



UNAM IZTACALA

**Universidad Nacional Autónoma de México**

**Facultad de Estudios Superiores Iztacala**

**Comparación de algunas definiciones de  
resiliencia en psicología social**

**T E S I S I N A**  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA  
P R E S E N T A  
**S a r a A l e j o V á z q u e z**

Director: Mtro. **Samuel Bautista Peña**

Dictaminadores: Lic. **Alejandro Velasco Rivera**

Mtra. **Teresa García Gómez**



Los Reyes Iztacala, Edo. de México, 2012



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**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 mi madre:**

*Porque siempre te has caracterizado por luchar por el bienestar de tus hijos, por el apoyo y confianza que siempre me has brindado, así como el respeto a las decisiones que he tomado.*

*Hoy de digo gracias por ser mi madre y estar conmigo en la culminación de esta etapa de mi formación académica. Te quiero mamá...*

### **A mis hermanos:**

*A ti Gabriela porque tú trabajo, constancia y lucha diaria son ejemplo de vida para mí, por tú apoyo incondicional en todos los aspectos porque siempre has estado cerca y al pendiente de mí. A ti Lucia que siempre me decías lo importante de culminar este proceso para dar paso a otro nivel de oportunidades y crecimiento, a ti Ernesto que en momentos difíciles supiste manejar las situaciones para el beneficio de todos y a ti Margarita que aunque estas lejos no dejas de brindarme tú mano.*

### **A mis amigas:**

*Por su amistad y apoyo a lo largo de todo este tiempo, juntas hemos pasado muchas alegrías, enojos y tristezas porque en la convivencia del día a día aprendí mucho de ustedes, porque sin querer se han vuelto de mi familia, doy gracias a la vida por habernos puesto en el mismo camino y darnos la oportunidad de compartir tantas cosas juntas y la satisfacción de decir que nos tenemos para apoyarnos.*

*A Madre Ruth:*

*Por brindarme su apoyo en todos estos años y darme la oportunidad de desarrollarme profesionalmente, así mismo por abrirme las puertas de su casa y mostrar siempre su comprensión y ayuda incondicional que fueron esenciales para culminar este trabajo.*

## Reconocimientos



### **A la UNAM:**

*Gracias por darme la oportunidad de formarme en la máxima casa de estudios de nuestro país, porque aquí experimente una de las mejores etapas de mi vida, donde pude desarrollar habilidades para ser un profesionalista de calidad y dedicación hacia su labor, es un orgullo para mí pertenecer a la UNAM.*

### **A Samuel Bautista Peña:**

*Gracias a usted por acompañarme en este proceso, por guiarme en la realización de este trabajo, porque nunca me permitió rendirme, sus palabras siempre fueron motivación y aliento para no desistir en el camino, gracias por brindarme su amistad, paciencia y comprensión ya que sin estás este trabajo no hubiera sido posible. Aunque estas líneas no alcanzan para mostrar todo mi agradecimiento, hoy puedo decirle con certeza y humildad que sus palabras y conocimientos siempre permanecerán en mí, gracias por ser mi maestro...*

*Y a todas las personas que por falta de espacio no aparecen pero sus enseñanzas están dentro de mí. Gracias...*

# INDICE

	<b>Página</b>
<b>Introducción</b>	1
<b>Capítulo I. Resiliencia como concepto en las ciencias de apoyo a la Ingeniería, primordialmente en la resistencia de materiales</b>	
1.1. Desarrollo histórico	3
1.2. Resiliencia en la mecánica de materiales	4
<b>Capitulo II. Resiliencia en lo social</b>	
2.1. Psicología social	17
2.2. Antecedentes de la Resiliencia como concepto psicológico y social	21
2.3. Resiliencia como concepto psicológico y social	28
<b>Capítulo III. Modelos y aplicaciones de la resiliencia</b>	
3.1. Resiliencia: ¿Proceso o rasgo?	32
3.2. Elementos que construyen la resiliencia	37
3.3. Ámbitos de aplicación	45
<b>CONCLUSIONES</b>	54
<b>REFERENCIAS</b>	62
<b>ANEXOS</b>	66

## RESUMEN

La resiliencia es entendida como la capacidad de un individuo o de un sistema social de vivir bien y desarrollarse positivamente a pesar de las condiciones de vida difíciles (Vanistendael 1997 en Kalawaski y Haz 2003). La presente investigación tuvo como objetivo realizar un estudio a profundidad de la resiliencia desde las ciencias de la ingeniería particularmente de la resistencia de materiales hasta el uso del concepto en las ciencias sociales, principalmente en la psicología.

La resiliencia ha introducido una perspectiva diferente en el ámbito de la psicopatología al confiar más en la fortaleza de las personas, en sus posibilidades de realizar cambios positivos así como capacidad de adaptación a nuevos ambientes. Este enfoque está más próximo a modelos dinámicos e interactivos del desarrollo (Uriarte, 2005).

Actualmente no hay en la literatura científica tanto teórica como empírica una definición única de la resiliencia, así como tampoco un marco conceptual específico que cuente con claridad en su definición y terminología.

**Palabras clave: resiliencia, resistencia de materiales, riesgo, invulnerables, proceso.**

# INTRODUCCIÓN

Condiciones actuales difíciles tales como las guerras, violencia en todas sus formas, pobreza, es decir, situaciones creadas por el hombre; así como situaciones surgidas de la naturaleza tales como huracanes, terremotos e inundaciones, siguen siendo contextos bajo los cuales el estudio de los mecanismos de enfrentamiento al estrés, la vulnerabilidad, los factores y mecanismos de riesgo y protección, la resistencia y adaptación humana, adquieren renovada vigencia (Luthar, Cichetti, y Becker, 2000) cit. En López 2008.

La importancia que reviste la adquisición de conocimientos sobre las fortalezas humanas derivadas del estudio de los anteriores fenómenos naturales y sociales es clara, dada su aplicabilidad en los campos de promoción de la salud mental y consecuente prevención de diversas psicopatologías, así como en el diseño de programas de intervención a nivel individual, familiar y comunitario, de la misma forma en el campo de la clínica a través de la creación de programas de entrenamiento especializados y técnicas psicoterapéuticas efectivas.

En virtud de lo anterior, el campo de estudio, investigación y aplicación del conocimiento de lo que se conoce como *resiliencia*, surge como una propuesta alternativa que permite ampliar la posibilidad de añadir al acervo de conocimientos actuales aspectos positivos, creativos y saludables del sujeto y sus diversos entornos (López, 2008).

Dadas estas condiciones se llevó a cabo la presente tesina donde se realizó un estudio a profundidad de la resiliencia desde las ciencias de la ingeniería en particular del área de la resistencia de materiales y este fue nuestro principio rector para el desarrollo de este trabajo al ser la ingeniería la que mejor uso ha hecho del término, al mismo tiempo que cuenta con un modelo de explicación más claro del concepto.

Nuestro trabajo es realizado bajo el marco de la psicología social, la cual se enfoca principalmente en las relaciones interpersonales, cómo las personas se afectan y son afectadas por otras, el psicólogo social se interesa más por el



“individuo” que por la sociedad y hace uso del método experimental para sus estudios, por ser este el que mejor sabe a partir de su objeto de estudio, establecer relaciones causa-efecto entre variables psicosociales (Perlman, 1987).

Cuando hablamos del concepto de resiliencia, existe mucha incompreensión en el diálogo que como profesionales de la psicología establecemos en comparación a la que usan los físicos o los ingenieros. Frecuentemente lo que los psicólogos definimos como resiliencia no necesariamente concuerda con la definición dada por los mismos, no obstante hemos aceptado que el término de resiliencia lo hemos tomado de la mecánica de los materiales y en particular del estudio de la resistencia de los materiales (Bautista, 2008).

La heterogeneidad respecto a la definición del concepto de resiliencia se puede observar en la diversidad de definiciones que hay en la literatura existente, así como variaciones en terminología y modelos de intervención.

De esta manera en el Capítulo 1 se hace una revisión de la resiliencia desde las ciencias de la ingeniería, principalmente dentro de la resistencia de materiales, en el Capítulo 2 se exponen los antecedentes de la resiliencia como concepto psicológico y social para posteriormente mostrar el panorama actual del concepto. Finalmente en el Capítulo 3 se explica la diferencia entre proceso y rasgo en resiliencia, así como algunos modelos de intervención y ámbitos de aplicación.

# CAPITULO I

## RESILIENCIA COMO CONCEPTO EN LAS CIENCIAS DE APOYO A LA INGENIERÍA, PRIMORDIALMENTE EN LA RESISTENCIA DE MATERIALES

Para un correcto entendimiento y aplicación del concepto de resiliencia se considera necesario revisar las definiciones existentes del concepto desde su definición etimológica, el de las ciencias de la ingeniería, dentro del área de resistencia de los materiales, y finalmente la definición empleada por investigadores y autores dedicados al estudio del concepto en el ámbito psicológico y social.

De origen latino, resiliencia viene del verbo *resilio*, que significa saltar hacia atrás, rebotar, repercutir (Diccionario Etimológico; El Castellano).

Aunque el vocablo llegó del inglés *resilience* para expresar la capacidad de un material para recuperar su forma original después de haber sido sometido a altas presiones (Douglas, 1976).

Por ello se comienza con una breve revisión acerca de lo que es “resiliencia” a partir de la ingeniería en particular desde la resistencia de los materiales, al ser está el área de conocimiento que mejor uso analítico ha hecho del término.

### 1.1. Desarrollo histórico

Hibbeler (1995) nos dice que el origen de la mecánica de los materiales data de principios del siglo XVII, cuando Galileo llevó a cabo experimentos para estudiar los efectos de las cargas de barras y vigas hechas de diversos materiales. Para hacerlo y llegar a un entendimiento apropiado, fue necesario tener descripciones experimentales precisas de las propiedades mecánicas de un material. Los métodos para hacer esto fueron mejorados a principios del siglo XVIII y fueron emprendidos en Francia por personalidades como Saint-Venant, Poisson, Lamé, y Navier.

A causa de que sus investigaciones se basaron en aplicaciones de la mecánica en los cuerpos materiales, llamaron a este estudio “resistencia de materiales”. Hoy en día usualmente se refiere a lo mismo cuando se habla de *mecánica de los cuerpos deformables* o simplemente *mecánica de los materiales*.

Con el curso de los años y después de que muchos de los problemas fundamentales en la mecánica de los materiales se resolvieron, esta disciplina se extendió a otras disciplinas de la mecánica avanzada tales como la *teoría de la elasticidad* y la *teoría de la plasticidad*. La investigación en estos campos continúa, no sólo con el interés de satisfacer las demandas en la resolución de problemas de ingeniería avanzados, sino también para justificar el uso y las limitaciones en que se basa la teoría fundamental de la mecánica de los materiales.

## **1.2. Resiliencia en la mecánica de materiales**

El autor anteriormente citado nos dice que la mecánica de los materiales es una rama de la Mecánica que desarrolla las relaciones entre las cargas externas aplicadas a un cuerpo deformable y la intensidad de las fuerzas **internas** que actúan dentro del cuerpo. Esta disciplina también se ocupa del cálculo de las **deformaciones** del cuerpo y proporciona un estudio de la estabilidad del mismo cuando éste está sujeto a fuerzas externas.

Entendiendo por deformación al cambio de la geometría de un cuerpo bajo la acción de una fuerza, es decir, lo que sucede cuando se aplica una fuerza a un cuerpo, entonces esta fuerza tenderá a cambiar la forma y tamaño del mismo. Este cambio se llama *deformación* puede ser muy visible o prácticamente inadvertido.

En el diseño de cualquier estructura, primero es necesario emplear los principios de la estática para determinar las fuerzas que actúan sobre sus diversas piezas y dentro de las mismas.

Además, el tamaño de las piezas, su deflexión, y su estabilidad dependen no sólo de estas cargas internas, sino también de la naturaleza del material del cual están hechas. Como resultado es de vital importancia para el desarrollo de las ecuaciones necesarias empleadas en la mecánica de los materiales una determinación precisa y un entendimiento del **comportamiento del material**.

Dowling (1999), explica que la resiliencia es un concepto que se utiliza para describir la primera parte de lo que sucede en una prueba de tensión. La prueba de tensión se realiza para determinar los valores de esfuerzo a los que es sometido un material, a partir del cual se obtienen los datos de esfuerzos de cedencia, esfuerzo último y esfuerzo de ruptura.

La figura 1, Dowling (op. cit) presenta un segmento del modelo del *diagrama de esfuerzo- deformación unitaria* que describe a la resiliencia (no a escala). Como se puede observar en la figura, la resiliencia se refiere a la cantidad de energía que puede absorber un material dentro del límite de proporcionalidad.

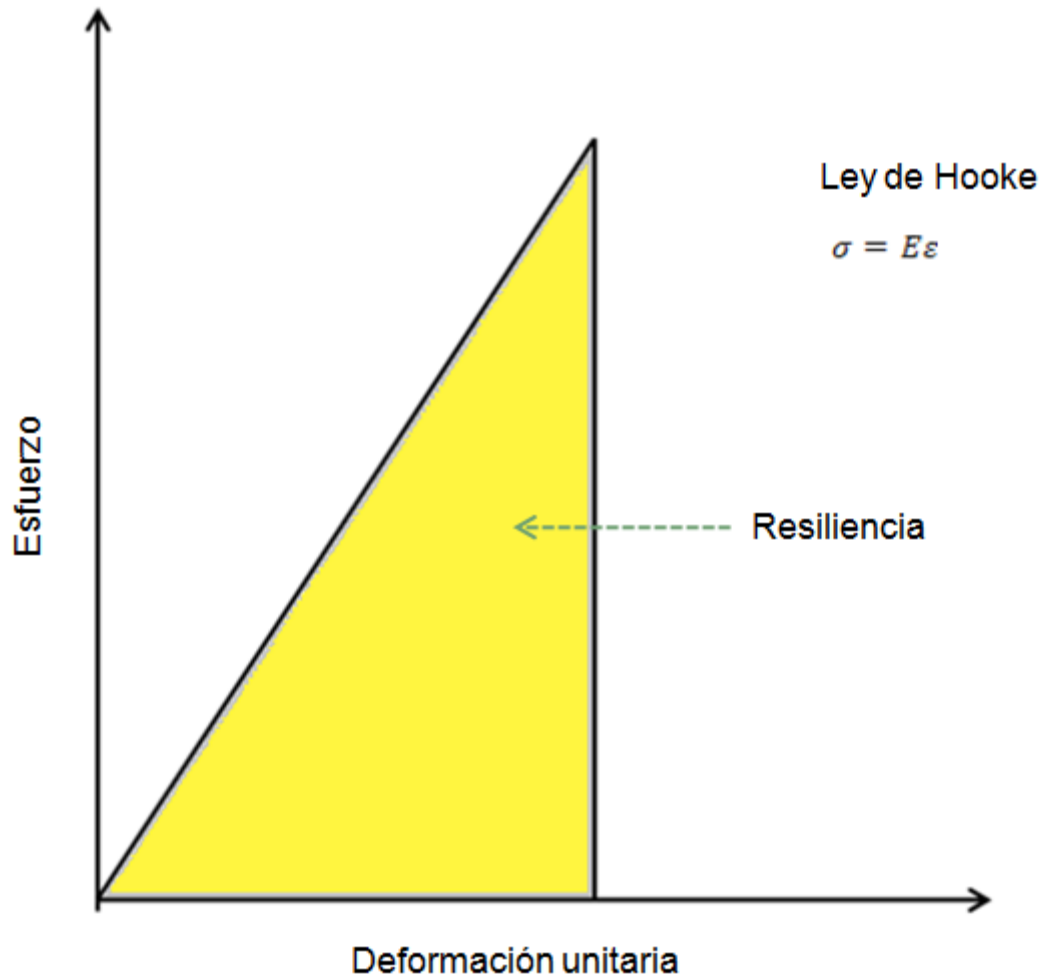


Figura 1. El módulo de resiliencia es igual al área situada bajo la porción de la recta y representa la energía por unidad de volumen que el material puede absorber sin ceder o fluir en un lapso.

De igual forma (Hibbeler, 1995), explica que a partir de la región elástica del *diagrama esfuerzo-deformación unitaria* físicamente, la resiliencia de un material representa la capacidad o característica de este, para absorber energía sin ningún daño permanente en el mismo.

