

2º CONGRESO INTERNACIONAL DE LOS TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO EN NIÑOS Y ADOLESCENTES.

Madrid Viernes, 11 y sábado 12 de noviembre de 2005

LA RESILIENCIA: DESDE UNA INSPIRACIÓN HACIA CAMBIOS PRÁCTICOS

Stefan Vanistendael¹ - Secretario general adjunto, BICE². Ginebra

Una realidad bien conocida

Desde siempre hemos conocido la realidad humana de la resiliencia, sin conocer la palabra. De niño sabía el cuento de hadas de Pulgarcito y también otras historias que nos hablaban de la resiliencia sin decirlo con esta palabra. De adolescentes, leímos el diario de Ana Frank, como adulto hemos podido leer las cartas de Etty Hillesum o la autobiografía de Tim Guénard³ o los textos de Primo Levi, los lectores de la Biblia conocen la historia de José, traicionado por sus hermanos que llegó a ser mano derecha de Egipto y acogió a sus mismos hermanos que le habían traicionado. El número de documentos que testimonian la resiliencia sin utilizar esta palabra es considerable. Hasta aquí un primera indicación de la importancia de esta realidad humana.

Una realidad bien matizada

Estas historias de resiliencia, imaginadas o reales muestran ya una serie de matices importantes:

- (1) Se trata de una capacidad para sobreponerse a las dificultades y de crecer en la duración de las mismas. Se podría considerar como una pequeña definición pragmática de la resiliencia.
- (2) Esta capacidad se apoya menos en la fuerza que en una serie de elementos positivos como la amistad, el proyecto de vida, una espiritualidad... que permitan la construcción o la reconstrucción de la vida.
- (3) Esta capacidad nunca es absoluta.

¹ Notas de traducción. “ **La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en si mismos: construir la resiliencia** ” (2002), escrito junto con el periodista J. Lecomte y editado por Gedisa.

² Bureau International Catholique de l'Enfance, ONG creada en 1948, es una organización internacional que tiene presencia en 35 países y como objetivos la defensa de los niños explotados sexualmente o por el trabajo, los niños de la calle en la prisión o la guerra y los niños minusválidos. Es una entidad consultora de la UNICEF y del Consejo de Europa. cf: www.bice.org

³ Guénard, Tim (2002) “ **Mas fuerte que el odio** ” Ed. Gedisa . Es revelador su inicial compromiso con las familias que acogen discapacitados iniciadas por Jean Vanier en el Arca (Trosly-Breuil), a través de Martine, que con el tiempo es su esposa, así como su actual hogar de acogida para jóvenes con graves dificultades. Es un testimonio interesante porque integra en forma biográfica, en un formato nada habitual, muchos elementos conocidos desde puntos de vista teóricos. Diríase que es un cambio de vida que integra dificultades infantiles como el abandono y conflicto, heridas parentales, odio, violencia, y que corroboran lo que muchas veces presentimos: el miedo a lo desconocido cuando se ingresa en un centro, la coraza defensiva elaborada frente a los demás, la fragilidad o fortaleza ante las oportunidades, depende de los cinco elementos (que construyen la resiliencia, pagina de 6-8) y que son simbólicamente expresados en la “ casita, para la construcción de la resiliencia ” (pagina 8)

(4) Esta capacidad se presenta bajo la forma de un proceso de vida que se construye con otras personas del entorno, y que permanece siempre variable.

(5) Normalmente este proceso necesita la articulación de responsabilidades entre diferentes personas, diferentes grupos, diferentes niveles en la sociedad y comprende la responsabilidad –a veces pequeña pero siempre bien real- de la víctima para con su propio futuro.

(6) La realidad humana de la resiliencia es verdaderamente un proceso de crecimiento, una evolución positiva a través de grandes dificultades, un crecimiento hacia una nueva etapa de vida, y no únicamente un simple rebote como el de un resorte que vuelve a su forma original o como el concepto físico de la resiliencia.

(7) Es un proceso orientado por una ética profunda.

