

RESILIENCIA

Ana María Rodríguez Piaggio

RESUMEN - La resiliencia es un concepto nuevo, difundido en los últimos años, y muy atractivo para los que trabajamos con niños y jóvenes. Abre nuevas posibilidades, da una nueva mirada, más esperanzadora, para viejos problemas de nuestros educandos. Todos los profesionales tanto de la salud como de la educación conocemos niños o adolescentes que viven situaciones de tragedia que parecen difíciles o imposibles de superar. Sin embargo, la realidad nos muestra que habiendo superado, logran una vida adulta equilibrada, creativa y hasta optimista, a pesar de todo. Este modelo, tal vez opuesto al modelo de riesgo, o complementario de este, nos describe la existencia de verdaderos escudos protectores o factores de resiliencia que actúan atenuando los efectos de la adversidad y transformándolos en factores de superación.

UNITERMOS: Estrés psicológico. Acontecimientos que cambian la vida. Aprendizaje.

Ana María Rodríguez Piaggio - Lic en psicopedagogía, Maestra especializada en niños con discapacidad intelectual. Técnica en dificultades de aprendizaje. Profesora titular del Instituto Universitario CEDIIAP, licenciatura en psicopedagogía. Se desempeña como docente en la Universidad Católica del Uruguay. Integrante de equipos interdisciplinarios clínicos. Actualmente es presidenta de la Asociación Uruguaya de Psicopedagogía.

*Correspondência
Rua Teodoro Sampaio, 417 - Conj. 11 - São Paulo - SP -
- Cep: 05405-000 - Pabx: (11) 3085-2716 - 3085-7567*

*No hay desgracias maravillosas.
Pero cuando sobreviene la adversidad,
¿hay que someterse?
Y si combatimos, ¿Con qué armas contamos?
Boris Cyrulnik¹*

INTRODUCCIÓN

La resiliencia es un concepto nuevo, difundido en los últimos años, y muy útil para los que trabajamos con niños y jóvenes. Abre nuevas posibilidades, da una nueva mirada, más esperanzadora, para viejos problemas de nuestros educandos.

“Desde que nació el concepto de trauma psíquico, la concatenación de las ideas exige que tras la descripción clínica y la investigación de las causas, dediquemos nuestros esfuerzos a la prevención de los traumas y a su mejor reparación. Y para ello, necesitamos el concepto de resiliencia”².

Hoy el mundo postmoderno nos plantea discursos contradictorios. Por un lado nos habla de la vigencia de los Derechos Humanos, y una cultura tecnológica nos muestra la posibilidad de la erradicación del sufrimiento; con una mejor organización social y buenos productos químicos capaces de solucionar todos los males sin mucho esfuerzo. Frente a este discurso, que es el de los medios masivos de comunicación, el del consumismo, la cultura de la belleza y la juventud, existe otro, más real pero menos visible, no lo muestran, debemos ir a verlo.

A este último es al que nos vamos a dedicar en este trabajo. Es el que nos dice que la vida nunca carece de problemas, siempre hay etapas de adversidad, nos habla de grandes sectores empobrecidos y excluidos, del aumento de la drogodependencia y del deterioro familiar.

En este punto se inserta, para nosotros, la necesidad de utilizar plenamente el concepto de resiliencia en las acciones sociales, educativas y de salud que abarquen a los sujetos individuales de todas las edades, también a las familias y a las comunidades asistidas por programas que promuevan y refuercen las características resilientes.

Los países en vías de desarrollo y especialmente los de América Latina, están sufriendo un proceso de empobrecimiento que genera frustración y resentimiento social. Estas situaciones producen estrés incluso a quienes no la padecen directamente.

Sin embargo los seres humanos tenemos la capacidad para devenir resilientes y enfrentar los eventos negativos. De allí que la mirada de la resiliencia, su concepción teórica y la aplicación en programas y proyectos fue creciendo notablemente. El espectro de disciplinas interesadas en la resiliencia ha aumentado hasta el punto de hacer de ella una actividad transdisciplinaria por excelencia, que congrega saberes de distintas áreas: psicología, antropología, sociología, sector de salud, economía, trabajo social, derecho, ciencias de la educación.

El concepto de resiliencia nació y comenzó a desarrollarse en el hemisferio norte, Rutter, en Inglaterra, Werner, en Estados Unidos, luego se extendió a toda Europa, Francia, Países Bajos, Alemania y España, más tarde llegó a América Latina, donde se han creado importantes grupos de investigación y realización de proyectos.

Desde el punto de vista teórico podríamos hablar de tres corrientes: la norteamericana, conductista, pragmática y centrada en lo individual; la europea, con enfoque psicoanalítico; y la latinoamericana comunitaria, enfocada a lo social como lógica respuesta a los problemas del contexto.

En América latina ha sido posible identificar numerosos proyectos aplicados y cuidadosamente evaluados, así como grupos de pensadores que han llegado a elaborar una teoría latinoamericana de la resiliencia, con enfoques adecuados a esta realidad social. Otro hecho significativo es que numerosas instituciones, como universidades, ministerios, gobiernos y organizaciones no gubernamentales, han incorporado los principios de la resiliencia, ya sea de una manera tácita o explícita. Hoy día, en gran número de cursos y maestrías para personal de salud y educación incluyen el tema de resiliencia

entre sus contenidos. Particularmente el enfoque colectivo y comunitario que ha sido un aporte latinoamericano.

