolin, S., & Wolin, S., (1999), se concibe a través de las capacidades y características individuales, mientras que los planteamientos de Borda, M., (1997) contemplan los aspectos individuales, complementándolos, con elementos provenientes del contexto en el cual se encuentra inmerso el individuo.

Para Borda, M., (1997) la resiliencia se da a través de la identificación de siete factores presentes a nivel individual y social.

1. El primer factor son las características de temperamento, en las cuales se observan manifestaciones tales como un adecuado nivel de actividad, capacidad reflexiva y responsabilidad frente a otras personas. Las características temperamentales son recursos internos en el individuo que le dan una identidad propia, hacen parte de su forma de actuar y reaccionar hacia las personas y su ambiente. Estas características pueden actuar como un factor protector si contribuyen a que el individuo pueda tener un nivel de adaptación adecuado y establecer relaciones interpersonales con la familia, pares y demás miembros de la comunidad; sin embargo también puede actuar como un factor de riesgo o vulnerabilidad si estas

características obstaculizan el desarrollo del individuo y lo inhabilitan para relacionarse adecuadamente en su entorno.

2. Naturaleza de la familia, la cohesión, la ternura y la preocupación por los niños dentro de la familia. La relación emocional estable con al menos uno de los padres u otra persona significativa, aunque no necesariamente en todo momento, protege o mitiga los efectos nocivos de vivir en un medio adverso. Aparte de los recursos internos con los que cuenta un individuo es importante que existan otros factores de tipo externo que le proporcionen al infante un ambiente cálido y seguro, donde se siente aceptado y protegido por un adulto. El conjunto de estos factores permitirá al niño desarrollarse en un ambiente que le proveerá experiencias enriquecedoras y a la vez lo protegerá de las situaciones conflictivas o adversas a las cuales puede llegar a verse enfrentado en algún momento de su vida, desarrollando estrategias y habilidades para adaptarse a su ambiente y encontrando una forma de utilizar estos recursos como un factor de protección que le proporcionará la fuerza necesaria para enfrentar este tipo de situaciones.

3. Disponibilidad de fuentes de apoyo externo, clima educacional abierto, y con límites claros. Las instituciones educativas deben proporcionar a los estudiantes un ambiente que les brinde las condiciones necesarias para un desarrollo integral, esto incluiría, normas y límites claros, espacios de recreación, un nivel de formación académica que le enseñe al estudiante a ser competente y desarrollar habilidades en toma de decisiones y resolución de problemas.

4. Género, se considera al género masculino como una variable con mayor vulnerabilidad al riesgo, puesto que las conductas negativas y

comportamientos de rebeldía son menos aceptados en el niño por los padres, educadores y la comunidad.

Es necesario que cualquier individuo independientemente de su género pueda contar con un vínculo afectivo significativo de un adulto que los proteja y los acepte, comprendiendo y respetando sus diferencias individuales. Sin embargo también es importante que el infante o el adolescente se desarrolle en un ambiente donde existan límites, normas y un sentido de responsabilidad y disciplina.

5. Desarrollo de intereses y vínculos afectivos, la presencia de intereses y personas significativas fuera de la familia favorecen la manifestación de comportamientos resilientes en circunstancias familiares adversas.

Es importante que el individuo cuente con vínculos afectivos estables, ya que estos le brindarán el apoyo y seguridad necesaria para enfrentar y adaptarse a situaciones de conflicto. El desarrollo de actividades le permitirá al individuo recurrir a sus recursos internos y utilizar sus habilidades y capacidades en la ejecución de actividades que pueden llegar a ser gratificantes y edificadoras, removiéndolo del foco de atención hacia los conflictos presentes en el núcleo familiar.

6. Relación con pares, los niños resilientes se caracterizan por tener una relación de muy buena calidad con sus pares. El niño a lo largo de las diferentes etapas de desarrollo, va creando un mayor sentido de autonomía e independencia, que se refleja en un distanciamiento natural de su núcleo familiar, buscando la compañía de pares que compartan sus intereses y actividades. El establecimiento de relaciones interpersonales permite al infante llevar a cabo un proceso de socialización donde aprende límites,

normas y realiza distinciones entre los comportamientos que pueden ser o no aceptados por su comunidad.

7. Haber vivido experiencias de autoeficacia, autoconfianza y contar con una autoimagen positiva. Es importante que el niño pueda desarrollar una confianza básica en sus capacidades y habilidades, proporcionándole la seguridad necesaria para ejecutar labores específicas, para ello es necesario que tenga una percepción adecuada de sí mismo y un sentido positivo de que las cosas van a resultar bien para él.

En psicología la autoeficacia puede definirse como una expectativa generalizada sobre si la persona puede cumplir un determinado objetivo de actuación. Las expectativas de eficacia determinan si la persona iniciará esfuerzos dirigidos hacia el afrontamiento y solución de problemas.

De acuerdo a los planteamientos de Borda, M., (1997) la resiliencia abarca una diversidad de contextos dentro de los cuales se encuentra la familia, la escuela y la comunidad. Según la autora inicialmente el individuo nace con un componente genético y temperamental, que determina las primeras experiencias resilientes en el niño, cuando él va madurando, se ve inmerso en contextos nuevos y diferentes tales como la familia, la escuela y la comunidad; contextos que proporcionan un medio cargado de elementos positivos, potencializadores de características resilientes en el pequeño. La constante interrelación de los contextos con el menor y los elementos que surgen de esta, determinan el grado de resiliencia y cómo ante las adversidades el niño las enfrentará y dará soluciones satisfactorias.

Los autores mencionados anteriormente hacen diferentes análisis de lo que para ellos es la resiliencia, tratando de incorporar elementos nuevos a

las propuestas ya existentes, sin embargo, al centrarse en un solo aspecto han dejado elementos importantes que otros autores como Benard, B., (1995) & Munist, M., & Cols., (1998) han incorporado en sus planteamientos, haciendo que el entendimiento de la resiliencia tenga diversos focos de trabajo.

Estos autores han buscado integrar los aspectos individuales y sociales de la resiliencia, orientando el estudio del concepto hacia un abordaje más completo y coherente; para ello los autores plantean que el individuo tiene la capacidad para desarrollar la resiliencia, sin embargo necesita que el contexto le proporcione herramientas para que esto suceda. Desde esta visión se puede inferir que hay una correlación positiva entre individuo – ambiente y la resiliencia.

Para Benard, B., (1995) el proceso de la resiliencia está dado por una capacidad innata en todos los individuos para desarrollarla, manifestándose en la competencia social, habilidades para la resolución de problemas, conciencia crítica, autonomía y un sentido de propósito.

Para Munist, M., & Cols., (1998) la competencia social, la resolución de problemas, autonomía y sentido de propósito y de futuro correspondería al perfil de un niño resiliente.

La competencia social incluye cualidades como la responsividad hacia el ambiente y las personas, habilidad para reconocer respuestas positivas en otros, flexibilidad, vista como la capacidad para entender y adaptarse a otras culturas, empatía, habilidades para comunicarse y un sentido del humor positivo. (Benard, B., 1995).

Para Munist, M., & Cols., (1998) la competencia social en niños y adolescentes resilientes se refleja en una capacidad para establecer relaciones personales con otros individuos, estos niños o adolescentes son percibidos por los demás como personas activas y flexibles, que se han adaptado con mayor facilidad a su ambiente desde la etapa de la infancia, lo cual se manifiesta en la habilidad para responder adecuadamente a los estímulos ambientales, una facilidad para comunicarse con otros, actuar de manera empática y afectuosa, mostrando comportamientos a favor de su comunidad y entorno. En la competencia social ya sea en la infancia o adolescencia se destaca la importancia de establecer relaciones interpersonales adecuadas con el ambiente.

Desde la psicología la competencia social ayuda a las personas a tomar sus propias decisiones y elegir opciones, esto les permitirá autoevaluarse y ser reconocidos por otros en la obtención de logros y metas. (Haeussler, I. & Milicic, N., 1994)

Es importante que niños y jóvenes aprendan a establecer relaciones positivas con la comunidad y sus miembros, lo cual les ayudará a enriquecer su repertorio conductual, favoreciendo la adaptación adecuada a diferentes ámbitos. Otro aspecto importante de la competencia social es el desarrollo de un proceso de socialización adecuado, ya que esto le brindará la oportunidad a los niños y jóvenes de establecer relaciones cercanas y significativas con pares y adultos, adquiriendo conocimientos y experiencias vitales para su desarrollo.

Para Benard, B., (1995) la habilidad para la solución de problemas incluye, la planeación, pensamiento crítico, creatividad, la búsqueda de ayuda en otros y la capacidad de ser reflexivo.

Según Munist, M., & Cols., (1998) la capacidad para resolver problemas incluye “la habilidad para pensar en abstracto reflexiva y flexiblemente, y la posibilidad de intentar soluciones nuevas para problemas tanto cognitivos como sociales”. (p. 21) La reflexión y la flexibilidad en los individuos les da la posibilidad de desarrollar un pensamiento lateral, es decir, que cuando el individuo se ve enfrentado a una situación particular la cual requiere de algún tipo de respuesta, la persona estará en capacidad de buscar una solución innovadora y creativa de acuerdo al tipo de situación, sus recursos personales y los disponibles en el ambiente.

Munist, M., & Cols., (1998) consideran que “el niño preescolar que demuestre ser capaz de producir cambios en situaciones frustrantes, posiblemente será activo y competente en el período escolar”. (p. 21) Niños y adolescentes deben tener la capacidad de desarrollar una alta tolerancia a la frustración, lo que les permitirá no sólo dejar de connotar negativamente las situaciones que pueden ser conflictivas o difíciles, sino también aprender a buscar soluciones viables a estos problemas; estas experiencias le permitirán desplegar fortalezas y generar un sentido de seguridad en si mismo que le ayudará posteriormente a buscar soluciones creativas en diferentes situaciones.

La consciencia crítica comprende una capacidad en el niño o el joven para comprender y distanciarse de situaciones conflictivas, como es el caso de convivir con un padre alcohólico, ser parte de una escuela insensible o una

sociedad racista. El niño o joven utilizará la consciencia crítica para encontrar estrategias para superarlas. (Benard, B., 1995)

El desarrollo de una consciencia crítica permite al niño y al adolescente estar en capacidad de identificar y comprender las diferentes situaciones que ocurren en la familia y en el entorno, aprendiendo a distanciarse de factores de riesgo y conflictos que pueden ser generados alrededor de él; es importante aclarar que este distanciamiento no debe ser visto como un retiro de afecto o cariño, sino como un alejamiento sano que le permite al niño o al adolescente no involucrarse directamente con conflictos que no están relacionados con él.

Para Benard, B., (1995) la autonomía es la capacidad para desarrollar una identidad, actuar de manera independiente y mantener un control adecuado sobre el ambiente, lo cual incluye un locus de control interno, autoeficacia y la habilidad para distanciarse de mensajes negativos y de la disfuncionalidad de otros.

Munist, M. & Cols., (1998), tienen una visión similar acerca del desarrollo de la autonomía, para ellos “el distanciamiento adaptativo implica dos desafíos: uno, descomprometerse lo suficientemente de la fuerza de la enfermedad parental para mantener objetivos y situaciones en el mundo externo de pares, escuela y comunidad; otro, sacar a la familia en crisis de su posición de mando en el mundo interno del propio niño. Este distanciamiento provee un espacio protector para el desarrollo de la autoestima y de la habilidad para adquirir metas constructivas”. (p. 22)

A través del ciclo de desarrollo el niño comienza a forjar un sentido de autonomía el cual comienza a vislumbrarse cuando ingresa al jardín infantil

experiencia que le obliga a separarse de su núcleo familiar. Desde la psicología, ésta transición comienza en el momento en que los padres comienzan con la búsqueda y elección del colegio de acuerdo al tipo de enseñanza que desean para sus hijos. En este período el niño se verá enfrentado a importantes cambios antes de adaptarse al contexto escolar; el niño deberá aprender a establecer una nueva situación de comunicación e intercambio que les ayudará a lograr determinadas adquisiciones. (Belart, A. & Ferrer, M., 1998).

Posteriormente este sentido de independencia va creciendo con los años y el adolescente comienza a construir su identidad a partir de las experiencias con el ambiente, la relación con pares es cada vez más significativa donde se construyen valores y creencias propias que el adolescente utiliza para adaptarse a su medio y ejercer un control sobre este, a través de la creación de estrategias creativas e innovadoras para tomar decisiones y solucionar conflictos. Además este sentido de autonomía no necesariamente se refiere a una evolución a través de las diferentes etapas del ciclo de desarrollo, también se refiere a la capacidad del niño y el adolescente de distanciarse de situaciones adversas que pueden dañar su integridad física o psicológica.

Según Benard, B., (1995) el sentido de propósito se caracteriza por las creencias que tiene una persona acerca de un futuro brillante, el cual será orientado al alcance de metas, desarrollo de expectativas profesionales, motivación de logro, perseverancia, esperanza, visión positiva y creencias religiosas.

Munist, M., & Cols., (1998) consideran que el sentido de propósito está directamente relacionado con la autonomía y la autoeficacia, ellos han identificado algunas cualidades que asocian con el desarrollo de conductas resilientes, entre estas se encuentra expectativas saludables, dirección hacia objetivos, orientación hacia la consecución de los mismos, motivación para los logros, fe en un futuro mejor, y sentido de anticipación y de la coherencia.

Para la psicología el sentido de propósito se logra permitiendo y ayudando a la persona a fijarse metas a través de la comunicación de las expectativas y estableciendo una relación de confianza y fe con otros. (Haeussler, I. & Milicic, N., 1994).

El sentido de propósito le permite a niños y adolescentes tener una mayor claridad acerca de sus metas y logros, buscar estrategias y herramientas que les ayude a alcanzarlas, sin embargo es importante tener en cuenta que el éxito depende de la identificación y reconocimiento de las capacidades y habilidades propias para llevar a cabo estas expectativas y de otros recursos provenientes de la familia, comunidad y entorno.

Tanto para Benard, B., (1995) & Munist, M., & Cols., (1998), la resiliencia se conceptúa desde el éxito personal y el alcance de metas orientadas hacia un futuro. Estas características conjugan aspectos presentes a nivel individual como social y existen en todos los seres humanos, sin embargo para que se desarrollen es necesario que el individuo ponga en disposición sus propios recursos internos y los provenientes del ambiente, con el fin de poder utilizarlos como fortalezas que le permitirán tener un mayor control sobre las situaciones y responder de manera eficaz a las demandas del entorno.

En conclusión, se puede decir, que las propuestas planteadas por los autores mencionados con anterioridad, no difieren unas de otras, sino que sus focos de estudio varían dependiendo de sus intereses de trabajo; así mismo, el acceder al conocimiento de todos ellos, permite la construcción de una base sólida entorno al entendimiento de la resiliencia, ya que permite observar al individuo desde diferentes contextos y cómo utiliza sus propias capacidades para desenvolverse en él, solucionar situaciones problema y en muchas ocasiones salir fortalecido y con éxito, lo que se conoce como un individuo resiliente. Para que esto suceda es necesario que el individuo cuente con factores y mecanismos individuales y sociales que promuevan el desarrollo de la resiliencia.

Ahora bien, todos los elementos anteriormente mencionados contribuyen de manera significativa al desarrollo de la resiliencia y proporcionan al individuo herramientas y estrategias que le permiten afrontar y manejar situaciones adversas; así mismo, existen factores que promueven la resiliencia en los individuos, que se conocen como factores protectores.

Es importante aclarar que dichos factores facilitan la aparición de comportamientos resilientes, pero el término de factor protector no es equivalente al de resiliencia, es decir, que existen características propias de los individuos, que son potencializadas por la aparición de un factor protector (individual, familiar y comunitario). Un factor protector por sí sólo no hace a un individuo resiliente, sino el conjunto de ellos.

Para Borda, M., (1997) el término factor protector se refiere a las influencias que modifican, mejoran o alteran la respuesta de una persona a algún peligro que predispone a un resultado no adaptativo. Un factor

protector puede no constituir un suceso agradable; en ciertas circunstancias, eventos no placenteros y potencialmente peligrosos pueden fortalecer a los individuos frente a eventos similares. Sugiere que los factores protectores manifiestan sus efectos ante la presencia de un estresor, y modifican la respuesta del sujeto en un sentido comparativamente más adaptativo que el esperable.

Según Quintero, A., (2000) son una búsqueda de factores o de oportunidades de protección; la espiritualidad, la organización, la actividad de vida comunitaria, la identidad, la autoestima, la vivencia de la cultura y la solidaridad, son algunas fuentes que conforman el apoyo y recursos de los que las personas resilientes se sirven para superar la adversidad.

Para Krauskopf, D., (1995) los factores protectores son entendidos como las condiciones que impiden la aparición del riesgo, de las conductas conducentes a él, por lo que disminuye la vulnerabilidad y favorecen la resistencia al daño.

Es importante que el individuo pueda identificar y reconocer sus recursos internos, lo cual permitirá establecer relaciones interpersonales adecuadas con su ambiente y desarrollar un proceso de socialización que le ayudará a generar estrategias y realizar actividades que le permitan potencializar al máximo sus capacidades y superar los obstáculos que se le presentan a lo largo de su vida.

Los factores protectores no deben ser vistos como elementos estáticos sino dinámicos que dependiendo de las circunstancias y el contexto pueden actuar como un factor de riesgo, por esta razón es importante que el individuo pueda favorecerse de los mecanismos protectores ya que estos le

ayudarán a adaptarse a su entorno y a su vez ayudará a decrementar la vulnerabilidad y el riesgo.

Los factores protectores no sólo provienen de los recursos internos o las características individuales sino también son el producto de relación entre el sujeto y el ambiente, el cual puede influir positivamente en su adaptación al entorno. En este aspecto Munist, M., & Cols., (1998) consideran que los factores protectores son las condiciones o los entornos capaces de favorecer el desarrollo de individuos o grupos y, en muchos casos, de reducir los efectos de circunstancias desfavorables.

Para la Fundación Paniamor, (1997) los factores protectores se refieren a las características existentes en los diferentes ambientes que parecen cambiar o revertir circunstancias potencialmente negativas y le permiten al individuo transformar esas situaciones adversas al desarrollar su resiliencia.

Para Rutter, M., (1985), citado por Kotliarenco & Cols., (1997) el concepto de factor protector se define como “influencias que modifican, mejoran o alteran las respuestas de una persona a algún peligro que predispone a un resultado no adaptativo” (p. 12)

Los factores protectores se pueden categorizar en dos grandes grupos los de orden externo y los internos, para Munist, M., & Cols., (1998) los externos se refieren a condiciones del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños: familia extendida, apoyo de un adulto significativo, o integración social y laboral. Los internos se refieren a atributos de la propia persona: estima, seguridad y confianza de si mismo, facilidad para comunicarse y empatía.

Otros mecanismos protectores a nivel individual según Lara, E., & Cols., (2001) son la autonomía, capacidad empática, orientación a la tarea y factores de temperamento. Este último, es el único que se trae al nacer y que no es aprendido.

A nivel social se pueden explorar otros tipos de mecanismos protectores que se facilitan en el medio ambiente y la familia, que permiten la aparición de conductas resilientes, entre ellas se encuentra la seguridad de un afecto recibido por encima de todas las circunstancias y no condicionado a las conductas ni a ningún otro aspecto de la persona; la relación de aceptación incondicional de un adulto significativo; y la extensión de redes informales de apoyo. (Munist, M. & Cols., 1998).

Para Wang, M., Haertel, G. y Walberg, H., (1997) el ambiente familiar provee una abundancia de recursos hasta en las familias limitadas económicamente, con enfermedades crónicas, divorcio o muerte temprana de alguno de los padres. Las figuras paternas, los adultos con los que se haya establecido un vínculo significativo o los mismos compañeros de clase, son los primeros maestros o modelos con los cuales cuenta el niño para aprender y experimentar; estos adultos proporcionan cariño, límites, normas y reglas socialmente aceptadas, que van moldeando determinados comportamientos en el infante que le servirán posteriormente para relacionarse con otros individuos.

Las familias no sólo promueven el desarrollo físico, también motivan al niño a desarrollar una capacidad para manejar el ambiente, desarrollar competencias y su autoestima. Ellos le dan al infante un conocimiento sobre

el mundo, oportunidades de aprendizaje, modelos de comportamiento y estrategias para la socialización e inserción en la comunidad.

Según Wang, M., Haertel, G., & Walberg, H., (1997) existen factores protectores a nivel familiar que actúan en contra de la adversidad entre ellos se encuentra una relación positiva con los padres, cohesión familiar, labores compartidas, responsabilidad por el bienestar de la familia, ausencia de discordia y lazos afectivos seguros para el niño.

En el ámbito escolar es importante que los padres de familia se involucren en los procesos de escolaridad de sus hijos a través de un monitoreo del tiempo que dedican los niños a tareas escolares y a las actividades recreativas. Es necesario que los padres mantengan una comunicación constante con las instituciones educativas y el personal de ésta, lo cual se encuentra asociado a una mejora en la obtención de éxitos y logros académicos.

Para Wang, M., Haertel, G., & Walberg, H., (1997) las instituciones educativas ejercen gran influencia en el desarrollo de factores protectores; las expectativas de los maestros, métodos de enseñanza, el currículo, las políticas escolares y el clima escolar, desempeñan un papel importante en el aumento del aprendizaje, motivación y actitud hacia el colegio, en los estudiantes.

El establecimiento de una relación positiva entre un alumno y su maestro permitirá que haya una reducción en el nivel de estrés y lo ayudará adoptar una actitud positiva hacia el estudio; también le brindará la oportunidad de desarrollar actitudes y valores orientados a la obtención de logros académicos.

Un adecuado clima escolar en el aula de clase favorecerá en el niño un desarrollo cognitivo y afectivo, se observará un mayor sentido de cooperación entre los estudiantes y profesores, habrá una mayor claridad y organización en los objetivos de cada lección.

El currículo es una herramienta que le permite a las instituciones escolares proporcionar una calidad en la educación a todos sus estudiantes. Este debe ser diseñado de tal manera que pueda satisfacer las necesidades de todo los estudiantes independientemente de sus fortalezas o debilidades en las diferentes áreas académicas; al igual debe brindar las mismas oportunidades para adquirir conocimientos, que permitan a los estudiantes resolver situaciones particulares.

Las prácticas escolares deben estar orientadas al alcance de logros y el bienestar psicológico del estudiante, esto requiere un reforzamiento en el alcance de metas, un reconocimiento público de los logros o avances conseguidos, entrega de incentivos y el desarrollo de un sentido de pertenencia en los estudiantes. (Wang, M., Haertel, G. & Walberg, H.,1997)

El niño a lo largo del ciclo vital, va recogiendo experiencias y aprendizajes, provenientes de su entorno social, especialmente de las personas que están a cargo de él en sus primeros años de vida, estas experiencias le proveen de estrategias y herramientas que contribuyen a su crecimiento personal y lo llevan a ser resiliente.

Cuando el niño se encuentra en pleno ciclo de desarrollo, es importante que pueda contar con una red de apoyo fuerte, especialmente personas que pertenezcan a su familia inmediata, ya que son proveedores de afecto, amor y atención; la familia establece los lineamientos y normas que se consideran

necesarias para desarrollar pautas de crianza adecuadas, que posteriormente le facilitaran tomar decisiones y resolver problemas de manera adecuada en momentos de crisis.

Según Werner, E., (1993), citado por Kotliarenco & Cols., (1997) los factores protectores operan a través de tres mecanismos diferentes:

1. Modelo compensatorio: los factores estresantes y los atributos individuales se combinan en la predicción de una consecuencia, donde el estrés severo puede ser disminuido a través de las cualidades personales y el apoyo social.
2. Modelo del desafío: el estrés es considerado como un potencial estimulador de competencia cuando éste no es excesivo.
3. Modelo de inmunidad: Hay una relación condicional entre factores estresores y factores protectores, donde estos últimos decrementan el impacto del estrés convirtiéndolo en adaptación.

Para Wolin, S., & Wolin, S., (1997) la resiliencia se enmarca dentro del modelo del desafío. El modelo del desafío brinda una visión diferente a las historias de riesgo. En éste modelo, las adversidades, conflictos o los problemas no son vistos como algo destructivo sino también como un reto; cuando el niño se ve expuesto a una situación difícil es posible que se presenten consecuencias negativas en la edad adulta, sin embargo también pueden vivenciar estas experiencias como un desafío, respondiendo de manera activa y creativa. Las respuestas que se repiten con el tiempo, se incorporan como resiliencias.

“Desde la perspectiva del modelo de desafío, las situaciones o circunstancias difíciles tienen un efecto de paradoja, causando fuerza y debilidad simultáneamente”. (Wolin, S., & Wolin, S., 1997) (p. 5)

Benard, B., (1995) al referirse a los factores de protección lo hace catalogándolos en tres características amplias: relaciones de cariño, expectativas altas y participación significativa.

Las relaciones de cariño permiten que el niño de lo mejor de sí mismo para responder a las exigencias de sus padres y su entorno, esto se logra por medio de la presencia de personas que se preocupan por el infante adoptando una actitud de comprensión y aceptación hacia el menor.

En el estudio de Werner, M. & Cols., (1989), citado por Benard, B., (1995) se encontró que uno de los modelos más positivos en la vida de los niños resilientes fuera del círculo familiar era un maestro, que no sólo cumplía el rol de instructor académico sino era una persona que asumía el papel de confidente y se convertía en un modelo de identificación personal, posibilitando una mayor adecuación del niño a su entorno.

En una investigación realizada por Noddings, (1988), citado por Benard, B., (1995) se encontró que una relación basada en el cariño y la preocupación proporciona al niño la motivación hacia el éxito.

Las instituciones educativas y las familias deben brindar oportunidades para establecer relaciones de preocupación, cariño y apoyo entre estudiantes profesores y padres de familia, basándose en la comprensión, entendimiento, respeto e interés por el menor y su forma de ver la vida; esto le proporciona al niño confianza en si mismo y a su vez facilitará el establecimiento de relaciones interpersonales adecuadas, promoviendo el

proceso de socialización y adaptación al medio, donde posteriormente logrará establecer y consolidar vínculos afectivos sanos y duraderos en el tiempo.

Rutter, M., & Cols .., (1979), citado por Benard, B., (1995), consideran que los colegios que establecen expectativas altas para los jóvenes y les brindan el apoyo necesario para alcanzarlas, tienen mayor éxito académico, menor posibilidad de presentar problemas de comportamiento tales como abandonar los estudios, consumo de drogas, embarazo en adolescentes, en relación a otras instituciones educativas.

En las instituciones educativas es importante que exista una comunicación abierta entre el personal docente y los estudiantes, de manera que el establecimiento de normas en el aula de clase y los currículos se realicen en conjunto y con una responsabilidad compartida, tendiendo en cuenta no sólo las necesidades de las instituciones en los logros académicos sino que se tenga en cuenta las fortalezas, habilidades y capacidades individuales del alumno.

Las instituciones y maestros que promueven las diferencias individuales, trabajo en grupo y un sentido de pertenencia en los estudiantes, generan en estos, capacidades de autorreflexión, sentido de responsabilidad, colaboración y compromiso, lo cual posteriormente hará que estos niños se convertirán en adultos útiles y competentes, quienes encontrarán una motivación de logro, desempeñaran trabajos adecuados a sus capacidades y desarrollaran sentimientos de adecuación hacia si mismo y el área en que laboran.

Las oportunidades de participación son propios de colegios que tienen altas expectativas, en estos casos los alumnos encuentran oportunidades que les permiten adoptar un rol activo en su ambiente, generando en él sentimientos de responsabilidad y disciplina que le facilitaran involucrarse en programas y proyectos escolares. Para que estos procesos se lleven a cabo es importante que los maestros promuevan en el alumno el desarrollo de un pensamiento crítico, que se involucre en discusiones que traten temas sociales, que exista colaboración por parte del alumno en la elaboración del currículo y el establecimiento de normas en el aula de clase, como una estrategia que promueva la colaboración y participación dentro de la institución. (Benard, B., 1995)

Al hablar de los factores que contribuyen a la resiliencia, es importante resaltar que las características personales conforman sólo uno de los tantos aspectos que permiten al individuo encontrar soluciones a situaciones adversas, es decir, los individuos se encuentran inmersos en un contexto, el cual moldea sus comportamientos y establece reglas; este contexto es proveedor de experiencias positivas o negativas para el individuo, por esta razón es necesario que este entorno social sea lo más enriquecedor posible.

Ferguson, D., & Lynskey, M., (1996) proponen una serie de factores que actúan para mitigar los efectos de la deprivación temprana, promoviendo los comportamientos resilientes de niños que viven en un ambiente de alto riesgo; entre ellos se encuentran:

1. Inteligencia y habilidad de resolución de problemas: se ha encontrado que los individuos resilientes tienen una inteligencia promedio o superior y

una mayor habilidad para solucionar problemas, en comparación a los individuos no resilientes.

2. Género: se ha encontrado en algunos estudios que pertenecer a el género femenino es un factor protector, mientras que pertenecer al género masculino se considera un factor de vulnerabilidad debido a que los hombres están más expuestos a experimentar situaciones de riesgo; cuando hay una separación de los padres, existe una mayor probabilidad de que el varón sea reubicado en una institución; los hombres tienden a reaccionar de manera desafiante y opositora, lo cual genera respuestas negativas en los padres; hay una mayor tendencia a castigar las conductas agresivas en los niños que en las niñas.

3. Desarrollo de intereses y vínculos afectivos externos: estos factores contribuyen a la aparición de conductas resilientes ante la presencia de situaciones de adversidad.

4. Apego parental: la presencia de un vínculo afectivo significativo con alguno de los padres, actúa como un factor protector ante la adversidad.

5. Temperamento y conducta: los niños o adolescentes con características resilientes son descritos como personas con un temperamento fácil durante la edad temprana.

6. Relación con pares: los niños resilientes tienen gran facilidad para establecer relaciones con pares y son de mejor calidad.

Por su parte Borda, M., (1997) plantea que el proceso de resiliencia se da a partir de la identificación de atributos, características psicológicas y del medio social inmediato, en niños y niñas resilientes.

Los atributos incluyen un nivel socio - económico más alto que el del grupo social al que pertenecen, sexo femenino en prepúberes y masculino en etapas posteriores, ausencia de problemas orgánicos, temperamento fácil para la adaptación, menor edad al momento del trauma y ausencia de separaciones o pérdidas tempranas.

Munist, M. & Cols., (1998), han encontrado otro tipo de atributos individuales que posibilitan a los sujetos ser resilientes, entre ellos se encuentra un control de las emociones y de los impulsos, autonomía, sentido del humor, alta autoestima (concepción positiva de sí mismo), empatía (capacidad de comunicarse y de percibir la situación emocional del interlocutor), capacidad de comprensión y análisis de las situaciones, cierta competencia cognitiva, y capacidad de atención y concentración.

Es importante que el infante pueda desarrollarse en un ambiente sano donde pueda utilizar sus propios recursos y los del medio para adaptarse con mayor facilidad. Sin embargo existen factores de riesgo y características vulnerables que pueden influir negativamente en este proceso, por esta razón es necesario que el niño pueda contrarrestar estos efectos por medio de factores protectores presentes a nivel individual y social.

En las características del medio social inmediato es importante para el niño tener padres competentes, relación afectuosa con al menos un cuidador primario, posibilidad de contar en la adultez con apoyo familiar o de otras figuras y una mejor red informal de apoyo (vínculos afectivos), mejor red formal de apoyo, educativo, religioso o de pares.

En esta categoría se resalta la importancia del vínculo afectivo en edades tempranas ya que este brinda al niño la posibilidad de adquirir seguridad, al sentirse protegido y amado por su familia, este tipo de protección basada en el acercamiento emocional le permite al infante enfrentar situaciones nuevas y relacionarse con otros, adquiriendo habilidades y estrategias provenientes de las experiencias con su entorno y familia.

Dentro de las características psicológicas es importante que el niño tenga un mayor coeficiente intelectual y habilidad de resolución de problemas, mejores estilos de afrontamiento, motivación al logro autogestionada, autonomía y locus de control interno, empatía, conocimiento y manejo de relaciones interpersonales, voluntad y capacidad de planificación y sentido del humor positivo.

Estas características corresponden en su mayoría a un orden de tipo interno y personal, donde el niño debe utilizar los aprendizajes de su ambiente y familia para relacionarse con otros de manera adecuada, enfrentar situaciones y tomar decisiones. El infante deberá estar en capacidad de recurrir a sus propios recursos internos para adaptarse al ambiente, desplegando todas sus habilidades y capacidades para desarrollar sus potencialidades.

Existen fuentes de resiliencia vinculadas al cuidado del niño, estas pueden ser abordadas desde características a nivel individual como social, las cuales cumplen la función de un factor protector. Al respecto Kotliarenco, M., & Cols, (1996), citado por Lara, E., & Cols., (2001), consideran que:

La primera fuente es la de “yo tengo” o factores de soporte externo, que incluyen, relaciones confiables, acceso a la salud, educación, servicios

sociales, soporte emocional fuera de la familia, un hogar estructurado con reglas, padres que fomentan la autonomía, ambiente escolar y familiar estable, modelos a seguir, organizaciones religiosas o morales a la disposición del niño y personas que proporcionan ayuda ante cualquier circunstancia.

Esta primera fuente resalta la importancia del entorno, las experiencias y oportunidades que éste provee al individuo, ya que actúa como un factor de protección externo que le permite a la persona desarrollarse en un ambiente sano y contar con el apoyo de la familia y comunidad.

La segunda fuente, esta compuesta por fuerzas internas personales o “yo soy”, en esta se encuentra, alguien a quien los otros quieren o aprecian, alguien al que le gusta ayudar y demostrar afecto, respeto, autonomía, buen temperamento, orientación al logro, buena autoestima, esperanza y fe en el futuro, tener principios morales, ser empático, altruismo y locus de control interno. (Kotliarenco, M., & Cols., 1996, citado por Lara, E., & Cols., 2001).

Estas características individuales le permiten a la persona establecer relaciones interpersonales adecuadas, tener un buen proceso de adaptación a su entorno y desarrollar estrategias y habilidades que le ayudarán a comprender y enfrenar situaciones adversas y tomar decisiones.

La tercera fuente es la de “yo puedo” o habilidades sociales con las que cuenta un individuo, tomando por ejemplo, ser creativo, ser persistente, tener buen humor, comunicarse adecuadamente, resolver problemas de manera efectiva, controlar impulsos, buscar relaciones confiables, hablar cuando sea apropiado y encontrar alguien que pueda brindar ayuda al niño. (Kotliarenco, M., & Cols., 1996, citado por Lara, E., & Cols., 2001).

El desarrollo de estas destrezas y habilidades permitirá al individuo ser más competente en el ambiente y desarrollar algunas pautas que le ayudarán a establecer buenas relaciones, basadas en una comunicación adecuada con una buena capacidad para discriminar comportamientos y actitudes deseables en su entorno.

La última fuente consiste en el “yo estoy” o observar lo que el individuo está dispuesto a hacer, dentro de estas características se incluye, la responsabilidad por los propios actos y seguridad de que todo va a salir bien. (Kotliarenco, M., & Cols., 1996, citado por Lara, E., & Cols., 2001).

Es importante que el individuo tenga una motivación de logro que le ayude alcanzar las metas propuestas y exista en él algún nivel de certeza de que sus acciones están cimentadas en un marco de responsabilidad y tendrán un resultado positivo y beneficioso para él y los demás.

Las fuentes mencionadas, muestran que una persona puede ser resiliente, al fortalecer las destrezas de carácter individual, al tener habilidades sociales necesarias para desarrollar estrategias eficaces ante situaciones difíciles y al contar con factores protectores (individuales, sociales y comunitarios) que potencialicen estas características. Pero si la persona carece de oportunidades para educarse o trabajar, sus potencialidades no podrán desarrollarse adecuadamente y decrementará la capacidad del individuo para enfrentar conflictos y superar las adversidades de la vida.

Existen otros factores a nivel social e individual, que al contrario de promover características resilientes, impiden y obstaculizan su desarrollo, los cuales se conocen con el nombre de factores de riesgo y vulnerabilidad.

Para Munist, M., & Cols., (1998), el factor de riesgo es cualquier característica o cualidad de una persona o comunidad que se sabe va unida a una elevada probabilidad de afectar la salud.