Para Hearn (1998), la energía almacenada en un material cuando se hace un trabajo y aparentemente no se deforma, se denomina energía de esfuerzo o resiliencia. Este conocimiento es muy importante y tiene aplicaciones en la mecánica de materiales. En la industria sirve para hacer mejores diseños de estructuras, maquinarias y piezas, es decir, crear mecanismos ligeros e igual de

resistentes. Cuando se desea mantener imperceptibles las deformaciones y los esfuerzos a niveles seguros, la mayor parte de las estructuras o partes de las máquinas se diseñan de modo que los esfuerzos queden muy abajo del esfuerzo de cedencia o deformación de la estructura o máquina. Así la mayor cantidad de materiales tecnológicos muestran un comportamiento esfuerzo-deformación unitaria lineal proporcional menores al límite de proporcionalidad que cumplen con la ley de Hooke (Roy y Craig, 2002).

Para Ortiz (1990), en el estudio de la mecánica aplicada se observa experimentalmente que las fuerzas que actúan sobre determinado cuerpo, el cual posee unas características físicas y geométricas propias, no pueden ser arbitrariamente grandes, pues el cuerpo se deformará y se romperá. Esto nos lleva a revisar el concepto de **sólido** que se admite en Mecánica.

Por consiguiente se tienen en cuenta tres consideraciones respecto al concepto:

- ψ Sólido rígido
- ψ Sólido elástico
- ψ Sólido verdadero

**Sólido rígido:** es aquel que ante cualquier esfuerzo (por grande que sea) al que está sometido un material, la distancia entre dos moléculas (cualesquiera que sean) estás permanecerán invariables. Surge por lo tanto la necesidad de estudiar en general los límites de las cargas que se le pueden aplicar a un determinado cuerpo para soportar cierto esfuerzo, con la condición siempre de que no exista peligro de rotura. Este estudio constituye, el objeto de la *Resistencia de Materiales*.

**Sólido elástico:** se define como aquel que ante un esfuerzo exterior se deforma y recupera su forma primitiva al cesar la causa exterior. A los sólidos elásticos se les supone una serie de cualidades como son las de isotropía, homogeneidad y continuidad.

Se dice que un cuerpo o material es *isótropo* cuando presenta exactamente las mismas propiedades en todas las direcciones. Lo contrario es que sea anisotrópico es decir, que tenga propiedades distintas para cada dirección.

El sólido elástico *homogéneo* equivale a considerar que una parte arbitraria del mismo posee idéntica composición y características que otra cualquiera.

La propiedad de *continuidad* supone que no existen huecos entre partículas, ni por consiguiente, distancias intersticiales.

Algunas de estas propiedades, por ejemplo, isotropía y homogeneidad, suelen estar íntimamente unidas, pues si un cuerpo es igualmente elástico en cualquier dirección, es de suponer sea homogéneo, e inversamente, si suponemos que es homogéneo de este modo es presumible que sea isótropo.

Sin embargo, estas propiedades de isotropía, homogeneidad y continuidad no concurren en ningún material, ya sea natural o elaborado por el hombre no es posible que se dé un grado de elasticidad exactamente igual en todas direcciones debido a la distribución de sus átomos o moléculas en redes cristalinas ordenadamente dispuestas. Tampoco existe en la realidad la homogeneidad perfecta, ya que esta no es continua y que existen espacios vacíos entre moléculas y entre los mismos átomos que la componen.

**Sólido verdadero:** es aquel que resulta de considerarlo como deformable ante los esfuerzos a que está sometido y falto de isotropía, homogeneidad y continuidad.

Para Hibbeler (1995), la resistencia de un material depende de su habilidad de soportar una carga sin una deformación excesiva o una falla. Esta propiedad es inherente al propio material y debe determinarse por experimentos. Se han desarrollado varios tipos de pruebas para evaluar la resistencia del material, entre las más importantes están las pruebas *de tensión y compresión*.

Para Beer, Johnston y Dewolf (2004), dadas estas condiciones se genera el segmento del *diagrama de esfuerzo-deformación unitaria*, en donde para la porción inicial del diagrama, el esfuerzo  $\sigma$  es directamente proporcional a la deformación  $\epsilon$ , y  $E$  representa la constante de proporcionalidad, que es el *módulo de elasticidad* o módulo de Young y matemáticamente se expresa:

$$\sigma = E\epsilon$$

Entendiendo por **fuerza** a la acción de un cuerpo sobre otro y se caracteriza por un punto de aplicación, magnitud y dirección (Beer, 1997).

En la figura 2, se puede observar que la resiliencia forma parte de la región elástica de un material, esta región elástica permite describir la relación esfuerzo deformación y nos dice que todo esfuerzo inferior al límite de proporcionalidad descrito por la ley de Hooke se encuentra dentro de la región elástica, por lo tanto el material sometido a esfuerzo, tan luego desaparezca la tensión que lo deforma regresará a su forma aparente que tenía antes de ser sometido a tensión, es decir que es capaz de absorber energía sin deformarse. En un ensayo de tensión estándar para obtener una variedad de características y resistencias empleadas en la resistencia estática, se monta una probeta en una máquina de ensayo y se carga lentamente **a tensión** mientras se observan los valores de la carga aplicada y la deformación que se producirá. En lo que se denomina límite de proporcionalidad y los demás puntos anteriores menores a este, no habrá una deformación permanente en la probeta si la carga se remueve en este punto o puntos anteriores del mismo. De esta manera se cumple la ley de Hooke, la cual establece que el esfuerzo es proporcional a la deformación y que solo se aplica hasta el límite de proporcionalidad (Beer, Johnston y Dewolf, 2004).



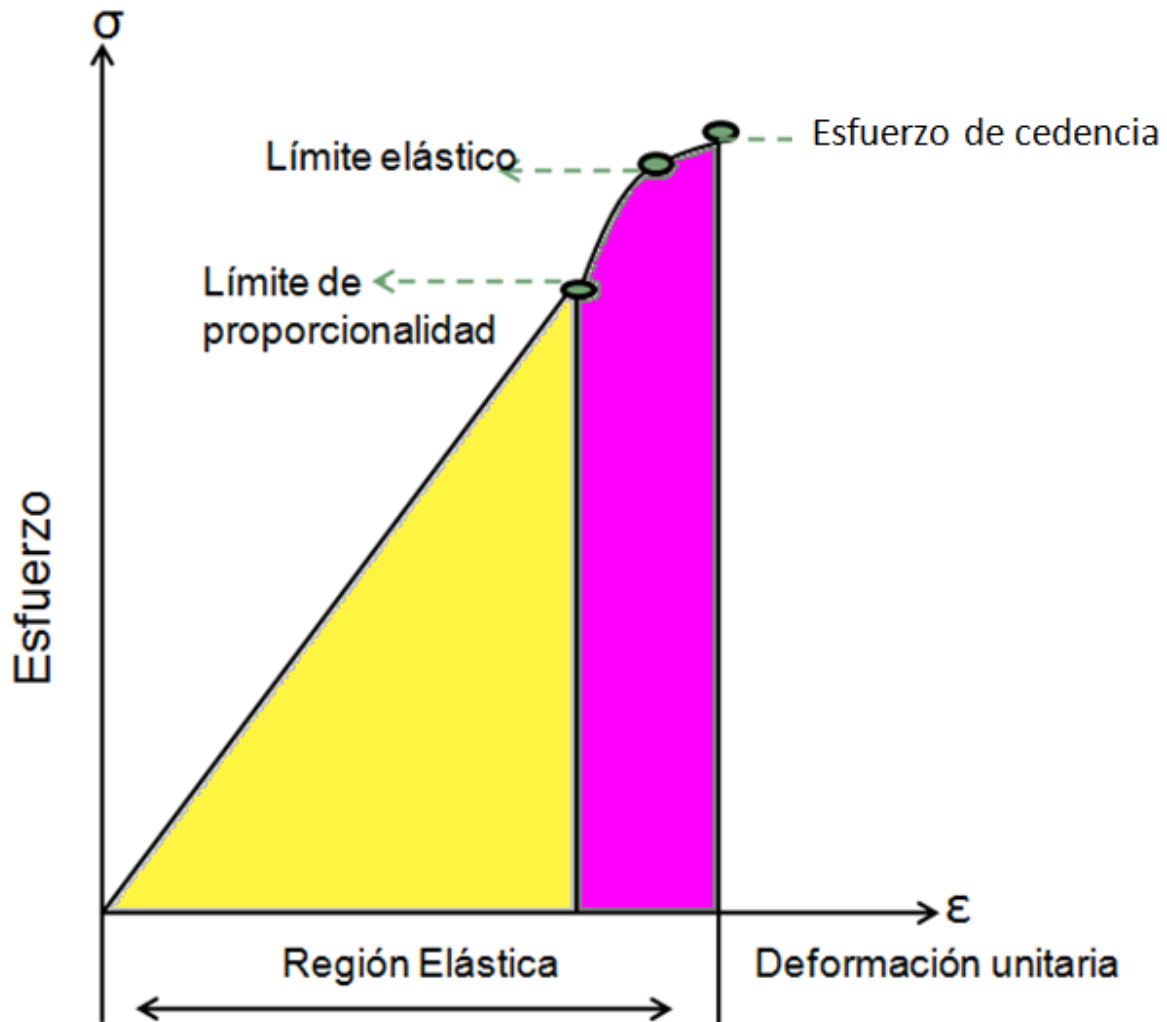


Figura 2. Muestra que la resiliencia forma parte de la elasticidad de un material

Así mismo en la figura 3, podemos observar los distintos tipos de resiliencia que presentan cada uno de los materiales del rectángulo que se forma por las líneas punteadas impresas, en su extremo superior derecho se interceptan con la línea que describe la ley de Hooke, formando el triángulo de resiliencia para cada uno de ellos, por lo que podemos ver el triángulo que nos habla de la resiliencia menor corresponde para el cristal, dado que los materiales cerámicos no tienen punto de cedencia, la línea descrita llega hasta su esfuerzo último, seguido de manera ascendente en tamaño por el área triangular de resiliencia del plástico; por último el área triangular mayor corresponde a la resiliencia del acero (acero estructural

A36), recordando que la resiliencia habla sobre la cantidad de energía que puede absorber un material sin deformarse regresando aparentemente a su forma inicial. Los límites de proporcionalidad nos hablan de la región elástica de los distintos materiales y de su resiliencia (Theis, 2001).

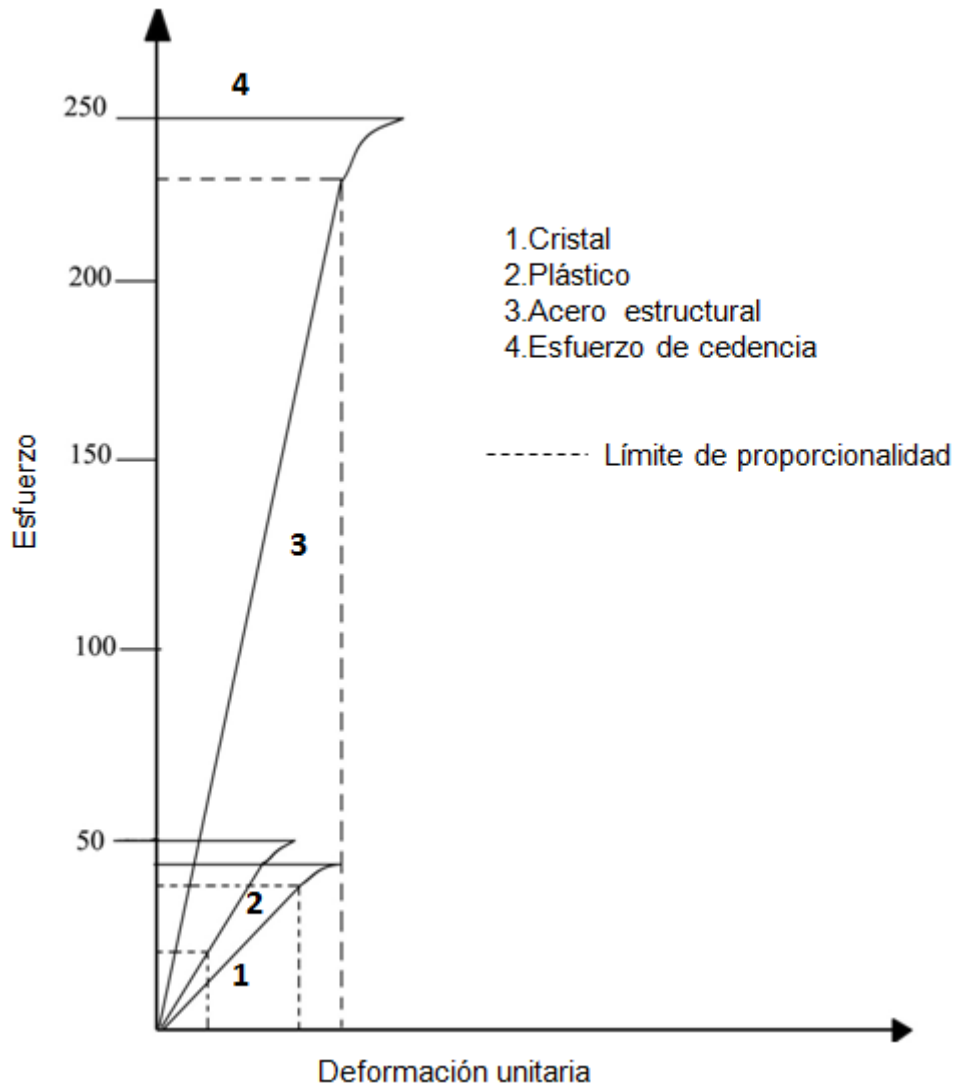


Figura 3. La resiliencia de cada material es diferente y depende de sus propiedades físicas.

Se habla de elasticidad si un sistema exterior de fuerzas es aplicado al cuerpo, sus partículas se desplazan y estos desplazamientos mutuos continúan hasta que se establece el equilibrio entre el sistema exterior de fuerzas y las fuerzas interiores.

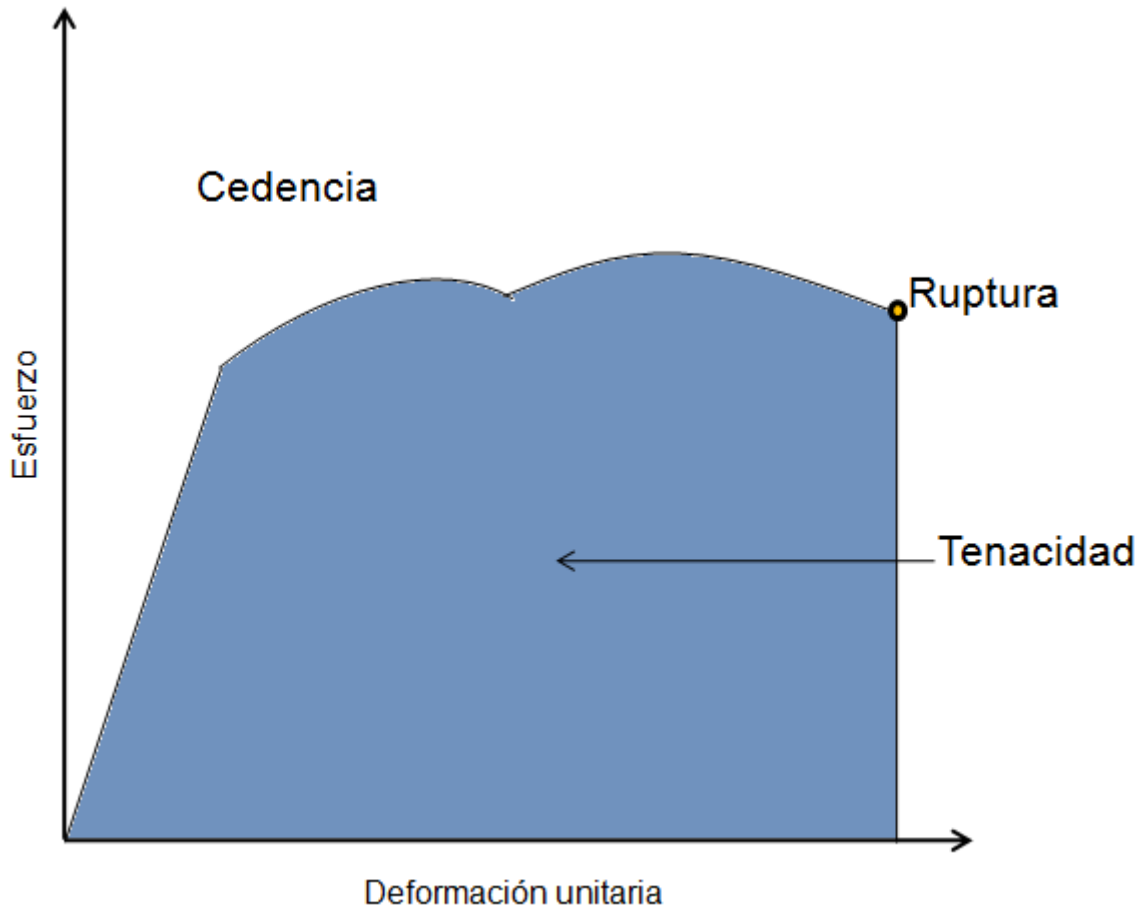
Esto debido a que un cuerpo está formado por partículas pequeñas o moléculas entre las cuales actúan fuerzas. Estas fuerzas moleculares se oponen a cambios de forma del cuerpo cuando sobre él actúan fuerzas exteriores (Timoshenko, 1957).

