

## Capítulo 2

### *Adversidades y recursos.*

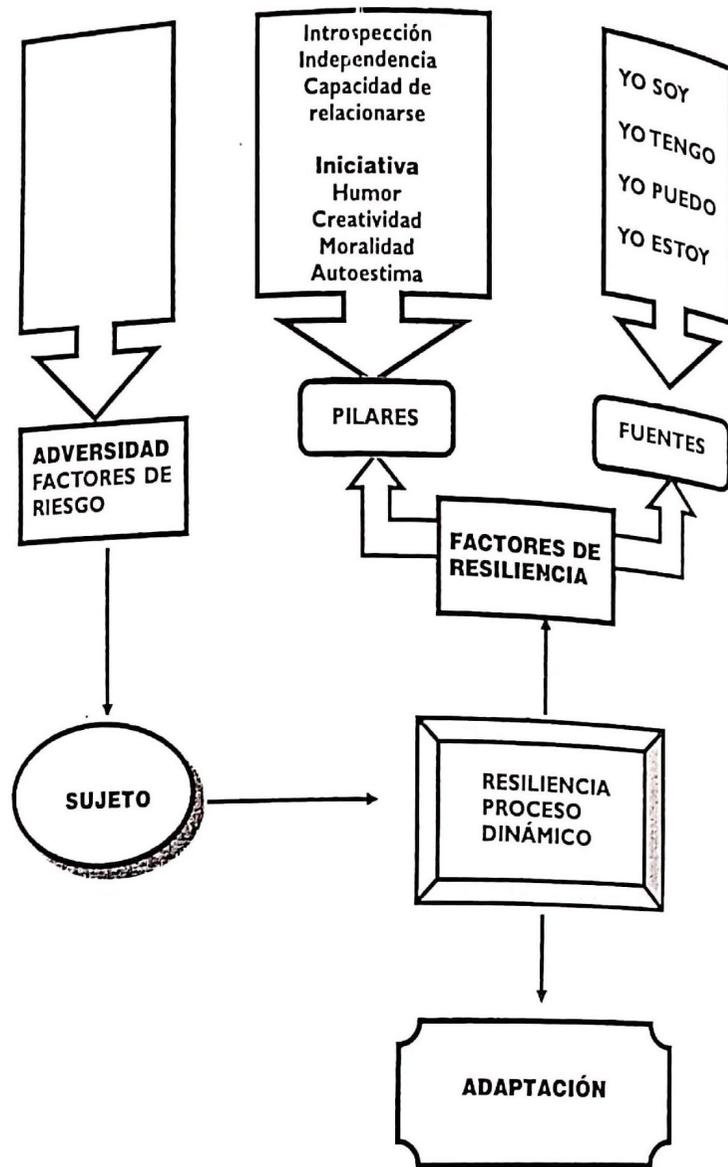
#### *Dentro de la teoría*

Habiendo terminado la primera aproximación y el primer acercamiento al marco teórico de la resiliencia con una mirada más general, comenzamos a transitar cada uno de los conceptos que la integran. De una forma más específica, nos detendremos en los aspectos que determinamos en las definiciones y en cada uno estableceremos conexiones con nuestra realidad profesional, encontrando paralelos y analogías con la tarea pedagógica, pues en sí mismo el trabajo docente genera resiliencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Veremos plasmado en cada uno de los núcleos conceptuales aquello que muchas veces hacemos de forma natural. Ahora la teoría le da un empuje nuevo a las acciones realizadas.

La definición de resiliencia, elegida como eje, nos diferenciaba tres aspectos que nos permiten comprender mejor la resiliencia. Ellos son:

- 1) Adversidad.
- 2) Adaptación positiva o superación de la adversidad.
- 3) Proceso dinámico.

La definición de cada uno nos llevará a visualizar cómo se genera resiliencia. Por eso, comenzaremos este capítulo con un esquema de estos conceptos, para luego desentrañar cada uno. El cuadro de la adversidad está vacío, luego veremos por qué.



## 2.1. ¿Contra qué luchamos? ¿A qué nos enfrentamos?

Lo que nos daña, lo que nos puede dañar, lo que pensamos que puede dañarnos, eso es la adversidad. Reales, potenciales o pensadas, hay situaciones que conmueven al ser humano, lo jaquean y lo pueden hacer sufrir.