El concepto de vulnerabilidad “da cuenta, de alguna forma, de una intensificación de la reacción frente a estímulos que en circunstancias normales conduce a una desadaptación. La vulnerabilidad se hace evidente cuando es combinada con un factor de riesgo”. (Rutter, M., 1990, citado por Kotliarenco, M., & Cols., 1997.) (p. 11)

La vulnerabilidad se puede distinguir de dos maneras la primera es entenderla como un fenómeno que ante cierto nivel de estrés genera desadaptación, la segunda se refiere a una dimensión continua que va de una adaptación exitosa a una menos exitosa. (Radke - Yarrow, M., & Sherman, T., 1990, citado por Kotliarenco & Cols., 1997)

A nivel individual se pueden encontrar, factores de riesgo tales como la enfermedad mental, abuso de sustancias, embarazo en la adolescencia y divorcio. (Shonkoff , J.,& Meisels, S., 2000)

Igualmente la dificultad para expresarse con otras personas, un aprendizaje cognitivo, socio - afectivo y motriz inadecuado, dificultad para establecer empatía y prestar excesiva atención a las reacciones emocionales de otras personas. Lo anterior está asociado a vínculos emocionales inestables e inseguros, negligencia emocional y un abuso intenso y prolongado. (Kotliarenco, M., & Cols., citado por Lara, E., & Cols., 2000)

A nivel social, específicamente en la familia se observan factores de riesgo tales como la psicopatología de los padres, abuso de sustancias, maltrato infantil y divorcio. (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000)

Krauskopf, D., (1995) ha identificado otros factores de riesgo en la etapa de la adolescencia entre ellos, están las relaciones sexuales, particularmente las precoces, sin protección y con múltiples parejas; el consumo intensivo de alcohol y otras drogas, incluido el tabaco y la conducción de vehículos a edades tempranas sin utilización de los elementos de protección.

A nivel escolar y académico (Krauskopf, D., 1995) plantea que el grado de satisfacción o insatisfacción en relación al rendimiento escolar, la inserción social y la capacidad para planear un futuro orientado a la obtención de metas y logros, pueden llegar a ser un factor de riesgo si el adolescente no encuentra una forma para dar respuestas satisfactorias a estas exigencias. El adolescente puede llegar a buscar la gratificación y el bienestar por medio de conductas riesgosas para su salud y la de otros, como por ejemplo abuso de sustancias o la realización de actividades que produzcan una sensación de éxito inmediato pero que pueden ser peligrosas.

Según Gómez, M., (2000) existen tres tipos de factores de riesgo, los personales, los precipitantes y los del contexto.

Los personales, se refieren a los antecedentes y la historia personal, también incluye las disposiciones biológicas, mecanismos de defensa y la forma de solucionar conflictos.

Los precipitantes, incluyen la percepción del individuo hacia los conflictos y las dificultades, capacidades de afrontamiento y flexibilidad cognitiva para solucionar y tomar decisiones.

Los del contexto se refieren a la disponibilidad de recursos sociales, redes de apoyo y la capacidad del individuo para actuar bajo los parámetros de la realidad.

Munist, M., & Cols., (1998) hacen una distinción entre las personas que se ven expuestas a situaciones de alto riesgo a las que son generadoras del riesgo, como es el caso de algunos adolescentes.

Gómez, M., (2000) plantea que en la etapa de la adolescencia, el individuo muestra características egocéntricas, puede exponerse a situaciones de riesgo teniendo la creencia que nada va a sucederle, esto lleva a que el principio de realidad en el adolescente se deteriore.

Los individuos que buscan el riesgo se caracterizan por una necesidad de estimulación permanente, buscan la novedad y la aventura, poseen un elevado nivel de actividad, energía y dinamismo, tienen dificultad para controlar sus impulsos, necesitan demostrar que son personas independientes y que pueden resolver sus propios problemas, rechazan los planes a largo plazo prefiriendo responder rápidamente a cada situación sin previo análisis y tienden a comprometerse en ciertas conductas, aunque sepan que es probable que resulten en consecuencias negativas. (Gómez, M., 2000)

Las conductas que pueden catalogarse como de verdadero riesgo, son aquellas donde la conducta que se lleva a cabo, pone en riesgo la salud o la vida del individuo y cuando estos comportamientos afectan la integridad o ponen en riesgo la vida de otras personas.

Es importante aclarar que los factores de protección y de riesgo son conceptos que pueden ser asociados a la resiliencia y en alguna medida

pueden promoverla, como es el caso de los factores protectores o pueden obstaculizarla como en los de riesgo, sin embargo es importante considerar las diferencias y semejanzas, ya que permiten clarificar el sentido y significado en el abordaje de estudios e investigaciones en resiliencia.

Para Rutter, M., (1990), citado por Kotliarenco & Cols., (1997) “es importante identificar los factores de riesgo y protección en tanto éstos permiten predecir resultados negativos o positivos en el proceso del desarrollo del individuo”. (p. 13)

Para que se desarrolle una resiliencia debe existir un equilibrio entre los factores de protección y los de riesgo. Todas las personas en algún momento de su vida deben verse enfrentadas a situaciones que las ponen en riesgo como la muerte, enfermedades crónicas o una desdicha extrema. La persona resiliente utiliza los factores protectores para dar un sentido a sus vivencias y prever un porvenir mejor por medio de la relación que la persona establece con si mismo y el entorno. (Manciaux, M., 2002)

Para Rutter, M., (1990) el equilibrio entre los factores de riesgo y protección se da a través de un efecto catalizador que modifica el efecto de un factor de riesgo ante la presencia de un factor protector. Este autor destaca cuatro formas de catalizar éstos efectos:

1. Los que reducen el impacto de riesgo a través de dos maneras: alterando el significado que tiene el factor de riesgo para el individuo o modificando la forma en que se involucra en la situación de riesgo. En el primer caso hay un cambio en el proceso cognitivo que le permite lograr una adaptación eficaz; en el segundo caso se disminuye el grado de exposición del individuo a la situación de riesgo.

2. La reducción de las reacciones negativas en cadena: donde al exponerse ante un factor de riesgo, las consecuencias de éste estarán presentes en la vida del individuo a través del tiempo.
3. Los que promueven el establecimiento y mantención de la autoestima y autoeficacia: se destaca la importancia del vínculo afectivo seguro y el éxito de las labores llevadas a cabo por el individuo.
4. Las experiencias o momentos claves en la vida de una persona: entendido como las oportunidades de desarrollo a través del ciclo vital.

PERSPECTIVAS DE LOS DIFERENTES ENFOQUES DE LA PSICOLOGÍA EN TORNO A LA RESILIENCIA Y SUS ÁREAS DE DESARROLLO

Así, como existen diferentes aproximaciones teóricas al concepto de la resiliencia, también hay áreas de desarrollo asociadas a este concepto, que de igual forma han sido trabajadas desde la psicología. Dentro de ellas se encuentran la autoestima y el autoconcepto, la creatividad y el humor, la ideología personal y voluntad de sentido, el vínculo afectivo, la red social y de pertenencia; las tres primeras, corresponden a características individuales que le permiten al individuo crecer y desarrollarse intelectualmente, personalmente, laboralmente y encontrar un sentido de vida, lo cual se conjuga en la relación con otros, llegando a crear relaciones interpersonales significativas y siendo un miembro activo dentro de la comunidad. A continuación se hará una descripción de ellas y se podrá observar como estas áreas se conjugan para promover el desarrollo de la resiliencia.

Entre estas áreas se encuentra la autoestima y el autoconcepto. La autoestima desde una perspectiva psicológica puede definirse como el grado de satisfacción, valoración y juicios que tiene una persona de sí misma. Es la dimensión afectiva de la imagen personal que se relaciona con datos objetivos, con experiencias vitales y con expectativas. Por otro lado el autoconcepto se refiere a todas las percepciones que un individuo tiene de sí mismo con un énfasis en su propio valer y capacidad. (Haeussler, I., & Milicic, N., 1994)

Desde la perspectiva de la resiliencia, tanto la autoestima como el autoconcepto contribuyen al desarrollo de la motivación de logro, actitudes de acercamiento a situaciones y personas nuevas, autosuficiencia, actitudes dirigidas a la resolución de problemas, menor evitación y fatalismo hacia situaciones difíciles, temperamento positivo y un coeficiente intelectual, verbal y matemático normal. (Lara, E., & Cols., 2001)

Desde la psicología la autoestima y el autoconcepto, son dos áreas que parten del propio individuo, de sus experiencias, de la forma de contemplar la vida y de las relaciones con otros; áreas que le permiten a un individuo identificar sus fortalezas y debilidades, las cuales le ayudan a evaluar sus éxitos y fracasos, con el fin de que esas experiencias tengan un sentido y le permitan crear y fortalecer una identidad.

La resiliencia retoma esa visión, añadiendo otros elementos, que permiten una comprensión a nivel más práctico, de la importancia de la autoestima y del autoconcepto, es decir, que estas áreas son importantes para la resiliencia, ya que el individuo en un futuro podrá utilizarlas para mantenerse fuerte y salir con éxito de situaciones adversas.

Cuando la autoestima y el autoconcepto se encuentran elevados, se asocia a características resilientes, ya que la persona o el niño tiende a sentirse amado y aceptado por otros y por el mismo, gusta de la proximidad física y utiliza habilidades y estrategias que le permiten afrontar y manejar situaciones difíciles.

La autoestima y el autoconcepto del individuo, se manifiestan en el ámbito familiar a través del establecimiento de una relación interpersonal

significativa con un adulto, donde exista un vínculo sólido y confiable, que lo acompañe. (Lara, E., & Cols., 2001).

Una alta autoestima y un autoconcepto adecuado son dos áreas indispensables para el desarrollo de características resilientes, ya que el niño tiene una mayor confianza y seguridad en si mismo, en sus capacidades y habilidades para tomar decisiones y solucionar problemas, a la vez refuerza su motivación para la obtención de logros y para llevar a cabo diferentes actividades, con una actitud positiva acerca de sus resultados.

La autoestima y el autoconcepto también le permitirán establecer relaciones adecuadas con adultos y compañeros donde se sentirá amado, aceptado y valorado por los demás, lo cual le brinda la oportunidad de desarrollar un proceso de socialización apropiado.

Para Lara, E., & Cols., (2000), existe otra área importante en el desarrollo de la resiliencia, el vínculo afectivo, el cual permite al niño establecer relaciones cercanas y estables con adultos que lo amparan y le ayuden a afrontar situaciones inesperadas. Cuando el niño logra establecer este vínculo adquiere características como la confianza básica y fe de constancia objetal. Esta última le permite alejarse de su madre con tristeza, pero sin un vacío interno. A medida que el niño va creciendo, esta capacidad le permite mantener relaciones estables con personas hacia las que tiene sentimientos encontrados o ambivalentes. En la adultez, es capaz de aceptar a otros tanto con sus aspectos negativos como con sus aspectos positivos, sin tener que idealizarlo y luego desvalorizarlo. Esa imagen interna representa un recurso esencial del que podrá disponer en situaciones adversas, aún

cuando su madre este muerta. (Florenzano, 1991, citado por Lara, E., & Cols., 2001).

El establecimiento de un vínculo afectivo con un adulto significativo ayudará a que el infante se sienta seguro y protegido en situaciones de adversidad, ya que contará con el apoyo incondicional del adulto, quien le ayudará a afrontar y superar las diferentes situaciones, sin que el niño se sienta desprotegido o abandonado. Esta confianza que se establece desde los primeros años de vida le ayudará al niño posteriormente actuar con mayor seguridad e independencia en otras circunstancias, teniendo la seguridad de que su cuidador u otro adulto significativo para él, podrá brindarle la ayuda que él requiere.

Para Fonagy, P., (1994) la seguridad de un vínculo afectivo “en los primeros años de vida, a mostrado predecir una importante calidad de atributos, los cuales han mostrado ser características de niños resilientes”. (p. 36). Los niños resilientes que han tenido un vinculo afectivo seguro tienen las siguientes características: adecuado comportamiento social, regulación afectiva, capacidad de resistencia ante situaciones desafiantes, orientación hacia los recursos sociales y habilidad cognitivas.

Desde la psicología el término de vinculo afectivo es utilizado para describir un lazo emocional entre dos personas que permanece a través del tiempo, que provee enriquecimiento emocional y que esta determinado primordialmente por el apego desarrollado en etapas muy tempranas de la vida por los niños como respuesta al cuidado, provisto por la madre. (Cuadros, F., 1995)

También es utilizado para explicar lo que ocurre entre las madres y los recién nacidos cuando están en contacto íntimo uno con otro, cuando se les permite a las madres estar en contacto con los bebés, se crean entre ellos lazos que tienen efectos perdurables en el desarrollo y el bienestar del niño. El hecho de facilitar el contacto con la madre puede influir en el comportamiento psicosocial, en la capacidad de aprendizaje, en la aptitud lingüística, en general, acelera la transmisión de la cultura.

La diferencia entre estas dos visiones radica, en que la psicología le ha dado una mayor importancia al vínculo afectivo, en la relación madre – hijo y en el desarrollo del apego en los primeros años de vida; desde la resiliencia el vínculo afectivo se observa a través de las relaciones de aceptación incondicional con un adulto significativo, aclarando que no es siempre la madre, sino puede surgir este con un cuidador alternativo (abuelos, tíos, hermanos o amigos).

En la psicología la fuerza del vínculo afectivo está dado por la seguridad que este le va a proporcionar al pequeño en sí mismo y en el establecimiento de relaciones interpersonales; y en la resiliencia en cómo el individuo en situaciones adversas lograra retomar lo experimentado con el lazo establecido con el cuidador, para enfrentar y dar solución a estas situaciones. En caso de que el individuo no pueda encontrar en sí mismo la solución, el lazo creado en la niñez, le permitirá recurrir al cuidador, quien le proporcionara la ayuda necesaria, para entre los dos buscar la solución adecuada, convirtiéndose en una guía para él.

Otra de las áreas que promueve la resiliencia es la creatividad y el humor. Para entender como la creatividad contribuye al desarrollo de las

características resilientes, es importante realizar una breve descripción del proceso creativo.

El proceso creativo está dado en cuatro momentos, el primero es la fase preparatoria, donde se define el problema, se utilizan experiencias y conocimientos previos para ejecutar la acción; la segunda fase es la de incubación, que incluye momentos de cuestionamiento, incertidumbre y en algunos casos frustración, es el primer paso en el proceso creador, algunos individuos pueden llegar a experimentar sentimientos de inseguridad y estancamiento, buscando dar solución al problema con ayuda de los conocimientos y experiencias de otras personas; la tercera fase es la de visión o iluminación, donde hay un conocimiento claro y coherente sobre la situación, que puede estar acompañada por múltiples reacciones emocionales que pueden llegar a detener el proceso creativo; la última fase es la de elaboración y verificación, donde se conforma la solución del problema. (Lara, E., & Cols., 2001).

Teniendo en cuenta lo anterior, se puede entender que el proceso creativo ayuda a los individuos a encontrar soluciones o estrategias que les permiten, solucionar problemas de manera innovadora y enfrentar situaciones complejas que requieren de un nivel de análisis.

En el niño, la creatividad le permite afrontar situaciones sin temor y le ayuda a no reprimir emociones o sentimientos que pueden llegar a surgir en momentos donde se emplea la creatividad o en situaciones que llegan a ser adversas para él. Es importante que en este proceso el niño pueda contar con una persona con la cual existan lazos afectivos que lo hagan sentir

seguro y le proveen confianza, en este caso puede ser la familia. (Lara, E., & Cols., 2001).

Cuando se observa el desarrollo del proceso creativo en un individuo, se entiende que el individuo, elige varias alternativas para el planteamiento y solución de situaciones particulares, al tener esta flexibilidad de pensamiento, le permite explorar varias opciones, lo que lleva a la persona a tener la capacidad de plantear e identificar soluciones viables para llegar a una toma de decisión; lo cual le permite desarrollar características resilientes que en un futuro cuando se enfrente de nuevo a una situación compleja o similar, el individuo podrá dar soluciones eficaces y satisfactorias a esta.

El humor permite disminuir niveles de ansiedad, angustia y temor. A través de la ironía, de la ridiculización y el absurdo, las personas pueden suavizar las asperezas, el dolor que provocan los conflictos de una manera socialmente aceptable. (Lara, E., & Cols., 2001).

En el individuo el humor le permite enfrentar situaciones de una manera positiva y solucionar dificultades con el otro sin generar conflictos o confrontamientos innecesarios. El humor, ayuda a las personas a mantener una actitud optimista sobre su vida y las diferentes situaciones a las cuales se ve enfrentado, reduciendo la connotación negativa que estas circunstancias o situaciones le pueden generar.

Para Soebstad, N., (1995), citado por Kotilarenco, M., & Cols., (1997) el humor “es importante en la promoción de la salud física y mental de los individuos, especialmente en la edad preescolar”. (p. 24)

Seguendo la misma línea, este autor “da cuenta de cómo los niños utilizan el humor para enfrentar el estrés, la ansiedad y la culpa, entre otras experiencias”. (p. 25)

Vanistendael, S., (1995), citado por Kotilarenco, M., & Cols., (1997) considera que el sentido del humor es importante en el desarrollo de la resiliencia; afirma que “quien ejerza la difícil virtud de reírse de sí mismo ganará en libertad interior y fuerza”. (p. 24). Para este autor el humor se promueve a través de las experiencias de confianza en el individuo.

Tanto para la psicología como para las personas que trabajan desde la resiliencia, la creatividad y el humor, son áreas enfocadas a la resolución de conflictos y la solución de problemas; para ambos, el humor hace parte de cómo las personas enfrentan la vida y las adversidades, manteniendo una visión positiva y optimista del futuro, sin embargo existe una diferencia entre estas dos visiones, ya que para la psicología la creatividad y el humor hacen parte de cualidades individuales, mientras que la resiliencia se enfoca principalmente en estas áreas como estrategias que permiten enfrentar el estrés y las situaciones difíciles.

La red social y la pertenencia son otras áreas que contribuyen a la resiliencia, ya que estas permiten al individuo ser apoyado y ayudado por personas que hacen parte de su comunidad como los vecinos y amigos. Es importante promover y reafirmar el sentido de pertenencia a un territorio y se fomenten costumbres y creencias particulares de cada cultura. (Lara, E., & Cols, 2001).

Para Milgran, N., & Palti, G., (1993), citado por Kotilarenco, M., & Cols., (1997) “el apoyo social como la habilidad para resolver problemas sociales,

mejoran el funcionamiento de los niños, dibujando los efectos detrimentales que tienen las formas de vida estresantes. El apoyo social actúa como un “recurso ambiental”, entregado por otras personas; mientras que la capacidad de resolución de problemas es un “recurso personal”, activado por los niños y niñas”. (p.25)

Mientras que para la psicología el sentido de pertenencia se desarrolla fomentando la aceptación, las relaciones humanas, la participación y la estructuración de un entorno adecuado. (Haeussler, I., & Milicic, N., 1994)

Para Wang, M., Haertel, G., & Walberg, H., (1997), la comunidad es la doceava influencia contextual más poderosa en el aprendizaje de un estudiante. Las comunidades con un buen desarrollo e integración de trabajo y organizaciones sociales basadas en acciones pueden ayudar a niños y jóvenes que viven en un ambiente de alto riesgo a superar la adversidad y facilitar el desarrollo de la resiliencia y el éxito escolar.

Es importante que todas las personas cuenten con una red de apoyo, ya sea familia, amigos, profesores u otros miembros de la comunidad, que ayuden y apoyen al individuo en situaciones de adversidad y que a la vez puedan brindarle u ofrecerle mecanismos de protección necesarios para desarrollarse sanamente en su entorno.

Tanto para las personas que trabajan con el concepto de la resiliencia como para la psicología, la red social es un recurso indispensable que cumple una función preventiva e interventiva, y busca proporcionar estrategias y herramientas que permitan mejorar la calidad de vida de los miembros de la comunidad; así mismo se comprende la importancia del establecimiento de una red de apoyo, generada por los miembros de la

comunidad, la cual sirva de soporte y protección para todas las personas que la conforman. La resiliencia también destaca la importancia de promover un sentido de pertenencia, que incluye valores, creencias y principios que fortalecen la socialización y la identidad personal dentro de la comunidad.

La ideología personal y la voluntad de sentido permiten trascender a las circunstancias y darle sentido al dolor y sufrimiento, son áreas que hacen resilientes tanto a niños como adultos que se encuentran frente a una situación de pérdidas significativas u otros conflictos tales como guerra, pobreza, dictaduras, divorcio. (Lara, E., & Cols., 2001).

Para Lara, E., & Cols., (2001), los niños muestran esta capacidad de darle sentido a las cosas de forma natural. El niño pequeño, asimila experiencias de cohesión familiar por medio de un ambiente cálido que le da seguridad, enriqueciéndose de ese momento y de esas personas que lo acompañan.

Para Fabry, J., (2001) la voluntad de sentido es la más poderosa motivación para vivir y para actuar; los humanos son seres en búsqueda de sentido. Esto les permite desarrollar sus capacidades y soportar los contratiempos.

La ideología personal puede identificarse a través de valores, creencias y normas de un individuo y su comunidad, esta les permite establecer una forma adecuada de relacionarse con el otro y también le permite al individuo compartir experiencias significativas y de goce con las personas que lo rodean, creando una ambiente de seguridad y cohesión entre sus miembros, que puede actuar como un factor protector y de resiliencia en situaciones de conflicto.

Para la psicología el hombre es siempre un buscador de sentidos, los cuales están cargados de elementos que provienen del ambiente y de sí mismo; los individuos deben tener un sistema axiológico de valores propio, que en situaciones de adversidad serán utilizados para enfrentar la situación y aprender de ella, lo cual lo llevará a un crecimiento personal.

Para la psicología y la visión de resiliencia la ideología personal y la voluntad de sentido, parten de la misma base, sin embargo para la resiliencia estas van más enfocadas a las creencias religiosas del individuo y de su comunidad, y para la psicología se retoma desde las creencias en sí mismo y en la importancia que le da al suceso y los elementos que para el sujeto son importantes, por ejemplo la familia, el trabajo, la relación de pareja, etc.

De acuerdo a las áreas revisadas anteriormente, se entiende que es importante tanto en niños como adultos promover la resiliencia, ya que les permitirá enfrentar situaciones adversas o simplemente tomar decisiones más acertadas, sin embargo para que se de éste proceso, debe desplegarse una visión más amplia que incluye las fortalezas personales y sociales, ya que éstas pueden proporcionar un ambiente y unas condiciones particulares que ayuden al adulto y al niño desarrollar características resilientes.

Aquí radica la importancia de conocer el concepto de la resiliencia, puesto que pasa de definir que son los términos a dar luces en cómo se debe trabajar para fortalecer dichas áreas. En otro punto, la psicología ha proporcionado una definición teórica a las áreas mencionadas anteriormente y ha buscado utilizar algunos de estos conceptos en programas de prevención y de intervención; pero el fortalecer una sola de estas áreas, no

es efectivo, porque los individuos están compuestos por varios elementos que determinan la forma en cómo se desarrollan a nivel personal y social, cómo perciben la vida y asumen las dificultades. Por ésta razón la resiliencia brinda un nuevo aporte en el estudio de éstas áreas, ya que comprende la importancia de desarrollar una visión integral del hombre que incluya todos los aspectos anteriormente mencionados.

El presente capítulo tiene como objetivo explorar los puntos de encuentro y divergencia entre los enfoques de la psicología como el humanismo, el psicoanálisis, el sistémico y el cognitivo – conductual y el concepto de resiliencia, identificando y analizando términos afines de cada uno de los enfoques en relación con la resiliencia. La finalidad de este análisis es proporcionarle al lector una comprensión más clara de lo que es el concepto de resiliencia, entendiendo que este utiliza algunos conceptos de la psicología para dar explicaciones de cómo los individuos enfrentan la adversidad, para así lograr llegar a hacer una diferenciación más clara de lo que es en sí el concepto de resiliencia y no caer en el error de pensar que los términos que se han estudiado en la psicología son equivalentes al concepto de resiliencia, es decir, que son un aporte en la construcción de una nueva perspectiva.

En los estudios realizados sobre resiliencia no se ha encontrado ningún autor que la haya trabajado en forma paralela con los diferentes enfoques de la psicología, el contenido que se presentará a continuación parte de una base teórica desde cada uno de los enfoques; sin embargo las similitudes y diferencias que se encontraran, se fundamentan en un análisis elaborado

por las autoras del trabajo de grado, a partir de la revisión de toda la teoría de la resiliencia.

Enfoque Humanista

El enfoque humanista más exactamente el modelo logoterapéutico y la terapia centrada en la persona, hablan de tres aspectos que se pueden relacionar con el concepto de resiliencia; el crecimiento personal, la aceptación incondicional y el sentido de vida.

En cuanto al crecimiento personal González, E., (1995) considera que “la vida, a través de sus formas, tiene como consigna actualizar el potencial que cada uno trae consigo tanto como individuo cuanto como especie”. (p.3). Dicho potencial está constituido por tres cualidades básicas que son: la energía, la inteligencia y la afectividad; las cuales deben ser desarrolladas paralelamente para conseguir un equilibrio en el crecimiento personal.

De la energía derivan todos los procesos energéticos tanto a nivel mental como psicológico (la voluntad, el impulso de vivir y la capacidad combativa). De la inteligencia se derivan todos los modos de conocimiento, desde la percepción de los sentidos hasta los procesos de recolección de datos, abstracción, juicio etc. Y de la afectividad se desprenden la gama de sensaciones y sentimientos, amistad, afecto, alegría – tristeza, amor – odio. (González, E., 1995)

Es así que la vida es el proceso a través del cual cada uno es el creador de su propia plenitud y en la medida que se ejerciten dichas cualidades, se da la medida del propio crecimiento; haciendo al hombre responsable de lo que vive. Es decir, que el medio puede producir situaciones agradables o

desagradables, pero de la respuesta que se le da a éstas circunstancias y de la actitud que se asuma frente a ellas dependerá el crecimiento personal.

Ese desarrollo y crecimiento personal se configura por la interacción de dos factores la carga genética y la influencia del medio ambiente. El primero se encuentra constituido por todas las características físicas e intelectuales que se irán desarrollando en el transcurso de la vida; el segundo está relacionado con el impacto de todo lo que va ocurriendo en la vida del ser humano y es la causa de la forma de ser de cada persona, la configuración de su carácter específico y único.

Para que el crecimiento personal sea óptimo es necesario que se conjuguen todos los aspectos mencionados, es decir, el individuo al nacer trae consigo una carga genética, que al interactuar con el ambiente se manifiesta en formas distintas, de esta relación dependerá que el individuo pueda desarrollar una capacidad energética, una afectividad y una inteligencia; este proceso es natural en todos los seres humanos.

Tanto para la resiliencia como para el enfoque humanista, los seres humanos siempre se ven enfrentados a adversidades de la vida, a las cuales ellos deben responder, a través de hacerse responsable de las decisiones que se tomen y las consecuencias que de ellas se derivan. Esta capacidad combativa, ya sea para ser resiliente o llegar a un crecimiento personal debe ser desarrollada desde las edades tempranas con la ayuda de los recursos internos del individuo y mediados por los recursos que el ambiente ofrece.

Todos estos aspectos permiten observar que en cuanto al crecimiento personal, la resiliencia y el enfoque humanista comparten elementos que

consideran importantes en el desarrollo humano y su capacidad para enfrentar las dificultades que se presentan en la vida.

Desde una visión humanista, el hombre a lo largo de su vida se ve enfrentado a situaciones que lo colocan en una posición, en la cual debe tomar decisiones que determinaran su actuar, en estos momentos el hombre debe recurrir a su experiencia personal, a los aprendizajes que ha obtenido de ellas y de la relación que tiene con otros; responsabilizándose por las consecuencias que traen las elecciones realizadas, tanto en él como en los demás. Es decir, que el hombre llega al crecimiento personal en el momento en que aprende a sortear las adversidades y las asume con una actitud positiva, la cual tomará como un aprendizaje, que no sólo le permitirá enfrentar la adversidad en particular, sino que podrá utilizarlo en otras situaciones similares. Las experiencias de adversidad y el aprendizaje que de ellas se desprende, es lo que lo llevará a lograr un crecimiento personal.

Una de las implicaciones del ser resiliente es alcanzar un crecimiento personal, que se logra al conocer las capacidades internas y externas, con el fin de potencializarlas y utilizarlas en momentos de dificultad, aprendiendo de ellas y tomándolas como recursos que le facilitaran el enfrentamiento efectivo ante otro tipo de eventualidades.

Otro aspecto en común, es que ambos tienen la concepción de que el desarrollo humano y la resiliencia están dados por la continua interacción entre el individuo y el ambiente; entendiendo que el ambiente no sólo establece limitaciones al crecimiento personal, sino también ofrece recursos y oportunidades para que este proceso se de.

Así mismo, se observa una similitud en relación a la capacidad combativa y cómo esta se manifiesta en las diferentes etapas del desarrollo humano. La capacidad combativa en la vida, varía de acuerdo a las necesidades particulares de cada momento, es decir, que el niño a medida que crece va encontrando nuevas herramientas y recursos que le permitirán enfrentar dificultades y en muchos casos estas experiencias lo fortalecerán, logrando un crecimiento personal.

Sin embargo existen obstáculos que truncan el crecimiento personal, entre ellos se encuentran los factores condicionantes y los decisivos. Los factores condicionantes son los que no dependen de la persona pero imponen condiciones a su desarrollo, dentro de estos factores se encuentran los básicos (heredados, congénitos, fisiológicos y adquiridos), los predisponentes (experiencias tempranas en la vida, que afectan aspectos emocionales, cognoscitivos y conductuales del hombre), los facilitadores (son las condiciones socio - culturales que rodean y contribuyen a la formación del hombre) y precipitantes (sucesos críticos que disparan una condición que hasta entonces estaba latente). (González, E., 1995)

Los factores que se mencionaron anteriormente, son ejemplos claros de elementos que limitan al hombre, pero éste posee la capacidad de tomar decisiones y voluntad para asumir una actitud proactiva frente a ellos.

Existen otros factores que obstaculizan el crecimiento pero son los únicos que el individuo puede manejar y alterar para alcanzar su crecimiento personal, estos se conocen con el nombre de factores decisivos, entre ellos se encuentran, los dinámicos (emociones, sentimientos e impulsos, fallas y limitaciones, percepción de sí mismo, de los demás y de la vida, los hechos

del pasado y el presente y las consecuencias de las conductas y actitudes), los existenciales (atributos ontológicos de libertad, responsabilidad y finitud), los espirituales (esencia y necesidades trascendentales) y los volitivos (la conjunción de los factores decisivos y la actitud de aceptación o rechazo de éstos y la responsabilidad por esa actitud). (González, E., 1995)

Todos éstos factores pueden ser considerados escalones hacia el crecimiento personal, no obstante con frecuencia se convierten en obstáculos para la misma, esto sucede cuando el hombre se resiste a aceptar el sufrimiento como parte de la vida. (González, E., 1995)

Desde la perspectiva de la resiliencia, los factores condicionantes y decisivos se enmarcan dentro de los factores de riesgo, puesto que obstaculizan no solo el desarrollo humano, sino en algunas circunstancias el surgimiento de características resilientes y el crecimiento personal. Sin embargo para el enfoque humanista estos factores son una fuente de estímulo y desarrollo para el individuo; la adversidad coloca al individuo en una situación límite, la cual lo obliga a reaccionar y a luchar con más fuerza para llegar a crecer personalmente. Mientras que para la resiliencia, una suma de factores de riesgo sin la presencia de factores protectores, no podrán mitigar los efectos devastadores de la adversidad, es decir que desde una perspectiva resiliente, los factores de riesgo deben ser eliminados o por lo menos contrarrestados, para que el individuo pueda crecer y desarrollarse de manera resiliente.

En conclusión, se puede afirmar que la resiliencia y el crecimiento personal no son un concepto que se pueda entender como equivalente, ya que el crecimiento personal es una consecuencia de tener una historia

resiliente. Otra de las diferencias entre ambas perspectivas, es que el enfoque humanista considera, que el crecimiento personal esta dado más que todo por el conocimiento y entendimiento que tiene el individuo de si mismo y el nivel de espiritualidad que puede llegar a alcanzar; para la resiliencia el desarrollo humano esta dado por las relaciones significativas con otros y el aporte que estas brindan, no solo como fuente de aprendizaje sino como un recurso que apoya en situaciones de adversidad.

Otro de los aspectos trabajados por el humanismo y que se puede relacionar con el concepto de resiliencia es la aceptación incondicional y la empatía, propias de una relación interpersonal. A continuación se realizará una descripción de estos conceptos enmarcados en la relación de ayuda desde la perspectiva de Rogers, en la terapia centrada en el cliente.

En la terapia centrada en el cliente, se destaca la importancia de que las personas asuman la responsabilidad por ellos mismos, aún estando en una situación de conflicto. Para Rogers es necesario que los psicólogos estén en capacidad de llevar a los clientes a tomar cargo de su propia vida, especialmente cuando este parece incapaz de tomar sus propias decisiones; teniendo en cuenta la capacidad innata del individuo para crecer y dar una dirección a su vida. (Davison, G., & Neale, J., 2001)

Rogers, C., (1997) parte de la hipótesis, definida en términos de cómo se puede crear una relación donde la otra persona descubra en sí mismo la capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esa manera se produzca el cambio y el desarrollo individual; para que esto se de, el autor habla de tres elementos esenciales en la relación: la autenticidad, la aceptación incondicional y la comprensión.

Rogers, C., (1997) descubrió que cuanto más auténtico se es en la relación más útil resultará, resaltando los propios sentimientos, la voluntad del ser y expresar los diversos sentimientos y actitudes que existen en la persona; en palabras de Rogers, C., (1997) “sólo mostrándome tal cual soy puedo lograr que la otra persona busque exitosamente su propia autenticidad. Lo más importante es ser auténtico”. (p.41)

La segunda condición reside en el hecho, de que cuanto mayor sea la aceptación y el agrado que se experimenta hacia un individuo más útil resultará la relación que se está creando. Entendiendo por aceptación un cálido respeto hacia el otro como persona y como individuo independiente. La aceptación también significa el respeto y el agrado que se siente por el otro como persona, el deseo de que posea sus propios sentimientos y la aceptación de sus actitudes, lo que conducirá a que la persona se sienta cálida y segura en la relación.

El terapeuta debe crear una atmósfera cálida y receptiva, donde se provea atención al cliente y especialmente aceptar a la persona por quien es, los clientes deben ser valorados por quien son, a pesar de que el terapeuta no apruebe sus conductas. Las personas deben ser valoradas por que son personas, y el terapeuta debe preocuparse y respetar al cliente por la simple razón de que él o ella es un ser humano que esta comprometido en la lucha de crecer y sobrevivir. (Davison, G., & Neale, J., 2001)

Por último, la comprensión entendida como una sensible empatía con cada uno de los sentimientos y expresiones del cliente. Sólo cuando el terapeuta comprende los sentimientos y pensamientos del cliente, logra

verlos tal como él los ve y aceptarlo con ellos, lo cual facilita explorar libremente al cliente su vida y su mundo.

Existen dos tipos de empatía, la primaria y la avanzada. La primaria, se refiere a cómo el terapeuta acepta, comprende y se comunica con el cliente, acerca de los que él está sintiendo y pensando. La empatía avanzada son las inferencias del terapeuta de los pensamientos y sentimientos que están detrás de lo que el cliente está diciendo. La empatía avanzada esencialmente involucra la interpretación que hace el terapeuta del significado de los sentimientos y pensamientos del cliente. (Davison, G., & Neale, J., 2001)

En conclusión para Rogers, C., (1997) “si puedo crear una relación que, de mi parte se caracterice por: una autenticidad y transparencia y en la cual pueda yo vivir mis verdaderos sentimientos; una cálida aceptación y valoración de la otra persona como individuo diferente, y una sensible capacidad de ver a mi cliente y su mundo tal como él lo ve. Entonces, el otro individuo experimentará y comprenderá aspectos de si mismo anteriormente reprimidos; logrará cada vez mayor integración personal y será más capaz de funcionar con eficacia; se parecerá cada vez más a la persona que querría ser; se volverá más personal, más original y expresivo; será más emprendedor y se tendrá más confianza; se tornará más comprensivo y podrá aceptar mejor a los demás, y podrá enfrentar los problemas de la vida, de una manera más fácil y adecuada”. (p.44 - 45)

Esto no sólo se aplica a la relación terapéutica o a la relación con un grupo de estudiantes o con miembros de la comunidad sino también a la

familia y a la relación padres e hijos; lo que ofrece posibilidades para el desarrollo de personas creativas, adaptadas y autónomas.

