



UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE
MÉXICO

Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Estudios Superiores Iztacala

Tesina

Resiliencia y Adolescencia Desistente

Que para obtener el título de

Licenciada en Psicología

Presenta

María Patricia Pérez Peñaloza

Asesor

Lic. Jorge Montoya Avecías

Dictaminadores

Lic. Roque Jorge Olivares Vázquez
Dr. Juan Salinas Orozco

Tlalnepantla, Edo. de México

Los Reyes Iztacala, 2005





Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

A Gaby, mi hija, porque sé que el esfuerzo fue también suyo, y este logro es de las dos.

A Sergio, mi esposo, por su comprensión, paciencia y apoyo incondicional.

A mis hermanos Moni, Vero, Rodo y Quique por su comprensión y apoyo.

A mi padre, Rodolfo, por darme una lección de vida.

A mi madre por darme la vida, pero sobre todo porque me dejó una gran enseñanza.

A mi abuelita Trini, por su entrega y compañía, por la fe que siempre puso en mí. . . pero sobre todo porque sé que nunca me deja.

RECONOCIMIENTOS

A Jorge Montoya por compartir sus conocimientos, por su paciencia, por ayudarme a crecer y por ser una gran persona.

A cada uno de los profesores que me han compartido sus enseñanzas.

A la UNAM por abrirme sus puertas para darme la oportunidad de crecer.

A mí misma, Paty, por este logro que es apenas el comienzo de un GRAN camino.

Índice

	PÁGINA
AGRADECIMIENTOS	II
RESUMEN	III
INTRODUCCIÓN	V
CAPÍTULO 1. ADOLESCENCIA Y RESILIENCIA	
1.1 ADOLESCENCIA	1
1.1.1 LA PERSONALIDAD ADOLESCENTE	4
1.1.2 ESTEREOTIPOS DE LA ADOLESCENCIA	9
1.1.3 PROBLEMAS DE ADAPTACIÓN PROPIOS DE LA ADOLESCENCIA	10
1.2 RESILIENCIA	14
1.2.1 FACTORES DE RIESGO	24
1.2.2 FACTORES PROTECTORES	28
1.2.2.1 FACTORES PROTECTORES VINCULADOS A LOS RECURSOS PERSONALES	29
1.2.2.2 FACTORES PROTECTORES VINCULADOS A LOS RECURSOS SOCIALES Y FAMILIARES	32
CAPÍTULO 2. DESISTENCIA (CASIC)	35
2.1.1 ASPECTO CONDUCTUAL	38
2.1.2 ASPECTO AFECTIVO	40
2.1.3 ASPECTO SOMÁTICO	44
2.1.4 ASPECTO INTERPERSONAL	46
2.1.5 ASPECTO COGNOSCITIVO	50
2.2 LOS PILARES DE LA DESISTENCIA	51
CAPÍTULO 3. PROPUESTA: FOMENTANDO HABILIDADES DESISTENTES EN LA ADOLESCENCIA	59
3.1 JUSTIFICACIÓN	59
3.2 ALCANCES Y LÍMITES	61
3.3 RECOMENDACIONES	62
3.4 ACTIVIDADES	63
3.5 COMENTARIOS FINALES	84
CONCLUSIONES	86
BIBLIOHEMEROGRAFÍA	91

RESUMEN

La adolescencia es una transición entre la niñez y la adultez (Mckinney, 1982) caracterizada por cambios que generan desequilibrio e inestabilidad que acompañan el despertar sexual e intelectual. Generalmente se piensa en características negativas y difícilmente se hace referencia a características positivas, si a esto se le suman situaciones adversas como parte de la vida, se hace más difícil. Algunos adolescentes sabrán enfrentar este tipo de situaciones con mayor eficacia que otros, debido a que desarrollan personalidades resilientes entendiendo la resiliencia como la capacidad para superar circunstancias de especial dificultad gracias a sus cualidades mentales, conductuales y adaptativas (Manciaux, 2003) además de tener una buena proyección futura y cumplir sus expectativas de vida. Para desarrollar una personalidad resiliente se da una interacción entre los recursos personales y del ambiente. Actualmente la realidad de los jóvenes no es muy favorable para todos, lo que puede afectar negativamente su desarrollo y en algún momento verse involucrados en conductas de riesgo a edades tempranas, sin embargo, algunos consiguen parar su trayectoria y lograr un lugar positivo en la sociedad (Born y Boët, 2003), son desistentes. Se pueden encontrar características tanto resilientes como desistentes y determinar sus implicaciones, el objetivo de la tesina es realizar una propuesta dirigida a prevenir las conductas de riesgo en adolescentes.

INTRODUCCIÓN

El concepto de resiliencia se muestra como algo nuevo en el campo de la Psicología y ha sido tema de interés para algunos autores que han tratado de definirlo, ya que fue adoptado de la física, y se entiende como la capacidad que tiene un cuerpo físico de recobrar su forma primitiva cuando se cesa de ejercer presión sobre él (Kotliarenco y Dueñas, 1994). Desde el punto de vista psicosocial, la resiliencia ha sido definida como el enfrentamiento efectivo que puede hacer una persona ante eventos de la vida, severos y acumulativos.

Por su parte, Manciaux (2003) la ha definido como la capacidad de un sujeto para superar circunstancias de especial dificultad, gracias a sus cualidades mentales, de conducta y de adaptación.

Kotliarenco y Cáceres (1994), mencionan que la resiliencia es la capacidad de tener un desarrollo sano en ambientes adversos o insanos, éste término ha sido asociado también con la invulnerabilidad, y por lo tanto, se ha presentado como polaridad el concepto de vulnerabilidad que indica la imposibilidad o dificultad de recuperación frente a una situación que ejerce presión.

Esto quiere decir que todos somos vulnerables a sufrir eventos estresantes, pero no siempre se tiene la capacidad de enfrentarlos de una forma positiva y constructiva, ya que la resistencia a enfrentar una situación estresante puede variar según la edad o la etapa de desarrollo en la que se encuentra una persona (kotliarenco, Cáceres y Alvarez, 1996).

Además de la edad intervienen factores de tipo social como los que menciona Manciaux (2003), entre los que se encuentran la muerte de alguno de los padres, o de los dos, la privación del amor cuando los padres viven que para el niño equivale a una situación de orfandad y la miseria económica, que ejercen en el niño una situación estresante y no le permiten desarrollarse satisfactoriamente.

Kotliarenco y Dueñas (1994) clasifican los eventos estresores en *normales* y *anormales*, incluyendo entre los factores normales ciertos cambios como el nacimiento de un hermano, el ingreso a la escuela o un establecimiento preescolar y visitas al médico. Entre aquellos considerados como anormales figuran la separación, hospitalización o muerte de los padres, o de alguno de ellos, y el vivir en situaciones de pobreza, además puede incluirse cualquier situación de maltrato.

Cualquier persona puede atravesar por situaciones adversas durante alguna etapa de su desarrollo, lo importante sería preguntarse qué factores intervienen en el sentido de que una persona “es o se hace” resiliente, lo cierto es que no todas tienen la fortuna de salir bien librados o fortalecidos cuando se enfrentan a una situación adversa en la vida y además seguir adelante y cumplir con sus expectativas de vida de manera optimista.

Ante esto, cabe mencionar que cuando los niños son sometidos a situaciones estresantes reaccionan de manera distinta, dadas las condiciones a las que sean enfrentados; algunos pueden recuperar su estado de normalidad, sea frente a estresores normales o anormales debido a algunos *factores protectores* en los que se incluyen recursos tanto

personales como sociales con los que el niño hace frente a las situaciones difíciles de la vida.

Entre los vinculados a los recursos personales Kotliarenco y Dueñas (1994), incluyen la autonomía e independencia, la capacidad empática, la orientación hacia las tareas y los factores temperamentales. Con respecto a los factores relacionados con los recursos sociales con los que cuenta el niño involucran la existencia de madres o sustitutas apoyadoras y la disponibilidad de una relación de cuidado cálida y estable durante la infancia, una estructura familiar sin disfuncionalidades importantes y una comunicación abierta al interior de la familia durante cualquier etapa del desarrollo, además de contar con padres estimuladores que favorezcan un buen desarrollo personal.

Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla (1997) mencionan los estudios sobre resiliencia que han aparecido y señalan algunas características que presentan los niños resilientes como son el que se cuente con un nivel socioeconómico medio-alto, pertenecer al género femenino en el caso de los púberes, y al género masculino en las etapas posteriores del desarrollo, temperamento fácil, contar con una menor edad al momento del trauma y la ausencia de separación o pérdidas tempranas que favorezcan un buen desarrollo de la personalidad del niño.

Como características del medio social inmediato consideran importante que haya padres competentes al cuidado del niño, una relación cálida con al menos un cuidador primario durante la infancia, la posibilidad de contar en la adultez con el apoyo del cónyuge, familia u otras personas cercanas que favorezcan el desarrollo de una personalidad resiliente.

VII

Respecto al funcionamiento psicológico que protege a los niños resilientes del estrés los autores mencionados señalan un mayor coeficiente intelectual y habilidad de resolución de problemas, mejores estilos de enfrentamiento hacia las situaciones no deseadas, empatía, conocimiento y manejo adecuado de las relaciones interpersonales, voluntad y capacidad de planificación, un sentido del humor positivo, mayor autoestima, habilidades de enfrentamiento, como orientación hacia las tareas, mejor manejo económico y menor tendencia a la evitación de los problemas.

Además de las características resilientes, es importante mencionar también algunos factores que promueven un comportamiento resiliente (Cirulnik, 2003a), se dice entonces que para favorecer estas características, se considera que el pertenecer al género femenino es considerado como una variable protectora y que los varones están más expuestos a experimentar situaciones de riesgo en forma directa (Kotliarenco y Cáceres, 1994). En cuanto al desarrollo de intereses y vínculos afectivos externos, se dice que la presencia de intereses y personas significativas fuera de la familia favorecen la manifestación de comportamientos resilientes en circunstancias familiares adversas. La presencia de una relación cálida y apoyadora protege o mitiga los efectos nocivos del medio adverso.

Respecto al temperamento, quienes presentan comportamientos resilientes son catalogados como niños fáciles y de buen temperamento durante la infancia, además de que desarrollan relaciones de mayor calidad con sus padres y tienen experiencias escolares positivas.

Estos aspectos hacen referencia a las condiciones ideales con las que debe contar un niño para desarrollar una personalidad resiliente. Así se abre la

posibilidad de que niños pertenecientes a grupos considerados como de alto riesgo social presenten un desarrollo positivo. Esto nos lleva a pensar que si los factores protectores son favorables, el ambiente en el que pueda desarrollarse un niño puede resultar de menor riesgo.

Muchos niños considerados resilientes pueden ser los que se han enfrentado a menos influencias negativas. Aquí la familia juega un papel muy importante, ya que puede controlar algunos factores que tengan que ver con la forma de vida del niño, así si se desarrolla en un ambiente familiar favorable, a pesar de encontrarse inmerso en un ambiente de alto riesgo, se pueden obtener niños resilientes.

Retomando que el factor protector más fuerte es la existencia de una relación de cuidado cálida y estable durante la infancia temprana, un niño resiliente con las condiciones adecuadas seguirá siendo un adolescente resiliente, considerando la adolescencia como una de las etapas más difíciles de la vida ya que denota muchos cambios y desequilibrios, sería positivo desarrollar una personalidad resiliente y desistente para esta etapa de la vida.

McKinney (1982), define la adolescencia como una etapa de transición entre la niñez y la plena madurez de la edad adulta en la que el adolescente ha sido víctima de numerosos estereotipos, todos negativos, que denotan que los individuos que atraviesan esta etapa necesariamente tienen que cumplir con las etiquetas que se les han asignado (objeto peligroso y en peligro, objeto sexual, inadaptado, sin remedio, rebelde, etcétera) y no se les

encuentra algo positivo que rescate las cualidades de su personalidad o de la etapa de desarrollo por la que cursan, sin tomar en cuenta que todo lo que se dice, o se ve, son sólo características propias de la edad y no tendríamos que estereotiparlos, sino, sólo darnos cuenta de sus fortalezas y cualidades que pueden rescatarse y explotarse para hacer buen uso de sus capacidades.

Así, el adolescente que se enfrenta a las dificultades inherentes de su edad puede estar expuesto a algunos factores de riesgo que expongan su integridad como persona, sin embargo, algunos pueden tener la fortaleza de enfrentar y superar este tipo de situaciones. Algunos jóvenes encuentran en su ambiente familiar y en sus recursos personales medios para protegerse de algunas conductas de riesgo, de esta manera pueden descubrirse a sí mismos y encontrar un lugar positivo en la sociedad, es decir, ser desistentes (Born y Boët, 2003). De aquí que también se pueda encontrar en los adolescentes características que implican comportamientos tanto resilientes como desistentes y determinar sus implicaciones para poder proponer un perfil del comportamiento resiliente y desistente en esta etapa del desarrollo.

Este trabajo tiene como objetivo realizar una investigación documental sobre los antecedentes y propuestas de abordaje de la resiliencia y la desistencia además de elaborar una propuesta para los padres de los adolescentes dirigida a prevenir en esta población el acercamiento a conductas de riesgo a través de identificar, reconocer y fomentar en éstos características resilientes y desistentes.

Adolescencia y Resiliencia

“La vida es tan corta como la imagines”

1.1 ADOLESCENCIA

El período de la *adolescencia*, ha sido difícil de definir, en algunas ocasiones se habla de algunas características de esta edad, que casi siempre son negativas; muy pocas veces se hace referencia a características positivas de los adolescentes.

En nuestra cultura, la *adolescencia* se ha pensado siempre, como una etapa de tormentas y tensiones (Morris, 2001). En algunas culturas, parece no existir este período de transición, cuando se llega a la pubertad, y aparecen los primeros caracteres sexuales secundarios, basta con un rito de iniciación para pasar a ser considerados como adultos. En cambio, en las sociedades occidentales, el paso de la pubertad a la adultez, cada vez se alarga más, la autosuficiencia económica, social y emocional requiere una preparación cada vez más compleja,

por lo que la adolescencia, que era una transición rápida a la vida adulta, se convierte en larga, conflictiva y estresante (García, 1999).

De todas las etapas del ciclo vital, la *adolescencia* es la que ha causado más controversia en todos los tiempos, su llegada se anuncia primeramente con el período de la pubertad, que de acuerdo con Roque (2001), se caracteriza básicamente por dos procesos que son: el incremento importante de talla corporal, y el desarrollo de las características sexuales propias de un adulto, que se llevan a cabo por la estimulación hipofisaria lo que ha sido llamada fase de crecimiento rápido de la pubertad.

La edad promedio del inicio de la pubertad, se encuentra entre los 11 y 13 años de edad en las niñas y entre los 12 y los 14 años en los niños, lo que puede estar determinado por factores hereditarios que pueden verse favorecidos por factores ambientales como la alimentación y la calidad general de vida. Además, esta etapa de rápidos cambios físicos, es el inicio de una serie de modificaciones de gran trascendencia en las esferas biológicas, psíquicas y sociales, lo que conduce al individuo a adquirir la capacidad para establecer nuevas formas de interactuar con otras personas y tener accesos a nuevas formas de pensamiento; dando lugar a una nueva etapa de desarrollo psicosocial, la adolescencia que transcurre desde que se presentan los primeros indicios de la pubertad, hasta que el individuo adquiere un completo desarrollo y dura alrededor de 10 años, comprendiendo el inicio entre los 11 y 12 años de edad.

McKinney (1982), se refiere a la *adolescencia* como el periodo de transición entre la niñez y la plena madurez de la edad adulta, comprendida entre los 13 y 14 años de edad. También García, (*op cit*) menciona que es un período entre la niñez y la edad adulta, en el que el adolescente debe hacer frente a una serie de cambios que conllevan un desequilibrio y períodos de intensa inestabilidad y

emoción que acompañan el despertar intelectual y sexual, además de que el individuo debe aprender las habilidades necesarias para comportarse como un adulto. En nuestra cultura, se considera una persona adulta a aquella que es capaz de responsabilizarse de sus actos, es autosuficiente, y tiene una identidad propia; características que no siempre cubre un individuo que se encuentra en esta etapa de transición, ya que el adolescente no es totalmente independiente, pues depende todavía, en gran medida de la familia para hacer frente a una serie de situaciones por ejemplo, la escuela, la formación de una nueva familia y el caso de matrimonio prematuro, etcétera.

Alvarez (1999), refiere que la *adolescencia* media, a diferencia de la *adolescencia* inicial o pubertad, no se caracteriza por los cambios físicos, sino, por los cambios psíquicos, se trata de un proceso esencialmente psicológico, es decir, el comienzo de la *adolescencia* se explica en términos fisiológicos, mientras que su desarrollo y fin se explica en términos psicológicos.

Así, para fines de esta investigación consideramos a la adolescencia como el período de transición, entre la niñez y la edad adulta, caracterizado por cambios psicológicos.

Se sabe también que los cambios emocionales y de comportamiento, característicos de la adolescencia, pueden provocar confusión en las personas que rodean al adolescente, incluso en él mismo, pues puede ser que en momentos desee la libertad que ve en los adultos y al mismo tiempo tema no saber de qué forma conducirse. Estos sentimientos y emociones encontrados, pueden llegar a producirle angustia, inseguridad y desconcierto, lo que puede considerarse como algo normal durante este período, cosa que no sería muy común y aceptable en una persona que se encuentra en la edad adulta.

Para Ríos y Alarcón (2003), todas estas transformaciones en la esfera de los pensamientos, sentimientos, conductas y emociones son una forma natural del proceso de desarrollo hacia la madurez emocional. Por tanto, el adolescente necesita aprender estrategias para afrontar dicho proceso de forma más saludable, reconociendo que siempre hay alternativas para sentirse mejor y que para ello puede acudir a varias fuentes (libros, profesionales y otras personas de su confianza) que le permitan reflexionar y explicarse mejor lo que está pasando. Lo importante es correr el riesgo de comunicarse para expresar sus miedos, problemas e inquietudes, sin encerrarse en Sí mismo. Lo que se busca es la relación con personas de su misma edad, que los ayude a separarse de la dependencia paterna para lograr ser ellos mismos e integrarse al ámbito social de una manera ya madura como los adultos.

El período de la *adolescencia* entonces, inicia con los cambios fisiológicos de la pubertad y termina cuando se llega al pleno status sociológico del adulto. Sin embargo, la terminación de la adolescencia, es igualmente difícil de definir, pues a las personas se les considera adultas cuando la comunidad de adultos da por supuesto que están listas para aceptar las responsabilidades que implica la “*membresía*” en la comunidad y le otorgan todos los privilegios correspondientes (McKinney, 1982).

1.1.1 LA PERSONALIDAD ADOLESCENTE

Cada etapa de la vida presenta sus retos y problemas que exigen nuevas respuestas y destrezas. Alvarez (1999) menciona que el adolescente debe afrontar y superar algunos retos como: lograr cierta independencia y autonomía de sus padres y lograr la formación de una *identidad*. En la adolescencia las interrogantes más comunes son ¿quién soy?, ¿qué hago aquí?, ¿qué quiero

hacer?, ¿qué será de mi vida en el futuro?, entre otras, que ayudarán en la definición de su personalidad.

La característica más importante en esta etapa, es querer alcanzar una independencia, sin límites ni deberes, el querer ser una persona totalmente independiente, Alvarez (1999), menciona que el adolescente vive un duelo entre él y el adulto, pues mientras desea independizarse cuanto antes de sus padres y ser una persona madura, al mismo tiempo teme a las responsabilidades de un adulto; tal independencia puede ir desde la simple toma de decisiones en la vida cotidiana, hasta la autosuficiencia económica, social y psicológica. Durante esta etapa los conflictos constantes son dentro de la familia, en la escuela y en ocasiones en el grupo social.

Durante la *adolescencia* los patrones del pensamiento maduran junto con el cuerpo, a esta edad, aparece en el adolescente la capacidad para pensar en términos abstractos, (Craig, 1994), en la que requiere de la capacidad para formular, probar y evaluar hipótesis, es decir, para reflexionar sobre opciones y razonar en términos hipotéticos, además de razonar sobre su propio pensamiento. Al aplicar este tipo de pensamiento en situaciones cotidianas, se corren riesgos, entre ellos, una excesiva confianza en sus recientes capacidades mentales y la tendencia a conceder demasiada importancia a sus propios pensamientos (Morris, 2001). De aquí se deriva el *egocentrismo* adolescente.