A los términos “adversidad” y “riesgo”, que son utilizados como sinónimos, ¿cómo podemos definirlos? Son un conjunto de factores de riesgo que toman cuerpo e interactúan en una situación de vida específica. Las interrelaciones entre estos factores elevan la posibilidad de que se inicien trastornos de distintas índoles o de que se mantengan en el tiempo ciertos problemas. Tienen una naturaleza multi-causal en la que inciden aspectos biológicos, psicológicos y sociales. En la escuela se toma contacto con distintos factores de riesgo. Algunos son propios de los alumnos, otros de los docentes o el personal de la escuela, otros son generados en el mismo ámbito escolar, otros por el ambiente.

Como ejemplos de los factores de riesgo podemos enumerar:

- *Factores biológicos:* Cualquier patología relacionada con el cuerpo, desde la desnutrición y otras enfermedades graves muy habituales en la escuela (meningitis o hepatitis), hasta problemas menos serios, pero no irrelevantes pues hacen a la salud de todos (pediculosis y falta de higiene). También podemos agregar las adicciones, que si bien tienen un componente psicológico, traen consecuencias físicas graves. Todo lo que atañe al cuerpo podemos incluirlo en este grupo. Tiene el agravante de que en la escuela, al compartir un tiempo y espacio entre las personas, un factor individual de riesgo puede convertirse en un factor de peligro para todos, como por ejemplo las enfermedades infecto-contagiosas.
- *Factores psicológicos:* Dentro de esta categoría podemos incluir a todos los factores de riesgo que involucran a la psique de la persona (la personalidad en sus distintos aspectos, afectivo-emocional, intelectual, volitivo, moral y social), a las patologías y a las disfunciones que la afectan.

- **Factores sociales:** A este grupo pertenecen todos los problemas que se relacionan con el ser humano como ser social, característica que le es esencial ya que no puede tener un desarrollo normal sin la relación con el medio, con sus pares. En esa relación, el ser humano modula su conducta y se integra socialmente a través de la cultura. Sin embargo, como en toda relación, siempre surgen problemas. El abanico también se amplía a lo cultural, político y económico. Por lo tanto, los problemas que podemos incluir son muchos: violencia, guerras, adicciones y drogas, inseguridad, desocupación, pobreza, carencias materiales, dictaduras, falta de libertad, etcétera.

Entre las situaciones de riesgo se pueden reconocer algunas que son extremas (y que a veces son colectivas) y otras que, aparentemente, son más leves pero más duraderas y, por lo tanto, potencialmente destabilizadoras: maltrato, indigencia, enfermedades crónicas, patologías parentales, alcoholismo, aislamiento social, toxicomanía.

Los factores de riesgo son el resultado de la estrecha interacción individuo-ambiente y tienen un rol activo. El individuo, especialmente el niño, no es un receptor pasivo de los diferentes estímulos, sino que modela la incidencia de ellos a través de la conducta. En este proceso de modulación se mezclan componentes genéticos, psicológicos, sociales, situacionales. Y estos componentes tienen dinámica propia, una articulación única. En muchas situaciones se acumulan varios riesgos y no es clara la definición de cada uno. Se lo podría denominar también "trauma multiforme".<sup>1</sup> La percepción subjetiva que la persona tenga de este trauma es tan determinante como el mismo. En la escuela en tanto espacio en el que encontramos muchos individuos, muchas familias, todos distintos y diferentes, podemos identificar numerosos factores de riesgo. La adversidad puede tomar infinidad de caras. Identificarla, a veces, no es fácil. También en el aula se presentan problemas específicos y propios del proceso que en ella tiene lugar: el aprendizaje implica, desde el primer momento, una adversidad, un problema por resolver, una carencia intelectual que

1 MANCIAUX, M., LECOMTE, J., VANISTENDAEL, S. y SCHWEIZER, D. "Conclusiones y perspectivas", en MANCIAUX, M. (comp.). *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Barcelona, Ed Gedisa, 1ra. ed., 2003, p. 303.

hay que superar. Es decir que la resiliencia es completamente aplicable en la pedagogía y en la didáctica. Es una concepción que ayuda a todo el trabajo docente, en el diagnóstico de dificultades, de carencias, de adversidades (en todas las áreas intervinientes en lo individual y grupal: afectiva, física, cognoscitiva, social, ética).