La resiliencia no es ni una vacuna contra el sufrimiento ni un estado adquirido e inmutable, sino un proceso, un camino que es preciso recorrer.

Paul Bouvier³

CONCEPTO DE RESILIENCIA

Todos los profesionales tanto de la salud como de la educación conocemos niños o adolescentes que viven situaciones de tragedia que parecen difíciles o imposibles de superar. Sin embargo, la realidad nos muestra que habiendo superado inmensas desgracias, logran una vida adulta equilibrada, creativa y hasta optimista a pesar de todo.

Este tipo de experiencias han sido vividas a través de la historia y han sido estudiadas en distintos países y por distintos profesionales: ¿por qué no se enferman los que no se enferman?

En el siglo XX, la ronda de especialistas se detiene alrededor de la cuna del niño y el niño se convierte en el objeto de la ciencia. Cada uno corta su torta. El niño biológico del pediatra no tiene nada que ver con el niño simbólico del psicólogo, que ignora al niño de las instituciones sociales y se asombra ante la relatividad del niño del historiador.

La Segunda Guerra Mundial generó una verdadera revolución cultural en la observación de los niños. Ya “Ana Freud había notado que ciertos niños que recogió en la guardería de Hampstead muy perturbados, se convirtieron en

adultos equilibrados”⁴. Françoise Dolto lo confirmó: “Y sin embargo hay seres humanos a quienes el destino, o accidentes sobrevenidos en el curso de la infancia, privaron de la presencia de la madre, o de la madre y el padre. Su desarrollo puede ser tan sano, con características diferentes, pero tan sólido como el de los niños que tuvieron una estructura familiar completa”⁵

A lo largo de la historia aparecen ejemplos de individuos destacados que hicieron aportes significativos a la humanidad, quienes debieron soportar verdaderas situaciones de adversidad durante su vida. Mencionaré dos ejemplos que personalmente siempre me han conmovido, y se encuentran detallados en el “Manual de identificación y promoción de la Resiliencia”, publicado en 1998 por la Organización Mundial de la Salud, Rigoberta Menchú y Ana Frank.

Hoy podemos decir siguiendo a B. Cyrulnik que hay dos palabras que organizan la manera de observar y comprender este misterio de los que han triunfado sobre las cicatrices del pasado: resiliencia y oxímoron.

El término *resiliency* nació en la física (soltura de reacción, elasticidad), designaba la capacidad de un cuerpo para resistir un choque. Pero atribuía demasiada importancia a la sustancia. Cuando pasó a las ciencias sociales, significó “la capacidad de triunfar, para vivir y desarrollarse positivamente, de manera socialmente aceptable, a pesar de la fatiga o de la adversidad, que suelen implicar riesgo grave de desenlace negativo”⁶.

Según Cyrulnik, “el oxímoron es una figura retórica que consiste en reunir dos términos antinómicos la oscura claridad”⁷.

Rigoberta Menchú - Poetisa quiché de Guatemala, Premio Nobel de la Paz. Durante la guerra civil que asoló su país, vio morir a su padre, a su madre y a sus hermanos, asesinados por las fuerzas de represión. Debió huir a Méjico para salvar su vida, se transformó en dirigente de los movimientos por los derechos humanos, reconocida a nivel mundial. Los poemas escritos en quiché, su lengua materna, han sido traducidos a varios idiomas. Pese a los factores de riesgo y adversidad que marcaron su infancia y su adolescencia, logró superar dicha situación y aprovecharla para transformarse en una líder internacional en la defensa de los derechos humanos. Ana Frank Niña judía que a los doce años de edad, estaba condenada por los nazis a vivir oculta con su familia durante más de dos años, en la Segunda Guerra Mundial. Durante ese período escribió un diario dirigido a una amiga imaginaria, en la que encontró esa aceptación incondicional que se ha señalado como un elemento fundamental en la resiliencia. También aparecen claramente las expresiones, yo puedo, yo tengo, yo soy, cuando dice por ejemplo “yo voy a poder”, “yo espero”, “te confío todas mis cosas, como jamás he podido hacerlo con nadie”, “espero que tú seas un gran apoyo” (12 de junio de 1942). En medio de circunstancias tan adversas, Ana Frank pudo mantener su optimismo y su confianza. Dice “Quien tiene coraje y confianza no zozobrará jamás en la angustia” (7 de marzo de 1944).

No es la ambivalencia del individuo de expresar sentimientos opuestos - amor y odio

El oxímoron se vuelve característico de una persona herida pero resistente, sufriente pero feliz de esperar a pesar de todo. Es la capacidad de ver la maravilla del dolor.

Dice Cyrulnik: “Una desgracia nunca es maravillosa. Es un fango helado, un barro negro, una escara dolorosa que nos obliga a escoger: someterse o sobreponerse. La resiliencia define el resorte de los que, habiendo recibido un golpe, han podido sobrepasarlo. El oxímoron describe el mundo íntimo de esos vencedores heridos”⁸.

El concepto de resiliencia es tal vez opuesto al concepto de riesgo, o mejor dicho complementario de él.

El enfoque de riesgo_ se centra en la enfermedad, en el síntoma y en aquellas características que se asocian con una elevada probabilidad de daño biológico o social. Ha sido ampliamente utilizada en los programas de atención primaria. Es el modelo médico utilizado por los equipos de salud.