Dentro de las diferencias que se pueden encontrar entre estas dos perspectivas, es que para el humanismo la aceptación incondicional y la empatía son conceptos utilizados dentro de un contexto terapéutico, con el fin de que la persona identifique sus fortalezas y donde la relación terapéutica se convierta en la primera herramienta para que la persona llegue a un crecimiento personal y se de una intervención efectiva; el concepto de empatía para Rogers no sólo involucra la comprensión del individuo y su problema, sino que también incluye un análisis e interpretación avanzadas de la historia personal del sujeto.

Desde una perspectiva resiliente la aceptación incondicional es trabajada dentro del contexto familiar, escolar y comunitario, y es comprendida como el entendimiento que tienen los cuidadores del niño en relación a sus problemáticas y sentimientos; proporcionándole un apoyo permanente en la toma de decisiones y resolución de problemas.

A partir del concepto de resiliencia la empatía se define como la capacidad de los adultos y del niño de colocarse en la posición del otro, solo se limita a comprender lo que el sujeto esta viviendo y sintiendo en un momento determinado; aclarando que la empatía no es utilizada como un instrumento de intervención, es decir, que la empatía en la resiliencia esta dada por las relaciones y la preocupación por el bienestar del otro.

Otra de las diferencias, es que los elementos anteriormente mencionados dentro del enfoque humanista, se enmarcan dentro de una estructura claramente estudiada y organizada, para facilitar los procesos de

intervención, donde el terapeuta los utiliza con una lógica que guié la sesión terapéutica; desde el concepto de resiliencia la utilización de dichos conceptos, esta mediada por el sentido común y el sentimiento que se genere dentro de la relación interpersonal, y se puede decir que se da a un nivel, en que los individuos no alcanzan a comprender la magnitud de los efectos positivos, que se desencadenan en la relación.

Por otro lado, la aceptación incondicional y la empatía, desde una perspectiva resiliente, le dan al niño una confianza básica, que le permite crecer y desarrollarse en un ambiente seguro, que le provee fortalezas para alcanzar una vida significativa y productiva. Esto mismo, sucede en el contexto terapéutico, puesto que la relación, como se dijo anteriormente, se utiliza como herramienta para fortalecer en el individuo sus cualidades y potencialidades, creando una seguridad en si mismo y en los éxitos que pueda alcanzar, y en los momentos difíciles recurrir a esta relación para utilizarla en otros contextos que implican superar dificultades.

En relación a los conceptos de empatía, autenticidad y relación incondicional, se puede decir que ambas perspectivas comparten la idea de que estos conceptos están dados en todas las relaciones interpersonales, ya sea de amistad, de pareja, de familia o escolar. Cuando un individuo acepta al otro tal y como es, cuando es capaz de comprender su situación y es sincero en la relación humana que establece; lograra crear en el otro seguridad en si mismo y confianza en el otro, llegando a configurar una relación fuerte y basada en el respeto mutuo.

Es importante, comprender el valor del otro, ya que se encuentra en una constante lucha de crecer y sobrevivir como lo hacen las demás personas;

por ejemplo, lo que sucede en la familia, el niño se esta enfrentando a un mundo nuevo, que tiene ciertas exigencias que debe aprender a manejar, igualmente los padres, se enfrentan a la crianza de un hijo único y diferente, que implica nuevos retos y el aprender a ser padres; en el contexto terapéutico tanto el cliente como el terapeuta se ven enfrentados a diferentes tipos de desafíos, pero en la relación se esta trabajando en conjunto. La importancia de valorar al otro radica en el hecho de que cada uno se enfrenta a sus propias luchas y estas deben ser respetadas y entendidas por los demás.

Tanto en el contexto terapéutico como en el familiar, la creación de este tipo de relación, basada en el respeto, la autenticidad y la comprensión, llevará al individuo a trasladar esta vivencia en el establecimiento de otras relaciones, recordando los elementos positivos que le brindó, para así utilizarlos con otras personas, en nuevas relaciones.

El sentido de vida es otro concepto utilizado por el enfoque humanista y guarda relación con la resiliencia. Para entender éste concepto es necesario primero dar una breve explicación de que es el sentido de momento, que se refiere a la vivencia experimentada en el presente, la cual está cargada de significados y de sentimientos. (García, C., 1994)

El sentido de vida se entiende como la suma de todos los sentidos de momento en un espacio de tiempo determinado; es el significado que la persona le atribuye a su propia vida. (García, C., 1994, & Martínez, E., 2001)

Para Frankl, V., (1970), citado por Fabry, J., (2001) "la clave para adoptar una visión positiva de la vida, es el convencimiento de que ésta tiene sentido

en cualquier circunstancia y que todos tenemos la capacidad para encontrarla. Uno puede sobreponerse a las enfermedades y golpes del destino, si le encuentra sentido a su existencia". (p.12)

Según el modelo logoterapéutico existen tres caminos para encontrar el sentido: los valores de creación, los valores de experiencia y los valores de actitud.

Los valores de creación se pueden concretar a través del trabajo, de aquello que la persona crea, una obra, algo que se da. Los valores de experiencia se dan en la acogida al universo, en la experiencia del amor y en aquello que recibe la persona para sí. Finalmente, los valores de actitud se hacen evidentes en circunstancias de sufrimiento ineludible o inevitable. (Martínez, E., 2001)

Desde el enfoque humanista el sentido de vida se alcanza a partir de una reflexión profunda sobre el conocimiento de si mismo y se manifiesta a través de las acciones que él realiza y la actitud que asume frente a las diversas situaciones que la vida le presenta. La logoterapia contempla al hombre como un buscador de sentidos de vida, pero este sentido de vida no surge necesariamente de la adversidad o del sufrimiento, sino por motivaciones internas que lo llevan querer alcanzar un crecimiento personal que le de sentido a sus experiencias y le permitan llegar a trascender.

Para la resiliencia, el sentido de vida se puede asociar al término de motivación de logro, que se refiere a las acciones ejercidas por un individuo y las diversas fuentes de apoyo, que buscan que la persona pueda alcanzar el éxito a partir del conocimiento de lo que es, lo que tiene, lo que puede

llegar a alcanzar y las herramientas que ha adquirido a lo largo de su ciclo vital, para enfrentar la adversidad, resolver problemas y tomar decisiones.

El sentido de vida para el enfoque humanista es un proceso personal mientras que para la resiliencia la motivación de logro se adquiere con la ayuda de diversos factores del ambiente.

Tanto para la resiliencia, como para el enfoque humanista el hombre siempre debe buscar elementos, circunstancias o personas, que lo motiven a seguir adelante y encontrar un sentido a su propia existencia, que le permitirá encontrar el éxito en todas las cosas que realice. Este éxito se logra a través de las actividades, acciones y actitudes que los seres humanos tengan en relación a los diferentes sucesos de la vida, ya sean negativos o positivos.

La logoterapia al plantear la existencia de los valores de creación, de experiencia y de actitud, busca contemplar al hombre desde la comprensión de todos ellos, pero la resiliencia hace un mayor énfasis en los valores de actitud, resaltando en cómo el hombre se apodera de sus propias capacidades y fallas para crecer y enfrentarse al sufrimiento y a situaciones que requieran una actitud optimista para superarlas.

Enfoque Psicoanalítico

Dentro del enfoque psicoanalítico se retoman los conceptos de elaboración onírica y mecanismos de defensa, para explicar la forma en que un individuo introyecta un trauma y lo elabora a partir del análisis e interpretación de éstos conceptos, lo cual se relaciona con algunos planteamientos de la resiliencia. Es importante aclarar que para que se de la

resiliencia en una persona, esta debe haber experimentado la presencia de un trauma o adversidad.

Según Cyrulnik, B., (2001), desde un enfoque psicoanalítico "para transformar un golpe en trauma, es preciso que se produzca una segunda agresión, que esta vez, tiene lugar en la representación del golpe". (p.182)

Es decir, cuando un individuo no logra integrar la experiencia porque el trauma no se puede representar, porque esta aislado y no logra darle una forma susceptible de ser comunicado, o porque su pasado le ha vuelto excesivamente sensible ha este tipo de acontecimientos, entonces la agresión se transformará en trauma. (Cyrulnik, B., 2001)

Desde una perspectiva resiliente, se puede decir, que la adversidad o el trauma, no está dado por la presencia de un factor de riesgo determinante que en el caso anterior es descrito como golpe, sino por un conjunto de factores de riesgo, que facilitan la aparición. En ambos casos se destaca el hecho de que los traumas se introyectan a partir de la repetición de un suceso desagradable y que la representación o el significado que se le atribuya determinara, la actitud que el individuo tomará para enfrentarlo.

Para Cyrulnik, B., (2001) cuando el individuo no supera el trauma de manera adecuada, su personalidad se escinde en dos partes, una socialmente aceptable y otra secreta que manifiesta sus efectos en los sueños.

La teoría Psicoanalítica plantea que en los sueños, las defensas del yo se relajan, permitiendo que cierto material reprimido entre en la conciencia de la persona que duerme; ya que este material es extremadamente amenazador, usualmente no puede entrar a la conciencia en su forma verdadera, por esta

razón los sueños se representan a través de un contenido simbólico. (Davison, G., & Neale, J., 2001)

Una de las principales funciones del sueño es proporcionar al individuo descanso y la satisfacción de algunos deseos; sin embargo en el sueño de personas que han sufrido un trauma, se presentan repetidamente pesadillas o terrores nocturnos, que se encuentran relacionados con el trauma; cuando la persona sueña de esta manera, no aparece el trauma como tal, sino el contexto emocional de la situación, que se ve disfrazado en el sueño ya que es altamente amenazante para el individuo.

Con el fin de explicar claramente lo mencionado anteriormente se retoma un ejemplo que muestra cómo los traumas se vivencian en los sueños desde el contexto emocional en el que se presentan; es el caso de las personas que han sufrido abuso sexual; el análisis de los sueños describe sensaciones de ahogo bajo un montón de trapos sucios y húmedos o de parálisis bajo un camión que gotea aceite. Lo que vuelve en el sueño no es la foto del acontecimiento traumático, sino el sentimiento experimentado en el momento de producirse la representación del trauma. (Cyrulnik, B., 2001)

Desde el psicoanálisis la resiliencia surge cuando el individuo que ha vivenciado el trauma, logra transformar su representación a través de la palabra o las acciones, encontrando un sentido y un significado a esta experiencia, lo que permitirá al individuo dejar de repetir la imagen traumática en los sueños; mientras que sino logra encontrar una forma de expresión del trauma este revivirá en sus sueños y se convertirá en sustituto de lo que no ha podido expresar.

Los sueños cumplen una función de alerta, es decir, que mediante ellos el individuo que ha sufrido un trauma y recurrentemente sueña con él, podrá reconocer que a través de ellos se manifiesta un conflicto sin resolver, y que es necesario que pueda elaborar el trauma a través del análisis y del reconocimiento del mensaje oculto del sueño.

Según Cyrulnik, B., (2001) "si en el transcurso de los años anteriores, los heridos han adquirido una personalidad lo suficientemente estable como para soportar el golpe, y sobre todo si, tras la agresión encuentran a su alrededor unos cuantos apoyos afectivos y lugares donde expresarse, el análisis de sus sueños dará testimonio de una gran serenidad. Los resilientes se sienten heridos, pero no traumatizados". (p.184)

Ambas perspectivas comparten la idea de que los individuos que se han vistos enfrentados a un trauma pueden encontrar una forma de elaborarlos, sin embargo este proceso siempre implica dolor, sufrimiento y la capacidad de pedir ayuda a otras personas.

Desde el psicoanálisis la resiliencia se da desde el momento en que el sujeto es capaz de reconocer los traumas que ha vivenciado y elaborarlos a través de un análisis profundo de los sueños. Para que esto suceda no basta con el análisis hecho por el sujeto, sino también por el hallazgo de una persona con la cual se pueda compartir la experiencia, le brinde apoyo afectivo y le ayude a encontrar un sentido a la experiencia; desde el psicoanálisis esta persona estaría representada por el terapeuta y en la resiliencia estaría dado por personas cercanas al individuo y que conforman las redes de apoyo con las cuales cuenta.

En conclusión podría decirse que la importancia de los sueños, radica en el hecho de que estos son una forma de ayudar al individuo para darse cuenta de los aspectos no resueltos de su vida, lo impulsan a buscar una fuente donde pueda comunicarlos y a través de éste proceso darles un sentido y un significado, para poder hacer un cierre del acontecimiento traumático.

Otro concepto trabajado desde el psicoanálisis que se relaciona con la resiliencia es el mecanismo de defensa de la negación, que se define como el rechazo que hace un individuo de una experiencia traumática, con el fin de mantenerla fuera de la consciencia. (Davison, G., & Neale, J., 2001)

La negación funciona a nivel pre - consciente y consciente y se manifiesta en los individuos como un rechazo de lo que perciben, piensan o sienten en una situación traumática, afirmando que esta no puede ser así o bien intentando invalidar algo intolerable. (Holzman, P., & Gardner, R., 1959)

La negación es un actitud de rechazo categórico hacia una percepción desagradable de la realidad exterior, produce una adaptación excesivamente buena, una asombrosa ausencia de conflicto, ya que se niega el dolor; está adaptación es costosa para el individuo, pues deforma el desarrollo de su personalidad. La negación no borra la huella del trauma en la memoria biológica, pero evita las rumiaciones y disminuye los sueños traumáticos, la evitación del enfrentamiento con la realidad dolorosa proporciona un beneficio inmediato, pues impide la reiteración en la memoria. (Cyrulnik, B., 2001)

Sin embargo, la negación que cumple una función protectora en un momento determinado ante una circunstancia problema, que afecte la parte

herida del individuo, hará que este pierda el control y se verá obligado a enfrentar de forma más brusca la realidad que ha evitado durante tanto tiempo. (Cyrulnik, B., 2001)

Si se pensara desde una perspectiva resiliente, se podría concluir que el mecanismo de defensa de la negación en algún momento le permite al individuo adaptarse exitosamente, sin embargo no es efectivo en el sentido en que el individuo no enfrenta y no elabora el trauma, por lo tanto el desarrollo de su personalidad se obstaculiza, ya que se aísla de la realidad que le corresponde vivir. En ningún momento hay una toma de decisiones o una resolución de problemas, entonces los recursos del individuo se duermen y no logra explotar sus características resilientes, porque no hay un enfrentamiento efectivo.

Para la resiliencia el enfrentarse a una adversidad implica que el individuo disponga de sus recursos internos y externos, para superar las dificultades y a partir de ese proceso desarrollarse sanamente, esto lleva a que el sujeto encuentre un equilibrio interno. Mientras que la utilización del mecanismo de defensa de la negación genera una adaptación exitosa, que le permite al individuo relacionarse con el ambiente, pero es él, quien sufre las consecuencias de los efectos que traiga consigo este mecanismo.

Cuando una persona es resiliente adopta una actitud de vida, que le permite generar estrategias para seguir adelante, lo que se da a largo plazo; mientras que la negación es momentánea y no permite a la persona desarrollar estrategias eficaces para enfrentarse de nuevo a una adversidad.

Por último, se puede destacar otro concepto del psicoanálisis que se asocia con la resiliencia, el instinto de vida y muerte, llamados Eros y

Tanatos; el Eros, es un termino freudiano utilizado para describir el instinto integrador de vida o la fuerza del ello y el Tanatos es el instinto de muerte. (Davison, G., & Neale, J., 2001)

Freud dividió los instintos humanos en dos grandes grupos, los impulsos eróticos, que tienden a acumular sustancia viva y expandir la individualidad en el tiempo y en el espacio; y los impulsos destructivos que tienden a la demolición y regresión hasta el estado inorgánico. Al primer instinto lo denomino Eros (dios del amor) y el segundo lo nombro el Tanatos (dios de la muerte). (Mira, E., 1963)

En palabras de Freud, S., (1997) “el primero persigue el fin de establecer y conservar unidades cada vez mayores, es decir, tiende a la unión; el instinto de destrucción por el contrario busca la disolución de las conexiones, destruyendo así las cosas. En lo que ha este se refiere, podemos aceptar que su fin último, es el de reducir lo viviente al estado inorgánico. (p. 111)

Según López, J., (1973) “el Eros es un instinto sexual, que tiende a un acto creador, a la unión de dos seres vivos, a la fusión de las células, porque con ellas prende la llama de una nueva vida. Por el contrario, el instinto de la muerte tiende a la destrucción de todo lo que sea vida, al eterno descanso, a la nivelación de todo en un nirvana donde no se piensa, ni se siente, ni se vive, porque allí se anula la llama de la propia personalidad”. (p. 91)

Freud observó que en el hombre existe un impulso repetitivo, que se caracteriza por una tendencia a repetir continuamente sin necesidad aparente una misma serie de actos o reacciones, que conllevan a un

estancamiento, que impide la expansión, progreso y evolución, llevando implícitamente a la autodestrucción. (Mira, E., 1963)

El hombre siempre esta entre los polos de la vida y la muerte, las adversidades representan la destrucción de la propia integridad, sin embargo en todos los seres humanos existe un instinto de autoconservación, que para el psicoanálisis se refiere al Eros y desde la resiliencia es la supervivencia, durante la adversidad.

El pensar en morir lleva al hombre ha generar mecanismos para mantenerse vivo y activo, dados por la fuerza del Eros, la cual lleva en si un acto creador, que permite al individuo sobrevivir y luchar contra las fuerzas destructivas del Tanatos, que de igual forma son parte del individuo. Desde la resiliencia el acto creador se retoma a partir de la ayuda que le brinda al individuo, al generar nuevas estrategias y nuevos conocimientos que le permitirán encontrar formas de enfrentar la adversidad; el acto creador surge de la necesidad del individuo por encontrar una solución; lo que hace a una persona desarrollar características resilientes, es la utilización de dichas estrategias y la generación de unas nuevas que le permitan desechar las anteriores que eran inútiles, para poder sobrevivir en situaciones de adversidad; la capacidad de crear esta dada por la fuerza que brinda el instinto de vida y el intento por opacar el de muerte.

Por otro lado, existe similitud entre el psicoanálisis y la resiliencia, en relación a los instintos de vida y muerte, esta similitud está dada por el concepto de Freud de el impulso repetitivo, el cual plantea que el hombre tiende a repetir ciertas acciones o comportamientos que obstaculizan su evolución y consecuentemente lo llevan a la destrucción. Por su parte el

concepto de resiliencia comparte esta visión, en el sentido de que considera que en algunos momentos de la vida las personas tienden a utilizar estrategias y herramientas que en una situación determinada es ineficaz y lleva a que se obstaculice el proceso de desarrollo de características resiliente, es decir, que el hombre ante las adversidades o situaciones problemas debe generar mecanismos novedosos que le permitan tomar decisiones eficaces.

Las diferencias que se pueden encontrar entre estas dos visiones, es que para el psicoanálisis la supervivencia esta dada por un instinto que proviene del individuo, es único y personal, equivaldría a toda la energía disponible del hombre, cómo se utiliza para actuar ante la vida de manera particular y se convierte en un componente esencial del si mismo. Mientras que desde una perspectiva resiliente el instinto de vida surge del propio ser, de los recursos propios y de la ayuda y los medios que le brinda la relación individuo – ambiente, es decir, que no proviene solamente del interior del hombre, sino se da por una conjunción e interrelación con todos estos aspectos. La visión freudiana se centra en lo individual del hombre, mientras que la resiliencia tiene en cuenta todos los aspectos que lo componen, transformándose en un concepto más integrador.

Así mismo, si desde la resiliencia se intentara hablar del Tanatos, correspondería a las adversidades a las cuales se ve enfrentado el individuo, éstas son circunstanciales y no son permanentes en todos los momentos de la vida. Para el enfoque psicoanalítico el Tanatos es un instinto que está presente desde el nacimiento, es permanente y no puede ser eliminado por completo de la vida del hombre, sino es contrarrestado por el instinto de

vida, por lo tanto es una condición que acompaña al individuo en todos los momentos de su vida.

Enfoque Cognitivo – Conductual

En el enfoque Cognitivo – conductual se han trabajado los conceptos de Coping, Adaptación y Locus de control, para explicar la forma en que los individuos superan las adversidades de la vida.

El Coping se define cómo lo que una persona hace en relación a un problema, en orden de recibir alivio, recompensa, aceptación y equilibrio.

(Weissman, M., 1979, citado por Alonso, A., & Swiller, H., 1993)

Según Lazarus, & Folkman, (1984), citados por Sandler, I., & Wolchik, S., (1997) el coping se define “como el constante cambio cognitivo y comportamental para manejar demandas internas y externas específicas que exceden los recursos del propio individuo, es decir, que el coping enfatiza en los esfuerzos cognitivos y comportamentales para dar solución a un problema independientemente de los resultados que de ello se deriva”. (p. 11)

Esta definición resalta la importancia de las características de la situación y la apreciación que hace el individuo del evento estresante; la función del coping es manejar las situaciones amenazantes y realizar un cambio en ellas.

Existen tres aspectos esenciales en esta definición, el primero, se refiere a un proceso orientado acerca de los pensamientos y los comportamientos que se desarrollan a partir de una situación. Segundo, el coping es determinado por la interpretación que realiza el individuo de las demandas

de esa situación particular. Tercero, el coping se refiere a los esfuerzos que se realizan para controlar una situación, más que el éxito o el resultado de estos esfuerzos.

Desde una perspectiva motivacional Skinner, B., & Wellborn, (1994), citados por Sandler, I., & Wolchik, S., (1997) conceptualizan el coping “como un constructo organizacional que describe cómo las personas regulan su propio comportamiento, sus emociones y su orientación al logro, bajo condiciones de estrés psicológico”. (p. 11)

En este modelo el estrés es el resultado de un evento en el ambiente desagradable, que se relaciona con las necesidades de luchar para mantenerse sano y completo. El coping en estas circunstancias se fortalece a través de los compromisos que realiza el individuo para satisfacer sus necesidades y dar una solución a la situación problema.

Lazarus, & Launier, (1978), citados por Sandler, I., & Wolchik, S., (1997), han descrito dos tipos de coping, el primero definido como las acciones orientadas a dar respuesta, esto incluye estrategias para enfocarse en el problema y tiene como finalidad cambiar la situación ambiental, que el individuo percibe como estresante y amenazadora; algunos ejemplos de ellos es que el individuo se aislé de el contexto estresante, tome decisiones, comunique sus sentimientos y solucione problemas interpersonales.

El segundo tipo de coping esta compuesto por características intrapsíquicas del sujeto, que incluyen las estrategias centradas en las emociones; cuya finalidad es modular o regular la reacción interna emocional hacia el estrés o la situación amenazante; algunos ejemplos de esto son la reestructuración cognitiva o redefinición de la situación, minimización,

centrarse en los aspectos positivos de la situación, evitación y el uso de mecanismos de defensa. El propósito de estas estrategias es alterar, suprimir o defenderse en contra de sentimientos desagradables que experimenta el individuo.

Para que la persona realice un coping adecuado es necesario que pueda utilizar los siguientes dominios: habilidades para la resolución de problemas (análisis de información, generar soluciones y considerar las consecuencias), contar con redes de apoyo (amigos, familia extensa y vecinos), tener recursos útiles (ingresos, servicios profesionales y educación) y tener un sistema de valores (las creencias, la religión y principios morales). (Folkman, Lazarus, & Schaefer, 1980, citados por Sandler, I., & Wolchik, S., 1997)

Dentro de las semejanzas que comparten el concepto de resiliencia y el coping se encuentra que para ambas visiones el hombre se enfrenta constantemente a situaciones de adversidad, las cuales requieren de él la generación de mecanismos para dar respuestas a estas demandas; es decir, que para poder decir que una persona tiene características resilientes o desarrollo un coping adecuado, se vio obligado a enfrentar una situación adversa o le fueron impuestas necesidades y retos. Ambas visiones contemplan al individuo como un ser con capacidad de cambio, que le permite ser proactivo en la creación y desarrollo de estrategias, que le ayudan a tener un enfrentamiento efectivo ante la adversidad; las cuales van desde la resolución de conflictos hasta la toma de decisiones, lo cual implica en el sujeto una concientización por su propio cuidado, su vida en general y por las consecuencias que sus acciones puedan tener en el ambiente.

Tanto el coping como la resiliencia se desarrollan a través de las cualidades individuales y recursos sociales; las primeras corresponderían a las características del temperamento, la habilidad para resolver conflictos, la toma de decisiones, la motivación de logro, la capacidad de establecer relaciones interpersonales y las propias fortalezas; en los recursos sociales están las redes de apoyo, los elementos útiles del medio que el individuo utiliza para satisfacer necesidades y resolver conflictos.

En ambas perspectivas se tienen en cuenta las diferentes áreas del hombre (individual, familiar, laboral, escolar y comunitaria) y las etapas del ciclo vital, las cuales le proporcionan apoyo y le permiten desarrollar estrategias para enfrentar y solucionar situaciones que implican retos, estas estrategias varían de acuerdo a la edad, los aprendizajes y las experiencias que ha tenido el individuo, y van a influir en la resolución de conflictos que cada una de las etapas le impongan al sujeto.

Por otro lado, estas dos visiones tienen puntos de desacuerdo, el concepto de coping plantea que un individuo da una solución específica a un problema, en un momento determinado; mientras que la resiliencia busca que el hombre pueda desarrollar una actitud de vida a partir de todos los aprendizajes y experiencias que ha tenido respecto a la adversidad y pueda conocer elementos que en circunstancias difíciles posteriores, le serán útiles para enfrentarlas y crecer a partir de ellas.

Así mismo, el coping enfatiza en las características que están dadas por la capacidad cognitiva del individuo, es decir, que el coping depende del nivel intelectual que posea la persona; por el contrario para la resiliencia el enfrentamiento de situaciones adversas no sólo requiere un nivel intelectual

adecuado, sino también unas características individuales particulares, apoyo del medio, factores protectores y alcanzar un nivel de espiritualidad

Otro de los conceptos asociado con resiliencia desde el enfoque cognitivo – conductual es el de locus de control; la primera descripción de este concepto se debe a Phares, (1951), citado por Rotter, (1954), citado por Cifuentes, C., & Cols., (1990), quien demostró que las personas diferían en cómo daban respuesta a sus experiencias de éxito o fracaso de determinadas conductas.

Rotter, (1954), citado por Cifuentes, C., & Cols., (1994), propuso en su teoría la existencia de dos fuentes de control: uno externo y uno interno, el primero se presenta durante el proceso de desarrollo y adaptación del individuo al medio social y el segundo desarrollado a medida que el sujeto madura a nivel cognoscitivo y asimila las normas sociales impuestas por el medio.

Luego en 1962, Rotter, introduce la teoría del control interno y externo, la cual propone que el individuo busca la causa que determina los hechos, circunstancias o las acciones en el ambiente o internamente. (Vivas, & Cols., 1998)

En 1996 Rotter, citado por Leal, L., (1999), describió en ese entonces el locus de control como la explicación y la descripción de las creencias más o menos estables del propio comportamiento del individuo. Esta teoría daba explicación a tres partes interconectadas: una filosofía social, una teoría de la personalidad y técnicas con las que se modifica la conducta; esto supone que a las personas se les entiende mejor cuando se encaminan hacia sus objetivos, construyen su propia visión de la realidad a partir de lo que han

aprendido y se benefician de la adaptación, un mecanismo para manejar el ambiente en el que se encuentran.

De igual manera propone una fórmula general en la cual el potencial para que una conducta ocurra es una situación psicológica específica en función de la expectativa de que dicha conducta llevará a un reforzamiento particular en esa situación, y del valor que tiene para el sujeto dicho reforzamiento. La fórmula trabaja con tres conceptos básicos: la expectativa de refuerzo, el valor del refuerzo y la situación psicológica.

La primera, se define como la probabilidad que el individuo ve que un esfuerzo particular ocurra en función de una conducta específica propia. La segunda, se refiere al grado de preferencia de un individuo hacia un esfuerzo particular para que esta suceda, teniendo en cuenta que las probabilidades de ocurrencia de todos los refuerzos fueran iguales. La tercera, se refiere al modo cómo el individuo percibe y valora la situación. (Pérez, 1984, citado por Leal, L., & Cols., 1999)

Según Levenson, (1974), citado por Vivas & Cols., (1998) el concepto de locus de control se refiere al grado hasta el cual una persona percibe los eventos de sus propia vida como consecuencia de sus propias acciones o como resultado de la acción de otras fuerzas externas, es decir, que es interno en la medida en que se siente responsable del control de su propia conducta.

En cuanto a los puntos de encuentro de los conceptos de resiliencia y locus de control, se puede identificar que los dos tienen la concepción de que si una persona recibe elementos positivos tras las acciones que realiza, esta conducta será repetida, puesto que el ambiente determinará si las

conductas o estrategias que utiliza un individuo para dar soluciones son adecuadas y se enmarcan dentro de las normas sociales, si esto sucede el individuo podrá encontrar en su ambiente un apoyo y una noción de lo correcto de sus acciones, las cuales podrán ser repetidas en circunstancias similares en diversas situaciones.

Así mismo, el individuo que se ve enfrentado a situaciones adversas o a demandas del ambiente debe buscar en si mismo las fortalezas, cualidades, habilidades y estrategias, que le permitan tener un control sobre la situación y saber que de él dependerá salir adelante de dichas situaciones, lo cual crea un sentido de responsabilidad, sobre sus propias acciones y las consecuencias que ellas traen consigo.

El concepto de locus de control trabaja desde dos aspectos, lo interno y lo externo al hombre, el primero corresponde a las acciones y cualidades propias del sujeto; el segundo se refiere a las cosas que tienen lugar en el medio y cómo este interpreta las acciones realizadas por el individuo. De igual manera la resiliencia tiene en cuenta que el hombre realiza acciones desde su propia motivación, pero el ambiente tiene gran influencia en cómo deben llevarse a cabo esas acciones, para un fin determinado.

La principal diferencia entre estos dos conceptos, radica en que el locus de control es un elemento constitutivo para que un individuo sea resiliente, sin embargo este por si sólo no es suficiente para que un individuo supere las adversidades de la vida y pueda crecer a partir de ellas. Es decir, que la resiliencia no desconoce la importancia de este concepto, pero considera que para que un individuo surja fortalecido de la adversidad, es necesario contemplar otros elementos (mecanismos protectores, características

temperamentales, acciones dirigidas a la obtención de metas, expectativas propios del sujeto, el apoyo y los recursos que el medio le puede brindar, entre otras), que le dan una visión más integradora al hombre. Así mismo, es importante recalcar que el locus de control se centra principalmente en las competencias cognoscitivas del sujeto, lo cual es un aspecto primordial pero no es suficiente para explicar las capacidades resilientes para enfrentar la adversidad en un individuo.

El concepto de adaptación, ha sido trabajado principalmente desde el enfoque cognitivo – conductual y guarda una estrecha relación con la perspectiva de la resiliencia.

Según Nevid, J., & Rathus, E., (1992) la adaptación “es un comportamiento que permite a los individuos enfrentar las demandas del ambiente”. (p. 9). La adaptación implica un cambio que ayuda al individuo a confrontar o conocer las demandas del ambiente, lo cual incluye iniciativa, crecimiento, desarrollo intelectual, emocional, social, físico y vocacional. (p. 14)

Para Hernández, P., (1991) la adaptación “es un criterio operativo y funcional de la personalidad, en el sentido que recoge la idea de observar hasta que punto los individuos logran estar satisfechos consigo mismos y si sus comportamientos son adecuados a los requerimientos de las distintas circunstancias en que tienen que vivir; cuando el comportamiento que emite el individuo en general es adecuado a sus propósitos o a las expectativas de los demás, se habla de adaptación. (p. 366 – 367)

Las características individuales determinan la forma en que una persona se adapta a las circunstancias de su medio, estas características individuales

son las que conforman la personalidad y estas a su vez determinará el grado de ajuste de una persona a las diferentes situaciones y contextos.

Según Hernández, P., (1991) “si la personalidad constituye un término y el ambiente es otro, la adaptación es el puente adecuado entre ambos, en tanto conducta adecuadamente emitida. Por lo tanto, la adaptación se empobrece cuando la personalidad, fuente de la conducta esta constituida por mecanismos distorsionantes o entorpecedores, pero también cuando el ambiente objeto de la conducta, por un lado, pero conformador y modelador de la personalidad, por otro, presenta distintos tipos de obstáculos”. (p. 367)

La semejanza que se puede extraer entre estas dos perspectivas, es que ambas ven al individuo como un ser inmerso en un contexto particular, lo cual lo llevará a conocer las normas, los recursos y las posibilidades de desarrollo propias de dicho contexto para poder ajustarse a él. En el momento en que una persona conoce su medio y logra introducirse a el satisfactoriamente, obtendrá un reconocimiento de otros y será aceptado como un miembro de la comunidad, lo cual permitirá desarrollar un sentido de pertenencia, que es una de las principales áreas de la resiliencia.

Sin embargo, desde la perspectivas de las autoras, retomado el concepto de resiliencia, la adaptación obliga al sujeto a realizar sacrificios para poder ajustarse a las exigencias del ambiente, estos sacrificios incluyen en muchos casos negarse características, pensamientos, comportamientos y sentimientos propios, que hacen parte de la personalidad del sujeto, condenándolo a lo que el medio le imponga, convirtiéndose en un ser complaciente y pasivo ante los eventos y las personas. La adaptación

implica que el sujeto renuncie aspectos importantes para él, con el fin de agradar a otros o simplemente sobrevivir en su ambiente, lo cual lleva a que se obstaculice el desarrollo de la personalidad, convirtiendo al individuo en un ser pasivo, incapaz de cambiar el ambiente, de ser proactivo y tener iniciativa, para tomar decisiones que repercutirán en su vida.

Las autoras no desconocen que existen elementos positivos en la adaptación, pero consideran que esta no debe ser una forma de vida constante, es decir, que no puede ser utilizada en todos los momentos en que el individuo se ve enfrentado a situaciones problema, puesto que la resiliencia implica una lucha por salir fortalecido y crecer a partir de las circunstancias.

Según Manciaux, M., (2002) existe una clara distinción entre la resiliencia y los conceptos de adaptación y coping, para el autor la adaptación es un proceso pasivo donde el individuo no ejerce ningún tipo de control sobre su ambiente, no se produce un cambio que lo beneficie, por el contrario es el individuo que tiene que ajustarse a lo que el medio le imponga. El coping es una forma puntual y limitada en el tiempo de solucionar problemas, el individuo crea una estrategia única para dar una solución a la situación, por el contrario la resiliencia ve en las personas con características resilientes estrategias duraderas en el tiempo y en el espacio, es decir que desde el coping la persona actúa en el presente inmediato y la resiliencia evoca las experiencias del pasado, para utilizarlas en el presentes y en el futuro.

Enfoque Sistémico

El concepto de resiliencia, ha sido recientemente trabajado en el enfoque sistémico en los procesos de abordaje familiar, para este enfoque la resiliencia se concibe como la capacidad que tiene un sistema para resistir cambios producidos por su entorno. (Quintero, A., 1999)

Según Hernández, A., (1997), citado por Quintero, A.,(1999). También puede definirse como la capacidad de los sistemas de absorber el cambio cualitativo y mantener la integridad estructural a lo largo del proceso de desarrollo.

El concepto de la resiliencia desde la perspectiva sistémica se relaciona principalmente con los conceptos de autopoiesis y autorregulación.

Poiesis es un concepto griego que significa producción, la autopoiesis se define como la autoproducción. Esta palabra apareció por primera vez en un artículo publicado por Maturana, H., & Varela, F., (1974), en donde se planteo que los seres humanos son sistemas que se producen incesantemente, es decir, que los sistemas autopoieticos son simultáneamente productores y producto, por esta razón se puede decir que son sistemas circulares.

Desde el punto de vista de Maturana el concepto de autopoiesis es lo que se denomina el centro de las dinámicas constitutivas de los sistemas vivientes; para que ellos puedan vivir de manera autónoma, es necesario que obtengan recursos del ambiente en el cual viven, debido a que son sistemas autónomos y dependientes a la vez.