La autora Amandine Theis clasifica los factores de riesgo en cuatro categorías:

- **Situación familiar perturbada:** Patologías o muerte de los padres, ausencia, abandono, violencia, maltrato, etc.
- **Factores sociales y ambientales:** Problemas económicos (desempleo, pobreza) y sociales.
- **Problemas crónicos de salud:** Del niño o su entorno cercano; deficiencias, enfermedad crónica o grave.
- **Amenazas vitales:** Guerras, catástrofes naturales, traslados forzosos.

Esta clasificación también nos puede ser útil en el momento de la identificación de la adversidad o de los factores de riesgo que debemos enfrentar con nuestro grupo en el aula.

Ehrensaft y Tousignant<sup>2</sup>, al describir la "ecología de la pobreza", identifican varios factores de riesgo y nos dan un abordaje interesante para la resiliencia escolar:

- 1) **Débil presencia de instituciones colectivas:** Cuando se carece de centros de ocio, campos de juego, bibliotecas, centros culturales.
- 2) **Ausencia de una socialización colectiva positiva:** Cuando el espacio público es una zona de descuido colectivo y de peligro y la persona siente que sólo puede contar consigo misma.
- 3) **Contagio de la desviación:** Cuando se toleran, se aceptan y se legitiman los actos desviados, éstos se extienden y se contagian por presión.
- 4) **Individualismo:** Cuando falta la solidaridad, cada uno se enfrenta a su suerte y el vecino es un sospechoso o casi un enemigo del que hay que cuidarse, por lo tanto, no se puede contar con él.
- 5) **La riqueza de los demás:** Las diferencias económicas hacen vivir una historia de sufrimiento, faltan escalas de valores y la lucha por un destino en común.

2 EHRENSAFT, E. y TOUSIGNANT, M. "Ecología humana y social de la resiliencia", en Manciaux, *op. cit.*, p. 168.

Lamentablemente tenemos que enfrentarnos a diario con estos inconvenientes y, muchas veces, no sólo ocasionan alumnos vulnerables sino que arrastran a los maestros y les provocan la sensación inhabilitante de impotencia, cuyos resultados arrasadores ya conocemos. Sin embargo, esta mirada positiva, que es la teoría de la resiliencia, nos ofrece una posibilidad de superación.

En cualquier país, el olvido y la memoria son fundamentales, por eso la postura de Jacques Lecomte<sup>3</sup> resulta muy útil. Ésta plantea que la resiliencia se hace, en parte, con una dialéctica entre la memoria y el olvido. Así se pueden presentar tanto como factores de adversidad o como factores de resiliencia, con un buen uso o un mal uso de ambos.

Los factores de adversidad o riesgo serían:

#### El mal uso

- De la memoria: *"Alimentar la amargura y la sed de venganza"*. Lamentablemente, existen numerosos ejemplos de seres humanos que utilizaron en demasía la memoria y sobredimensionaron hechos reales que sí existieron pero que no justificaban en absoluto sus posteriores acciones.
- Del olvido: *"Negar la realidad dolorosa o la responsabilidad propia"*. Es una represión y una negación, un rechazo en el inconsciente de realidades difíciles de aceptar. No es el caso del trastorno del estrés postraumático o agudo, en donde sí el mecanismo de defensa es útil. Cuanto más se reprima el pasado, más puede dejar una huella en la existencia.

Existe un peligro al definir los factores de riesgo o la adversidad: emitir un juicio moral, la estigmatización. La resiliencia estaría contrarrestando esa tendencia reductora, al desarrollar un "modelo ecológico integrado"<sup>4</sup> y dar una visión holística y transdisciplinaria. En el paradigma patológico, "el concepto de vulnerabilidad permitía condenar por adelantado en nombre de un determinismo inapelable...