El enfoque de resiliencia se explica por lo que se ha llamado el modelo de la resiliencia. Este muestra que las fuerzas negativas, expresadas como daños o riesgos, no encuentran a un niño inerte en el cual se determinan inevitablemente daños permanentes. Este modelo describe la existencia de verdaderos escudos protectores o factores de resiliencia que harán que dichas fuerzas no actúen linealmente, atenuando sus efectos y hasta transformándolos en factores de superación de una situación difícil.

Por lo tanto no debe interpretarse que estos enfoques están en oposición, sino que se complementan y enriquecen a la hora de analizar la realidad y diseñar intervenciones eficaces.

Esto llevó a un cambio de enfoque, se comenzó a pensar más positivamente, ¿qué hacer para que la gente no enferme?, por qué no se enferman, los que no se enferman, ¿Cómo estimular los factores de resiliencia?. Y surgió así la promoción en salud, que es anterior a la prevención, promover estilos de vida, a reconocer la importancia que tiene todo lo que se refiere al desarrollo integral del niño,

programas que tiendan a mejorar las condiciones de vida globales de los seres humanos en vez de evitar daños específicos. De allí que el concepto de resiliencia haya despertado gran interés para la investigación y su aplicación en distintos programas. Si bien en su origen nació de la psicología social, se ha expandido a la sociología, y a las ciencias de la educación, que es donde se está usando más, y algunos países se están planteando toda una renovación de los programas en función de este concepto.

Es un concepto en evolución por lo que no es posible englobarlo en una sola definición, mencionaremos cuatro de las más significativas:

- “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 se realizan a través del tiempo, dando afortunadas combinaciones entre los atributos del niño y su ambiente familiar, social y cultural. Así la resiliencia no puede ser pensada como un atributo con el que los niños nacen o que los niños adquiere durante su desarrollo, sino que se trata de un proceso que caracteriza un complejo sistema social, en un momento determinado del tiempo” (Rutter, 1992).
- “La capacidad humana para enfrentar, sobreponerse, y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad” (Grotberg, 2001).
- “Proceso dinámico que tiene por resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad” (Luthard, 2000)⁹.
- “Una condición humana que da a las personas la capacidad de sobreponerse a la adversidad y además, construir sobre ellas. Se la entiende como un proceso dinámico que tiene por resultado la adaptación positiva, aún en contextos de gran adversidad” (Suarez Ojeda, 2004)¹⁰.

DESARROLLO HISTÓRICO DEL CONCEPTO DE RESILIENCIA

En el desarrollo histórico del concepto de resiliencia según el trabajo de la Lic. Francisca Infante distinguimos dos generaciones.

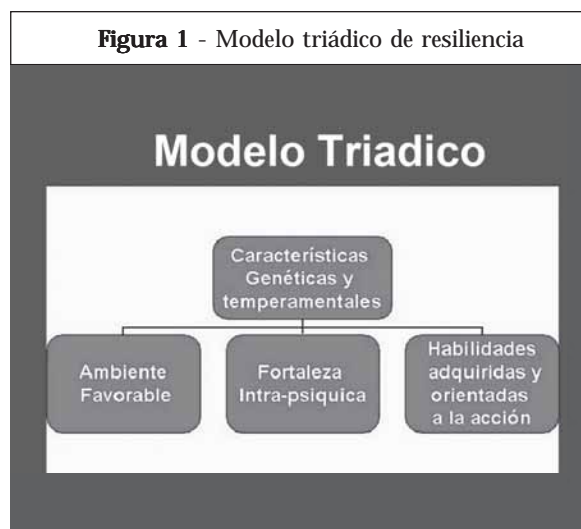
I - Primera Generación

La primera generación partió con un interés en las cualidades personales que permitían superar la adversidad, como la autoestima y la autonomía, hacia un mayor interés en estudiar los factores externos al individuo, como nivel socio económico, estructura familiar, presencia de un adulto significativo. Esta generación puede representarse con el modelo triádico de resiliencia (Figura 1).

Las características temperamentales y genéticas constituyen una base sobre la cual actúan los factores ambientales y sociales. Estudios recientes estiman que el 30% de los atributos psicológicos son de base genética y sobre esta base actúa la educación y la crianza mediante:

La adquisición de habilidades orientadas a la acción: Enfoque de la atención, habilidades sociales, anticipación del futuro, atención emocional, resolución de problemas, expresión creativa.

En todas estas verbalizaciones aparecen los distintos factores de resiliencia. Así se puede explicar la utilización de esos verbos de la siguiente manera: Como educadores o agentes de salud podemos promover la resiliencia si procuramos aumentar las situaciones que producen estas verbalizaciones en cada niño.



II - Pilares de la Resiliencia

Se han podido identificar algunas características que aparecen con mayor frecuencia en quienes han mostrado condiciones de resiliencia. Estas condiciones se conocen como pilares de la resiliencia.

Los distintos autores han seleccionado muchas características consideradas importantes, dentro de las observadas en sus investigaciones con personas resilientes. Nosotros vamos a mencionar las destacadas por Suárez Ojeda, con el que coincidimos y consideramos una selección más acertada.

Introspección es el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.

Independencia es el saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas, es la capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.

La capacidad de relacionarse es la habilidad para establecer lazos e intimidad con otras personas para compensar la propia necesidad de afecto y la posibilidad de brindarse a otros.

Iniciativa es la posibilidad de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes. Humor es la capacidad de encontrar la comedia en la propia tragedia, ver el lado cómico de la adversidad.