El enraizamiento de la resiliencia en la vida

Como la resiliencia no es un objeto físico que podemos descubrir y medir sino una realidad humana y variable, será mejor no perder demasiado tiempo buscando una definición exacta, que siempre será un poco arbitraria, ello no debería inquietarnos demasiado, pues a menudo nuestras funciones en la vida - y menos mal!- con los conceptos no podremos definirlos. El ejemplo más celebre es el tiempo. Indefinible tanto por los físicos, que afirman a veces que el tiempo no existe, como por los filósofos o por el hombre de la calle... ello no impide medir el tiempo y organizar nuestras vidas entorno al tiempo.

Es más importante apreciar y sentir como esta realidad humana de la resiliencia se enraíza en la vida. El psicólogo argentino Ramon Lascano lo ha expresado muy bien: « Existen en la vida caminitos que nos sorprenden favorablemente ». He aquí el enraizamiento. Ya el gran pedagogo suizo, Heinrich Pestalozzi (1746-1827) se admiraba en su « Lettre de Stans » ante la sorprendente capacidad de ciertos niños muy desfavorecidos de aprender y de construirse la vida. Mas cerca nuestro, el film inglés de Billy Elliot (2000) es como un documental sobre la resiliencia, pero siempre sin utilizar la palabra...

La resiliencia es ante todo una constante. A partir de esta constante queremos aprender de estas personas y estos grupos que nos sorprenden gratamente. Dejándonos inspirar así por la resiliencia cambiamos poco a poco nuestra mirada sobre la realidad, y esta nueva mirada puede inspirarnos también otras formas de trabajar. Se trata de una inspiración con consecuencias prácticas, pero no es una técnica generalizable que nosotros podamos aprender.

Una sabiduría que integra la ciencia

La resiliencia es una realidad muy profunda y muy basta, con toda evidencia, hasta el punto que escapa en parte a las posibilidades de los métodos de investigación científica. Debemos pues – con mucha humildad y prudencia – aprender de diversas fuentes de información: la ciencia, también la experiencia profesional, la experiencia de la vida. El psicólogo Dr. Wolfgang Edelstein del Instituto de investigación Max Planck en Alemania formulo este desafío con mucha elegancia: « Debemos construir una sabiduría humana que integre la ciencia pero que vaya también más allá de la ciencia ».

Constatemos de entrada que el sujeto de la resiliencia es tan vasto, con raíces tan profundas en la realidad humana, con ramificaciones múltiples en la acción social y política, que incluso escribiendo un libro sobre el tema no podría ser más que una modesta introducción. Limitémonos aquí y ahora a un doble objetivo todavía más modesto:

- dar u otorgar el gusto del sujeto,
- proponer algunas pistas de reflexión para las personas interesadas.

Una objeción

Estas personas que se han sobrepuesto a grandes dificultades han existido siempre. ¿Como la humanidad habría sobrevivido de otra manera? Siempre, se podrá pensar que se trata de seres excepcionales, de superdotados.

Es en este punto preciso que la ciencia nos ofrece un esclarecimiento precioso. Mucho científicos han estudiado el desarrollo de niños que se han enfrentado a dificultades muy graves: un padre alcohólico, gran pobreza, tensiones familiares, como refugiados... Entre estos investigadores encontramos a Garmezy, Grotberg, Masten y Garbarino en Estados Unidos, Rutter y Osborn en Inglaterra, Lösel en Alemania, y su número no deja de crecer. Algunos, como Emy Werner y Ruth Smith han seguido el desarrollo de los niños durante más de 30 años. Hasta conocer que podemos sacar algunas lecciones matizadas:

- *Los niños que tenían resiliencia no son niños excepcionales, ni superdotados, ni privilegiados.*
- *Si estas situaciones difíciles crean problemas para muchos niños. El riesgo de problemas aumenta considerablemente. Pero cuidado: se trata de constatar una tendencia estadística a nivel de una población, es difícil deducir conclusiones para niños individuales.*
- *Sin embargo no hay que olvidar la gestión de ciertos riesgos, tanto a diferentes niveles de responsabilidad en la sociedad, como a nivel de grupo o a nivel de individuo.*
- *Pero si también, una proporción sorprendente de estos niños se desarrolla de una manera muy constructiva. Concretamente, se comprometen en relaciones estables, algunos se casan, tienen trabajo, se comprometen por otros... Esta constante refuta cualquier determinismo y cualquier fatalismo. La resiliencia puede inspirar mucho nuestras acciones, con realismo y esperanza.*

¿Podemos construir la resiliencia?