3 LECOMTE, J. "El buen uso de la memoria y del olvido", en MANCIAUX, *op. cit.*, p. 212.

4 MANSOUR, S. "La resiliencia de las adolescentes en Palestina", en MANCIAUX, *op. cit.*, p. 96.

ble... todo sujeto vulnerable era sospechoso".<sup>5</sup> En las escuelas, estas estigmatizaciones suelen ser muy comunes. ¿Cuántas veces cuando dialogamos con el docente que tomará a su cargo un grupo del que fuimos docentes, le pasamos no sólo la lista de alumnos, sino también una lista de etiquetas? Nos es más fácil definir a cada alumno con sus dificultades que verlo con sus posibilidades. La sociedad también tiene ese defecto y, normalmente, escuchamos expresiones tales como: "¡Y viene de una familia...!", "...vive en la villa...". Por lo tanto, la aplicación de la resiliencia en programas, investigaciones, intervenciones y capacitaciones de cualquier área tiene que tener como paso inicial y fundamental la *identificación y especificación* de la naturaleza del riesgo. Objetivamente, evaluándola con instrumentos de medición. Subjetivamente, a través de la percepción de los sujetos. Se tienen que determinar, definir, describir y explicar las fuentes de adversidad y estudiar cómo estas variables interactúan. Para saber contra lo que luchamos, tenemos que conocerlo. Tal como lo plantean las tácticas y las estrategias de guerra, debemos saber todo sobre nuestro enemigo para poder enfrentarlo con seguridad, sin temores, y darles a todos los protagonistas la mayor cantidad de información posible para comenzar con seguridad el proceso. Por eso no se especificó en el cuadro la parte correspondiente a la adversidad, para hacer notable que su definición será particular para cada situación.

## 2.2. ¿Con qué contamos? ¿Qué recursos tenemos?

Se pueden llamar factores resilientes o factores protectores a los responsables de que el sujeto posea determinadas condiciones que hacen que se sobreponga a las situaciones de riesgo, críticas y condiciones estresantes, para salir de ellas entero y hasta renovado. Pero hay que recordar que, sin un ambiente favorable, esto no se dará:

*Por excelente que sea una semilla, sólo dará buen fruto en el terreno que le convenga.*  
Royer (1989)<sup>6</sup>

5 TOMKIEWICZ, S. "El buen uso de la resiliencia: cuando la resiliencia sustituye a la fatalidad", en MANCIAUX, *op. cit.*, p. 290.

6 THEIS A. "La resiliencia en la literatura científica", en MANCIAUX, *op. cit.*, p. 55.

En la obra citada anteriormente, se incluye el aporte de Lemay (1999): el sujeto precisa de condiciones biológicas, socioafectivas y socioculturales, más el aporte y la ayuda de un otro significativo. La escuela, como lo dijimos anteriormente, es, después de la familia, el espacio natural que puede generar esas condiciones necesarias para que la persona pueda ser resiliente y enfrentar con mayor fuerza la adversidad que le toca vivir.

Es imprescindible pensar la resiliencia como *proceso*: proceso de negociación entre factores de riesgo a los que se oponen los protectores. Éstos los pueden afrontar o superar. Los factores de vulnerabilidad llevarían al sujeto a sucumbir en la adversidad. La resiliencia ayuda a los individuos y/o a los grupos a identificar sus recursos, habilidades, fortalezas y las posibilidades que hay, dentro o fuera de ellos, para superar los eventos traumáticos, desarrollarse y alcanzar sus metas. En dicho proceso está presente el medio (y en él, la escuela como institución), favoreciendo el desarrollo resiliente o, en el peor de los casos, favoreciendo los factores de riesgo. Este punto nos interesa especialmente, ya que una buena intervención institucional puede ser generadora de resiliencia, pero una intervención negativa puede empeorar aún más la situación de la persona. Entonces, la resiliencia nos ayuda no sólo a ver cómo podemos, a través de nuestra tarea, generar y promover los factores de resiliencia, sino también cómo podemos ser menos nocivos. Muchas veces, la lamentable situación en la que se trabaja en las escuelas hace que las ya pésimas condiciones de vida de los alumnos se empeoren aún más y no les sea posible acceder a soluciones.

*Los factores protectores son... fuerzas internas y externas que contribuyen a que el niño resista o aminore los efectos del riesgo (Fraser, 1997), por tanto, reducen la posibilidad de disfunción y problemas en estas circunstancias (Garmezy, 1997). Como los factores de riesgo, los protectores involucran variables genético-constitucionales, disposiciones personales, factores psicológicos, situacionales y sociales (Garmezy, 1997).*

Werner (1995)<sup>7</sup>

7 <http://www.elencuentro.cl/circo/Resiliencia.htm>.