Creatividad es la capacidad de crear orden y belleza a partir del caos y el desorden.

Moralidad o sea la consecuencia de extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y la capacidad de comprometerse en valores. Darle al otro el lugar de un legítimo otro. Este elemento es muy importante a partir de los 10 años.

Un aspecto de particular importancia es la posibilidad de desarrollar destrezas para acrecentar la resiliencia. Este es un gran campo de investigación que se está impulsando en todo el mundo y especialmente en los países en desarrollo. Es una temática fundamental para la investigación psicopedagógica.

Los pilares de la resiliencia se han categorizado y agrupado en cuatro componentes principales, cuya observación permite diseñar perfiles de niños

en cuanto a su resiliencia, estos engloban los atributos más frecuentes asociados a experiencias exitosas de vida, por eso las consideramos como los elementos básicos en el perfil.

Competencia Social

Los niños y adolescentes resilientes responden más al contacto con otros seres humanos y generan más respuestas positivas en las otras personas, son más activos, flexibles y adaptables aún en la infancia. Logran comunicarse con facilidad, demostrar empatía y afecto, o sea tener comportamientos prosociales.

Una cualidad cada vez más valorada es el sentido del humor. Esto significa tener la habilidad de lograr alivio al reírse de sus propias desventuras, mirar las cosas buscando el lado cómico.

Los niños resilientes desde muy temprana edad, tienden a establecer más relaciones positivas con los otros. En los adolescentes, la competencia social se expresa especialmente por la interacción con sus propios pares y la facilidad para hacer amigos, y ésta es progresivamente más selectiva y se pasa de relaciones grupales a relaciones de pareja, sentimentales.

Estudios hechos con individuos que presentaban problemas de delincuencia, se observa que éstos presentan falta de competencia social en la infancia.

Resolución de Problemas

Investigaciones hechas con niños resilientes han descubierto que la capacidad para resolver problemas es identificable en la infancia tempranamente. Ésta incluye la habilidad para pensar en abstracto reflexiva y flexiblemente y lograr soluciones alternativas para problemas ya sean cognitivos como sociales. En la adolescencia son capaces de manejar ideas y sistemas filosóficos. Los estudios de adultos con problemas psicológicos han identificado la falta de esta capacidad.

La literatura sobre niños en situación de calle, que crecieron en barrios marginales, da ejemplos del rol que juegan estas habilidades en el desarrollo de resiliencia, dado que estos niños

deben negociar continuamente en un ambiente adverso, como manera de sobrevivir.

Autonomía

Algunos autores ven la autonomía como un fuerte sentido de independencia, otros destacan la importancia de poder lograr control interno, otros la habilidad para separarse de una familia disfuncional y colocarse psicológicamente fuera de los padres enfermos. A lo que se están refiriendo todos es al sentido de la propia identidad, poder actuar independientemente y el control de algunos elementos del ambiente.

Los niños resilientes son capaces de separar claramente sus experiencias y de la enfermedad de sus padres, entienden que ellos no son causa del problema familiar. Este distanciamiento provee un espacio protector para el desarrollo de la autoestima y proponerse metas constructivas.

Sentido de Propósito y Futuro

Está relacionado con el sentido de autonomía, con la confianza en que puede tener cierto control sobre el ambiente, es el sentido de futuro. Dentro de esta categoría entran varios factores considerados protectores, expectativas saludables, objetivos claros, orientación hacia la consecución de los mismos, éxito en lo que emprenda y el más fuerte en los adultos resilientes, la fe en un futuro mejor. Este factor parece ser uno de los más poderosos predictores de resultados positivos en cuanto a la resiliencia.

El perfil del niño resiliente se puede construir asignando una valoración de 0 a 3 a cada una de estas características, 0 indica la inexistencia del atributo, 1 marca su presencia en grado mínimo, 2 en forma intermedia y 3 en grado superior. Ésta se puede representar gráficamente y es una herramienta útil para el diseño de programas de intervención social en resiliencia.

Podemos decir que la primera generación de investigadores se centró en distinguir a aquellos individuos que se adaptan a pesar de las predicciones de riesgo. Puso énfasis en la capacidad humana. Se está resiliente.

III - La Segunda Generación

La segunda generación se centró en establecer cuál es la dinámica entre factores que permiten una adaptación positiva. Puso el énfasis en el proceso, en promoción y en contexto social. Esto es muy importante para nosotros, se puede enseñar a ser resiliente. Se aprende a ser resiliente.

La segunda generación de investigadores, que comenzó a publicar a mediados de los noventa se pregunta: ¿cuáles son los procesos asociados a una adaptación positiva dado que la persona ha vivido o vive en condiciones de adversidad?

