

# Boletín FORO

Alcoholismo y otras  
Farmacodependencias

38

Publicación Periódica de



## Optar

ASOCIACION URUGUAYA PARA LA PREVENCION  
DEL ALCOHOLISMO Y LA FARMACODEPENDENCIA

### 1. LAS BASES DEL PARADIGMA DE LA RESILIENCIA (PRIMERA PARTE)

Artículos del Código de la Niñez y la Adolescencia relacionados con el tema: 29 y 56.

APORTE TEMÁTICO No. 6-98

traducción del Artículo "From Research to Practice" de Bonnie Benard, NOTINET, Centro de Documentación Fundación PANIAMOR. Fuente: [www.adolec.org](http://www.adolec.org)

### 2. RESILIENCIA

Lic. Aurora Fiorentini. Bariloche, Argentina

Fuente: <http://66.34.95.89/Editorial/resiliencia.htm>

### 3. ADOLESCENCIA Y PREVENCIÓN: CONDUCTA DE RIESGO Y RESILIENCIA"

Lic. María Teresa Gómez. El Salvador

Fuente: <http://www.salvador.edu.ar/ua1-9pub01-4-03.htm>

### 4. LA RESILIENCIA

Gino Raffo A. y Carla Rammsy. Chile

Fuente: <http://www.monografias.com/trabajos5/laresi/laresi.shtml>

Segunda Epoca

Año 14 Nro. 38

Junio de 2002

Impreso en el IIN/OEA

Av. 8 de Octubre 2904 (11600)

Montevideo-Uruguay

# Boletín FORO

Alcoholismo y otras  
Farmacodependencias

# 38

Publicación Periódica de



# Optar

ASOCIACION URUGUAYA PARA LA PREVENCION  
DEL ALCOHOLISMO Y LA FARMACODEPENDENCIA

## CONSEJO EDITOR

Lic. Angelina Plada  
Lic. Gabby Recto  
Lic. Virginia Esmoris

Oficina Administrativa: Meliton González 1245 Ap. 102  
Montevideo – Uruguay  
Tel.: 5982 623 0455  
E-mail: [optar\\_uruguay@hotmail.com](mailto:optar_uruguay@hotmail.com)

Únicamente los artículos sin firma o firmados por el Consejo Editor reflejan el criterio de la publicación.

Los demás, reflejan los puntos de vista de sus respectivos autores.

Queda autorizada la reproducción total o parcial de los trabajos con la indicación de la fuente .

# NOTA EDITORIAL

El Consejo Editorial del Boletín FORO de Optar, tiene el agrado de presentar su Número 38 correspondiente al décimo cuarto año ininterrumpido de publicación. Este número, al igual que los tres anteriores de la colección, es presentado también bajo formato magnético en el sitio web del Instituto Interamericano del Niño ([www.iin.org.uy](http://www.iin.org.uy)).

Esta edición está enteramente dedicada al tema de la resiliencia, presentándose una serie de artículos obtenidos por búsqueda selectiva en Internet. El primero de ellos, corresponde a una traducción del Artículo "From Research to Practice" de Bonnie Benard, NOTINET, Centro de Documentación Fundación PANIAMOR. y adaptación del Area de Información, Costa Rica 1998 (fuente: [www.adolec.org](http://www.adolec.org)). El segundo, es un trabajo publicado en Internet por la Lic. Aurora Fiorentini de la ciudad de Bariloche, República Argentina. El tercero es de autoría de la Lic. María Teresa Gómez de Giraudo de la Universidad de El Salvador. El cuarto pertenece a Gino Raffo A. y Carla Rammsy de la Universidad del Desarrollo, Escuela de Psicología de Chile.

Una vez más agradecemos a todas aquellas personas que colaboran desinteresadamente para que el Boletín FORO sea posible y, muy especialmente, al Instituto Interamericano del Niño (IIN) por su permanente apoyo a la aparición y difusión de este material.

Muchas gracias.



## **Proyecto de Estudios Superiores Ciclo de Especialización en Farmacodependencia**

El Instituto Interamericano del Niño y la Asociación Uruguaya para la Prevención del Alcoholismo y la Farmacodependencia (OPTAR) con la cooperación del Centro de Tratamiento y Rehabilitación IZCALI, realizan una experiencia piloto del Proyecto de Estudios Superiores para la capacitación de profesionales en un Ciclo de 25 Créditos que combina Seminarios Presenciales y a Distancia, y que tiene como producto final la obtención de un Diploma de Especialización en Farmacodependencia.

Por información y consultas dirigirse a:  
[optar\\_uruguay@hotmail.com](mailto:optar_uruguay@hotmail.com)  
[iinfar@redafacil.com.uy](mailto:iinfar@redafacil.com.uy)

## **LAS BASES DEL PARADIGMA DE LA RESILIENCIA (Primera Parte)**

**Artículos del Código de la Niñez y la Adolescencia relacionados con el tema: 29 y 56.**

**APORTE TEMÁTICO No. 6-98**

### **Antecedentes de la Resiliencia**

En el sentido más estricto de la palabra, las investigaciones sobre resiliencia se refieren a numerosos estudios internacionales transculturales de desarrollo y vida media, sobre niños y niñas que nacieron en familias de alto riesgo, en donde los padres eran enfermos mentales, alcohólicos, abusivos o delincuentes, en comunidades de extrema pobreza, o en zonas de guerra.

Uno de los datos más relevantes de estos estudios que se realizaron en un largo plazo, fue que al menos un 50%, y en ocasiones hasta un 70% de los jóvenes que crecieron en condiciones de alto riesgo, llegaron a ser socialmente capaces aunque estuvieron expuestos a una tensión severa y no lograron sobreponerse del todo ante algunos obstáculos que les impidieron alcanzar el éxito. Asimismo, estos estudios no solamente sirvieron para identificar las características de estos jóvenes "resilientes", sino que documentaron las características del ambiente familiar, escolar y de la comunidad, lo cual facilitó el hecho de que pudieran manifestar su capacidad de resiliencia.

### **Capacidad Resiliente**

Las investigaciones que se han llevado a cabo sobre resiliencia, validan las anteriores en lo que se refiere a la teoría del desarrollo humano; éstas han dejado claramente establecidas las necesidades que tienen los seres humanos de crecer y desarrollarse, lo cual es parte de nuestra naturaleza, y se manifiesta de forma natural cuando están presentes ciertos elementos.

Todos nacemos con una resiliencia innata, y con capacidad para desarrollar rasgos o cualidades que nos permiten ser resilientes, tales como el éxito social (flexibilidad, empatía, afecto, habilidad para comunicarse, sentido del humor y capacidad de respuesta); habilidad para resolver problemas (elaborar estrategias, solicitar ayuda, creatividad y criticidad); autonomía (sentido de identidad, autosuficiencia, conocimiento propio, competencia y capacidad para distanciarse de mensajes y condiciones negativas); propósitos y expectativas de un futuro prometedor (metas, aspiraciones educativas, optimismo, fe y espiritualidad) (Benard, 1991).