Piaget (En Roque, 2001), describe el *egocentrismo adolescente* como la etapa en que el individuo experimenta una confianza excesiva en el poder de sus propias ideas, misma que exterioriza y extiende al área de las relaciones interpersonales. Esta capacidad de abstracción, le permite reflexionar sobre sí mismo y crear sus propias teorías y sistemas de creencias, tanto en lo personal,

como en lo social, y no acepta posturas diferentes a la suya, en un intento de reafirmar su personalidad.

Así, durante el desarrollo de este trabajo, se entenderá como *egocentrismo* a la tendencia del adolescente por crear sus propias ideas, sin aceptar posturas que difieran de la suya, llegando a creer que todos deben aceptar lo que él piensa y/o hace.

Elkind (1968. En Morris, 2001), hace referencia a dos características importantes que Piaget propone para explicar más claramente el *egocentrismo* en ésta edad:

- *Audiencia imaginaria*, es aquella tendencia del adolescente a sentir que es observado constantemente por otros, que la gente siempre está juzgando su apariencia y su conducta. Esta sensación de estar permanentemente “en escena”, quizá sea la causa de gran parte de su timidez, de su preocupación y de su presunción.
- *Fábula personal*, es un sentido irreal de la propia seguridad, el adolescente siente que los demás no pueden comprenderlo porque sus sentimientos y emociones son únicos y nadie puede entenderlos.

Esta actitud se relaciona con la sensación de *invulnerabilidad*, pues piensan que son distintos a los demás y que no los tocarán las cosas negativas que les ocurren a los otros, lo que puede orillarlos a acercarse a algunas conductas riesgosas que son comunes en ésta edad (Craig, 1994).

Durante la *adolescencia*, el ajuste psicológico está dirigido a la búsqueda de identidad, experiencia humana en todas las etapas de la vida, aunque es precisamente durante el crecimiento rápido y durante los cambios fisiológicos de

la adolescencia, cuando la identidad desempeña un papel muy importante en el desarrollo (McKinney, 1982). La interrogante ¿quién soy yo?, se convierte en una constante, que lo lleva a una lucha por encontrarse a Sí mismo.

Entonces, el adolescente debe adquirir un sentido estable de Sí mismo para lograr la transición de la independencia de sus padres a la autonomía. A este proceso, Erikson (1968. En Morris, 2001) le ha llamado *formación de identidad*, etapa en la que el principal reto es encontrar una *identidad* personal frente a la confusión de roles, la respuesta a la principal interrogante del adolescente (¿quién soy yo?) se encuentra al incluir varios roles (estudiante talentoso, atleta, artista) en un todo coherente que se integra de manera armoniosa y cuando no se logra, produce una confusión de roles.

Entenderemos entonces, a la *búsqueda de identidad* como el período en que el adolescente trata de conformar una personalidad propia, que le permita tomar sus decisiones propias y hacerse cargo de Sí mismo.

Morris, (2001) afirma que para encontrar la identidad se requiere de un auto examen, llamado *crisis de identidad* y propone cuatro posibles pasos de éste proceso:

- *Adquisición de identidad.* En el que el adolescente ha pasado por la crisis de identidad y ha tomado decisiones propias sobre sus creencias y sus metas, y esto le produce una sensación de bienestar.
- *Exclusión de identidad.* Donde el adolescente opta por una identidad que imitó de otros y se convierte en lo que éstos quieren que sea, no toma decisiones propias y no pasa por la crisis de identidad.

- *Moratoria*. Estado de latencia, para elegir una identidad el adolescente examina varias opciones, pero no adopta ninguna.
- *Difusión de identidad*. El adolescente evita estudiar las opciones de roles en forma consciente, se encuentra insatisfecho con su situación, pero no inicia la búsqueda de Sí mismo y en ocasiones recurre a conductas de riesgo para escapar de su realidad.

Para lograr una identidad personal y una mayor independencia de los adultos, el adolescente forma *grupos de amigos* que le ofrecen un apoyo social y emocional, ya que es a través de éstos que se define a Sí mismo y crea también su propio estilo social. Experimenta una enorme necesidad de sentirse aprobado respecto a sus decisiones, sus ideas y su conducta.

El adolescente va modificando poco a poco, la constitución de su *grupo de amigos*, pues pasa de estar conformado por miembros de su mismo sexo, a formarse por personas de ambos sexos, que a su vez, son remplazados por grupos de parejas informales y es entre los 16 y los 19 años, que opta por noviazgos más estables, algunos incluso, llegan a casarse en ésta edad, pero los matrimonios prematuros muestran un gran índice de fracasos, pues no están preparados aún para enfrentar esta etapa.

Llamaremos entonces, *grupo de amigos*, al grupo de personas de ambos sexos, con los que el adolescente interactúa y se identifica al grado que logra definirse a Sí mismo social y emocionalmente.

Es durante esta etapa de la vida que el adolescente requiere de una firme orientación por parte de los adultos, en especial de sus padres. Sin embargo, Morris (2001), afirma que el punto más bajo de la relación entre padres e hijos

suele darse al iniciar la *adolescencia*, cuando empiezan a ocurrir los cambios físicos de la pubertad. Entonces disminuye la relación afectuosa entre padre e hijo y surgen conflictos. Durante éste período son muy importantes las relaciones cálidas y cariñosas, incluso con adultos fuera de la familia.

1.1.2 ESTEREOTIPOS DE LA ADOLESCENCIA

La visión de la adolescencia considera en general, que es una etapa de la vida caracterizada por períodos de inestabilidad e intensa emoción, acompañados del despertar de la capacidad intelectual y sexual. La describen como un período de tormentas y estrés inevitables, sufrimiento, pasión y rebeldía contra la autoridad de los adultos (García, 1999). Desde Freud se consideraba a la adolescencia como la época de los grandes conflictos, de ansiedad y tensión, y pensaba que un adolescente que no ha presentado problemas en general, experimentará pocas tormentas y confusiones o estrés, mientras que aquellos cuyo desarrollo ha sido problemático y tormentoso, vivirán una adolescencia estresante y confusa y pueden llegar a manifestar problemas de conducta.

McKinney (1982), se refiere al adolescente como un objeto peligroso y en peligro, un objeto sexual, un individuo inadaptado, objeto de envidia y sin remedio. Además considera que finalmente existe una “buena reacción” a la adolescencia en la que los *estereotipos* se reducen al mínimo y se trata a los jóvenes como individuos; y que los *estereotipos* actúan como un espejo que la sociedad pone ante los ojos de los adolescentes y les reflejan una imagen que poco a poco aceptan como auténtica hasta conformar la conducta de ésta imagen que acepta como suya.

Para fines de éste trabajo, se entenderán como *estereotipos* a las características negativas que la sociedad ha utilizado para referirse a la *adolescencia*, sin

reconocer que también pueden rescatarse cualidades o características positivas en esta etapa.

Parecería razonable que también los adultos respondieran en forma semejante a la conducta de los adolescentes, es decir, con una reacción estereotipada extrema, ya sea buena o mala, positiva o negativa, en consecuencia con el comportamiento extremoso y estereotipado del adolescente.

Hess y Goldblatt (1975. En McKinney, 1982) afirman, a partir de un estudio que realizaron, que el problema más grande entre los adultos y los adolescentes, no es precisamente una actitud desfavorable hacia éstos, sino, más bien, una falta de comunicación en los adultos sobre sus verdaderas actitudes hacia los adolescentes y puede ser que los *estereotipos* existan precisamente en las mismas áreas en las que falta contacto con los adultos.

1.1.3 PROBLEMAS DE ADAPTACIÓN PROPIOS DE LA ADOLESCENCIA (CONDUCTAS DE RIESGO)

La adolescencia es una época de experimentación, se tiene contacto con diversos estilos de vida, los adolescentes pueden cambiar de peinado hoy y adoptar uno distinto mañana, también cambian de novio o novia con mucha frecuencia; estos patrones de conducta pueden considerarse como normales a ésta edad, mientras que en los adultos una inconstancia como esta sería una señal de inestabilidad muy seria, en los adolescentes todo esto se reduce a probar distintos papeles sociales para ver cuál les acomoda mejor, lo que da muestras de que el adolescente poco a poco va logrando cierto sentido de estabilidad personal. Sin embargo, algunos adolescentes con frecuencia toman posturas extremas en su esfuerzo por esclarecer su propio espacio vital y se aferran al concepto negativo que se les ha dado y deben comportarse de

acuerdo a lo que se opina de ellos, entonces buscarán una identidad negativa con tal de esclarecerse a Sí mismos (McKinney, 1982). Esto explica la inclinación tan repentina hacia la delincuencia, depresión, aislamiento, consumo de drogas y alcohol, incluso, hasta el suicidio.

Las prácticas de crianza infantil ocupan un lugar prominente entre las diversas explicaciones etiológicas de la delincuencia, los padres pueden reforzar sutilmente las conductas antisociales de sus hijos. Craig (1994), afirma que el uso de drogas y alcohol es más común en los hijos de padres que no son muy comprometidos con la educación de sus hijos y en ocasiones pareciera que los jóvenes usarán la delincuencia como un medio para lanzar una señal de auxilio, no solo para Sí mismos, sino también para sus propias familias. Los síntomas en los adolescentes con problemas tienden a variar de acuerdo con el género, los hombres adolescentes afligidos tienen probabilidades de engancharse en conductas antisociales (delincuencia, consumo de drogas y alcohol). Mientras que en las mujeres adolescentes afligidas, es más probable que se comporten de manera introvertida ante sus síntomas y se depriman. Además, la depresión es mayor en mujeres adolescentes y adultas que entre los hombres y puede estar relacionado con la poca autoestima que acontece en las niñas a la edad en que entran a la secundaria.

Otra causa importante para explicar las conductas de riesgo es el sentimiento de invulnerabilidad e inmortalidad que les hace creer que a ellos no los tocarán las cosas negativas a las que pueden estar expuestos, lo que constituye características importantes en la conformación de la personalidad adolescente, y lo llevan a desarrollar una serie de conductas de riesgo para su vida y las de los demás y que a continuación se revisarán:

En la actualidad, la depresión es más común de lo que era anteriormente y puede presentarse a cualquier edad y tiene diferentes manifestaciones

conductuales, es una agresión dirigida hacia la persona misma; su base son ciertos sentimientos de culpa, pueden estar involucradas causas relacionadas con un mal funcionamiento en la dinámica familiar, falta o falla de relaciones sociales y bajo rendimiento escolar, entre las más frecuentes.

El suicidio es la causa principal de la muerte entre jóvenes y puede estar relacionada con depresión, abuso de drogas y conductas perturbadas (Morris, 2001).

Es común que el adolescente pueda verse involucrado en alguna conducta que tenga que ver con la delincuencia por ejemplo, las pandillas. Los jóvenes optan por conductas inadaptadas o ilegales por imitar a sus compañeros (McKinney, 1982), también puede estar ligada al tipo de relación que establecen con sus padres, aunque la presión social del *grupo de amigos* o las condiciones adversas del medio pueden favorecerla, pues es más común en zonas marginadas (Roque, 2001).

Otra conducta de riesgo es la violencia, un patrón de conducta que se aprende, de la misma manera que se aprende la conducta normal no violenta. Dentro de la violencia está incluido el castigo físico que se da a los niños cuando presentan una mala conducta, se cree además, que este modelaje, a una edad temprana constituye un antecedente de mucha influencia para la violencia posterior, pues los niños se identifican con las personas de autoridad y tienden a imitar sus comportamientos, ocasionando una conducta agresiva en etapas posteriores.

El que los jóvenes se separen del hogar, también puede considerarse como riesgoso, ya que algunos jóvenes se rebelan violentamente en contra de las instituciones que consideran restrictivas o discriminatorias, mientras que otros huyen y se alejan de éstas. Podemos entender por prófugos, a los menores de

edad que abandonan el hogar sin consentimiento de los padres o de cualquier otro adulto, durante un tiempo indeterminado, pues algunos tienden a regresar. Las razones desde el punto de vista psicológico pueden ser hogares deshechos, pobreza extrema, crueldad y abuso, fracasos en la escuela, separación de los padres, y alcoholismo dentro del hogar.

Se considera que tanto adultos como jóvenes suelen fumar, ingerir, aspirar y abusar de muchas maneras de ciertas sustancias químicas. De Lone (1982. En McKinney, 1982), menciona que un gran número de drogadictos proviene de hogares deshechos, de familias con padres pesimistas, de limitada capacidad y de hogares con poca cohesión. Los drogadictos, en general, tienden a formar solamente amistades superficiales y tienen dificultades académicas y carecen de motivación. Además de que están faltos de orientaciones firmes, dirección y confianza en sí mismos. Puede considerarse que es importante que los maestros y asesores aprendan a ver conductas riesgosas, no como un comportamiento inexplicable de jóvenes incorregibles, sino más bien como un comportamiento aprendido y motivado, así se podrá entender cómo y por qué los niños adquieren conductas inadaptadas y resultará más fácil enseñarles respuestas nuevas y más apropiadas, reconociendo entonces, el valor del apoyo y acompañamiento de una persona cercana, además de que reconozcan la importancia de redes familiares firmes y consistentes, que le brinden al adolescente confianza y acercamiento personal que no le permitan mezclarse en conductas de alto riesgo que pongan en peligro su integridad personal.

Para fines de esta investigación, consideraremos las conductas de riesgo como cualquier acto que ponga en peligro la vida y la seguridad del adolescente, así como de cualquier persona que pueda verse involucrada en las mismas.

1.2 RESILIENCIA

Resiliencia es un término aparentemente nuevo en el campo de las ciencias sociales, tiene su origen en el idioma latín, en el vocablo *resilio*, que significa volver atrás, volver de un salto, rebotar (Kotliarenco , Cáceres y Fontecilla, 1997); originalmente se adoptó de la física, y se entiende como la capacidad que tiene un cuerpo físico de recobrar su forma original, después de estar sometido a altas presiones (Cerisola, 2004). Desde el punto de vista psicosocial, se le entiende como el enfrentamiento efectivo que puede hacer una persona ante eventos de la vida estresantes, severos y acumulativos (Kotliarenco y Dueñas, 1994).

Kotliarenco y Cáceres (1994), mencionan que la *resiliencia* es la capacidad de tener un desarrollo sano en ambientes adversos o insanos.

Por su parte, Manciaux (2003), la ha definido como la capacidad de un sujeto para superar circunstancias de especial dificultad, gracias a sus cualidades mentales, de conducta y de adaptación, es decir, no sólo se limita al desarrollo sano y efectivo de las personas, a pesar de vivir en un ambiente adverso, sino que también hace referencia a las fortalezas personales con las que puede contar un individuo para salir bien librado de una situación estresante. Así mismo, habla de la capacidad de una persona o grupo para desarrollarse bien, para además, seguir proyectándose en el futuro, a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves. Resaltando además, que a pesar de haber atravesado por un evento traumático, se pueda tener una proyección positiva para el futuro y poder cumplir también, con las expectativas de vida que pudieran tenerse planeadas.

Kotliarenco, Cáceres y Alvarez (1996), hacen especial énfasis en que la *resiliencia* es el resultado de una interacción entre el individuo y su ambiente, es decir, que esta capacidad va desarrollándose conforme se atraviesa por distintas experiencias adversas que pueden interferir con un desarrollo positivo, así, que de acuerdo con Manciaux (2003), el individuo hace uso de sus recursos personales, para salir airoso de las vivencias negativas por las que atraviesa, y así mostrar conductas resilientes y tener un óptimo desarrollo.

Así, para fines de esta investigación, entenderemos a la *resiliencia* como la capacidad que desarrollan algunas personas para superar las situaciones adversas de su vida, y que además pueden transformarse positivamente, de tal forma que logran cumplir con sus expectativas de vida, es decir, tener una buena proyección hacia el futuro y ser competentes con individuos que provienen de ambientes más óptimos.

Manciaux (2003. En Vanistendael y Lacomte, 2003), menciona que la *resiliencia* puede ser tan antigua como la humanidad, algunos terapeutas , hace años ya habían observado en sus pacientes *características resilientes*, sólo que no tenían la palabra correcta para referirse a tal fenómeno, pues es más fácil fijarse en una persona con dificultades como depresión, drogadicción, etcétera; que en una persona “normal”, lo cierto es que la *resiliencia* hace referencia a una tendencia de “ir hacia adelante”, no se limita sólo a la capacidad de resistir, sino que también permite la construcción, incluso, la reconstrucción de la persona para enfrentar con mayor eficacia situaciones adversas en un futuro.

Cyrulnik (2003a), hace referencia a que la persona puede aprovechar la experiencia negativa como una oportunidad de crecimiento; de aquí que la persona puede lograr transformarse y tener una buena proyección hacia el futuro.

Kotliarenco y Dueñas (1994), mencionan que el concepto de *vulnerabilidad* se ha propuesto como una característica opuesta a la *resiliencia*, ya que indica la imposibilidad o dificultad de recuperación frente a una situación que ejerce presión, así mismo *invulnerabilidad* se entiende como el desarrollo de personas sanas en circunstancias insanas, es decir, una inmunidad relativa a eventos de vida estresantes, la resistencia al estrés o *invulnerabilidad* no se considera como una cualidad fija e inmovible, sino como un elemento que varía a través del tiempo y con las circunstancias vitales, lo que llevó a preferir el término de *resiliencia*. La *vulnerabilidad* hace referencia a que todos estamos expuestos a sufrir eventos estresantes, pero no siempre se tiene la capacidad de enfrentarlos de una forma positiva y constructiva, ya que la resistencia a enfrentar una situación estresante puede variar según la edad o la etapa de la vida en la que se encuentra una persona (Kotliarenco y Cáceres, 1996).

Manciaux (2003) menciona que la *resiliencia* nunca es lograda para siempre, sino que es una capacidad que resulta de un proceso dinámico, evolutivo, en que la importancia de un trauma, puede superar los recursos del sujeto, varía según las circunstancias, la naturaleza del trauma, el contexto, la etapa de la vida, y la eficacia de los recursos personales del individuo.

La *resiliencia* se puede adquirir, así que los padres y los educadores, como agentes de cambio pueden estimular la fortaleza de los niños, ya que no se nace resiliente, ni se adquiere naturalmente en el desarrollo, sino que depende de ciertas cualidades del proceso interactivo del sujeto con otras personas y su ambiente (Cyrulnik, 2003b).

Existen personas que a pesar de haber crecido en condiciones adversas, logran ser competentes en diferentes dominios y presentan características que los igualan con personas que provienen de ambiente más prósperos (Kotliarenco y

Pardo, 2000). Los individuos con personalidad resiliente se destacan por poseer un alto nivel de competencia en distintas áreas, ya sea intelectual, emocional, tienen buenos estilos de enfrentamiento, motivación al logro, autoestima, autonomía e independencia, además puede observarse un mayor sentido de compromiso, están más abiertos al cambio y tienen la capacidad de interpretar experiencias estresantes y dolorosas como una parte más de su existencia (Hardiness, 2004).

Las personas resilientes se caracterizan por tener mejores niveles anímicos, son más estables en la adultez, tienen una mayor capacidad para asignarles sentido a las experiencias de sufrimiento, poseen un mejor control de impulsos de agresión y tienen mejores habilidades sociales; a nivel social y familiar, tienen menos estresores ambientales, mayor apoyo emocional, relaciones más satisfactorias y una red de apoyo de mejor calidad (Aracena, Castillo y Hernández, 2004).

Munitst, Santos, Kotliarenco, Suárez, Infante y Grotberg, (1998) considera que los jóvenes resilientes responden más al contacto con otros seres humanos y generan más respuestas positivas en las otras personas, además son activos, flexibles y adaptables, pueden comunicarse con facilidad y tener comportamientos prosociales.

Ser resiliente es hacerse responsable de lo que nos pasa y también, ser conscientes de nuestros derechos y obligaciones frente a nuestra vida y nuestra comunidad. Las personas que han desarrollado competencias resilientes deben buscarle un sentido a las cosas “terribles”, y no verse como víctimas, deben crear, a través del sufrimiento, del estrés y del cambio, elementos positivos que pueden tener significado para sí mismos y para los demás. Se debe tratar de encontrar un sentido a la vida, a pesar de las experiencias negativas.

Nancy Palmer (2003. En Vanistendael y Lecomte, 2003), menciona que la *resiliencia* es un proceso evolutivo y propone cuatro grados de ésta, los cuales se enuncian a continuación:

1) *La sobrevivencia anómica*. Viviendo en un estado de constante caos, el individuo concentra toda su energía en su supervivencia y su seguridad. Apela muy poco a sus recursos personales y los de su entorno, y tiene pensamientos y conductas destructivas.