Para Maturana, H., & Varela, F., (1989) “un sistema autopoietico es definido como unidad por su organización autopietica. Para que esta

organización se materialice en un sistema físico, se requieren componentes definidos por su papel en la autopoiesis y descriptibles en relación con ellas. Además, esos componentes sólo pueden concretarse en elementos materiales capaces de exhibir las propiedades necesarias en las condiciones especificadas por la organización autopoietica y deben ser producidos en la debida relación topológica dentro del sistema autopoietico concreto que ellos integran". (p. 79)

Es decir, que la autopoiesis hace referencia a todos los sistemas vivientes y se define cómo la forma en que un sistema se organiza de acuerdo a unos elementos constitutivos que están determinados por su estructura interna. Los sistemas autopoieticos se encuentran en un continuo cambio que proviene de las exigencias y demandas de su entorno, podría decirse que un sistema autopoietico es autónomo en el sentido en que el mismo define su autoorganización; sin embargo el sistema siempre depende de los recursos que el ambiente le proporciona, lo cual hace que sea producto y productor.

Cuando el ambiente obliga a un sistema a realizar un cambio, este debe recurrir a su propia organización y a los elementos que la componen para cumplir con la demanda; aclarando que el ambiente nunca podrá ser el que determine que tipo de cambios debe realizar el sistema, ya que este es autónomo y productor de sus propias soluciones. Es decir, que un sistema autopoietico tiene siempre la capacidad de autoorganizarse, autodeterminarse y ser autónomo.

Para González, F., (1997), "los sistemas vivientes operan bajo dos dominios: uno interior que es la dinámica estructural y fisiológica, el otro es el entorno. La historia de vida del individuo esta dada por cambios

estructurales, que se dan momento a momento y se determinan por las interacciones con el entorno; si las demandas del ambiente exigen un cambio en el sistema este producirá los cambios en su interior". (p. 21)

Si se hablara desde la resiliencia podría decirse que las demandas ambientales que se le imponen a un sistema corresponderían a las adversidades o a situaciones que de alguna manera no perjudican al individuo, pero lo obligan a realizar cambios internos que de una u otra forma influirán en el ambiente que esta enfrentando. Desde el enfoque sistémico se habla de cambios a nivel estructural, lo cual para la resiliencia implicaría cambios en el tipo de recursos, herramientas y estrategias que utiliza el individuo para dar solución a esas circunstancias particulares. Lo que conlleva a afirmar que el hombre y los sistemas vivientes están inmersos en un ambiente, el cual los obliga a ponerse retos y cambiar, ya que esto permite que se de un proceso de evolución y desarrollo, que les ayude a sobrevivir en un entorno cambiante. Para que un sistema pueda surgir de la adversidad necesita una movilización interna que lo acompañe, es decir, que el medio puede proporcionar una serie de recursos para ayudar al individuo, pero si este no asimila la importancia del cambio, nunca se va a dar.

Desde ambas perspectivas se comparte la idea de que el hombre mantiene una continua relación con el ambiente y las acciones realizadas por cualquiera de las dos partes siempre van a afectar a ambos, ya sea de manera negativa o positiva; por tal razón se dice que los sistemas son productores y producto; desde la resiliencia estos términos equivaldrían a la

capacidad de iniciativa, ser activos y estar en capacidad de tomar decisiones para modificar las situaciones.

El hombre es producto en la medida en que se encuentra influenciado por las características del entorno, las cuales lo hacen actuar de una manera particular; desde una visión de resiliencia el producto proviene de la composición de las redes sociales y el papel que ellas juegan en el desarrollo del individuo.

Podría decirse que el término de autopoiesis no se opone rotundamente a la resiliencia, más bien forma parte de un elemento esencial en el entendimiento de este concepto; es decir, que brinda luces a la forma de entender las dinámicas y los cambios que se producen a nivel individual, familiar y social, ante el enfrentamiento de situaciones que impliquen riesgo o la generación de nuevas estrategias de afrontamiento.

El concepto de autopoiesis teniendo en cuenta los planteamientos de la resiliencia, son de gran utilidad en los contextos clínicos, educativos y sociales, a nivel de intervención, puesto que le dan al hombre la connotación de posibilidad, es decir, que retoman las cualidades propias de cada individuo para utilizarlas apropiadamente dentro de la intervención, nunca dejando de lado la importancia de la relación individuo – ambiente y los recursos que de ellos se derivan, para posibilitar el cambio y la supervivencia.

El otro concepto que ha sido planteado desde el enfoque sistémico y se relaciona con la resiliencia es el de autoreferencia. Según Whitaker, R., (1995) la autoreferencia se define como “la significancia de un carácter o comportamiento del sistema es significativo sólo respecto a si mismo”. (p. 2)

Cuando se habla de autoreferencia se hace explícito la inclusión y la participación de los observadores en el sistema; es decir, que se sitúa al observador como parte integral del sistema observado. En la autoreferencia se genera una intersección entre el entorno y el observador, no se pueden separar las propiedades personales de la situación que se está describiendo. (Elkaim, M., 1989)

“Lo que siente el observador remite no sólo a su historia personal sino también al sistema en que se emerge, el sentido y la función de esa experiencia es una herramienta de análisis y de intervención al servicio mismo del sistema”. (Elkaim, M., 1989) (p. 15)

Es decir, que la connotación de autoreferencia implica que en un individuo se tenga en cuenta su singularidad y permite observar en el mismo sentimientos que son elementos esenciales en el análisis y devenir de su propio ser.

La importancia de la autoreferencia está dada por la comprensión que se puede llegar a tener, de cómo un individuo a través de su historia personal realiza interpretaciones de lo que vive en la interacción con otros; el significado de estas interacciones está determinado por las percepciones que realiza el individuo de las historias vividas. En conclusión, podría decirse que la realidad expresada por un individuo, dice más de él mismo, que de la interacción generada en la interrelación con otros.

Para la resiliencia, el concepto de autoreferencia se podría comprender desde las interpretaciones que realiza un individuo de las experiencias de adversidad.; lo cual significa, que un individuo asimila la realidad externa de acuerdo a su propia historia y a la forma en que percibe la realidad. El

individuo ante una realidad adversa puede tener una visión optimista, donde rescata elementos que pueden servir de aprendizaje y son de utilidad para él; esta experiencia puede ser considerada cómo una fuente de estímulo y desarrollo, que le facilitará llegar a crecer personalmente. Por otro lado un individuo ante una situación adversa, puede asumir una posición pesimista y derrotista, que lo condenará a pensar sobre si mismo como un ser incapaz de modificar elementos negativos y tener un control sobre la situación, lo cual obstaculizara su desarrollo. Se podría decir que el término de autoreferencia equivale a las interpretaciones positivas o negativas que hace un individuo de una situación particular.

Al igual que el concepto de autopoiesis, el de autoreferencia es un componente que enriquece el desarrollo de una resiliencia, es decir, que si el individuo interpreta el mundo de forma satisfactoria para el y su ambiente, logrará encontrar aspectos que lo motiven para continuar en el desarrollo de su propio ser, alcanzando las cosas que considera importantes. La resiliencia, es una nueva visión de cómo los individuos enfrentan la adversidad y la autoreferencia le permite interpretar dichas adversidades de forma más optimista y rescatando de el, elementos que le puedan ser útiles para asumir la realidad, con el fin de lograr modificar lo que el ambiente obstaculiza en él.

INVESTIGACIONES EN RESILIENCIA

Para entender la evolución del concepto de resiliencia, es importante mostrar que las primeras investigaciones que se realizaron, buscaban explicar los efectos de la adversidad en un individuo, familia y comunidad, basándose en un modelo de riesgo, que situaba al individuo en una posición en la cual, el riesgo siempre traía una consecuencia negativa sobre el desarrollo.

Posteriormente, los planteamientos de Emiliy Werner entre la década de los setenta y ochenta, permitieron tener una nueva visión acerca del riesgo, la vulnerabilidad y la adversidad; donde la autora acogió el término de invulnerabilidad para explicar cómo los individuos pueden desarrollarse adecuadamente a pesar de enfrentarse a una historia de riesgo. Lo cual despertó el interés por realizar estudios sobre la resiliencia en diferentes poblaciones; los resultados que fueron obtenidos mostraron que el concepto de invulnerabilidad debía ser modificado por un concepto que describiera de manera más realista el fenómeno de la recuperación frente a la adversidad. A partir de ésta premisa los investigadores, crearon el concepto de resiliencia y ampliaron el campo de investigación, para dar base a un nuevo planteamiento teórico que explicara la forma en que los individuos superaban la adversidad.

A continuación se hará un breve recorrido de los resultados obtenidos en algunas investigaciones, que permitirán conocer la evolución del concepto de resiliencia a través del tiempo.

Durante la primera mitad del siglo veinte, el movimiento de higiene mental, se dedicó a prestar excesiva atención a la asociación entre las experiencias de niños en cuanto al estrés y el desarrollo de diferentes formas de patología o desordenes mentales.

Durante la segunda mitad del siglo veinte las investigaciones sobre las experiencias de riesgo, consideraron incluir las interrupciones en la vida familiar, asociados con desordenes mentales de los padres, con padres coercitivos en la interacción familiar e inadecuada supervisión de las actitudes de los hijos, divorcio y crónico estrés de la vida diaria. (Rutter, M., 1995, citado por Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000),

Se observó que en un extremo, algunos niños sucumben en su desarrollo ante la persistencia severa de psicopatologías, en el otro extremo, algunos niños parecen escapar de los efectos de circunstancias adversas y aparecen fuertes ante las experiencias negativas. (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000)

Por muchos años el fenómeno de la resiliencia recibió poca atención investigativa. Para la mayoría, las diferencias individuales tendían a ser algún factor genético indefinido y fueron catalogadas como de bajo interés, en parte porque el fenómeno parecía ser inexplicable y en parte porque las investigaciones psico – sociales, parecían temer que una focalización en resultados exitosos subsiguientes a las experiencias adversas, pudieran distraer la atención de los legisladores, de la necesidad de enfocar la atención en la realidad del daño al desarrollo psicológico, que se derivan de las adversidades y los estresores psico - sociales. (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000)

Las investigaciones se centraron en el estudio de los efectos de la privación materna, principalmente, como el reto más importante para una investigación simple. Desde entonces, las investigaciones han confirmado la realidad de las diferencias individuales. (Paykel, 1978, citado por Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000)

Durante 1970, el clima investigativo cambio y el concepto de invulnerabilidad en los niños, se hizo popular; se encontraron hallazgos que demostraron que la resiliencia ante el estrés de los niños es relativa, el origen de la resistencia al estrés, es tanto genética como constitutiva, el grado de resistencia no es constante a las características individuales y que varía con el tiempo y de acuerdo a las circunstancias. (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000)

A partir de este tipo de investigaciones, la atención se centró aún más en la descripción del concepto de resiliencia, entendiendo qué aspectos y características abarcaban este fenómeno y cómo podía utilizarse el término para explicar cómo algunos individuos superaban adecuadamente situaciones difíciles y adversas. Al igual, la investigación enfatizó en cómo la resiliencia puede llegar a ser también una medida preventiva.

El concepto de la resiliencia individual, es considerado importante en la prevención de desordenes mentales, lo cual hace necesario implementarlo en el desarrollo de la gente joven y en estudios investigativos. Así mismo, es importante el preguntarse por los factores de riesgo y factores de protección que hacen o no resiliente a un individuo. (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000)

En muchas de las teorías e investigaciones el concepto de resiliencia ha sido estudiado, identificando cuatro áreas generales:

1. En la cual se enfatiza en el valor y se focaliza en los resultados positivos y no justamente en lo patológico. Por ejemplo, Masten, A., & Luthar, S., (1991) investigaron los factores asociados con el desarrollo de competencias sociales. Bandura, A., (1997) estudió las causas y las consecuencias de la eficacia individual.
2. Se enfocan en la atención a los efectos de las experiencias positivas en varios niños, por ejemplo en la depresión se investiga acerca de la importancia del apoyo de la sociedad para salir adelante (Thoits, 1983, citado por Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000).
3. El interés se concentra en el estudio de procesos individuales ante el estrés y la adversidad, por ejemplo Murphy, D., (1962) estudió el comportamiento de la gente ante las situaciones problema y como esta conducta varia de acuerdo a cada persona.
4. En esta área se hace énfasis en las formas en que un individuo responderá al estrés y la adversidad en el futuro; en este aspecto la resiliencia se enfoca en cómo afecta a las personas las experiencias adversas y cómo ellas las enfrentan.

En este momento histórico se comienza a consolidar la investigación en resiliencia; enfocándose en la identificación de algunas características presentes tanto a nivel individual como social, que pudieran promover la resiliencia, entendiendo que ninguna por sí sola hace a un individuo resiliente, sino que el conjunto de éstas da lugar la aparición de éste fenómeno.

Inicialmente, en la investigación había una tendencia a asumir o bien que se presentaba alguna característica permanente de la persona, o alternativamente se derivaban de puntos específicos del intercambio entre la persona y el estrés del medio o de la adversidad.

Los hallazgos son un claro punto que muestran que los procesos que promueven la resiliencia, se dan por interacciones personales buenas a lo largo de la vida.

En conclusión, se puede ver que se enfatiza en el hecho que la resiliencia es un proceso y no una característica (Felsman, & Vaillant, 1987, citados por Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000) que se determina de acuerdo al impacto de la vida de cada persona, en su historia y su narrativa individual (Cihler, 1987).

Otras investigaciones, centraron su mirada en los factores de riesgo, entendiendo que uno de ellos por sí solo probablemente no generaba daño en la persona, pero que un conjunto de estos podían afectar seriamente a una persona en su desarrollo, como en la adquisición de ciertas fortalezas que le permitirían hacer frente a una situación problemática.

Se encontró que era más común que se presentara en los niños una variedad de factores de riesgo a que se presentara sólo un factor de riesgo como desencadenante, se observó una asociación de factores de riesgo que se acumulan generando situaciones difíciles (Brederman, & Cía., 1995, citados por Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000).

Muchos estudios sobre riesgos psico – sociales envuelven a niños que han tenido una experiencia de riesgo particular negativo, tales como admisión en hospitales, divorcio de los padres y maltrato o lesiones físicas.

Entonces la resiliencia es definida en términos de la presencia de competencia social o ausencia de psicopatología o experiencias simples de riesgo. (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000)

Es necesario concluir que en un estudio sobre resiliencia es vital incluir tanto los factores genéticos como los ambientales para poder ver problemas y desordenes futuros, tener una nueva visión sobre los efectos de la adversidad y contemplar las diferentes áreas del desarrollo individual.

Anteriormente se realizó un breve recorrido histórico, el cual ilustra cómo fueron las primeras aproximaciones en la investigación de resiliencia; a continuación se presentaran las investigaciones donde su eje central es la resiliencia, propiamente dicha.

Dentro de las investigaciones que se han realizado en resiliencia se puede observar que sus principales focos de estudio han sido la población infantil y las problemáticas que se han trabajado desde este aspecto, han sido la privación ambiental, la psicopatología de los padres, el divorcio, los factores de riesgo, los cuidadores alternativos y la importancia del vínculo afectivo. Todos los estudios e investigaciones se han aplicado en diferentes niveles, desde lo individual, familiar, escolar y comunitario. Su finalidad ha sido delimitar el concepto de resiliencia, identificar características resilientes y encontrar los factores que la promueven o la obstaculizan; con el fin de desarrollar y crear estrategias de prevención, diseñando programas que promuevan la resiliencia en diferentes contextos y poblaciones.

El estudio que se presentará a continuación es el primer y más amplio que se ha realizado en la historia de la resiliencia y ha sido el precursor de todas

las investigaciones que se han realizado en torno a la resiliencia, llevado a cabo por Werner, E., & Cols., (1971).

Este estudio longitudinal trabajó con un grupo de niños que representan un gran número de grupos étnicos y diversidad de estratos socio – económicos, en la isla de Kauai en Hawai (Estados Unidos); donde se observaron a setecientas personas por más de tres décadas, aproximadamente un tercio habían crecido en un contexto de alto riesgo.

Más de la mitad de los niños participantes del estudio crecieron en un ambiente de deprivación, con la presencia de un gran número de factores de riesgo (pobreza crónica, padres que no se graduaron de bachilleres, ambiente familiar desorganizado, padres discapacitados o signos de psicopatología, incluyendo el abuso de sustancias), los niños del estudio habían sufrido complicaciones en el nacimiento y presentaban estrés perinatal.

El estudio realizado en Kauai, se centró en la observación de múltiples factores de riesgo tanto a nivel individual como social, a lo largo de las diferentes etapas de desarrollo en el ciclo vital, entendiendo que cada uno de estos factores a pesar de haberse presentado en una etapa particular, podían tener efecto en el desarrollo de un individuo en la edad adulta.

En esta investigación el alto riesgo fue definido en términos de cuatro o más factores de riesgo, experimentados antes de los dos años. Al rededor de una tercera parte eran vulnerables en estos aspectos y las investigaciones siguientes confirmaron que estos niños mostraron una escala mayor de problemas psico – sociales en la niñez y la adolescencia.

Algunos hallazgos de esta investigación sugieren que: primero, había alguna consistencia en los tipos de variables que actuaban a través del tiempo de vida al desarrollo de la resiliencia. Estos incluían características temperamentales que demostraban respuestas sociales positivas de otras personas; un estilo de vida planeado asociado con autoestima y éxito; la posibilidad de atención por parte de los adultos que inculcaban confianza y coherencia; segundas oportunidades en la escuela, trabajo, iglesia o en la milicia, que los llevaría a nuevas experiencias para ser competentes y seguros de si mismos.

Segundo, se encontró que el riesgo y la protección actúan en el transcurso del desarrollo. Debe decirse, que influencias nuevas en la infancia, adolescencia o juventud tienen efectos tan importantes, como los de la primera infancia. Puntos positivos en la juventud incluían matrimonios o una relación estable, el nacimiento del primer hijo, la práctica de una carrera, especialización y convertirse en miembro destacado de la iglesia o comunidad religiosa.

Tercero, se obtuvo evidencia que existen muchos efectos secundarios. Por ejemplo, las demostraciones fuertes y tempranas de temperamento, o la aparición de problemas de comportamiento, las cuales estaban asociados con la certeza de que tendrían un apoyo posterior.

Cuarto, existían muchas variables, particularmente de orden cognitivo y alta motivación, que tendían a tener grandes efectos en aquellos de orígenes de altos riesgos. Parecía que enrolarse en la milicia era, algunas veces, de importancia para muchachos de orígenes deprimidos, pues les daba oportunidad de progreso académico y aprender oficios variados. Un

matrimonio estable donde existe una adecuada relación era protector y sanador con relación a adversidades en la niñez y la adolescencia.

Niños que habían experimentado cuatro o más factores de riesgo no obstante no tuvieron problemas de aprendizaje o de comportamiento en la adolescencia e infancia, éste grupo constituye una minoría de personas con características resilientes, los cuales fueron comparados con otros dos grupos, los cuales habían vivido los mismos riesgos.

El primer grupo de comparación reunió a aquellos que habían desarrollado problemas de aprendizaje y de comportamiento hacia los diez años. El segundo grupo estuvo conformado por aquellos con una historia de delincuencia y problemas de salud mental a los diez y ocho años.

Los tres grupos habían vivido pobreza absoluta. Los niños con características resilientes y los dos grupos de comparación habían experimentado todas las cargas emocionales y adversidad, la totalidad de experiencias negativas, fue significativamente más baja en el grupo de resiliencia.

Así mismo, Werner, E., & Smith, R., (1989), en una de las observaciones que realizaron en el estudio longitudinal de Kauai, monitorearon el impacto de una variedad de factores de riesgo biológicos y psicológicos, eventos estresantes y factores protectores en el desarrollo de seiscientos noventa y ocho niños Asiáticos y de la Polinesia, la mitad de los niños vivían en una pobreza crónica; varios datos fueron recolectados de los niños y las familias en el momento del nacimiento, en el período post parto y en las edades de uno, dos, diez, diez y ocho, treinta y dos y cuarenta años.

Uno de tres niños presentó problemas de aprendizaje y de comportamiento en las dos primeras décadas de su vida. La mayoría de los niños habían sido expuestos a múltiples factores de riesgo como complicaciones perinatales, psicopatología de las padres, inestabilidad en la familia y pobreza crónica. Un grupo de setenta y dos niños que habían experimentado cuatro o más factores de riesgo antes de la edad de dos años se desarrollaron como personas competentes, confiables y padres preocupados. La mayoría de estos niños resilientes se caracterizaban por ser activos, afectuosos, tiernos y fáciles de llevar en su infancia.

El estudio longitudinal de Kauai buscó explicar el fenómeno de la resiliencia en las diferentes etapas del ciclo vital, las investigaciones que se presentan a continuación se enfocan en un solo periodo del desarrollo del individuo (infancia, adolescencia, adultez y vejez), teniendo en cuenta las variables individuales, familiares, escolares y comunitarias que influyen en el desarrollo de características resilientes y decrementan los factores de riesgo a través de mecanismos protectores.

Dentro de las investigaciones realizadas en el periodo de la infancia, Moriarty, (1987), citado por Shonkoff J., & Meisels, S., (2000) ilustró características resilientes en un infante, con defectos sensitivos. Este niño a las cuatro semanas de nacido, mostró un alto nivel de energía y fue capaz de expresar preferencias tales como, querer ser cargado de una manera específica y se observaron respuestas positivas ante el contacto físico. A lo largo del primer año de vida en una observación hecha en casa, se encontró que el niño era activo, asertivo, socialmente responsivo y tenía una capacidad de expresión a través del área motora y pre - verbal.

En otro estudio realizado referente a este periodo, Farber, & Egeland, (1987), citado por Shonkoff, J., & Meisels, S., (2000), reportaron desde Minnesota en el proyecto Madre – Hijo, que los niños hijos de madres abusadoras, que vivían en familias pobres y disfuncionales, eran capaces de encontrar el apoyo de otros cuidadores, estos niños se mostraron alertas, fáciles de calmar y eran socialmente responsivos; un vínculo seguro en éstos niños estaba asociado con adultos cariñosos y preocupados.

Los autores observaron que los niños abusados que tenían vínculos seguros, tendían a ser menos vulnerables ante el abuso de sus madres a la edad de los tres años; estos niños eran más competentes en la resolución de problemas y tenían un adecuado manejo de situaciones frustrantes, eran más alertas, atentos y aplicados.

Wallerstein, & Kelley, (1980), & Hetherington, (1989), citado por Shonkoff, J., Meisels, S., (2000) encontraron características similares en niños preescolares quienes combatieron exitosamente el estrés del divorcio de sus padres; los cuales relataron a los profesores estos acontecimientos sin excesiva ansiedad o necesidad de atención, también mostraron ser más maduros socialmente que los niños preescolares que tenían dificultades en el coping frente al rompimiento marital de sus padres. Los niños resilientes estuvieron en capacidad de distanciarse ellos mismos del conflicto entre sus padres, ya que establecieron ciertas rutinas y mayor orden en sus vidas.

Una de las observaciones que se realizaron en el estudio longitudinal de Kauai en el periodo de la infancia, mostró que los niños de diez años expuestos a múltiples factores de riesgo, a pesar de no tener talentos inusuales o una inteligencia superior, poseían una capacidad adecuada para

resolver problemas, tomar decisiones y mostraban habilidades de comunicación.

Los maestros de la escuela observaron que no sólo eran personas muy sociables, sino también eran extremadamente independientes, estaban en capacidad de controlar sus impulsos y concentrarse en tareas escolares, a pesar de haber crecido en hogares con un desorden crónico, alcoholismo o psicosis en alguno de los padres.

Reportes provenientes de los padres y autoreportes, indicaron que los niños resilientes demostraron interés en diversidad de actividades y hobbies que no estaban estipuladas para un sólo género, estas actividades dieron a estos niños un sentido de orgullo y poder; esto fue especialmente cierto en niños con padres alcohólicos (Werner, E., 1991 Werner, E., & Smith, R., 1989, citado por Shonkoff, J., Meisels, S., 2000).

Los niños resilientes compartían varias fortalezas:

1. Eran muy queridos por los adultos.
2. El estilo cognitivo era reflexivo más que impulsivo.
3. Demostraron un locus de control interno, (creencia que ellos eran capaces de influenciar su ambiente de manera positiva).
4. Eran capaces de usar una estrategia flexible de coping para superar la adversidad.

En un estudio realizado con padres de hijos con desordenes afectivos, en el instituto de Salud Mental, Radke-Yarrow, M., & Brown, (1993), citado por (Shonkoff J., & Meisels, S., 2000) descubrieron que niños con patrones de resiliencia consistentes, eran asertivos y con metas orientadas; estos niños

eran mejor equipados y estaban en capacidad de pedir ayuda a otros adultos.

En el estudio de Wallerstein, & Kelley, (1980), citado por (Shonkoff, J., Meisels, S., (2000), los niños que habían tenido un proceso de coping adecuado en relación al estrés producido por el divorcio de sus padres, se les encontró que disfrutaban de una buena relación con profesores y compañeros de clase, tenían una tendencia a ser buenos estudiantes y desarrollar un autoconcepto positivo.

En el estudio longitudinal de Kauai, entre los factores protectores asociados con una adaptación exitosa en niños expuestos a factores de riesgo, se encontró que el nivel de educación y la competencia materna en el primer año de vida era muy importante. El modelo de madres que ventajosamente estaba trabajando cuando el niño estaba en edad preescolar se consideró como un factor protector en mujeres jóvenes de alto riesgo. (Werner, E., & Smith, R., 1989, 1992), citado por (Shonkoff, J., Meisels, S., 2000).

Se encontró además que, las niñas resilientes tienden a ser parte de familias y hogares donde hay una ausencia de sobreprotección, un énfasis en tomar riesgos, promueven la independencia, tienen un soporte afectivo seguro de su cuidador primario ya sea la madre, abuela, tía o hermana. Los niños resilientes provienen de hogares o familias donde hay una mayor estructura, reglas, supervisión por parte de los padres, mayor disponibilidad de un hombre que sirve de modelo de identificación ya sea el padre, abuelo, hermano mayor o tío y donde se motiva al niño a expresar sus emociones socialmente.

En familias de alto riesgo en donde uno de los padres estaba ausente o incapacitado, los cuidados podían provenir usualmente de cuidadores alternativos, que llegaron a ser muy útiles para el niño. Entre los miembros de la familia se pudieron destacar aquellos que habían jugado un papel importante en la vida del infante, siendo un rol que provee estabilidad, cuidado y modelos positivos de identificación; entre estas personas estaban los abuelos y otros adultos que emergen como un importante amortiguador de estrés en la vida del niño.

En relación a los cuidadores alternativos, en el estudio longitudinal de Kauai se encontró que los abuelos juegan un papel importante como roles de cuidadores y como un soporte emocional en niños cuyos padres eran enfermos mentales o alcohólicos (Werner, E., 1991, citado por Shonkoff, J., Meisels, S., 2000).

Farber, & Egeland, (1987), Herrenkohl, (1994), citado por (Shonkoff, J., Meisels, S., 2000), observaron que los niños resilientes que provenían de hogares maltratadores, frecuentemente desarrollaron un vínculo afectivo fuerte con sus abuelos quienes se convirtieron en un sustituto para el cuidado de sus nietos.

Musick, & Cols., (1987), & Rodke – Yarrow, & Brown, (1993), citado por (Shonkoff, J., Meisels, S., 2000), en sus estudios con madres psicóticas observaron que los niños tenían una mayor posibilidad de superar los efectos de la separación de los padres, si los abuelos se unían con el padre estable en un intento por proveerles amor y cuidado.

Furstenberg, (1987), citado por (Shonkoff, J., Meisels, S., 2000), también demostró el impacto positivo de los abuelos cuidadores en un estudio con

madres adolescentes en Baltimore que decidieron permanecer con sus hijos. Posteriormente se realizó una valoración de estos niños entre los tres y cuatro años de edad y se observó que los hijos de madres solteras tenían un alto puntaje en las valoraciones cognitivas, si estaban siendo cuidados por otro adulto, especialmente la abuela materna. Estas madres solteras que decidieron seguir viviendo con sus padres, tenían una mayor probabilidad de retornar al colegio, graduarse y conseguir un empleo, que aquellas que no tenían soporte parental.

Varios estudios han mostrado que los abuelos son un soporte significativo para los niños producto de un divorcio. Ya sean preescolares, adolescentes o jóvenes que han podido realizar un buen proceso de coping después de la separación de sus padres, posteriormente pueden tener una relación cercana con sus abuelos que están dispuestos a atender sus necesidades. (Wallerstein, & Kelley, 1980, citado por Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000).

Otro cuidador alternativo para estos niños fueron los hermanos, que parecían ser otro factor protector y amortiguador para aquellos niños que viven en familias de alto riesgo. En casos de permanente ausencia, como la muerte de alguno de los padres, deserción, divorcio o en familias con un miembro alcohólico; el hermano que proporcionaba cuidado al niño contribuía a crear un sentido de responsabilidad y madurez social en los niños resilientes de Kauai. Los hermanos que brindaban cuidados, tendían a ser más efectivos cuando jugaban un papel suplementario en vez de sustituto de un padre.

Se han encontrado en los estudios realizados en Kauai, que en los niños resilientes ha habido de por medio un adulto, familiar o vecino que ha

actuado como un factor protector amortiguador, cuando existía un padre ausente, con alguna adicción o una enfermedad mental (Werner, E., & Smith, R., 1989), citado por (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000).

Varios estudios longitudinales han demostrado que niños resilientes obtienen gran soporte emocional de personas ajenas a la familia, como los amigos, vecinos y profesores, en momentos de transición o crisis.

A pesar de que los niños resilientes pueden provenir de la pobreza o familias caóticas y disfuncionales, los niños tienden a ser muy aceptados por sus compañeros y tener al menos un amigo muy cercano. Los niños resilientes mantienen los amigos de la niñez hasta la edad adulta y buscan en ellos un soporte emocional, sin embargo esto es más prevalente en las mujeres que en los hombres. (Werner, E., & Smith, R., 1992, citado por Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000).

La asociación con amigos y padres de estos amigos, que provenían de una familia estable, pudieron ayudar a los niños resilientes a tener una mayor perspectiva y tener una distancia entre ellos y la familia donde existían problemas maritales, psicopatología de los padres o alcoholismo. (Werner, E., & Smith, R., 1989, citado por Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000).

Varios estudios han notado que los niños resilientes disfrutaban el colegio, a pesar de que estos niños no tengan capacidades inusuales, muestran una gran capacidad de ser resilientes, ya que han aplicado sus habilidades de una mejor manera. En muchos casos los niños convirtieron la escuela en un lugar que les permitió refugiarse de una familia donde había discordia. (Werner, E., & Smith, R., 1989), citado por (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000)

Hetherington, (1989), citado por (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000) encontró una gran similitud entre las características de los ambientes del colegio y el hogar, que se asocian con la resiliencia en niños de padres divorciados. En ambos escenarios se observó que un comportamiento adaptativo en los niños dependía de una atmósfera responsiva, organizada y un ambiente predecible, el cual daba mayor consistencia, reglas y responsabilidades. De hecho la estructura, la organización, las reglas y la asignación de responsabilidades eran más importantes para los niños hijos de padres divorciados, que para los que no lo eran. La estructura y el control ayudaban a los niños a mostrar características resilientes, mientras que en las niñas se destacaba la responsabilidad y el cuidado. (Wallerstein, & Kelley, 1980) citado por (Shonkoff., J., & Meisels, S., 2000)

Uno de los modelos de identificación más positivos en los niños fue un profesor predilecto, este no era sólo un instructor en la adquisición de habilidades académicas, sino también era un confidente para el niño.

Una investigación realizada con niños que fueron trasladados de campos de concentración y orfanatos a un colegio en Inglaterra (Moskowitz, 1983) citado por (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000), mostró que estos niños posteriormente en las edades de los treinta y cuarenta años, revelaron afirmaciones excepcionales, todos los sobrevivientes con características resilientes consideraron que algún profesor tuvo gran influencia en su vida, ya que fueron cálidos, compasivos y cariñosos en sus primeros años de vida.

Entre algunas de las diferencias encontradas en jóvenes de diez y siete y diez y ocho años expuestos ha determinados factores de riesgo y jóvenes

con serios problemas de delincuencia o problemas mentales, se observó que los primeros tenían un mayor locus de control interno, un mejor autoconcepto y mayores puntajes en las escalas de responsabilidad, socialización y logros. (California Psychological Inventory CPI) (Werner, E., & Smith, R., 1989), citado por (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000) .

Los jóvenes con un buen proceso de coping, a pesar de estar expuestos a una pobreza crónica, psicopatología en los padres y discordia familiar, estaban más orientados a las metas, que aquellos jóvenes que estaban expuestos a constantes problemas. Los jóvenes resilientes eran más sociables, maduros y habían internalizado valores más positivos, eran personas más empáticas y con una mejor percepción social, que aquellos compañeros que no tenían un proceso de coping adecuado. Posteriormente estas características los diferenciaron en las edades de treinta y dos y cuarenta años. (Werner, E., & Smith, R., 1992), citado por (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000).

Un gran número de estudios hechos sobre niños resilientes de varias clases socioeconómicas o etnias mostró que aquellas familias que tenían creencias religiosas proporcionaban, al niño un sentido hacia la vida especialmente en situaciones de gran adversidad (Werner, E., & Smith, R., 1989), citado por (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000)

El contenido de las creencias variaba desde el Budismo, Mahometismo, Catolicismo y versiones liberales del Judaísmo y Protestantismo. Estas creencias parecieran dar al niño con características resilientes un sentido relacionado a sus raíces, coherencia de vida (Antonovsky, 1987) (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000), una convicción de que sus vidas tenían un sentido y

creían que las cosas iban a mejorar al final, a pesar de situaciones adversas. En la vida adulta la fe es considerada como uno de los factores protectores más importantes en hombres y mujeres que han superado la adversidad (Werner, E., & Smith, R., 1992), citado por (Shonkoff, J., & Meisels, S., 2000).

Dentro de los resultados obtenidos de estas investigaciones se puede inferir que los vínculos afectivos, los cuidadores alternativos, las creencias religiosas y las redes de apoyo, ayudaron a estos individuos a desarrollar relaciones interpersonales, resolver problemas, distanciarse de la patología de los padres, tomar decisiones, establecer rutinas, dar un mayor orden a su vida, lo cual se manifestó en el hecho de que fueron personas competentes, exitosas y activas, en su edad adulta.

Todas estas investigaciones y los resultados que arrojaron, comprueban que la resiliencia es la mejor forma de abordar la adversidad, ya que ve al individuo como alguien con posibilidades, que a pesar de crecer en situaciones difíciles y poseer una historia de riesgo, puede desarrollar capacidades, formar un hogar, entablar relaciones interpersonales adecuadas, formar un sistema de valores, crecer a nivel personal y desempeñarse laboral o profesionalmente.

La presente investigación también se centra en el estudio de características resilientes en niños, de acuerdo a factores comunitarios y familiares, donde Guzmán, F., & Hernández, A. (1998) con ocasión del Encuentro Latinoamericano sobre Políticas de Infancia hacia el Siglo XXI (Bogotá, 1997), desarrollaron el proyecto titulado “Evaluación de los Factores de Resiliencia en Niños Latinoamericanos Estudio Exploratorio”, el

cual tuvo como finalidad conocer sistemáticamente los sentimientos y las percepciones de niños participantes en el Proyecto Poder Crecer.

Dentro de los objetivos planteados en la investigación se encontraron: Describir la población en cuanto a factores de resiliencia; comparar características e identificar necesidades específicas por país; formular preguntas de investigación para proyectos que sustenten programas fundamentados sobre resiliencia; tener instrumentos de evaluación del impacto de programas para estimular la resiliencia. (Guzmán, F., & Hernández, A.,1998)

Para el método se diseño y se aplicó un cuestionario a cinco mil niños de Brasil, Colombia, Chile, Guatemala y Perú. La encuesta se fundamentó en el Modelo “Resiliencia” de Estrés, Ajuste y Adaptación Familiar (T- Doble ABCX) de Marilyn y Hamilton McCubbin de la Universidad de Wisconsin – Madison y en el Modelo de Respuesta de Ajuste y Adaptación Familiar (FAAR) de Joan M. Patterson.

El cuestionario fue aplicado en cada país a niños participantes en los programas del Proyecto Poder Crecer, principalmente en las ciudades capitales. El procesamiento de los resultados se hizo seleccionando quinientos de los mil cuestionarios aplicados en cada uno de los países participantes, de modo que el total de la muestra estuvo constituido por dos mil quinientos cuestionarios.