Deseamos destacar que la resiliencia no es un rasgo genético que poseen sólo algunos "super chicos", como lo han interpretado algunos periodistas y ciertos investigadores. Por el contrario, es la capacidad innata para hacer las cosas correctamente, (Werner y Smith, 1992) para transformar conductas y lograr cambios (Lifton, 1993).

### **Factores Ambientales Protectores**

La investigación sobre la resiliencia, que se refiere al desarrollo infantil, a las dinámicas familiares, efectividad escolar, desarrollo de la comunidad, y a estudios etnográficos en los cuales se manifiesta lo que los y las jóvenes opinan, ilustran las características familiares, escolares y el ambiente de las comunidades que fomentan la resiliencia natural de los niños y las niñas. Podemos ubicar los "factores protectores" que 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, a pesar de los riesgos a los que se ven expuestos, en tres categorías: Relaciones afectuosas: sensibilidad, comprensión, respeto e interés que se incorporan a través del ejemplo y llegan a cimentar un sentido de seguridad y confianza.

Los mensajes que proyectan las expectativas que se tienen de las personas, comunican no sólo una orientación sólida, sino también estructuras y metas a seguir, transmitiendo en esta forma la certeza que se tiene de la resiliencia que existe en los y las jóvenes, en donde en vez de detectar problemas y defectos, se identifican las fortalezas y ventajas con que cuentan. Por último, las oportunidades de participación y contribución significativa, incluyen el tener responsabilidades importantes, el tomar decisiones, el ser escuchado, y el aplicar la capacidad personal en beneficio de la comunidad.

### **Conocimientos básicos que se deben poner en práctica**

Las investigaciones sobre resiliencia le han proporcionado al campo de la prevención, de la educación, y del desarrollo de los y las jóvenes, nada menos que un conocimiento básico fundamentalmente diferente con un paradigma de investigación y práctica, el cual es una esperanza para lograr cambios en el ámbito humano. Este paradigma se refiere al riesgo en un contexto social muy amplio, como por ejemplo, al racismo, la guerra y la pobreza, y no se basa propiamente en el individuo, las familias y las comunidades, el cual se cuestiona cómo es que los y las jóvenes se desarrollan con éxito aunque se hayan enfrentado a grandes presiones.

Además, nos proporciona una base lógica para limitar nuestra atención a las ciencias sociales y de comportamiento desde el punto de vista de la fortaleza innata de los jóvenes, de sus familias, sus centros educativos y sus comunidades y no desde el punto de vista del riesgo, los problemas y la patología que hayan tenido que sobrellevar para mejorar su salud y curar sus heridas.

Al revisar estas fortalezas y al estar convencido de que todos las tenemos, así como también capacidad de cambio, esto le proporciona al campo de la prevención, de la educación, y del desarrollo de los y las jóve-

nes, no solamente un sentido claro de dirección, acerca de lo que "sí funciona", sino que nos sugiere que no debemos obsesionarnos en identificar riesgos, ya que ésta es una práctica que estadísticamente debilita, estigmatiza y daña a los y las jóvenes, a sus familias, a las comunidades en riesgo y de alto riesgo, y que perpetúa los estereotipos y el racismo. Se debe destacar como dato importante, el hecho de que debemos estar convencidos de que todos tenemos una resiliencia innata en el campo del optimismo, y las posibilidades, que son componentes indispensables para sentirnos motivados. Uno de los factores protectores que más contribuyen a desarrollar la resiliencia en jóvenes con problemas, es el tener grandes expectativas de lo que pueden lograr, ya que si interiorizan lo que se espera de ellos, esto los motiva y les da la posibilidad para superar riesgos y situaciones adversa.

### **Priorizar el Desarrollo Humano es preparar el campo de la Prevención, Educación y Desarrollo de los Adolescentes**

Las investigaciones sobre resiliencia demuestran la importancia de darle al desarrollo humano un sitio prominente en todo lo que se relaciona al campo de la prevención, educación y al desarrollo de los y las jóvenes. "Los estudios sobre resiliencia sugieren que la naturaleza nos ha dotado de mecanismos protectores poderosos para desarrollarnos", (Maston, 1994) que "trascienden las fronteras geográficas, étnicas, sociales e históricas". (Werner y Smith, 1992) porque están orientados a nuestra condición humana y responden a esas necesidades básicas de afecto, relación, respeto, retos y estructuras, así como para participar de una manera significativa, para experimentar el sentido de pertenencia y poder, y por último, comprender el significado de la vida.

Asimismo, los estudios realizados sobre resiliencia validan los modelos teóricos anteriores de desarrollo humano, entre los cuales se encuentran los de Erik Erikson, Urie

Bronfenbrenner, Jean Piaget, Lawrence Kohlberg, Carol Gilligan, Rudolf Steiner, Abraham Maslow y Joseph Chilton Pierce.

Aunque cada uno tiene un componente psicosocial, moral, espiritual o cognitivo relacionado con el desarrollo humano, todos tienen en común el aspecto biológico de crecimiento y desarrollo (por ejemplo, la naturaleza de los seres humanos para hacer las cosas correctamente) el cual se manifiesta de una forma natural cuando están presentes ciertas propiedades ambientales. De acuerdo con Maston, "cuando se atenúan las situaciones adversas y se restablecen las necesidades humanas básicas, la resiliencia se manifiesta." (1994).

### **Algunos consejos sobre la Construcción de sentido y la conciencia de la identidad**

La deducción más importante que se desprende de las investigaciones sobre resiliencia y cómo practicarla, es la formación de personas socialmente competentes que tengan conciencia de su identidad y utilidad, que puedan tomar decisiones, establecer metas y creer en un futuro mejor, satisfacer sus necesidades básicas de afecto, relación, respeto, metas, poder y significado, que debe ser el enfoque más importante de cualquier programa de desarrollo de jóvenes.

### **No olvidar...**

El desarrollo de la resiliencia no es otro que el proceso de desarrollo saludable y dinámico de los seres humanos en el cual la personalidad y la influencia del ambiente interactúan recíprocamente.

### **Sugerencias de trabajo**

Este fascículo puede ser trabajado con algunas de las siguientes técnicas que le sugerimos a continuación. Esto no excluye la posibilidad de otras que se consideren útiles para el aprovechamiento de la información. Recuerde que debe tener presente el grado

de desarrollo del grupo con el cual trabaja a la hora de elegir una técnica.