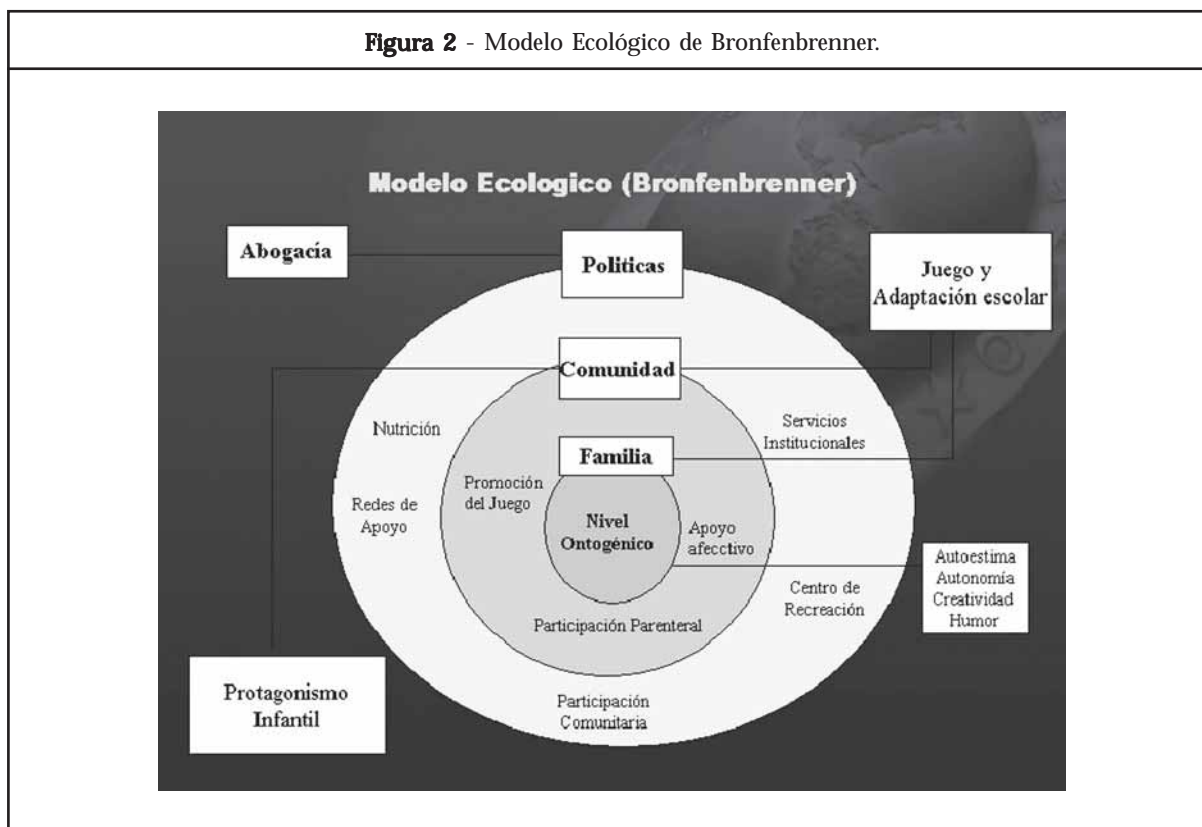
El objeto de investigación de esta segunda generación es continuar con el interés de la primera generación, de inferir que factores están presentes en aquellos individuos en alto riesgo social que se adaptan positivamente a la sociedad, a lo que agregan el estudio de la dinámica entre factores que están en la base de la adaptación resiliente.

Los autores más recientes, del año 2000 en

adelante, en su mayoría consideran la resiliencia como un proceso dinámico donde las influencias del ambiente y del individuo interactúan en una ecológica relación recíproca que permite a la persona adaptarse. Estos autores se basan en el modelo ecológico- transaccional, que se tiene origen en el modelo ecológico de Bronfenbrenner¹¹ (Figura 2).

La idea que guía este modelo, es que el individuo se haya inmerso en una ecología determinada por diferentes niveles que interactúan entre sí. Los niveles que conforman el marco ecológico van desde un micro sistema que es el del individuo o nivel ontogénico, en éste se fue avanzando en las etapas de la vida, hoy ya hay muchos trabajos de resiliencia en adolescentes y hasta en la tercera edad. El macro sistema abarca la relación del hombre con la familia y con la comunidad que impone sus normas. Y finalmente el ecosistema donde aparecen las políticas públicas

Figura 2 - Modelo Ecológico de Bronfenbrenner.



que favorecen la promoción de la resiliencia.

El verdadero aporte de este modelo es la relación entre los sistemas es decir que un sistema depende del otro.

El desafío que se plantea esta generación de investigadores es que la identificación de los procesos que están en la base de adaptación resiliente permitirá el diseño de programas dirigidos a promover resiliencia y calidad de vida.

La resiliencia es como ya dijimos un proceso de desarrollo humano que combina experiencias de adversidad con adaptación positiva. Este proceso está dado con una interacción dinámica entre factores a nivel individual, familiar, comunitario y social.

Para desarrollar modelos de resiliencia es necesario definir previamente los conceptos de adversidad, adaptación positiva y la conexión entre ambos.

La noción de proceso descarta la concepción de resiliencia como un atributo personal, e incorpora la idea de que la adaptación positiva no es tarea solo del niño, sino que la familia, la escuela, la comunidad y la sociedad deben ayudar para que el niño pueda desarrollarse plenamente.

La Adversidad

Tiene distintas connotaciones que se deben definir previamente en cualquier trabajo de investigación.

Puede ser percibida subjetivamente por el individuo.

Puede ser definida objetivamente por una relación entre factores de riesgo y adaptación negativa.

Puede ser creada por situaciones de vida muy estresantes.

Puede ser creada por un conjunto de factores de riesgo, como vivir en la pobreza.

Puede ser definida objetivamente con instrumentos de medición, o subjetivamente a través de la percepción de cada individuo.

Adaptación Positiva

La adaptación positiva tiene connotaciones ideológicas y teóricas que deben ser especificadas

cuando se trabaja en resiliencia. Generalmente se piensa en cumplir con expectativas sociales.