La mayoría de los materiales describen una curva de deformación cuando se les aplica un esfuerzo que va más lejos de su resiliencia y que llega hasta la ruptura.

En la figura 4 se presenta la gráfica descriptiva de este proceso. En donde se puede observar que la línea que describe la relación esfuerzo-deformación empieza con una relación proporcional que termina, como lo indica la figura 2, en el límite de proporcionalidad o resiliencia y que la región elástica llega hasta el denominado límite elástico, después del cual aparece el esfuerzo de cedencia en donde el material empieza a fluir y cede hasta llegar a su ruptura, (Mott, 2004) como se ve en la figura 4, describe la cantidad de energía que puede absorber un material hasta llegar a su ruptura, a lo que se llama módulo de tenacidad y que incluye el área bajo la curva que describe a la resiliencia.

La deformación de un elemento se define por la energía de deformación, que es igual al trabajo realizado por una carga; la densidad de energía de deformación de un material se define como la energía de deformación por unidad de volumen que puede llegar hasta la ruptura del elemento, que queda descrito con el módulo de tenacidad y es igual al área bajo la curva en la figura 4.

El módulo de tenacidad, incluye el módulo de resiliencia. La tenacidad de un elemento se relaciona con la ductilidad del material del que está hecho, así como su resistencia última; y la capacidad de resistencia a un impacto en una estructura, depende de la tenacidad del material utilizado (Beer, Johnston y Dewolf, 2001).



*Figura 4. El módulo de tenacidad de un material es igual al área situada bajo la curva y representa la energía de por unidad de volumen requerida para causar la curva, el cual incluye el módulo de resiliencia*

La Dra. Márquez en 2003 dijo que existen tres maneras de responder ante lo amenazante:

- a. Con estrés
- b. Con resiliencia
- c. Con acritud

Nos llama profundamente la atención que mencionará la acritud, porque este término está relacionado en la mecánica de materiales con el endurecimiento por deformación (Beer, et al. 2001). La acritud se define como el incremento o aumento de resistencia a la deformación plástica en frío que experimentan los

materiales metálicos cuando previamente han sido deformados en frío; un metal deformado plásticamente incrementa su energía interna, debido a que la red de cristales que lo constituyen cambian su morfología bajo la acción de un esfuerzo aplicado, por lo general se alargan en dirección de la aplicación de tensión, para cuando esto sucede se dice que el material tiene acritud (Salan, 2005).

El autor anteriormente citado explica que esto conduce al diagrama de *esfuerzo-deformación convencional* mostrado en la figura 5, en donde al representar gráficamente los valores resultantes como coeficiente, obtenidos a partir de que la ordenada sea el esfuerzo y la abscisa la deformación unitaria, la línea curva resultante se llamará diagrama de esfuerzo-deformación convencional. Este diagrama es de gran importancia en la ingeniería ya que proporciona el medio para obtener datos referentes a resistencia, a la tensión o a la compresión de un material, sin que importe la forma física o el tamaño del mismo, es importante mencionar que dos diagramas esfuerzo-deformación de un material en particular, no serán siempre exactamente iguales, ya que los resultados dependerán de algunas variables como:

- ψ Composición del material
- ψ Imperfecciones microscópicas
- ψ Manera en que fue fabricado
- ψ El régimen de carga al que es sometido
- ψ Temperatura durante el tiempo de la prueba

La figura 5 indica cuatro formas diferentes de comportamiento de un material dependiendo de la cantidad de deformación unitaria inducida, a continuación se explican:

- 1) Comportamiento elástico. Se encuentra descrito por la región elástica, en donde está incluida la resiliencia; se dice que un material responde elásticamente si cuando se retira la carga que actúa sobre él retorna a su longitud o forma original aparente.

- 2) Zona de cedencia. Un ligero aumento en el esfuerzo más allá del límite elástico resultará en un colapso del material y causará que se deforme permanentemente. A este comportamiento se le llama cedencia, está indicado con la línea recta casi en posición horizontal. Del punto de cedencia en adelante todas serán deformaciones plásticas que están caracterizadas porque la carga sobre el material ocasiona cambios permanentes en la geometría y propiedades del mismo.
- 3) Endurecimiento por deformación o acritud. Cuando la cedencia ha terminado al aplicarse más carga resulta una curva que se eleva continuamente pero que se va aplanando hasta llegar a un esfuerzo máximo, llamado esfuerzo último, la elevación en la curva de esta manera se llama endurecimiento por deformación.
- 4) Formación del cuello o estricción. En el esfuerzo último, el área de la sección transversal del espécimen comienza a disminuir en una zona localizada en lugar de hacerlo a lo largo del material, lo que resulta en estricción o cuello de botella a medida que se alarga cada vez más el material. Dado que el área de la sección transversal está decreciendo continuamente el área es más pequeña y puede soportar solamente una carga siempre decreciente, razón por la cual la gráfica esfuerzo-deformación se curva hacia abajo hasta que la probeta se rompe en el punto de esfuerzo de fractura.

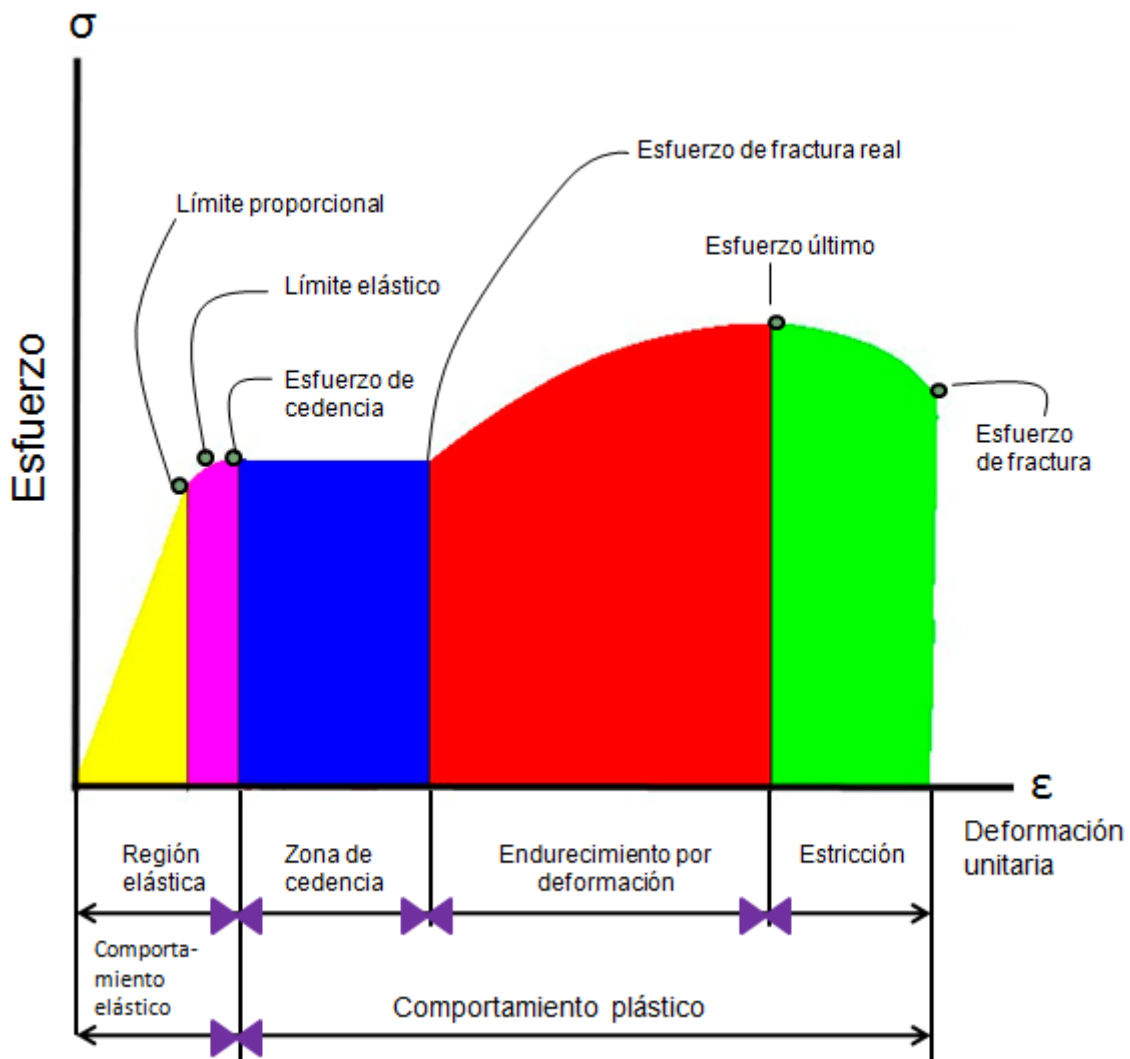


Figura 5. Describe parte por parte el comportamiento elástico, como el comportamiento plástico de un elemento sometido a esfuerzo.

## **CAPITULO II**

### **RESILIENCIA EN LO SOCIAL**

#### **2.1. Psicología social**

Consideramos importante para hablar de resiliencia en el campo de la psicología social definir esta última, en interés de nuestro tema, al mismo tiempo denotar la diferencia entre psicología social y sociología para evitar futuras confusiones respecto a la dirección del presente trabajo.

La psicología social (Fischer, 1990) es una disciplina reciente. A menudo el sociólogo y el psicólogo social comparten varias inquietudes, para ser precisos según Myers (1991) el sociólogo por lo regular estudia la estructura y funcionamiento de los grupos, desde muy pequeños hasta los más grandes mientras que psicólogo social por lo general se interesa por el "individuo", qué piensa determinada persona de las demás, de qué modo los otros influyen sobre este, y cómo se vincula.

Perlman (1987), distingue a la psicología social de la sociología, diciendo que la primera estudia cómo las personas afectan y son afectadas por otras, se enfoca principalmente en las relaciones interpersonales y la segunda se interesa por estudiar grandes grupos de personas, por la naturaleza y estructura de la sociedad, se ocupa de la influencia de las clases sociales y las instituciones sociales.

La psicología social tiende a mostrarse más individualista en sus contenidos y más experimental en sus métodos que otras áreas de la sociología (Fischer, 1990).

A este mismo respecto Rodríguez (1983) explica que la psicología social entra en contacto con estudios, principalmente del método experimental (de laboratorio o de campo), sobre atracción interpersonal, formación y cambio de actitudes, percepción social, atribución de causalidad, agresión, altruismo, toma de



decisiones, dinámica de grupo, cooperación, competencia, conflicto, intercambios, etc., que se enfocan preferentemente en la dinámica de las relaciones interpersonales entre dos o más personas bajo una perspectiva que se centra más sobre el individuo en la sociedad que sobre la propia sociedad, es entonces que la psicología social como ciencia básica estudia especialmente la influencia de factores sociales en el individuo.

Y utiliza el método experimental por ser este el método que hasta el momento mejor tiene en cuenta como establecer relaciones causales entre variables psicosociales, es así que los resultados pueden ser utilizados por profesionales dedicados a los diversos sectores donde la relación entre las personas constituye el objeto de consideración especial.

Entonces se reafirma la importancia del paradigma de Kurt Lewin (Rodríguez, 1983) *en el que nada hay más práctico que una buena teoría y en el cual la acción está precedida por un estudio científico profundo de la realidad subyacente.*

Así mismo este autor distingue diversas aplicaciones de la psicología social: la psicología social básica y la psicología social aplicada, ambas procuran descubrir relaciones causales entre las variables psicosociales, pero la psicología social básica lo hace, en general utilizando experimentos de laboratorio mientras que la psicología social aplicada, utiliza por regla general el experimento o el estudio de campo u otro método que abarque situaciones de la vida real y no situaciones artificiales de laboratorio; ambas integran la psicología social científica aunque un mismo problema puede ser objeto de estudio básico o de estudio aplicado.

La única diferencia entre ambas es que la psicología científica aplicada crea situaciones ideales para el ensayo de las hipótesis derivadas de las teorías existentes, y la segunda comprueba tales hipótesis en situaciones de la vida real, prevalece en ambas sin embargo, la actitud científica de la búsqueda de control de las variables presentes en el estudio, con la posibilidad de establecer relaciones causa efecto, a fin de buscar una explicación para los resultados.

El psicólogo social Edwin Hollander (2001) define a la psicología social como uno de los campos científicos dedicados al estudio objetivo de la conducta humana. Su atención se centra especialmente en la *comprensión* de las influencias que producen regularidades y diversidades en el comportamiento social humano, para cuyo estudio apela al análisis sistemático de datos, obtenidos mediante rigurosos métodos científicos. El carácter distintivo de la psicología social surge de dos factores fundamentales: primero, su interés en el individuo como participante en las relaciones sociales; segundo, en la importancia que atribuye a la comprensión de los procesos de influencia social subyacentes bajo tales relaciones.

Para Deutsch (1995) la psicología social se ocupa del estudio de las relaciones reales, imaginarias o anticipadas, de una persona con otra dentro de un contexto social, en la medida que afectan a los individuos comprometidos. De este modo los psicólogos sociales están interesados en estudiar las condiciones que llevan a una persona a adecuarse al juicio de otra, los escenarios que determinan las actitudes de una persona, lo que lo conduce a interrelacionarse en competencia o cooperación.

Las teorías de la psicología social utilizan casi invariablemente, reglas de deducción implícitas en la sintaxis del lenguaje cotidiano. Por eso las derivaciones a partir de la mayoría de las teorías de la psicología por lo general no son estrictamente lógicas, porque omiten pasos, dependen de supuestos no expresados y se apoyan en criterios de razonamiento intuitivos más que criterios lógico formales de congruencia. Muchos filósofos de la ciencia han señalado y comentado ampliamente las desventajas del lenguaje cotidiano para formular una teoría científica.

Sin embargo el lenguaje cotidiano es una herramienta indispensable para una ciencia joven, como lo es el caso de la psicología social. Una teoría científica, a diferencia de un sistema matemático o lógico, no es un sistema puramente deductivo, se relaciona con acontecimientos observables en el mundo real.

El lenguaje cotidiano es después de todo una herramienta de trabajo útil durante el proceso de adquisición de las intuiciones y los conocimientos necesarios para la formulación de una teoría clara y significativa en sus consecuencias empíricas. La utilidad del lenguaje cotidiano reside en su plasticidad, puede ser moldeado en formas más o menos precisas que se ajustan a diferentes circunstancias, permite a medida que el conocimiento avanza, pasar gradualmente de un razonamiento implícito a uno explícito, de conceptos vagos a otros bien definidos, mientras se mantiene el contacto con conocimientos intuitivos cada vez más amplios que constituyen el terreno a partir de cual se desarrolla toda ciencia.

Las construcciones teóricas o conceptos constituyen el vocabulario de una teoría. Un concepto puede ser considerado como una idea que vincula entre sí observaciones u otras ideas en función de alguna propiedad común. El desarrollo de los conceptos nuevos en uno de los aspectos más productivos de la teorización científica.

El significado teórico de una construcción está determinado por sus interrelaciones con otras construcciones dentro del sistema teórico del cual forma parte; su significado empírico está determinado por reglas de correspondencia o definiciones operacionales que relacionan la construcción con hechos observables.