Video-foro acerca del tema del Centro de Documentación PRONIÑO ofrece el siguiente material: RADIO Flyer (133), Jonathan, el niño que nadie quería ( 170), The children of de summer(183), etc.

Análisis de Noticias, sobre el tema pueden consultar los archivos verticales del Centro Proniño.

Análisis de caso, El Dr. McLaughlin con el caso de Tito un expandillero.

Fuente consultada:

Tomado de Internet, traducción del Artículo "From Research to Practice" de Bonnie Benard, NOTINET, Centro de Documentación Fundación PANIAMOR. y adaptación del Area de Información, 1998.

Esta es una publicación en serie de la Fundación PANIAMOR con el auspicio de UNICEF. Consta de 500 ejemplares que se distribuyen de manera gratuita a comunicadores, educadores, jóvenes, e instituciones que trabajan con personas menores de edad.

Este aporte temático se produjo en el Centro PRONIÑO de la Fundación PANIAMOR, en equipo donado por el Gobierno de la República de Corea, Agencia Coreana de Cooperación (KOICA).

[www.adolesc.org](http://www.adolesc.org)

## RESILIENCIA

**Lic. Aurora Fiorentini**

Bariloche - Argentina

*"Cada persona brilla con luz propia entre todas las demás. No hay dos fuegos iguales, hay fuegos grandes, fuegos chicos y fuegos de todos los colores. Hay gente de fuego sereno, que ni se entera del viento, y gente de fuego loco, que llena el aire con chispas. Algunos fuegos, fuegos bobos, no alumbran ni queman, pero otros arden con tantas ganas que no se puede mirarlos sin parpadear, y quien se acerca se enciende".*

*Eduardo Galeano*

¿Qué significa Resiliencia? Esta palabra no es muy conocida, por lo tanto vamos a recurrir primero al diccionario:

- Diccionario Enciclopédico Salvat (Salvat Editores, Madrid, 1973): Física: resistencia que oponen los cuerpos, en especial los metales, a la ruptura por choque o percusión.
- Lo Zingarelli (Zanichelli, Milano, 1995): Capacidad de un material de resistir a choques imprevistos sin quebrarse.

Si trasladamos este concepto a las Ciencias Sociales, podemos decir que "la resiliencia correspondería a la capacidad humana de hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y salir de ellas fortalecido e, incluso, transformado"(Grotberg, 1996).

En este enfoque determinado el término está asociado siempre con tensión, estrés, ansiedad, situaciones traumáticas que nos afectan durante el curso de nuestra vida. Los expertos señalan que es algo consustancial a la naturaleza humana, pero que no necesariamente siempre se activa, o aún cuando esté activada, genere una solución positiva. Esta situación misteriosa está basada también en

la evidencia de que los elementos constitutivos de la resiliencia están presentes en todo ser humano y evolucionan a través de las fases del desarrollo o ciclo vital, pasando de ser comportamientos intuitivos durante la infancia, a agudizarse y ser deliberados en la adolescencia, hasta ser introyectados en la conducta propia de la edad adulta.

La resiliencia es más que la aptitud de resistir a la destrucción preservando la integridad en circunstancias difíciles: es también la aptitud de reaccionar positivamente a pesar de las dificultades y la posibilidad de construir basándose en las fuerzas propias del ser humano. No es sólo sobrevivir a pesar de todo, sino que es tener la capacidad de usar la experiencia derivada de las situaciones adversas para proyectar el futuro.

Los siete factores que caracterizan la resiliencia son:

- \* "insigth" o introspección: capacidad para examinarse internamente, plantearse preguntas difíciles y darse respuestas honestas.
- \* independencia: capacidad para mantener distancia física y emocional con respecto a los problemas sin caer en el aislamiento.
- \* interacción: capacidad para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas.
- \* iniciativa: capacidad para hacerse cargo de los problemas y ejercer control sobre ellos.
- \* creatividad: capacidad para crear orden, belleza y objetivos a partir del caos y del desorden.
- \* sentido del humor: predisposición del espíritu a la alegría, permite alejarse del foco de tensión, relativizar y positivizar.
- \* conciencia moral: abarca toda la gama de valores internalizados por cada persona a través de su desarrollo vital.

Dentro de los parámetros de la psicología ha sido estudiada primordialmente en los contextos individuales, pero la inclusión del concepto como estrategia de trabajo socio-comunitario, amplía su radio de acción y le permite incursionar con propiedad en diversos campos del desarrollo humano.

Tomada luego por la Teoría Sistémica en los procesos de abordaje familiar, podemos inferir que resiliencia es la capacidad que tiene un sistema para resistir cambios producidos por el entorno, para persistir a través del cambio, para absorber el cambio cualitativo y mantener la integridad estructural a lo largo del proceso de desarrollo (Hernández Córdoba, 1997).

La flexibilidad en la adaptación y en la acción es otro principio básico e inherente a la evolución, tanto a nivel de los componentes como del sistema total, sabiendo como ya se ha dicho, que la vida expresa su continuidad a través del cambio y de la progresiva complejización. Por lo tanto, esta capacidad de los sistemas para persistir a través del cambio es lo que varios autores han llamado resiliencia, para referirse a la posibilidad de absorber el cambio cualitativo y mantener la integridad estructural a lo largo del proceso de desarrollo (Hernández Córdoba, 1997).

En condiciones de crisis las familias se reestructuran, se cohesionan para mantenerse y tratar de pasar la tormenta: no saben cuánto tiempo pueda durar esa sinergia. Deben contar con factores internos y externos que colaboren con ella para dejar de ser vulnerables e impedir que la crisis adquiera una mayor dimensión, para luego superarla, enfrentar una reestructuración del sistema, salir fortalecidos de ella y transformarla en elemento de cambio y de crecimiento positivos.

La resiliencia es una capacidad que se puede fomentar en los niños en diferentes etapas del desarrollo, por medio de la estimulación en las áreas afectiva, cognitiva y conductural, atendiendo a la edad y nivel de com-

prensión de las situaciones. Dentro del desarrollo humano, el momento oportuno para activar y desarrollar este potencial que permite hacer frente a la adversidad, corresponde al período que abarca desde el nacimiento hasta la adolescencia.

Resumiendo decimos que la resiliencia es la capacidad humana para enfrentar la adversidad y resurgir de los eventos traumáticos, principio históricamente demostrado por las hecatombes mundiales y los genocidios perpetrados por el hombre. Existen áreas de desarrollo de la resiliencia, las que se refieren a los recursos personales y recursos sociales potenciales de un individuo. Entre éstas se pueden citar: la autoestima positiva, los lazos afectivos significativos, la creatividad, el humor positivo, una red social y de pertenencia, una ideología personal que permita dar un sentido al dolor, disminuyendo la connotación negativa de una situación conflictiva, posibilitando el surgimiento de alternativas de solución frente a lo adverso.