Entonces, como con los factores de riesgo, también podemos observar distintas naturalezas en los factores de resiliencia:

- *Biológica* (características físicas, corporales, fisiológicas).
- *Psicológica* (características propias de la personalidad de la persona).
- *Social* (condiciones de la sociedad, la cultura, la economía y/o la política).

También podemos identificar factores de protección individuales (identificados por otros autores como los pilares de la resiliencia; autoestima individual), familiares (autoestima familiar; el otro significativo) y ambientales (autoestima comunitaria; otras personas significativas, instituciones educativas, sociales, religiosas, culturales, humanitarias, etc.).

Paul Bouvier<sup>8</sup> incluye una especificación de la importancia de los distintos factores de resiliencia identificándolos en las distintas etapas evolutivas y teniendo en cuenta el estudio de Werner. En la primera infancia, los factores constitucionales (temperamento, estado de salud) son los de mayor importancia. En la infancia, los ambientales (estructura y composición del hogar). En la adolescencia, los personales (autoestima). Esta clasificación es muy útil en la educación ya que permite ubicarlos según las edades con las que se trabaja.

Volvemos a tomar en cuenta a Jacques Lecomte<sup>9</sup> con su dialéctica de la memoria y del olvido. Como factores de resiliencia serían:

#### El buen uso

- **De la memoria:** “Entender el pasado para no reproducirlo”. Preguntarse por los hechos sufridos y analizarlos para modificar nuestra conducta hoy. Es el gran interrogante: ¿todos los hijos de padres violentos serán padres violentos?, por ejemplo. No siempre. Aquí sirve citar a Sartre, tal como lo hace Lecomte: “Lo importante no es lo que hagan de nosotros, sino lo que hagamos nosotros de lo que hicieron de nosotros”.<sup>10</sup>

8 BOUVIER, P. “Temperamento, riesgo y resiliencia en el niño”, en MANCIAUX, *op. cit.*, p. 70.

9 LECOMTE, *op. cit.*, p. 212.

10 LECOMTE, *op. cit.*, p. 204.

- **Del olvido: "Apartar los recuerdos dolorosos".** No es un olvido completo, es alejar aquellos hechos cuya evocación es más traumática que formativa. Es no dejar que invadan la vida psicológica, pero que se mantengan ubicados en el psiquismo, listos para manifestarse si la persona así lo necesita. Es decir, tener un acceso al pasado soportando el dolor y la tristeza para convertirlos en fuente de fortaleza.

Los factores de protección también van a estar modificados por los valores y las normas morales con que el individuo vive. Como en todos los núcleos conceptuales, el medio siempre aparece como factor. Por eso, a la hora de pensar en la generación de conductas resilientes en nuestros alumnos, también debemos enumerar y definir con cuidado los factores de resiliencia con los que contamos y los que deseamos fomentar, teniendo en cuenta las diversidades socio-económico-culturales, morales y éticas, y respetando las escalas de valores de la personas.

### 2.3. ¿Cuáles son los pilares de la resiliencia?

La mayoría de los autores coincide en la enumeración de los factores que provocan una conducta resiliente, los denominan con diferentes términos pero son conceptos análogos.

En la tarea pedagógica constantemente tomamos en cuenta las características personales y grupales de los alumnos. Y durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje seguimos el desarrollo y los cambios de los mismos. Por lo tanto, vemos cómo en el quehacer diario la noción de resiliencia está siempre presente.

Para Puerta de Klinkert<sup>11</sup> se pueden distinguir cinco "ámbitos generadores de resiliencia, es decir, circunstancias o factores bajo los cuales surgen en las personas esas fuerzas que las ayudan a superar con éxito la adversidad y crecer a partir de ella", que pueden ser reconocidos con facilidad:

<sup>11</sup> PUERTA DE KLINKERT, M. P. *Resiliencia. La estimulación del niño para enfrentar desafíos*. Bs. As., Ed. Lumen-Humanitas, 2003, p. 20.