Tiene un enfoque diferente según el contexto y según el género.

El concepto de desarrollo normal varía en cada cultura, hay que interpretar el concepto de adaptación positiva y resiliencia en función de cada contexto.

También decimos que varía según el género, lo que se dice exitoso para un hombre en determinada sociedad, no es igual para la mujer.

Mecanismos Protectores

La Dra. Kokliarenco introduce el concepto de mecanismos protectores. Anteriormente se hablaba de factores protectores, hoy hablamos de mecanismos protectores, porque el individuo no existe sin el ambiente, está en permanente interacción, de allí el concepto de mecanismo dinámico.

Todas las persona tienen características individuales, un código genético, una historia de vida y una familia de la cual derivan, los mecanismos protectores o mecanismos de riesgo, estos interactúan y conforman comportamientos resilientes.

Los mecanismos protectores, son aquellos que nos protegen y le permiten a la persona reaccionar con un comportamiento resiliente. Estos mecanismos protectores son parentales, familiares, ambientales, o hereditarios.

Entre los mecanismos más destacados tenemos el apego seguro con la madre en los primeros meses de vida y contar con un adulto que lo quiera incondicionalmente, que esté allí. Es muy importante ese querer incondicional, más allá de sus comportamientos, y demostrar confianza en el comportamiento del niño, "tú puedes, yo se que tú puedes". Es muy importante la existencia de adultos significativos y que se tengan mutua confianza. Éste puede estar en la familia o fuera de ella, en la escuela, en el barrio, en el club, en la iglesia; lo que importa es el vínculo y la confianza. En los mecanismos hereditarios o genéticos consideramos la inteligencia y más que ella la habilidad para

resolver problemas. También es muy importante el humor, que es la capacidad de hacer de la tragedia, la nada o la posibilidad de ver la comedia en la tragedia. La creatividad, es fundamental y es la capacidad de hacer de la nada el todo.

Se han elaborado distintos modelos, como el de "La casita" de Stephan Vanistendael (1994)¹²

Se basa en que la resiliencia se construye, no se nació con ella, se puede fortalecer. En los cimientos encontramos el amor incondicional, la aceptación de la persona, es el adulto significativo. Encima de ello se va construyendo, algo muy importante es el sentido de vida, sabe que está viviendo para algo, tiene objetivos claros hacia donde está dirigiendo su vida. Otro elemento de construcción es la autoestima, el humor, aptitudes y competencias (Figura 3). En el desván pone todo lo que queda por saber, significa que todos los días incorpora algo nuevo.

VENTAJAS Y DESAFÍOS DEL CONCEPTO DE RESILIENCIA

Destacaremos las siguientes ventajas o desafíos al concepto de resiliencia.

Pone el énfasis en los factores de promoción y adaptación positiva. En la promoción hay un compromiso de crecer no solo del individuo, sino del medio.

La adaptación está en función de diferentes contextos y culturas.

Le presta atención a la ecología individual y social.

Desafía a los profesionales a crear modelos de programas integrales y transdisciplinarios.

De esta forma la resiliencia permite una nueva epistemología del desarrollo humano, que enfatiza el potencial de la persona y la sociedad, es específica de cada cultura, y hace un llamado a la responsabilidad colectiva, jerarquiza enfoques comunitarios, sin desligar a la sociedad y al Estado de sus responsabilidades por el bienestar colectivo. Transmite un optimismo realista y una mirada esperanzadora, necesaria en un mundo globalizado y e injusto.

RESILIENCIA EN LOS ADOLESCENTES

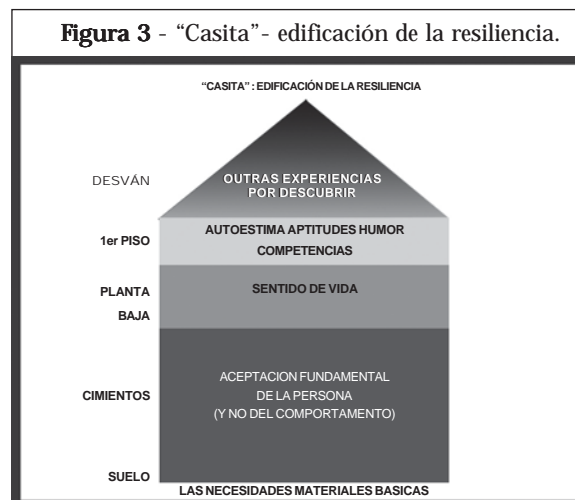
Creo que esta es una etapa fundamental del desarrollo para relacionarla con la resiliencia. Para analizar las características de esta etapa nos basamos en los trabajos de los Drs. Mabel Munist y Suarez Ojeda. El interés por los trabajos de promoción de resiliencia en adolescentes ha aumentado en los últimos años debido a los fracasos de los tratamientos de drogadicción y embarazo adolescente.

Durante esta etapa aparecen cambios puberales, que trastoca cierta estabilidad lograda en la infancia, ahora tiene un cuerpo con funciones sexuales adultas, pero una organización psicosocial infantil.

Este crecimiento rápido desorienta también a los padres que no saben si tratarlos como niños o como adultos. El joven tratará de separarse de los padres y lograr una identidad propia que lo diferencie. Los conflictos familiares aumentan, se cuestionan las normas de los adultos, lo que genera una rebeldía que dificulta la vida cotidiana. Estos conflictos se trasladan al ámbito educativo en enfrentamiento con los docentes.