2) *La resiliencia regenerativa*. En esta fase se desarrollan las competencias y las estrategias de adaptación constructivas. La persona descubre medios más eficaces para manejar los desafíos que le impone la existencia y comienza por apelar a sus recursos personales y a los de aquellos que la rodean. Esta mejoría, sin embargo, está incompleta, los períodos de estabilidad están entrecortados o interrumpidos por frecuentes crisis.

3) *La resiliencia adaptativa*. Los períodos estables son bastante largos a pesar de las interrupciones. La persona tiene una mirada más positiva sobre sí misma y experimenta un sentimiento personal de unidad. Sabe utilizar mejor sus recursos personales y los de su entorno, lo que le permite evolucionar.

4) *La resiliencia floreciente*. La persona se adapta mejor a la realidad de la existencia utilizando plenamente su energía. Experimenta un profundo sentimiento de integración personal y considera que la vida tiene sentido y ella misma puede controlarla.

Esta propuesta muestra el camino a seguir para desarrollar ciertas características resilientes, de cómo la persona va evolucionando poco a poco hasta llegar a obtener una personalidad resiliente, con ayuda de los recursos

propios y del medio en que se desenvuelve. De hecho, Sobre la *resiliencia*, Amandine (2003. En Manciaux, 2003), menciona que no se puede ser resiliente solo, pues la resiliencia se construye en interacción con el entorno y con el medio social.

Vanistendael y Lecomte (2003), afirman que ser resiliente no significa recuperarse, sino crecer hacia algo nuevo; volver a un estado inicial, es ahora imposible, más bien, hay que saltar adelante, abrir puertas sin negar el pasado doloroso, pero superándolo, así pues, la resiliencia lleva a una metamorfosis del individuo. Salir transformado, aprovechar la experiencia adversa y crecer; saltar hacia delante a algo nuevo.

A partir de lo expuesto sobre la *resiliencia* a continuación se abordan los modelos que se han dedicado a estudiar este concepto desde diferentes puntos de vista:

Prevención/promoción. Consiste en pasar de un modelo de riesgo basado en atender las necesidades y enfermedades a un modelo de prevención y promoción en el que se da mayor importancia a las potencialidades y los recursos que el ser humano tiene en sí mismo. Según este modelo, la *resiliencia* se sustenta en la interacción entre la persona y el entorno. Previene problemas específicos o síntomas en las personas, reduciendo el riesgo o las fuentes de estrés y promueve una mejor calidad de vida (Nezit, 2004).

Modelo ecológico. También este autor propone que para entender la *resiliencia* desde este modelo, se debe considerar el ambiente y la cultura del individuo, al igual que las tareas específicas correspondientes a cada etapa del desarrollo para determinar los factores de riesgo con base al ambiente en el que la persona se desarrolla. Como fuente de recursos y posibilidades para un desarrollo sano,

incluye tanto recursos individuales y las redes de apoyo como la interacción familiar y el contexto socio-cultural, de esta manera, no excluyente, sino interactiva, se da importancia tanto a los recursos personales como a las relaciones interpersonales que el individuo construye con sus semejantes y al contexto en el que se desenvuelve como otra herramienta importante para desarrollar características resilientes. Al mismo tiempo posibilitará el abordar tanto los factores de riesgo, como los protectores integrados en niveles ecológicos como el ambiente y la cultura (García y Mitsu, 1993).

Modelo del desafío. Implica ir desde el enfoque de riesgo al concepto de *resiliencia*, tomando en cuenta que ésta, como la mayoría de las facultades humanas, no es un don totalmente innato, ni totalmente adquirido, se trata de identificar cuáles son los factores que promueven la protección con el fin de buscar herramientas metodológicas que permitan fomentarlos en las personas. Este modelo parte de la premisa de una *resiliencia comunitaria* en dos factores, positivo y negativo –Ver Figura 1-

DAÑO SUCUMBE POSITIVO	DESAFÍO FORTALECE NEGATIVO
Altruismo Participación Comunitaria Pensamiento estratégico Innovación Diversidad económica Laboriosidad Servicios sociales	Fatalismo Paternalismo Falta de decisión propia Burocracia Corrupción Racismo Violencia

Fig.1 Premisa de la *resiliencia comunitaria* en dos factores -positivo y negativo- (Cerisola, 2004)

Cerisola (2004), menciona que la ciudad resiliente es aquella en donde todos sus pobladores poseen un lugar en donde pueden ejercer su participación en la

toma de decisiones, se jerarquizan sus valores éticos y morales, además de que se permite generar estilos de vida más armónicos con el entorno.

Modelo detección/intervención. Hace énfasis en que la *resiliencia* no es un don totalmente innato, ni totalmente adquirido y trata de identificar los factores que promueven una protección con el fin de fomentarlos en las personas y se enfoca principalmente al trabajo con niños y jóvenes ya que promueve el desarrollo de habilidades para una mejor calidad de vida futura. Así, entre los ámbitos a desarrollar para contribuir a fomentar la resiliencia infantil se destacan:

Las *redes de apoyo informales* (parientes, amigos, maestros), y sobre todo, la aceptación incondicional del niño al menos por una persona significativa, la capacidad de encontrar un sentido a la vida, las aptitudes sociales y resolutivas que permitan la sensación de tener cierto control sobre la propia vida, la autoestima o concepción positiva de uno mismo y el desarrollo del sentido del humor (López, 2004).

Actualmente, la mayoría de los jóvenes no tienen la fortuna de poder cubrir las características antes mencionadas para tener un óptimo desarrollo, sino, por el contrario, viven en condiciones de vida devastadoras que les impide tener un desarrollo armonioso y se ven obligados a enfrentar estilos de vida que no son aptos para su edad, como la incorporación prematura al empleo, fracaso y abandono escolar, incluso adicciones al alcohol y a las drogas, lo que se traduce en una baja autoestima, ausencia de un proyecto de vida y dificultad para darle sentido al presente.

Modelo de la casita. Vanistendael y Lecomte (2003) ilustran la construcción de la resiliencia con la metáfora de una casita, cada quién decide en qué dominios actuar, y en cuáles otros es preferible esperar, cada uno decidirá las acciones precisas que realizará en cada dominio, es decir, decidirá los muebles que

pondrá en las habitaciones de la casita, lo ideal es intervenir en varios aspectos a la vez.

En primer lugar se encuentra el suelo, sobre el que está construida, se trata de necesidades físicas elementales como la alimentación y los cuidados básicos para la salud.

Los cimientos están contruidos por vínculos, las redes de contacto formales e informales como la familia, los amigos, los vecinos, los compañeros de la escuela o los colegas del trabajo. En el corazón de estas redes se sitúa la aceptación fundamental de la persona. El sentimiento de ser profundamente aceptado se sitúa en los cimientos, pues es primordial para que la persona se vuelva resiliente.

En la planta baja se encuentra la capacidad de descubrir un sentido, una coherencia a la vida (fe religiosa, compromiso político o humanitario, etcétera).

En el primer piso se encuentran tres habitaciones: la autoestima, las competencias y las aptitudes, el humor y otras estrategias de adaptación, que no solo permiten proteger al individuo de sufrimientos demasiado pesados de sobrellevar, sino también, liberar energías, proporcionar otra perspectiva sobre la realidad.

El altillo o desván representa la apertura hacia otras experiencias a descubrir, a menudo más localizadas, que pueden contribuir a la *resiliencia* (una persona radiante, un pasado positivo, la belleza de un paisaje cercano, etcétera). Esto es, una capacidad de creer que la vida no se detiene en el sufrimiento o en el traumatismo, y que puede aún, dar sorpresas.

La casita de la resiliencia no es una estructura fija, debe ser construida, luego tiene una historia y por fin necesita cuidados y reparaciones. Las habitaciones se comunican entre sí a través de puertas y escaleras: los dominios de la *resiliencia* están vinculados. Recorrer la casita interrogándonos a cerca de los puntos fuertes y débiles puede servir para detectar las fortalezas y las debilidades de una persona en su entorno.

La casita no debe seguir estrictamente el orden que se presenta, lo más importante es que funcione como un instrumento para reestructurar la vida, de sensibilización y de intercambio. Puede sufrir algunas consecuencias de desastres tales como sismos y huracanes, que equivalen al fallecimiento de un padre, la pérdida de empleo, una enfermedad grave, los abusos, la violencia, etcétera. *La casita de la resiliencia* puede encontrarse destruida y entonces debe ser reconstruida. (Ver Fig. 2)

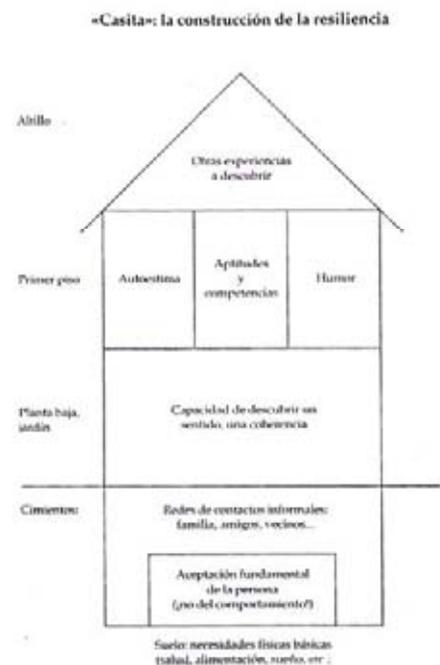


Fig. 2 "Casita: la construcción de la resiliencia". Vanistendael y Lecomte (2003).

Dos enfoques complementarios. *Nezit (2004)*, menciona que tanto el enfoque de riesgo como el de resiliencia, se refieren a aspectos diferentes pero complementarios, ya que generan un enfoque global que contribuye a promover el desarrollo sano en situaciones adversas. 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, psicológico y social. El enfoque de resiliencia describe la existencia de verdaderos escudos protectores contra fuerzas negativas expresadas en términos de daños o riesgos, atenuando así

sus efectos y a veces transformándolas en factor de superación de la situación difícil.

Ambos enfoques se complementan y se enriquecen, posibilitando analizar la realidad y diseñar intervenciones eficaces, a través de conocer los *factores de riesgo* a los que la persona está expuesta en su entorno y aumenta la posibilidad de desarrollar un desajuste social; los *factores protectores* son las características del medio que elevan la capacidad de hacer frente a la adversidad de manera efectiva, que en combinación nos dan bases más sólidas para poder detectar a los individuos resilientes, que se sobreponen a la adversidad y se desarrollan adecuadamente madurando como seres competentes a pesar de estar expuestos constantemente a factores de riesgo. Este modelo hace referencia especialmente a definir el problema y medir su riesgo, identificar los *factores de riesgo*, es decir, las características o los comportamientos asociados a un riesgo más elevado del problema e intervenir sobre los *factores de riesgo* modificables, ya sea suprimiendo un *factor de riesgo* o reforzando un *factor protector* (Bouvier, 2004).

Para fines de esta investigación daremos mayor seguimiento a estos dos últimos modelos, analizando a fondo los *factores de riesgo* y los *factores protectores* para poder proponer un plan de acción a favor de promover en los adolescentes características resilientes.

1.1.3 FACTORES DE RIESGO

Cualquier individuo puede atravesar por situaciones adversas durante cualquier etapa de su desarrollo, lo importante sería preguntarse qué factores intervienen en el sentido de que una persona “es o se hace” resiliente, lo cierto es que no

todas las personas tienen la fortuna de salir bien libradas o fortalecidas cuando se enfrentan a alguna situación adversa.

El impacto negativo que producen los acontecimientos estresantes, se ha planteado tanto en niños como en adultos. Todos nos enfrentamos con adversidades, nadie está exento de sufrir situaciones no deseadas durante el transcurso de su vida. Las personas que están expuestas a situaciones de riesgo, al ser sometidas a eventos estresantes presentan alteraciones o desajustes en su comportamiento que puede ser provocado por condiciones biológicas, psicológicas y familiares, o por la sociedad, en un sentido más amplio.

Llamaremos pues, *factores de riesgo* a aquellas situaciones negativas del ambiente que ponen a la persona en alguna situación de riesgo y que le producen un desequilibrio.

Manciaux, Vanistendael, Lacomte y Cyrulnik (2003. En Manciaux, 2003), mencionan que según el contexto, la naturaleza y la intensidad del estrés, la edad, y aún el período de la vida; un mismo *factor* puede actuar como *protector* en algún momento, y funcionar como *factor de riesgo* en un momento diferente (Figuroa, 2004) dependiendo de las características individuales. Entre las situaciones de riesgo, algunas pueden ser extremas y otras aparentemente menos graves, pero más duraderas, y por lo tanto, potencialmente desestabilizadoras como el maltrato, la indigencia, el aislamiento social, las enfermedades crónicas, las patologías mentales o al alcoholismo parental, y la toxicomanía, etcétera.

Kotliarenco y Dueñas (1994), mencionan algunas situaciones o comportamientos que provocan en los niños la situación de estrés y las clasifican en “*estresores*

normales y anormales". Respondiendo a ésta clasificación, entenderemos entonces como *estresores normales* a todas aquellas situaciones, que a pesar de formar parte del desarrollo normal de una persona, generan en algún momento, tal nivel de estrés, que llegan a asimilarse como situaciones adversas. Los *estresores anormales*, son los eventos que resultan inesperados, y cuando ocurren, generan, también cierto nivel de estrés, lo que provoca que el individuo los experimente como acontecimientos traumáticos que interfieren con su desarrollo normal.

De acuerdo a la clasificación anterior, dentro de los *estresores normales* se mencionan algunos cambios de vida como el nacimiento de un hermano, ingreso a la escuela o mudanza a un nuevo establecimiento, visitas al médico que resultan desagradables, etcétera, que son eventos normales, pero que no se asimilan fácilmente.

Dentro de los estresores anormales figuran la separación, hospitalización o muerte de los padres o de alguno de ellos, Manciaux (2003), incluye también el maltrato, aislamiento social, enfermedades crónicas, patologías o alcoholismo parental. Por su parte, Pacheco (2004), menciona también el abuso sexual, además de factores que amenazan la salud física y mental, hacinamiento, pobreza, conflictos familiares graves, prácticas de crianza inconducentes a un buen desarrollo. Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla, (1997), hacen gran énfasis respecto a la pobreza, la describen como una condición generadora de dolor y estrés. De acuerdo con el CEANIM, que afirma que la pobreza es una de las condiciones más frecuentes que generan eventos estresantes o adversas en las personas que viven bajo esta situación. Los niños pobres y sus familias están expuestas a condiciones precarias que atentan contra su salud física y mental, viven constantemente sentimientos de culpa, que junto con la preocupación, se vuelven situaciones cotidianas, es decir, se convierten en estilos de vida. Las

dificultades para satisfacer las necesidades básicas recae en los padres al verse fracasados en su rol de proveedor (a) y/o administrador (a). Esta condición puede afectar la estabilidad y buen desarrollo de las relaciones familiares, las reacciones de los padres que viven en estas circunstancias condicionan en forma importante la calidad de vida de sus hijos, aumentando la probabilidad de que las relaciones padre-hijo se deterioren, además de que desarrollan problemas socio-emocionales, síntomas psicossomáticos, que reducen sus aspiraciones y expectativas de vida.

Fergusson (1994. En Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla, 1997), menciona cierta asociación que se presenta entre los problemas conductuales y de salud mental en la adolescencia y las características de la infancia, la familia y el estilo parental. A su vez, señala que se ha podido observar que los niños que están en mayor situación de riesgo son aquellos que se ven enfrentados a una acumulación de circunstancias adversas, tales como las dificultades económicas, enfermedad mental de alguno de los padres, prácticas de crianza inadecuadas, abuso y conflictos familiares constantes, ya que el experimentar alguna situación no deseada ocasiona un mayor nivel de estrés que interfiere en su desarrollo tanto personal como interpersonal, aún en etapas posteriores de su vida.

Kotliarenco, Cáceres y Alvarez, (1996), mencionan que el aumento de la probabilidad de sufrir la muerte prematura de un hijo o de la pareja, hace que la experiencia del dolor y del duelo sea más frecuente en sectores pobres, pues cuentan con menos recursos personales para hacer frente a estas situaciones de manera efectiva. Además, ante situaciones de pobreza reaccionan al estrés ambiental, exigiendo la obediencia permanente, confiando en el castigo físico, negando el afecto y fallando en dar respuestas a las necesidades de los niños, atentando contra su salud física y mental, lo que se ve reflejado en el bajo rendimiento escolar y personal de estos; otro *factor de riesgo* es que a medida

que decrecen los ingresos y/o nivel educacional, aumenta la violencia familiar, caracterizada por la negligencia y el abuso que genera mayor nivel de estrés en los miembros de la familia, haciendo más predecible una dinámica familiar disfuncional, lo que se convierte en otro factor de mayor riesgo para las personas que viven bajo estas circunstancias.

1.1.4 FACTORES PROTECTORES

Los *factores protectores* son considerados como un apoyo para mitigar o contrarrestar los efectos del riesgo. Raffo y Rammsy (1997), los consideran fuerzas internas y externas que contribuyen a que el niño resista o aminore los efectos del riesgo, por lo tanto, disminuyen la posibilidad de problemas en estas circunstancias, como los factores de riesgo, los factores protectores involucran también algunas variables genéticas, disposiciones personales, factores psicológicos, situacionales y sociales.

Es importante recordar que para que un niño se desarrolle armoniosamente debe tener un ambiente favorable, necesita de condiciones biológicas, afectivas y socioculturales sanas, si un niño tiene sus necesidades básicas satisfechas tiene más opciones de éxito en el futuro, si a esto se le suma el contacto físico, las caricias y el respeto de sus padres o familiares, su desarrollo en todos los aspectos será armónico, gracias al ambiente acogedor en el que se desarrolla.

Según Kotliarenco y Dueñas (1994), existen niños que sometidos a situaciones estresantes muy similares entre sí, reaccionan en forma distinta; algunos reaccionan mejor de lo esperado dadas las condiciones adversas a las que se ven enfrentados, y gracias a que cuentan con mayores recursos personales que los ayudan a hacer frente a situaciones estresantes, se refieren a los *factores moderadores o protectores* como un “muro de contención” por el cual algunos

niños reciben el impacto del estímulo estresante sin que les impida recuperar su estado de normalidad, sea frente a estresores normales o anormales.

Así, dentro de esta investigación, entenderemos los *factores protectores* como los recursos internos y/o externos con los que puede contar una persona a fin de que pueda disminuir o aminorar los efectos de algún evento estresante al que pueda estar expuesto.

Kotliarenco y Dueñas (1994) clasifican los *factores protectores* en *personales* y *sociales*, los cuales se describen en los apartados siguientes.

1.1.4.1 FACTORES PROTECTORES VINCULADOS A LOS RECURSOS PERSONALES

Dada la definición de *factores protectores*, los recursos internos o *personales* con los que cuenta una persona pueden beneficiarle en el sentido de que esta misma puede hacer uso de sus fortalezas individuales para superar ciertas situaciones estresantes que se le presenten.

Entre los factores protectores vinculados a los recursos personales, Kotliarenco y Dueñas (1994), mencionan la autoestima; es importante enseñar al niño a valorarse desde muy temprano, a participar en las actividades de la casa como parte de la formación de los valores, el amor, el estudio, el respeto, la honradez, la amistad, etcétera. Premisas como tengo, soy, estoy, puedo, protegen al niño contra las adversidades (Pacheco 2004) -Ver Fig. 3-

Tengo Personas en derredor en quienes confío y que me quieren incondicionalmente. . . . Personas que me muestran la manera correcta de proceder y tratan de que aprenda a desenvolverme solo. . . . Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro.
Soy una persona por la que otros sienten cariño. . . . respetuoso de mí mismo y de mi prójimo. . . . feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto.
Puedo encontrar a alguien que me ayuda cuando lo necesito. . . . buscar el momento apropiado para actuar o hablar con alguien. . . . controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que está bien.

Fig. 3 Muestra algunos ejemplos de expresiones de un niño con un buen nivel de autoestima. (Pacheco, 2004)

Otro *factor protector personal* es la *independencia* y la *autonomía* donde la persona tiene la capacidad de tomar decisiones libres y responsables que no le impliquen riesgo, puede actuar sobre su propia responsabilidad, además de la capacidad de establecer límites entre él mismo, la familia y/o el ambiente que le permitan ejercer su independencia.