- **Redes sociales informales que brindan aceptación incondicional:** Redes primarias integradas por miembros de la familia (nuclear y extensa), amigos, docentes, vecinos, etc.
- **Capacidad para encontrar significado a todo lo que ocurre a partir de la fe:** desde la perspectiva religiosa o filosófica. Sería análoga al sentido de la vida planteado por Viktor Frankl.
- **Desarrollo de aptitudes:** Capacidades para establecer relaciones sociales, aptitudes para la resolución de problemas y la reflexión, y desarrollo de valores morales.
- **Desarrollo de la autoestima:** Capacidad del individuo para que- rerse a sí mismo a partir de una visión realista de su potencial y de sus limitaciones.
- **Sentido del humor:** Capacidad que parte del reconocimiento y de la aceptación de lo imperfecto y del sufrimiento, y los integra a la vida de una forma más positiva y tolerable.

Estos ámbitos están presentes en toda planificación docente. Tenemos el desafío de que también estén presentes en el trabajo diario, pero no como una mera teoría sino como una postura estratégica, permanentemente incorporada a nuestro "pensar", "sentir" y "hacer".

En la obra citada de Melillo y otros, Suárez Ojeda (1997) denominó a las características de los niños y adolescentes resilientes como los *pilares de la resiliencia*, que como los pilares y cimientos de una construcción sostienen estructuralmente a la persona frente a la adversidad. Éstos son:

- 1) **Introspección:** Arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.
- 2) **Independencia:** Capacidad de mantener distancia emocional y física, sin caer en el aislamiento. Saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas.
- 3) **Capacidad de relacionarse:** Habilidad para establecer lazos e intimidad con otra gente, para equilibrar la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a los otros.
- 4) **Iniciativa:** Gusto de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes.
- 5) **Humor:** Posibilidad de encontrar lo cómico en la propia tragedia.

- 6) *Creatividad*: Capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. El acto artístico y creativo que libera al piquismo y lo restaura en parte.
- 7) *Moralidad*: Capacidad de comprometerse con valores y de tener consecuencia para extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad.

Melillo y otros (2001) agregan: *la autoestima*, concepto básico en la resiliencia, que estructura los distintos aspectos de la personalidad, que definiremos como el juicio de valor y sentimiento hacia sí mismo.

Con el correr del tiempo, el desarrollo teórico de este tema fue incluyendo nuevos pilares. Así, el mismo Aldo Melillo incorpora en el 2004<sup>12</sup> como otro pilar al *pensamiento crítico*: la capacidad de usar al pensamiento con una visión crítica de la realidad, en contra de toda presión o falta de libertad para no criticar ni poder modificar la misma. Le da a la persona una percepción de la realidad.

Sybil y Steven Wolin no consideran a la resiliencia como una sola, sino que identificaron "siete resiliencias" y sostienen que éstas se desarrollan durante las etapas de la infancia, la adolescencia y la adultez. Estas "siete resiliencias" coinciden con los pilares de la resiliencia.

RESILIENCIA	ETAPAS EVOLUTIVAS		
	NIÑEZ	ADOLESCENCIA	ADULTEZ
<b>Insight o perspiciacia:</b> Capacidad para observar y observarse, para preguntarse y responderse honestamente.	<b>Intuición:</b> Comprensión espontánea, no reflexiva, por vía del inconsciente. Perspicacia. Percepción inmediata, concepción instintiva a priori.	<b>Conocimiento:</b> Capacidad para darle nombre a los problemas y observarlos desde afuera, abordándolos sistemáticamente.	<b>Comprensión:</b> Capacidad para emplear experiencias previas en la resolución de problemas. Comprensión de sí mismo y de los demás.

12 MELILLO, A. "Sobre la necesidad de especificar un nuevo pilar de la resiliencia", en MELILLO, A., SUÁREZ OJEDA, E. y RODRÍGUEZ, D. (comps.). *Resiliencia y subjetividad. Los ciclos de la vida*. Bs. As., Ed. Paidós, 2004, p. 77-90.

RESILIENCIA	ETAPAS EVOLUTIVAS		
	NIÑEZ	ADOLESCENCIA	ADULTEZ
<b>Independencia:</b> Capacidad para fijar los propios límites en relación con el medio problemático, manteniendo distancia física y emocional, sin caer en el aislamiento.	<b>Alejamiento:</b> Capacidad para tomar distancia de los problemas familiares, manifestada generalmente en el alejamiento para jugar o para deambular.	<b>No engancharse:</b> Ídem a la anterior, pero tomando las riendas de su vida, dejando de buscar aprobación y amor en sus mayores.	<b>Separación:</b> Capacidad para balancear las necesidades propias y las demandas del medio, para tomar las decisiones adecuadas para beneficio propio, sin detrimento de los demás. Autocontrol a pesar del sufrimiento.