Desde una perspectiva psicosocial, se puede concluir que la resiliencia se puede trabajar a nivel de prevención, de rehabilitación y de promoción en la educación, en la ayuda a las familias y en la labor comunitaria, ya que no depende de las características personales por sí solas, sino también de un medio facilitador y apoyador.

El objetivo principal de este artículo es comenzar a difundir el concepto de resiliencia para contribuir a la concientización de que todas las personas poseen esta característica pero que de todos nosotros depende el despliegue de ella si nos otorgamos oportunidades mutuas.

<http://66.34.95.89/Editorial/resiliencia.htm>

# "ADOLESCENCIA Y PREVENCIÓN: CONDUCTA DE RIESGO Y RESI- LIENCIA"<sup>1</sup>

Lic. María Teresa Gómez de Giraudo<sup>2</sup>

## I.- INTRODUCCIÓN

Las adicciones, la violencia, las formas clínicas del malestar de hoy; como la depresión, con un incremento significativo del suicidio; las crisis de ansiedad y angustia, los trastornos de la alimentación y otros constituyen los indicadores patológicos de la actualidad.

La infancia, la adolescencia y la tercera edad, son los grupos etáreos más vulnerables, y se encuentran inmersos en un sistema de salud marcado por el avance de la ciencia y sus aportes asombrosos, pero, paradójicamente, con el riesgo de excluir al sujeto mismo, a quien van dirigidas sus acciones.

Un sistema que en su búsqueda de excelencia, eficacia y eficiencia, a menudo queda acotado a sólo lograr mayores beneficios y menores costos económicos.

La extensión de la cobertura, en materia de asistencia se hace un objetivo cada vez más utópico tanto por la magnitud del daño en

---

<sup>1</sup> Psicología y Psicopedagogía  
Publicación virtual de la Facultad de Psicología y  
Psicopedagogía de la USAL  
Año I N° 4 Diciembre 2000  
II Jornadas de Formación: Niñez y Adolescencia en  
Situación de Riesgo.  
Facultad de Psicología y Psicopedagogía.  
Universidad del Salvador. Septiembre de 2000.

<sup>2</sup>Licenciada en psicología. Profesora titular de Psicosociología del Aprendizaje en la Maestría en Docencia Universitaria - UTN. Profesora titular de Psicología Sanitaria de la Licenciatura en Psicología - USAL. Profesora titular de Tecnología Educativa I de la Lic. en Tecnología Educativa - UTN. Profesora titular del Seminario de Orientación II en la carrera de Psicología - USAL.

las distintas patologías, como por la gravedad que cada una implica.

Frente a este panorama, pareciera que la prevención primaria es la que aparece como solución más viable. Las que siguen son algunas reflexiones que pretenden ser útiles para enmarcar acciones preventivas en general, pero más específicamente en período de la adolescencia.

Hablar de prevención de todos estos trastornos implica un análisis de las variables que intervienen en su generación. En relación a ellas debemos hablar en términos de FACTORES ORIGINANTES, que influyen en el desarrollo del fenómeno y no de "causas" en sentido estricto.

Estos factores varían enormemente en función de la persona y del contexto social. A algunas personas les afectan y enferman y, otras pueden enfrentarlos sin sucumbir.

La mayor parte de los factores que citaré a continuación y que generalmente se clasifican en sociales e individuales son inespecíficos, es decir, pueden llegar a generar cualquier comportamiento deletéreo para la salud.

Intentaré analizar, para comprender de qué manera el contexto afecta la subjetividad y cuáles son los mecanismos y los determinantes a través de los cuales el sujeto responde con conductas que afectan su salud. Este análisis aparece como condición necesaria para abordar cualquier acción de prevención primaria o promoción de la salud durante la adolescencia.

## II.- ALGUNOS CONCEPTOS BÁSICOS

Antes de comenzar es conveniente aclarar desde qué marco teórico general se abordará el análisis. Lo haré desde un marco integrador psicodinámico - sistémico - cognitivo - y orientado a la prevención.

A partir del mismo, considero al adolescente como miembro de un sistema familiar y social (funcional o disfuncional) que lo condiciona (no determina) en su proceso de socialización, permitiéndole incorporar valores, creencias, modalidades afectivas y cognitivas, a partir de las cuales, va a construir su subjetividad.

Si centramos la mirada en este sujeto, observamos que, como persona está inmerso en un sistema jerárquico de otros sistemas (el de sus relaciones bipersonales, el familiar, el comunitario, el sociocultural) y conformado, a su vez por subsistemas (Sistema Nervioso, sistemas orgánicos, tejidos, células). Como resultante de esta jerarquía, y en base a la comunicación, es que se establece una estructura de relaciones que configuran un patrón de respuesta al que llamaremos respuesta emergente. Este sujeto, así contextualizado, ha tenido experiencias diversas en el curso de su vida, las que interpreta y comprende sobre la base del mismo proceso de socialización y a partir de las posibilidades que le ofrece su sistema neurobiológico.

Es así que si queremos intervenir preventivamente, el trabajo tendrá que estar orientado a los factores individuales y sociofamiliares, que generan vulnerabilidad ya que estos serán los que marcarán luego, en la adolescencia, el tipo de respuesta entendida como conducta de riesgo que los jóvenes asumirán.

Estas conductas de riesgo significarán lo esencial del trabajo de prevención, ya que son las que exponen a los adolescentes a perjuicios graves para su salud como ser el tabaquismo, el alcoholismo, la drogadicción, el suicidio, los accidentes, la delincuencia, la violencia, la anorexia - bulimia, el embarazo adolescente, las enfermedades de transmisión sexual, el fracaso escolar, la fuga del hogar y los episodios depresivos.

### **III.- FACTORES INDIVIDUALES: CONDUCTA DE RIESGO**

Tenemos entonces que esas respuestas emergentes (violencia, droga, embarazo, suicidio, etc.), en términos de comportamientos concretos, se van a vincular a tres grupos de factores:

1) **LOS PERSONALES:** Como su historia personal; sus modos de resolver situaciones infantiles de conflicto; su programa neurobiológico; la utilización de determinados mecanismos habituales de defensa frente a situaciones desestabilizadoras de su identidad, etc.

2) **LOS PRECIPITANTES:** Como la percepción subjetiva del impacto de las experiencias que le toca vivir; la capacidad de afrontamiento con que se maneja; el grado de capacidad y flexibilidad cognitiva para la resolución de problemas, etc.

3) **LOS DE CONTEXTO:** Como la existencia o no de redes de apoyo solidario con que cuenta; el nivel de integración yoica; la capacidad para diferenciar lo real de lo imaginario y para procesar la información de manera coherente.