Lo que precede nos conduce naturalmente a la pregunta "¿Que podemos aprender de aquellos y aquellas que han acreditado resiliencia?". La apuesta es alta, pues si llegamos a desempeñar ciertos factores de resiliencia podemos a la vez reconocer plenamente la existencia de problemas y al mismo tiempo abordarlos de una manera radicalmente constructiva, inspirándonos en los recursos que estos resilientes han encontrado en ellos mismos y en su entorno.

¿Existe verdaderamente una resiliencia que se pueda construir? ¿No será una capacidad que uno tiene o no tiene? ¿La resiliencia no es innata? Cada ser humano tiene su patrimonio genético. Es normal que la resiliencia tenga un componente genético. Pero esto no es suficiente. La persona humana –tan biológica como se quiera- tiene necesidad de una interacción con su entorno para construirse, como lo han mostrado “a contrario” los niños abandonados en los orfanatos rumanos. Una separación entre lo innato y lo adquirido, tan popular en las ciencias humanas, me parece totalmente teórica. Haciendo abstracción en la vida real en la cual lo adquirido no puede desarrollarse sin lo innato y viceversa. Como si yo quisiera separar el café y la leche en un café con leche.

Friedrich Lösel en Alemania lo formula claramente: la herencia genética determina los límites extremos de lo posible, pero en el interior de estos límites tenemos un enorme abanico de posibilidades que serán actualizadas gracias la interacción social que nos ayuda a construir una vida.

Tomado a contra pie

La vida misma nos muestra otro desafío en relación con la construcción de la resiliencia: una persona que se encuentra en una situación muy dolorosa y difícil busca normalmente una solución, una salida que funcione por ella misma sin causar mas daños para otros. Su intento no es encontrar una solución generalizable que podría ayudar a otras personas con gran dificultad. Esta estrategia la toman el científico y el interviniente profesional a contra pie. Buscan cifras para sustentar técnicas generalizables.

Tim Guénard explica por ejemplo, como durante su estancia en el hospital cuando era pequeño, un trocito de papel del envoltorio del regalo tenia pare él una significación extraordinario que le había ayudado mucho. Es del todo evidente que un paidopsiquiatra no deducirá jamás que se tengan que distribuir papelitos de regalo a los niños maltratados

Nosotros proponemos una solución a esta contradicción, articulando el trayecto de la construcción de la resiliencia en dos etapas:

- una etapa de generalización bastante clásica, en la que nos presentamos algunos dominios de intervención posible, que parecen confirmarse a través de culturas y a través de diversas problemáticas, pero a tal nivel de abstracción que no sabemos siempre que hacer en estos dominios;
- en una segunda etapa hay que situarse a partir de la realidad específica o de un caso: que podemos realizar entre todos o en cada uno de los dominios señalados en la etapa precedente; ejemplos de estas trayectorias pueden inspirarnos aunque no los copiemos.

El profesionalismo necesario pero insuficiente

Hemos tenido conocimiento de la increíble biografía de Tim Guénard. Niño cruelmente abandonado por su madre, salvajemente golpeado por su padre, una larga trayectoria por instituciones de todo tipo, y que a conseguido una vida satisfactoria, un matrimonio, unos hijos, un compromiso con los jóvenes desfavorecidos. Si yo extraigo una selección de la vida de Tim es esta: la diferencia entre quienes han podido ayudarlo a construirse y quienes no le han ayudado o incluso destruido, no es la distinción entre profesionales y no profesionales. La verdadera línea de demarcación se levanta según la mirada centrada en Tim Guénard: por una parte las personas que han verdaderamente creído en el, a pesar de sus comportamientos violentos, a pesar de sus limites y por otra parte las personas que lo han rechazado o explotado o que han ensayado de colocarlo en algún sitio. ¿Quienes son estas personas que han mostrado esta fe en Tim? Entre ellos encontramos un campesino, un juez, un sacerdote, un joven agredido por Tim, y mas tarde la mujer que llego a ser su

esposa. Encontró un psicólogo que más bien le destruyó y otro psicólogo que verdaderamente le ayudó. Todo parece jugarse en la calidad de la mirada, del encuentro, que se produce en un contexto profesional o no. No concluyamos que las competencias profesionales no tienen ninguna importancia. Son necesarias pero insuficientes. Mucho no depende únicamente de lo *que* hacemos si no de *como* lo hacemos. La calidad de la relación, la mirada positiva y realista, sobre el otro, la empatía... Todo ello es realmente necesario, y muchas veces el no profesional sobresale por sus cualidades. Otro ejemplo: la película de Billy Elliot ilustra a la maravilla esta importancia de la mirada entre Billy y su profesora de danza.