RESILIENCIA	ETAPAS EVOLUTIVAS		
	NIÑEZ	ADOLESCENCIA	ADULTEZ
<b>Relación:</b> Capacidad para crear vínculos íntimos y fuertes con otras personas.	Relaciones fugaces con personas emocionalmente disponibles, que se acercan con simpatía.	Relaciones "reclutadoras", intentando comprometerse con adultos y pares amables, que pueden ser soportes, en actividades mutuamente gratificantes.	Relaciones más maduras, uniones mutuamente gratificantes, con equilibrio entre el dar y el recibir.

RESILIENCIA	ETAPAS EVOLUTIVAS		
	NIÑEZ	ADOLESCENCIA	ADULTEZ
<b>Iniciativa:</b> Tendencia a exigirse a uno mismo y ponerse a prueba en situaciones cada vez más exigentes. Capacidad de autorregulación, responsabilidad personal para lograr autonomía e independencia. Impulso para lograr experiencia.	<b>Exploración:</b> Tendencia a seguir la propia curiosidad a explorar el mundo físico con ensayo y error.	<b>Trabajo:</b> Tendencia a mantenerse ocupado en actividades. Capacidad de identificación y resolución de problemas.	<b>Generación:</b> Capacidad para enfrentar desafíos, expresada en liderazgo grupal o comunitario y para equilibrar los proyectos de trabajo con la vida personal.

RESILIENCIA	ETAPAS EVOLUTIVAS		
	NIÑEZ	ADOLESCENCIA	ADULTEZ
<b>Humor y creatividad:</b> Con ralz común: capacidad para encontrar lo cómico en la tragedia y capacidad para crear orden, belleza y objetivos a partir del caos y el desorden, respectivamente. Ambos son espacios para la imaginación donde refugiarse y reestructurar experiencias.	<b>Juego:</b> Forma consciente o inconsciente de contrarrestar la fuerza de una adversidad. Medio de canalización de miedos, de construcción de un mundo conforme a sus deseos, que recree la situación estresante, para controlarla y lograr confianza.	<b>Moldearse:</b> Forma más elaborada de juego, creación y expresión artística, con disciplina e imaginación. Empleo del arte para dar forma estética a los pensamientos y sentimientos íntimos.	<b>Composición y risa:</b> Se vuelven a separar y tener cada una sus características: realización de proyectos artísticos y minimización del dolor con bromas.

RESILIENCIA	ETAPAS EVOLUTIVAS		
	NIÑEZ	ADOLESCENCIA	ADULTEZ
<b>Moralidad:</b> Capacidad para desearles a los demás el mismo bien que se desea para uno mismo y para comprometerse con valores específicos. Actividad de una conciencia informada. Capacidad para darle sentido a la propia vida.	<b>Juicio:</b> Capacidad para distinguir lo bueno de lo malo y lograr dominio progresivo con autonomía de la familia.	<b>Valores:</b> Capacidad para reconocer los propios valores y fortalezas, aprender de experiencias dolorosas y para valorar y decidir cuáles comportamientos se deben asumir.	<b>Servicio:</b> Capacidad para entregarse a los demás, para servir, para contribuir al bienestar de otros, además del personal.

En la obra *Adolescencia y resiliencia*<sup>13</sup>, Munist y Suárez Ojeda explican los pilares de la resiliencia en adolescentes, es decir, las características que éstos deberían tener para ser resilientes.

<sup>13</sup> MUNIST, M. y SUÁREZ OJEDA, E. "Conceptos generales de resiliencia aplicados a adolescentes y jóvenes", en MUNIST, M. y otros (comps.). *Adolescencia y resiliencia*. Bs. As., Ed. Paidós, 2007.

- *Pensamiento crítico:* Capacidad para desarrollar las propias nociones y conclusiones, y evaluar y cuestionar las de los otros.
- *Proyecto de vida:* Formulación simbólica y cognitiva que permite una acción abierta y renovada para superar el presente y enfrentar el futuro. Para Frankl, era el sentido de la vida.
- *Habilidad para planificar:* Capacidad para imaginar y planear acciones para alcanzar determinadas metas.
- *Laboriosidad:* Capacidad de acción, de trabajo, de hacer, de producir.