La interacción de todos estos aspectos va a determinar la peculiar manera en que cada adolescente resolverá qué grado de riesgos asumirá en sus respuestas adaptativas.

Cabría preguntarse por qué tantos adolescentes adoptan conductas de riesgo que ponen en peligro su salud y hasta su vida. Hay distintas explicaciones:

\* Por un lado, tiene que ver con que no siempre perciben el riesgo como tal. Por una característica evolutiva propia de este período: el egocentrismo, ellos fantasean "historias personales" en las que no se perciben expuestos a ningún riesgo. Estas historias anulan en ellos el principio de realidad y los llevan a actuar como si esta no existiera o no importara. Tienen una sensación de invulne-

rabilidad que los hace sentirse inmunes. Es un sentimiento que los lleva a sentirse diferentes y mejores que los demás y, además, especiales: "a mí no me va a pasar"

Es decir que uno de los factores de riesgo de más peso en este período, es, justamente, la misma conducta de riesgo propia de la adolescencia.

\* Por otro lado, parecería que existen ciertos rasgos de personalidad que caracterizan en buena medida a las personas que buscan riesgos. Estas personas:

\* necesitan estimulación permanente y buscan la novedad, la aventura

\* poseen un elevado nivel de actividad, energía y dinamismo (se los podría visualizar como hiperkinéticos)

\* tienen dificultad para controlar sus impulsos

\* necesitan demostrar que son pensadores independientes y que pueden resolver sus propios problemas

\* rechazan los planes a largo plazo, prefiriendo responder rápidamente a cada situación sin previo análisis

\* tienden a comprometerse en ciertas conductas, aunque sepan que es probable que resulten en consecuencias negativas

Hay algunos autores que entienden que las conductas de riesgo cumplen un papel positivo muy importante en el tránsito de la adolescencia a la etapa adulta, en la medida que pueden ser funcionales para:

\* lograr la autonomía de los padres

\* permitir cuestionar normas y valores vigentes

\* aprender a afrontar situaciones de ansiedad y frustración.

\* poder anticipar experiencias de fracasos

\* lograr la estructuración del self

\* afirmar y consolidar el proceso de maduración

Según esto las conductas de riesgo no serían totalmente negativas. Lo que sería necesario discriminar es cuándo una conducta de riesgo pone al adolescente en situación de riesgo. Entonces, ¿cuándo un adolescente está en riesgo?

\* Cuando esa conducta lo lleva a poner en riesgo su salud o su vida

\* Cuando sus comportamientos afectan la integridad o ponen en juego la vida de los otros.

Donar un órgano para salvar a un familiar, alistarse como voluntario para ir a la guerra, morir por salvar a otro, pueden ser actos de sano heroísmo que no ponen al adolescente en situación de riesgo. Muchas de las conductas arriesgadas de los jóvenes y las travesuras que a veces dan dolores de cabeza a la familia, en la medida que no cumplan con las condiciones antes mencionadas, tampoco lo son. Pero morir por sobredosis, matar a la novia de 113 puñaladas, asesinar a una religiosa de su colegio o al padre en un rito esotérico (elementos estos que nos proporciona la crónica periodística), no tiene la misma lectura.

¿Qué diferencia más operativa podríamos establecer entonces entre una conducta de riesgo propia de la adolescencia y estos hechos aberrantes?

Siguiendo a Casullo (1996) la diferencia estaría en que estos jóvenes de la crónica policial no estaban:

- decidiendo con libertad sobre su vida

- ajustando su conducta al principio de realidad

- adaptándose activamente, con sus acciones, al contexto sociocultural
- convencidos, a nivel conciente, que lo que hacían era congruente con su sistema de creencias o valores.

Es decir que desde lo individual, desde lo subjetivo, serían respuestas emergentes ligadas a trastornos de personalidad relacionados con baja autoestima, sentimientos de tristeza, soledad, aislamiento, impulsividad, etc. que, sumados a esa conducta de riesgo habitual en la adolescencia, configuran un patrón de respuesta patológico.

#### **IV.- FACTORES SOCIALES: FACTORES DE RIESGO**

Ahora bien, veamos qué papel juega lo social en todo esto. En principio asumamos que todo riesgo supone siempre una perspectiva vincular, ya que toda acción humana tiene un destinatario. (Aún el suicidio que podría considerarse como la conducta humana más autoagresiva y solitaria, lleva un mensaje dirigido a un "otro").

Es decir que toda conducta social nos lleva a considerar estos factores que incluyen variables tales como la familia, el grupo de pares, el papel de los medios de comunicación, las normas y los valores y las creencias del contexto sociocultural en el que se vive, etc.

Que los modelos parentales desempeñan un papel trascendental; que las redes de apoyo afectivo y la aceptación de los "otros significativos", generan una menor vulnerabilidad al consumo de drogas o a tener una iniciación sexual muy temprana, también está demostrado.

Son también conocidos los estudios que muestran el enorme efecto del grupo de pares sobre los comportamientos de riesgo. El grupo, para el adolescente, lleva implícito un mandato:...¡ se como nosotros ¡. Y generalmente es el que incita y facilita conductas de riesgo.

Lo mismo podríamos decir del peso de los modelos que ofrecen los medios de comunicación social, especialmente la TV.

Pero más que de estos factores, en los que no soy especialista y que se describen en toda la literatura sobre el tema, me gustaría realizar una pequeña reflexión sobre el estrés psicosocial a que estamos sometidos todos en nuestra sociedad y cómo afecta al adolescente.

Los estímulos sociales han cambiado notablemente en los últimos años. Estamos inmersos en una sociedad caracterizada por la vertiginosidad de los cambios y por el pasaje de una modalidad de expectativas tradicionales, a un mundo laboral regido por la competencia y la incertidumbre.

La rapidez de los cambios nos obliga a un estado de permanente tensión, de alerta, para poder adaptarnos y que los cambios no nos superen.

El surgimiento de la empresa privada, centrada en la competitividad, característica de nuestra época, trae consigo ventajas como el aumento de la producción, y derivaciones que llevan a los llamados países del primer mundo al enriquecimiento económico; al aumento del producto bruto interno y del ingreso per cápita; pero también desventajas ya que estas características, y por las exigencias a que somete a los individuos, ha devenido directa o indirectamente en el aumento de la drogadicción, la violencia, el alcoholismo, la delincuencia, el suicidio y todas las patologías sociales que mencionábamos al principio. Nosotros, si bien no pertenecemos a este rango de países, al tratar de importar el modelo, también importamos sus desventajas.

Es decir que la receta económica intenta arreglar cosas por un lado y las desarregla por otro. Hace que la forma de vivir y pensar, cambien. Los objetivos de vida pasan a centrarse en el LOGRAR Y EL CONSU-

MIR. Esto constituye un llamado de atención, ya que: el que no vive como piensa, corre el riesgo de terminar pensando como vive.