No es fácil definir un concepto pues una definición completa requiere un enunciado sobre sus interrelaciones dentro del sistema de conceptos del cual forma parte. Aunque no se pueden determinar las reglas para inventar construcciones, es evidente que una teoría será útil en la medida en que contenga construcciones que llenen los requisitos siguientes:

- a. Fertilidad lógica
- b. Conexiones múltiples
- c. Extensibilidad empírica

**Fertilidad lógica:** tales construcciones permiten realizar inferencias lógicas.

**Conexiones múltiples:** las conexiones no están aisladas entre sí sino más bien tan estrechamente interconectadas, que es posible pasar de una a otra por diversos caminos.

**Extensibilidad empírica:** algunas de las construcciones pueden estar relacionadas con observables de tal modo que cualquier construcción específica puede tener una variedad de definiciones empíricas equivalentes.

Ahora que se ha explicado qué es la psicología social, pasaremos al surgimiento del concepto de resiliencia como constructo psicológico y social.

## **2.2. Antecedentes de la Resiliencia como concepto psicológico y social**

Un primer antecedente de la resiliencia es su connotación a asociaciones católicas como el BICE (Bureau International Catholique de l'Enfance-Oficina internacional Católica de la Infancia) y la fundación Bernard Van Leer de los Países bajos, estas han desarrollado programas basados en resiliencia en varios países en vías de desarrollo, aunque también en Canadá, y algunos países de Europa. (Cyrulnik, 2004).

Para Melillo (2004), intelectualmente se pueden hablar de tres corrientes en resiliencia: la norteamericana, esencialmente conductista, pragmática y centrada en lo individual; la europea, con mayores enfoques psicoanalíticos y una perspectiva ética; y la latinoamericana, de raigambre comunitaria, enfocada en lo social como lógica respuesta a los problemas del contexto, otra tendencia en la expansión conceptual y aplicativa ha sido su pasaje del énfasis inicial en la infancia, como parte de la psicología del desarrollo hacia otras etapas del ciclo de vida (adolescencia, tercera edad) y hacia problemas específicos de reciente emergencia y creciente prevalencia (violencia y discapacidad). Así mismo se pueden distinguir dos generaciones de investigadores en resiliencia.

### a) Primera generación

Infante (en Melillo 2005) menciona que esta generación de investigadores comienza a ampliar el foco de estudio, que se desplaza desde un interés en cualidades personales que permitían superar la adversidad (como la autoestima y la autonomía) hacía un mayor interés en estudiar los factores externos al individuo (nivel socioeconómico, estructura familiar, presencia de un adulto cercano). Un hito en esta primera generación es el estudio longitudinal de Emmy Werner y Ruth Smith, donde se siguió por treinta años a 698 niños nacidos en 1955 en Kauai (Hawai).

El estudio consistió en identificar en un grupo de individuos que vivían en condiciones de adversidad aquellos factores que diferenciaban a quienes se adaptan positivamente a la sociedad de aquellos individuos que asumían conductas de riesgo, Werner avaluó en 1955 a 698 niños la mayoría eran hijos de trabajadores pobres de una plantación azucarera, posteriormente continuó con el seguimiento de 201 niños que fueron clasificados como niños de alto riesgo porque procedían de ambientes sociofamiliares desfavorables debido a que antes de haber cumplido los dos años de edad ya habían estado expuestos a cuando menos cuatro factores de riesgo adicionales tales como: problemas serios de salud, historia familiar de alcoholismo, violencia, divorcio o enfermedad mental por parte de alguno de los padres.

Casi treinta años después Werner descubrió que 72 de estos 201 sujetos de riesgo evolucionaron favorablemente sin intervención terapéutica y se hicieron adultos competentes, cariñosos, con alta confianza en sí mismos, y bien integrados. Dicen las autoras que supieron “sobreponerse” a partir de una infancia difícil. Además, unos dos tercios de los sujetos no resilientes en la adolescencia llegaron a serlo en la edad adulta; por lo que al final hubo en total casi un 80% de evoluciones positivas, de acuerdo a los diversos instrumentos de medición empleados por las investigadoras. Realizada en el marco de un estudio cuyo objeto no era la resiliencia, esta observación ha tenido un papel importante en el surgimiento de la misma (Manciaux, 2003).

Infante en (Melillo 2005) indica que se comienza a ampliar el campo de investigación, se despierta un interés en estudiar los factores externos al individuo (nivel socioeconómico, estructura familiar, presencia de un adulto cercano). La gran mayoría de los investigadores de esta generación podrían adscribirse al modelo trídico de resiliencia, que consiste en organizar los factores resilientes y de riesgo en tres grupos diferentes: los atributos individuales, los aspectos de la familia y las características de los ambientes sociales en los que los individuos se hallan inmersos.

#### b) Segunda generación

La segunda generación de investigadores, que comenzó a publicar en los noventa se pregunto:

¿Cuáles son los procesos asociados a una adaptación positiva, dado que la persona ha vivido o vive en condiciones de adversidad?

El foco de investigación de la segunda generación retoma el interés de la primera al inferir qué factores están presentes en aquellos individuos en alto riesgo social que se adaptan positivamente a la sociedad.

Se encuentran autores más recientes como Luthar y Cushing (1999), Masten (1999), Kaplan y Benard (1999), quienes entienden resiliencia como un proceso dinámico donde las influencias del ambiente y del individuo interactúan en una relación recíproca que permite a la persona adaptarse a pesar de la adversidad. La mayoría de los investigadores pertenecientes a esta generación se adscriben al modelo ecológico-transaccional de resiliencia, el cual tiene sus bases en el modelo ecológico de Bronfenbrenner.

Este modelo nos dice que el individuo se halla inmerso en una ecología determinada por diferentes niveles que interactúan entre sí, ejerciendo una influencia directa en su desarrollo humano. Los niveles que conforman el marco ecológico son: el individual, el familiar, el comunitario vinculado a los servicios sociales, y el cultural vinculado a los valores sociales (Infante en Melillo 2005).

Hay dos términos que dieron paso al surgimiento del concepto “resiliencia” en el campo psico-médico-social: uno era el inglés *to cope with* y el segundo se refiere a invulnerabilidad. Aunque no se ha podido encontrar al autor de la expresión *to cope with* o *coping*, que en español puede traducirse por “hacer frente”, “arreglárselas”, “encajar el golpe”, “no derrumbarse”, “asumir”, el significado guarda relación tanto con una enfermedad, una desventaja física o incluso mental o crónica, como con agresiones procedentes de la familia, el entorno, la naturaleza, (temblores) o la crueldad de los hombres (guerra, genocidio, etcétera). Este concepto sigue utilizándose, pero no ha adquirido los títulos nobiliarios de un concepto médico-filosófico. Carente tal vez de un padre, o un autor (Cyrulnik, Tomkiewicz, Guénard, Vanistendael, Manciaux, 2004).

Y el segundo término “invulnerabilidad” se refiere a personas que expuestas a una acumulación de sucesos traumáticos se reponen muy rápido del estrés que estos les pueda ocasionar (Manciaux, 2003).

Masten (1990. En Luthar 2007) dice que las investigaciones de los factores que se traducen en resultados de adaptación en la presencia de la adversidad tienen una historia larga e ilustre en la literatura de estudios empíricos sobre la esquizofrenia y constituye una base fuerte para su surgimiento.

Las primeras investigaciones de los pacientes gravemente desordenados se centraron principalmente en la comprensión de la conducta desadaptada. Y al subconjunto de pacientes con patrones de adaptación constantes, se les considero atípicos y se les ofreció muy poca atención. En la década de 1970, los investigadores habían descubierto que los esquizofrénicos con los cursos menos graves de la enfermedad se caracterizaban por una historia de competencias relativas en el trabajo, relaciones sociales, el matrimonio, y la capacidad para cumplir con la responsabilidad. A pesar de que la resiliencia no era característica de estos esquizofrénicos atípicos, las competencias sociales hoy pueden ser vistas como pronósticos de trayectorias relativamente resilientes.

Luthar (2007), explica que los estudios de hijos de madres esquizofrénicas desempeñaron un papel crucial en la aparición de la resiliencia en la infancia como un tema teórico y empírico importante. La evidencia de que muchos de estos niños prosperaron a pesar de su condición de alto riesgo llevó a incrementar los esfuerzos empíricos para comprender las variaciones individuales en respuesta a la adversidad.

Manciaux (2001), refiere la gran importancia del estudio de Emmy Werner sobre los niños en Hawai ya que la investigación sobre resiliencia se amplió para incluir múltiples condiciones adversas como las: desventajas socioeconómicas y los riesgos asociados, la enfermedad mental de los padres, los malos tratos, la pobreza urbana, la violencia en la comunidad, las enfermedades crónicas y los eventos catastróficos de vida. El objetivo de esta investigación fue la búsqueda sistemática de las fuerzas de protección, es decir, aquellas que diferenciaban a los niños con perfiles de adaptación saludable, de los que fueron comparativamente menos adaptados.

Así mismo especializándose en la investigación de riesgo, en la década de 1970 el psiquiatra E. J Anthony introdujo un nuevo campo científico, a su población de sujetos la llamo “niños de alto riesgo”. El objetivo era observar el desarrollo del niño de riesgo antes de que aparecieran patologías, para descubrir cómo y en qué grado moldean su vida los riesgos afrontados, las vulnerabilidades y las inmunidades que aportan esas situaciones así como las defensas, competencias y capacidades para enfrentarse que se han forjado para sobrevivir psicológicamente. Fue entonces cuando se introdujo el concepto de *vulnerabilidad*, considerando que los individuos no son iguales ante el riesgo: son vulnerables en distinto grado. Para aclarar los conceptos de riesgo y vulnerabilidad, Anthony usó la metáfora de las tres muñecas: de cristal, plástico y acero. Se exponen las tres al mismo riesgo: reciben un martillazo igual de fuerte. La primera se rompe, en la segunda aparece una cicatriz imborrable y la tercera aguanta. Sin embargo el autor era consciente de que la suerte de las muñecas sería distinta si su “ambiente” pudiese hacerla de amortiguador. Además se dio



cuenta enseguida de que este modelo no se podía trasladar fácilmente al niño, porque hay que considerar las probabilidades genéticas, las diferencias de constitución, los azares de la reproducción, las enfermedades físicas, los traumas debidos al ambiente y las crisis en etapas del desarrollo.

Rápidamente los trabajos sobre vulnerabilidad se desarrollaron y se investigó para saber qué aumenta la vulnerabilidad de un niño, a esto Solnit en (Manciaux, 2001) la define como:

*“La vulnerabilidad evoca sensibilidades y debilidades reales y latentes, inmediatas y diferidas...la invulnerabilidad puede considerarse una fuerza, una capacidad de resistencia al estrés, a las presiones y a situaciones potencialmente traumáticas...*

*El riesgo evoca la incertidumbre del resultado del enfrentamiento del niño con un estrés ambiental o interno... el dominio evoca la capacidad para vencer (activamente) un obstáculo fruto de exigencias internas, del estrés ambiental y de conflictos entre presiones internas y ambientales” (pp. 46-47).*

Las diferentes investigaciones hechas en el campo de la vulnerabilidad se centraron ante todo en el riesgo que corren algunos niños de desarrollar patologías. Y es cierto que los profesionales de la salud juzgaban importante lo que no funcionaba y básicamente entrevistaban a personas con dificultades, mientras que quienes se libran de ellas viven fuera de esos circuitos. Es lo que Cyrulnik ha llamado “sesgo del profesionalismo” pues para él los profesionales solo recogen los casos con problemas. Ello se debe en gran parte a una opción del método, pues los investigadores usaban el método retrospectivo y por tanto solo analizaban el pasado de individuos con problemas (Manciaux, op cit).

A partir de los estudios sobre niños de alto riesgo, paralelamente, al concepto de vulnerabilidad surgió la tendencia opuesta: la de invulnerabilidad. En un intento de clasificar a los individuos según el continuo vulnerabilidad- invulnerabilidad.

El peligro inherente a este mito de la invulnerabilidad y a la imagen forjada de esos “superniños” es que se asocie vulnerabilidad con debilidad e invulnerabilidad con fortaleza (Walsh, 2004).

Como señalan Felsman y Vaillant (1987 en Walsh, 2004) el término invulnerabilidad es contrario a la condición humana. Al proponer una determinada concepción de la resiliencia personal y familiar, se debe tener cuidado de no culpar a quienes sucumben a la adversidad por carecer de las condiciones necesarias, en especial cuando debe lidiar con situaciones dominantes que escapan a su control.

Análogamente, no debe interpretarse que la capacidad de recobrase de una crisis consiste simplemente en “atravesarla” sin ser tocado por la experiencia dolorosa, como si se contara con un yo de teflón capaz de hacer que los problemas resbalen en uno sin que causen pena o padecimientos (Schawartz, 1997 en Walsh, 2004).

Lo anterior llevó a Anthony en Manciaux (2003) a distinguir cuatro categorías de personas:

1. Las “hipervulnerables”, que sucumben a situaciones de estrés comunes de la vida.
2. Las “pseudo-invulnerables”, que han vivido en un ambiente demasiado protector y al menor fallo del ambiente se hunden.
3. Las “invulnerables”, que expuestas a una acumulación de sucesos traumáticos se reponen muy rápido de cada estrés.
4. Las “no vulnerables”, que son fuertes desde el nacimiento y siguen desarrollándose de modo armónico.

Es entonces que Rutter (en Manciaux, 2001) hizo las primeras críticas sobre la invulnerabilidad cuando la contrapuso a la resiliencia, ya que el concepto de invulnerabilidad hace pensar en cierta fijeza, hacía referencia al niño invencible y no permitía a los investigadores descubrir qué hace que la persona pueda librarse

de las adversidades. Así que cuando se habla de invulnerabilidad habría que considerar que:

- ψ Este concepto parecía implicar una resistencia absoluta al daño; ahora bien nadie tiene una resistencia absoluta, unos individuos son más resistentes que otros, pero todos tienen sus límites.
- ψ El concepto parece implicar que la invulnerabilidad es una característica intrínseca del individuo. Pero los estudios demuestran que la resiliencia empieza también en el contexto social.
- ψ El término sugiere la idea de una característica invariable, pero muchas razones hacen suponer que los cambios sufridos a lo largo del desarrollo influirán en la resiliencia de las personas.
- ψ Así pues, se abandonó el modelo de la vulnerabilidad, pues aunque permiten evidenciar dificultades de adaptación y problemas de conducta en niños que han vivido sucesos adversos, no permite entender por qué algunos de esos “niños de riesgo” no sucumben a la patología

### **2.3. Resiliencia como concepto psicológico y social**

Blascovich (1996 en Nájera 2008) explica que a partir de los años noventa y hasta la actualidad, ha surgido un considerable número de publicaciones que describen características y condiciones de individuos resilientes en condiciones sociales, económicas y de salud mental muy diversas.

El primero que usó en sentido figurado el término “resiliencia” procedente de la física de los materiales fue Bowlby (1992), insistiendo en el papel del apego en la génesis de la resiliencia la definió así: “resorte moral, cualidad de una persona, que no se desanima, que no se deja abatir” (Manciaux, 2001).

Así mismo Manciaux, (op cit) define a la resiliencia como la capacidad de un sujeto para superar circunstancias de especial dificultad, gracias a sus cualidades mentales, de conducta y adaptación.

Por su parte Barudy (2005), dice que en general se admite que hay resiliencia cuando un niño muestra reacciones moderadas y aceptables si el ambiente le somete a estímulos considerados nocivos.

La resiliencia es un proceso dinámico en el que individuos presentan una adaptación positiva a pesar de las experiencias de adversidad significativa o trauma, el término no representa un rasgo de la personalidad o un atributo de la persona, es una construcción de dos dimensiones que implica la exposición a la adversidad y la manifestación de resultados de ajuste positivo (Luthar y Cicchetti, 2007).

Rutter (1993 en Barudy 2005), plantea que la resiliencia es un fenómeno que manifiestan sujetos jóvenes que evolucionan favorablemente, aunque hayan experimentado una forma de estrés que se estima implica un grave riesgo de consecuencias desfavorables.

Vanistendael (1997 en Kalawski J.P. y Haz A. M. 2003) dice que es la capacidad de un individuo o de un sistema social de vivir bien y desarrollarse positivamente y de un modo socialmente aceptable a pesar de las condiciones de vida difíciles.

Bonano (2004 en Vera 2006) menciona que ante un suceso traumático, las personas resilientes consiguen mantener un equilibrio estable sin que afecte a su rendimiento y a su vida cotidiana. A diferencia de aquellos que se recuperan de forma natural tras un período de disfuncionalidad, los individuos resilientes no pasan por este período, sino que permanecen en niveles funcionales a pesar de la experiencia traumática.

Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik (2003 en Barudy 2005) definen a la resiliencia como “la capacidad de una persona o de un grupo para desarrollarse bien, para seguir proyectándose en el futuro a pesar de los acontecimientos desestabilizadores de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves”.

Por su parte Melillo (2004) define a la resiliencia como la capacidad de los seres humanos de superar los efectos de una adversidad a la que están sometidos e, incluso, salir fortalecidos de la situación.

Grotberg (1995 en Melillo 2005) plantea que la resiliencia requiere la interacción de factores resilientes provenientes de tres niveles diferentes: soporte social (yo tengo), habilidades (yo puedo) y fortaleza interna (yo soy y yo estoy), organiza los factores de resiliencia en un modelo trádico e incorpora como elemento esencial la dinámica e interacción entre estos factores.

Por último una definición de corte psicoanalítico donde Block (1984 en Nájera 2008) la define como la capacidad dinámica de un individuo para modificar su control del yo en ambas direcciones (instinto y realidad) en función de las características del contexto ambiental y las demandas internas.

Luthar (2007) expresa que la resiliencia se refiere a un proceso dinámico que abarca adaptación positiva en el contexto de la adversidad significativa. Implícitas en esta idea están dos condiciones fundamentales:

- ψ La exposición a la amenaza o adversidad severa.
- ψ La realización de la adaptación positiva a pesar de ataques importantes en el proceso de desarrollo.

Luthar y Cicchetti (2007), explican que la adaptación positiva se define generalmente en términos de competencia conductual y manifestación social o el éxito en etapas destacadas en las tareas de desarrollo, entre los niños pequeños la competencia puede ser definida operacionalmente en términos del desarrollo de un apego seguro con los cuidadores primarios y entre los niños mayores, los índices apropiados incluyen aspectos de funcionamiento basado en la escuela, como un buen rendimiento académico y las relaciones positivas con compañeros y profesores.

Se distinguen tres grupos de fenómenos de resiliencia:

1. Las personas en situación de riesgo muestran resultados mejores de lo esperado.
2. La adaptación positiva se mantiene a pesar de la aparición de experiencias estresantes.
3. Hay una buena recuperación del trauma.

Del mismo modo en la investigación empírica, los criterios adoptados sobre resiliencia varían a través de los distintos enfoques.

Reseñas de la relativamente pequeña aunque creciente literatura indican la evidente simultaneidad con respecto a los muchos conceptos surgidos para definir la resiliencia (factores de protección) a través de múltiples estudios que han utilizado diferentes estrategias de medición. Aunque cabe resaltar que hay temas que se repiten en todos los estudios, como son la importancia de una estrecha relación con los adultos de apoyo, las escuelas eficaces, la fe religiosa así como las conexiones con adultos competentes pro-sociales en la comunidad en general.

La diversidad de definiciones puede dar lugar no sólo a diferentes conclusiones sobre el riesgo y los procesos de protección, sino también a estimaciones diferentes sobre las tasas de resiliencia entre los grupos de riesgo similares.

# CAPITULO III

## MODELOS Y APLICACIONES DE LA RESILIENCIA

### 3.1. Resiliencia: ¿Proceso o rasgo?

Grotberg en Melillo, (2005) destaca que el creciente interés en considerar la resiliencia como un proceso significa que ésta no es una simple respuesta a una adversidad, sino que incorpora los siguientes aspectos:

1. Promoción de factores resilientes. El primer paso es el proceso de resiliencia es promover los factores de resiliencia. La resiliencia está asociada al crecimiento y el desarrollo humanos, incluyendo diferencias de edad y género. Éstos son los factores que serían usados en el siguiente paso del proceso.
2. Compromiso con el comportamiento resiliente. El comportamiento resiliente supone la interacción dinámica de factores de resiliencia seleccionados: soporte social (yo tengo), habilidades (yo puedo) y fortaleza (yo soy y yo estoy), para enfrentar la adversidad que ha sobrevenido. Los pasos incluyen una secuencia, así como elecciones o decisiones. Así mismo es importante identificar la adversidad ya que muchas veces una persona o un grupo no están seguros de cuál es la adversidad y es necesario definir la causa de los problemas y riesgos y finalmente, seleccionar el nivel y la clase de respuesta apropiados para esto hay varios tipos de respuesta, a continuación se explican:

ψ Para los niños una limitada exposición a la adversidad constituirá comportamiento resiliente, más que una exposición total, que puede resultar excesiva o traumática. Este sería el caso de una guerra o un bombardeo, donde el niño necesita la seguridad de la familia, que este ahí para confortarlo y protegerlo.

- ψ Una respuesta planificada asume que hay tiempo para planear cómo se va a afrontar esa adversidad. Este sería el caso frente a necesidades de cirugía, mudanzas, divorcios, cambios de escuela, etc.
- ψ Una respuesta practicada implica hablar sobre los problemas o representar lo que se va a hacer. Éste sería el caso en un simulacro de incendio, una reunión con una persona que tiene autoridad, para tomar decisiones que afectan al grupo, la búsqueda de una escuela apropiada, etc.
- ψ Una respuesta inmediata requiere acción inmediata. Éste sería el caso durante una explosión, un asalto, desaparición o muerte de una persona querida, etc.

3. Valoración de los resultados de resiliencia: El objetivo de la resiliencia es ayudar a los individuos y grupos no sólo a enfrentar las adversidades, sino también a beneficiarse de las experiencias. A continuación se mencionan algunos de estos beneficios.

- ψ Aprender de la experiencia. ¿Qué se aprendió y qué más necesita ser aprendido? Cada experiencia implica éxitos y fracasos. Los éxitos pueden ser utilizados en la próxima experiencia de una adversidad con mayor confianza y los fracasos pueden ser analizados para determinar cómo corregirlos.
- ψ Estimar el impacto sobre otros. Afrontar una adversidad no puede ser cumplido a expensas de otras personas, ya que uno de los factores de la resiliencia es el respeto por los otros y por sí mismo.
- ψ Reconocer un incremento del sentido del bienestar y de mejoramiento de la calidad de vida. Estos resultados presuponen en efecto, salud mental y emocional, las metas de la resiliencia.

Luthar (2007) menciona que de igual forma surgió literatura sobre la influencia del ego-resiliencia, al ser este un concepto desarrollado por Jeanne y Jack Block (1980) que hace referencia a una característica personal del individuo. Ego-



resiliencia abarca un conjunto de rasgos que reflejan el ingenio y la fuerza general de carácter, y la flexibilidad de funcionamiento en respuesta a las diversas circunstancias ambientales.

Además si se comenta en asuntos de terminología, Masten (1994) apuntó que el término resiliencia se utilizará exclusivamente para referirse al mantenimiento de ajuste positivo en las condiciones de vida difíciles. Masten advirtió hacía el uso del término "resiliencia" en este tipo de situaciones, porque este término tiene la connotación de un rasgo de personalidad. Cualquier representación científica de la resiliencia como un atributo personal sin darse cuenta puede allanar el camino para la percepción de que algunas personas simplemente **"no tienen lo necesario" para superar la adversidad.**

A pesar de la adversidad que puede haber experimentado un niño etiquetado como ego-resiliente, por definición, no necesariamente se puede asumir que esto es cierto. En cambio, cuando la resiliencia se utiliza para referirse a un proceso, la experiencia de la adversidad es un hecho significativo. Por lo tanto, la ego-resiliencia y capacidad de recuperación difieren en dos dimensiones principales. Ego-Resiliencia es una característica de la personalidad del individuo, mientras que la resiliencia es un proceso dinámico (Luthar, 2007).

En esta misma dirección, hoy en día, hay varias definiciones que coinciden en destacar dos polos fundamentales de la resiliencia en el campo de la psicología: por una parte la resistencia a los traumas y por otra, la que se puede considerar como una dinámica existencial. El aspecto dinámico es muy importante: todos los autores insisten en el hecho de que no se trata de un estado, sino de un proceso (Martínez, 2006).

Para Infante en Melillo (2005), la idea de proceso permite entender la adaptación resiliente en función de la interacción dinámica entre múltiples factores de riesgo y factores resilientes, o factores de protección, los cuales pueden ser familiares, bioquímicos, fisiológicos, cognitivos, afectivos, biográficos, socioeconómicos, sociales y/o culturales.

Theis (2003), hace una definición de los factores de riesgo y factores de protección. Los factores de riesgo son aquellos potencialmente desestabilizadores, es decir que una persona se encuentre en una situación de peligro por ejemplo: maltrato, violencia, aislamiento social, enfermedades, accidentes, etc.

Un factor de riesgo por lo tanto es un suceso o condición orgánica o ambiental que aumenta la probabilidad de que el niño desarrolle problemas emocionales o de conducta.

Así mismo estos factores de riesgo están relacionados con factores de protección como son; la autoestima, la sociabilidad, el sentido del humor y proyecto de vida, los cuales pueden hacer que un ser humano pueda tener la capacidad para superar las situaciones de peligro.

Para Melillo (2005), la noción de proceso descarta definitivamente la concepción de resiliencia como un atributo personal e incorpora la idea de que la adaptación positiva no es sólo tarea del niño, sino que la familia, la escuela, la comunidad y la sociedad deben proveer recursos para que el niño pueda desarrollarse más plenamente y sea resiliente.

Cyrułnic (1989 en Martínez 2006), emplea la imagen de un tejido que se está haciendo para destacar el hecho de que la resiliencia se teje, se entrelaza con varios elementos. En la mayoría de los casos es el contacto con “el otro” el que abre la posibilidad de tejer una resiliencia: es la mirada amistosa, la escucha atenta y respetuosa, el apoyo de una persona lo que permite iniciar un proceso de resiliencia. En el transcurso de la vida el niño encuentra personas (educadores, miembros de su familia, maestros, amigos), que devienen “tutores de resiliencia”, puntos de apoyo en quienes un niño (o personas de cualquier edad) que se encuentran en una situación difícil puede aferrarse para iniciar su reconstrucción.

Martínez (2006), afirma que en el curso de una vida, ni la felicidad ni la desgracia son estables. Las connotaciones de ambas pueden cambiar con el tiempo, así como a través de la elaboración y la reelaboración que una persona efectúa sobre lo que está sucediendo y lo que ya le ha sucedido. La historia de una

persona no es “un destino”, una vida diseñada y prescrita, si no que cada individuo elabora su propia vida con los elementos de bienestar o de desgracia que le suceden, que los interpreta y trata de superarlos. Estos hechos hacen que la resiliencia no se logre nunca de una vez y para siempre, pues constantemente la persona está tratando de afrontar desafíos y dificultades. Desde este punto de vista, darle un sentido a una experiencia a priori negativa, comprender las causas de lo que sucede, se transforma según Manciaux, en un elemento clave de la resiliencia. Este aspecto dinámico y creativo se opone a las interpretaciones en términos de “carencias” o de determinismos.

Los investigadores en resiliencia también han conceptualizado la relación entre las condiciones de riesgo y competencia ó llamados también factores de protección de manera diferente. Algunos han usado datos basados en enfoques analíticos, lo que implica la identificación de individuos en situaciones de alta adversidad y alta competencia y compararlos con otros (por ejemplo, adversidad baja, competencia alta). Otros investigadores han utilizado variables de análisis basados en ambos modelos. Esta diversidad en la medición ha llevado a algunos investigadores a cuestionar si la resiliencia se trata de la misma entidad o con fenómenos fundamentalmente diferentes (Kaplan, 1999) cit. en Luthar 2007)

En ausencia de cualquier puesta en marcha sobre un único concepto empleado para la resiliencia, entonces los investigadores deben explicar con claridad los criterios que elijan para definir tanto la adversidad y la competencia y ofrecer justificaciones convincentes para las elecciones realizadas tanto en el terreno conceptual y empírico.

En futuros esfuerzos de investigación, es necesario que los investigadores tengan precaución en el uso de la terminología, con indicación clara cuando su trabajo se centra en un proceso y no un rasgo de personalidad. De acuerdo con lo subrayado por Masten la recomendación de que la competencia a pesar de la adversidad que se refiere el término "resiliencia" y nunca "resistencia", que lleva la connotación errónea de un atributo de la personalidad (Luthar, 2007).

### 3.2. Elementos que construyen la resiliencia

Luthar (2007), explica que los primeros esfuerzos al estudio de la resiliencia se centraron principalmente en las cualidades personales de los "niños resilientes", como la autonomía o la alta autoestima, Sin embargo, los investigadores cada vez más reconocen que la resiliencia a menudo se puede derivar de factores externos al niño.

Investigaciones posteriores llevaron a la delimitación de tres grupos de factores implicados en el desarrollo de la misma:

- ψ Los atributos de los propios niños
- ψ Aspectos de sus familias,
- ψ Características del entorno social más cercano

En la misma línea de pensamiento (Cyrulnik, et al. 2004) subraya la importancia de diversos factores que intervienen en la formación de la resiliencia, da importancia primordial a dos ámbitos:

- ψ Características intrínsecas propias, únicamente del individuo.
- ψ Factores extrínsecos, aquellos que guardan relación con el entorno familiar o micro social.

A este mismo respecto Barudy (2005), reconoce que la resiliencia es el resultado de las interacciones entre el individuo y sus semejantes, sus condiciones de vida, y por último, su ambiente vital.

Lutthar y Cicchetti (2007), explican que para la investigación en resiliencia es necesaria la identificación de los factores de vulnerabilidad y de protección que podrían modificar los efectos negativos de las circunstancias adversas de la vida.

Para estos autores los factores de vulnerabilidad abarcan los índices que exacerban los efectos negativos de la condición de riesgo, y los factores protectores son aquellos que modifican los efectos del riesgo en una dirección

positiva por ejemplo, un lugar de control interno o una relación positiva al menos con un adulto.

La vulnerabilidad y los factores de protección pueden derivar de cada uno de los múltiples niveles de influencia: la comunidad, la familia y el individuo. Ejemplos de vulnerabilidad a nivel de comunidad incluyen la exposición a la violencia en el barrio; en el ámbito familiar pueden ser la disciplina parental inconsistente o dura en comparación con los cuidados emocionalmente sensibles; y ejemplos de factores de protección pueden ser las relaciones de apoyo con los adultos en la escuela o en el hogar.

Investigadores han demostrado que una experiencia positiva en la escuela con actividades extracurriculares y relaciones de apoyo con los profesores tienden a ser más beneficiosas para los jóvenes criados en instituciones y en pobreza urbana, que para los llamados jóvenes de “bajo riesgo” o de familias convencionales, ya que aparentemente los niños con carga de tensión en su medio ambiente encuentran relativamente pocas experiencias en su vida cotidiana que generan un sentido positivo de bienestar, de modo que cuando estas experiencias ocurren pueden tener un efecto marcado sobre la adaptación de los niños.

Las variables investigadas y reportadas como asociadas con la resiliencia pertenecen básicamente a tres ámbitos de la esfera de experiencia del sujeto, dichos ámbitos son: el individual, familiar y comunitario, estos corresponden al ontosistema, microsistema y exosistema y macrosistema de acuerdo al modelo ecológico de (Bronfenbrenner 2002) cit. en López 2008.

Nos parece pertinente antes de continuar con una explicación a detalle de estos ámbitos, entender que la resiliencia como constructo comprende una serie de variables que han sido estudiadas e investigadas de manera sólida. Se considera que estas variables y sus interacciones son aquellas que de manera crítica determinan la aparición de procesos o características consideradas resilientes, (Osborn, 1990 cit. en López, 2008) dice que es meritorio ser precavido al postular

a cualquiera de éstas variables como la más determinante o importante ya que nunca será posible detallar en una lista los factores que aumentan la posibilidad de ser resiliente, porque dependerá siempre del riesgo o factor de vulnerabilidad particular con el que se esté conteniendo.

#### a) Atributos personales

La mayor parte de los estudios sobre resiliencia se han centrado en los rasgos y las predisposiciones individuales. Algunos determinaron que ciertos rasgos, como un temperamento sereno y despreocupado y un alto nivel de inteligencia, eran elementos favorables, aunque no esenciales, para alcanzarla, pues al suscitar reacciones más positivas en las demás personas, facilitan la aplicación de las estrategias de superación y de las habilidades para resolver problemas (Walsh, 2004).

A este respecto López (2008), explica que los estudios sobre el desarrollo infantil ponen en contacto con el maravilloso mundo del desarrollo de habilidades y conocimientos con que los niños y niñas van ganando competencias, hasta alcanzar la madurez, se ve en primer plano a los padres, especialmente a las madres.