Un factor más es la *capacidad empática* en la que el individuo es capaz de establecer relaciones firmes y estables que no le implican ninguna situación de peligro, además de mantener lazos íntimos y satisfactorios con otras personas.

La *orientación hacia las tareas* constituye otro factor importante en donde la persona muestra una buena actitud o disposición para conseguir sus propias metas o alguna tarea que le sea impuesta para conseguir otros objetivos.

El aspecto *temperamental* también cobra importancia, ya que se compone por una serie de aspectos como el nivel intelectual, grado de acercamiento o rechazo a situaciones o personas nuevas, grado de flexibilidad y de *sentido del humor*. Este último viene a cobrar importancia como otro *factor protector* ya que hace referencia a la disposición del espíritu a la alegría, permite alejarse del foco de tensión y a encontrar lo cómico a la tragedia, lo que contribuye a tener una visión más objetiva y optimista del futuro.

Figuroa (2004) propone también como *factor protector*, a la *creatividad* que hace referencia a la capacidad de inventar, generar, de producir algo que no exista, imponer orden y belleza a las situaciones dolorosas.

La *moralidad*, que habla de la conformidad de la conducta con las normas morales aceptadas por la sociedad y las reglas que deben seguirse para hacer el bien y evitar el mal.

Otro aspecto importante que puede funcionar como factor protector es *la edad*, pues el tener una menor edad al momento de haber sufrido un trauma o de haber atravesado por una situación adversa, puede aminorar los efectos estresantes del evento.

Amandine (2003. En Manciaux, 2003) menciona que el hecho de que el niño cuente desde pequeño con una relación estable y firme con alguno de sus padres, o con algún cuidador sustituto, durante el mayor tiempo posible, asegura la formación de una personalidad con características resilientes, pues mientras más seguras y duraderas sean las relaciones cercanas, se puede observar una mayor eficacia a nivel personal, lo que incluye éxitos personales y académicos, etcétera. No así con las relaciones poco duraderas, pues en estos casos se

observan personas más inseguras y con un mayor riesgo de fracaso tanto escolar como personal.

1.1.4.2 FACTORES PROTECTORES VINCULADOS A LOS RECURSOS SOCIALES Y FAMILIARES

Dentro de la familia se observan también algunos procesos protectores entre los que se puede mencionar como más importante, la existencia de una relación cálida y estable durante la infancia temprana (Kotliarenco y Dueñas, 1994), pues el tener una buena relación con uno de los padres o con un miembro de la familia, o en su defecto con otro cuidador, favorece la creación de una personalidad resiliente. Además de un ambiente cálido y estable dentro de la familia, en donde se dé la *comunicación* abierta al interior de esta, de un apoyo incondicional y un clima emocionalmente positivo, abierto, orientador y regido por normas donde haya una estructura familiar equilibrada, sin que haya disfuncionalidades muy importantes, pues las discusiones constantes constituirían, no un *factor protector*, sino más bien, un *factor de riesgo* que interfiere con un buen desarrollo personal.

Otro aspecto importante es que los padres juegan un rol de estimuladores, pues las demostraciones físicas o verbales de afecto y cariño en los primeros años de vida, constituyen una red de apego muy importante, se deben reconocer los éxitos y las habilidades, pues constituyen importantes oportunidades de desarrollo de las destrezas individuales. Todos estos aspectos generan en el niño, que reafirme la confianza en sí mismo y que actúe con más seguridad en un futuro, pues tomando en cuenta lo mencionado anteriormente, podría decirse entonces que la resiliencia es generada, en gran parte dentro de la familia, es decir, puede haber familias resilientes, que darán como consecuencia, individuos resilientes, pues la familia funciona como una herramienta importante, en

conjunto con los comportamientos resilientes del individuo que en consecuencia puede enfrentarse de una manera efectiva a la sociedad. Pues si se tiene un desarrollo familiar favorable, se dará también ante la sociedad.

Con lo anterior puede afirmarse, que si un niño tiene un ambiente favorable desde pequeño, será también un adolescente resiliente, y por lo tanto, podrá también generar otra familia con características resilientes, sin dejar de lado los recursos personales de cada miembro respecto a la formación de pareja, pues otra variable protectora puede ser el apoyo de una pareja o del cónyuge en la edad adulta, pues constituye un apoyo importante a nivel interpersonal.

El papel del resto de la sociedad cobra importancia, ya que Kotliarenco y Dueñas (1994), afirman que un apoyo social fuera de la familia, puede también proteger de la adversidad, trátase de un vecino, profesor, etcétera, pues la escuela también tiene un papel importante ya que el ambiente educativo positivo y abierto permite orientar y fijar normas. Los educadores pueden complementar o suplir este rol cuando la familia no puede cubrirlo completamente.

Otro aspecto importante dentro del ámbito social es la fe, pues aunque no es necesario pertenecer a una iglesia y participar en sus actividades, lo importante es tener algo en qué creer, pues el participar en actividades religiosas, culturales, o humanitarias actúa en el mismo sentido que los factores protectores.

A partir de lo expuesto sobre los *factores de riesgo y protectores*, se puede decir que la combinación de múltiples factores de origen genético, psicológico, social y situacional pueden determinar un estado de riesgo o resiliencia en el niño (Raffo y Rammsy, 1997). La resiliencia está siendo encaminada a la promoción de factores protectores a nivel personal con el objetivo de desarrollar estilos de afrontamiento a los momentos difíciles. Para el psicólogo, aprender a encontrar

en las personas sus fortalezas internas y del medio ayuda a sacar el mayor provecho de las experiencias para poder reducir riesgos y favorecer las competencias de cualquier persona que requiera de orientación por parte de un profesional.

D esistencia

“Aprender a vivir de nuevo una vida distinta”
Cyrulnik, 2003

Si nos detenemos a observar la realidad en la que viven nuestros jóvenes actualmente, podemos ver cómo ciertas condiciones de vida influyen negativamente en su desarrollo, como falta de redes de apoyo que les permitan hacer frente a las dificultades, falta de protección a sus derechos laborales y de salud, desocupación prolongada, fracaso y abandono escolar, adicción a las drogas y al alcohol (López, 2004). Todo esto se traduce en una baja autoestima, ausencia de un proyecto de vida y dificultad para darle sentido al presente.

Enfrentado a dificultades de socialización y de construcción de identidad inherentes a su edad, el adolescente puede verse involucrado en factores de riesgo que le precipiten una actuación delictiva a edades tempranas, algunos incluso, inician una carrera verdaderamente delinciente. Sin embargo, algunos consiguen parar su trayectoria para lograr o recuperar un lugar positivo en la sociedad (Born y Boët, 2003). Es decir, logran ser *desistentes*.

Aunque en *resiliencia* y *desistencia* podríamos identificar algunos mecanismos similares, estos mismos autores hacen referencia a que podríamos diferenciarlos, debido a que la *resiliencia* se enfoca más hacia la dinámica de desarrollo ya que algunos jóvenes encuentran en su ambiente familiar y en sus recursos personales medios para protegerse, es decir, ser resilientes. En cambio, la *desistencia* está unida más hacia una dinámica del ambiente social, a cambios de ambiente de vida, algunos jóvenes, tras varios años pasando por algunas acciones negativas pueden pararse y encontrar un papel positivo en la sociedad, hallar otro camino y ser por tanto, *desistentes*, mientras los demás se adentran en conductas antisociales.

Aunque la *desistencia* se enfoca hacia el ambiente social, no se deben dejar de lado los recursos personales del adolescente. Los jóvenes pueden distanciarse de las conductas inadecuadas e incluso ilegales de algunas personas cercanas, buscando actividades sanas a través de pertenecer a grupos que se orientan hacia algunas conductas positivas (deporte, escuela, reuniones de reflexión, pintura, etcétera), y no acompañarlos en la práctica de conductas no deseadas o de riesgo. Así, por ejemplo, un adolescente puede entender el alcoholismo de uno de sus padres, amigos, o persona cercana, sin juzgar, sabiendo que no desea la misma situación para él.

Los niños y adolescentes pueden aprender estilos de afrontamiento así como alejarse física y emocionalmente de las situaciones de riesgo y de la fatalidad, aún cuando sean sus padres u otras personas cercanas a él, o no, los que estén inmersos en ellas.

Boern y Boët (2003, En Manciaux, 2003), consideran que el aprendizaje de sucesos externos de su ambiente social, permite al joven evitar algunos pasos a acciones nefastas, que puedan poner en riesgo su propia integridad.

Rutter, (1990, En Masias, 2001) menciona algunas características que podrían asignarse al concepto de la *desistencia* haciendo referencia a que se originan en:

- Ambientes que promuevan oportunidades.
- Una personalidad fuerte con rasgos de autonomía.
- Un ambiente que favorezca la capacidad de comunicarse, de poner en práctica habilidades, de tomar decisiones, etcétera.

La *desistencia* entonces, no consiste en evitar la adversidad, ni el riesgo en general, sino más bien en saber controlar el riesgo y el control que se ejerza sobre la propia vida.

Otro aspecto importante que puede mencionarse en la formación de la *desistencia*, es el saber que se puede tener control sobre la propia conducta y sobre la propia vida en general, pues otorga un sentimiento de poder que es parte de la *desistencia*, el saber controlarse a sí mismo bajo ciertas circunstancias, decidir si se toman o no ciertas decisiones, o actitudes. El involucrar redes de apoyo o soporte comunitarias formales e informales, las comunidades religiosas y las tutorías, aún espontáneas, coinciden con la resiliencia en que es necesario contar con una relación sólida con al menos una persona cercana (tutor resiliente), si no existe la familia puede ser un maestro, un amigo, etcétera, que le ayuden al adolescente a fortalecer una personalidad desistente.

Así, dado que no existe un concepto sobre *desistencia*, para fines de esta investigación, la entenderemos como *la capacidad que tiene una persona para no involucrarse en conductas que le impliquen un riesgo, a pesar de estar inmersas en el medio en el que se desarrolla, como resultado de la interacción entre las propias capacidades de la persona y su medio social y físico (familia,*

escuela, comunidad, cultura, etcétera). *Además de lograr un lugar positivo en la sociedad.* En seguida se estudia este concepto con el modelo CASIC (Conductual, Afectivo, Somático, Interpersonal y Cognoscitivo), que hace referencia a un perfil de personalidad (Slaikou, 1996) por lo que se desarrollan cada uno de estos aspectos con respecto a la *desistencia*.

2.1.1 ASPECTO CONDUCTUAL

Según el modelo CASIC, el aspecto conductual se refiere a actitudes manifiestas como patrones de trabajo, juego, ejercicios, dieta (hábitos alimenticios y de bebida), hábitos de sueño, uso de drogas o tabaco, presencia de cualquier conducta suicida, homicida o actos agresivos (Slaikou, *op cit*).

La *desistencia* no consiste en evitar las situaciones adversas, sino más bien en una exposición controlada al riesgo, es decir, se debe ejercer cierto control sobre la propia vida, y sobre la propia conducta, que permita saber qué es lo que pasa, que las cosas se dan de cierta manera y no de otra. Teniendo este conocimiento sobre las circunstancias, el adolescente, entonces podría ejercer el control sobre la situación, y tomar una decisión (se involucra o no en alguna conducta riesgosa). Así, Michaud (2003. En Manciaux, 2003) expone el siguiente ejemplo:

Roberto tiene 14 años y se visita con su padre a disgusto por trastornos del sueño. Nos enteramos de que cada dos noches Roberto se despierta angustiado, ve formas en su habitación y, ante la imposibilidad de conciliar el sueño, ocupa el lugar de su padre en la cama de matrimonio, de forma que el padre acaba durmiendo en la suya. Como prevención, Roberto se mete a veces directamente en la cama con su madre. . . No es raro que la pareja se tambalee: un padre pasivo, inválido, y una madre autoritaria que le suele atacar de palabra por su holgazanería. Fracasó una terapia de pareja, y Roberto fue atendido sin éxito durante tres meses por un psicólogo. Se acude a una asistente social, que propone un nuevo tratamiento y, sin mucha esperanza, Roberto se visita con su padre, quien pide que curen a su hijo de las pesadillas. Sorprendentemente, en la vida

el chico se desenvuelve bien: resultados académicos satisfactorios, un círculo de amigos bastante recomendables, actividad deportiva regular; en suma, medios para triunfar, recursos inesperados en un clima familiar tan desorganizado. Al final de la entrevista, Roberto de a entender, con razón, que ya está bien de médicos, psicólogos, especialistas y medicinas. No quiere volver. Y el médico opina igual: al fin y al cabo, ¿cómo podría cambiar una situación en la que ya se ha intervenido tanto? ¿Cree Roberto que su situación, cuyo lado molesto admite, puede durar mucho más? ¿Qué piensa hacer para mejorar su sueño y la preocupante situación en que está toda la familia? Roberto tiene ideas. . . Las expone, y el médico, cuando se va a salir Roberto, le propone una cita dos meses después para medir los avances, propuesta que acepta en seguida. En la cita, Roberto informa de avances espectaculares, y bastante contento, dice que puede arreglar su problema definitivamente. Cuatro meses después, duerme solo en su habitación y afirma que se ha liberado en parte de los horrores nocturnos. Cuando está demasiado tenso, el padre deja la habitación de la esposa, pero pasa la noche en el sofá del salón. (Michaud, 2003. En Manciaux, 2003, p.78-79)

El comprender, el saber la situación disminuye la ansiedad de la persona, la hace menos vulnerable a aquellas cosas que él sabe que no dependen de su conducta. El saber que se tiene cierto control sobre la propia vida, se suma al sentimiento y la percepción de ser único e importante que otorga un sentimiento de poder manejar la conducta, por lo tanto puede controlar el no involucrarse en conductas de riesgo.

Así, los jóvenes desistentes, a nivel conductual pueden comprometerse con un trabajo estable, cuando es el caso, sin problema alguno ya que pueden tener buenos hábitos de alimentación y de sueño que les permitan desempeñarse satisfactoriamente en todas las esferas en que se desarrollen.

Además a esta conducta se le suma la actitud constructiva, ya que pueden resolver cualquier dificultad que se le pueda presentar, además de aprovechar cualquier situación para mejorar su propia vida, es por esto que aprenden a darle un sentido a la vida, se sienten alegres y pueden tener el control de su propia

vida, incluso tienen una orientación positiva futura, pues se plantean proyectos a futuro que pueden cumplir sin mayores dificultades.

En el aspecto académico pueden tener un buen aprovechamiento y relaciones satisfactorias con sus maestros y compañeros sin observar bajo aprovechamiento, deserción escolar, que les permitan la oportunidad de tener contacto con conductas riesgosas como el uso de drogas, alcohol, conductas agresivas, homicidas o suicidas. El joven desistente puede crecer en ambientes armónicos donde haya relaciones interpersonales sanas que no den lugar a ningún tipo de agresión o negligencia que le permitan aprender conductas que ayuden a establecer relaciones positivas que impliquen respeto, imitación e identificación con estos patrones orientados a establecer estilos de vida positivos que no permitan involucrarse en conductas o situaciones no deseadas. Se deben buscar oportunidades para tener alcance a actividades recreativas que brinden al adolescente posibilidades de desarrollarse positiva y satisfactoriamente, que le doten de la capacidad para huir de ambientes hostiles, deseando siempre lo mejor para él, trabajando por su propia vida, a la vez que lo hace también por los demás (Gianfrancesco, 2003. En Manciaux, 2003).

Así que los adultos cercanos a los adolescentes (padres, maestros, familiares cercanos, vecinos, etcétera) deben estar pendientes de sus conductas para poder detectar, en un momento dado, algunos indicadores que arrojen algún cambio de comportamiento que pueda poner en peligro su integridad personal, incluso su propia vida.

2.1.2 ASPECTO AFECTIVO

De acuerdo con el modelo CASIC, el aspecto afectivo involucra la presencia de sentimientos como ansiedad, cólera, alegría, depresión, etcétera; afectos

apropiados a las circunstancias de la vida y sobre la expresión de sentimientos (Slaikau, 1996).

El ser *desistente* puede provocar la posibilidad de establecer relaciones afectivas firmes y fuertes en todas las esferas, dentro y fuera del círculo familiar, ya que el adolescente cuenta con un buen nivel de autoestima y un autoconcepto positivo que le ayudan a relacionarse fácilmente con otras personas, además de que cuenta también con un temperamento que lo induce a respuestas positivas hacia los demás, lo que provoca que sea realmente aceptado y apreciado en su entorno (Manciaux, 2003).

Además puede mantener relaciones seguras, en las que se da un apego firme, tiene la oportunidad de sentirse amado, aceptado y escuchado, lo que le proporciona un sentimiento de bienestar consigo mismo y con las personas que lo rodean, pues el poseer un apoyo incondicional y aceptación fundamental son condiciones que pueden favorecer la *desistencia*; ya que produce cierta seguridad personal que contribuye a establecer lazos afectivos fuertes, aún fuera de la familia. Tener amistades estables, maduras e incondicionales que sirven como un apoyo más en situaciones de adversidad, puede ayudar a disminuir sentimientos de depresión, ansiedad, desesperanza, impotencia, autodestrucción, rechazo, fracaso personal (Cortés, 2004), brindando un soporte positivo que ayude a prevenir que el adolescente pueda involucrarse en conductas de alto riesgo. Lecomte y Manciaux, (2003, En Manciaux, 2003) exponen en siguiente ejemplo:

El pequeño Kevin, de tres años, es hospitalizado en el departamento de pediatría de un CHU (Centre hospital-universitaire) provincial por fractura de dos huesos del antebrazo derecho que los padres atribuyen a una caída por las escaleras. Pero llama la atención el mal estado general del niño, su tristeza y cicatrices de quemaduras en las nalgas. Se hace una descripción y se devuelve a Kevin a la familia tras tomar la medida de una

asistencia educativa en medio abierto. Diez años después, con motivo de una encuesta sistemática de control de niños hospitalizados en el pasado por los malos tratos, una visita a domicilio de la psicóloga encuestadora y el interno del servicio permite constatar una situación normal. El niño se ha desarrollado bien, goza de buena salud, su vida académica es satisfactoria y el examen clínico no ofrece particularidades. Pero, sobre todo, admira a la psicóloga el carácter extravertido de Kevin, su dinamismo, sus ganas de vivir, sus proyectos de futuro: quiere ser ingeniero. Aunque acepto la visita sin reticencias, sin hacerse de rogar, la madre cuenta qué pasó tras la hospitalización. Herida por la medida judicial, y víctima ella misma de las violencias del cónyuge, decidió dejarle. Obligada entonces a volver a trabajar, durante el día confiaba a Kevin a sus padres, que vivían cerca. Y el niño estableció con su abuelo una relación afectiva muy intensa. Aunque al principio del ciclo elemental tuvo graves dificultades escolares, se benefició del apoyo escolar de un joven voluntario de una asociación, en quien puso su confianza: hizo rápidos progresos. Su padre no dio nunca noticias, y Kevin encontró en su abuelo un sustituto paterno, y en el estudiante, un tutor. El examen psicológico profundo parece tranquilizador y, sobre todo, el niño habla de su pasado doloroso con mucha objetividad y sin resentimiento. Aunque la madre recuerda los malos tratos que ella y su hijo sufrieron durante años, dice que pese a que no ha olvidado ese pasado doloroso, ya no envenena su vida y todo va bien (Lecomte y Manciaux, 2003. En Manciaux, 2003, p. 113-114).

Además de los aspectos antes mencionados, el *enamoramiento* juega también un papel importante, pues el adolescente que puede establecer un vínculo tan cercano es capaz de darse un valor a sí mismo como persona y puede valorar del mismo modo al otro, además, le brinda la posibilidad de un crecimiento personal y puede contribuir a la expresión positiva de sentimientos, le ayuda a abrirse más fácilmente a otras personas, ampliando su grupo de amigos, favoreciendo un trato más cercano que le ayude a saber elegir entre sus amistades, los vínculos que resulten positivos para un desarrollo armonioso dentro de la sociedad con todos sus riesgos que ésta implica, pues el joven desistente debe estar conciente de los riesgos a los que puede estar expuesto, y decidir no involucrarse en alguno, sino más bien, buscar un lugar positivo en la sociedad, ya sea en el trabajo, la escuela o la familia (Born y Boët, 2003. En Manciaux, 2003).