Una previa

Cuando queramos contribuir a la resiliencia de personas, no olvidemos la importancia de las necesidades físicas de base, como la alimentación y el sueño, la psicología del cerebro. Por ejemplo, un joven de la calle puede encontrarse en un estado tal de agotamiento físico y psíquico que hay que dejarle dormir en seguridad, durante días enteros si hace falta, antes que sea capaz de comprometerse en una trayectoria de reemprender la vida.

El Dr. Maurice Titrán de Roubaix, Francia, y otros especialistas llaman la atención de los efectos nefastos sobre el feto por el consumo de alcohol por parte de la madre. Estos efectos pueden ser graves tanto sobre el comportamiento que la persona tiene al nacer como el que tendrá años después del nacimiento, aunque no sean inmediatamente visibles. Muy a menudo se olvida tener en cuenta la relación entre los trastornos de comportamiento en un joven, y su historia, de hace 10 o 20 años o prenatal. Este vínculo puede en ciertos casos conducir a otro diagnóstico y a otro seguimiento.

Los fundamentos...

Si miramos de cerca los elementos que permiten construir la resiliencia encontramos elementos de felicidad humana normal, elementos ya descubiertos en la psicología clásica, orientaciones ya puestas en la práctica por los grandes pedagogos de la historia como por ejemplo Don Bosco, Juan Bautista de la Salle, Pestalozzi, Montessori y otros. De todas formas es útil ver que tales intuiciones son confirmadas desde otro punto de partida.

En muchos de los casos la resiliencia se fundamenta *en el vínculo y el sentido*. Esta confirmación viene de muchas fuentes, especialmente de ciertos profesionales comprometidos en la prevención de suicidios de adolescentes.

...el vínculo, el encuentro

En primer lugar, la aceptación fundamental del niño como persona humana (no necesariamente de su comportamiento) por al menos otra persona. He aquí un elemento clave de resiliencia.. Nos encontramos con lo relacional en el pleno sentido del término, un tipo de vínculo que se sitúa normalmente en las relaciones familiares, de vecindad, de amistad, si todo va bien! Esta aceptación se vive a menudo más fácilmente en el medio natural de la persona que en una relación de ayuda profesional. Todos nosotros nos construimos en los encuentros, en los verdaderos encuentros.

De hecho es aquí también donde podemos situar la mirada positiva sobre el otro. Esta aceptación toma las formas más variadas: el otro me ama, me escucha, me dedica tiempo, o todavía más: no me deja caer, incluso si yo hago tonterías, cree verdaderamente en mí...

Si muchas veces este papel es desempeñado –y bien desempeñado- por personas del entorno del niño: una abuela, un amigo, a menudo un maestro. Boris Cyrulnik llama a estas personas de confianza y de apoyo « tutores de resiliencia ».

Los asistentes sociales testimonian algunas veces, que cuando un joven que estaba muy arraigado en una trayectoria de criminalidad muy fuerte, si se enamora, encuentra verdaderamente la mujer de su vida, se casa y funda una familia. Acaba la criminalidad. Ello no conduce a la conclusión que sea necesario instalar en todos los barrios problemáticos, agencias matrimoniales!. Muestra que la resiliencia se construye con elementos que encontramos en la vida, una veces fuera de nuestro control, pero con elementos que podemos componer una vida

De ahí el doble desafío:

(a) cómo ser mejor profesional

(b) cómo una intervención profesional puede articularse la vida espontánea.

...el sentido

En segundo lugar. La capacidad para descubrir un sentido. He aquí un segundo elemento clave para la resiliencia.