El grupo de pares cobra gran importancia, el amigo es una compañía inseparable, es apoyo y confidente. Y si no logra éxito en las actividades propias de esta etapa se siente inferior, los fracasos pueden afectar la autoestima. Un manejo adecuado de estos fracasos es fundamental,

Figura 3 - "Casita" - edificación de la resiliencia.



aprender a analizar los hechos y generar alternativas de solución en conjunto, los jóvenes con los adultos, contribuye a la construcción de resiliencia.

Estas características de los adolescentes podían pasar inadvertidas cuando el pasaje hacia la vida adulta era gradual y el joven encontraba un lugar de inserción social tempranamente como sucedía hace varias generaciones o en las pequeñas ciudades. Pero en las grandes ciudades actuales los conflictos aumentan, se dificulta la inserción laboral, aumenta la exclusión social y con esta la deserción en la enseñanza media.

Esto forma tres grupos de jóvenes, los que continúan sus estudios y tendrán mejores oportunidades laborales, los que ingresan al mercado laboral en condiciones precarias, y los desocupados.

Estas condiciones son muy duras para los adolescentes, que articulan la crisis social con su familia. Los problemas socioeconómicos hacen que la adolescencia sea una etapa cada vez más difícil, se plantea la contradicción de necesidad de independencia y dificultades para instrumentarla, esto los obliga a prolongar situaciones de dependencia familiar.

Abandonar el estudio significa un fracaso, el adolescente duda de sus capacidades intelectuales. Es muy importante mantenerlo dentro del sistema educativo, los problemas de aprendizaje deben ser atendidos con estrategias psicopedagógicas, partiendo de las fortalezas del alumno y sus capacidades, para ayudarlo a construir una personalidad resiliente.

La tolerancia de los adultos en este período será muy importante, dándole confianza a medida que se van resolviendo las situaciones.

En esta etapa la confianza básica se tambalea, los afectos y conflictos se amplían, la independencia aumenta y da un salto a la autonomía

Es en esta etapa que el adolescente aprende: a ser, a convivir, a hacer, y a conocer.

Cuando aprende a ser desarrolla competencias personales: Autoestima – Aceptación de sí mismo – Autoconfianza – Autonomía – Sentido de vida –

Resistencia a la adversidad – Construcción de la resiliencia .

Cuando aprende a convivir desarrolla competencias sociales: Construcción de valores – Construcción de la ciudadanía – Participación solidaria constructiva y creativa.

Cuando aprende a hacer desarrolla competencias productivas: Adquisición de habilidades para el estudio – Adquisición de habilidades para el trabajo

Cuando aprende a conocer desarrolla competencias cognitivas.

Adquisición del Pensamiento Abstracto

Algunos de los factores que promueven la resiliencia en los adolescentes son:

- Empatía del adulto - Reconocimiento como grupo de valor - Participación protagónica
- Estímulo del autocontrol - Reconocimiento como persona.

El adolescente debe construir conscientemente su propia resiliencia y desarrollar estrategias resilientes para superar las situaciones adversas, poniendo el énfasis en sus propias fortalezas y diseñando nuevas estrategias para resolver problemas, dando respuestas positivas a situaciones de adversidad. Este proceso es la clave para la promoción de la resiliencia, para ello la introspección individual, la interacción con otros pares y con adultos es fundamental.

Muchos autores coinciden en la importancia de la promoción de la resiliencia a través de la participación de los jóvenes, esta debe ser una participación protagónica, que cuente con la empatía de los adultos, estos deben reconocer a los jóvenes como un grupo de valor, centrado en su reconocimiento como personas y basado en el respeto mutuo.

CONCLUSIONES

Actualmente nuestros países viven un estado de descomposición de la trama social, con síntomas alarmantes; infantilización de la pobreza, destrucción de la familia, deserción escolar, aumento del uso de drogas, incremento de la violencia y otras causas que conllevan

severas consecuencias socioculturales. Frente a este panorama desalentador nos encontramos sin respuesta, y en ese pensar nuevas acciones creemos que la promoción de resiliencia lleva a reconstruir subjetividades individuales y colectivas. Y frente a ese individuo de la sociedad postmoderna, individualista, consumidor, excluyente, competidor salvaje, obsesionado por poseer cosas materiales; nos situamos en una lucha por otra sociedad, que privilegie el nosotros, la red social, la solidaridad, la comunidad, que reconozca al otro como un nuevo ser humano, digno de confianza y del que algo se espera.

El informe realizado por el comité de derechos del niño en Uruguay dice “Que la marginalidad y la exclusión social sea un fenómeno creciente en nuestro país es una realidad dramática que debe preocuparnos; que por su parte la pobreza se concentre y en los niños y en los adolescentes, perjudicando su propio desarrollo y lesionando su futuro, es una realidad que debe conmovernos”. “En Uruguay se ubica la mayor tasa de población adulta y la menor tasa de niños menores de 15 años del continente”. “El principal problema del país es que su reproducción biológica se ha instalado en los sectores de extrema pobreza...incorpora en este circuito a casi la mitad de los niños que nacen en su territorio”¹³.