Los principales contenidos trabajados por los investigadores en el proyecto, fueron las preferencias de los niños en cuanto a actividades recreativas, recursos y relaciones familiares, grado de cohesión y adaptabilidad, estrategias de afrontamiento utilizadas en situaciones de

conflicto, atribuciones a la vida y a las propias capacidades y valores familiares y personales.

Los resultados mostraron que los niños tenían un buen autoconcepto, se consideraban saludables, generosos, nobles, inteligentes y valientes; preferían hacer deporte, jugar, ver televisión, estudiar, trabajar, cantar y bailar. El 59% vivían en familias completas, el 24% sin padre, el 3% sin madre y el 11% sin familia, en promedio tenían tres hermanos. Percibían en sus familias moderada cohesión y adaptabilidad, y dificultades interaccionales en decisiones y resolución de problemas. Sentían mayor confianza con la madre; con el padre pueden conversar, pero no expresarle sentimientos. La principal estrategia de afrontamiento es la reestructuración, pues confían en sus propios recursos. Para éstos niños las creencias “puedo llegar a ser importante”, “la vida es linda”, “mejor pensar antes de actuar”, formaban parte de sus expectativas de vida. Dentro de los valores que consideraban más importantes se encontraron la unidad familiar, el creer en Dios, la honestidad y el respeto. (Guzmán, F., & Hernández, A., 1998)

Los anteriores resultados muestran la importancia y necesidad de diseñar e implementar estrategias de protección, teniendo en cuenta factores a nivel individual, familiar, institucional y comunitario, como condición básica para desarrollar la resiliencia.

Los resultados muestran, desde el punto de vista de los factores promotores de la resiliencia evaluados por el cuestionario a nivel individual, que la mayoría de los niños mostraron un autoconcepto positivo, alta autoestima, alto locus de control interno y cierto sentido de espiritualidad, si

se tiene en cuenta su creencia primordial en Dios. A nivel familiar, aparecieron como factores protectores el mayor apego a la madre y un adecuado sentimiento de cohesión familiar. (Guzmán, F., & Hernández, A., 1998)

Como factores que indicarían necesidad de mejorarse se encontraron, la comunicación y el acercamiento afectivo al padre, mayor participación de los hijos en la decisiones familiares, mejores estrategias de resolución de conflictos y tener la posibilidad de contar con otros adultos significativos como fuentes de apoyo, como son los maestros. (Guzmán, F., & Hernández, A., 1998)

La investigación que se describe a continuación, se relaciona con la anteriormente descrita, ya que ambas enfatizan en fenómenos familiares (hogares violentos), que representan un contexto de riesgo particular y muestran que la resiliencia permite una variación en los determinantes negativos de los individuos al estar inmersos en dichos contextos.

La investigación fue realizada en Indianápolis y publicada en la revista de estudios de enfermería; Humphreys, J., (2001) a través de su estudio "Turnings and Adaptations in Resilient Daughters of Battered Women", se propuso examinar los puntos de cambio y adaptación de hijas adultas de madres maltratadas, describiendo la dinámica de resiliencia en ellas.

La muestra con la cual trabajo estaba conformada por diez mujeres adultas hijas de madres maltratadas, a las cuales se les realizó una entrevista en donde se describieron los eventos significativos de sus vidas; la entrevista tuvo una duración de tres a cinco horas, cada una. Para el

análisis de datos se utilizó un formato conceptual para analizar las historias de vida teniendo en cuenta dos aspectos, los cambios y adaptaciones.

Los contenidos de esta investigación se trabajan por medio de los cambios y adaptaciones relatados por las participantes, teniendo en cuenta el divorcio de los padres, la reubicación, transición al bachillerato, realizar viajes, perseverancia para alcanzar una educación superior, matrimonio y maternidad.

Los resultados obtenidos mostraron que en la niñez de éstas mujeres expuestas al maltrato de la madre, frecuentemente experimentaron serias consecuencias negativas, indicando la presencia de severos problemas psicológicos y emocionales (Ferguson, D., & Horwood, L., 1998) citado por (Humphgreys, J., 2001), relaciones pobres con pares (Jaffe, P., Wolfe, D., & Wilson, S., 1990), citado por (Humphgreys, J., 2001) y problemas de comportamiento (Kolbo, J., 1996) citado por (Humphgreys, J., 2001).

Sin embargo algunas de las mujeres, estaban en capacidad de experimentar los desafíos de un hogar violento, tener una vida productiva y relaciones exitosas en la edad adulta.

La separación o divorcio de los padres fue uno de los cambios o transiciones más comunes, éstos eventos ocurrieron en la edad escolar o en la adolescencia y fueron asociados con emociones positivas y negativas; puesto que en muchos casos la separación de los padres normalmente no finalizaba la violencia.

Las participantes describieron que la reubicación fue una transición importante, las cuales fueron el resultado del divorcio, separación, requerimientos de trabajo o desalojos.

La mitad de las participantes mencionaron la transición al bachillerato como una etapa especialmente difícil, se sintieron desmotivadas ante el cambio de roles en la adolescencia, nuevo colegio, profesores y estudiantes; el cambio fue corto mientras se dio la adaptación.

Tres de las participantes identificaron cambios que ocurrieron al realizar viajes, describiéndolos término de aventura y considerando que era su primera oportunidad para divertirse, alejarse y reflexionar acerca de sus expectativas y metas.

Nueve participantes describieron emociones positivas relacionadas con la perseverancia para alcanzar una educación superior u obtener oportunidades de trabajo.

El matrimonio y la maternidad fue descrita como una gran transición en sus vidas. Las participantes reportaron que utilizaron el matrimonio como un escape de la violencia en sus familias de origen; describieron el matrimonio como una asociación donde se debían tomar compromisos y responsabilidades.

Tres de las participante habían experimentado un divorcio, refirieron que gradualmente observaron nuevas oportunidades y estrategias que les permitieron seguir adelante.

En cuanto a las adaptaciones, las participantes describieron una variedad de ellas que fueron respuestas a las condiciones del ambiente.

La perseverancia y el optimismo en general les permitió luchar en contra de las circunstancias y hacer de su vida algo mejor. Para ello utilizaron estrategias como establecer metas y convertirse en personas asertivas.

A medida que las participantes crecieron buscaron estrategias para curarse a sí mismas, buscando ya fuera asesoría informal o formal en varios períodos de sus vidas, ellas aprendieron a buscar ayuda como una forma, que les permitió curarse.

En los resultados obtenidos se observaron siete grandes cambios y se identificaron seis adaptaciones; los encuentros indicaron que estas hijas adultas con características resilientes, estaban en capacidad de experimentar eventos de vida agradables y superar adversidades pero con sufrimiento. La adaptación de estas mujeres se dio por la confluencia de características individuales y ambientales que permitieron que se proporcionara una intervención.

Las mujeres del estudio muestran un fuerte caso en contra de etiquetar a los niños resilientes como invulnerables, un aspecto común en los comienzos de la literatura en resiliencia. Sus historias también muestran que los niños resilientes no están protegidos del estrés que experimentan otros. Las participantes del estudio pudieron experimentar y superar estos eventos, sin embargo sufrieron en el proceso.

Los encuentros de éste estudio con el trabajo de Garmezy, N. & Cols., (1973) sugieren que la resiliencia en la infancia se da por la confluencia de características individuales y sociales. Las participantes contaban con recursos internos que les permitieron salir adelante con la ayuda de amigos del colegio, consejeros, y actividades fuera del hogar.

En las siguientes tres investigación se busca explicar cómo la resiliencia, le permite a los investigadores explorar el periodo de la adolescencia, vista como una etapa de alto riesgo, desde una visión de posibilidad, cambiando

la perspectiva determinista frente a fenómenos de alto riesgo, y mostrando que aún en las situaciones más adversas, el adolescente puede encontrar maneras de superar las dificultades, utilizando los recursos de su propio contexto; desarrollando características y cualidades particulares, que le serán útiles para desenvolverse en el ambiente en que viven.

La investigación titulada “Correlates of Resilience In Homeless Adolescents”, fue realizada por Rew, L, Taylor – Seehafer, Thomas, N., & Yockey, R. (2001) y se publicó en la revista de enfermería.

El propósito de la investigación fue describir, las razones que dieron los adolescentes del por qué eran indigentes; explorar la relación entre resiliencia, riesgo y factores protectores; identificar las diferencias entre riesgo y factores protectores de acuerdo al género y orientación sexual y por último, determinar los mejores predictores de resiliencia.

La muestra utilizada para la investigación fue de cincuenta y nueve indigentes con un rango de edad entre los quince y veintidós años, los cuales fueron reclutados en el programa central de Texas, quienes les proporcionaban servicios de salud y sociales.

Para la metodología se utilizó un diseño correlacional - descriptivo y exploratorio para recolectar información y analizarla en una muestra de cincuenta y nueve adolescentes indigentes, quienes solicitaron servicios sociales y de salud a una comunidad en el centro de Texas (Estados Unidos) en 1998.

Los instrumentos utilizados para la investigación fueron: Resilience Scale, UCLA – Revised Loneliness Scale, Beck Hopelessness Scale, Social Connectedness Scale, and Death – Related Attitude Schedule.

Dentro de los contenidos de la investigación fueron evaluados diferentes aspectos relacionados con la adolescencia y la indigencia, entre ellos se encuentran la soledad y falta de esperanza, comportamientos que amenazan la vida y la conectividad.

Los resultados mostraron que la ausencia de resiliencia estaba relacionada con la falta de esperanza, soledad, comportamientos que amenazaban la vida y otros factores asociados que no eran el género u orientación sexual.

Los adolescentes indigentes estaban en riesgo por dificultades en la salud, suicidio relacionado con vivir en ambientes peligrosos, hogares y nutrición inadecuada y recursos sociales e institucionales insuficientes. (Resnick, M., & Blum, R,1996)

En el análisis de información en el National American Indian Adolescent Health Survey (Harris, I., Resnick, M., & Blum, R.,1997) se encontró que la ausencia de desesperanza era asociado con la familia y otros adultos cuidadores en el caso de las mujeres y en los hombres las expectativas de los padres.

En cuanto a los comportamientos que amenazan la vida Cotton, C., & Range, L (1996) encontraron que los estudiantes de bachillerato con sentimientos de desesperanza y de rechazo por otros, estaban en mayor riesgo de cometer suicidio. El rango de intentos de suicidio era más alto en los adolescentes jóvenes que no vivían en su hogar en comparación a los jóvenes que vivían en casa.

En relación a los tres aspectos mencionados con anterioridad, dentro de la investigación, se encontró que los adolescentes indigentes son vulnerables a

enfrentar problemas de salud y psico - sociales relacionados a la falta de apoyo en la familia o maltrato, movilidad, ambientes estresantes y a la falta de apoyo a nivel social, con amigos y familiares.

La evidencia indica que los factores psico - sociales tales como los sentimientos de soledad y desesperanza están relacionados con la falta de conectividad social, abuso sexual en la infancia y confusión acerca de la orientación sexual. El incremento de sentimientos de desesperanza y rechazo social han sido identificados como una correlación significativa en comportamientos que amenazan la vida, incluyendo el suicidio de los adolescentes.

La resiliencia en jóvenes indigentes puede ser un fenómeno diferente de aquellos jóvenes que están conectados con la familia y otras instituciones sociales; sin embargo algunos grupos expresaron la necesidad de sobrevivir apoyándose en ellos mismos.

Otra investigación acerca de la adolescencia en situaciones de riesgo, se realizó en el Centro de Resiliencia en Mar del Plata (CEREMAP) (Argentina), Di Camillo, L., Zanpatti, C., & Grasso, C. (2001), diseñaron el proyecto Resilient's NATs, en el cual realizaron una observación de niños y adolescentes trabajadores (NATs).

El objetivo general del proyecto Resilient's NAT's, fue elaborar e implementar el currículo, resaltando y reforzando los factores protectores internos ya existentes, el humor, autoestima, autonomía y creatividad.

Para la metodología se utilizó la observación, seleccionando diferentes técnicas destinadas a la exploración de la demanda de capacitación: entrevistas individuales y grupales con niños trabajadores, observación

natural, entrevistas a adultos cuidadores y operadores de calle y grupo focal con responsables locales de Programas que incluyen niños trabajadores.

La observación se realizó en espacios públicos y se dirigió a niños y adolescentes en situación de trabajo: cuida coches, abre puerta de taxis, vendedores ambulantes, cartoneros, lustrabotas, cargadores de mercadería a la salida de los supermercados y pedir dinero.

Así mismo, la observación se enfocó en los siguientes contenidos: la calle como fuente de recursos, la calle como un lugar de permanencia y la calle como un lugar de aprendizaje.

La calle como fuente de recursos, se refiere al lugar donde los niños y jóvenes consiguen el dinero y el trabajo dependiendo del género y la edad. La calle como lugar de permanencia, incluye actividades cotidianas como el autocuidado y satisfacción de necesidades como el comer y dormir. Y la calle como un lugar de aprendizaje, se refiere al tipo de relaciones que establecen los niños y adolescentes entre ellos, los adultos y el medio en que se desenvuelven.

Los resultados obtenidos mediante la observación natural se enfocaron en los contenidos descritos anteriormente. Según la organización del trabajo se encontró que cada uno de los oficios tenían sus características de organización.

Dentro de las estrategias para optimizar el uso de recursos de la calle, se encontró que el conocimiento del oficio se logra explotando al máximo las posibilidades de un medio como es el de la calle. Los niños conocen los días y horas en que pueden trabajar, saben a quien abordar y a quien no, desarrollan sus técnicas para abordar a la gente, de acuerdo al trabajo que

realizan. Se observó que hay una correlación entre la edad, el rol que cumplen y el tipo de trabajo que realizan. Así mismo los niños tienen oportunidad de conseguir dinero apelando a la ternura y a la lastima que despiertan en las personas.

La calle puede ser también un lugar de aprendizaje, puesto que nunca están solos, van acompañados por sus hermanos o alguno de sus padres; los cuales les enseñan su oficio, que se aprende mientras se trabaja y son controlados. Los niños casi siempre poseen una actitud de curiosidad que les permite aprender rápidamente, de esta manera conocen y controlan su espacio.

En cuanto al cuidado, los niños trabajadores no están totalmente desamparados, tienen una red social que los contienen y los cuida. Su trabajo tiene un lugar definido y logran generar con las personas de los alrededores lazos y relaciones. Las madres nunca pierden de vista a sus hijos y les enseñan autocuidado y como protegerse unos a otros.

Con este proyecto se llegaron a varias conclusiones, se llegó a comprender las diferencias socioculturales de estos niños, la forma en que aprenden, se relacionan y el valor que le dan a su trabajo, saben trabajar en equipo y saben relacionarse con otras personas. En su trabajo seleccionan y elaboran estrategias las cuales distinguen e incorporan en su trabajo, que les brindan un conocimiento y aprovechamiento del entorno.

Por las características anteriormente mencionadas, se cree que la educación informal es la que más se ajusta a sus posibilidades, puesto que es necesario que se ensayen y enseñen mecanismos de promoción de habilidades adquiridas en la capacitación y la organización entre ellos.

Así mismo, se ven factores protectores relacionados a la resiliencia de estos niños trabajadores, ya existentes; son creativos, curiosos, autónomos, explotan al máximo las características y los recursos de la calle, conocen los lugares para sacar provecho, actúan generando a partir de lo que hay, se cuidan unos a otros y saben valorar su trabajo.

La investigación que se presentara a continuación se enfoca en el establecimiento de factores protectores y mecanismos de prevención a nivel familiar, relacionados con la adolescencia.

Loewenson, P., & Blum, R. (2001) publicaron en la revista anual de pediatría un estudio longitudinal sobre la resiliencia en el adolescente y sus implicaciones para el trabajo en pediatría. Esta investigación enfatiza en la importancia de la familia y la escuela en la prevención de comportamientos de riesgo en la adolescencia. Buscando generar estrategias que puedan ser utilizadas por los padres para promover la comunicación con sus hijos, promoviendo características resilientes en ellos.

El estudio longitudinal “Nacional de la Salud del Adolescente” (ADD Health) fue el más largo de este tipo realizado en los Estados Unidos, la meta fue identificar factores asociados con el decremento de comportamientos riesgosos para la salud en la familia, colegio y a nivel individual.

La metodología se llevó a cabo a través de dos fases, que se realizaron en 1995 y 1996, en la primera fase de noventa a ciento diez y ocho estudiantes entre séptimo y doceavo grado en ciento treinta y cuatro colegios alrededor de los Estados Unidos, los cuales respondieron a un formato entregado por los investigadores. Los administradores del colegio

completaron un formato de media hora sobre políticas escolares, servicios de salud y características del ambiente escolar.

La segunda fase incluía dos entrevistas de noventa minutos realizadas en el hogar, administradas con un año de diferencia. La primera fue completada por veinte mil adolescentes y la segunda por quince mil adolescentes.

Dentro de los contenidos se recolectaron datos sobre comportamientos riesgosos para la salud, tales como uso de drogas y alcohol; comportamiento sexual, violencia interpersonal, estado de salud, utilización de cuidados de salud, dinámicas familiares, relación con pares, relaciones de pareja, toma de decisiones, aspiraciones y actitudes.

Se invitaron a los padres que vivían en el hogar, usualmente la madre a completar una entrevista de media hora, las respuestas de los administradores del colegio y de los padres fueron fusionadas. Se tomaron medidas de precaución para asegurar la confidencialidad de la información.

A partir de éste análisis se encontraron algunos factores protectores en la vida de los adolescentes, divididos en la familia, el colegio y los factores individuales.

Con los resultados se pudo observar que los adolescentes que percibieron que por lo menos alguno de los padres se preocupaban por ellos y los amaban, tenían una menor probabilidad que otros en participar en comportamientos de riesgo. Estos adolescentes reportaron que ellos podían hablar con alguno de sus padres y era psicológicamente asequible. Estos adolescentes también reportaron menos angustia emocional (sentimientos de depresión, soledad, tristeza, miedo, cambios de ánimo, llanto o

disminución del apetito), suicidio (ideación suicida o intentos), violencia (peleas físicas, haber sido heridos o amenazado a otros con un arma, haber utilizado un arma en una pelea o haber disparado a alguien), uso de sustancias (utilización de cigarrillos, alcohol o marihuana) y comportamientos sexuales (edad temprana en la primera actividad sexual e historia de embarazo).

Otro factor protector, era la percepción del adolescente, que la obtención de logros académicos era importante para los padres, esto llevó a que el adolescente tuviera un mayor rendimiento académico, menor probabilidad de experimentar angustia emocional, violencia o fumar cigarrillos.

La conectividad escolar fue altamente protector en contra de comportamientos de riesgo. Los adolescentes que percibían que había un adulto en el colegio que se preocupaba por ellos y los trataba justamente (sin discriminación) tenían menor probabilidad de experimentar angustia emocional, ideas suicidas o actos, violencia, uso de sustancias, o actividades de riesgo; era protector inclusive cuando había una ausencia de los padres.

Un factor individual considerado protector era un sentido de espiritualidad o religiosidad independientemente de la fe específica de cada uno. La religión únicamente parecía no tener un efecto protector, parecía que la creencia de que había algo más allá estaba asociado con menos comportamientos de riesgo.

Otro factor individual asociado con menos comportamientos de riesgo estaba relacionado con el desarrollo de la pubertad. Aquellos adolescentes que tenían una maduración física más lenta tenían menor probabilidad en

participar en comportamientos de riesgo; en contraste aquellos con un desarrollo de pubertad precoz estaban en un riesgo mayor.

A partir de esta investigación se puede concluir que un trabajo en resiliencia, permite a los pediatras moverse del foco de comportamientos que predispone a los adolescentes a la mortalidad, hacia el entendimiento de los antecedentes de comportamientos de riesgo. Todavía más importante es entender los factores que fortalecen la capacidad del adolescente para enfrentar las adversidades.

La aplicación de esta aproximación requiere el entendimiento de los múltiples contextos en la vida de los adolescentes, familia, colegio, pares y comunidad. Requiere la identificación de los aspectos que pueden predisponer respuestas negativas. Una aproximación de la resiliencia en los adolescentes requiere no sólo identificar problemas sino buscar factores protectores.

Después de analizar las tres investigaciones anteriores, se puede inferir que la resiliencia en adolescentes, enfrentados a situaciones de riesgo como los son el ser indigente, trabajar en las calles y el ser adolescente, permiten observar variantes de la resiliencia que están determinadas por el contexto; es decir, que las características resilientes de estos niños, surgen a partir de las estrategias que utilizan para sobrevivir, resolver conflictos y realizar aprendizajes, en este medio.

A continuación, se presentaran dos investigaciones que muestran como se pueden desarrollar características resilientes en individuos mayores con enfermedades físicas.

En relación a esto, en la Universidad Santo Tomás de Aquino (Colombia), se realizó un trabajo de grado titulado “Redefinición del Cáncer de Testículo, como una Posibilidad para Crecer a partir de un Proceso de Resiliencia en la Familia”, realizado por Cortéz, G., & Peña, C., (1999).

El objetivo general de la investigación fue conocer cómo las familias con un miembro diagnosticado con cáncer de testículo, se fortalece a partir de la utilización de los recursos frente a un evento crítico como lo es el del cáncer, desde un modelo de resiliencia, con miras a rescatar sus posibilidades de crecimiento. (Cortéz, G., & Peña, C.,1999)

La metodología se enmarcó dentro de un modelo cualitativo descriptivo, donde el investigador participa activamente observando y co – construyendo con los participantes. La población con la cual se trabajó fueron tres pacientes con sus familias, que asisten a cita de control anual y están en una fase de remisión de enfermedad oncológica, del Hospital de San José en Bogotá, quienes han enfrentado y superado la enfermedad de cáncer de testículo, cuyas edades oscilan entre los veintisiete y treinta años y tienen una escolaridad de nivel superior.

Este trabajo se realizó por medio de arcilla permitiendo a los participantes expresar las emociones vividas durante tres momentos, ante, durante y después de la enfermedad.

Esta investigación busca que las familias puedan redefinir la enfermedad a partir de la utilización de los siguientes conceptos: crisis, recursos, fortalezas, expectativas de vida, estrés, afrontamiento y flexibilización como una forma nueva de entender la adversidad desde el concepto de resiliencia. (Cortéz, G., & Peña, C.,1999)

Después de haber realizado el trabajo con los pacientes en remisión de cáncer de testículo, los autores pudieron encontrar que:

Las familias se reconocen como un sistema y viven con una actitud mental positiva de la enfermedad viviéndola no como una crisis sino como una posibilidad de crecer.

No sólo la familia redefine sus concepciones frente a la vida y la enfermedad, sino también el paciente redefine sus capacidades, flexibilizándose frente a éste evento, reforzando la actitud emprendedora para asumir y enfrentar los retos de la vida. Se fortalecen y reconstruyen los significados de la familia a través del cáncer posibilitando crear espacios nuevos de convivencia y proyección. Reconocen a la enfermedad como un evento promotor de integración y fortalecimiento familiar.

Durante la enfermedad los pacientes se enfrentan al diagnóstico de cáncer, a la idea de esterilidad, de impotencia, viven inmensos temores que sólo sintiéndose apoyados por su familia pueden superarlo a través del dialogo y comunicación.

Esta investigación es una nueva posibilidad de concebir a las familias que afrontan la enfermedad del cáncer, ya no como familias problema sino como familias que se fortalecen a partir del reconocimiento y desarrollo de facultades que les permiten atravesar situaciones que la enfermedad trae consigo, desarrollando características resilientes y encontrando en la familia una red de apoyo..

En el año 2000 Felten, B. realizó una investigación titulada “Resilience in a Multicultural Sample of Community – Dwelling Women Older Than Age 85”.

El propósito de este estudio era explorar las características de la resiliencia en la mujeres mayores de ochenta y cinco años que viven en comunidad.

El método que se utilizó para realizar la investigación fue la técnica de bola de nieve, con el fin de escoger la muestra, el investigador estudio siete mujeres que vivían en comunidad y que representaban diferentes religiones, estratos socio económicos, étnicos y culturales. La condiciones para ingresar en el programa eran que la mujeres tuvieran más de ochenta y cinco años, ser legalmente competentes, tener un buen conocimiento de inglés, vivir por fuera del centro de ayuda médica, estar de acuerdo a participar y tener un buen estado de salud.

La recolección de la información se realizó por medio de una entrevista, la cual fue diseñada para recoger datos descriptivos cualitativos, especialmente relatados para observar características resilientes en mujeres de ochenta y cinco años.

Las respuestas de las mujeres que han sufrido una enfermedad en relación con la resiliencia, incluyen sus experiencias ante la fragilidad, determinación para superar la adversidad, experiencias previas con dificultades, facilidad para acceder al apoyo cultural, ámbito familiar, cuidado de si mismas, cuidado de otros, y descripciones de funcionamiento similares a la de una maquina eficiente.

Los resultados obtenidos de acuerdo a las categorías mostraron que: la fragilidad para las participantes fue descrita como serios impedimentos físicos, más de una presentó dificultades en la memoria; a pesar de no requerir cuidados médicos en el momento, todas describieron experiencias

previas con enfermedades que en alguna etapa de la edad adulta podrían haber afectado su habilidad funcional; la diferencia era que éstas mujeres habían sido capaces de experimentar resiliencia a raíz de esos impedimentos.

La determinación, fue expresada por las mujeres como un fuerte deseo de vivir y rechazo al darse por vencidas, demostraron que los componentes para su supervivencia no fueron por coincidencia o por suerte, sino por su deseo, actitud y determinación en lo que la enfermedad trajera a sus vidas.

Dentro de las experiencias previas con dificultades, se observó que para las mujeres las situaciones difíciles les dieron fuerzas internas para manejar sus problemas de salud. Todas ellas describieron dificultades anteriores en sus vidas, incluyendo retos asociados con racismo, discriminación religiosa, etnia, divorcio, muerte del esposo, violencia domestica y efectos de la guerra.

El acceso al cuidado y a los servicios de asistencia eran cruciales para las participantes cuando experimentaron alguna dolencia y conocían el lugar donde se les podía proveer estos servicios, todas ellas mencionaron lugares específicos en sus comunidades que podían contactar si necesitaban ayuda.

En relación a la cultura, la mayoría de las mujeres mencionaron practicas para la salud, modos de vida o técnicas de sanación basadas en creencias culturales. Adicionalmente todas reportaron tener un sentido de espiritualidad o valores religiosos. La espiritualidad y los valores eran considerados fuentes de fortaleza que les ayudaban en su proceso de resiliencia.

En cuanto al respaldo familiar, se encontró que a pesar de que pocas de las participantes vivían cerca de su familia de origen, el respaldo familiar era evidente entre todas ellas, especialmente durante la enfermedad.

En las actividades de autocuidado, las participantes describieron actividades tales como hacer ejercicio, alimentación balanceada, no fumar ni beber, esta dedicación les permitió llevar a cabo prácticas en su vida diaria, evitando la enfermedad, lo que les ayudó a desarrollar una resiliencia.

Relacionado a las actividades de autocuidado, las participantes reportaban que para ellas era importante cuidar al otro, pues las hacía sentir bien con ellas mismas, sentían que hacer algo por los demás les aportaba más beneficios a ellas mismas que a los demás, que a pesar de las incomodidades, dolores y penas de su vida diaria, las mantenía más funcionales; trabajar con otros les permitía desviar su atención hacia actividades que las mantenía distraídas de sus dolores crónicos.

Las participantes se refirieron a sí mismas como fuertes y batalladoras, al igual que las máquinas que trabajan mejor cuando son utilizadas. Una de ellas hizo referencia a “me siento como una máquina, si una máquina se deja sin usar se oxida, como yo soy una máquina que se usa no estoy oxidada”

Los resultados ofrecen un intento inicial de explorar el fenómeno de resiliencia en mujeres ancianas mayores de ochenta y cinco años. Al hablar también de la preocupación por otros y la vida funcional de trabajar como máquinas, se llega a la conclusión de que todos estos aspectos las han habilitado para la experiencia de la resiliencia después de enfermedades devastadoras.

Las participantes identificaron particularmente estrategias resultantes dentro de la resiliencia después de enfermedades devastadoras. La resiliencia, para estas mujeres ocurre como resultado de un plan o una estrategia no por suerte o coincidencia. (Felten, B., 2000)

El entender las experiencias de la resiliencia de mujeres que han podido permanecer en la comunidad tarde en la vida, después de enfermedades devastadoras ayudara a maximizar su independencia, mejorar los resultados y promover apoyo comunitario efectivo.

Apreciar y entender cual es el significado de la experiencia de la resiliencia en mujeres mayores de ochenta y cinco años puede generar una importante teoría en la aplicación del concepto en la geriatría dentro de la practica clínica.

Para finalizar, se presentara una investigación que aborda la resiliencia como un factor protector en los contextos individual, familiar y comunitario, buscando integrara estos tres contextos para fortalecer y promover características resilientes.

En las investigaciones realizadas a nivel nacional es importante mencionar los trabajos de grado realizados en la Universidad Santo Tomas de Aquino. Una de las cuales se tituló Análisis Teórico de la Resiliencia como Factor Protector en el Individuo, la Familia y la Comunidad, elaborada por Mahecha, B., & Sossa, P., (1998), la cual enfatiza en la importancia de la resiliencia, definida como un factor protector a nivel individual, familiar y comunitario, que permitirá al clínico generar nuevas alternativas de intervención.

El objetivo general de la investigación fue consolidar un marco conceptual en torno a la resiliencia, como factor protector del individuo y de la familia en

interacción con los contextos escolares y comunitarios, a través de un estudio teórico que permita profundizar sobre la situación planteada, debido al vacío conceptual, para lo cual se utiliza el método hermenéutico que facilita la construcción e interpretación de la misma. (Mahecha, B. & Sossa, P.,1998)

El objeto de estudio del cual parte la investigación es la comprensión del término de resiliencia, entendida como un factor en el individuo, la familia, la comunidad y su importancia en el manejo de eventos estresores a los que se ven abocados los individuos a lo largo de su vida. Las variables con las cuales se trabajó fueron los contextos familiares, escolares y comunitarios, en los cuales se ve inmerso el sujeto y está en constante interacción, determinando el comportamiento del individuo ante una situación específica. (Mahecha, B. & Sossa, P.,1998)

El problema planteado que fundamentó este estudio, parte de la siguiente pregunta: ¿ Qué aproximación teórica se puede realizar con respecto a la resiliencia para la comprensión de los factores protectores del funcionamiento individual y de su interrelación con los contextos familiares, escolares y comunitarios y las implicaciones en las acciones preventivas e interventivas?. (Mahecha, B. & Sossa, P.,1998)

El análisis de los resultados se realizó mediante matrices estadísticas donde se relacionan las evidencias bibliográficas comparándolas entre sí, lo cual les permitió a las autoras del estudio concluir que la resiliencia y sus implicaciones como factor protector y la forma como su conocimiento puede influir en la adaptación de los individuos, permitiéndoles ser personas capaces de interactuar en los contextos en los que se vean inmersos a lo

largo de sus vidas, lo cual probablemente, les permita encontrar su autorrealización. (Mahecha, B. & Sossa, P.,1998)

Después de haber realizado un recorrido histórico y analítico de lo que ha sido la investigación en resiliencia, se puede llegar a entender que la resiliencia, es un concepto que se aplica en diferentes contextos y poblaciones, las formas en las que se manifiesta, dependen de las características del medio y del individuo, es decir, que ante circunstancias particulares los individuos buscan recursos que les permitan superar las adversidades de la vida y desarrollarse de una manera sana; dependiendo de los elementos que los contextos puedan ofrecerles. Es así, como el concepto de resiliencia brinda nuevas oportunidades de investigación, enriqueciendo el modelo de riesgo y cambiando la percepción que se tenía acerca de la adversidad y el riesgo, brindándole a los investigadores y otros profesionales de la salud, la opción de acoger el modelo de desafío (resiliencia), como una forma de proporcionar nuevos aportes en el diseño de programas preventivos y formas de intervención en el área clínica, educativa y social; donde se contemple al individuo de manera optimista y siempre otorgándole la posibilidad de cambio, de crecimiento personal y el alcance del éxito.

APLICACIONES Y PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN

A partir de las investigaciones y el aporte que ellas brindaron al conocimiento del concepto de la resiliencia, se crea un movimiento en el cual se enfatiza en la búsqueda de formas de aplicación de dicho concepto, lo cual a logrado aportar y enriquecer la intervención a nivel individual, familiar, educativo y comunitario.

Con el fin de ampliar el foco de estudio se han recolectado datos de diferentes países, que muestran las aplicaciones que se han realizado algunos investigadores y en que aspectos se han centrado para sus intereses de trabajo.

A nivel de intervención individual se presentaran cuatro propuestas que muestran formas alternativas en las cuales un individuo puede dar un sentido a sus historias de riesgo y encontrar actividades que le permitan analizar las situaciones adversas y extraer de ellas elementos positivos, que les ayudarán a forjar características resilientes y alcanzar un desarrollo personal, convirtiéndose en individuos que aportan a la sociedad y son funcionales dentro de ella. Así mismo, por medio de estas aplicaciones se busca dar una orientación, que guíe el que hacer del psicólogo en la intervención clínica.

A nivel nacional el Psicólogo Álvaro Enrique Ramírez (1998) explica cómo la resiliencia puede ser promovida en niños y adolescentes a través de la técnica de la musicoterapia.

Según Ramírez, A., (1998) en el campo de la intervención clínica, la resiliencia puede promoverse mediante la musicoterapia, que se define

como “una técnica terapéutica expresiva, que a través de elementos corporales, sonoros y musicales busca crear canales de comunicación” (Fregtman, C., 1981, citado por Ramírez, A., 1998).

Para el autor existen tres tipos de lenguaje: sonoro, corporal y verbal, los tres canales de comunicación actúan de manera integrada posibilitando la expresión de sentimientos, pensamientos e ideas.

A continuación Ramírez, A., (1998), plantea algunos aspectos que deben ser considerados, en la promoción de la resiliencia en algunas etapas del ciclo vital.

Es importante que durante el período del embarazo y el parto los padres u otros cuidadores ejerzan acciones positivas que contribuyan a un desarrollo adecuado del niño, todas estas acciones favorecerán al niño a crear una resiliencia que perdure en las siguientes etapas del ciclo vital.

En el período del embarazo, hay un desarrollo emocional que se manifiesta a través del apego entre la madre y el bebé, este apego crea un fuerte vínculo afectivo entre ellos; la musicoterapia contribuye a la formación del vínculo afectivo, por medio de la técnica del canto maternal, que es una forma de comunicación entre madre e hijo; las canciones, caricias y la música pueden promover la resiliencia y la vinculación afectiva en éste período.

Existen otro tipo de técnicas en la musicoterapia utilizadas con otros grupos de edades, entre ellas se encuentran: la creación de canciones y el psicodrama; ambas técnicas tienen como objetivo lograr que el niño, adolescente o adulto exprese a través del lenguaje, cuerpo o sonidos; problemas y conflictos.

Dentro del psicodrama pueden ser utilizados ejercicios como: la improvisación musical, trabajo musical, música y dibujo y juegos musicales.

Todas las técnicas mencionadas anteriormente son sólo un pequeño ejemplo de cómo puede promoverse la resiliencia a través de la musicoterapia. Estas técnicas permiten al niño, adolescentes y adulto verbalizar sentimientos, conflictos y problemas, también les permite vivenciar experiencias de autoeficacia que contribuyen al mejoramiento de la autoestima; hay una interacción entre los miembros del grupo que participan en las actividades, lo cual favorece la colaboración y la comunicación.

Mediante éstas técnicas existe la posibilidad de exteriorizar la problemática o el conflicto y buscar una solución viable o que se acomode al contexto que rodea a la persona, en caso que no exista tal solución la persona puede encontrar manera de sobrellevar las adversidades; por medio de la musicoterapia se puede fortalecer la confianza en sí mismo y en el entorno, la autonomía y competencia social.

La musicoterapia es una forma de intervención a nivel individual, utilizada en el área clínica, donde se fortalece a los individuos experimentando con elementos alternos como lo son la música y el psicodrama, en la búsqueda de consolidar una autoestima y generar mecanismos con los cuales las personas puedan superar la adversidad.