Así, los adultos cercanos al adolescente deben estar siempre alertas al tipo de amistades con los que se relaciona para, en un momento dado, poder actuar sobre la situación con el fin de prevenir alguna conducta de riesgo. El papel de los adultos es, principalmente, brindar un ambiente de confianza, abriendo canales de comunicación en el que el adolescente sepa que puede tocar cualquier tema y va a ser escuchado, además de contar con la ayuda necesaria en un momento dado; otro aspecto importante es que el adulto cercano al adolescente debe orientarlo y ayudarlo en la medida de lo posible a encontrar un lugar positivo en la sociedad, ya sea en el aspecto académico, en el mundo laboral, incluso dentro de la familia.

En lo académico, puede establecer relaciones positivas con sus compañeros y maestros, además de observar un buen rendimiento escolar, producto de saber que puede contar con un apoyo firme (en la mayoría de los casos en la familia) que le ayuden a generar un proyecto de vida con miras al crecimiento personal, incluso, profesional, que le ayude a ocupar un lugar productivo en la familia y en la sociedad.

Así el adolescente desistente genera sentimientos sobre sí mismo, como el no sentirse rechazado, destruido o que ha fracasado personalmente, sino por el contrario, sentir que va construyendo un proyecto firme y positivo, estableciendo relaciones afectuosas en todas las esferas, dentro y fuera del círculo familiar; incluso, en un momento dado, puede reconstruir el amor por sí mismo, de donde saca el amor y las fuerzas para liberarse de ciertas situaciones que puedan representar algún riesgo para él (Gianfrancesco, 2003. En Manciaux, 2003).

2.1.3 ASPECTO SOMÁTICO

En esta categoría, el modelo CASIC se refiere a todas las sensaciones corporales. La información sobre el funcionamiento físico general que incluye dolores de cabeza, malestares estomacales, etcétera (Slaikeu, 1996).

La salud física del adolescente es variable según los estilos de vida a los que este sometido, y su salud mental también varía dependiendo de la historia personal. Según Cortés (2004), a nivel psicosomático, la salud física depende de la salud mental, pues el estado de esta última, puede generar o no algunas alteraciones biológicas que van a afectar la salud física del adolescente.

En la actualidad, los estilos de vida son cada día más demandantes, esto lleva al hombre moderno a incrementar notablemente sus cargas tensionales, por ejemplo, algunos adolescente tienen que trabajar para ayudar económicamente a sus familias y deben cubrir el rol de un empleado más, además de cumplir con sus deberes como estudiantes, lo que puede provocar un alto nivel de estrés que afecte su rendimiento tanto académico como laboral que le impide rendir al máximo, produciendo la aparición de ciertas patologías relacionadas con su tensionante estilo de vida como la migraña, cefalea (dolor de cabeza), colitis nerviosa, gastritis, depresión, trastornos de ansiedad, frustración, incluso, accidentes; además de aumentar la posibilidad de verse involucrado en adicciones u otro tipo de conductas de riesgo como el vandalismo, el alcoholismo, etcétera.

Los jóvenes expuestos a situaciones adversas son más vulnerables a sufrir enfermedades psicosomáticas originadas por las presiones y altos niveles de estrés a los que están sometidos. Sin embargo, depende también de sus fortalezas internas que salgan bien librados de una enfermedad, es decir, que

puedan superar una situación más (enfermedad), para seguir adelante, haciendo frente a su ya estresante estilo de vida.

Cuando algún adolescente es atacado por alguna enfermedad, se ve afectado también su estilo de vida, pues según la intensidad de ésta, cuando es incapacitante, pueden observarse ausencia en la escuela y cuando es por periodos prolongados, se nota también un bajo rendimiento escolar y por otro lado, laboral.

Un joven *desistente* será capaz de sobreponerse a este tipo de situaciones de manera positiva, puede volver a encauzar su camino en el aspecto académico, laboral y personal, incluso podrá recuperarse de una enfermedad, cualquiera que sea y continuar con su acostumbrado estilo de vida, incluso si es posible, mejorar. En situaciones extremas, el adolescente tendrá que aprender a vivir con alguna enfermedad, apoyado en la familia o en una persona que le brinde un soporte emocional, puede asumir la responsabilidad de seguir un tratamiento e imaginar estrategias de adaptación sin autocompadecerse, puede tener pleno control de la situación y encontrar soluciones prácticas a su problema. En estos casos se hace necesario un trabajo en red por parte de los adultos cercanos al adolescente, quien puede llegar a comprender la fragilidad de la vida y la necesidad de protegerla y preservarla, así puede bajar la sensación de omnipotencia o invulnerabilidad (Michaud, 2003. En Manciaux, 2003), lo que puede servirle también para mantenerse alejado de alguna otra situación que implique un riesgo más para su salud, incluso, para su vida. Así, este mismo autor expone el siguiente caso:

Joelle, de 16 años y medio, sufre desde hace cuatro una infección inflamatoria cuyo origen no se ha podido definir con exactitud; no sabe cómo evolucionará la enfermedad, que tratan intermitentemente con corticoides. Su familia está muy preocupada por la incertidumbre. Aunque su enfermedad tiene pocos síntomas, desde hace más o menos

un año, Joelle sufre cefaleas cada vez más frecuentes que han obligado a múltiples exámenes: un escáner cerebral, una resonancia magnética, dos exámenes ORL y varias consultas neurológicas, pero sin fruto. Las cefaleas siguen y Joelle deja toda formación escolar. Vive en casa y su madre la cuida continuamente.

Por las primeras entrevistas cara a cara hechas después a sus padres, parece que creen que Joelle es una niña nacida con mala suerte: en su infancia tuvo muchos problemas de salud y desde hace 3 o 4 años es víctima de una enfermedad ante la que los médicos, los exámenes y los especialistas son impotentes. Joelle no tiene futuro: ¿cómo podrían ella y sus padres fijar objetivos profesionales ante una evolución tan incierta? Desde hace 4 años le parece estar suspendida entre la vida y la muerte, y también la familia se la imagina así. Es víctima del destino, que se ensaña con ella.

Y sin embargo aún vive. . . Los médicos no son pesimistas: la enfermedad está controlada y el tratamiento tiene pocos efectos secundarios. Aunque incierto, el pronóstico no es desastroso. ¡Si no fuera por esas cefaleas que complican tanto la situación!

La atención médica incluirá conversaciones con Joelle, centradas ante todo en sus propias percepciones y en el horario de sus cefaleas. Se la animará a reanudar las actividades de ocio con sus amigas, a pensar en el futuro y a expresar sus deseos. Varias conversaciones ante su madre y la familia tratarán sobre la reanudación de la actividad. Ayudada por el auxilio del seguro de invalidez, Joelle empieza a hacer prácticas en empresas, recobra las ganas de vivir y asiste a las sesiones de apoyo escolar. Un día, le sorprende comprobar que cada vez que está con sus amigas y se divierte, ya no le duele la cabeza. Sus cefaleas vuelven cuando está con su madre, que se inquieta tanto. Un año después, Joelle empieza a formarse profesionalmente; su enfermedad es estable, pero el absentismo ha acabado y las cefaleas son sólo un recuerdo (Michaud, 2003. En Manciaux, 2003. p. 76-77).

2.1.4 ASPECTO INTERPERSONAL

Respecto a esta categoría, el modelo CASIC, menciona que debe incluirse información sobre la naturaleza, cantidad y calidad de relaciones sociales con la familia, amigos, vecinos, compañeros, conocidos, etcétera; además del papel que toma la persona en cualquier tipo de relación que establezca (Slaikeu, 1996).

Bouvier (2004), menciona algunas características de las personas que después de haber estado expuestas a condiciones de vida muy desfavorables en su infancia, evolucionaron de forma positiva y llegaron a ser adultos equilibrados y competentes en el plano personal, familiar y profesional, así cuando eran bebés se caracterizaban por ser afectuosos, calmados y placidos y evolucionaban a ser niños sosegados, activos y competentes con orientación social positiva, agradables, alegres, amigables, reaccionando bien y teniendo confianza en sí mismos. En la adolescencia se caracterizaban por ser sociables, amigables y empáticos, estableciendo relaciones interpersonales positivas, flexibles y afectuosas; de adultos son sociables, bien equilibrados, con un sentido positivo de la vida. Este es un claro ejemplo de la importancia que tiene el vínculo afectivo estable y seguro durante la infancia, que se encargue de los cuidados del niño, pues constituye un elemento importante para poder hablar de adolescentes con las características antes mencionadas.

Así, a nivel interpersonal, la *desistencia* se construye como el resultado de la interacción entre las capacidades de la persona y su medio social y físico (familia, escuela, la comunidad, cultura, etcétera) en el que debe haber un espacio de libertad y creatividad, además de una actitud de escucha, interés y confianza, en donde haya reglas claras y firmes que favorezcan la construcción de características desistente, aún en situaciones adversas. A éste respecto, Born y Boet (2003. En Manciaux, 2003), citan el siguiente ejemplo:

Cédric tiene 17 años cuando la policía lo detiene por primera vez por posesión de estupefacientes y robo de coches. Sus padres están separados desde que tenía 4 años. Vive con su madre, su nuevo marido y dos hijos de éstos. Su padre también se volvió a casar y tiene dos hijos con su nuevo matrimonio. La guarda custodia la consiguió la madre. Cédric conoce muy poco a su padre, pues no tuvo noticias de él hasta los 16 años. Su familia tiene muy pocos ingresos. Desde la separación, la madre tiende a la bebida. La madre y el padrastro son muy autoritarios y vigilan todas las salidas de Cédric,

quien ha sufrido mucho por la distancia que ha impuesto el alcohol entre su madre y él. Acaba perdiendo toda consideración y estima hacia ella y por cuánto ésta hace.

La situación académica de Cédric no es problemática, a los 16 años establece cierta relación con su padre, pero éste está implicado en el tráfico de objetos robados, es cuando expulsan a Cédric del colegio por indisciplina y absentismo reiterado. En una nueva escuela conoce a compañeros que le arrastran a varios actos de robo y graffiti, durante mucho tiempo, la policía no les detiene; van a discotecas y consumen droga, al poco tiempo establece contacto con alguien que le ayuda a poner su propio negocio y ahora vende drogas. Con el dinero compra todo lo que quiere y lo disfruta con sus amigos, quienes ahora lo valoran más, sus resultados académicos bajan. Su madre y su padrastro intentan que entre en razón y aumentan su control. Cédric decide ir a vivir con su papá, quien no le da importancia al comportamiento de su hijo, al poco tiempo Cédric y su amigo son detenidos por la policía cuando iban en un coche robado, además de portar marihuana, lo juzgan y condenan a una pena de cárcel, Cédric es menor de edad y se ve beneficiado por las leyes, pasa al tribunal de menores. El juez decide ser clemente, habla mucho con él sobre los riesgos de la vida que ha elegido, le recuerda sus buenas notas de la escuela y le explica que cree en sus posibilidades, además el juez comprende la situación familiar de Cédric, aboga por un alojamiento en la casa de sus abuelos y le impone un trabajo de interés público, ocuparse de jóvenes deficientes mentales, quienes muestran un interés hacia él. A Cédric le conmueve el afecto de los jóvenes hacia él y se siente revalorizado por lo que realmente es y no por lo que parece y agradece al juez su confianza por no haberlo mandado a la cárcel como a su amigo.

Un incidente al salir de una sala de baile refuerza esa concienciación, y tras consumir bastante éxtasis y cannabis, sufre una afección cardíaca y es hospitalizado, toma conciencia de sus actos y se siente culpable por haber vendido sustancias peligrosas. Decide rehacer su vida y deja el domicilio familiar. Se instala solo, los gastos de su nueva vida le obligan a buscar y encontrar un trabajo. Ha dejado del todo cualquier tipo de conducta de robo y tráfico de drogas. Sigue yendo a bailar y bebe alcohol en cantidad aceptable, pero fuera de esas salidas, no toca el alcohol ni la droga. Va regularmente a trabajar y llega a ser incluso, una excelente persona (Born y Boet, 2003. En Manciaux, 2003. p.144-146).

En cuanto a las relaciones afectuosas, es muy importante para los jóvenes encontrar figuras de adultos que les sirvan como puente para la salida del círculo familiar, ya sea en la escuela, el trabajo, el deporte u otras actividades comunitarias donde pueda hablar de sus problemas y sentirse aceptado, más no

cuestionado, además de obtener un reconocimiento tanto social como personal. Cuando los adultos logran comprender los conflictos del adolescente y no se distancian de él, logran establecer los vínculos afectivos que ellos necesitan para encontrar o reencontrar un lugar productivo dentro de su círculo social.

El adolescente *desistente* es capaz entonces, de establecer relaciones interpersonales responsables y afectuosas con amistades estables de confianza, duraderas, constructivas, pues se afila con mayor facilidad a grupos de pares, se pone al servicio de otros, incluso en el noviazgo adquiere también cierta responsabilidad que lo lleva a evitar en lo posible los embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, etcétera. Además puede abrirse a un ambiente escolar y laboral, incluso familiar, de confianza y libertad que lo oriente y fije normas, donde es capaz de superar situaciones problemáticas, aceptando el apoyo incondicional de padres, hermanos, familiares, maestros, jefes, etcétera, que lo orienten a evitar que se involucre en alguna conducta de riesgo.

Un joven *desistente* no abandonará la escuela, pues posee la capacidad de recuperar y fortalecer la confianza en sus posibilidades, después de una situación no deseada.

Dentro de la familia, debe evitarse en la medida de lo posible un ambiente rígido, abusivo, de rechazo, de discusiones, donde se cuarte la libertad, pues el adolescente se sostiene en lo afectivo, principalmente por el ambiente familiar y escolar, es por esto que los docentes deben tener un conocimiento básico sobre los procesos de los adolescentes, y deben procurar que exista una separación en el rol de autoridad, transmisor de conocimientos, y que haya un trato personal y afectivo con los jóvenes que favorezca la confianza y el acercamiento entre ambos, que en un momento dado sirva como soporte para orientar al

adolescente sobre su propia vida y volver a encauzarlo en su camino, si es necesario.

2.1.5 ASPECTO COGNOSCITIVO

Sobre esta categoría, el CASIC menciona que deben tomarse en cuenta aspectos sobre los procesos mentales, incluyendo imágenes o descripciones en cuanto a metas en la vida, recuerdos del pasado y aspiraciones para el futuro, autoimagen, creencias religiosas y filosofía de la vida (Slaikiu, 1996).

El adolescente *desistente* cuenta con la capacidad de buscar una identidad propia que lo distinga de las personas cercanas, pues ha adquirido una madurez cognitiva que le proporciona tal confianza en él mismo que es capaz de tomar sus propias decisiones responsables en cualquier ámbito de su vida. Se hace cargo de su propio desarrollo, con el apoyo de un adulto como respaldo, es capaz de proponerse metas a corto, mediano y largo plazo, se traza caminos para alcanzarlas, incluso, su propio proyecto de vida que le brinde una buena proyección futura, involucrando a los adultos cercanos a él, en sus planes futuros y a corto plazo (Masias, 2001).

Así, al tomar sus propias decisiones, incluso sobre su vida futura, y tomar en cuenta opiniones distintas a las suyas, el adolescente *desistente* busca autoafirmarse, saber que él mismo es capaz de hacerse responsable de su propia vida y su futuro; se forma un autoconcepto positivo, y por lo tanto, obtiene un buen nivel de autoestima que le proporciona satisfacciones personales como un buen rendimiento escolar, laboral y personal. Así:

Cuando le preguntaron a una joven y famosa periodista cómo había podido superar el hecho de que sus padres hubiesen sido drogadictos y por tanto negligentes en su cuidado y el de sus hermanos, ella contestó: "yo sabía que estaban enfermos y sabía

que me amaban". Esta joven enfrentó la adversidad, incluso vivir en las calles y terminar; en sus circunstancias la educación secundaria sin que nadie lo supiera en la escuela (Masias, 2001, p. 20)

El joven desistente también establece relaciones personales positivas, firmes, de calidad que le proporcionan satisfacción consigo mismo, ya que cuenta con la capacidad de resolver cualquier problema que se le presente, además de que posee la capacidad de encontrarle un sentido a la vida, lo que le brinda la oportunidad de una autoaceptación completa que lo lleva a involucrarse en relaciones sociales sanas y productivas, evadiendo en la medida de lo posible las relaciones destructivas, tendrá que aprender a diferenciar muy bien este tipo de relaciones, con el fin de buscar siempre su bienestar personal, evitando siempre que pueda él verse relacionado en cualquier conducta que le implique un riesgo para su integridad personal, incluso para su propia vida.

2.2 "LOS PILARES DE LA DESISTENCIA"

En la actualidad los adolescentes tienden a ser los clientes predilectos para incurrir en conductas de riesgo, manejo irresponsables de la sexualidad, pandillaje, consumo de drogas, etcétera, por lo que la necesidad de que haya acciones preventivas es cada vez más urgente ya que los adolescentes deben ser considerados como un grupo de alto valor para el desarrollo de la sociedad del que debe aprovecharse su capacidad, vitalidad y energía para participar activamente en ella, lo que puede contribuir a tener un buen presente, además de construir, con el apoyo de personas cercanas, su proyecto de vida claro.

Es por esto que deben considerarse algunas acciones que promueven tanto la resiliencia como la desistencia, que deben aportarse por parte de padres, maestros y otros adultos que estén en contacto directo con los adolescentes (López, 2004).

Entendiendo la desistencia como *la capacidad que tiene una persona para no involucrarse en conductas de riesgo, a pesar de estar inmersas en el medio en el que se desarrolla, como resultado de la interacción entre las propias capacidades de la persona y su medio social, además de lograr un lugar positivo en la sociedad*, para fines de esta investigación se clasifican en *internas y externas* junto con algunas habilidades a las que hace referencia *la Casita de la Resiliencia* (Vanistendael y Lecomte, 2003) y el modelo *CASIC* (Slaikiu, 1996), puede darse una interacción para promover habilidades desistentes en los adolescentes.

Así, dentro de las habilidades internas de los adolescentes podemos localizar el *afecto*, la *moral* y la *conducta de riesgo* (ver Fig. 3), de tal manera que el afecto juega un papel fundamental tanto en la construcción de la resiliencia como en la desistencia ya que el contar con una relación cálida y estable en el tiempo (Kotliarenco y Dueñas, 1994) puede generar un buen nivel de autoestima en el adolescente que le haga sentirse amado por las personas cercanas (tanto dentro como fuera de la familia), así como el valorarse y amarse a sí mismo le permitirá devolver este afecto a los otros y contar con relaciones afectivas sanas que podrían constituir un factor protector para evitar que el adolescente se involucre en conductas antisociales o inadecuadas.

Dentro de las habilidades internas, se encuentra otro aspecto importante, la *moralidad* que se define como *la cualidad de las conductas humanas que las hace buenas* (Diccionario enciclopédico, 2001) y *la conformidad de la conducta con las normas morales aceptadas por la sociedad y las reglas que deben seguirse para hacer el bien y evitar el mal*.

Esta habilidad puede darle al adolescente la capacidad de poder distinguir entre lo bueno y lo malo dotándolo de cierto sentido de autonomía e independencia

que lo orientará a tomar decisiones libres y responsables para poner límites entre él mismo y el ambiente amenazante, evitando conductas de riesgo, creciendo en un ambiente de “no riesgo” que promueve un crecimiento sano desarrollando la capacidad de comprometerse con sus propios valores.

Estos aspectos están orientados a intervenir de manera preventiva en los adolescentes evitando que se involucren en conductas de riesgo que exponen a los adolescentes a perjuicios graves para su salud como son el tabaquismo, alcoholismo, drogadicción, suicidio, los accidentes, la delincuencia, la violencia, anorexia, bulimia, embarazos no deseados, fracaso escolar, la fuga del hogar y los episodios depresivos (Gómez, 2001).

Entonces, los aspectos *internos* como *el afecto y la moralidad* están orientados a prevenir *conductas de riesgo*.

Dentro de los factores *externos* podemos localizar otro aspecto importante como es la *comunicación familiar*, pues es importante que el adolescente cuente con una comunicación familiar abierta en la que se fomente la confianza, el afecto y la seguridad donde sepa que puede tratar cualquier tema y va a ser escuchado y apoyado. Es importante mencionar que la aceptación fundamental juega un papel importante pues no debe condicionarse el afecto, deben existir demostraciones afectuosas tanto físicas como verbales por parte de los padres u otros adultos más cercanos, pues estos juegan el papel de estimuladores quienes deben reconocer los éxitos y habilidades del adolescente, así como hablar también sobre sus fracasos e inquietudes pues se debe generar un ambiente de confianza y apertura para que la comunicación familiar sea satisfactoria.