No se trata de grandes efluvios metafísicos, si no más bien de la construcción de sentido en la vida muy concreta, ya sea por el cuidador o el cuidado, el educador o el educando.

Muy a menudo se trata de la combinación de muchos elementos:

- los reinicios: un tema que ha llegado a ser urgente para muchos niños i jóvenes que no han conocido los límites;
- el proyecto movilizado que se abre hacia el futuro a nivel personal o profesional: la participación en un equipo deportivo, un proyecto de formación, un compromiso profesional- para los jóvenes con dificultad los deportes constituyen a menudo un vector muy poderoso para retomar el gusto a la vida;
- la responsabilización en las medidas de sus posibilidades: el cuidado de una mascota, de una planta, una persona; invitar al otro a dar a contribuir a la vida, según sus capacidades, a sentirse útil;
- la espera, que expresa a menudo una confianza en un futuro por definición desconocido; aquí la fe no sectaria puede jugar un papel esencial.

Jacques Lecomte menciona en este contexto la transformación de la pregunta

“Por qué me ha llegado tal desgracia” en la pregunta “ por qué me ha llegado”. Si la primera pregunta busca comprender el pasado, la segunda se abre radicalmente al futuro incluso a un proyecto de vida. Trata de construir activamente su historia de vida. A veces la escritura puede ayudar como fue el caso en la redacción del Diario de Ana Frank.

En el fondo, mientras tenemos –el sentimiento inconsciente- que existe un vínculo positivo entre nuestra vida y la mayor corriente de la vida que fluye junto a nosotros, tenemos el sentimiento que nuestra vida tiene sentido. Esta reflexión no dice cual es el sentido de la vida, pero sino como funciona el sentido en nuestra vida. Esta forma operacional de abordar el sentido permite incluso buscar i construir activamente este sentido, admitiendo que no podemos imponer un sentido a la vida. El sentido se descubre pronto o tarde en el corazón de la vida, puede ser que gracias a nuestros intentos de buscar el sentido. Pero el sentido no se deja manipular.

Es ahí donde quizá se sitúa la importancia del perdón, no como un sentimiento, si no como una voluntad de reanudar la vida para si mismo o para otro. La ausencia de perdón o el rechazo de perdón crean en el fondo una ruptura con la vida. Reanudar con la vida, quiere decir, restablecer un poco de sentido de la vida.

Dos elementos de sentido fácilmente olvidados

Notemos, por lo demás, que los pequeños rituales, como acostarse, pueden jugar un papel nada despreciable en el descubrimiento del sentido: contribuyen a crear un lazo entre nuestra vida y la gran vida (sentido) en momentos clave de la vida o en momentos de gran vulnerabilidad, por ejemplo el acostarse, en los cuales debemos dejar/abandonar todo control sin el que no podemos ni tan sólo adormecernos. Tales rituales, que expresan también un gran respeto para nuestra vulnerabilidad, pueden ayudarnos a sentirnos acogidos, aceptados por la vida. Estos mismos pueden convertirse así en un apoyo- y no muy complicado, modesto pero a la vez estimado- al sentido y a veces incluso un vínculo, en tanto que permanecen “habitados” por las mismas personas, y que no se convierten en una rutina enojosa.

En el mismo sentido no subestimamos la importancia de la belleza bajo todas sus formas y bajo todos sus gustos como vínculo con la vida, como contribución al sentido. La naturaleza, la puesta del sol, la música, la poesía, la pintura y el designio,...Muchas experiencias muestran que el gusto por la belleza no es una cuestión de élites. La belleza puede ser vital para los más desposeídos. Pero debemos verificar qué belleza, y cómo acogerla o expresarla.

Otros elementos para construir la resiliencia

Sobre esta base se insertan otros elementos muy útiles:

En tercer lugar: La autoestima, pero sin exageración, sino derivará en la arrogancia ;

En cuarto lugar: Toda clase de competencias, humanas, sociales, profesionales;

En quinto lugar: El humor constructivo, distinguiéndolo de la ironía o el sarcasmo.