Los psicólogos clínicos en los procesos de intervención terapéutica, se ven enfrentados a problemáticas como el duelo, en este aspecto la resiliencia también brinda aportes nuevos al rol del terapeuta, ya que le permite tener visiones más amplias y diferentes en torno a esta problemática y las formas de intervenirla.

En la revista *American Journal of Psychotherapy*, (2001), en New York, Seifter, M., examinó las dimensiones psicológicas del duelo con el fin de enfrentarlo; individuos y familias deben confrontar primero el cambio en su situación; deben estar en capacidad de sostener una parte significativa del pasado, mientras dejan ir aquello que ya no va estar más.

Durante una conferencia en la Colegio de Medicina Albert Einstein en Septiembre del 2000, Boss, P., (1999) presentó su concepto de duelo como la “pérdida incompleta o incierta”. (p. 3). Reconoce dos tipos básicos de duelo. El primero, personas percibidas como físicamente ausentes pero psicológicamente presentes, casos como los soldados desaparecidos en combate, niños que han sido raptados o niños adoptados. En tales situaciones, el duelo puede no completarse debido a que los hechos alrededor de la pérdida no son claros.

En la segunda clase de duelo, una persona es percibida como físicamente presente, pero psicológica o emocionalmente ausente o no disponible, en casos como abuso de sustancias, infidelidad, preocupación por el trabajo, enfermedades mentales o crónicas, la persona se encuentra físicamente presente, pero radicalmente cambiada en mente o cuerpo.

La inhabilidad para resolver la pérdida es engendrada por la situación externa y el papel y la confusión limítrofe relacionada con la composición actual de la familia. Un factor que frecuentemente complica la habilidad para confrontar es el estigma que acompaña muchas clases de duelo; por ejemplo, la culpa y el secreto, usualmente acompañan las enfermedades mentales, el divorcio y algunas enfermedades crónicas. Adicionalmente, el

individuo y la familia pueden aislarse en un momento en el que más necesitan apoyarse en los soportes sociales.

Boss, P., (1999) los describe como el impacto en la familia pero, en muchas situaciones, el individuo afectado también puede sufrir las consecuencias del duelo, perdiendo capacidades prioritarias o la habilidad de funcionar sin conocimiento claro de lo que puede suceder o de últimos resultados.

Boss, P., (1999) sugiere que la aceptación espiritual de la situación es un medio efectivo de resiliencia. (p. 116). Aquellos afectados con la pérdida ambigua pueden aprender que la situación puede no cambiar, pero que sus deseos propios pueden hacerlo. Para solucionar una pérdida, las personas deben estar en capacidad de darle sentido a la misma.

De cualquier forma, Boss, P., (1999) dice, “en el caso del duelo, la ganancia de significado es mucho más difícil que en una pérdida común, porque la pena en sí permanece sin resolver.

La habilidad de mantener la esperanza, para encontrar algún medio de cambio y de construir una narrativa significativa, son centrales para la capacidad de hallar algún sentido a partir de la pérdida. Estas son algunas de las formas en que las personas pueden ser resilientes ante el duelo.

Naylor, T., Willimon, W., & Naylor, M., (1994) definen significado entendido a través de las creaciones propias, las relaciones amorosas, la comunidad, el sufrimiento y la muerte. (p. 23 – 24). Esto no sólo se da en la naturaleza de la experiencia humana, pero en como el individuo puede tomar sentido de ellas, incorporarlas y usarlas, es lo que determinara si tiene sentido, propósito o valor.

Estando activo y conectado con otros es una forma sobrevivir y crecer, algunas personas se convierten en activistas políticos y abogados, así como otros brindan soporte a la comunidad que los rodea.

Usando la narración en la escritura y en lo oral, se fortalece el individuo. “El modo narrativo coloca a la persona como protagonista o participante de su mundo, un mundo de actos interpretativos, donde todo es relatado como una historia, como un nuevo sentimiento; un mundo en el que las personas participan con otras en la reconstrucción y usando la imaginación, en sus relaciones y vidas”. (White, M., & Epston, D., 1990). (p. 83).

Los psicólogos clínicos observan aquellos que tienen faltas en su habilidad para manejar experiencias estremecedoras, también ven aquellos que demuestran fuerzas inusuales al manejar varias clases de pérdidas. Estos últimos individuos y sus familias pueden ser fuente de inspiración y tienen mucho que enseñar.

Los psicólogos están en capacidad de reconocer habilidades en sus pacientes para superar las dificultades y situaciones inciertas. Claramente, algunos de los miembros de la familia tienen mayores recursos internos y externos, probablemente derivado de las características genéticas, fuerzas intergeneracionales, papel dentro de la familia, relaciones con la familia y amigos y experiencias de la vida temprana, cualidades en el cuidado de bebé y soporte social.

El rol del terapeuta es la llave para ayudar familiar e individualmente a fortalecer los recursos en la fase de la experiencia estremecedora. Como lo dice Walsh, F., (1998) “en la fortaleza de la resiliencia, está la inspiración de la gente para creer en sus propias cualidades y regenerarse”. (p. 63).

En conclusión, el artículo anterior busca que los profesionales de la salud frente a una situación de duelo, estén en capacidad de identificar características resilientes, factores protectores y de riesgo, que puedan estar influenciando de manera directa en la forma en que una familia pueda superar las adversidades de la vida.

Para que el individuo pueda realizar el proceso del duelo de manera completa, es importante que tenga una red de apoyo, desarrolle una motivación de logro y este en capacidad de establecer relaciones interpersonales con otras personas significativas, que le ayuden a tolerar los eventos estremecedores, que vienen con la pérdida, encontrando fortalezas que le permitan enfrentarlo.

En Norte América Desetta, M., & Wolin, S., (1998), diseñaron un programa llamado “Youth Communications”, que buscaba promover la resiliencia a través del arte de la escritura. Cuya finalidad es que los individuos puedan reconstruir las historias de adversidad a través de un análisis personal de ellas.

Para alcanzar los objetivos del proyecto se realizaron entrevistas con veinticinco adultos que habían crecido en una combinación de pobreza, negligencia, abuso, racismo, violencia, adicciones y disfunción familiar. Todos los participantes tenían marcas de estas vivencias que afectaron sus experiencias, pero también eran personas remarcablemente resilientes, quebrando el ciclo de problemas en donde comenzaron sus vidas. Muchos de ellos respondieron que utilizaron la escritura para tener mayor insight en sus vidas y cómo éste fue el centro para reparar el daño que habían sufrido.

El proceso de reparación mediante la escritura, descrito por varios de los participantes en el Proyecto de Resiliencia, está siendo enseñado y promovido en Youth Communication en Nueva York, una organización sin ánimo de lucro que publica dos revistas escritas por adolescentes para adolescentes, los nombres de estas revistas son Foster Care Youth y New Youth Connections. El programa es un modelo de cómo el coraje y la esperanza pueden ser promovidos en la juventud que lucha día a día.

Mediante la enseñanza de la escritura de ensayos personales y publicando su trabajo en dos revistas; el Youth Communication, ofrece a los jóvenes la oportunidad de describir, afirmar, fortalecer y expandir sus características resilientes. Los cientos de jóvenes que leen estas revistas se encuentran motivados por el ejemplo reflejado en las historias de vida que aparecen en las publicaciones.

La misión de Youth Communication es usar la escritura para ayudar a los jóvenes a verse reflejados en sus propias vivencias y adquirir habilidades para realizar elecciones consideradas. Sin embargo promover la resiliencia y producir efectos terapéuticos no son metas explícitas de ésta organización, ambas son implícitas en su misión. El corazón del programa es extender el proceso de comprometer a los jóvenes dando un nuevo significado a las dificultades o problemas.

Al trabajar con los editores de la revista, los jóvenes escritores del Youth Communication deben aprender a manejar perfectamente la ortografía, gramática y puntuación, también deben aprender a aceptar las críticas, explorar la justicia y verdad, aceptar la responsabilidad de hacer su trabajo y la calidad de éste y tener en cuenta el efecto que tendrá en los lectores.

La relación entre el joven y el editor en el Youth Communication, no se limita a los mecanismos de escritura, sino tiene un propósito más profundo que es reconstruir la propia experiencia y relación con otros. Las historias que han emergido del Youth Communication es un reflejo de la resiliencia, que no sólo llevó a que la vivieran sino también la escribieran. (Desseta, A., & Wolin, S., 1998).

En otro aspecto, la resiliencia enfocada en la intervención clínica brinda a contextos cargados de elementos de violencia, como es la cárcel la posibilidad de realizar una rehabilitación a los reclusos, a través de actividades, en las cuales se enseñan oficios que podrán ser utilizados por ellos, en un futuro al incorporarse a la sociedad.

La presente aplicación fue publicada en la Revista Latina de Comunicación Social en el año 2000, por la autora DAntoni, M. En la cual se busca promover la resiliencia en el contexto carcelario, implementando programas que buscan capacitar a los reclusos, para un mayor crecimiento personal y crear en ellos una concepción de ser útiles para la sociedad.

Según DAntoni., M, (1999) uno de los objetivos más importantes que deben ser tenidos en cuenta por las personas que trabajan en la cárcel, es reducir los efectos destructivos que tiene el encarcelamiento en un ser humano.

Para ello la autora de éste artículo destaca la importancia de la capacitación al trabajo en personas desprovistos de libertad, como una alternativa que favorece el crecimiento personal y genera cambios positivos en la vida del individuo.

El programa incluye el diseño de talleres destinados a capacitar a los presos en un oficio de acuerdo a necesidades del mercado laboral con la participación de equipos técnicos y profesionales en el área.

Otro de los cambios implementados fue la creación de un espacio terapéutico para reflexionar en grupo, se llevan a cabo talleres de resolución de conflictos y talleres orientados a fortalecer la asertividad y la autoestima.

La participación de los presos, en un oficio con cierto grado de dificultad y prestigio social, la compra de equipos nuevos, sofisticados y de buena calidad, para llevar a cabo la tarea aprendida por la persona recluida, genera en ellos una sensación de importancia que se manifiesta en actitudes y comportamientos hacia la motivación y orientación de logro en el futuro.

El aprendizaje de un nuevo oficio le da la posibilidad a los presos de proyectar su vida de una manera distinta, se trata de empoderar a las personas, darles la sensación que tienen un margen de acción sobre el mundo aún estando en prisión.

En el trabajo con adultos, utilizando el concepto de resiliencia, se puede orientar a los reclusos, coherentemente hacia el fortalecimiento de la capacidad de resistir la situación destructiva de la cárcel. (D'Antoni, M., 1999).

Mediante la implementación del proyecto se puede fortalecer varios factores y áreas de la resiliencia, como la autoestima, autoeficacia, autonomía y un sentido de propósito hacia el futuro, que le permitirá a los presos ser más proactivos en su desarrollo y crecimiento personal, dando un nuevo significado a situaciones adversas como el encarcelamiento.

En todas las situaciones que se mostraron anteriormente se resalta la importancia de que el individuo pueda reconstruir sus historias de vida a partir de recursos individuales y la creación de una ideología personal esperanzadora, motivada por un sentido de propósito hacia el futuro.

Así mismo, este acercamiento permite a los psicólogos encontrar nuevas formas de intervención, tales como la musicoterapia, el entrenamiento en un oficio y el arte de escribir, que se sustentan en el concepto de la resiliencia.

A lo largo del análisis que se ha realizado se ha podido observar que la familia y las acciones que ejerce son la principal fuente de desarrollo de características resilientes en los niños.

Por tal razón, se presentaran a continuación tres programas y abordajes interventivos que se han realizado con familias, para desarrollar un espíritu resiliente, que favorezca las relaciones entre padres e hijos y mejorar la calidad de vida.

Patterson, J., (1988) propuso un modelo que buscaba mostrar a los psicólogos aspectos a tener en cuenta en el trabajo de intervención a nivel familiar, con el fin de promover los factores resilientes a través de este.

Para este autor una de las mayores dificultades para trabajar con los niños y las familias ha sido el fracaso de los profesionales de reconocer y valorar la capacidad de las familias para descubrir y desarrollar sus propias capacidades. Frecuentemente las familias no son conscientes de sus fortalezas debido a la tendencia de los profesionales a enfocarse en aspectos negativos de la familia.

Para Patterson, J., (1988) las familias tienen fortalezas que en algunas ocasiones son latentes o desconocidas; la responsabilidad de los

profesionales es facilitar a la familia el descubrimiento de estas capacidades. El proceso de trabajar en conjunto y ser abierto a la transformación es la esencia del paradigma que hace énfasis en la resiliencia.

Los profesionales de la salud promueven los comportamientos resilientes si tienen un autorespeto y autoconciencia, son curiosos acerca de lo que pueden aprender de la familia, son genuinos y aceptan a la familia.

A continuación se presentaran algunas ideas que pueden ayudar a profesionales de la salud a potencializar cualidades en sus consultantes:

1. Escuchar la historia de la familia. El profesional debe tomarse un tiempo para escuchar cómo la familia ve la situación que está atravesando, incluyendo sus necesidades y conflictos y como han sido manejados por los diferentes miembros. Cuando el profesional logra escuchar la historia, informalmente está aprendiendo sobre las demandas, capacidades, estilo de vida y las cosas que son realmente importantes para ellos.
2. Utilizar el lenguaje de la familia en la interrelación con el terapeuta. Esto ayudará al profesional a comunicar respeto y se reflejará como un esfuerzo para entender el mundo de la familia.
3. Conocer y validar las emociones. La comprensión empática por parte del profesional al cual respetan, tiene un poderoso efecto de sanación que a la vez ayuda a la familia a hacerse fuertes ante las situaciones de adversidad.
4. Hacer preguntas y dar respuestas. Es importante que el profesional realice preguntas que ayuden a la familia a descubrir sus propias fortalezas y soluciones; algunas veces los profesionales tienden a pensar que pueden dar respuestas a todos los problemas de una familia, lo cual puede generar

sentimientos de incompetencia en los consultantes al creer no poder solucionar sus propios conflictos.

5. Proporcionar información de manera clara, oportuna y siendo sensible ante la situación de la familia. El psicólogo debe presentar la información a la familia en un lenguaje que ellos puedan comprender; debe saber que cantidad de información es importante y necesaria para la familia en relación con la problemática, la información se debe proporcionar a todos los miembros de la familia. Cuando el profesional trabaja en conjunto con la familia es una forma de reconocerlos y apoyarlos en sus problemas y en sus esfuerzos por dar una solución a ellos.

6. Co - crear soluciones con la familia. Es importante que el psicólogo pueda integrar sus conocimientos y experiencias con los conocimientos de la propia familia, lo cual ayudará a que la solución planteada pueda ser utilizada por la familia y sea congruente con sus valores, creencias y estilos de vida.

7. Establecer leyes para conseguir apoyo social para las familias. Es necesario desarrollar políticas que distribuyan los recursos sociales de manera equivalente y proveer mayor flexibilidad a las familias para poder satisfacer sus necesidades y poder utilizar sus fortalezas para la solución de sus conflictos.

Otra alternativa en la promoción de características resilientes en la familia es proporcionarle una guía que les permita conocer a los padres, aspectos que brinden sustento en la educación y pautas de crianza en los hijos.

Para esto, en 1996 Henderson, N. realizó una propuesta que tuvo como objetivo promover la resiliencia en niños y jóvenes a través de la identificación de cuatro pasos.

Para Henderson, N., (1996), promover la resiliencia “ocurre al integrar ciertas actitudes y comportamientos en los niños y jóvenes en su interacción con el adulto, ya que la resiliencia es un proceso que se da en las relaciones”. (p. 161)

El primer paso que debe llevarse a cabo para promover la resiliencia es siempre comunicar una actitud de resiliencia. Los padres de familia deben tener actitudes y comportamientos que le comuniquen a los niños una aceptación incondicional; también es importante que resalten en sus hijos las fortalezas, haciéndoles sentir que estas son más poderosas que los riesgos y problemas. Los adultos deben explicar al niño que los riesgos, problemas y adversidades a las cuales pueden llegar a verse enfrentados, son pasos de un camino que los llevará posteriormente a recuperarse y encontrar una solución a los problemas.

Para que los padres de familia puedan comunicar estas actitudes es necesario que expresen apoyo y cariño, escuchen con compasión, validen el dolor que siente el niño al enfrentarse a un problema y le proporcionen ayuda para que él pueda desarrollar habilidades de afrontamiento.

El segundo paso de la propuesta es que los padres de familia se enfoquen en las fortalezas del niño más que en sus debilidades. Los padres de familia pueden promover la resiliencia a través de la identificación de las fortalezas de sus hijos, es importante que ellos conozcan todos los aspectos positivos, habilidades, destrezas, talentos especiales e intereses.

El objetivo del proceso de identificación y refuerzo de las fortalezas, es que posteriormente podrán ser utilizadas por el niño como una forma de mitigar el impacto del riesgo o estrés; es necesario que la familia comprenda que no es posible eliminar al cien por ciento las adversidades, pero si pueden contrarrestarlas por medio de los mecanismos protectores.

El tercer paso consiste en construir una red de apoyo que promueva los factores de resiliencia en el ambiente y mitigue los factores de riesgo, para construirla es necesario:

- Incrementar conexiones pro sociales, que se refiere al establecimiento de relaciones entre jóvenes y adultos a través de actividades recreativas.
- Establecer límites claros y consistentes que incluye la implementación de reglas y normas familiares, políticas escolares y leyes comunitarias.
- Enseñar habilidades de vida que ayuden a los niños a prevenir conductas de riesgo, entre las cuales se encuentran la cooperación, una apropiada resolución de conflictos, habilidades para ser asertivo, habilidades de comunicación, toma de decisiones y manejo de estrés.
- Proveer cariño y apoyo, los adultos que se relacionan con el niño deben proporcionarle amor incondicional, ya que ha demostrado ser un aspecto importante en el enfrentamiento de la adversidad; el apoyo puede provenir de cualquier adulto externo a la familia.
- Establecer y comunicar expectativas altas, como la motivación de logro y expectativas realistas que sean coherentes con las fortalezas del niño.
- Proporcionar oportunidades de participación significativa, que se refiere a la capacidad de los padres o adultos en general en compartir el poder, también incluye el establecimiento de metas y ayudar a otros.

Por último, el cuarto paso de la propuesta es no darse por vencido; la resiliencia es un proceso de toda la vida y requiere persistencia por parte del individuo, la familia, el colegio y la comunidad; es un esfuerzo permanente.

Otra propuesta que tiene la misma finalidad que el anterior es la Guía de Promoción de la Resiliencia en los Niños para Fortalecer el Espíritu Humano, fue realizada en 1996 por Grotberg, E. & traducida por Suárez, N., y tuvo como propósito ayudar a los padres de familia, a desarrollar la tarea de fomentar en los niños la resiliencia; así como despertar un interés en los maestros, la comunidad y sociedad en general, ya que son actores indispensables en la promoción de la resiliencia en el niño.

La guía permitió aprender métodos que ayudaron a los padres, maestros y a la comunidad a identificar en el niño características resilientes y fortalecerlas por medio de acciones provenientes de experiencias de la vida cotidiana. También ayudó a los padres de familia, a aprender a como utilizar las fuentes de la resiliencia y sus diferentes combinaciones.

La información y organización de la guía está destinada para un grupo de niños que pertenezcan a un rango de edad de cero a tres años.

En la primera parte de la guía se buscó que el lector pudiera comprender el concepto de resiliencia y sus implicaciones en el desarrollo y el mejoramiento de la calidad de vida del niño. Se dieron algunos ejemplos de la vida cotidiana, donde se mostraron las acciones ejercidas por las padres que fortalecían la resiliencia en el niño.

Posteriormente se realizó una descripción de las fuentes de la resiliencia y las características que las componen; se aclaró la importancia que tiene la coherencia y el esfuerzo de los padres en la construcción de éstas

características, ya que la presencia de sólo una fuente no es indicador de resiliencia, sino la combinación de cada una de ellas.

Otro de los temas que se trabajaron en la guía, fue el desarrollo de la resiliencia en el niño desde los cero hasta los tres años de edad, en éste apartado la autora comenta los procesos que hacen parte de la etapa del ciclo de desarrollo y el rol que deben cumplir los padres para facilitar las tareas propias de la edad y las acciones que se pueden llevar a cabo para fortalecer la resiliencia.

También se realizó un paralelo entre las fuentes de las resiliencia en niños de tres años y las acciones, sentimientos y experiencias que él puede vivenciar en ésta etapa.

Al finalizar la guía la autora propone algunas estrategias que pueden ayudar a los padres de familia a fortalecer las características resilientes en niños de tres años, se dan ejemplos de las acciones de los padres que pueden impedir o fortalecer el desarrollo de éstas características y por último se muestra el perfil de un niño resiliente de tres años de edad.

A continuación se plantean algunos lineamientos ha tener en cuenta por los adultos, en la promoción de las características individuales y sociales que fortalezcan las conductas resilientes en los niños, según sus etapas de desarrollo psicosocial.

En el momento del nacimiento es de suma importancia que el niño pueda encontrar una respuesta positiva de su entorno, en este caso la familia es quien debe proporcionar al recién nacido una satisfacción de todas las necesidades básicas y brindarle un sentimientos de amor, aceptación y

protección incondicional, que le ayudará a encontrar un lugar dentro del núcleo familiar donde será aceptado como un nuevo miembro.

El nacimiento es un período donde el bebe comienza a explorar su entorno y establece los primeros lazos afectivos con personas que están a su alrededor especialmente la madre, en esta etapa es importante que el recién nacido pueda obtener de las figuras paternas afecto, seguridad, aceptación y protección, de esta manera podrá establecer un apego adecuado con la madre que le proporcionará un sentimiento de bienestar y donde sus necesidades básicas podrán ser satisfechas.

Otro aspecto importante en esta etapa es la reorganización familiar, en el momento del nacimiento el infante ocupa un nuevo lugar dentro de su familia y de la cual depende el grado de aceptación y bienestar que sentirá el bebé; este tipo de cambio debe ser asumido por todos los miembros de la familia y en conjunto deben discutirse las inquietudes y observaciones de la familia en relación a la llegada del bebe.

Munist, M., & Cols., (1998) consideran que en el período prenatal es importante que los padres establezcan una constante comunicación con el feto, ya sea por medio de palabras o acariciando el vientre, actividad donde debe también participar el padre; la madre deberá alimentarse adecuadamente y tener alguna actividad física que sea beneficiosa para ella y el feto; la familia deberá participar en algunas de estas actividades ya que les permitirá no sólo comenzar a relacionarse con el bebe sino también les ayudará a aceptarlo como un nuevo miembro; la música o el canto ayudará a estimular en el niño la resiliencia.

Según Lara, E., & Cols., (2000) desde los cero hasta los tres años de vida es importante:

Brindar cariño incondicional, expresar afecto físico (arrullo materno y caricias) y verbal (palabras dulces y tranquilizadoras).

Para Munist, M., & Cols., (1998) el vínculo del bebe con su madre es de suma importancia para su desarrollo; la lactancia es un proceso que permite el acercamiento entre la madre y el niño y es manifestación de afecto al igual que las caricias, palabras y gestos. Posteriormente esta experiencia le permite al niño no sólo ser receptor de afecto sino comienza a ejercer un rol activo en la demostración de sus propios sentimientos y emociones hacia la madre, inicialmente manifestándolos de manera no verbal y consecutivamente con la adquisición del lenguaje de manera oral. En esta etapa el niño deberá sentir que el afecto proveniente de la familia es incondicional, que este no depende de sus acciones y comportamientos sino que existe permanentemente en el tiempo, ya que al sentirse seguro, amado, protegido y aceptado le permitirá enfrentar situaciones de conflicto con el apoyo de sus seres queridos. El afecto incondicional es uno de los pilares de la resiliencia.

Entre los dos y los tres años debe fomentar el cumplimiento de reglas, utilizar métodos de disciplina que no los humillen o hagan daño, ni generen sentimientos de rechazo. El adulto debe comportarse de manera que comunique confianza, optimismo y buenos resultados que le sirvan al niño como modelos.

Entregar elogios por algunos progresos, impulsarlos a experimentar e intentar actividades en forma independiente con una mínima ayuda de los

adultos; a medida que se va desarrollando el lenguaje ayudar al niño a reconocer los sentimientos, darles nombre, expresarlos y reconocerlos en los demás.

Preparar al niño en forma gradual, para enfrentar situaciones adversas, ya sea hablándoles, recreando o leyendo sobre situaciones relacionadas, con frases que estimulen la resiliencia.

A medida que el niño va desarrollándose adquiere nuevas experiencias de su familia y su entorno, las cuales se convierten en aprendizajes que utiliza para adaptarse a su medio. Es importante que a nivel del núcleo familiar el niño adquiera por medio de las interacciones con los miembros de la familia reglas, normas y límites, esto forjará un sentido de responsabilidad y disciplina que le permitirá comprender las consecuencias positivas o negativas de sus actos. El infante debe ser motivado y reforzado constantemente por su familia ya que esto le permitirá adquirir seguridad y confianza en sus capacidades promoviendo la iniciativa y la creatividad que le ayudará enfrentar situaciones con mayor autonomía.

Por otro lado, en esta etapa del ciclo vital, el niño comienza desarrollar la confianza básica a partir de las interacciones, aprendizajes y experiencias con su ambiente. Esta confianza básica surge del apoyo del adulto y la creencia que tiene en la capacidades del niño, lo cual generará en el infante una mayor seguridad y confianza en si mismo que le hace pensar que tiene algún control sobre el ambiente y que él puede transformarlo, el sentimiento de confianza básica le permite al niño tener una visión optimista de su entorno y a la vez aceptar límites y normas necesarios para la convivencia.

Es importante que el adulto pueda reconocer las capacidades del niño y lo refuerce constantemente en la obtención de logros y éxitos personales, de esta manera el niño sentirá una motivación para realizar actividades y a la vez se sentirá seguro y competente en su desarrollo, teniendo una creencia positiva acerca de los resultados que obtendrá.

Según Lara, E., & Cols., (2000) de los cuatro a los siete años de edad, se espera que el adulto ayude a modelar conductas resilientes como la confianza, optimismo y autoestima ante situaciones adversas o conflictivas a las cuales se ve enfrentado el niño.

El adulto debe elogiar aquellas conductas que se consideran deseables en el niño, estimularlo en el desarrollo de actividades que puede realizar en forma independiente, establecer relaciones de empatía y preocupación por los demás y ayudarlo a aceptar la responsabilidad de su conducta y entender las consecuencias de sus actos.

Se recomienda exponer gradual y paulatinamente al niño a situaciones que pueden ser adversas, mediante conversaciones y lecturas donde se presentan situaciones difíciles.

En esta etapa del ciclo vital es importante que el niño utilice las herramientas, estrategias y experiencias adquiridas en la familia para el desarrollo del proceso de socialización; a medida que el niño va adquiriendo cierta autonomía e independencia de su familia comienza a establecer otro tipo de relaciones con su ambiente (colegio, compañeros y pares) estas relaciones a su vez lo obligan a enfrentarse a situaciones nuevas que pueden ser edificadoras y constructivas para el infante o al contrario pueden ser generadoras de ansiedad y conflicto, lo cual depende en gran medida de

los recursos internos y de los aprendizajes obtenidos en la familia y como son utilizados por el niño para enfrentar situaciones de difícil manejo.

La transición del hogar a las instituciones educativas, es un paso importante en la vida del niño, surgen nuevos cambios y experiencias que lo afectarán de manera positiva o negativa; en esta etapa los padres deben brindar un apoyo constante al infante para hacer de esta experiencia algo enriquecedor y agradable. Cuando el niño ingresa a cualquier institución educativa se ve enfrentado a nuevas normas, límites y exigencias, de maestros y padres de familia depende que el niño pueda adaptarse exitosamente a su nuevo ambiente.

En este período es imprescindible que el niño cuente con un adulto significativo en su vida que puede ser un profesor que lo acepte, comprenda y escuche sus inquietudes, esto permitirá al niño contar con alguien que se preocupa por él y no le retirará su afecto cuando el se equivoque.

Munist, M., & Cols., (1998) recomiendan que durante esta etapa los padres estén en capacidad de establecer límites y normas por medio del retiro de privilegios o la utilización de otras estrategias que ayuden a forjar la disciplina sin causar humillación o maltrato en el niño; enseñarle a identificar y entender las consecuencias de sus actos ya sean positivos o negativos; brindarle apoyo y comprensión en situaciones donde el niño haya fallado o equivocado, ayudándolo a aceptar sus errores y estableciendo límites y normas claras; los padres deben mantener un canal de comunicación con sus hijos con el fin de lograr que el niño pueda hablar sobre sus dificultades, problemas, sentimientos u otros temas de conversación; los padres de familia deben ayudarlo a desarrollar estrategias que le permitan al niño

solucionar problemas y conflictos con otras personas; consolarlo y apoyarlo en situaciones que puedan generar tensión en él y promover el desarrollo de una actitud flexible para que encuentre factores de resiliencia que lo ayuden a superar la adversidad.

Durante este período el niño comienza a lograr más independencia, esto implica una mayor responsabilidad por sus actos y las consecuencias que estos pueden generar en él y los demás, estará en obligación de cumplir con normas y límites impuestos tanto en el hogar como en el colegio. Es importante que los padres de familia refuercen estas enseñanzas en el niño y lo ayuden a comprender la razón del por que existen reglas, esto se deberá hacer por medio de una comunicación abierta donde tanto el niño como el adulto se sienta cómodo y tranquilo para expresar sentimientos y opiniones.

Según Lara, E., & Cols., (2000) entre los ocho y once años de edad es importante, ayudar a expresar sentimientos de una manera adecuada, elogiar comportamientos deseables, modelar conductas consistentes donde se clarifique reglas, expectativas y valores por medio de la comunicación la cual deberá abrir un campo que permita discutir y compartir determinados temas de interés.

En esta edad es necesario que el adulto promueva en el niño comportamientos dirigidos a la adquisición de responsabilidades, disciplina y valores, enfatizando conductas que puedan ser positivas para él y los demás, con el fin de lograr que el niño tenga un desarrollo adecuado del proceso de socialización y pueda aceptar normas y límites como una forma de convivencia.

Munist, M., & Cols., (1998) identifican esta etapa como la del niño productor, ya que cada día tiene que aprender y desarrollar capacidades orientadas al trabajo escolar y tareas de la vida cotidiana.

En esta edad el niño puede llegar a verse enfrentado a algunos fracasos en el área académica, por esta razón es importante que el niño pueda identificar las causas que lo produjeron y buscar alternativas para solucionarlos, esta forma de abordar las problemáticas le permitirá formar su resiliencia.

Durante esta etapa comienzan los primeros cambios púberes, los cuales producen una variedad de transformaciones tanto en su cuerpo como en sus emociones, hay un mayor distanciamiento y conflicto con los miembros de la familia ya que entra en el dilema de no querer ser tratado como niño pero tampoco como adulto, hay menor aceptación de límites y normas, busca establecer relaciones con otras personas fuera del círculo familiar como son los pares con los cuales comparte intereses, valores y creencias diferentes a los de sus padres, este proceso paulatinamente va formando su identidad y se comienzan a observar otros rasgos de personalidad, el púber cada vez es más independiente y autónomo, lo cual se ve reflejado en dos aspectos, el primero es un distanciamiento de los padres y el segundo es una integración hacia otros ámbitos de productividad y socialización.

En esta edad surge un desequilibrio de la confianza básica debido a los cambios corporales y afectivos propios de esta edad, es importante que el niño pueda contar con el apoyo de sus padres y otras figuras adultas para que lo ayuden a comprender estos cambios y verlos como un proceso natural, sólo de esta manera se podrá reestablecer la confianza básica.

En este período es importante que el adolescente pueda lograr cierta independencia que lo ayude a encontrar su propia identidad, esto lo hará por medio del establecimiento de relaciones con pares con los cuales compartirá actividades, valores y creencias que irán formando su personalidad. Estas respuestas en el adolescente son un intento por apartarse de las enseñanzas de sus padres y él mismo crear sus propias creencias. Es importante que los padres de familia e instituciones escolares ayuden al adolescente en estos cambios por medio de la comunicación y apoyo, pero que también lo hagan respetar límites y normas haciendo que el asuma sus propias responsabilidades.

Según Munist, M., & Cols., (1998) en la etapa de los doce a los dieciséis de edad, el adolescente continúa experimentando cambios a nivel corporal y emocional, los cuales se caracterizan por un cuerpo con funciones sexuales adultas, pero una organización psico-social con características infantiles, esto genera conflictos tanto en el adolescente como en sus cuidadores ya que se les dificulta establecer una forma adecuada para relacionarse con él.

El joven en esta etapa busca mayor independencia por medio del alejamiento de las figuras paternas y la búsqueda de nuevos compañeros de su edad que compartan los mismos intereses, valores y creencias; este distanciamiento de los padres se produce por varias razones, una de ellas es que el adolescente constantemente cuestiona los límites y reglas impuestos por sus padres como una forma de autonomía e independencia, al igual quiere buscar una identidad propia y proyectarse al mundo de otra manera diferente a la de los padres; la relación con pares cada vez es más

significativa para el joven y esta se convierte en un amistad exclusiva que le proporciona bienestar y apoyo.

Una de las funciones que deben cumplir los padres de familia y las instituciones educativas en la formación del adolescente, es proporcionarle información y conocimiento acerca de los nuevos cambios a los cuales se verá enfrentado, en aspectos como la sexualidad, emociones y relaciones sociales. El apoyo del adulto le brindará al adolescente la oportunidad de poder comunicar sus inquietudes sobre estos nuevos cambios y como pueden ser asumidos y manejados por él.

Es importante que en esta edad el joven pueda comenzar a pensar en su futuro en sus expectativas, aspiraciones y como puede alcanzarlas ya que es uno de los principales pilares de la resiliencia, sin embargo en el camino siempre es necesario que el adolescente cuente con el consejo y apoyo de un adulto.

Las instituciones educativas deben brindarle al adolescente una oportunidad para encontrar actividades de interés que se proyectarán posteriormente en la elección de una carrera profesional o de un trabajo determinado; para ello se pueden realizar orientaciones profesionales que ayuden al adolescente tomar decisiones respecto a su futuro y las metas y logros que él quiere alcanzar. Este sentido de propósito motivará al joven a responsabilizarse por las acciones que estarán destinadas a conseguir sus expectativas.

En conclusión, para que el psicólogo logre fomentar factores resilientes en las familias consultantes, es importante que entienda las necesidades de ella, el contexto en el cual se desenvuelve y las fortalezas que ellos pueden

desarrollar para dar una solución o enfrentar los conflictos de la vida cotidiana. Es así, como el psicólogo juega un rol de guía y de acompañamiento, donde su función será descubrir cualidades en la familia, para hacerla consiente de ellas y empezar a trabajar en conjunto; también es importante que dentro de la intervención se enseñen pautas y estrategias a los padres relacionadas con la crianza de los hijos, con el fin de identificar y fortalecer características resilientes en ellos.

A lo largo del ciclo vital, las características resilientes varían de acuerdo a la etapa de desarrollo en que se encuentran los niños, por tal razón es fundamental que los padres conozcan que características resilientes deben ser intensificadas y que factores de riesgo se deben contrarrestar. En relación a esto, las aplicaciones mencionadas con anterioridad proporcionan una guía de información y prevención, que ayudarán a los padres de familia a identificar situaciones de riesgo en sus hijos, que se mitigaran a través de factores protectores y estrategias que fortalecen características resilientes.

Los padres son los principales promotores de resiliencia en sus hijos, pero para que esto sea efectivo, necesitan contextos que cumplan la función de red de apoyo. El niño trae consigo una serie de factores protectores y de características resilientes, adquiridas a través de las relaciones interpersonales a nivel familiar y las experiencias vividas en este entorno; los contextos escolares y comunitarios deberán ser consientes de los recursos personales y familiares con los cuales ingresa el niño a dichos contextos; su labor entonces, será la de reforzar y proporcionar nuevas estrategias particulares de su medio, para fortalecer y crear nuevas formas de

desarrollar la resiliencia en las diferentes etapas del ciclo de vida, tanto en la infancia, adolescencia y edad adulta.

A continuación, se describirán algunas estrategias de intervención a nivel escolar, mostrando elementos que sirven de apoyo a los docentes, para trabajar resiliencia en las aulas de clase. Posteriormente, se darán a conocer algunas aplicaciones realizadas en contextos comunitarios, con familias en alto riesgo; que tienen la intención de promover la resiliencia desde la comunidad.