Dentro de las variables individuales asociadas a conductas resilientes se mencionan: temperamento y apego, nivel de inteligencia alta, capacidad para desarrollar relaciones íntimas, orientación al logro dentro y fuera de la escuela, capacidad de construir significados productivos para los eventos vividos, esperanza y elementos intrapsíquicos.

#### ψ Temperamento y apego

La palabra temperamento tiene distintos significados según los contextos tecnológicos e institucionales (Cyrulnik, 2005).

Lemay (1999 en Manciaux 2003), dice que el temperamento es el conjunto de elementos biológicos, que junto con los factores psicológicos, forman a la personalidad.

Por su parte Cyrulnik (2005) explica que cuando se habla de temperamento se evoca un “afecto de vitalidad”, una disposición elemental ante la experiencia de las cosas del mundo, ante la rabia o el placer de vivir. Es una fuerza vital carente de forma que empuja a encontrar algo, un carácter sensorial, una persona o un acontecimiento.

El temperamento es un comportamiento, es la forma que tiene la persona de ubicarse en su medio. Este estilo existencial, desde sus primeras manifestaciones, se presenta completamente configurado. La biología genética, molecular y del comportamiento viene forjada por las presiones del medio, que son otra forma de biología y esta biología viene de los otros seres humanos, de las personas que nos rodean. Y los comportamientos que adoptan respecto del niño constituyen una especie de biología periférica, un elemento sensorial material que dispone en torno del niño un cierto número de guías a lo largo de las cuales deberá desarrollarse.

Manciaux (2003), subraya que entre los elementos asociados a la resiliencia hay factores personales como el temperamento, dado que los niños resilientes muestran más rasgos de carácter como la autonomía, la autoestima y una orientación social positiva.

Así mismo los estudios sobre resiliencia confirman que hay que ampliar el concepto de apego, limitado mucho tiempo solamente a la relación madre-hijo. En el estudio de Werner y Smith (1955) se observa que un vínculo intenso con una persona que cuide al niño en su primer año de vida es un elemento importante de resiliencia. Aunque la madre trabajase períodos prolongados, el niño resiliente recibía el apoyo de personas cercanas como abuela, hermanos, pero por el contrario al niño con dificultades, a menudo le faltan esos lazos sociales intensos, esa falta de apego era dañina en el niño poco activo, siendo retraído y poco activo.

Werner y Smith integran los conceptos de temperamento y apego en un modelo transaccional de desarrollo humano, inspirado en el modelo ecológico de Bronfenbrenner. Los mecanismos de riesgo y resiliencia no se dan en un equilibrio

de fuerzas, factores de riesgo contra factores de protección, en donde el niño tiene un papel pasivo, lo esencial pasa en las interacciones activas entre el niño y su entorno.

#### ψ Inteligencia alta

Masten y Coastworth (1998 en López 2008), dicen que ante situaciones adversas, el niño usa sus propios recursos internos, entre ellos un elevado CI, buena capacidad de resolver problemas, capacidad de planificar, uso de estrategias de enfrentamiento, sensación de eficacia personal, comprensión de sí mismo, locus de control interno, competencias relacionales (empatía y capacidad de buscar ayuda), recursos que al interactuar entre sí y con el medio, producen respuestas de adaptación y recuperación resiliente ante situaciones adversas.

#### ψ Capacidad para desarrollar relaciones íntimas

Diversos autores (López, op. cit) apuntan a la presencia de la capacidad y habilidades para desarrollar relaciones íntimas como indispensables para la aparición de resiliencia. La capacidad de relacionarse de manera significativa psicológicamente dentro y fuera del hogar, permite al sujeto la exposición a modelos alternativos de solución de problemas.

#### ψ Orientación al logro dentro y fuera de la escuela

Diversas investigaciones arrojan evidencias de que los individuos resilientes declaran tener un sentido de dirección, enfoque y propósito que los obliga a ver más allá del presente y tener metas hacia el futuro.

#### ψ Capacidad de construir significados productivos para los eventos vividos

Es trascender a través de dar significado a un evento traumático como guerras, muerte de un ser querido, abuso ó bien superar adversidades crónicas como problemas de salud física o mental, alcoholismo y pobreza, etc.

Algunas investigaciones señalan este punto como la esencia de lo que se considera la definición de resiliencia.



## ψ Elementos intrapsíquicos

Diversos autores con orientación psicoanalítica han reportado que la capacidad de resiliencia del sujeto se basa en el proceso intrapsíquico esencial de la mentalización, la cual se refiere a la capacidad de traducir en palabras, en representaciones verbales compatibles, las imágenes y las emociones sentidas, para darles un sentido comunicable, comprensible para el otro y, primeramente, para sí. Es también la capacidad del sujeto de tolerar, tratar incluso, y aún negociar, la angustia intrapsíquica y los conflictos interpersonales. Este proceso implica trabajo del pensamiento sobre sí mismo para poder traducir las excitaciones como representaciones compatibles, que implica una operación de simbolización. Así mismo, ésta supone que los afectos sentidos se unan a palabras que los especifican; proceso imprescindible en la vivencia y superación de cualquier evento traumático. Desde este enfoque, este proceso sería el encargado de estructurar a largo plazo la resiliencia (López, 2008).

## ψ Esperanza

La esperanza, entendida como las expectativas que tiene un sujeto de que algo deseable va a ocurrir. Es el componente esencial del triunfo personal sobre la adversidad presente en la vida del sujeto. Hallazgos en la investigación de comportamientos resilientes demuestran que la esperanza aparece en niños de condiciones sumamente difíciles, generalmente en asociación con la presencia de alguna persona en la vida de ese niño que actuaba como tutor de resiliencia (Cyrulnik, 2002; Vanisendael y Lecomte, 2002 y otros) cit. En López (2008).

### b) Aspectos familiares

Es relativamente reciente que la familia ha sido reconocida como factor de protección, sino también como agente facilitador de resiliencia, contrario a la idea tradicional de la familia como origen de psicopatología (López, 2008).

Esto debido principalmente a que en el campo de la salud mental, la mayoría de las teorías clínicas, la formación, la práctica profesional y la investigación se han centrado abrumadoramente en las deficiencias, y han considerado que la familia está involucrada en el origen o mantenimiento de casi todos los problemas de funcionamiento individual. Las primeras premisas psicoanalíticas sobre vínculos destructivos entre la madre y el hijo concibieron a la familia como una influencia nociva, todavía en la década de 1980 se continuaba estudiando los procesos familiares disfuncionales.

La resiliencia de los niños ante las penurias es mayor cuando pueden contar, ya sea en su familia o en el contexto social, al menos con un progenitor cariñoso, una persona que le brinde atención o algún otro adulto que los apoye, así como la autoestima y la eficacia personal son promovidas por relaciones sustentadoras. Investigadores centrados en el clima emocional de la familia señalaron la importancia de la calidez, el afecto, el apoyo emocional, así como de la fijación de una estructura y de límites sensatos y bien definidos. Diversos autores proponen que si los padres son incapaces de proporcionarles dicho clima, las relaciones de los niños con sus hermanos mayores, sus abuelos u otros parientes pueden cumplir esa función.

También los amigos, vecinos, maestros, instructores, sacerdotes o cualquier persona de apoyo puede fomentar la resiliencia individual, es entonces que en las familias perturbadas, los niños resilientes suelen buscar y crear activamente vínculos especiales con adultos influyentes en su entorno (Wals, 2004).

#### c) Aspectos Comunitarios y/o entorno social

No se han encontrado muchos trabajos que estudien los factores macro sociales, económicos, políticos o incluso éticos. Aunque se insiste en estos últimos factores del entorno cuya influencia es primordial, incluso antes del nacimiento (Cyrulnik, 2004).

Vanistendael y Lecomte (2003) proponen el modelo de “La Casita” conformada por cinco estructuras: suelo, cimientos, planta baja, primer piso y altillo.

**Suelo:** se encuentra la base de todo desarrollo humano, resiliente o no resiliente, la persona necesita de salud, nutrición, reposo y recreación como elementos básicos antes que cualquier cosa, no se puede potencializar ninguna habilidad o característica de la persona si no cumple con el proceso completo de la casita dado que cualquier persona dirige todos sus esfuerzos en la satisfacción de estos puntos instintivamente, y por otro lado, sería imposible llevar a cabo alguna tarea de faltar estos.

**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.

**Planta baja:** se encuentra una capacidad fundamental: encontrar un sentido a la vida. Descubrir un sentido a la vida puede realizarse gracias a una cierta filosofía que consiste en apreciar plenamente la existencia; hay quienes percibirán ese sentido a través de una experiencia religiosa. Este nivel es igualmente el de los proyectos concretos. También se encuentra el jardín, el contacto con la naturaleza, que puede ofrecer posibilidades pedagógicas importantes.

**Primer piso:** aquí hay tres habitaciones: a) la autoestima, b) las habilidades y competencias y c) el humor; entre otras estrategias de adaptación.

La autoestima se refiere al estado en el que el individuo se encuentra en cuanto a su persona, es decir, a como se siente consigo mismo.

Las habilidades hacen referencia a cada una de las capacidades que un individuo posee y que desarrolla de una manera adecuada, si las pone en práctica en un ambiente social de manera óptima se denominan competencias.

El Humor y otras estrategias de adaptación permiten no solamente proteger al individuo de sufrimientos demasiado pesados de sobrellevar sino que también lo libera de energía y proporciona otras perspectivas de la realidad. La más importante de entre ellas es ciertamente el humor que al igual que el juego es a

menudo olvidado, pese a que constituye una fuerza considerable de resiliencia en muchas situaciones.

**Attilo:** representa la apertura o búsqueda hacia otras experiencias a menudo más localizadas que pueden contribuir a la resiliencia.

Es entonces que “La casita” de la resiliencia no es una estructura fija, y puede sufrir cambios de organización en su estructura por situaciones adversas: un desastre, muerte, enfermedad grave, guerra, abusos, violencia, etc.

### 3.3. Ámbitos de aplicación

Sólo es posible hablar de resiliencia si se ha producido un trauma que se haya visto seguido por la recuperación de algún tipo de desarrollo.

No podemos hablar de situación traumática si no ha habido fractura, en el momento en que el acontecimiento desgarrar la burbuja protectora de la persona, desorganiza su mundo y en ocasiones, le provoca confusión, el sujeto poco consciente de lo que le está ocurriendo caerá en el desamparo. Sin embargo es preciso cuanto antes dar sentido a la fractura para no permanecer en ese estado de confusión en el que no es posible decidir nada porque no se comprende nada.

El acontecimiento que produce el trauma se impone, mientras que el sentido que se atribuye al acontecimiento depende de la historia y de los rituales que le rodean al sujeto. No existe por tanto ningún “acontecimiento en sí” ya que un acontecimiento puede adquirir un valor destacado en un contexto y resultar trivial en otro (Cyrulnik, 2003).

A este mismo respecto Gordon y Song (1994 en Luthar 2007), señalan que el significado de un evento en particular diferirá sustancialmente de la persona que lo experimenta, a la percepción del investigador de resiliencia.

Algunas personas pueden verse a sí mismos como relativamente bien, a pesar de que los científicos pueden definir sus circunstancias de la vida como muy estresantes. Si ante un evento específico la mayoría de niños percibe el suceso

como nocivo y un subconjunto lo percibe como relativamente neutral, los datos para el segundo grupo podrían ser enfocados en sus factores de protección. Es entonces que la tarea es determinar por qué estos jóvenes difieren de la norma para percibir el evento como benigno. ¿Fueron por lo general más optimistas que otros? ¿Esto puede ser resultado de un temperamento tolerante? Por otra parte ¿La fe religiosa les ayuda a sentirse protegidos de la adversidad que habían experimentado?

Melillo (2005), dice que ante la diversidad de situaciones o eventos traumáticos que se presentan cada día, más personas consideran la resiliencia como una característica de la salud mental. De hecho la resiliencia ha sido reconocida como un aporte a la promoción y al mantenimiento de la salud mental. El rol de la resiliencia es desarrollar la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y de ser fortalecido e incluso transformado por las experiencias de adversidad. Es un proceso que sin duda excede el simple “rebote” o la capacidad de eludir esas experiencias, ya que permite, por el contrario, ser potenciado y fortalecido por ellas, lo que necesariamente afecta a la salud mental.

En un volumen especial de la revista *American Psychologist* Selligman y Czikszentmihaly (2000) explican cómo la resiliencia contribuye a la constitución de la calidad de vida además de ser un “arbitro” de las experiencias negativas. Investigaciones realizadas recientemente que miden la resiliencia han demostrado cuán efectiva es para promover la calidad de vida.

Es entonces, que se hace principal énfasis en que la resiliencia implica un enfoque en resultados positivos y no sólo de negativos, de interés no sólo en las fallas de adaptación sino también, y más importante en los resultados positivos de adaptación y sus antecedentes, por lo tanto desde una perspectiva de intervención política, se hace hincapié en la importancia de incluir la prevención primaria, en lugar de simplemente tratar de mejorar un desajuste grave después de que se haya cristalizado.

Ya que la resiliencia según Mrazek (1994 en Nájera 2008) es parte integral de la prevención en salud mental, la reducción de factores de riesgo y la promoción de factores protectores es el centro de la prevención para las enfermedades mentales. La Organización Mundial de la Salud, nos dice que la promoción en salud mental se dirige a impactar en las determinantes de la salud mental y al incremento de la salud mental positiva, a la reducción de inequidades, a la construcción de capital social y la creación de ganancias en salud.

Compton (2008 en Nájera 2008) señala que la promoción de la salud mental incluye estrategias que promueven la resiliencia, e intervenciones que protejan frente al desarrollo de trastornos mentales, esto a su vez para minimizar la disfunción psicosocial (pérdida de la productividad y decremento en los años de vida saludables). Los objetivos primordiales de la promoción en salud mental son la reducción de la tasa de suicidios, el abuso de alcohol, la depresión y el abuso de drogas, para esto la evaluación y tamizaje adecuados de la población que demanda atención en salud mental a nivel primario es fundamental.

Incluso en los casos en que los problemas ya se han cristalizado, el marco de la resiliencia implica un énfasis no sólo en el déficit, sino en las áreas de fortaleza, sin minimizar las problemáticas, la aplicación de la resiliencia implica la atención a los puntos fuertes de las personas, en el caso de las madres adictas; la preocupación por el bienestar de sus hijos (a menudo el motor de estas madres a buscar tratamiento) y la tendencia a lamentar el pasado los “errores” paternos que pueden ser aprovechada para motivar un cambio positivo. Por lo tanto la perspectiva de la resiliencia implica esfuerzos para aprovechar las fortalezas de “poblaciones vulnerables” para obtener un importante impulso para el cambio positivo (Luthar y Cicchetti, 2007).

Pierre- Andre Michaud en (Grotberg, 2006) reflexiona acerca de los campos a que se puede aplicar la resiliencia, describe tres ámbitos:

1. **Ámbito biológico:** concierne sobre todo a las desventajas somáticas congénitas o adquiridas como consecuencia de una enfermedad o de un accidente.
2. **El ámbito privado,** se refiere al ámbito familiar, en este la resiliencia “princeps” descrita por Emmy Werner, la que más interesa a los trabajadores sociales. Consiste en el éxito de los niños procedentes de familias perturbadas, maltratadoras, alcohólicas, rotas, recompuestas, ausentes, o bien en un permanente conflicto violento. También pueden ser causas la muerte de uno de los padres; el divorcio, enfermedad de los padres, suicidio, segundos matrimonios.
3. **El ámbito histórico o público:** está representado por la resiliencia frente a las catástrofes, tanto de origen natural (temblores de tierra, erupciones volcánicas, inundaciones, ciclones, incendios, sequías), como, las provocadas por el hombre (conflictos armados, genocidios, deportaciones, expulsiones, hambruna, conflictos políticos, etc.).

Se conviene pertinente agregar a esta lista, el terrorismo, conflictos por drogas, violencia en las calles y/o comunidad.

### **3.4. Problemas y precauciones en la aplicación de la resiliencia**

Luthar (2000), indica que al igual que con cualquier otro constructo el trabajo empírico sobre resiliencia puede comprometerse en forma significativa si los esfuerzos en el área no se ajustan a las normas científicas y en los últimos años diversos problemas conceptuales y metodológicos han sido identificados en la investigación sobre este tema. Estos incluyen las variaciones en el uso de la terminología por diferentes investigadores, la diversidad de métodos utilizados para operacionalizar el riesgo, la competencia y la insuficiente atención a la teoría de los esfuerzos empíricos, por lo tanto es un término en construcción.