Todas estas capacidades llegan a completarse como tales en esta etapa de la vida. Por lo tanto, hay que fomentar su desarrollo y su concreción para capitalizar mejor lo que la naturaleza y la evolución otorgan como ventaja.

## 2.4. ¿Qué son las fuentes interactivas?

Si los pilares de la resiliencia funcionan como la estructura y los cimientos de una construcción, las fuentes de la resiliencia constituyen las paredes.

La anteriormente nombrada Edith H. Grotberg<sup>14</sup> desarrolló una estrategia para ayudar a las personas a descubrir los recursos o factores de resiliencia que posean dentro de sí mismas y en su ambiente, y a expresar, a partir de ese descubrimiento, autoafirmaciones suficientemente fuertes y asertivas como para empujarlas a su realización personal y a la superación de la adversidad. A esta estrategia se la denominó como las "fuentes interactivas de resiliencia". Éstas son:

Yo tengo:

- Personas del entorno en quienes confío y que me quieren incondicionalmente.
- Personas que me ponen límites, para que aprenda a evitar los peligros o problemas.

<sup>14</sup> GROTBORG, E. "Nuevas tendencias en resiliencia", en MELILLO, *Resiliencia...*, p. 21. Y también en PUERTA DE KLINKERT, *op. cit.*, p. 31.

- Personas que me muestran por medio de su conducta la manera correcta de proceder.
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro, o cuando necesito aprender.

Yo soy:

- Una persona por la que otros sienten aprecio y cariño.
- Feliz, cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto.
- Respetuoso de mí mismo y del prójimo.

Yo estoy:

- Dispuesto a responsabilizarme de mis actos.
- Seguro de que todo saldrá bien.

Yo puedo:

- Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan.
- Buscar la manera de resolver los problemas.
- Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien.
- Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar.
- Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.

Las fuentes del primer grupo, "Yo tengo", hacen referencia a la posibilidad de contar con "otros". Esas personas son los instrumentos que el ambiente otorga para auxiliar y ayudar a la persona en el camino hacia la adaptación positiva, en el que supera la adversidad. ¿No son acaso los maestros esos "guías" por excelencia? ¿No lo son aquellos que generan confianza, que con cariño corrigen, marcan los errores, ponen los límites, valoran los esfuerzos, premian los aciertos? No siempre podemos hacerlo, pero qué felices y plenos nos sentimos cuando lo logramos. El solo hecho de saber que tales acciones tienen esas consecuencias positivas como generadores de resiliencia nos empuja a no abandonar esas actitudes en nuestra labor. Si bien el reconocimiento social del rol docente no siempre lo realza como debiera, la existencia de teorías e investigaciones que lo destaquen puede ser un hecho motivador para reafirmar la autoestima profesional. Aquí es donde se pone en evidencia la doble ventaja de la resiliencia

en la educación: formar a maestros generadores de resiliencia y a la vez fomentarles la propia, para que la tarea docente sea eficiente y fuente de placer y satisfacción.

El segundo bloque, "Yo soy", reafirma la importancia de la interacción de sentimientos hacia sí mismo y hacia los demás. En ese intercambio afectivo, la escuela y el aula son como el escenario de la obra de teatro: crean un clima, la oportunidad y las situaciones para que se pongan de manifiesto, se afirmen y se corrijan. Es como una gran usina de afectos: lo ideal sería que generara los positivos y desalentara los negativos.

El "Yo estoy" hace referencia a los sentimientos de optimismo y seguridad que las personas ponen en juego a la hora de accionar. El aula como ámbito debe proteger y generar confianza para creer en los buenos resultados y para asumir con responsabilidad las conductas.

Todas estas premisas hacen que la persona sienta que en ese lugar cuenta con personas que lo pueden ayudar en los momentos críticos y a las que puede recurrir cuando esté en peligro; resumidas en el "Yo puedo". También los adultos deberíamos sentir lo mismo con respecto a la institución a la que pertenecemos y a nuestros compañeros de trabajo. Mejorar el clima institucional no es una utopía: puede hacerse.

*Los medios que supimos imaginar y aplicar para sobrevivir son tantos como caracteres humanos hay.*

*Primo Levi<sup>15</sup>*

15 BOUVIER, *op. cit.*, p. 63.