Es decir que lo social afecta nuestras estructuras de identidad, nuestro self y terminamos, sin quererlo siendo agentes multiplicadores de un modelo negativo y, lo que es más grave transmitiendo a los niños y jóvenes los disvalores que lo acompañan.

El choque cultural, la urbanización, la pérdida de valores, el sentimiento de marginalidad y la pobreza (factores relacionados con una crisis de identidad) que afectan a muchos jóvenes, se asocian con las situaciones de estrés planteadas antes, y agravan también las consecuencias.

En síntesis, en pos de adaptarse a la sociedad, la gente disfruta menos, y necesita apelar a recursos que lo estimulen para divertirse, y, al mismo tiempo le permitan sobrellevar el ritmo al que se someten. Y si no pueden hacerlo, se deprimen y se enferman y, a veces, actúan su patología.

## **V.- CONCLUSIÓN: RESILIENCIA**

Vemos entonces cómo la interacción de factores de riesgo (patogénicos), hace imprescindible el estudio de los mismos, para prevenirlos. Pero también es necesario analizar su contraparte, los llamados "factores protectores" (que son salugénicos). Estos, a diferencia de aquellos que responden al modelo epidemiológico, ponen el énfasis en la promoción de la salud.

Los factores protectores facilitan el logro o el mantenimiento de la salud y pueden encontrarse en las personas mismas, en las características interaccionales del microambiente (familiar, escolar, etc.) y/o en las instituciones de la comunidad (educación, trabajo, iglesia, asociaciones, etc.).

Se observa creciente interés en los últimos años por el estudio de la capacidad de reacción que pueden desarrollar algunos niños y adolescentes, cuando están expuestos a situaciones difíciles o agresiones. Estos, muchas veces, logran sobrepasar niveles de resistencia y terminan con más energía protectora que antes de la exposición a las situaciones adversas.

Esta capacidad de recuperación se ha denominado "resiliencia", es una palabra inglesa, proveniente del campo de la Física que alude a la propiedad de los cuerpos elásticos de recobrar su forma original, liberando energía cuando son sometidos a una fuerza externa. Sería algo así como "capacidad de rebote".

Es un concepto opuesto al de riesgo, o complementario de él. En lugar de poner énfasis en los factores negativos que permiten predecir quien va a sufrir un daño, se trata de ver aquellos factores positivos que, a veces sorprendentemente y contra lo esperado, protegen a un niño o un adolescente.

Este interés en descubrir los factores resilientes va unido a la jerarquización de las acciones de promoción de la salud y a la búsqueda de intervenciones o actividades que, en lugar de prevenir daños específicos, tiendan a mejorar las condiciones de vida.

Particularmente pienso que este objetivo es bastante difícil de lograr, teniendo en cuenta a poca importancia que aún se le da al campo de la prevención y promoción de la salud; pero no imposible. Por lo pronto se podrían encarar acciones preventivas y de promoción de la salud, centradas en los factores que generan resiliencia que ya están identificados, como por ejemplo:

- La existencia de redes informales de apoyo y, como exponente básico: una relación de aceptación incondicional del niño o el adolescente en cuanto persona, por al menos una persona significativa. Esta aceptación

es, con toda probabilidad la base de la construcción de la subjetividad.

- La capacidad para averiguar algún significado, sentido y coherencia de la vida, en estrecha relación con la vida espiritual.
- Aptitudes sociales y aptitudes resolutivas de problemas, y el convencimiento de tener algún tipo de control sobre la propia vida.
- Autoestima y concepción positiva de uno mismo.
- Sentido del humor, o un clima en el que este pueda desarrollarse.

Finalmente, quisiera repetirles una historia que menciona M. M. Casullo en uno de sus textos y que me parece oportuna para lo que estamos tratando. Dice que una revista de divulgación científica publicada en 1997, relata que un niño austríaco llamado Adolf Hitler fue derivado por su médico de cabecera, Ernest Bloch, a una consulta con su colega Sigmund Freud debido a sus muy frecuentes pesadillas nocturnas en las que aparecían monstruos malignos, caídas en abismos profundos y oscuros, persecuciones en las que inevitablemente era capturado y azotado hasta desear morir. Freud, según investigaciones realizadas por el escritor inglés Marks, con ayuda de Forrester, fue determinante en su apreciación diagnóstica: la patología era severa y eran necesarios la internación y el tratamiento.

El padre de Adolf Hitler se opuso terminantemente al tratamiento. La relación de este con su hijo se caracterizaba por el maltrato y por disfrutar humillándolo.

La crisis psicológica del futuro Führer hizo eclosión cuando entre 1907 y 1908, siendo ya adolescente, no fue admitido como alumno en la Academia de Artes de Viena. El estaba absolutamente convencido de su talento artístico.

Me pregunto si el responsable de la masacre más grave de nuestro siglo.. ¿no habría podido quizá, vivir como un pintor más, con sus angustias canalizadas a través de la pro-

ducción artística?...¿Habrán sido sus conductas adultas, respuestas desadaptadas, consecuencias de una falta de intervención oportuna?...¿No se podría haber trabajado preventivamente con esos padres, o con la institución educativa?

A lo mejor la historia de la humanidad podría haber sido diferente. No lo sabemos. Lo que este ejemplo pretende destacar es sólo la importancia del diagnóstico, de la prevención y la intervención psicológica oportunos y eficaces.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Bakal, D. "Psicología y Salud". Desclée de Brouwer, Bilbao, 1996.

Calderón Narvaes, G. "Salud Mental Comunitaria". Editorial Trillas, México, 1981.

Casullo, M.M. "Adolescentes en riesgo". Editorial Paidós, Bs. As., 1998.

Desjarlais, R. y otros. "Salud Mental en el mundo". OPS, Washington, 1995.

Giddens, A. "Modernidad e identidad del yo". Barcelona, 1986.

Lipovetsky, G. "La era del vacío". Anagrama, Barcelona, 1994.

Madaleno, M. y otros. "La salud del adolescente y el joven". OPS, Washington, 1995.

Obiols A. y Obiols, S. "Adolescencia, posmodernidad y escuela media" Kapelusz, Bs. As., 1995.

Vanistendael, S. "Cómo crecer superando los percances" Secretariado Nacional para la Familia, Bs. As., 1999.

Walsh, F. "El concepto de resiliencia familiar: crisis y desafío". En: Revista Sistemas familiares. Marzo de 1998.