Así mismo este autor delineó varias precauciones relacionadas con la presentación científica de los trabajos sobre resiliencia, en primer lugar todos los informes de investigación deben incluir una clara definición operativa del

constructo, especificando que la resiliencia es un proceso o fenómeno y de forma explícita la aclaración de que no es una característica personal del individuo. Así mismo sugiere que es más prudente para los científicos que se mantengan alejados de las frases que se centran en el niño, tales como “jóvenes resilientes” o “fomentar la resiliencia en los niños” y se refieren, en cambio, a la resistencia de adaptación, perfiles o trayectorias.

Por lo tanto usar el término “*resiliencia*” cuando nos referimos a la competencia a pesar de la adversidad y no a la “*resistencia*” que sugiere un rasgo de personalidad.

Es fundamental que los científicos presenten sus conclusiones en forma que los responsables políticos, así como personas que no estén familiarizadas con los términos, lo encuentren fácilmente comprensible. Hay una necesidad de extraer de forma sencilla el mensaje de fondo en los resultados, lo que estos revelan así como anticipar y evitar malas interpretaciones posibles de los datos. En el interés de estos objetivos han elegido a los científicos para comentar no sólo de la significación estadística de los resultados, sino también su importancia práctica, basada en el tamaño proporcional de la población. Para esto hay una estrategia llamada “*la pantalla del tamaño del efecto binomial*” que puede ayudar a convertir tamaños de efecto estadístico en términos concisos que son fácilmente comprensibles por los políticos y la población en general.

Por todo esto es que la presentación de los datos debe de ser diseñada para maximizar el interés y la receptividad de las audiencias no científicas. Edward Zigler pionero en el ámbito de política social señala que los políticos quieren resúmenes sucintos de los resultados, con conclusiones que presenten en primer lugar, muy pocos detalles, y un solo ejemplo ilustrativo.

El público en general por el contrario quiere que la información que se relaciona con sus propias experiencias sea presentada de una manera que despierte su interés personal. De igual manera otros investigadores han abogado por un mayor esfuerzo para presentar la evidencia empírica en la jerga-libre del lenguaje con las



circunstancias de la vida de las poblaciones vulnerables, y no simplemente con las etiquetas de diagnóstico e incomprensibles términos técnicos.

Y por último los científicos deben ser proactivos en la difusión de conocimiento relevante, la comunicación en términos equilibrados, responsables, y aclarar tanto lo que se conoce acerca de la resiliencia como las limitaciones de los hallazgos empíricos.

Recomendaciones de este tipo podrían aumentar las preocupaciones acerca de los recursos fiscales hacia programas de prevención a poblaciones vulnerables.

Con respecto a los riesgos presentes, los estudios han demostrado que en ausencia de intervención, los niños que se enfrentan a múltiples adversidades, tienen una alta probabilidad de desarrollar serias dificultades a medida que avanzan a lo largo de sus trayectorias de desarrollo. Entre los jóvenes que viven en condiciones de pobreza, por ejemplo la posibilidad de desajustes graves aumenta exponencialmente con el número cada vez mayor de riesgos socio demográficos, como la educación materna, las familias numerosas, la condición de minoría, el riesgo de enfermedad mental en alguno de los padres. Cualquiera de estos factores está relacionado con la progresividad de un mínimo de inadaptación. Desde una perspectiva de intervención, el mensaje es que los jóvenes sin la intervención adecuada expuestos a múltiples factores de riesgo socio demográficos son altamente vulnerables a los graves problemas a largo plazo.

Luthar (2007), dice que durante las últimas dos décadas, el enfoque del trabajo empírico también se ha desplazado desde la identificación de los factores de protección para la comprensión de los procesos subyacentes de protección. En lugar de simplemente estudiar cuál de los niños, la familia y los factores ambientales están implicados en la resiliencia, los investigadores se esfuerzan cada vez más para entender cómo estos factores pueden contribuir a resultados positivos. Esta atención a los mecanismos subyacentes es visto como esencial para el avance de la teoría y la investigación en el campo, así como para el diseño

de estrategias apropiadas de prevención y de intervención de los individuos frente a la adversidad.

En los próximos años, como análisis costo-beneficio, los estudios eficaces serán fundamentales para convencer a las aseguradoras y los políticos del valor inherente a los enfoques preventivos como promoción de la salud.

Es entonces que Luthar concluye con una serie de 10 principios rectores que se deben tener en cuenta para futuras intervenciones dentro del paradigma de resiliencia, se enumeran a continuación:

1. Las intervenciones deben tener una base fuerte en la teoría, deben basarse en un marco teórico sólido que reconozca las influencias mutuas de las transacciones entre los niños y los diferentes aspectos de su contexto global.
2. Las intervenciones deben tener una base sólida en la teoría y la investigación sobre el grupo en particular como objetivo, es decir evidencia empírica tanto cuantitativa como cualitativa.
3. Los esfuerzos deben dirigirse no sólo a la reducción de los resultados negativos o desajuste entre los grupos beneficiarios, sino también hacia la promoción de las dimensiones de la adaptación positiva o competencia.
4. Las intervenciones deben ser diseñadas no sólo para reducir las influencias negativas (factores de vulnerabilidad) sino también para aprovechar los recursos específicos dentro de las poblaciones, apoyándose en las fortalezas de las personas, se pueden promover sus propios sentimientos de eficiencia y competencia.
5. Las intervenciones deberán centrarse en la vulnerabilidad más destacada y los procesos de protección que operan a través de múltiples niveles de influencia.
6. Las intervenciones deben tener un enfoque de desarrollo fuerte, donde haya conocimiento y comprensión de las emociones, el lenguaje, capacidades cognitivas y sociales.

7. La pertinencia contextual de los objetivos generales de intervención, así como de las estrategias de intervención específicas deben estar garantizadas, esto se logra a través de la participación colaborativa de la comunidad local, de los miembros líderes de la comunidad, los padres preocupados, maestros, médicos y los niños que reciben las intervenciones y todo esto puede orientar al personal hacia técnicas terapéuticas más eficaces.
8. Los esfuerzos de intervención deben tener como objetivo el fomento de los servicios que eventualmente pueden llegar a ser autosuficientes.
9. Siempre que sea posible, los datos de los grupos de intervención se deben comparar con los de grupos de comparación adecuados, para determinar que los efectos son potencialmente únicos en la intervención.
10. Debe haber una cuidadosa documentación y evaluación de los componentes críticos de la intervención ya que son útiles para orientar el diseño de futuras intervenciones, para la difusión de los programas de eficacia comprobada y mejoras en el curso de la teoría (Luthar y Cicchetti, 2007).

Finalmente, y aunque no será abordado más a profundidad en este trabajo, es de igual importancia la necesidad de construir instrumentos para medir y evaluar la resiliencia con precisión, ya que esto permitirá identificar los factores que intervienen para la formación de la misma. Y por otro lado evaluar la eficacia de programas de intervención y el impacto que tienen en la población (Salgado, 2005).

Ospina (2007), explica que a la fecha existen diversos instrumentos desarrollados para la medición de la resiliencia, destaca que en su mayoría son pruebas de autoreporte, tipo Likert, estandarizados mediante pruebas de análisis factorial que, de manera rápida y enmarcada en una teoría explicativa, ofrecen información sobre el fenómeno observado.

Por mencionar algunos se encuentran: Dispositional Resilience Scale (Bartone, Ursano, Wright e Ingraham, 1989), The Resiliency (Jew, Green y Kroger, 1992), Scale, My Child's Friendships Scale (Doll, 1993), Escala de Resiliencia (Wagnild y Youngen, 1993), The Individual Protective Factors Index (Sprinter y Philips, 1995), Communities that Care Youth (Pollar, 1996), Ego Resiliency Scale (Block y Kremen, 1996), The Healthy Kids Resilience Assessment Constantine (Bernard y Díaz, 1999), The Brief Resilient Doping Scale (Sicclair y Wallston, 2004), The Resilience Assessment of Exceptional Students (Perry y Bard, 2001), Resilience Profile for Students with Disabilities (Perry y Bard, 2000) Ungar, Clark, Kwong, Makhnach y Cameron (2005), the Connor-Davinson resilience scale (2003), Cuestionario de resiliencia para niños (Hurtes y Allen, 2001), Escala de resiliencia (Saavedra y Villalta, 2008) y en México se ha desarrollado la escala de resiliencia mexicana (Palomar y Gómez, 2010), (ver anexo).

Por su parte Ungar, Clark, Kwong, Makhnach y Cameron (2005), refieren que se deben construir y validar escalas según el contexto, así como los métodos de investigación cuando estudiamos la resiliencia en múltiples contextos culturales. Estos autores llevaron a cabo una investigación transcultural sobre resiliencia en la que participaron 14 países, refieren que la resiliencia es un tópico ideal para investigación transcultural y explican que se debe de tener una definición clara del constructo para cada uno de los contextos.

Y se llega nuevamente a la necesidad de contar con una definición clara del concepto para una adecuada aplicación del mismo y de esta manera contar con intervenciones y resultados más confiables, que al mismo tiempo ayuden a mejorar la teoría y el diseño de futuras intervenciones e investigaciones.

## CONCLUSIONES

La presente tesina permite llegar a diversas conclusiones, primero se busco la comparación de algunas definiciones de resiliencia en psicología social, durante la elaboración encontramos algunas divergencias, iniciando con el hecho de que no se cuenta con un marco conceptual que explique el proceso de resiliencia o como se da la interacción entre los factores de protección y de riesgo, así mismo tampoco se cuenta con una correcta y única definición del concepto dentro del área de la psicología social, ya que la “resiliencia” actualmente es utilizada en diversas disciplinas científicas como la ingeniería, biología, medicina, economía y ecología.

Al revisar diversas investigaciones y trabajos tanto teóricos como empíricos sobre resiliencia, observamos que cada autor hace uso a su manera de diversos términos para definirla, así mismo retoman la definición del concepto que mejor uso deviene a su investigación, aunque cabe señalar que algunos comparten puntos de vista en común, aunque aún así persisten las diferencias en cuanto a su definición, usos de metodología o modelos para su aplicación, esto es preocupante, ya que como menciona, Deutch (1995), “las construcciones teóricas o conceptos constituyen el vocabulario de una teoría” (p.42).

A partir de los años noventa y hasta la actualidad, ha surgido un considerable número de publicaciones que describen características y condiciones de individuos resilientes en condiciones sociales, económicas y de salud mental muy diversas, pero sin lugar a dudas, y digno de notar es que la resiliencia es definida de diversas maneras en los escritos teóricos existentes.

El objetivo de este trabajo no es criticar o contradecir la literatura existente respecto al tema sino más bien exponer la necesidad de contar con una definición clara del concepto ya que esto permitirá que las investigaciones cuenten con puntos de partida en común, de esta forma los resultados se puedan generalizar a distintos ámbitos de aplicación que ayuden a comprender el fenómeno que se presente u ofrecer intervenciones en poblaciones en circunstancias similares,

por esto se requiere de un concepto libre de ambigüedades y claridad en su terminología ya que como dice Deutch (1995); “el desarrollo de los conceptos nuevos es uno de los aspectos más productivos de la teorización científica” (p.43).

Conseguirlo no es una tarea sencilla ya que como explica el autor anteriormente citado no es fácil definir un concepto, pues una definición completa requiere un enunciado sobre sus interrelaciones dentro del sistema de conceptos del cual forma parte y su significado empírico está determinado por reglas de correspondencia o definiciones operacionales que relacionan la construcción con hechos observables.

Aunque la búsqueda de una definición precisa es tema constante de debate entre los estudiosos del campo. Para algunos autores (Rutter, 1987 Werner y Smith, 1989) cit. En (López 2008) la posibilidad de contar con una definición única que englobe todas las dimensiones que abarca la resiliencia desafía tales esfuerzos, ya que las definiciones existentes recurren a referencias marcadas por la sociedad, cultura, momento histórico en el que se desarrollan, y el lente académico que lo observa, por tanto equivaldría a tratar de reducir a un solo significado y explicación cultural cualquier fenómeno humano.

Se reconocen dos generaciones de investigadores en resiliencia, en la primera, encontramos un antecedente importante en el surgimiento del concepto que es el estudio de Emmy Werner donde se siguió por treinta años a 201 niños en Hawai, el estudio consistió en identificar en un grupo de individuos que vivían en situaciones de adversidad, aquellos factores que diferenciaban a quienes se adaptan positivamente a la sociedad de aquellos individuos que asumían conductas de riesgo, al final del estudio hubo en total casi un 80% de evoluciones positivas. Esta primera generación se adscribe al modelo tríadico de resiliencia, que consiste en organizar los factores resilientes y de riesgo en tres grupos diferentes: los atributos individuales, los aspectos de la familia y las características de los ambientes sociales en los que el individuo se halla inmerso.

La segunda generación de autores según López (2008) entienden a la resiliencia como un proceso dinámico donde las influencias del ambiente y del individuo interactúan en una relación recíproca que permite a la persona adaptarse a pesar de la adversidad. Estos investigadores se adscriben al modelo ecológico-transaccional de resiliencia, el cual tiene sus bases en el modelo ecológico de Bronfenbrenner que retoman el ámbito individual, ámbito familiar y ámbito comunitario.

Al revisar diversos estudios e investigaciones pudimos darnos cuenta de que la mayoría de autores se apega a esta segunda generación donde se entiende a la resiliencia como un proceso dinámico y donde se toma en cuenta al individuo en relación a su contexto social como lo hizo la primera generación de investigadores, pero en esta incluyen aspectos más amplios en relación al entorno social del individuo, examinando a la resiliencia de cara a condiciones sociales devastadoras, particularmente la pobreza o violencia en la comunidad.

Si nos apegamos a la definición de resiliencia en la resistencia de materiales, de acuerdo a (Hibbeler, 1995), está se define como: “La capacidad o característica del material para absorber energía sin ocasionar algún daño permanente en el mismo” (p. 94), esto nos lleva a pensar en una acción de “rebote” es decir; cuando se aplica una fuerza o presión a un cuerpo, se admite que este regresará a su estado original o inicial una vez que se retira la fuerza que lo está deformando. En términos psicológicos podemos decir que ante cualquier presión o fuerza que ejerza el medio hacia una persona, esta “rebotará”, logrando regresar al estado original donde se encontraba antes de que se le aplicará la fuerza que lo deformaba.

Podemos decir que la resiliencia supone una acción de “rebote” ó de “regresar hacia atrás” es decir, a su lugar de inicio esto de acuerdo a su definición etimológica.

Después de revisar diversas definiciones en la literatura existente pudimos percatarnos que los autores revisados no usan una única definición del concepto, es decir, ¡aún no existe tal definición! Además se observa heterogeneidad en la terminología y en los modelos de intervención ya que aunque algunos autores se apegan a la etiología de la palabra o reconocen su uso y procedencia dentro de la mecánica de materiales, formulan o establecen una definición propia, incluso algunos autores añaden de su experiencia o su trabajo empírico o profesional para complementar sus definiciones, por lo que hace muy amplio el listado de definiciones sobre el concepto.

A este respecto una de las conclusiones más importantes radica en la importancia de considerar a la resiliencia como un proceso dinámico ya que de referirse a ella como un rasgo de personalidad podría llevarnos a decir que las personas nacen con la capacidad de afrontar las adversidades y aquellas que no nacen con esas habilidades, no tienen lo necesario para superar las adversidades que se les puedan presentar a lo largo de su ciclo vital y que no se puede hacer nada para modificarlo, haciendo pensar en un posible determinismo. Entonces cuando se habla de la resiliencia como proceso dinámico la persona a través de múltiples experiencias a lo largo de su vida; éstas pueden ser una relación de afecto con los padres y/o hermanos, logros escolares, laborales, o incluso situaciones de adversidad, alguna muerte, una catástrofe, maltrato, violencia, abuso y todos aquellos que afecten, es que la persona puede cambiar, modificar o generar habilidades útiles para su vida.

En esta misma línea de pensamiento la noción de proceso está en función de la interacción dinámica entre múltiples factores de riesgo y factores de protección.

Cuando hablamos de factores de riesgo aparentemente no se entra en controversia al definirlos ya que diversos autores comparten criterios cuando se habla de estos, entre lo más citados están el maltrato, abuso, catástrofes naturales, enfermedades, accidentes, muerte de un ser querido, e incluso en la literatura más reciente debido al contexto social que estamos viviendo, se habla de delincuencia organizada y conflictos armados.