Otro aspecto del ambiente externo al adolescente es *el trato con iguales*, pues junto con la relación familiar generan al adolescente un sentido de pertenencia que constituye un aspecto importante en el desarrollo de la personalidad adolescente pues genera mayor seguridad y confianza, no solo dentro de la familia o el grupo de amigos, sino con cualquier persona con la que tenga interacción, lo que desencadena mayor calidad en las relaciones interpersonales que establezca. Estos últimos aspectos pueden prevenir la actuación del adolescente en cualquier situación de riesgo.

Gómez, (2001) menciona que una conducta de riesgo pone al adolescente en una situación de riesgo, cuando esa conducta lo lleva a poner en riesgo su salud o su vida y cuando sus comportamientos afectan la integridad o ponen en juego la vida de otros, por lo que es importante saber identificar esta situación de riesgo. Así tanto la comunicación en familia como el favorecer el trato con iguales están encaminados a prevenir que el adolescente se involucre en situaciones que pongan en peligro su propia identidad y de otras personas cercanas a él. Por lo que se hace necesario un trabajo en red por parte de los adultos cercanos que le ayude a mantenerse alejado de las situaciones de riesgo. En este caso ésta propuesta esta dirigida a los padres de familia u otros adultos cercanos a los adolescentes quienes constituyen el vínculo más fuerte.

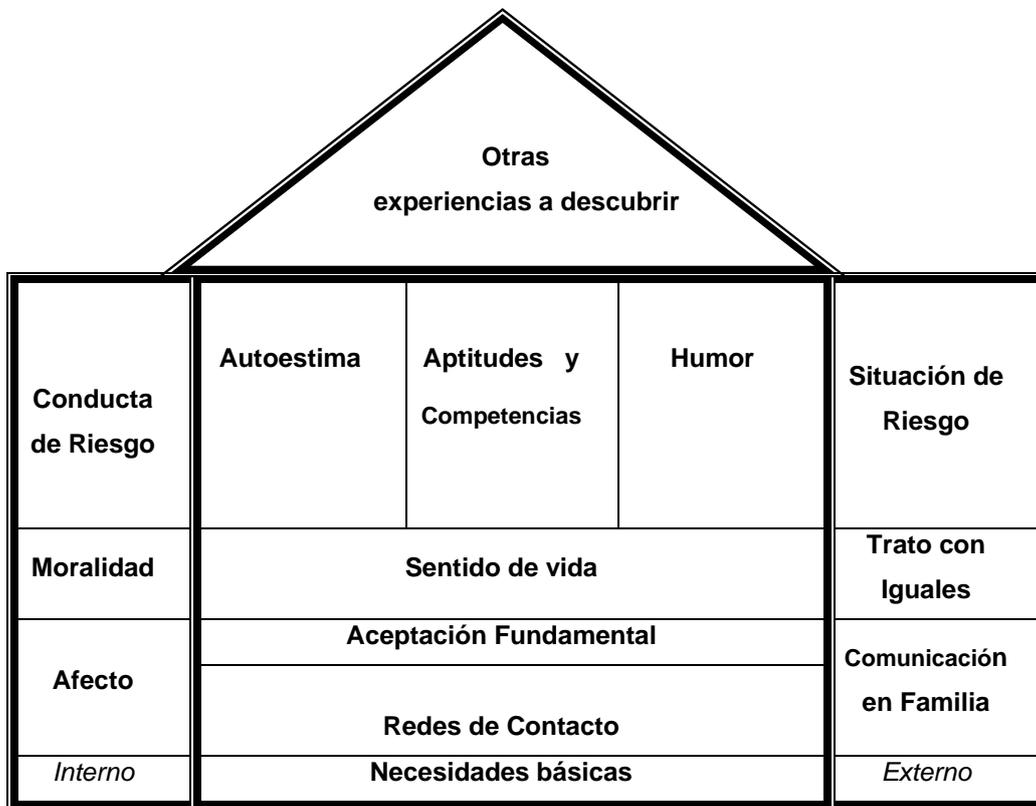


Fig. 3 "Los pilares de la desistencia". Pérez-Montoya, 2005.

Como ejemplo de *los pilares de la desistencia* se cita el siguiente caso que pudo obtenerse como parte de la práctica profesional en una preparatoria particular donde actualmente laboro:

Carlos tiene 15 años, su padre nunca estuvo con él, desde pequeño vivió con su madre, 2 hermanos pequeños y su padrastro, quien es profesor de una

secundaria y ha estado acusado por intento de violación en dos ocasiones, su madre también es profesora en la misma secundaria.

Carlos comenta que su padrastro siempre fue muy agresivo con él, lo maltrataba física, psicológica y verbalmente, lo obligaba a ingerir bebidas alcohólicas y lo golpeaba si no aceptaba, algunas ocasiones lo golpeó en la calle, a esto su madre siempre hizo caso omiso argumentando que él era quien lo provocaba y se merecía lo que su padrastro le hacía, provocando un gran resentimiento de Carlos hacia su madre distanciándose de ella. Carlos menciona que no le gustaba tomar pero lo hacía para que su padrastro no lo golpeará, incluso golpeaba también a su madre.

Durante su estancia en la secundaria su aprovechamiento fue bajo, tenía problemas con sus compañeros y maestros, pues era muy agresivo. No tenía amigos y en una ocasión estuvo expulsado temporalmente, sin embargo terminó la educación secundaria aunque con promedio bajo. Al terminar este ciclo, Carlos decidió huir de su casa, su madre no le dio importancia, y por el contrario, argumentó que él era el causante de algunos problemas con su pareja, por esta razón el chico decide ir a vivir con sus abuelos y sus tíos quienes lo acogen con mucho gusto integrándolo como un miembro más de la familia, le brindaron la ayuda y el apoyo necesarios para que pudiera continuar con sus estudios.

Actualmente Carlos cursa el primer año de bachillerato en un colegio particular de manera satisfactoria, comenta que le gusta el ambiente en que se desenvuelve, sus maestros y compañeros lo aceptan fácilmente; tiene muchos amigos y su aprovechamiento es bueno.

Aldo vive en una familia extendida con sus abuelos maternos, - a quien él llama "papás",- sus tíos, -quienes son los tutores de Carlos- y dos primos pequeños,

constantemente ve a su madre, ya que su abuela cuida a sus dos hermanos, pero no existe ningún tipo de relación entre ellos.

Por las tardes, después de la escuela, Carlos ayuda a su tío en su carnicería y acude al gimnasio, además comenta que quiere ser Ingeniero en computación y trabaja constantemente por cumplir su proyecto de vida, es un chico agradable y fácil de tratar que lucha por cumplir sus metas.

Así, Carlos logró escapar de los malos tratos de su madre, además de las situaciones de riesgo a las que era expuesto constantemente por parte de su padrastro, gracias a que a pesar de todo tuvo claro que no era eso lo que quería para él y buscó los recursos para integrarse a otro tipo de vida.

Logró el respeto y la confianza de su nueva familia, así como de las personas cercanas a él, lo que es parte esencial de la *desistencia*. Gracias al apoyo de sus tíos y abuelos pudo encontrar una familia que le brindó *aceptación fundamental*, además de una buena *comunicación* que le permite sentirse aceptado, la relación con sus maestros y amigos han dotado de espacios de esparcimiento y confianza con actividades positivas que le ayudan a tener un sano desarrollo sin caer en una situación de riesgo (*trato con iguales*), lo que constituyen al aspecto externo de *los pilares de la desistencia* -Ver fig. 3-.

En cuanto al aspecto interno, podemos observar que Carlos encontró una familia en la que le brindaron *afecto*, lo que le permitió sentirse aceptado, ahora es capaz de devolver el mismo afecto a las personas cercanas a él, su *autoestima* pudo ser reconstruida por él y las personas que lo rodean, al quererse a sí mismo puede brindar afecto y recibir lo mismo de los demás.

Otro aspecto importante es la *moral* de Carlos, al distinguir lo bueno y lo malo, tuvo la capacidad de *desistir* a lo que le causaba daño a su persona y al tener firmes sus valores pudo decidir no involucrarse en conductas de riesgo, lo que le ayuda a trabajar para lograr su proyecto de vida y tener un lugar positivo en la sociedad.

P ropuesta: Fomentando Habilidades Desistentes en la Adolescencia

“Es imposible aportar nada a nadie sin buscar y ver en cada cual lo bonito que tiene, porque identificando lo malo, lo feo, lo torcido no se ayuda a nadie. . .”

Anthony Bloom

3.1 JUSTIFICACIÓN

Los adolescentes deben considerarse como un grupo de alto valor para el desarrollo de la sociedad, del que debe aprovecharse su capacidad, vitalidad y energía para participar activamente en ella. Así, por medio de este trabajo se busca dotar al adolescente de habilidades resilientes y desistentes, basadas en el modelo de *la casita de la resiliencia* (Vanistendael y Lecomte, 2003) se presentan además los *pilares* de la misma, ya que las habilidades desistentes están sostenidas por algunas características resilientes y se toman en cuenta tanto aspectos internos como externos del adolescente, es decir, del medio en este se desarrolla. También se trabajan los aspectos del modelo CASIC (Slaikeu, 1996).

Esta propuesta esta dirigida a los padres de los adolescentes, ya que al representar el vínculo más directo con el que éstos pueden contar, el trabajo con ellos produce un impacto importante en sus hijos al tratar de prevenir las conductas de riesgo aprendiendo habilidades resilietes y desistentes que los orienten a parar situaciones de peligro y crearse una imagen positiva que les permita descubrirse a Sí mismos, tener un papel positivo en la sociedad, ser más maduros y tener proyectos futuros más realistas.

Las actividades propuestas fueron seleccionadas cuidadosamente, ya que en cada una de ellas se trabajan aspectos importantes de *la casita de la resiliencia, el modelo CASIC y los pilares de la deistencia*. Están divididas en dos fases de acuerdo a *los pilares de la deistencia*, en la fase uno se trabajan las *habilidades internas* como son *afecto y moralidad*, que están orientados a prevenir *conductas de riesgo*; en la fase dos se trabajan *los aspectos internos* como la *comunicación en la familia y el trato con iguales* encaminadas a prevenir que el adolescente se involucre en *situaciones de riesgo*.

Cabe destacar que el proyecto gubernamental "guía de padres" (Romero, 2003) maneja y enseña indirectamente a los padres algunas habilidades relacionadas con *la casita de la resiliencia* como son la *autoestima, sentido de vida, redes de contacto, necesidades fisiológicas*. Además de algunas habilidades que pueden relacionarse con el modelo propuesto de *los pilares de la desistencia*, hace referencia a la *moral* como el aprender valores y responsabilidades dentro de la familia, así como *la comunicación y el afecto* dentro de éste círculo, la importancia que tiene el trato con iguales, además de las habilidades que deben poner en práctica los padres de familia para evitar que los adolescentes (de 13 a 15 años) se involucren en situaciones y conductas de riesgo (alcoholismo y drogadicción), como son apoyo,

confianza, comunicación, cariño y aceptación, así como el acercamiento a personas cercanas ó profesionales. Sin embargo no se refiere a la resiliencia y desistencia como tal, si no más bien como algo aislado, trata de enseñar a los padres algunas habilidades que pueden facilitar el desarrollo del adolescente.

3.2 ALCANCES Y LÍMITES

Esta propuesta de trabajo dirigida a los padres de los adolescentes puede representar un apoyo importante ya que puede ayudar a prevenir que el adolescente se involucre en situaciones y conductas de riesgo que puedan entorpecer sus posibilidades de éxito, además de dotarlo de habilidades para la vida. Lo importante es identificar los factores de riesgo para poner en práctica mecanismos resilientes y desistentes que ayuden a contrarrestarlos y superar las situaciones de riesgo que están inmersas en el medio en que se desarrolla.

Se hace necesaria la investigación a cerca de la desistencia para tener fundamentos más sólidos que apoyen el fomento de habilidades desistentes en nuestros adolescentes.

Esta propuesta puede estar dirigida a padres que tengan uno o más hijos adolescentes, su condición socioeconómica y nivel de estudios no deben ser una limitante para dirigirla a una población en especial, ya que si lo pensamos, todas las personas deben tener acceso a la información y conocimiento del tema de la desistencia.

También se diseñó con base en la experiencia que se tiene en el trabajo en preparatorias privadas, donde la labor del docente tiene mucho impacto en las esferas psicosociales de los adolescentes, además de la influencia positiva que éste puede ejercer en los padres en cuanto a la educación de sus hijos

3.3 RECOMENDACIONES

Para los padres, en el trabajo con los adolescentes se recomienda ser muy cuidadosos en aspectos como:

La comunicación, es vital aprender a escuchar a los adolescentes, crear un ambiente de confianza y libertad en el que puedan expresar sus opiniones y emociones sin miedo a ser juzgados, igualmente dar mensajes de comunicación precisos y coherentes, establecer reglas y límites claros; no imponer, y de sobremanera, se debe prestar atención a lo que se hace y dice, expresando con acciones lo que se dice con palabras sin que los adolescentes se sientan ofendidos.

Tiene que ver con el trato con iguales el brindar un ambiente de apertura en el que exista respeto para su condición y dignidad humana, creando un clima de aceptación y empatía.

Es importante evitar descalificar, minimizar, ridiculizar o distanciarse física y afectivamente del adolescente; además para facilitar el aspecto afectivo se deben crear momentos de convivencia amistosa y agradable.

A cerca de la moral, se deben resaltar logros y éxitos, tratar de no emitir juicios a las actitudes u opiniones del adolescente, así como reflexionar con ellos sobre los valores y principios.

Finalmente, respecto a la conducta y situaciones de riesgo es fundamental evitar conflictos y tensiones que puedan derivar en confrontaciones mayores.

Al aplicarse esta propuesta, se recomienda seguir el orden establecido en las actividades.

3.4 ACTIVIDADES

FASE 1: Habilidades internas



Nombre: Cuando era niño. (Basada en Kotliarenco, 1997)

Aspecto de *los Pilares de la Desistencia*: Afecto

Aspecto del *CASIC*: Interpersonal

Aspecto de *la Casita de la Resiliencia*: Autoestima

Propósito: Favorecer el desarrollo de una buena autoestima, identificando una relación interpersonal afectiva.

Material: Tarjetas blancas y bolígrafos.

Instrucciones:

1. Se pide a los padres que recuerden un adulto de quien en la infancia se sintieron incondicionalmente aceptados y otro que los descalificaba y rebajaba. Además de recordar a estas personas, se debe estimular a los

padres para hacer conscientes las actitudes que levantaban o bajaban su autoestima.

2. Se les pide a los padres que en tarjetas escriban algunas frases que recordaron, y las clasifiquen en “positivas” y “negativas”, y las entreguen al instructor.

3. Ya que las tarjetas han sido entregadas, el instructor pide que se formen equipos, según el número de participantes, y se entregan algunas de las tarjetas con frases “positivas y negativas”.

4. Una vez entregadas las tarjetas, se les pide a cada uno de los equipos que ensayen un juego de roles en el que se planteen situaciones en las que se puedan usar cada una de las frases que se les entregaron, primero las negativas, luego las positivas.

Evaluación: Debe girar en torno a las siguientes preguntas:

¿Lograron identificar a los adultos que levantaban y bajaban su autoestima?

¿Lograron recordar algunas frases?

¿Qué frases eran las que utilizaban los adultos para *levantar* su autoestima?

¿Cuáles frases recordaron que *bajaban* su autoestima?

¿Qué sentimientos se generaron al recordar a estas personas?

¿Algunas de las situaciones que representaron, tienen que ver con alguna experiencia propia o fueron ficticias?

Una vez que las preguntas han sido lanzadas y contestadas, la evaluación continúa a cerca del aprendizaje de cada uno de los participantes, sobre la capacidad de identificar algunos sentimientos que se generaron durante la actividad, además del tipo de relaciones interpersonales que se reflejan en la interacción según la forma de comunicación que se utiliza y el impacto que tienen en la conformación de una buena autoestima.

Tarea en casa con los adolescentes:

1. Identificar con el adolescente algunas situaciones en que se ha sentido disminuido y otras en las que se ha sentido valorado por sus padres, además de los sentimientos que esto les ha generado.
2. Una vez expuestas las situaciones, proponer mediante el diálogo, cómo les hubiera gustado que se solucionaran, rescatando las cualidades de los adolescentes, además del aspecto afectivo entre padres e hijos, planteando algunos acuerdos que tengan que ver con el respeto a la integridad emocional de cada persona en futuras ocasiones.
3. El padre propone a su hijo que como tarea, ambos deberán cuidar una planta que es proporcionada por el padre en ese momento, simbolizando el respeto y afecto que debe haber en su relación para que esta sea sana y se cuide la integridad emocional entre ellos.



Nombre: Tarjetas P.D. (Basada en Cascón y Beristain, 2000)

Aspecto de *los Pilares de la Desistencia*: Conducta de riesgo

Aspecto *CASIC*: Conductual

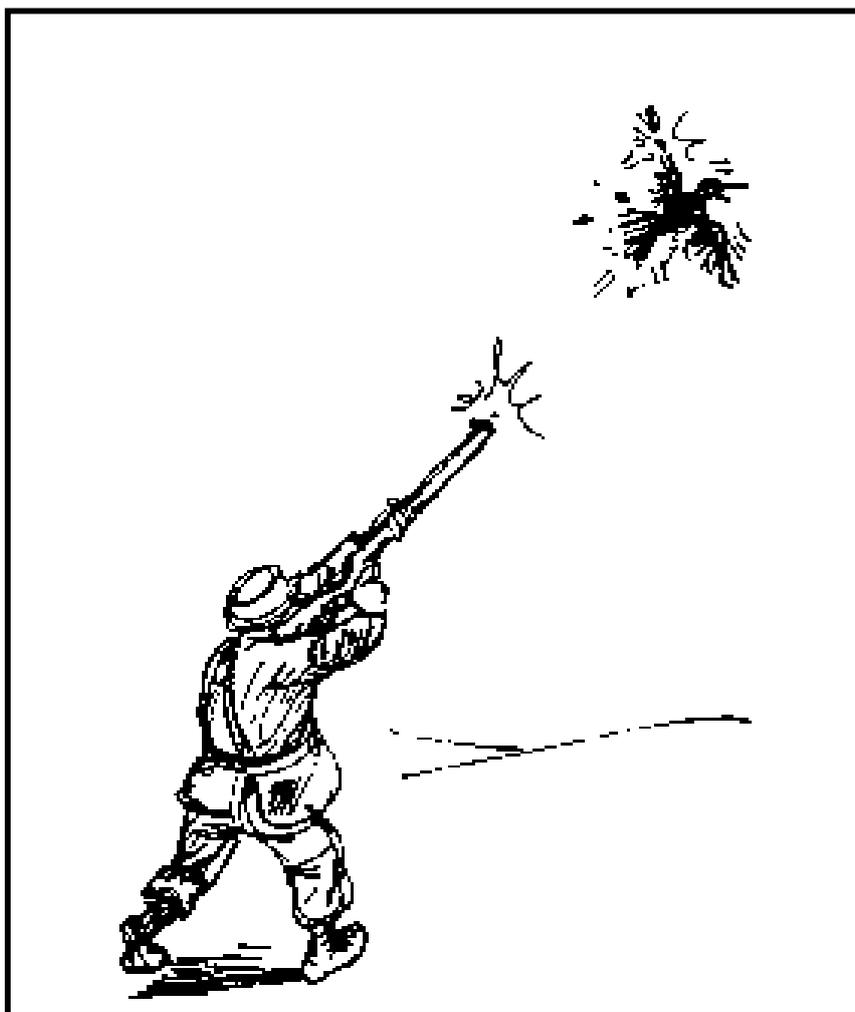
Aspecto de *la Casita de la Resiliencia*: Aceptación fundamental

Propósito: Estimular la capacidad de reconocer una situación de riesgo y la manera en que se puede evitar involucrarse en ella intentando dar soluciones prácticas.