En Norte América, se llevo a cabo el diseño y aplicación del “Penn Prevention Program” realizado por Seligman, M., Reivich, K., Jaycox, L., & Gillham, J., (1995). El Penn Prevention Program se diseñó retomado la autoestima como un aspecto que hace parte de las áreas de la resiliencia.

El Penn Prevention Program, inició oficialmente en 1990, los investigadores que participaron en este programa evaluaron a doscientos estudiantes del quinto y sexto grado de un colegio del distrito Abington en Norte América. Se abrió una vacante de setenta puestos, para que niños con un alto riesgo de sufrir depresión, pudieran participar en el programa. Los setenta niños elegidos para participar fueron divididos en seis grupos, manejados por tres investigadoras. Para asegurar que a cada grupo se les enseñara el mismo material, se diseñó un manual que incluía las instrucciones y actividades que debían ser enseñadas en cada sesión.

Se entregaron cuestionarios a niños, padres y profesores antes y después de implementar el programa; esto permitió evaluar los cambios no sólo por los investigadores sino también por los padres de familia y profesores.

Para poder llevar a cabo este estudio, los investigadores se comprometieron con el colegio y los padres de familia a realizar un seguimiento de los niños hasta el bachillerato, lo cual se realizó por medio de una visita programada cada seis meses a la institución.

Posteriormente los investigadores establecieron un grupo de control para evaluar la efectividad del programa; se entregaron cuestionarios a todos los estudiantes de quinto y sexto grado que tenían aprobación de los padres de familia. De los estudiantes que respondieron al cuestionario y se encontraban en mayor riesgo de sufrir depresión, se formaron dos grupos al azar, la mitad de los niños participaría en el curso de habilidades de coping y la otra mitad de los niños haría parte del grupo de control.

El programa tenía una duración de doce semanas con una intensidad horaria de veinticuatro horas. Los investigadores utilizaron tiras cómicas, juego de roles, juegos, discusiones y videos para enseñar habilidades para combatir la depresión. También se enseñaron dos habilidades de coping a través del diseño de personajes que mostraban la importancia del optimismo y cómo podía ayudarlos a solucionar problemas y tomar decisiones.

Los dos principales componentes del Penn Prevention Program eran el desarrollo de habilidades cognitivas y solución de problemas desde una mirada social.

El primer paso fue enseñar a cada niño a monitorear las cosas que se decían a ellos mismos, una vez los niños podían capturar sus pensamientos automáticos, posteriormente se les ensañaban a evaluar si estos pensamientos eran correctos. Mediante el programa se enseñó a los niños a

adoptar el rol de detectives cuyo trabajo era juzgar si era cierto las acusaciones y pensamientos pesimistas que tenían sobre ellos mismos.

El segundo paso fue enseñar a los niños a manejar los conflictos interpersonales y resolver problemas sociales, a través de estrategias asertivas que les permitieran abordar los problemas de manera adecuada.

Todas las enseñanzas que recibieron los estudiantes se realizaron a través de actividades interactivas programadas para cada sesión, en estos espacios los niños no sólo tenían la posibilidad de aprender habilidades de coping y estrategias para resolver problemas, sino también pudieron relatar sus experiencias propias acerca de sus problemas y sentimientos, compartiendo con el resto del grupo o con el investigador los resultados que tuvieron estas estrategias para dar solución a los conflictos.

Durante los dos siguientes años, los investigadores retornaron al colegio para tomar medidas de los síntomas de depresión en los niños. Se encontró que el programa tuvo un efecto inmediato sobre la depresión. Antes de que comenzara el programa el 24% de los niños tanto del grupo de control como los que estaban participando en el programa tenían síntomas de depresión de moderado a severo. Inmediatamente después del programa, el porcentaje de los niños que habían participado en el programa bajo a un 13% y el grupo de control se quedó en un 23%.

Como éste programa estaba diseñado para prevenir la depresión, los investigadores no estaban interesados en los resultados a corto plazo sino a largo plazo. Los investigadores esperaban enseñar una serie de habilidades, que los niños pudieran utilizar a lo largo de su vida; creían que una vez el niño comenzara a utilizar estas habilidades, ellos comenzarían a

tener mayor control sobre las cosas y tendrían menos fracasos, lo cual reforzaría estas habilidades.

Cada seis meses los investigadores analizaron los datos y cada vez encontraron que el programa de prevención había funcionado. Dos años después de que el programa haya finalizado, solamente un 22% de los niños que habían participado en el programa reportaron síntomas depresivos de moderados a severos.

Inmediatamente después de que finalizó el programa, se había reducido en un 35% el número de niños que habían experimentado fuertes síntomas de depresión. Dos años después se había reducido el número de niños con fuertes síntomas de depresión en un 100%.

Los investigadores que participaron en el programa, lo han utilizado desde entonces en otros colegio con resultados similares. Se han hecho algunas modificaciones en el programa para que este pueda ser aplicado en otros contextos.

De 1994 a 1995 en la escuela East High School, Richardson, G., & Grey, D., implementaron un programa de resiliencia para jóvenes. El programa utilizó jóvenes que estuvieron expuestos a situaciones de alto riesgo (Pandillas). Los jóvenes que participaron en el programa fueron previamente seleccionados y tenían autorización de sus padres para asistir a las clases que componían el nuevo currículo. Los administradores de la escuela diseñaron un conjunto de actividades con una duración de quince semanas; los estudiantes fueron evaluados con los indicadores del programa, antes y después de haber tomado los cursos.

Algunos de los indicadores incluían sentido de propósito, locus de control, religiosidad, creatividad, competencia social, habilidades para solucionar problemas, autoestima y autoeficacia. Otros aspectos que fueron evaluados incluían la asistencia al colegio, notas, incidencia de problemas relacionados con el comportamiento. Los elementos claves del programa Resilient Youth fueron:

1. Entrenamiento para las organizaciones educativas que ejecutarán el programa. Este entrenamiento tuvo una intensidad de treinta horas y se enfocó en el trabajo con administradores, miembros de la facultad y el personal de las organizaciones, en donde se exploró temas como la resiliencia personal, relaciones resilientes y un taller de resiliencia. El taller mostró estrategias a profesores, para introyectar y utilizar la resiliencia dentro del currículo escolar, sin importar el tipo de clase que se estaba dictando.
2. Entrenamiento para familias, el cual involucró a los padres de familia para mejorar el interés y compromiso con el tema; algunas actividades como videos producidos por jóvenes, producciones y otros, que fueron diseñados para aumentar la comunicación dentro de las familias y proveer un soporte activo para el desarrollo de la resiliencia.
3. Clubes para jóvenes resilientes, era un club multicultural donde se involucraban jóvenes que estaban sometidos a alto riesgo y jóvenes que no lo estaban, ofreciendo tutoriales académicos, actividades grupales e individuales, proyectos de servicio y programas de “hermano mayor o hermana mayor” para los estudiantes más jóvenes.

4. Currículo para jóvenes resilientes, estaba compuesto por treinta y tres módulos, que consistían en siete áreas principales que proporcionaban una guía para comenzar a trabajar desde sitios protegidos o seguros, llegar a la emotividad de los participantes, establecer confianza y facilitar el proceso de construcción de resiliencia. El currículo estaba diseñado para ser flexible a necesidades específicas y recursos disponibles para jóvenes y adultos facilitadores. Las siete áreas del currículo fueron:

1. Entender el proceso de resiliencia. En ésta área los jóvenes comprenden el sentido del modelo de resiliencia y personalizan el proceso que va ser implementado en ellos.
2. Descubrir la naturaleza de la resiliencia. Los jóvenes exploran sus talentos personales y sus fortalezas, ellos exploran la naturaleza de la resiliencia en su propio cuerpo, su mente y su corazón.
3. Fundamentos de las relaciones resilientes. Los jóvenes aprenden las habilidades para construir relaciones sólidas, lazos familiares, comunidades enriquecedoras y colegios resilientes; descubren la manera de construir confianza comunicándose más efectivamente y fortaleciendo su autoestima y su estima por los demás sin importar su apariencia externa. También aprenden habilidades para relacionarse y estrategias para que con otros estudiantes puedan cambiar y mejorar su ambiente social.
4. El poder de los sueños. Los jóvenes aprenden que el poder real involucra una combinación de descubrir sus potenciales resilientes y después crear una pasión por la vida identificando y trabajando para conseguir su sueño personal.

5. Paradigmas de resiliencia. El paradigma es un concepto utilizado en el mundo de negocios para representar la visión personal o percepciones del mundo, los paradigmas de resiliencia basados en perspectivas saludables de vida son explorados para ayudar a los jóvenes a vivir dentro de sus esquemas personales de la moral.

6. Habilidades de resiliencia. Los jóvenes aprenden a encontrar soluciones a problemas de manera creativa, manejar hábitos no deseables, aunque efectivas y aprender acerca del proceso mental que se necesita para controlar su propio destino.

7. El camino hacia la resiliencia. En este punto del currículo los jóvenes realizan un cambio en la manera como han llevado su vida y aprenden a adoptar un cambio permanente a lo largo de sus vidas.

Dentro del currículo que se implementó con los estudiantes se utilizó un modelo que explicó el proceso que debe llevar a cabo una persona ante la presencia de un problema o dificultad.

En este modelo se muestra a una persona que se enfrenta a una dificultad, cambio o conflicto en una etapa específica de su vida. El modelo asume que la persona se encuentra en una situación estable de vida y sufre una disrupción que interrumpe su estilo de vida. Cuando finaliza la situación de adversidad la persona puede, dependiendo de su nivel de resiliencia puede escoger la siguientes alternativas: puede volver a su estilo de vida, puede aprender de la experiencia y utilizarla como fuente de estímulo y desarrollo o por el contrario verse agobiado por la adversidad y no volver a recuperarse del percance.

Los resultados que se obtuvieron a partir de la autoevaluación de los veintisiete estudiantes fueron: el 87% de los participantes reportaron haber desarrollado un sentido autoconciencia relacionado con sus acciones después de haber recibido las clases de entrenamiento, el 91.3% reportaron tener una mayor autoestima como resultado de su entrenamiento, el 95.6% reportaron tener mejores habilidades en la toma de decisiones como resultado de su entrenamiento, el 100% reportaron tener más confianza para tomar las decisiones correctas en su vida, el 56.5% reportaron que su rendimiento académico mejoro y el 73.9% reportaron que estaban menos involucrados en actividades relacionadas a las pandillas.

Otro programa de intervención a nivel escolar fue el diseñado por Bickart, T., & Wolin, S., (1997) en el cual se describen los estudios recientemente conducidos por el Proyecto de Resiliencia en Washington D.C., donde se realizó una entrevista basada en la experiencia ante la adversidad tratando de obtener información acerca de cómo las personas habían logrado superar las dificultades.

La entrevista se aplico a veinticinco personas, hombres y mujeres que habían tenido una infancia difícil, sus respuestas revelaron que ninguno de ellos había escapado completamente del daño, pero que a pesar de esto eran personas fuertes y sanas en muchos aspectos.

Al analizar sus respuestas se encontró que existían siete factores de resiliencia que fueron categorizados en: insight, independencia, relaciones interpersonales, iniciativa, creatividad, humor y moralidad. Todos representaban comportamientos que los niños podían aprender y practicar

en el colegio y que podrían ayudar a alcanzar el éxito en el aula de clase. (Bickart, T., & Wolin, S., 1997).

De acuerdo a las entrevistas realizadas, se encontró que las experiencias que promueven la resiliencia en las aulas de clase no se daban en un tiempo, espacio o por medio de actividades especiales, ocurrían cuando los profesores proporcionaban al niño oportunidades para desarrollar y practicar comportamientos asociados a la resiliencia en la cotidianidad y en el aula de clase.

A continuación se examinan algunas estrategias relevantes utilizadas por profesores expertos, que buscan promover competencias académicas y sociales en los niños, con el fin de lograr que el estudiante sea más activo en su aprendizaje. Lo que dicen los estudios de resiliencia es que estas prácticas también sirven para que los niños aprendan y practiquen comportamientos que puedan aplicarse a su vida, ayudándolos a alcanzar el éxito. (Bickart, T., & Wolin. S., 1997).

Dentro de estas prácticas se encontró que los niños están involucrados en el asesoramiento de su propio trabajo y en el establecimiento de sus propias metas. Cuando los maestros proporcionaban una retroalimentación a los estudiantes de su trabajo, estaban promoviendo el insight. La retroalimentación constructiva ayudó a los niños a honestamente considerar la calidad de su trabajo, pensar sobre lo que habían aprendido y observar si su trabajo cumplía con las expectativas y objetivos propuestos. A medida que se fue desarrollando el insight, los niños aprendieron a evaluar su trabajo con la ayuda de el maestro quien le preguntaba al estudiante el grado de dificultad de la tarea.

Otra de las estrategias utilizadas por los maestros era involucrar a los niños en el desarrollo de estándares de trabajo. El éxito requiere independencia y la habilidad para distanciarse de sentimientos difíciles. Cuando los niños observan un modelo de trabajo excepcional, tienen la oportunidad de participar en el establecimiento de estándares, ellos sabrán que sus esfuerzos serán evaluados y podrán superar con mayor facilidad los sentimientos de frustración.

También se trabajó la colaboración como estrategia para fomentar el establecimiento de relaciones interpersonales. En las aulas de clase donde se promueve el trabajo en equipo, los niños practican el desarrollo y el mantenimientos de relaciones interpersonales con otros, estas relaciones se desarrollan a medida que los niños aprenden de sus compañeros. En el aprendizaje mediante la colaboración informal, los profesores asignan a los niños trabajar con uno o más compañeros en un proyecto o tarea con metas específicas, el aprendizaje se da en la cotidianidad en el día a día, cuando los niños buscan a sus compañeros para pedir ayuda en la resolución de un problema, compartir ideas o cuando quieren explorar otros descubrimientos.

Así mismo, los profesores utilizaron las reuniones con los niños para resolver problemas en el aula de clase. Cuando los maestros convocan pequeñas reuniones para resolver estos problemas en vez de solamente utilizar su propia autoridad, están construyendo la iniciativa en los niños. Estas reuniones dan la oportunidad a los estudiantes de practicar habilidades para desarrollar nuevas ideas y escuchar a sus compañeros. Los niños tiene oportunidades para tomar decisiones y realizar elecciones.

Cuando se le da la oportunidad al niño de elegir se promueve la creatividad. Algunas veces las decisiones involucran simplemente escoger un libro para leer o un tópico para escribir. Pero las elecciones pueden también permitir al niño decidir como pueden expresar sus sentimientos e ideas a través del trabajo. A través de estas actividades los niños pueden aprender a expresarse de diferentes maneras.

Otra forma de estrategia para los maestros es estructurar el aula de clase como un contexto comunitario. Cuando el aula de clase se organiza como una comunidad, en vez de estar basada en una sola autoridad, el espíritu de grupo emerge. En este ambiente los niños pueden practicar la resiliencia del humor aprendiendo a reírse de ellos y ayudar a otros a ver la diversión en los eventos de la vida cotidiana. El humor puede ser parte de la vida en el aula de clase, permitiendo al niño reírse de sus propios errores, cortando la tensión y disminuyendo la competitividad.

Para los profesores fue importante involucrar a los niños en el establecimiento de reglas en el aula de clase. Crear reglas es una forma para que los niños puedan practicar la moralidad, discutir las reglas invita a los estudiantes a reflexionar y medir las consecuencias, reflejando conceptos como la justicia. Cuando los niños están en capacidad de crear reglas propias aprenden a responsabilizarse por sus propios comportamientos y los de los demás.

Las prácticas en el aula de clase pueden hacer una gran diferencia en la vida de los estudiantes, los maestros y otros profesionales pueden ayudarlos mediante la promoción del insight, independencia, iniciativa,

establecimientos de relaciones interpersonales, creatividad, humor y moralidad en el aula de clase.

El Penn Prevention Program, el Resilient Youth Fostering Curriculum y Practicing Resilience in the Elementary School, son el más claro ejemplo de la importancia del trabajo conjunto entre la escuela y la familia en la promoción de características resilientes; puesto que se incorpora la familia dentro de las actividades que se realizan en el colegio, tratando de complementar aspectos en los niños y jóvenes para contrarrestar factores de riesgo y mantener elementos positivos. Es decir, que la resiliencia debe pensarse como un proceso interaccional, donde la escuela, la familia y la comunidad estén en continua relación, para conocer lo que se está realizando en cada contexto en la promoción de la resiliencia.

En contextos comunitarios se ha trabajado el tema de la resiliencia, en familias que se encuentran en alto riesgo y principalmente se han llevado a cabo en Sur América, puesto que en estos países se observan problemáticas que involucran la guerra, la violencia, la pobreza, la falta de acceso a la educación y el trabajo en niños. Estos contextos de riesgo obligan a las entidades gubernamentales y a los profesionales en el área de la salud, a diseñar estrategias y programas que fomenten la resiliencia, con el fin de mitigar los factores de riesgo, a través de la identificación de factores protectores que sean brindados a la comunidad.

Actualmente en Bogotá (Colombia) se está diseñando una propuesta de intervención a nivel psicosocial con el fin de fomentar el buen trato, realizado por Borda, N., & Serna, C., (2001).

El propósito es realizar un programa preventivo en centro educativos distritales de la localidad de Usaquén, para enfrentar situaciones de adversidad; este programa se centrará en el fortalecimiento de la resiliencia como alternativa para el no ejercicio de la violencia para la resolución de conflictos y la promoción del buen trato. Los objetivos generales planteados por las autoras para la realización de este programa son:

- Establecer espacios de reflexión y sensibilización en padres o acudientes y educadores acerca de la utilización de la violencia como alternativa de resolución de conflictos.
- Promover la relación de buen trato dentro de la comunidad educativa por medio de la potenciación de diferentes herramientas tanto personales como colectivas que lo posibilitan.
- Posibilitar el reconocimiento y la resignificación en padres o acudientes y educadores en la utilización de la violencia como un mecanismo de socialización.
- Potenciar el desarrollo de alternativas para la resolución pacífica de conflictos.
- Crear espacios lúdicos encaminados hacia el desarrollo de los factores protectores en los niños y las niñas para el afrontamiento de situaciones difíciles.

La población con la cual se está trabajando, está compuesta por las directivas, docentes, padres o acudientes y los niños de la localidad de Usaquén. Para la realización del programa se utilizarán talleres, conversatorios, grupos de apoyo y conferencias, para la construcción y

desarrollo del buen trato en la comunidad educativa de la localidad de Usaquén.

Durante el año en el cual se realizará la intervención, se desarrollará una investigación de corte cualitativo - descriptivo, analizando los datos recolectados por medio de la realización de un diario de campo de cada sesión.

El contenido del programa se divide en las directivas y docentes, niños y niñas y padres o acudientes.

Para los directivos y docentes participantes del programa se trabajará los siguientes temas: nuestra cotidianidad (situaciones difíciles y violencia); alternativas para la resolución pacífica de conflictos; y buen trato como una estrategia efectiva para educar.

El contenido para los niños y niñas se divide en los siguientes temas: establecimiento y mantenimiento de autoestima y autoeficacia; apertura de oportunidades; reducción de impacto de situaciones de adversidad; y reducción de reacciones negativas en cadena.

Para los padres y acudientes se trabajarán los siguientes temas: buen trato (¿Cómo fuimos, en donde estamos y hacia donde vamos?); mi relación con otros: una constante construcción; reconociendo mis sentimientos; y me quiero, me cuido, cuido a los demás.

La etapa inicial del proyecto que incluye el acercamiento, sensibilización y abordaje del buen trato, tiene una duración de seis meses con cada institución. El proceso con los niños es de una sesión semanal de dos horas con cada grupo con un total de diez sesiones. Con los docentes una jornada

de cuatro horas cada dos meses, con una totalidad de tres jornadas y con los padres igual.

Finalizada la primera etapa del programa se planteará una segunda para fortalecer el buen trato en la comunidad educativa, que se realizará en el 2003.

El proyecto que se presentará a continuación estuvo a cargo del Instituto Región y Desarrollo en Perú (IRD), se desconoce la fecha en la que se comenzó a realizar el proyecto y los autores del mismo. El proyecto tuvo una duración de dos años y se desarrollo en la provincia de Aymaraes (departamento de Abancay). Esta zona fue blanco de la violencia terrorista y desatendida por el gobierno; actualmente la comunidad se está organizando para mejorar su calidad de vida. En el proyecto se atendió a ocho comunidades campesinas de los distritos de Tapayrihua y Justo Apusahuraura.

El IRD buscó promover los factores de resiliencia en la comunidad, con el fin de fortalecer la personalidad de los niños, a través de la autoestima, autonomía y afecto emocional, en las edades de cero a diez años, contribuyendo a mejorar la calidad de vida con el apoyo y participación de los padres de familia.

El proyecto se realizó en sesenta y siete sesiones de seis horas como promedio y una actividad principal por sesión. Las actividades estaban encaminadas a desarrollar el afecto emocional, juego simbólico, las habilidades, motricidad fina, creatividad, atención, inteligencia y entrenamiento a los padres de familia.

Los objetivos del proyecto fueron:

1. Promover en los niños quechuas la autoestima, la autonomía y el afecto emocional a través de actividades lúdicas.
2. Capacitar sobre la importancia del afecto emocional en los niños para un crecimiento saludable.
3. Promover las capacidades en el manejo de los clubes de madres.
4. Capacitar a las madres sobre estrategias para mejorar el régimen alimenticio de las familias y los niños.
5. Capacitar a los padres sobre la prevención del bocio, la parasitosis y los hábitos de higiene básica.

Las estrategias que fueron utilizadas en el proyecto, se realizaron de acuerdo a cada uno de los objetivos propuestos. Para llevar a cabo el primer objetivo, se utilizaron recursos provenientes del medio tales como el folklore, costumbres, festividades, y creencias culturales, para fortalecer factores de resiliencia a través de la participación de la comunidad.

En el segundo objetivo se utilizaron estrategias que permitieran aprovechar los recursos de la comunidad y sus formas de expresión, para entrenar a los padres y fortalecer la resiliencia.

Para el tercer objetivo se buscó fortalecer la organización de la comunidad de mujeres y los clubes de madres para garantizar la sensibilidad del proyecto.

El cuarto y quinto objetivo, comprendía la participación y capacitación de los de los padres de familia en la prevención y educación de la salud por medio del apoyo del Ministerio de Salud.

Los métodos que utilizaron para lograr los objetivos propuestos dentro del proyecto fueron: para el primer objetivo, la utilización de talleres y jornadas

de capacitación, actividades de recreación, celebración de las fiestas de cada comunidad y la utilización de áreas naturales.

En el segundo objetivo, se utilizó la sátira y el humor como un mecanismo que le permitió a los miembros de la comunidad, padres e hijos, expresar sentimientos y desacuerdos, sin la necesidad de confrontar o entrar en conflicto.

Para el tercer objetivo, se crearon doce clubes de madres, que fueron capacitadas y orientadas en la organización de las mujeres de la comunidad.

Para el cuarto y quinto objetivo, se realizaron talleres de capacitación a la población general sobre hábitos alimenticios y prevención de enfermedades.

Las observaciones realizadas por los investigadores permitieron conocer los siguientes resultados:

1. El humor fue el facto más utilizado por la comunidad para promover la resiliencia.
2. Los niños mostraron tener una buena capacidad de resolución de problemas, control de sí mismos y adquisición de responsabilidades a una corta edad.
3. Las mujeres de la comunidad constituyeron una fuerte red de apoyo para los niños a través de la ayuda mutua.
4. Los clubes de madres adoptaron responsabilidades delegadas por los directivas de cada comunidad que se esforzaron en desarrollar y cumplir con el proyecto.
5. Los padres de familia que participaron en el proyecto reconocieron la importancia de jugar con sus hijos y estos últimos buscaban más a sus padres para jugar.

6. Hubo interés, asistencia y participación de la comunidad en las actividades del proyecto.
7. Hubo una mayor preocupación de los padres hacia sus hijos reconociendo importancia que ellos tienen para el desarrollo de la comunidad.
8. Las madres reconocieron la importancia que tuvo el proyecto para su beneficio, lo cual llevó a que generaran nuevas ideas de trabajo.
9. Las madres mostraron que han utilizado nuevas estrategias para mejorar la salud en aspectos como la nutrición y el cuidado personal.

El siguiente proyecto se realizó en el Perú en 1998, por parte del Ministerio de Promoción de la Mujer y el Desarrollo Humano; el cual se trabajó con trece comunidades andinas de los distritos de Socos (Larampuquio, Luyanta, Maukallacpta, Manzanayog, Quisuarpamapa) y Vinchos (Mitapasamana, Putacca, Sallalli, Cochapampa,) provincia de Huamanga, departamento de Ayacucho.

El objetivo general del proyecto KUSISQA WAWA fue desarrollar un piloto para prevenir los impactos negativos del maltrato infantil en el desarrollo de niñas y niños rurales menores de seis años y la promoción de los factores de resiliencia, a través de actividades lúdicas y recreativas, con la participación de toda la familia.

Para llevar a cabo la intervención se considero trabajar en dos grupos la prevención del Maltrato Infantil, a través de una propuesta lúdica, donde el niño y la familia eran los actores principales y la comunidad en un segundo plano (redes de soporte comunal y social).

Al poco tiempo de haberse iniciado la aplicación del proyecto los investigadores vieron la necesidad de ampliar los objetivos, hacia la incorporación de un modelo interventivo - preventivo para desarrollarlo en comunidades andinas.

Para el ministerio de salud peruano fue importante mejorar la calidad de vida de los miembros de la comunidad a través de la promoción de las áreas de la resiliencia como la creatividad, el humor, la autoestima y la autonomía; se han programado actividades para diferentes grupos de edad respetando su desarrollo psicológico y teniendo en cuenta un modelo preventivo.

Así mismo, para los investigadores era necesario reconocer aquellos espacios, cualidades y fortalezas que permitieron que las comunidades peruanas enfrentaran positivamente las experiencias estresantes asociadas a la pobreza extrema y los eventos de la post – violencia terrorista.

Lo que se va a presentar a continuación, es la relación de los factores de riesgo y protectores, que se han identificado en la interacción con las niñas y niños, de las comunidades y es un primer esfuerzo, para poder comprender y profundizar el tema de resiliencia andina.

Dentro de los factores de riesgo que se identificaron se encuentran: la carga de responsabilidades, el maltrato físico y psicológico, la falta de atención médica, la metodología de enseñanza que no permite al niño participar gustosamente, la marginación por parte de los profesores, la situación de extrema pobreza y los efectos de la violencia terrorista.

Dentro de los factores protectores observados en la población infantil, se encontraron: los niños tienen y crean sus propias estrategias para jugar, se observa una Inteligencia práctica, poseen un miembro de la comunidad y

familiar protector, confían en otra persona, como la familia extensa, poseen sentimientos de superación y participan en la escuela y sus actividades recreativas.

En Septiembre de 1998, Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M., Suárez, E., Infante, F., & Grotberg, E., diseñaron el Manual de Identificación y Promoción de la Resiliencia en niños y adolescentes. El propósito de éste manual, fue dar a conocer un instrumento que permitiera trabajar sobre los siguientes interrogantes; el significado de la resiliencia, el conocimiento que se tiene sobre el concepto, las acciones llevadas a cabo por los profesionales de la salud para promoverla, los aspectos de la personalidad que se deben fomentar con la población que se va a trabajar y cómo se deben diseñar y crear los programas y proyectos.

La lectura de el manual ofrece dos tipos de opciones para el lector, la primera utilizarlo como una guía que le permita adquirir información y conocimientos, sobre estrategias utilizadas por padres, educadores y trabajadores de la salud, para fomentar la resiliencia a través de las etapas del ciclo vital. La segunda opción es un taller de cuatro sesiones de trabajo de dos horas, que utilizan diversas actividades conjugadas con el contenido del manual, que podrán ser adaptadas por el lector en su contexto de trabajo.

Munist M, & Cols., (1998), en el primer capítulo del manual, realizan una descripción sobre el origen de la resiliencia, definiciones propuestas por diferentes autores; proporcionando una explicación sobre el enfoque de riesgo, protección y resiliencia y por último la relación entre pobreza y resiliencia.

El segundo capítulo del manual, incluye la descripción del perfil de un niño resiliente, las expresiones verbales utilizadas por niños resilientes y ejemplos de situaciones de la vida cotidiana, donde se pueden observar las acciones que pueden fomentar la resiliencia y las que la obstaculizan.

En el tercer capítulo se realiza una explicación detallada, de cada una de las etapas de desarrollo psicosocial, teniendo en cuenta las acciones que pueden promover la resiliencia en cada una de ellas; también se plantean algunos lineamientos que pueden ser de utilidad para los padres en la promoción de características resilientes en cada una de las etapas.

En el cuarto capítulo, se destaca la importancia de que los padres de familia, educadores y trabajadores de la salud, presten una atención especial a situaciones en que se observa al niño o al adolescente en una situación de riesgo, actuando de manera inmediata, a través de la identificación de recursos individuales y sociales que promuevan el desarrollo; también se resalta la importancia de diseñar programas dirigidos a satisfacer necesidades individuales y comunitarias.

En cuanto al diseño de los talleres, cada uno de ellos se relacionó con los capítulos presentados anteriormente. Los talleres buscaron incorporar el concepto de resiliencia a través de actividades participativas, considerando las importancias de características y recursos individuales y sociales, para la promoción de la resiliencia.

Los talleres fueron realizados en cinco sesiones, en la primera, se tuvo como objetivo introducir el concepto de resiliencia; en la segunda sesión se buscó identificar características resilientes; en la tercera, se realizó una descripción del ciclo de desarrollo de cada individuo introduciendo la

importancia de la promoción de la resiliencia, en la cuarta se realizó un análisis de los programas y en la quinta se realizó una evaluación sobre el taller en general.

Después de haber realizado un recorrido por las diferentes formas de intervención a nivel individual, familiar, educativo y comunitario, se puede concluir que el pensar en resiliencia como forma de prevención e intervención, requiere el entenderla desde el contexto en el que se va a abordar, sin desligarlos completamente, pues es en la complementariedad de ellos que los niños logran mitigar la adversidad, aprender a vivir en ella, rescatar elementos positivos propios y contrarrestar el riesgo, a través de mecanismos protectores. Es importante que las personas comprendan que las situaciones difíciles y la adversidad, nunca van a desaparecer por completo, pero que existen formas de mitigar los efectos que estas traen consigo.

DISCUSIÓN

El concepto de resiliencia fue incorporado a partir de los años setenta y ochenta con los aportes de la doctora Werner. E, quien lo introdujo con la finalidad de proporcionar un nuevo marco explicativo en la comprensión de los contextos de riesgo y sus efectos en el desarrollo humano. A raíz de sus investigaciones en resiliencia, otros profesionales de la salud buscaron ampliar su conocimiento, acerca de cómo las personas asumían la adversidad; para realizar esta labor los diferentes autores interesados en el objeto de estudio, propusieron definiciones que tenían en cuenta elementos constitutivos, que permitieron entender y aclarar el concepto.

Entre estas definiciones se encuentra la de Grotberg, E., (1995), citado por Munist, M., & Cols., (1998), quien define la resiliencia como “la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive ser transformado por ellas. La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez”. (p. 9)

Desde siempre el estudio del comportamiento humano se enfocó en el modelo de riesgo, el cual surgió del modelo médico y fue utilizado posteriormente en el campo de la psiquiatría; este modelo buscaba identificar enfermedades y observar los efectos negativos que traían al desarrollo de un individuo. Los profesionales orientados por el modelo de riesgo, asumían que las enfermedades físicas y mentales tenían efectos devastadores, que inevitablemente obstaculizaban el desarrollo integral de

un individuo, por tal razón su interés se encaminó en la prevención y eliminación completa del riesgo.

En relación a esto, Wolin, S., & Wolin, S., (1997) afirman que el modelo de riesgo “refleja el daño que se da en las familias, comunidades y sociedades; muestra al individuo como alguien pasivo que no tiene una posibilidad de elegir y carece de la habilidad para ayudarse a si mismo, como resultado lo mejor que pueden hacer estos individuos es reaccionar ante la adversidad, pero con el tiempo, las adversidades frecuentes harán que en el individuo se desarrolle una patología”. (p. 4)

El modelo de riesgo, se preocupó por proporcionar al individuo, la familia y la comunidad herramientas que permitieran mejorar la calidad de vida de las personas que se encontraban en un contexto caracterizado por la privación, y lo realizaron a través de programas de prevención dirigidos a erradicar la problemática. Al realizar estos programas se centraron en una problemática específica del hombre, descuidando la totalidad del individuo; es decir, que al tratar de solucionar un aspecto determinado que generaba conflicto, se llegaba a disminuirlo, pero no se le otorgaba un sistema completo de herramientas para confrontar adversidades venideras.

Los investigadores interesados en hallar formas de abordar la adversidad, encontraron que el modelo de riesgo, carecía de elementos nuevos que permitieran comprender de donde provenían las fortalezas del individuo para enfrentar la adversidad y cómo ellas se utilizaban para entender el desarrollo adecuado de los individuos. A partir de estos cuestionamientos surgió el modelo de desafío, el cual se encuentra fundamentado en el concepto de resiliencia.

En palabras de Wolin, S., & Wolin, S., (1997) “la resiliencia se enmarca dentro del modelo del desafío. El modelo del desafío brinda una visión diferente a las historias de riesgo, en éste modelo las adversidades, conflictos o los problemas no son vistos como algo destructivo sino también como un reto; cuando el niño se ve expuesto a una situación difícil es posible que se presenten consecuencias negativas en la edad adulta, sin embargo también pueden vivenciar estas experiencias como un desafío, respondiendo de manera activa y creativa. Las respuestas que se repiten con el tiempo, se incorporan como resiliencias”. (p. 4)

En este punto, se retoma la resiliencia como una nueva forma de explorar la adversidad, entendiéndola no sólo como un elemento destructivo, sino cómo una serie de retos, que motivan al individuo a creer en la posibilidad de cambio, de éxito y le otorgan la certeza que de él se desplegaran fortalezas inimaginables e incalculables, impregnadas de esperanza y oportunidades de controlar la adversidad y su propia vida.

El nuevo concepto de la resiliencia, centrado en las potencialidades del hombre, le brindó a los investigadores la oportunidad de buscar en los contextos, elementos promotores de características resilientes. Para ellos la importancia de la resiliencia radicaba en mostrarle al mundo, que los infortunios son propios de la naturaleza humana, pero que el hecho de que existieran no los condenaba a vivir una vida sumida en la desgracia; por el contrario, quisieron hacer evidente a los individuos que en ellos y sus contextos existían una fuente de riqueza oculta, que era necesario recuperar, para utilizarla en su propio beneficio.

Los promotores de la resiliencia, provenían principalmente de áreas interesadas por el cuidado de la salud, puesto que el ejercicio de su profesión es procurar el bienestar físico y mental del hombre. La psicología es una de las áreas que buscó incorporar el concepto de resiliencia en sus dominios, para el trabajo en intervención y prevención, tanto a nivel familiar, individual, escolar y comunitario.

En el contexto clínico la resiliencia ha sido trabajada en problemáticas familiares, en donde existe una pérdida o una enfermedad crónica o terminal, donde el terapeuta a través de la intervención busca rescatar en la familia mecanismos de afrontamiento que les permita aceptar la situación que están atravesando y crear a partir de este nuevo suceso en la persona y familia, un replanteamiento de su futuro y las expectativas nuevas que van a surgir.

Al respecto Boss, P., (1999) sugiere que “la aceptación espiritual de la situación es un medio efectivo de resiliencia. Aquellos afectados con la pérdida ambigua pueden aprender que la situación puede no cambiar, pero que sus deseos propios pueden hacerlo. Para solucionar una pérdida, las personas deben estar en capacidad de darle sentido a la misma”. (p. 116)

Así mismo, el concepto de resiliencia brinda un aporte a la labor del psicólogo en los procesos de intervención, es decir, que cuando el psicólogo adopta una forma de trabajar terapéuticamente, identifica la importancia de otorgar al paciente un control sobre su propia vida y su problemática, reconoce las fortalezas y cualidades propias del individuo y con base en ellas realiza su intervención. El rol del terapeuta es la llave para ayudar familiar e individualmente a fortalecer los recursos en la fase de la

experiencia estremecedora. Como lo dice Walsh, F., (1998), citado por Seiffter, M., (2001) “en la fortaleza de la resiliencia, está la inspiración de la gente para creer en sus propias cualidades y regenerarse”. (p. 63)

Así mismo, dentro de la psicología y sus formas de intervención, existen diferentes enfoques (Humanismo, Psicoanálisis, Cognitivo – Conductual y Terapia Sistémica) que tienen su propia visión de hombre, forma de contemplar la adversidad y un entendimiento de las herramientas y estrategias que ayudan a las personas a solucionar conflictos y tomar decisiones.