[www.salvador.edu.ar/ua1-9pub01-4-03.htm](http://www.salvador.edu.ar/ua1-9pub01-4-03.htm)

# LA RESILIENCIA

**Gino Raffo A.**

**Carla Rammsy**

## 1. Introducción

Cada persona brilla con luz propia entre todas las demás. No hay dos fuegos iguales. Hay fuegos grandes y fuegos chicos y fuegos de todos los colores. Hay gente de fuego sereno, que ni se entera del viento y gente de fuego loco, que llena el aire de chispas. Algunos fuegos, fuegos bobos no alumbran ni queman, pero otros arden con tantas ganas que no se puede mirarlos sin parpadear y quien se acerca se enciende.

En este relato de GALEANO, se resumen las dos aristas filosóficas de la teoría de la resiliencia la primera se relaciona con la idea de la luminosidad. La resiliencia se edifica desde la zona luminosa del ser humano, desde sus fortalezas, asumiendo la potencialidad de cada individuo para desarrollarse. La segunda arista consiste en la idea de la diversidad, de la diferencia. La teoría de la resiliencia cobra significado a partir de las diferencias en la reacción ante circunstancias adversas, generadoras de stress. Mientras algunas personas sucumben a dichas circunstancias, evidenciando desequilibrio y trastornos a diversos niveles. Otras se desarrollan exitosamente a pesar de la adversidad.

Precisamente las preguntas principales formuladas por los investigadores sociales en los últimos años en esta área se relacionan con el problema de la determinación del enfrentamiento exitoso al stress y a la adversidad.

Es justo en este espacio de incertidumbre que abre la diferencia en la reacción ante la adversidad donde se inscribe el concepto de resiliencia, definido como la capacidad de un individuo de reaccionar y recuperarse ante adversidades, que implica un conjunto de

cualidades que fomentan un proceso de adaptación exitosa y transformación a pesar de los riesgos y la adversidad.

## 2. Factores de riesgo

Estos deben ser vistos como un resultado de la estrecha interacción individuo- ambiente donde cada una de estas dos partes juega un papel activo. Es decir, el individuo no debe considerarse un receptor pasivo de los diferentes estímulos, por el contrario se encuentra constantemente modulando la incidencia a estos con su conducta, sus efectos en la determinación del carácter de riesgo. En este proceso de modulación se mezclan componentes genéticos, psicológicos, sociales y situacionales.

Esto supone además, el carácter específico de los mecanismos implicados en la determinación del riesgo: en cada individuo tendrán una dinámica propia, única, que dependerá de la articulación de los componentes referidos con anterioridad

La resiliencia es en términos de ingeniería la capacidad de un material para recobrar su forma original, después de someterse a una presión deformadora. En este trabajo, sin embargo, retomamos la más reciente acepción de esta palabra, que designa la capacidad de una persona para superar bien condiciones adversas de la vida.

Por lo general la resiliencia ha sido estudiada en lo referente a la manera sorprendente de muchos niños y niñas maltratados de distintas formas para sobreponerse y mantener su vitalidad y esperanza.

Como seres humanos, pese a vivir en diferentes condiciones cada ser, por lo menos en algún momento de la vida los problemas nos han hecho tocar fondo. De hecho, a veces se ha dicho que hay que tocar fondo para poder tomar conciencia y levantarse. Puesto que si nos dejáramos arrollar por ese tipo de situa-

ción, nuestras vidas perderían toda conducción y sentido.

Pese a todo el potencial social constructivo que implica, no se ha pensado en la posibilidad de plantear la resiliencia como un ejemplo para todos y todas, en nuestro crítico contexto de vida.

### **3. Objetivos.**

El objetivo principal de este trabajo es mostrar que si partimos de la existencia de ciertos factores de resiliencia individuales y sociales, existe la posibilidad de salir adelante sin necesidad de ampararnos bajo vicios como el paternalismo, el clientelismo, la drogadicción y otros tipos de dependencia, que no hacen sino sumarse a los problemas ya existentes.

### **4. En lo social**

Actualmente al contrario de lo que se proponía en el proyecto político del estado nacional, se da la fragmentación de las identidades y redefinición de valores. Además se acentúa la explotación, la discriminación y el individualismo.

A la par cobran expresión nuevas propuestas desde aquellas nuevas identidades que se manifiestan mediante el espacio de la cultura. Por lo tanto dichas identidades (etnia, género, edad, clase social, ideas políticas, religión), que no son excluyentes unas de otras, sino muchas veces transversales, reclaman el lugar que muchas veces la historia les negó.

### **5. Lo que hace resilientes a las personas**

Existen factores internos como la autoestima, el optimismo, la fe, la confianza en sí mismo, la responsabilidad, la capacidad de elegir o de cambio de las competencias cognoscitivas.

Una vez fortalecidos estos aspectos, que se conjugan en lo que llamamos espíritu. Ade-

más se refuerzan las posibilidades del grupo de apoyar a las personas como ser humano íntegro, seguro y capaz de salir adelante.

Por ello es importante, además de desarrollar factores internos, afianzar los apoyos externos. Sin embargo, si la autoestima es baja o no se conjuga bien con las destrezas sociales, o si la esperanza en uno mismo no fluye no se canaliza de la mejor manera y si se le quita al individuo el apoyo externo vuelven a derrumbarse.

A continuación detallamos diez puntos que fortalecen internamente el poder personal: Trato estable con al menos uno de los padres u otra persona de referencia.

1. Apoyo social desde dentro y fuera de la familia
2. Clima educativo emocionalmente positivo, abierto, orientador y regido por normas.
3. Modelos sociales que estimulen un conductismo constructivo.
4. Balance de responsabilidades sociales y exigencia de resultados.
5. Competencias cognoscitivas.
6. Rasgos conductistas que favorecen a una actitud eficaz.
7. Experiencia de autoeficacia, confianza en uno mismo y concepto positivo de uno mismo.
8. Actuación positiva frente a los inductores del stress.
9. Ejercicio de sentido, estructura y significado en el propio crecimiento.

Son condicionantes externos los de carácter social, económico, familiar, institucional, espiritual, recreativo y religioso, los cuales son promovidos o facilitados por el ambiente, las personas, las instituciones y las familias que intervienen en la atención, el trato y el tratamiento de los grupos e individuos que están en situación de riesgo y vulnerabilidad.

Al margen de los ya mencionados, caben otros ámbitos y claves que la resiliencia ge-

nera no pocos insisten en la necesidad de contar con buenos modelos de rol en la vida diaria especialmente cuando se trata de niños, personas de las cuales los individuos u otros niños pueden aprender. En la actualidad algunos educadores han desarrollado estas técnicas con experiencias realizadas en el campo con bosques, flores y demás.

También constan entre los factores externos los factores de riesgo que pueden ser muchos, los cuales vulnerabilizan la integridad psíquica, moral, espiritual y social.