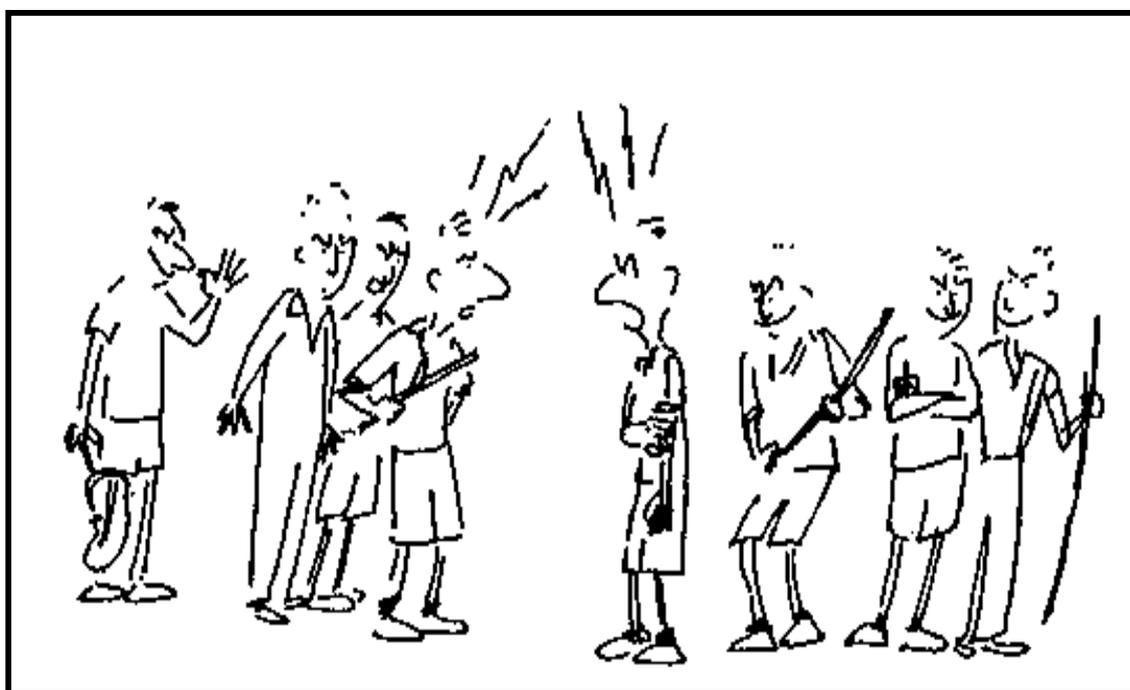
Material: Tarjetas P. D., que se muestran a continuación:

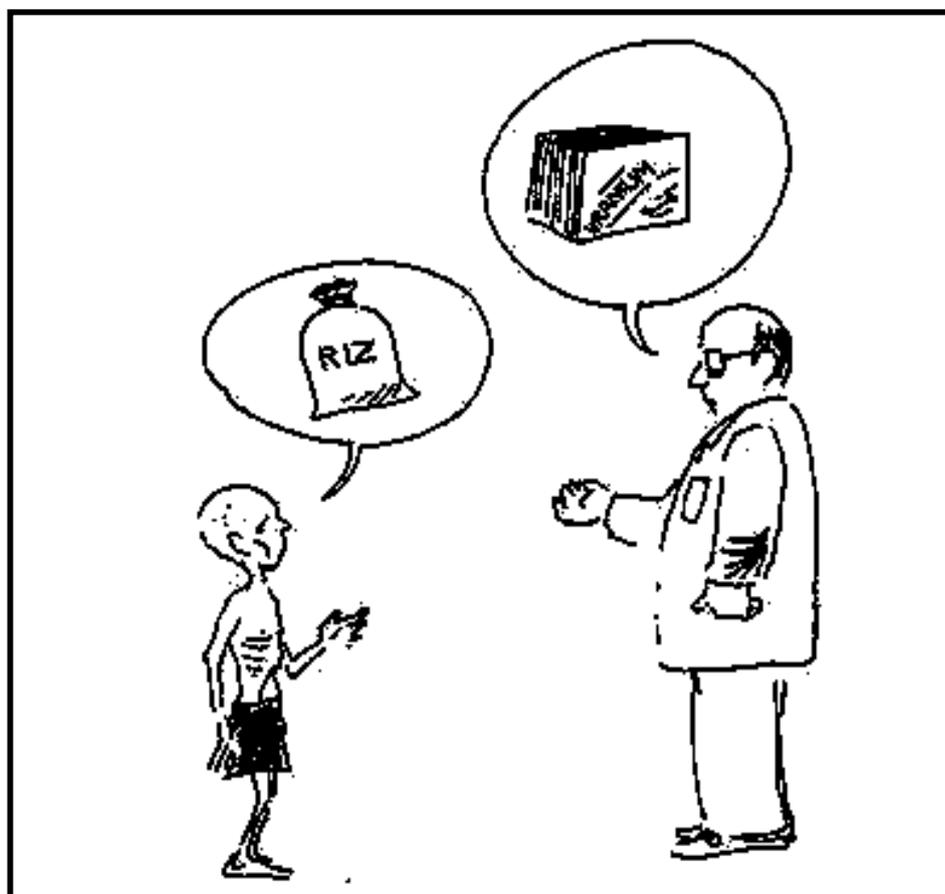




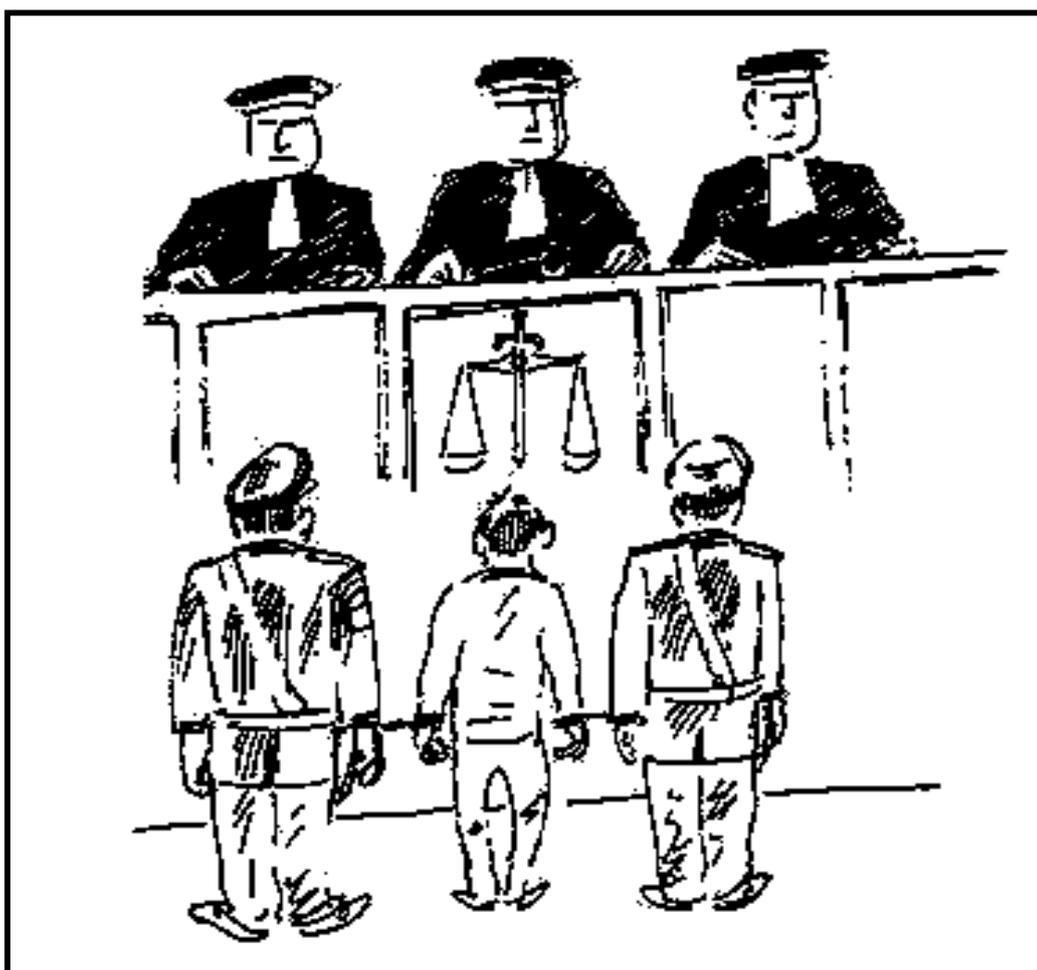


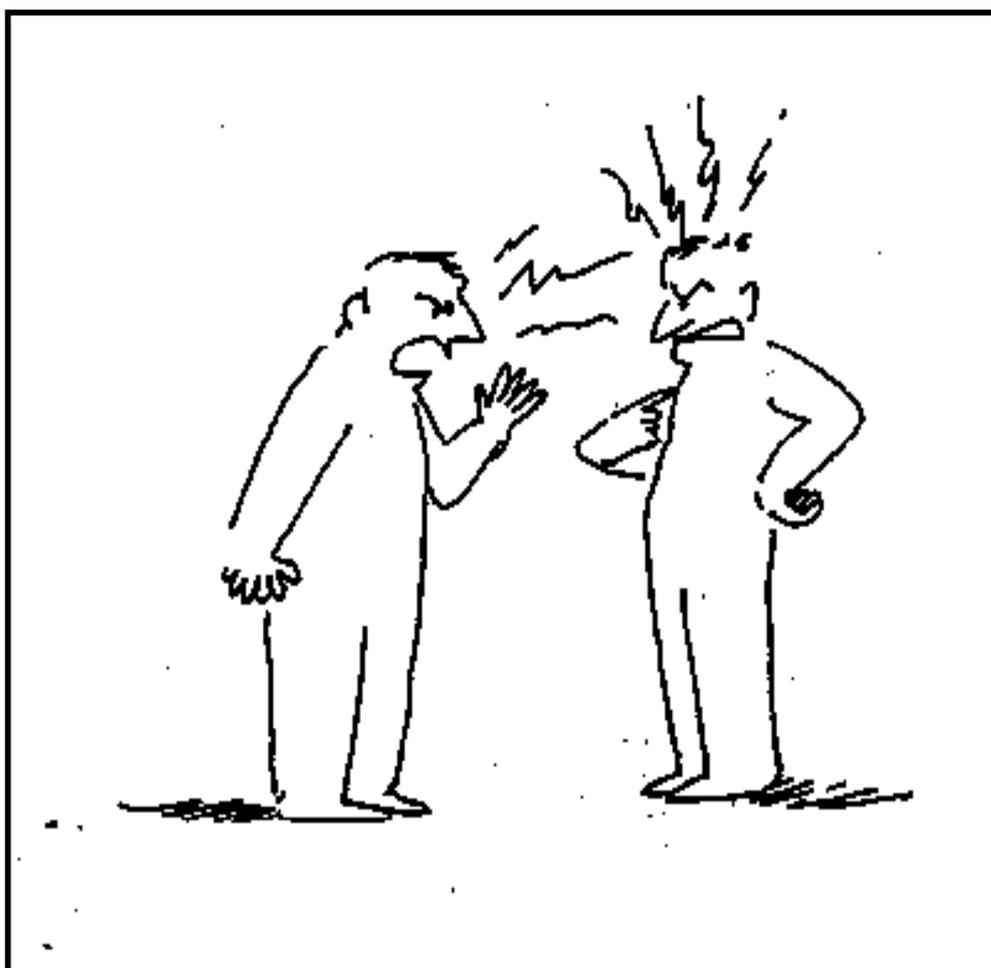












Instrucciones:

1. El coordinador va mostrando las tarjetas P. D. a los participantes y les pide que describan cada una detalladamente, (lo que se ve y lo que se siente), se puede hacer alguna pregunta o descubrir algún aspecto de las situaciones y da oportunidad a que cada uno de los participantes proponga una solución para cada una de las tarjetas.
2. Proceder de la misma manera con cada una de las tarjetas.
3. Propiciar en el grupo el debate sobre la mejor manera de solucionar el conflicto y dar, entre todos, una conclusión sobre la tarjeta en cuestión, se propone una manera de no caer en alguna situación similar, además de la aceptación que debe haber hacia sus hijos si llegaran a involucrarse en una situación similar.

Evaluación: La evaluación se realiza a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Pudieron identificar cuando se pone en riesgo a otra persona o a uno mismo?
- ¿Qué sintieron al observar cada una de las situaciones?
- ¿Lograron identificarse con alguna de las situaciones?
- ¿Imaginaron algunas causas que pudieron llevar a actuar de esa forma?
- ¿En manos de quién estaba solucionar algunas situaciones?
- ¿Cuál era la mejor manera de actuar para solucionar el conflicto?

Otro aspecto de la evaluación es reflexionar sobre la manera de resolver conflictos o situaciones peligrosas que les han permitido poner límites entre el ambiente amenazante y su propia persona para no involucrarse en una conducta de riesgo, y en el caso de que así fuera, se debe tener una aceptación fundamental hacia el adolescente.

Tarea en casa con los adolescentes:

1. Propiciar el diálogo con los adolescentes, respecto a algunas situaciones en las que fuera del hogar se han sentido amenazados o en peligro, identificando además a algunas personas que estén involucradas.
2. Motivar al adolescente a comentar si es que pudo salir de esa situación de riesgo, y cómo lo logro, o en su defecto qué fue lo que pasó.
3. Involucrarse en alguna actividad con su adolescente, por ejemplo, ir a una fiesta, con la finalidad de poder identificar una situación de riesgo y comentar lo que pasó.



Nombre: Meta/deseo.

Aspecto de *los Pilares de la Desistencia*: Moral (Capacidad de distinguir lo bueno y lo malo)

Aspecto *CASIC*: Cognitivo

Aspecto de *la Casita de la Resiliencia*: Otras experiencias por descubrir

Propósito: Favorecer la capacidad de toma de decisiones, estimulando la imaginación y la creatividad.

Material: Tarjetas blancas, bolígrafos, hojas de rotafolio y marcadores, o pizarrón y gises.

Instrucciones:

1. El coordinador pide que cada participante diga una situación que actualmente le preocupa, sin discutirlos, los escribe de forma que todos los participantes puedan verlos.

2. Una persona escoge el problema de la lista que le parezca más significativo (probablemente sea el que propuso), y lo explica detalladamente.
3. A continuación todos dicen una “meta/deseo” o un “deseo de fantasía” que les gustaría que ocurriera si todo fuera posible (esto entre una variedad de posibilidades para la situación y ayuda a definirla más claramente).
4. Después, cada quien propone una solución práctica y realista, para hacer frente al problema, las “metas/deseos” y las soluciones se escriben en las tarjetas y se entregan a la persona que sugirió el problema.
5. El proceso se repite para cada uno de los participantes.

Evaluación: Al terminar la actividad, se hacen las siguientes preguntas a los participantes:

- ¿Cómo se sintieron al expresar su problema?
- ¿Habían pensado ya en alguna solución?
- ¿Pondrán en práctica alguna solución de las que fueron propuestas?
- ¿Cómo se sienten ahora que han hablado sobre su problema?

Para terminar, propiciar la reflexión sobre cuáles de las opciones de solución pueden aplicarse para resolver el problema, favoreciendo la toma de decisiones responsables, poniendo límites entre lo justo y lo injusto conociendo, a partir de las opiniones de otros, nuevas experiencias que pueden representar una enseñanza para la vida.

Tarea en casa con los adolescentes:

1. De la misma manera que se trabajó con los padres, estos pueden propiciar que sus hijos expresen alguna situación que les preocupe, mencionando algunas posibles soluciones que han tratado de llevar a cabo, expresando, además su “deseo de fantasía”.

2. En una carta, ahora el padre será quien proponga al menos dos posibles soluciones al problema de su hijo, dándose la oportunidad de leerla juntos en ese momento, el hijo tomará la decisión que le parezca más adecuada para su problema ayudándolo a poner límites entre lo bueno y lo malo, además de favorecer la toma de decisiones y conocer nuevas experiencias.



FASE 2: Factores externos

Nombre: El gato y el ratón (Basada en Cascón y Beristain, 2000)

Aspecto de *los Pilares de la Desistencia*: Situación de riesgo

Aspecto *CASIC*: Cognitivo

Aspecto *la Casita de la Resiliencia*: Aptitudes y competencias.

Propósito: Estimular la capacidad de poner en práctica sus aptitudes y competencias para dar solución a algunas situaciones amenazantes.

Instrucciones:

1. Se prepara el ambiente para hacer una narración.
2. El coordinador narra a los participantes las indicaciones con animación y marca largas pautas entre una sección y otra, con la intención de dejar tiempo para sentir la situación:

“Cierren los ojos e imaginen que salen de esta sala y caminan por una acera muy larga. Llegan ante una vieja casa abandonada. Ya están en el camino que conduce a ella. Suben las escaleras de la puerta de entrada. Empujan la puerta que se abre rechinando y recorren con la mirada el interior de una habitación oscura y vacía”.

1. De repente son invadidos/as por una extraña sensación. Sus cuerpos empiezan a temblar y a tiritar y sienten que se van haciendo cada vez más pequeños. De momento, no llegan nada más que a la altura del marco de la ventana. Continúan disminuyendo hasta el punto de que parece que el techo está

ahora muy lejano, muy alto. Ya sólo son del tamaño de un libro, y continúan empequeñeciéndose.

2. Notan ahora que cambian de forma. Su nariz se alarga cada vez más y sus cuerpos se llenan de pelo. En este momento están a cuatro patas y comprenden que se han transformado en ratón.

3. Miren a su alrededor, desde su situación de ratón. Están sentados en un extremo de la habitación. Después ven moverse la puerta ligeramente.

4. Entra un gato. Se sienta y mira a su alrededor, muy lentamente, con aire indiferente. Se levanta y avanza tranquilamente por la habitación. Se quedan inmóviles, petrificados. Oyen latir su corazón; su respiración se vuelve entrecortada. Miren al gato.

5. Acaba de verlos y se dirige hacia ustedes. Se aproxima lentamente, muy lentamente. Después, se para delante de ustedes, se agacha. ¿qué sienten?, ¿qué pueden hacer?, en este preciso instante ¿qué alternativas tienen?

(UN LARGO SILENCIO)

6. Justo en el momento en que el gato se dispone a lanzarse sobre ustedes, su cuerpo y el de ustedes empiezan a temblar. Sienten que se transforman de nuevo. Esta vez crecen. El gato parece hacerse más pequeño y cambia de forma. Ahora tienen la misma estatura que ustedes. . . y ahora es más pequeño.

7. El gato se transforma en ratón y ustedes se convierten en gato. ¿Cómo se sienten ahora que son más grandes? Y ahora que no están acorralados ¿qué les parece el ratón?, ¿saben lo que siente el ratón?, y ustedes ¿qué sienten ahora? Decidan lo que van a hacer y háganlo. . .

(UN LARGO SILENCIO)

¿Cómo se sienten ahora?

8. Todo vuelve a empezar. La metamorfosis. Crecen más y más. Ya casi han recuperado su estatura y ahora se convierten en ustedes mismos. Salen de la casa abandonada y vuelven a esta sala. Abren los ojos y miran a su alrededor.

Evaluación: Se lleva a cabo partiendo de las siguientes preguntas:

¿Cómo se sintieron cuando, en su papel de ratón, estaban en riesgo?

¿Cambiaron las sensaciones cuando se convirtieron en gato?

¿Qué fue lo que hizo la diferencia entre cada una de las situaciones?

¿Qué fue lo que les facilitó ponerse fuera de peligro?

Además se analiza la situación amenazante en la que los participantes se vieron involucrados, que piensen en alguna situación real y en la forma en que resolvieron tal conflicto, en las sensaciones que esto les produjo, expresando algunas habilidades que les permitieron darle una determinada solución, y alejarse de situaciones no deseadas.

Tarea en casa con los adolescentes:

1. Los padres pueden leer el cuento a sus hijos.
2. Posteriormente, se les pide a los adolescentes que piensen en alguna situación amenazante en la que se han visto involucrados y salieron bien librados, haciendo una lista de las acciones que pusieron en práctica, haciendo concientes algunas de sus habilidades que tal vez desconocían como fortalezas y que en un futuro les pueden permitir protegerse de algunas situaciones no deseadas.
3. Se recomienda que tanto los padres como el hijo tengan contacto con una situación de riesgo como es el acercamiento a los niños de la calle, desde cierta distancia, observar dicha situación y reflexionar a cerca del cuento, ¿quién será el gato y el ratón?. Los padres deben hacer la aclaración de que en éste caso no existe ni el gato ni el ratón, sino, más bien existe una situación de igualdad y respeto a la integridad de cada persona; solo cambia la situación de cada uno.



Nombre: Encuentros. (Basado en Cascón y Beristain, 2000)

Aspecto de *los Pilares de la Desistencia*: Comunicación en familia

Aspecto *CASIC*: Afecto

Aspecto de *la Casita de la Resiliencia*: Redes de contacto informales, familia

Propósito: Mostrar a los participantes las formas de comunicación y la manera de expresar sentimientos con el lenguaje no verbal.