Desde el punto de vista psicopedagógico deberíamos concebir una intervención que no esté orientada hacia lo que se percibe, sino a aquellos factores que explican esas formas de actuar y de vivir de los adolescentes y que son posibles de mover con la acción educativa que proponemos. Los que trabajamos en la educación debemos reflexionar y abandonar el sitio de omnipotencia en el que siempre hemos estado, más proclives a nuestra gratificación que a gratificar al educando; debemos mediar entre el mundo y el niño o adolescente, acompañarlo sostenerlo hasta que pueda transitar solo. Debemos abandonar la idea de que podemos diseñarle el mundo al otro, como dueños de la verdad, quitándole protagonismo. La resiliencia se basa en el amor profundo por el otro, reconociéndolo como persona, estimulando

sus fortalezas, su calidad de vida.

Como psicopedagogas sabemos que la educación es violencia simbólica, hay que ubicar a ese ser en su propia cultura, claro que a su pasado no puede renunciar, pero debemos proponerle algo en el presente para que no renuncie a su futuro. Al trabajar en el marco de la resiliencia debemos enfocar nuestra escucha hacia en niño como sujeto de derecho, para conocer sus potencialidades, así como ubicar sus dificultades, las propias, las del entorno, las familiares, su historia, su cultura. Lo importante es pensar nuestra propuesta para promover resiliencia a partir del sujeto, desde su propia cultura, para ver cómo él puede llegar a donde tiene derecho a estar.

Coincidiendo con García Molina (2003), diremos que estamos convocados a darle la palabra, a posibilitar que el sujeto brinde su palabra, y para ello debemos dar nuestra palabra, es una responsabilidad ética. “Dar la palabra es, en último lugar, ceder el turno para que otro pueda expresarse. Permitir que otro tenga su tiempo para hablar en nombre propio”¹⁴. Y ese dar la palabra es promover resiliencia, promoverlo como persona “tú puedes” “tú eres”.

Muchas críticas hemos oído respecto a la resiliencia, que proviene de países del norte como Estados Unidos e Inglaterra, que es un elemento más de dominación del norte sobre el sur para el mantenimiento de la inequidad, o quiere decir que no importa la pobreza, que hay que adaptarse. Nada de eso, creo que ha quedado claro cuál es el concepto de resiliencia al que adherimos. Se entiende como un concepto dinámico en el que la persona a la vez que se sobrepone a la adversidad puede construir sobre ella, implica un juicio crítico de la realidad y también accionar para transformarla.

La pobreza es un mal que hay que erradicar, pero, como se presume que en el siglo XXI las exclusiones se agravarán, y cuando cada sufrimiento proceda de otro sufrimiento como en una cascada, será necesario actuar sobre cada momento. Acá acordamos con Cyrulnik que hay distintos momentos: un momento político, para

luchar contra las causas que producen esos males; un momento filosófico para discutir las teorías que producen los actos que generan los males; un momento terapéutico para curar las heridas; y hay un momento resiliente, que es aquel en el que uno hace algo para que la vida continúe en la forma más favorable posible. Ubicada modestamente en ese lugar y en ese espacio creo que la resiliencia tiene su sentido en el trabajo psicopedagógico, junto con los docentes, los trabajadores de la salud, los trabajadores sociales

y otros adultos que tienen la responsabilidad de cuidar y proteger a niños y adolescentes.

Como dijo Eduardo Galeano, “son cosas chiquitas. No acaban con la pobreza, no nos sacan del subdesarrollo, no socializan los medios de producción y de cambio, no expropián las cuevas de Alí Baba. Pero quizás desencadenen la alegría de hacer y la traduzcan en actos. Y al fin y al cabo, actuar sobre la realidad y cambiarla, aunque sea un poquito, es la única manera de probar que la realidad es transformable”¹⁵.

SUMMARY

Resiliency

Resiliency is a new concept diffused during the last years which gives us a new, different and hopeful perspective on the old problems of our pupils. All the people working in the field of health or education know children or adolescents who meet difficulties which seem difficult or impossible to overcome. Notwithstanding this, reality reveals that once overcome this situation, people can lead a creative, optimistic and balanced life when they reach adulthood. This model, may oppose the risk model, or complement to it. It describes the existence of protective shields or resiliency factors that diminish adversity effects and turn them into surmountable factors.

KEY WORDS: Stress, psychological. Life change events. Learning.

REFERENCIAS

1. Cyrulnik B. La maravilla del dolor. Paris:Granica;1999. p.9.
2. Cyrulnik B. Los patitos feos. Barcelona: Gedisa; 2001.
3. Bouvier P. Abuso sexual y resiliencia. Paris:Eres;1999.
4. Dolto F. La difficulté de vivre. Paris: Vertige du Nord Carrere;1987.
5. Suárez Ojeda EN. Perfiles de resiliencia. In: Suarez Ojeda EN, Munist M, Kotliarenco MA, eds. Resiliencia: tendencias y perspectivas. Buenos Aires:Ediciones de la UNLA;2004.
6. Bronfenbrenner U. Ecology of human development. Boston:Harvard University Press;1979.
7. Vanistendael S. La resiliencia un concepto largo tiempo ignorado. Ginebra:Cuadernos Bice;1994.
8. Espíndola M. Integración social ¿Dos Uruguay? Rev Posdata. 2000;322.
9. Molina JG. Dar la palabra. Deseo, don y ética en educación social. Barcelona: Gedisa;2003.
10. Galeano E. Debate titulado “utopía y política”. Foro Social Mundial de Porto Alegre;2005.

Trabalho realizado na Associação Uruguaya Psicopedagogía Montevideu, Uruguai.

Artigo recebido: 2/6/2009

Aprovado: 17/8/2009