Y por qué decimos “aparente” ya que habría que señalar los criterios para definir cuando un evento es realmente adverso, porque a veces lo que una persona percibe difiere sustancialmente de lo que el investigador en resiliencia pueda definir, debido a que algunas personas pueden verse a sí mismas como relativamente bien a pesar de que los investigadores puedan definir sus circunstancias de vida como estresantes o adversas. Entonces surge la pregunta sobre las causas de esas diferencias en la percepción de los eventos como poco estresantes, (Luthar, 2007) se pregunta ¿si tal vez es resultado de un temperamento tolerante? o tal vez ¿se trate de fe religiosa? lo que los ayuda a sentirse protegidos, pero las preocupaciones acerca de la clasificación subjetiva de los eventos son temas muy estudiados en psicología y no son exclusivos de los estudios en resiliencia.

Otra dificultad surge cuando se habla, de factores de protección, usualmente las clasificaciones hechas puntualizan sobre:

- a) Características individuales o atributos de las propias personas.
- b) Aspectos de sus familias
- c) Características de sus entornos sociales más cercanos

En esta clasificación están de acuerdo la mayoría de los autores revisados, pero el problema surge cuando dentro de cada clasificación hacen apartados específicos, y es ahí donde autores difieren por ejemplo dentro de las características individuales, algunos autores como López (2008) mencionan la importancia del apego en las etapas tempranas del desarrollo principalmente con la madre, pero Manciaux (2003) explica la importancia del apego, pero no se limita a la relación madre-hijo, si no que basándose en el estudio de Werner y Smith refiere que este vínculo de apego puede dar con cualquier otra persona que esté a cargo en el primer año de vida del niño.

Esto debido a que a pesar de que la madre estuviera ausente por períodos prolongados usualmente hay otra persona cercana como la abuela, algún

hermano, tío o incluso algún vecino que estuviera a su cuidado. Así que la relación de apego se generaliza o va más allá del vínculo materno, es en este punto donde muchos autores coinciden en mencionar la importancia de contar con un adulto de apoyo, este puede ser un maestro, un compañero, o cualquier otro familiar que ayuden a su desarrollo positivo.

Este último aspecto de contar con un adulto de apoyo o “tutor” es donde más investigadores en resiliencia coinciden y reconocen el papel tan importante de la presencia de una persona significativa durante algún periodo del desarrollo principalmente durante la infancia o la juventud que ayude al crecimiento positivo o a la toma de decisiones en beneficio a su calidad y/o estilo de vida.

Estamos de acuerdo con (Luthar, 2007) cuando explica que los autores dedicados al estudio del concepto o que han desarrollado trabajos al respecto, no comparten los mismos parámetros o las mismas estrategias de medición para referirse a una persona resiliente, ya que algunos investigadores dicen que se puede llamar a un niño resiliente cuando este sobresale en varias áreas, mientras que otros investigadores dicen que se puede llamar a un niño resiliente mientras destaque en un solo ámbito o área, aunque se encuentre con un rendimiento promedio en las demás.

Otro aspecto de suma importancia es el hecho de que en diversos escritos revisados se usa indiscriminadamente el término “resiliencia” y “resistencia” como sinónimos, siendo que no se refieren a lo mismo. Hablamos de “resistencia” cuando describimos una característica personal del individuo por ejemplo, se habla de “niños resistentes” cuando estos vienen determinados por el bienestar y entonces se adaptarán positivamente a pesar de las adversidades que puedan encontrar, en cambio la “resiliencia” se refiere a un proceso dinámico del desarrollo, donde entran en juego factores de protección y de riesgo, cuyas características se explicaron anteriormente.

Bajo esta concepción de “resistencia” como rasgo de personalidad, la observación hecha por Emmy Werner es digna de análisis, ya que podría parecer peligrosa, según (Cyrułnik, 2004) esta autora señala que la mayoría de los niños que han logrado dar un sentido a su vida no han tenido el beneficio de una ayuda especializada. Esto es algo que quizá sea parcialmente cierto. En los años ochenta el discurso fue encabezado por el presidente Reagan y por la señora Thatcher. Daba una justificación teórica a la eliminación drástica de toda política social, a la supresión de cualquier tipo de ayuda a la sociedad, a la destrucción del *Welfare State* (estado de bienestar) y de los centros de ayuda británicos. ¿Para qué gastar dinero en los pobres, en los desamparados? los buenos, los resilientes, salen adelante sin nosotros, los demás son intrínsecamente malos y no merecen nuestros esfuerzos. Entonces nos surgen las siguientes preguntas:

¿Las personas resilientes no necesitan procesos terapéuticos? ¿Dónde queda el papel del psicólogo o del profesional de salud mental?

La resiliencia parece ser entonces aquello que los gobiernos y las familias estaban esperando, surge como una excusa o alternativa a decir que las personas que son suficientemente resilientes no se abatirán ante las adversidades que se les presenten, dado que por sí solas saldrán adelante y no necesitarán de un servicio profesional en salud mental, de un psicólogo o algún tipo de terapia en cualquiera de las corrientes que existen, dado que estas personas por sí mismas logran o alcanzan un equilibrio emocional, este equilibrio lo logran a través de diversas experiencias, situaciones, o encuentros de gran significancia en su vida, a los que hemos llamado “momentos terapéuticos” no son una terapia a cargo de un profesional en el área, pero son beneficiosos o proveen de herramientas útiles para la vida de la persona que los experimenta.

En mucha literatura revisada sobre resiliencia pudimos observar que se exponen estudios de caso de personas alrededor del mundo que relatan su vida y en el día a día de sus experiencias encuentran las herramientas o fortalezas para sobreponerse a las adversidades, pero dentro de estas historias la imagen del

profesional de salud mental como punto clave para alcanzar el bienestar es difusa o no está bien señalada.

De esta forma se podría decir que con la resiliencia no hay necesidad de contar con programas sociales o profesionales en salud mental en beneficio a las clases sociales más desfavorecidas y así los gobiernos se desentienden y las familias omiten o no toman en cuenta la posibilidad de contar con servicios de este tipo ya que como menciona Uriarte (2005), muchos profesionales de salud y educación se han sorprendido al comprobar como sujetos que viven situaciones extremadamente difíciles son capaces de sobreponerse y de llevar una vida normal, personas que con su actitud y mentalidad han sido capaces de superar positivamente los límites que la ciencia les pronostica.

Se considera de vital importancia tener en cuenta los 10 principios rectores formulados por Luthar y Cicchetti (2007) para futuras intervenciones dentro del paradigma de resiliencia ya que cada vez más la evidencia empírica sobre la resiliencia se acumula, y los investigadores confirman la necesidad de fortalecer los resultados periódicamente.

Se concluye que el trabajo sobre resiliencia posee un importante potencial para aumentar la comprensión de los procesos que ayudan a las personas a afrontar situaciones de riesgo, también ofrece otras perspectivas respecto a las formas de intervención. Así mismo establece las bases de futuras investigaciones para apoyar al reconocimiento de la resiliencia como una disciplina que ayude a la prevención ante situaciones de riesgo donde no hay que esperar a que el daño aparezca, si no incidir antes de que este pueda gestarse.

Así mismo abre el panel a nuevas discusiones acerca de su uso y su relación con el papel del profesional en salud mental, ya que puede parecer que se pone en riesgo su utilidad dentro de la sociedad.

## BIBLIOGRAFÍA

- Barudy, J. (2005). Los buenos tratos a la infancia: parentalidad, apego y resiliencia. España: Gedisa.
- Bautista, S. (2008). *Vínculos entre la prueba de nado forzado y la resiliencia*. Manuscrito inédito.
- Beer, F., Johnston Jr E., y Dewolf, J. (2004). Métodos de energía. En: *Mecánica de Materiales*, México: MacGraw Hill.
- Beer, F. (1997). *Mecánica Vectorial para Ingenieros; Estática*. México: Mc Graw Hill.
- Cyrulnik, (2005). *Los patitos feos*. España: Gedisa.
- Cyrulnik, Tomkiewicz, Guénard, Vanistendael, Manciaux, y otros (2004). *El realismo de la esperanza*. España: Gedisa.
- Deutsch, M. (1985). *Psicología Social*. México: Paídos.
- Diccionario Etimológico: "El castellano" extraído el 25 de febrero desde <http://www.elcastellano.org/palabra.php?q=resiliencia>
- Douglas, M. C. (1976). *Scientific Encyclopedia*. Canada: Van Nostrand Reinhold Company.
- Dowling, N. E. (1999). *Mechanical Behavior of Materials: Engineering methods for deformation, fracture, and fatigue*. (Segunda edición). Prentice Hall. Pp. 48-165.
- Grotberg, (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy*. España: Gedisa.
- Hearn, E. J. (1998). *Mechanics of materials: and introduction to the mechanics of elastic and plastic deformation of solids and structural materials*. (Tercera edición). Ed. Butterworth Heinemann (BH). Pp 254-296.

- Hibeler, R. (1995) *Mecánica de materiales*. México. CECSA.
- López, J. (2008) *Resiliencia familiar ante el duelo*. Tesis doctoral publicada, Programa de Maestría y Doctorado en Psicología Social y Ambiental, Universidad Nacional Autónoma de México, UNAM.
- Luthar, S. (2007). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. National Institutes of Health Public Access. *Child Dev.* 2000; 71(3): 543-562. Visitado el 15 de enero del 2011 desde <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1885202/pdf/nihms-21559.pdf>
- Luthar, S. y Cicchetti, D. (2007). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. National Institutes of Health Public Access. *Dev Psychopathol.* 2000; 12(4): 857–885. Visitado el 15 de enero del 2011 desde <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1885202/pdf/nihms-21559.pdf>
- Manciaux, M. (2001). *La resiliencia resistir y rehacerse*. España: Gedisa.
- Martínez, T. y Bronfman, A. (2006). *La resiliencia invisible*. España: Gedisa
- Melillo, A. y Suarez E. N. (2004). *Descubriendo las propias fortalezas*. Argentina: Paídos.
- Melillo, A. y Suarez E. N. (2005). *Descubriendo las propias fortalezas*. Argentina: Paídos.
- Mott, R. (2004). *Diseño de elementos de máquina*. México: Prentice Hall.
- Myers D. (1991). *Psicología Social*. España: Medica Panamericana.
- Nájera C.A. (2008). *Resiliencia en adolescentes de la unidad deportiva "Morelos"*. Tesis para obtener el diploma de especialista en psiquiatría, Departamento de Psicología Médica Psiquiátrica y Salud Mental, Universidad Nacional Autónoma de México.

- Ospina, M. (2007). La medición de la resiliencia. Investigación y Educación en enfermería. Vol. 25, N°1, Medellín.
- Ortiz, B. (1990). Resistencia de materiales. Madrid. MacGraw Hill.
- Perlman, D. (1987). Psicología social. México: Interamericana.
- Kalawski J.P. y Haz A. M. (2003) ¿Y dónde está la resiliencia? Una reflexión conceptual. Interamerican Journal of Psychology año/vol 37, número 002. Visitado el 7 de Octubre de 2011 desde <http://redalyc.uaemex.mx>.
- Rodríguez, A. (1983). Aplicaciones de la psicología social. México; Trillas.
- Roy, R., y Craig, Jr. (2002). Esfuerzo y deformación unitaria. En Mecánica de materiales, CECSA.
- Salán, M. (2005). Tecnología en procesos y transformación de materiales. Visitado el 28 de agosto de 2011 desde: [http://books.google.com/books?id=RzDy96vUckC&pg=PA53&dq=acritud+=+materiales+d%BActiles&source=web&ots=M1FCcjf68&sig=FBKasA95vQlbE79hRVd-\\_nFwyE](http://books.google.com/books?id=RzDy96vUckC&pg=PA53&dq=acritud+=+materiales+d%BActiles&source=web&ots=M1FCcjf68&sig=FBKasA95vQlbE79hRVd-_nFwyE)
- Theis, A. (2001). La resiliencia en la literatura científica (45-59). En Manciaux M. La resiliencia resistir y rehacerse. México: Gedisa.
- Timoshenko, S. (1957). Mecánica de materiales. Madrid: Espasa-Calpe.
- Ungar, M., Clark, S.E., Kwong, W., Makhnach, A. y Cameron, C. (2005). Studying Resilience. Across Cultures. Journal of ethinc & cultural diversity in Social Work. Vol. 14 (3/4) 1-19.
- Uriarte, J. (2005). Resiliencia una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. España. *Revista de Psicodidáctica*, Vol. 10, Núm. 2, pp. 61-79. Visitado el 4 de febrero de 2012 desde <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=17510206>

Vanistendael, S y Lecomte, J. (2003). La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia la resiliencia. México: Gedisa.

Vera B., Carbelo B., y Vecina J. (2006). La experiencia traumática desde la Psicología Positiva. Resiliencia y crecimiento postraumático. Vol. 27(1), pp. 40-49. Visitado el 9 de Noviembre del 2011 desde: <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1283.pdf>

Wals, F. (2004). Resiliencia Familiar. Argentina: Amorrortu.



**ANEXOS**

## ESCALA DE RESILIENCIA MEXICANA (RESI-M)

*Instrucciones:* A continuación encontrará una serie de afirmaciones. Por favor indique con una X en el recuadro de la derecha, la respuesta que elija para cada una de las afirmaciones que se le presentan. No deje de contestar ninguna de ellas. Sus respuestas son confidenciales. Muchas gracias por su colaboración.

Sexo:

Edad:

Escolaridad:

Item	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.- Lo que me ha ocurrido en el pasado me hace sentir confianza para enfrentar nuevos retos. 2.- Sé dónde buscar ayuda. 3.- Soy una persona fuerte. 4.- Sé muy bien lo que quiero. 5.- Tengo el control de mi vida. 6.- Me gustan los retos. 7.- Me esfuerzo por alcanzar mis metas. 8.- Estoy orgulloso de mis logros. 9.- Sé que tengo habilidades. 10.- Creer en mí mismo me ayuda a superar los momentos difíciles. 11.- Creo que voy a tener éxito. 12.- Sé cómo lograr mis objetivos. 13.- Pase lo que pase siempre encontraré una solución. 14.- Mi futuro pinta bien. 15.- Sé que puedo resolver mis problemas personales. 16.- Estoy satisfecho conmigo mismo. 17.- Tengo planes realistas para el futuro. 18.- Confío en mis decisiones. 19.- Cuando no estoy bien, sé que vendrán tiempos mejores. 20.- Me siento cómodo con otras personas. 21.- Me es fácil establecer contacto con nuevas personas. 22.- Me es fácil hacer nuevos amigos.				

(Continúa)

ANEXO (CONTINUACIÓN)  
ESCALA DE RESILIENCIA MEXICANA (RESI-M)

Ítem	Totalmente en desa- cuerdo	En desa- cuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
<p>23.- Es fácil para mí tener un buen tema de conversación.</p> <p>24.- Fácilmente me adapto a situaciones nuevas.</p> <p>25.- Es fácil para mí hacer reír a otras personas.</p> <p>26.- Disfruto de estar con otras personas.</p> <p>27.- Sé cómo comenzar una conversación.</p> <p>28.- Tengo una buena relación con mi familia.</p> <p>29.- Disfruto de estar con mi familia.</p> <p>30.- En nuestra familia somos leales entre nosotros.</p> <p>31.- En nuestra familia disfrutamos de hacer actividades juntos.</p> <p>32.- Aun en momentos difíciles, nuestra familia tiene una actitud optimista hacia el futuro.</p> <p>33.- En nuestra familia coincidimos en relación a lo que consideramos importante en la vida.</p> <p>34.- Tengo algunos amigos / familiares que realmente se preocupan por mí.</p> <p>35.- Tengo algunos amigos / familiares que me apoyan.</p> <p>36.- Siempre tengo alguien que puede ayudarme cuando lo necesito.</p> <p>37.- Tengo algunos amigos / familiares que me alientan.</p> <p>38.- Tengo algunos amigos / familiares que valoran mis habilidades.</p> <p>39.- Las reglas y la rutina hacen mi vida más fácil.</p> <p>40.- Mantengo mi rutina aun en momentos difíciles.</p> <p>41.- Prefiero planear mis actividades.</p> <p>42.- Trabajo mejor cuando tengo metas.</p> <p>43.- Soy bueno para organizar mi tiempo.</p>				