Material: Ninguno

Instrucciones:

1. Por grupos de 2 a 4 personas, y un observador por equipo, poner en práctica diversas maneras de dar la mano (distráido, agresivo, dulce, tierno, etcétera).

2. En grupos de un máximo de 10 personas se encuentran sentados en un círculo. Durante uno o dos minutos, cada uno reflexiona sobre un sentimiento que quieran comunicar a una de las personas presentes. Luego, en silencio, la primera puede levantarse y después de estar sentada frente a una persona elegida, le expresa el sentimiento que desea únicamente con la mirada y con un apretón de manos. Después vuelve a su lugar, los demás han observado e intentan sentir lo que pasa.

Cuando la primera persona ha vuelto a su lugar, le sigue otra hasta que en silencio, cada persona que lo desee se haya comunicado.

3. Cada persona explicará lo que intento comunicar y lo que sintió del otro, además de lo que ha recibido cuando otra persona trato de comunicarse con ella y lo que esto le produjo.

Evaluación: Puede girar en torno a las siguientes preguntas:

¿Lograron experimentar los diferentes estados de ánimo cuando se saludaron?

¿Qué sintieron cuando alguien los saludaba de una manera despectiva?

¿Y cuando ustedes lo hicieron con los demás?

¿Qué sentimiento quisieron expresar a la otra persona?

¿Lograron transmitir el sentimiento que en realidad querían transmitir?

¿Qué fue lo que percibieron de la persona que trato de comunicarse con ustedes?

¿Cómo se sintieron?

Posteriormente puede propiciarse una discusión sobre la expresión individual de lo que más les ha impactado, así como la calidad de la comunicación, sobre todo, en la familia, si se comunica lo que en verdad se quiere decir, dando especial importancia a lo “no dicho”, de lo que “se siente” más allá de las palabras y la importancia que esto adquiere en el ambiente familiar, para generar relaciones afectivas de calidad.

Tarea en casa con los adolescentes:

1. Con la finalidad de enseñar a los adolescentes a ser coherentes con lo que dicen y hacen, puede practicarse la primera parte del ejercicio (los saludos) y discutir sobre sus percepciones.
2. Posteriormente se puede proponer a los adolescentes practicar las diferentes formas de saludo con el resto de los miembros de la familia con la finalidad de experimentar sus emociones con cada uno de ellos.



Nombre: Disparates.

Aspecto de los *Pilares de la Desistencia*: Trato con iguales

Aspecto *CASIC*: Interpersonal

Aspecto de *la Casita de la Resiliencia*: Humor

Propósito: Favorecer el contacto con los miembros de un grupo de iguales, estimulando la creatividad y el sentido del humor.

Material: Periódicos, tijeras, pegamento, hojas de rotafolio.

Instrucciones:

1. Se divide al grupo en equipos en los que cada uno de los integrantes debe hablar sobre una situación estresante que ha vivido, al mismo tiempo que anotan el nivel de ansiedad que esto les produjo en una escala de 1 a 10, y de común acuerdo eligen la situación que genere mayor impacto en el equipo.
2. Una vez elegida la situación a trabajar, se pide que recorten del periódico palabras, no letras, que ayuden a replantear la misma situación, pero de manera graciosa.
3. Una vez terminada la actividad, se presenta al resto del grupo, leyendo los disparates que han formado, se continúa hasta que todos los equipos han presentado su disparate.
4. Se cuestiona a cada uno de los participantes acerca del nivel de ansiedad que experimentaron al hablar sobre la situación estresante.

Evaluación: Puede girar en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Lograron recordar la situación amenazante?
- ¿Cómo se sintieron al recordar?
- ¿Cómo lograron ponerse de acuerdo sobre la situación que trabajaron?
- ¿Cómo se sintieron al hacer del problema una situación cómica?
- ¿Bajó el nivel de ansiedad al convertir su problema en una situación graciosa?

En la escala de 1 a 10, ¿A qué nivel bajó la ansiedad que les producía ésta situación?

¿Cambió la percepción que tenían de su problema al contarlo a los demás de una manera graciosa?

Puede hacerse una reflexión sobre el reírse de la realidad, de los propios problemas, así como el sentirse parte de un grupo de iguales para cumplir con una tarea asignada, retomando la importancia que adquiere el grupo de amigos de los adolescentes al sentirse parte de ellos.

Tarea en casa con los adolescentes:

1. Cuando los padres noten que los adolescentes tengan alguna dificultad de cualquier naturaleza, se les puede ayudar a bajar la tensión tratando de convertir su problema en una situación cómica contando un chiste, diciendo un refrán o un dicho que esté relacionado con la situación que puede estar preocupando al adolescente.
2. Establecer semanalmente, 15 minutos de chistes en familia, en los que cada uno de los miembros pueda hablar de sus conflictos en forma de chiste.



3.5 COMENTARIOS FINALES

Esta propuesta está dirigida a entrenar a los padres de familia en las habilidades de la desistencia, para que a su vez las enseñen a sus hijos adolescentes con el objetivo de que éstos puedan alejarse de las situaciones de riesgo en las que pudieran poner en peligro su integridad personal.

Las actividades propuestas para los padres tienen una relación directa con las que se proponen para los adolescentes, pues al recibir los padres el entrenamiento previo, se facilitará el trabajo en casa gracias a la formación

recibida en el taller, además las tareas en casa no deben representar ninguna dificultad ya que son actividades sencillas y de fácil aplicación.

Es recomendable que las actividades propuestas para los adolescentes sean realizadas periódicamente por los padres con el fin de que haya un seguimiento en el entrenamiento de las habilidades de la desistencia.

Cabe mencionar que es importante que los padres empiecen a hacer uso del concepto de la “*desistencia*”, para hacer referencia a que sus hijos son capaces de alejarse de algunas situaciones de riesgo en las que puede ponerse en peligro su propia integridad.

Conclusiones

. . . Tendríamos que ejercitarnos más en descubrir y agradecer lo positivo de la vida, de las personas, de los acontecimientos.

Anónimo

En este trabajo se ha estudiado la etapa de la adolescencia y los factores que intervienen para crear una personalidad resiliente y resistente.

Como menciona Manciu (1982), la adolescencia es un periodo de transición entre la niñez y la edad adulta en la que se viven una serie de cambios físicos (pubertad), fisiológicos, psicológicos y sociales que generan en el adolescente ciertos niveles de tensión, además de que este periodo de la vida ha sido objeto de una serie de estereotipos que la misma sociedad ha impuesto y son ya estigmatizaciones que se han generalizado y llegado a creer como ciertas, incluso por los mismos adolescentes, quienes no aceptan fácilmente estas características negativas.

En la práctica profesional he confirmado que los adolescentes poseen una energía positiva que pueden utilizar constructivamente en su propio beneficio y en el de otras personas, además si se explotan estas capacidades pueden observarse resultados muy satisfactorios que

permitirían darse cuenta de que la etapa de la adolescencia no es sinónimo de cosas negativas.

Siempre es más fácil fijarse en los “defectos” de los adolescentes que en las características positivas de esta edad. Si bien es cierto que hay algunos factores generales debe ser considerados como características propias de la edad, como parte de la personalidad.

Si nos referimos a Mckinney (1982) que menciona que la adolescencia es una etapa de tormenta y tensión, sabemos que todos los cambios de los que el adolescente es objeto, le generan cierta angustia y estrés, por lo que él mismo debe buscar estrategias para poder enfrentar mejor esta etapa. Lo mejor es la cercanía con adultos de su confianza, generalmente, padres y maestros, así como cualquier adulto que esté dispuesto a ayudarlo a comprender lo que le sucede, pues deben aprender a entender mejor a sus adolescentes y establecer relaciones más consistentes con ellos en las que haya disposición tanto por parte de los adolescentes como de los adultos de mantener relaciones armoniosas y constructivas que les ayuden a tener un desarrollo sano pues la adolescencia constituye la etapa más vulnerable para el ser humano, ya que el desequilibrio emocional del que es objeto puede orillarlos a la práctica de conductas de riesgo que puede ser un factor desencadenante para que se vea involucrado en situaciones de riesgo que pongan en peligro su propia integridad personal y de otras personas cercanas a él.

Tomemos en cuenta también algunas características normales de la vida en las que generalmente, se presentan situaciones adversas que no son fáciles de enfrentar, el adolescente debe contar con las herramientas necesarias

para salir adelante, pero la gran parte de ellos no cuentan con las habilidades para poder enfrentarlas de manera efectiva, y son precisamente los adultos cercanos a ellos quienes deberían dotarlos de “habilidades para la vida”, que hagan de las experiencias negativas oportunidades de crecimiento personal, esto quiere decir que los adultos son el factor más importante para dotarlos de habilidades resilientes para crear personalidades con estas características, pues se menciona la relación afectiva y estable como el factor protector de mayor importancia. Cabe mencionar que no se nace siendo resiliente, pues se aprende con ayuda de los factores protectores tanto personales como del ambiente en que se desarrolla, es decir, el resultado de una interacción entre la persona y el ambiente, es una dinámica de desarrollo pues se da conforme el adolescente atraviesa por distintas situaciones adversas que pueden interferir con un desarrollo positivo, es como debe hacer uso de sus recursos personales o factores protectores para salir airoso de las vivencias negativas, de esta manera se muestran conductas resilientes que pueden ayudar a tener un desarrollo sano.

Es aquí donde los factores protectores toman importancia, pues dependiendo de la situación, un factor que actúa como protector en determinado momento puede funcionar como factor de riesgo en un evento distinto.

El desarrollar una personalidad resiliente no significa recuperarse de un evento traumático, sino, más bien crecer hacia algo nuevo, superando la experiencia negativa y llegar a un cambio en el que se aproveche la situación adversa como una oportunidad de crecimiento. Así, un individuo que ha desarrollado una personalidad resiliente puede enseñar a otra

persona cercana algunas habilidades, lo que puede ayudar a desarrollar tendencias resilientes en algunas familias, de esta manera, en un momento determinado una persona puede actuar como asesor de la resiliencia.

El desarrollar personalidades resilientes en la adolescencia puede provocar en el adolescente resultados positivos para su desarrollo, pues pueden ser capaces de proponerse un proyecto de vida y cumplir con sus expectativas en un futuro, además puede construir también una herramienta que le ayude a no involucrarse en conductas y situaciones de riesgo, es decir, que pueden ser desistentes, así, una persona que ha desarrollado una personalidad resiliente, desarrolla también habilidades desistentes pues es capaz de alejarse de conductas de riesgo que pueden estar inmersas en el mismo medio en que se desarrolla, puede tener la capacidad de saber que no desea ese tipo de vida para él.

Así, las habilidades de la desistencia, es decir, *los pilares de la desistencia* están sostenidas por las habilidades de *la casita de la resiliencia*, por lo que se puede decir que una persona resiliente, tiene la capacidad de desarrollar también habilidades desistentes y alejarse de cualquier situación de riesgo que esté inmersa en su ambiente cercano (familia, amigos, etcétera). En cambio, una persona que desarrolla sólo habilidades desistentes, no necesariamente es resiliente ya que, por ejemplo, puede estar resistiendo el no consumir algún tipo de droga, pero al darse algún evento precipitante, esta resistencia puede romperse y desencadenar una conducta de riesgo y terminar con la desistencia temporal o definitivamente.

La desistencia no consiste en evitar la adversidad ni el riesgo, más bien en controlar el riesgo, además constituye una dinámica del ambiente social,

pues tiene que ver con cambios de modo de vida, cuando el adolescente está involucrado en situaciones de riesgo se busca que pare su trayectoria y luche por un lugar positivo en la sociedad, controlar su propia vida, lo que otorga un sentimiento de poder sobre sí mismo, que es parte de la desistencia lo que puede darle nuevas opciones para su desarrollo que puedan funcionar como estilos de afrontamiento para que pueda alejarse física y emocionalmente de las situaciones de riesgo.

En la desistencia también se toman en cuenta factores *internos* del individuo, como del medio en los que se involucran aspectos de la familia que constituyen una gran ayuda para el adolescente pues como en la resiliencia los adultos juegan un papel de suma importancia en el sano desarrollo de los adolescentes, por lo que se hace necesario un trabajo en red con los adultos cercanos a los adolescentes que representan una ayuda que pueda mantenerlos alejados de las situaciones de riesgo.

Se hace necesario que para futuras investigaciones se propongan actividades dirigidas para los profesores de los adolescentes que a su vez constituyan una ayuda importante para éstos.

Bibliohemerografía

Alvarez, G. R. (1999). Carpeta de orientación educativa. México. Hederé.

Aracena, M., Castillo, R., y Hernández, A. M. (2004). Resiliencia y maltrato infantil: variables que diferencian a los sujetos que maltratan y no maltratan físicamente a sus hijos en el presente y que tienen historia de maltrato físico en la infancia. Disponible en: <http://rehue.csociales.uchile.cl/psicología/publica/resiliencia-maltrato.pdf#serch>. Recuperado el 25 de Agosto del 2004.

Born, M. y Boët, S. (2003). Delincuencia, desistencia y resiliencia en la adolescencia. (143-147). En: Manciaux, M. *La Resiliencia: Resistir y Rehacerse*. Barcelona. Gedisa.

Bouvier, Bassegoda. P. (2004). Resiliencia: una mirada que abre horizontes. Disponible en: www.uv.es/~colomeri/fundacion7resilienciahorizonteshtm-31k._ Recuperado el 25 de agosto del 2004.

Cascón, S. P. y Beristain, C. M. (2000). La alternativa del juego 1. España. Los libros de la catarata.

CEANIM (Centro de Estudios y Atención del Niño y la Mujer). Resiliencia: una nueva mirada a la pobreza. Disponible en <http://www.resiliencia.cl/>. Recuperado el 17 de mayo del 2004.

Cerisola, M. C. (2004). Resiliencia. Programas preventivos. Universidad del Salvador. Psicología sanitaria. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos13/resi/resi.shtm#top>. Recuperado el 17 de mayo del 2004.

- Cortés, A. A. (2004). Conducta suicida, adolescencia y riesgo. Disponible en: www.monografias.com/trabajos/15/conductasuicida/conducta_suicida.html-42k_ Recuperado el 25 de agosto del 2004.
- Craig, G. J. (1994). Desarrollo psicológico. 6ª. Ed. México. Prentice Hall.
- Cyrułnik, B. (2003a). Los patitos feos. Barcelona. Gedisa.
- Cyrułnik, B. (2003b). El encantamiento del mundo. Barcelona. Gedisa.
- Cyrułnik, B., Lecomte, J., y Manciaux, M., (2003). La resiliencia: Estado de la cuestión. (17-27). En: Manciaux, M. *La Resiliencia: Resistir y Rehacerse*. Barcelona. Gedisa.
- Figueroa, C. D. (2004). Resiliencia o fortaleza desconocida para superar la adversidad. Sociedad Venezolana de Pediatría y Puericultura. Disponible en [www.dynabizvenezuela.com/pediatría/dyncat.cfm?catid=1845-101k-Resultado suplementario](http://www.dynabizvenezuela.com/pediatría/dyncat.cfm?catid=1845-101k-Resultado_suplementario). Recuperado el 25 de agosto del 2004.
- García, G. E. L., (1999). Psicología general. México. Publicaciones Cultural.
- García, F. E. y Mitsu, O. G. (1993). El maltrato infantil: un análisis ecológico de los factores de riesgo. Disponible en: <http://gip.oniovi.es/docume/comentario2.pdf>. Recuperado el 25 de agosto del 2004.
- Gianfrancesco, A. (2003). ¿Una literatura de resiliencia? Intento de definición. (28-44). En: Manciaux, M. *La Resiliencia: Resistir y Rehacerse*. Barcelona. Gedisa.
- Gómez, D. G. M. T. (2001). Adolescencia y prevención: conductas de riesgo y resiliencia. *Revista de Psicología y Pedagogía*. 2000. 4. Facultad de Psicología y Pedagogía. Universidad del Salvador.
- Gran diccionario enciclopédico. (2001). McGraw Hill. México.
- Hardiness. (2004). Resiliencia, personalidad resiliente. Disponible en: <http://www.psicologiapositiva.com/resiliencia.html>. Recuperado el 17 de mayo del 2004.
- Kotliarenco, M. A. (1997). Resiliencia e intervención educativa y psicosocial.. Trabajo presentado en el seminario "Los Aportes del Concepto Resiliencia en los Programas de intervención Psicosocial. CEANIM (Centro de Estudios y Atención a la Mujer).
- Kotliarenco, M. A. y Cáceres, I. (1994). Una posible posibilidad frente al estrés de las familias en pobreza: los mecanismos protectores. Trabajo presentado en "Encuentro Nacional de Educación Parvularia: Derechos del niño, Rol de la

Familia y Calidad de la Educación. CEANIM (Centro de Estudios y Atención a la Mujer). Valparaíso.

Kotliarenco, M A., Cáceres, I. y Alvarez, C. (1996). La pobreza desde la mirada de la resiliencia. Trabajo presentado en el seminario "Pobreza, Desarrollo Humano e Integración Social: La Resiliencia como una Posibilidad" Organizado por CEANIM (Centro de Atención del Niño y la Mujer) Chile.

Kotliarenco, M A., Cáceres, I. y Fontecilla, M. (1997). Estado de arte en resiliencia. Washington. Organización Panamericana de la salud. Disponible en: tgh:77www.adolesc.org/pdf/Resil6x9.pdf#search. Recuperado el 8 de Octubre del 2004.

Kotliarenco, M A., y Dueñas, V. (1994). Vulnerabilidad Versus Resilience: Una propuesta de acción educativa. Trabajo presentado en el seminario "Pobreza y Desarrollo Humano: Legitimidad y Validez del Diagnóstico y Evaluación Convencional. CEANIM (Centro de Atención del Niño y la Mujer) Chile.

Kotliarenco, M. A. y Pardo, M. (2000). Algunos alcances respecto del sustento biológico de los comportamientos resilientes. Disponible en: <file:///D:/resiliencia/kotliarenco-2000.htm>. Recuperado el 12 de mayo del 2004.

López, Silvia. (2004). La resiliencia, algo para promover. Disponible en: <http://wwwcommint.com/lacth/sid--html>. Recuperado el 25 de agosto del 2004.

Manciaux, M. (2003). *La Resiliencia: Resistir y Rehacerse*. Barcelona. Gedisa.

Masias, C. C. (2001). Resiliencia y programas preventivos del consumo de drogas. (13-28). En: Zavaleta, A. Factores de riesgo y protección en consumo de drogas. Perú: CEDRO. Disponible en: www.venumperu.com/friesgo-capi-p13-27.pdf.

McKinney, J. P. (1982). Psicología del Desarrollo. Edad adolescente. Manual Moderno. México.

Michaud, P. (2003). El adolescente y el médico: para una clínica de la resiliencia. (75-86). En: Manciaux, M. *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Barcelona. Gedisa.

Morris, Ch. (2001). Introducción a la Psicología. 10ª. Ed. México. Pearson Educación.

Munitst, M., Santos, H., Kotliarenco, M., Suárez, E., Infante, F. y Grotberg, E. (1998). Conductas y características resilientes (19-26). En: Manual de identificación y

promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. Disponible en: <http://www.resilient.vive.edu/library/resilman/resilman-conductas.pdf>.

Recuperado el 8 de octubre, 2004.

Nezit. (2004) Notas realizadas a profesionales de la salud. Resiliencia: proceso de superación de la adversidad. Disponible en: notas.nezit.com.ar/resiliencia.htm.

Recuperado el 25 de agosto del 2004.

Pacheco, B. P. (2004). Resiliencia ¿Qué es eso?. Disponible en: <http://www.geocities.com/-jguymuse/resi.html>. Recuperado el 17 de mayo del 2004.

Raffo, A. G. y Rammsy, C. (1997). La resiliencia. Universidad del Desarrollo. Escuela de Psicología. Revista Latinoamericana de Psicología. Disponible en <http://www.monografías.com./trabajos5/laresi/laresi.shtml>. Recuperado el 17 de mayo del 2004.

Ríos, M. y Alarcón, M. E. (2003). Orientación Educativa. 1ª. Ed. México. Publicaciones Cultural.

Romero, I. N. (2003). Guía de Padres, de 13 a 15 años. Fundación Vamos México y SNTE. México. Ed. Infantil y Educación.

Roque, L. P. (2001). Higiene mental. México. Publicaciones Cultural.

Slaikau, K. (1996). Manual de intervención en crisis. México, Manual Moderno.

Vanistandael, S. y Lecomte, J. (2003). La felicidad es posible. Barcelona. Gedisa.