En la revisión teórica que se ha realizado, se ha podido evidenciar que cada uno de los enfoques tienen conceptos que explican la forma en que una persona maneja la adversidad, los cuales han brindado un aporte importante en la consolidación de la resiliencia, debido a que este concepto los retoma y los integra de tal forma que se logra generar una nueva visión y entendimiento más amplio de la adversidad.

Sin embargo, así cómo los enfoques tienen su propia forma de concebir al hombre, la resiliencia lo hace de igual manera, la diferencia está en que la resiliencia tiene como único foco los efectos y el enfrentamiento de la adversidad, lo cual hace que sus fundamentos teóricos sean completos y permitan un mejor dominio del tema por parte de los profesionales. Esto no quiere decir que los enfoques de la psicología desconozcan la adversidad, sino que su foco de estudio incluye otros elementos de acuerdo a la visión epistemológica que poseen.

El concepto de resiliencia, busca brindarle a la psicología un elemento nuevo e integrador, en el sentido de que esta intenta que el individuo a partir

del problema tenga un crecimiento personal, es decir que no se centra tanto en el problema como tal, sino en los aspectos positivos que de él se derivan. Por su parte los enfoques se centran más en brindar a los individuos herramientas para solucionar problemas en un momento determinado del tiempo. En conclusión, se puede decir que la resiliencia no es un concepto que pertenezca a un enfoque de la psicología, sino que es una nueva perspectiva que complementa el trabajo del psicólogo en cualquier dominio, área o enfoque.

En el dominio educativo, la importancia de la resiliencia radica en que el colegio es considerado como la segunda familia del niño y adolescente, por esta razón los docentes deben tener una comprensión más amplia del desarrollo del estudiante, teniendo en cuenta el contexto en el cual se ubica, puesto que algunos niños, desde pequeños se han visto enfrentados a una serie de experiencias de riesgo, que en cierta medida determinan el rendimiento académico. La función del docente no es sólo mejorar el rendimiento escolar sino, también ser figuras de identificación y apoyo para el estudiante, y en algunos casos poder desempeñarse como un cuidador alternativo que en momentos de crisis, en los cuales la familia no puede satisfacer las necesidades de afecto, comprensión y seguridad en el niño, el maestro pueda proporcionar una aceptación incondicional, que motive al estudiante a seguir adelante y cumplir con las expectativas para alcanzar sus logros.

Las principales formas de intervención a nivel escolar desde la resiliencia, son el diseño de programas encaminados a ayudar al estudiante y su familia a encontrar recursos en ellos mismos y en sus relaciones, para afrontar

situaciones problema, no sólo a nivel académico, sino también a nivel personal, buscando fortalecer los lazos afectivos y de apoyo en la familia. Otra de las funciones de los programas basados en resiliencia es prevenir las conductas de riesgo en el cuerpo estudiantil, que pueden ser generadas por dificultades propias de los contextos en los cuales habitan.

En el estudio de Werner, M. & Cols., (1989), citado por Benard, B., (1995) se encontró que uno de los modelos más positivos en la vida de los niños resilientes fuera del círculo familiar era un maestro, que no sólo cumplía el rol de instructor académico sino era una persona que asumía el papel de confidente y se convertía en un modelo de identificación personal, posibilitando una mayor adecuación del niño a su entorno.

Para concluir, es importante rescatar que la función del docente frente a sus estudiantes no debe limitarse a dar orientación académica, sino también procurar generar mecanismos que les permitan a los estudiantes alcanzar un desarrollo integral en todos los aspectos de su vida; es decir, que la distancia entre el docente y el estudiante disminuye, mediante el involucramiento activo y constante en los intereses y conflictos de los estudiantes.

Por otro lado, la comunidad es una influencia contextual importante en el desarrollo de características resilientes, ya que se convierte en una red de apoyo primordial para el individuo en situaciones que impliquen riesgo.

Para Wang, M., Haertel, G., & Walberg, H., (1997), la comunidad es la doceava influencia contextual más poderosa en el aprendizaje de un estudiante. Las comunidades con un buen desarrollo e integración de trabajo y organizaciones sociales basadas en acciones pueden ayudar a

niños y jóvenes que viven en un ambiente de alto riesgo a superar la adversidad y facilitar el desarrollo de la resiliencia y el éxito escolar.

Desde el dominio comunitario los programas relacionados con resiliencia, se han enfocado en la identificación de factores de riesgo, como la pobreza, la violencia, el analfabetismo y el maltrato, encaminados a detectar y desarrollar mecanismos protectores dentro de la comunidad que puedan mitigar los efectos de la adversidad, en el desarrollo de los infantes, adolescentes y adultos. Así mismo, dentro de los programas se ha trabajado con las familias en el establecimiento de un sentido de pertenencia ligado al sistema de valores, creencias, principios morales, cultura y folclor, propios de cada comunidad.

La comunidad al ser una red de apoyo, debe procurar brindar servicios de salud y educación, es decir, que se deben fortalecer recursos dirigidos a mejorar las condiciones de vida de los habitantes de ella. Ejemplos claros de esto, son los programas efectuados en Perú tales como KUSISQA WAWA y Apurímac, comunidades que han sido desprotegidas por el gobierno, ya que han sido víctimas constantes de terrorismo y violencia.

Uno de los principales pilares en el desarrollo de dichos programas, es hacer una intervención a nivel terciario, donde se resaltan las diferentes áreas de la resiliencia, como un aspecto primordial en la creación de recursos personales y sociales, con el fin de que la comunidad se una creando lazos duraderos que fortalezcan su convivencia y relaciones interpersonales.; la idea es que como comunidad logren afrontar la adversidad. En los programas comunitarios es de suma importancia tener en cuenta el contexto con el cual se está trabajando y las características

resilientes que posee la comunidad, es decir, que dependiendo del contexto se manifiestan diferentes tipos de resiliencia y formas de abordar la adversidad.

La resiliencia es un concepto, que dentro de cualquier contexto, ya sea individual, familiar, escolar o comunitario se puede trabajar, puesto que brinda la oportunidad de intervenir con poblaciones definidas por una característica y una historia de riesgo determinada. En las investigaciones que se han mostrado a lo largo de la revisión teórica, se puede observar que el trabajo hecho por los investigadores abarca una diversidad de contextos culturales, que difieren en su forma de vida y en el tipo de problemáticas que presentan.

Las problemáticas que han sido estudiadas por las personas que han adoptado el concepto de resiliencia incluyen el maltrato familiar, el divorcio de los padres, las enfermedades físicas y mentales, las adicciones, la pobreza, la violencia, la indigencia y las conductas de riesgo en la adolescencia; así mismo las investigaciones sobre resiliencia muestran que los profesionales de la salud pueden no sólo trabajar problemáticas determinadas, sino también abordar desde la resiliencia cualquier etapa del ciclo vital, ya sea la infancia, adolescencia, adultez o vejez.

Las conclusiones a las cuales pudieron llegar estos investigadores, muestran que el vínculo afectivo, los cuidadores alternativos, el sentido de pertenencia y de propósito, el humor, la creatividad, la autoestima y la aceptación incondicional; son algunos de los factores más importantes dentro de la comunidad, la familia y la escuela, en la elaboración y diseño de programas e investigaciones en la promoción de características resilientes.

Así mismo, se pudo observar que la mayor parte de las investigaciones se han realizado a nivel internacional y se han centrado en beneficiar la calidad de vida de la población infantil; Latinoamérica y América del Norte son unos de los continentes pioneros que han diseñado y aplicado programas de resiliencia en el abordaje de problemáticas sociales.

Se puede decir que en Colombia, el concepto de la resiliencia hasta ahora se esta dando a conocer por los profesionales de la salud , por tal razón la investigación ha sido muy poca y cómo programa interventivo sólo se ha logrado identificar un proyecto de estas magnitudes en la localidad de Usaqué, conocido como “Propuesta de Intervención Psicosocial para Promover el Buen Trato”, el cual fundamenta su trabajo en los principios de la resiliencia, y es un primer acercamiento a los proyectos que se pueden llegar a implementar en el país.

Es necesario que los profesionales de la salud en Colombia conozcan e incorporen en su trabajo el concepto de la resiliencia, lo que llevará a que a través de este nuevo abordaje se puedan diseñar y aplicar programas de intervención, dirigidos al enfrentamiento efectivo de la adversidad y de las diferentes problemáticas propias de el contexto colombiano.

Colombia, es un país en el cual la violencia, el terrorismo y la pobreza imperan diariamente en la vida de sus habitantes, los cuales deben enfrentarse constantemente con los efectos devastadores de la guerra y la adversidad, esto ha generado en las personas una perdida del sentido de pertenencia, se ha creado un sentimiento de desesperanza hacia el cambio y la mejora de la calidad de vida.

Por otro lado, Colombia es un país que se ve enfrentado a un nuevo gobierno, que trae la promesa de que las condiciones de los ciudadanos van a cambiar de manera positiva, pues plantea que tratará de erradicar los grupos armados, fomentará la educación, proporcionará más oportunidades de empleo, mejorará la calidad en los servicios de salud y aspira alcanzar la paz.

Por tal razón, es el momento clave para que los profesionales de la salud y el gobierno se unan en la lucha de incorporar nuevos programas, fundamentados en ideas novedosas y diferentes que brinden un aporte significativo en el enfrentamiento de la adversidad; que en consecuencia mejorará la calidad de vida de los Colombianos.

El concepto de la resiliencia, al ser una nueva propuesta del abordaje de la adversidad, dará matices al trabajo que se pretende realizar, puesto que presenta una visión positiva y optimizadora de lo que es la adversidad; intentado rescatar las capacidades de los colombianos en la lucha por surgir de la situación difícil en la cual viven. Diariamente en el país las personas se ven obligadas a desarrollar nuevos recursos para sobrevivir, la resiliencia trata de identificar esos recursos, explotarlos y darlos a conocer, de esta manera se logrará crear mayor esperanza en la gente, lo que los motivará a construir una nueva perspectiva de la vida, que los ayudará a combatir la adversidad.

La Universidad de la Sabana al ser un centro educativo de profesionales se ve obligada a ser parte de este proceso de cambio, lo cual implica que se abran nuevas líneas de investigación, como lo es la de la resiliencia y se

diseñen programas y proyectos de intervención con las comunidades actualmente afectadas.

REFERENCIAS

Alonso, A., & Swiller, H. (1993) Group Therapy in Clinical Practice. Estados Unidos: Ed. American Psychiatric Press Inc.

Ander – Egg, E., & Valle, P. (1997) Guía para Preparar Monografías y Otros Textos Expositivos. Buenos Aires: Ed. Lumen.

Belart, A., & Ferrer, M., (1998). El Ciclo de la Vida: Una Visión Sistémica. Argentina: Ed. Desclee de Brouwer.

Benard, B. (1995). Fostering Resilience in Children. ERIC Digest. www.msn.com

Bickart, T., & Wolin, S. (1997) Practicing Resilience in Elementary School. Estados Unidos. www.altavista.com

Borda, M. (1997). Resiliencia: Competencia para Enfrentar la Adversidad. www.Yahoo.com

Borda, N., & Serna, C. (2001) Propuesta de Intervención Psicosocial para Promover el Buen trato. Colombia: DICE: Grupo de Intervención Psicosocial.

Cifuentes, C., & Cols. (1994) Adaptación, Validación y Estandarización de la Escala Multidimensional de Locus de Control en salud para un Grupo de Población de Santa fe de Bogotá y su Relación con Algunas Variables Socio – Demográficas. Colombia: Tesis Grado Profesional, Universidad Católica de Colombia, Facultad de Psicología.

Cortez, G., Peña, C. (1999) Redefinición del Cáncer de Testículo, como una Posibilidad para Crecer a partir de un Proceso de Resiliencia en la Familia. Colombia: Tesis de Grado Profesional, Universidad Santo Tomás de Aquino, Facultad de Psicología.

Cuadros, F. (1995). El Sistema de Vinculación Afectiva. Colombia: Asociación Colombiana para la Defensa del Menor Maltratado.

Cyrulnik, B., & Maniaux, M. (Marzo: 2002) Conferencia Internacional: Hijos Sanos a Pesar de Padres Maltratantes. Colombia: Universidad de los Andes.

DAntoni, M. (1999) En la Cárcel: Contextos Comunicativos y Capacitación. Costa Rica: Revista Latina de Comunicación Social. www.altavista.com

Davison, G., & Neale, J. (2001) Abnormal Psychology. Octava Edición. Estados Unidos: Ed Wiley.

Desetta, A., & Wolin, S. (1999) Youth Communications: A Model Program for Fostering Resilience Through the Art of Writing. Estados Unidos. www.altavsita.com

Di Camillo, L., Zampatti, C., & Grasso, C. (2001) Observación de Niños y Adolescentes Trabajadores en Situación de Trabajo. Argentina: CEREMAP. www.altavista.com

Diccionario Latín - Español / Español – Latín. (1982). España.

Elkaim, M., (1989) Si me Amas, no me Ames: Psicoterapia con Enfoque Sistémico. Estados Unidos: Ed. Gedisa.

Fabry, J., (2001). Señales del Camino Hacia el Sentido. México: Ed. LAG

Felten, B. (2000) Resilience in a multicultural Sample of Community – Dwelling Women Older than Age 85. Estados Unidos: Clinical Nursing Research.

Freud, S. (1997) Esquema del Psicoanálisis y otros Escritos de Doctrina Psicoanalítica. 8va Ed. España: Ed. Alianza.

Fundación Paniamor. (1997). Las Bases del Paradigma de la Resiliencia.
www.altavista.com

García, C. (1994) Víctor Emil Frankl: La Humanidad Posible. Argentina:
Ed. Almagesto.

Gómez, M. (2000). Adolescencia y Prevención: Conductas de Riesgo y
Resiliencia. www.msn.com

González, E. (1995) Crecimiento a partir de la Crisis: Enfoque
Logoterapéutico. México: Ed. Cóatl

González, F., (1997) Las Contribuciones de Humberto Maturana a las
Ciencias de la Complejidad y a la Psicología. México: Universidad
Autónoma de Sinaloa. www.inteco.cl

Grotberg, E., & Suárez, N. (1996) Guía de Promoción de la Resiliencia
en los Niños para Fortalecer el Espíritu Humano. Holanda: Fundación
Bernard Van Leer.

Guzmán, G., & Hernández, A. (1998) Evaluación de los Factores de
Resiliencia en Niños Latinoamericanos, Estudio Exploratorio. Colombia:
Encuentro Latinoamericano sobre Políticas de Infancia hacia el Siglo XXI.

Haeussler, M., & Milicic, N. (1998). Confiar en uno Mismo: Programa de Autoestima. 3ra Ed. Chile: Ed. Dolmen Educación.

Henderson, N., Benard, B., & Sharp – Light, N. (1999) Resiliency in Action: Practical Ideas for Overcoming Risks and Building Strengths in Youth, Families and Communities. Estados Unidos: Resiliency in Action, Inc.

Hernández, P. (1991) Psicología de la Educación: Corrientes Actuales y Teorías Aplicadas. México: Ed. Trillas

Holzman, P., & Gardner, R. (1959) Leveling and Repression. Estados Unidos: Ed. Abnorm. Soc. Psicol.

Krauskopf, D. (Mayo: 1995). Las Conductas de Riesgo en la Fase Juvenil. Colombia: Encuentro Internacional Sobre Salud Adolescente. www.msn.com

Lara, E., Martínez, C., Pandolfi, M., Pernos, K., & Díaz, F. (2000). Resiliencia: La Esencia Humana de la Transformación Frente a la Adversidad. www.yahoo.com

Leal, L., & Rincon, L. (1999) Estado del Arte de Investigación de Locus de Control en la Facultad de Psicología de Santa Fe de Bogotá: 1988 – 1998. Colombia: Tesis de Grado Profesional, Universidad de La Sabana.

Loewenson, P., & Blum, R. (2001) The Resilient Adolescent: Implications for the Pediatrician. Estados Unidos: Ed. Pediatric Annals

López, J. (1973) La Agonía del Psicoanálisis. 5ta Ed. España: Ed. Espasa – Calpe.

Mahecha, B., & Sossa, P. (1998) Análisis Teórico de la Resiliencia como Factor Protector en el Individuo, la Familia y Comunidad. Colombia: Tesis de Grado, Universidad Santo Tomas de Aquino, Facultad de Psicología.

Martínez, E. (2001) Acción y Elección: Logoterapia, Logoterapia de Grupo y una Visión de las Drogodependencias. Colombia: Ed. Colectivo Aquí y Ahora.

Maturana, H., & Varela, F. (1994) De Maquinas y Seres Vivos: La Autopoesis, La Organización de la Vida. Chile: Ed. Universitaria.

Ministerio de Promoción de la Mujer y Desarrollo Humano. (1998) KUSISQA WAWA. Perú. www.altavista.com

Mira, E. (1963) Doctrinas Psicoanalíticas: Exposición y Valoración Crítica. Argentina: Ed. Kapelusz.

Miunist, M., Kotilarenco, M., Suárez, E., Infante, F., & Grotberg, E. (1998) Manual de Identificación y Promoción de la Resiliencia en Niños y Adolescentes. Estados Unidos: Organización Panamericana de la Salud.

Nevid, J., & Ruthus, E. (1992) The Challenges of Life. 5ta Ed. Estados Unidos: Ed. HBJ.

Quintero, A. (2000). La Resiliencia: Un Reto para Trabajo Social. Ponencia Presentada al X Congreso Nacional de Trabajo Social. Colombia.

Ramírez, A. (1998) La Musicoterapia como Estrategia de Promoción y Potenciación de la Resiliencia en Niños y Adolescentes. Colombia: Séptimo Congreso Colombiano de Prevención y Atención del Maltrato Infantil.

Resiliencia – Apurimac. (2002) Proyecto Children's Tapunacuy. Perú.
www.msn.com

Rew, L., Taylor – Seehafer, M., Thomas, N., & Yockey, R. (2001) Correlates of Resilience in Homeless Adolescents. Estados Unidos: Journal of Nursing Scholarship.

Rogers, C. (1997) Psicoterapia Centrada en el Cliente. España: Ed. Paidós.

Sandles, I., & Wolchik, S. (1997) Handbook of Children's Coping: Linking Theory. Estados Unidos: Ed. Plenum Press.

Seligman, M., Reivich, K., Jaycox, I., & Gillham, J. (1995). Penn Prevention Program. Estados Unidos.

Seifter, M. (2001) Resilience in Ambiguous Loss. Estados Unidos: America Journal of Psychotherapy.

Seligman, M., (1995) The Optimistic Child: A Proven Program to Safeguard Children Against Depression and Build Lifelong Resilience. Estados Unidos: Ed. Harper Perennial.

Shonkoff, J., & Meisels, S. (2000). Handbook Early Childhood Intervention. 2da Ed. Estados Unidos.

Vera, A. (1973). Metodología de la Investigación. Buenos Aires: Ed. Kapelusz.

Vivas & Cols. (1998) Diseño, Construcción y Pilotaje de una Escala Multidimensional, Multivariada de Locus de Control para población Universitaria de Santa fe de Bogotá. Colombia: Tesis de Grado Profesional, Universidad Católica, Facultad de Psicología.

Wang, M., Haertel, G., & Walberg, H. (1997). Fostering Educational Resilience in Inner – City Schools. www.msn.com

Whitaker, R., (1995) Self – Organization, Autopoiesis, and Enterprises.
www.altavista.com

ANEXO A

GLOSARIO

Aceptación Incondicional: Cálido respeto hacia el otro como persona y como individuo independiente.

Adaptación: Proceso mediante el cual un individuo está en capacidad de ajustarse a los cambios del ambiente y a situaciones nuevas, respondiendo a las demandas del entorno de una manera adecuada.

Adversidad: Son situaciones de desgracia o infortunio en las que se encuentra un individuo.

Autoconcepto: Se refiere a todas las percepciones que un individuo tiene de sí mismo con un énfasis en su propio valer y capacidad.

Autoeficacia: Puede definirse como una expectativa generalizada sobre si la persona puede cumplir un determinado objetivo de actuación. Las expectativas de eficacia determinan si la persona iniciará esfuerzos dirigidos hacia el afrontamiento y solución de problemas

Autoestima: Es el grado de satisfacción, valoración y juicios que tiene una persona de sí misma.

Autonomía: Es la capacidad para desarrollar una identidad, actuar de manera independiente y mantener un control adecuado sobre el ambiente, esto incluye un la habilidad para distanciarse de la disfuncionalidad de otros.

Autopoiesis: Es la forma en que un sistema se organiza, produciendo y reemplazando sus propios componentes, en un continuo acoplamiento con el ambiente que lo rodea.

Autoreferencia: La significancia de un carácter o comportamiento del sistema es significativo sólo respecto a si mismo.

Capacidad de Interacción: Se refiere a lograr establecer lazos significativos y satisfactorios con otras personas.

Capacidad de Iniciativa: Es la habilidad que tiene un individuo para responsabilizarse y hacerse cargo de los problemas.

Ciclo Vital: Períodos que tienen características propias y plantean diferentes necesidades y exigencias; el paso de una etapa a otra siempre trae consigo una serie de cambios.

Competencia Social: Son aquellas características que posee un individuo que le permiten establecer relaciones adecuadas con su ambiente, mostrando una capacidad para adaptarse y actuar con flexibilidad hacia las personas y los diferentes entornos.

Consciencia Crítica: Comprende la capacidad en el individuo para comprender y distanciarse de situaciones conflictivas, encontrando estrategias y herramientas para superarlas.

Coping: Lo que una persona hace en relación a un problema, en orden de recibir alivio, recompensa, aceptación y equilibrio.

Creatividad: Es la capacidad de organizar, embellecer y tener un propósito ante las situaciones de dificultad o caos.

Empatía: Capacidad de los adultos y del niño de colocarse en la posición del otro.

Eros: Término freudiano utilizado para describir el instinto integrador de vida o la fuerza del ello.

Factores de Riesgo: Cualquier característica o cualidad de una persona o comunidad que se sabe va unida a una elevada probabilidad de afectar la salud.

Factores de Riesgo Personales: Son condiciones de la propia persona que interfieren con su desarrollo y pueden poner su salud en riesgo. Incluye antecedentes, historia personal y disposiciones biológicas.

Factores de Riesgo Contextuales: Son condiciones del ambiente que desfavorecen u obstaculizan el desarrollo de un individuo y pueden ponerlo en riesgo. Incluye relaciones en el ámbito familiar, escolar, disponibilidad de recursos sociales, redes de apoyo y la capacidad del individuo para actuar bajo los parámetros de la realidad.

Factores de Riesgo Precipitantes: Percepción del individuo hacia los conflictos y las dificultades, capacidades de afrontamiento y flexibilidad cognitiva para solucionar y tomar decisiones.

Factores Protectores: Son las condiciones o los entornos capaces de favorecer el desarrollo de individuos o grupos y, en muchos casos, de reducir los efectos de circunstancias desfavorables.

Factores Protectores Internos: Se refieren a atributos de la propia persona, estima, seguridad y confianza en si mismo, facilidad para comunicarse y empatía.

Factores Protectores Externos: Se refieren a condiciones del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños, incluye la familia extendida, apoyo de un adulto significativo, integración social y laboral.

Introspección: Se entiende como la capacidad que tiene un individuo para examinarse internamente, plantear retos o desafíos y dar respuestas honestas.

Ideología Personal: Se refiere a la capacidad de un individuo para desarrollar una conciencia moral. Esta ideología surge de los sistemas de valores, creencias y son utilizadas por el individuo en determinadas circunstancias, donde debe enfrentarse a una toma de decisiones.

Identidad: Es la perspectiva y dirección fundamental que cada persona debe forjar en sí misma, encontrando la autoafirmación.

Independencia: Es la capacidad que tiene un individuo para establecer límites entre él y su ambiente.

Límites: Son acuerdos que se establecen entre los miembros de una familia y son necesarios para mantener un orden, sirven para que las acciones se ejecuten de forma satisfactoria para todos.

Locus de Control: Grado hasta el cual una persona percibe los eventos de su propia vida como consecuencia de sus propias acciones o como resultado de la acción de otras fuerzas externas.

Negación: Actitud de rechazo categórico hacia una percepción desagradable de la realidad exterior.

Reglas: Son acuerdos relacionales que organizan a una familia se constituyen en un momento determinado y es necesario que se renueven, reestructuren y se adapten a las necesidades de las diferentes etapas evolutivas.

Resiliencia: Capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive ser transformado por ellas.

Sentido del Humor: Se entiende como la capacidad de un individuo para pensar de manera optimista y positiva ante los eventos adversos, encontrando lo cómico en la tragedia.

Sentido de Propósito: Son las creencias de un individuo acerca de un futuro prometedor, el cual será orientado al alcance de metas, desarrollo de expectativas profesionales, motivación de logro, perseverancia, esperanza, visión positiva y creencias religiosas.

Sentido de Vida: La suma de todos los sentidos de momento en un espacio de tiempo determinado; es el significado que la persona le atribuye a su propia vida.

Solución de Problemas: Capacidad que tiene un individuo para planear, desarrollar un pensamiento crítico, utilizar la creatividad y buscar ayuda en otros.

Tanatos: Es el instinto de muerte o de destrucción.

Vínculo Afectivo: Es un lazo emocional entre dos personas que permanece a través del tiempo que provee enriquecimiento emocional y que esta determinado primordialmente por el apego desarrollado en etapas muy tempranas de la vida por los niños como respuesta al cuidado, provisto por la madre.

Vulnerabilidad: Estado o condición donde un individuo puede verse herido o recibir algún daño físico o psicológico.

ANEXO B

MANUAL DE IDENTIFICACIÓN Y PROMOCIÓN DE LA RESILIENCIA EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

En el manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes, se realizó un taller participativo donde se diseñaron un conjunto de actividades cuya finalidad fue introducir el concepto de resiliencia a los profesionales de la salud.

El taller esta compuesto por cuatro sesiones de tres horas de intensidad, donde se buscó conjugar actividades practicas con los contenidos teóricos presentados en el manual.

A continuación se describirán dos talleres elaborados por Miunist, M., Santos, H., Kotliarenco, M., Suárez, E., Infante, F., & Grotberg, E. (1998), en los cuales se busca incorporar el concepto de la resiliencia y reconocer características y conductas resilientes.

Taller # 1: Concepto de resiliencia

Objetivos de la sesión

- Conocer la noción de resiliencia según varios autores.
- Señalar la complementariedad que hay entre el enfoque de resiliencia y el enfoque de riesgo.
- Diferenciar los factores de riesgo y los factores protectores.

Objetivos de esta actividad

Abrir un espacio de diálogo en torno a nuestras representaciones sociales asociadas con ser joven.

Mensaje

Como se puede observar lo que hay de complementario entre el enfoque de resiliencia y de riesgo, revisando los estereotipos sociales relacionados con el ser joven. Centrarse en un enfoque de resiliencia que permita observar los potenciales individuales y trabajar con ellos para el logro de un desarrollo sano.

Método y tiempo

1. Presentación, treinta minutos.
2. Trabajo en grupos pequeños: “Juventud divino tesoro, ¿o embrollo?” o “Juego de las tarjetas”, cuarenta y cinco minutos.
3. Recreo, quince minutos.
4. Clase expositiva, cuarenta y cinco minutos.
5. Conclusiones, quince minutos.
6. Evaluación de la sesión, quince minutos.

Materiales

Un mazo de tarjetas por grupo de trabajo.

Proceso

1. Presentación: Se recibe a los participantes y se les da la bienvenida (15 minutos). El facilitador expone los objetivos que persigue el taller, enfatizando las posibilidades de conocimiento personal y grupal que la experiencia les ofrece. Debido al método de trabajo es necesario recalcar la importancia del compromiso, del respeto y de la confidencialidad, en los

casos en que sea necesario. Para facilitar el conocimiento entre los integrantes y para generar un ambiente de confianza, se realiza la dinámica inicial: y tú ¿quién eres? (20 minutos), el grupo se forma en círculo y cada uno se prende en el pecho un distintivo con su nombre. Por turno, cada participante se presenta dando un paso hacia delante diciendo su nombre y dando su signo zodiacal, haciendo una mímica acerca de este. Luego, los compañeros imitarán la forma en que la persona se presentó.

Se puede aprovechar esta oportunidad para agruparse en pequeños grupos, de acuerdo a características comunes, por ejemplo signos de agua, tierra, fuego y aire, que estén representados en cada grupo.

2. Introducción a la sesión: (10 minutos), se leen los objetivos y se procede a la siguiente actividad, si aparecen muchas preguntas se recomienda.

3. Trabajo en grupos pequeños, actividad “Juventud divino tesoro, ¿o embrollo?: (15 minutos), se divide el grupo en dos o cuatro equipos y se les dan las siguientes instrucciones, al grupo uno “Ustedes son un grupo de amigos, entre 13 y 15 años, que viven en el mismo barrio y tienen un grupo de música. Aunque, lo único que quieren es poder tocar en la plaza o en el gimnasio del barrio, están consientes de que existen algunos riesgos que es necesario aclarar en la reunión con la directiva vecinal, hoy se han reunido para resolver la existencia de: cuatro razones a favor del concierto y cuatro razones en contra del concierto”.

Al grupo número dos se les pide que sean la directiva de la junta de vecinos. Un grupo de jóvenes del barrio les ha escrito una carta solicitando la posibilidad de que su grupo de rock tenga un concierto en la plaza o en el gimnasio del barrio. Si van a tener una reunión con ellos, deben decidir

preparar con anterioridad para resolver las ventajas y desventajas de esa actividad. Deben resolver la existencia de: cuatro razones a favor del concierto y cuatro razones en contra del concierto.

Después de que cada grupo haya resuelto las preguntas, se procede a exponerlas en una reunión entre los jóvenes y la junta de vecinos, ambos grupos deberán discutir respecto al concierto y llegar a una solución (el facilitador se encargara de coordinar la discusión y otra persona tomará nota respecto a los juicios que aparezcan en la conversación)

5. Plenaria: (15 minutos), una vez se haya llegado a un acuerdo se propone una conversación en torno a las siguientes ideas: comparar las ventajas de lo propuesto por el grupo de jóvenes con las del grupo de adultos; la idea o el estereotipo acerca de un joven es similar para ambos grupos o depende de la edad. Se realiza lo mismo con las desventajas, el grupo de jóvenes representa lo mismo que el adulto, ¿o existen diferencias?. ¿Cuáles son los estereotipos con los que trabajamos como agentes de salud y educadores?. ¿Existe relación entre las ventajas de formar el grupo de música y el modelo de adolescente sano? o, al contrario ¿existe relación entre las desventajas de formar el grupo de música y el modelo de adolescente en riesgo? (durante la plenaria los facilitadores exponen las ideas planteadas en la discusión anterior, para luego buscar una conclusión en forma conjunta.

6. Trabajo en grupos pequeños “juego de las tarjetas”: Se prepara un mazo de treinta tarjetas por grupo, cada tarjeta debe tener una palabra asociada con ser joven. Cada grupo tiene un mazo de tarjetas que se reparten entre los miembros, se da un tiempo (5 minutos) para que los participantes

observen y comenten el material en grupo. Mientras tanto, se explica que las tarjetas contienen un texto, relacionado con comportamientos, estados de ánimo, situaciones, vivencias, sentimientos, emociones, conceptos o ideas para trabajar en grupo. Una vez repartidas las tarjetas, cada miembro del grupo debe elegir dos tarjetas que mejor representen a los adolescentes, los adolescentes en riesgo, cómo ven los adultos a los adolescentes y cómo ven los adultos a los adolescentes en riesgo. Luego, de haber elegido las tarjetas se comentará con el grupo acerca si la elección fue fácil o difícil, cómo se sintieron al hacer esta elección y porqué eligieron esta tarjeta. Una vez que todos hayan participado cada grupo debe elegir tres tarjetas que representen mejor la idea del grupo, promoviendo así una discusión activa.

7. Plenaria: Cada grupo expone a sus compañeros sus tarjetas elegidas, sus razones, motivos y comentarios sobre el trabajo grupal.

8. Clase expositiva: Se procede a realizar una breve exposición sobre el significado de la resiliencia, para esto se sugiere dividir la exposición en tres áreas: Enfoque complementario (se busca identificar y definir factores de riesgo y de protección), definición de resiliencia (distinción entre resiliencia, invulnerabilidad y modelo de resiliencia) y la resiliencia y el contexto (entender la importancia de las redes sociales para el desarrollo de características resilientes).

9. Cierre: Es importante relacionar los contenidos de la clase expositiva con las ideas planteadas en las actividades, resaltar la importancia de la actitud de los profesionales de la salud frente a los pacientes y la necesidad de fomentar aspectos sanos, cuestionar los estereotipos que aparecieron en la actividad práctica y en el modelo que se está utilizando en el programa.

10. Evaluación: Se realiza una retroalimentación con el grupo para observar los nuevos aprendizajes adquiridos a través del taller.

Taller # 2: Conductas y características resilientes

Objetivos de la sesión:

- Describir las principales características que identifican las posibilidades de resiliencia en niños y adolescentes.
- Señalar la influencia que tienen las acciones de padres y educadores en las posibilidades resilientes de los niños.
- Facilitar el análisis y la evaluación de las acciones de los adultos como generadores de resiliencia.

Objetivo de esta actividad

Conocer como las distintas disciplinas pueden aportar al diagnóstico de un caso y al diseño de una intervención que permita fomentar la resiliencia.

Mensaje

Los profesionales de la salud deben promover la resiliencia bajo una visión única e integral de cada individuo. Es un llamado a que se concentren en las diferencias individuales de cada persona y en la atención interdisciplinaria.

Método y tiempo

1. Introducción y clase expositiva, cincuenta y cinco minutos.
2. “¿Tengo características resilientes?”, veinte minutos.
3. Recreo, quince minutos.
4. Trabajo en grupos pequeños “¿y qué tiene de resiliente?”, cuarenta y cinco minutos.

5. Conclusiones, quince minutos.
6. Evaluación de la sesión, quince minutos.

Materiales

Una lista de las expresiones resilientes “soy”, “estoy”, “tengo” y “puedo”.

Proceso

1. Clase expositiva: Se realiza un breve resumen haciendo una distinción entre el perfil del niño resiliente y las expresiones, planteadas por Grotberg, E., de yo tengo, yo soy, yo estoy y yo puedo (30 minutos). La clase debe ser lo más participativa posible, dando espacio a opiniones y presentando ejemplos.

Se propone el siguiente ejercicio individual como instrumento didáctico: Tengo características resilientes (se pide a los participantes que cierran los ojos y piensen en alguna situación difícil que le haya ocurrido hace poco, dentro o fuera de la familia, el facilitador le planteara los siguientes interrogantes: qué hice en esa situación, cómo me sentía, había alguien especial que me ayudo, quién era esa persona y que hizo que me ayudo, cuál fue el final y cómo están las cosas ahora; posteriormente a las preguntas el facilitador busca que los participantes revisen sus situación).

2. Trabajo en grupos pequeños ¿y qué tiene de resiliente?: una vez las definiciones de la resiliencia y sus características hayan sido comprendidas por los participantes se realizara un análisis de caso, este debe haber sido elegido de ante mano y debe tener información necesaria para poder generar una discusión en torno a las características de la resiliencia y las acciones por realizar, como profesionales de la salud. Posterior a la presentación del caso se realiza una situación de diagnóstico y se analiza de

acuerdo a los factores de riesgo, los factores de resiliencia, las acciones por realizar con el fin de lograr que el grupo pueda proponer un tratamiento.

3. Plenaria.

4. Conclusiones: (15 minutos), se realiza un análisis donde se establece una relación entre la clase expositiva y el caso; se identifican los elementos facilitadores y obstaculizadores del diagnóstico y por último, se destaca la importancia de abordar casos de acuerdo a la resiliencia, teniendo en cuenta la actitud de cada uno frente al caso, el perfil del niño resiliente y las expresiones planteadas por la autora.