No basta con compartir su cotidianidad y diluirse en ella, ni reflexionar su problemática identificando los factores de riesgo que los llevó a tomar esta opción, pues sería vulnerabilizar aún mas sus condiciones de vida, sobre todo se fomenta una doble estigmatización, marcándoles con una etiqueta como de callejero, drogadicto, etc.

En estos casos para Freire, un investigador Guatemalteco, es la luz interior la que en determinados casos sirve para determinar una decisión y tomar una oportunidad privilegiada que se presenta en el momento justo. Esto representa fortalecer los factores de protección que promueve la resiliencia, revalorizando el potencial interno y externo de cada persona para reconstruir su proyecto de vida personal y comunitaria.

Se puede considerar que las principales actitudes que fortalecen en los factores protectores o resilientes en los humanos son:

- \* Demostraciones físicas y verbales de afecto y cariño en los primeros cuatro años de vida.
- \* Reconocimiento y atención a sus éxitos y habilidades.
- \* Oportunidades de desarrollo de destrezas.
- \* Actitud de cultivo, cuidado y amor por parte de todos sus semejantes y especialmente de los encargados de su cuidado y protección.
- \* Apoyo de un marco de referencia ético, moral y espiritual.

## 6. Proyectos para vivir genuinamente

Estos proyectos son posibles hoy en día, apenas a dos años del nuevo milenio, sin necesidad de acudir a sectas o a voces mesiánicas para la solución a los grandes interrogantes de la vida.

Primero tenemos que reconocernos como seres humanos con valores y potencialidades y en ese espejo mirar también a los otros con una visión holística que apunta al crecimiento, al fortalecimiento interior y al cultivo de la autoestima.

Así como la aspirina se utilizó mucho tiempo con éxito y no se comprendía exactamente como funcionaba en la vida cotidiana decidimos y construimos sobre la base de conocimientos que allí están. Lo mismo ocurre con la resiliencia, se ha trabajado con ella y se la ha aplicado sin tener un nombre específico y sin conocimientos sistemáticos sobre su aplicación.

## 7. Desde pequeño

Para hablar de resiliencia, basta con remitirnos a cualquier cantidad de información de los medios para referirse a niños, mujeres, ancianos y seres marginales en situación de riesgo.

Cada caso es más sensacionalista que otro suena más o vende más, sin embargo el observador sagaz se da cuenta que mucho hay de negativo en el sistema y en el tejido social que destaca solo lo que impacta.

Es así cuando entra el factor de la resiliencia como contraparte; por cada tanda de noticias trágicas debería igualmente desplegarse otras a manera de semillas constructivas que permitan el cambio hacia un nivel de vida más llevadero, hacia un recorrer senderos diferentes de los ya transitados, en los cuales las opciones de crecer y desarrollar las potencialidades internas y la autoestima.

Hay que dar un salto cualitativo de la pobreza en todos sus niveles a la no- pobreza que es algo distinto al término riqueza.

## **8. La familia**

Es un factor preponderante en la formación de personas sanas física y psíquicamente en la formación de los niños y adolescentes, pero este modelo de familia es el clásico y las condiciones en que se desenvuelve la sociedad no las apropiadas para que esto sea un bien común.

Si un niño tiene sus necesidades básicas llenas, tiene más opciones de éxito en el futuro, si a esto le añadimos el contacto físico, las caricias y el respeto de sus padres o familiares, su desarrollo en todos los aspectos será armónico.

Pero en el caso de la resiliencia ella busca restituir corazones heridos y darles la posibilidad de emprender un proceso de rehumanización a los niños de la calle, a los refugiados, a las mujeres mal tratadas, a los grupos que han sufrido la crueldad institucionalizada para la formación de familias resilientes impulsadas por promotores sociales, de salud, voluntarios, expertos en educación y en desarrollo.

## **9. Factores protectores**

Estos son considerados ese algo que opera para mitigar los efectos del riesgo. Se consideran fuerzas internas y externas que contribuyen a que el niño resista o aminore los efectos del riesgo, por tanto, reducen la posibilidad de disfunción y problemas en estas circunstancias, como los factores de riesgo los factores protectores involucran también variables genéticas, disposiciones personales, factores psicológicos, situacionales y sociales.

Dentro de los personales se incluyen características temperamentales que provocan respuestas positivas en los padres y cuidado-

res y autonomía combinada con la capacidad de pedir ayuda. En la niñez más tardía así como en la adolescencia: habilidades comunicativas y de resolución de problemas, competencia escolar, sentido del humor, autoestima elevada, creatividad, autonomía, tolerancia a las frustraciones entre otras.

Al interior de la familia se han definido factores como presencia de apoyo incondicional por al menos una persona competente y emocionalmente estable, creencias religiosas que promuevan la unidad familiar y la búsqueda de significados en los tiempos difíciles.

Dentro del ámbito comunitario se han considerado los siguientes: presencia de pares y personas mayores en la comunidad que brinden la posibilidad de transiciones positivas en la vida como programas de educación comunitaria a padres, participación activa en una comunidad religiosa.

Los diferentes factores protectores, al igual que los de riesgo no actúan aisladamente en el niño, sino ejerciendo un efecto de conjunto donde se establecen complejas relaciones funcionales que en definitiva traen como resultado la atenuación de los efectos de las circunstancias adversas y eventos estresantes. Este proceso es denominado moderación del stress. El conocimiento de este proceso es imprescindible para comprender los mecanismos que subyacen a los factores protectores y a la resiliencia en general.

A partir de todo lo expuesto sobre los factores de riesgo y protectores así como los mecanismos que los subyacen, se puede concluir que la combinación de múltiples factores de origen genético, psicológico, social y situacional pueden determinar un estado de riesgo o de resiliencia en el niño.

## **10. Conclusión**

Después de informarnos un poco acerca de este tema que es muy nuevo e innovador en

lo que respecta a la forma en que las personas son capaces de superar la adversidad, creemos con absoluta convicción que resultan fundamentales ciertos factores formativos en el desarrollo de cada individuo; como una buena estimulación intelectual, social y afectiva, ya que esto podría conformar un pilar sólido al momento de enfrentarse a situaciones adversas. La resiliencia fundamentalmente esta siendo encaminada a la promoción de factores protectores a nivel personal con el objetivo de desarrollar estilos de enfrentamientos a los momentos difíciles.

Es importante estimular factores de resiliencia internos de las personas como la autoestima, la creatividad, así como también los factores externos como el sistema social de apoyo, que involucran estimulación de la socialización secundaria que resulta muy importante en la formación de la personalidad de un individuo.

## **11. Bibliografía**

- \* Artículos extraídos de internet
- \* "Revista latinoamericana de psicología", Fraser 1997.

<http://www.monografias.com/trabajos5/laresi/laresi.shtml>