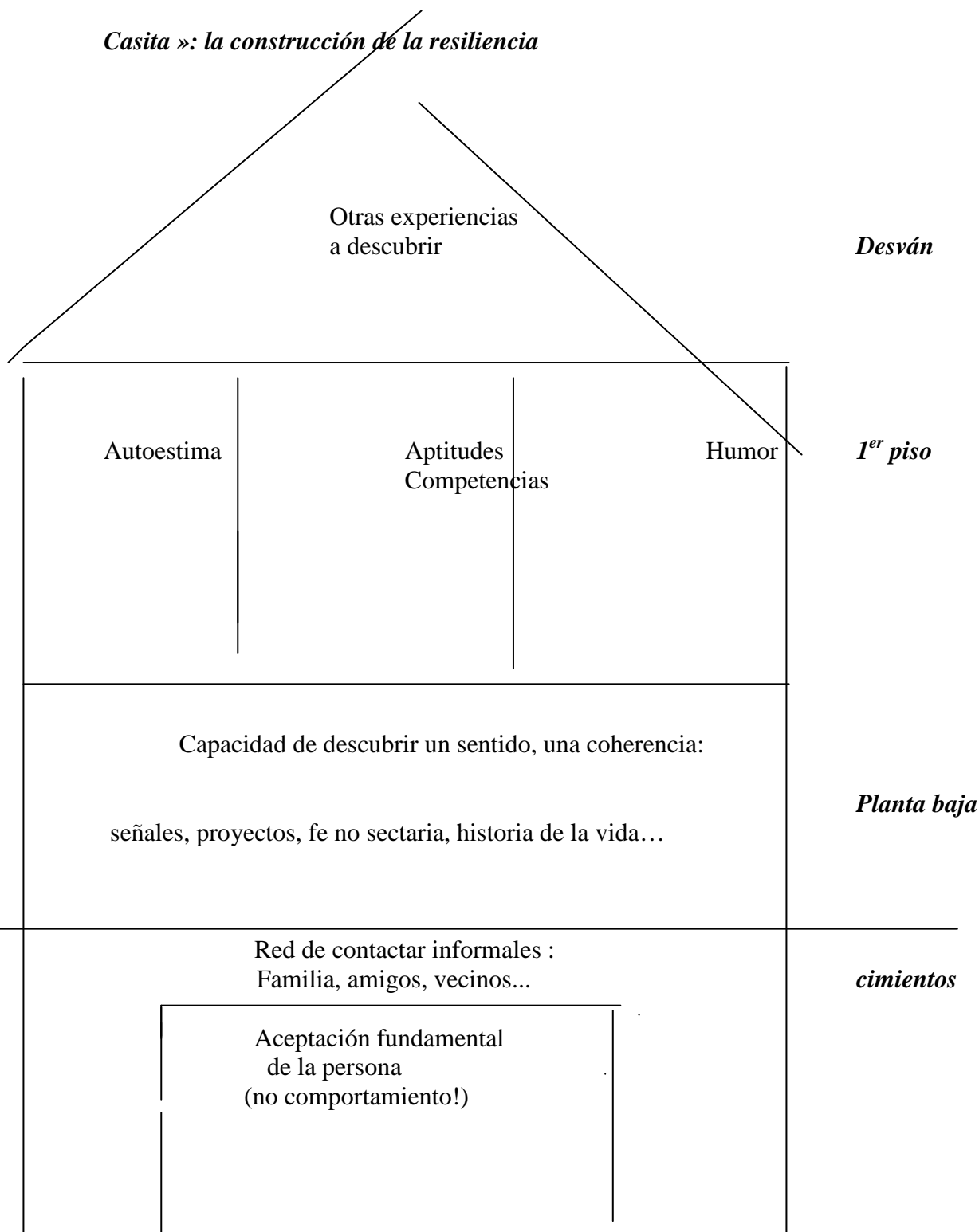
Y no olvidemos añadir cualquier otro elemento que pueden encontrar y que puede servir, incluso si éste no puede ser generalizado en otros casos.

Todos estos elementos funcionan en interacción. Por ejemplo, si yo me siento aceptado por una persona a quien quiero, si puedo participar en un proyecto que da sentido a mi vida tendré un mejor concepto de mí mismo, me sentiré mejor valorado. Ciertos educadores saben muy bien que un niño aprende con mayor facilidad las competencias si se siente querido.

Los lazos entre el humor y la resiliencia pueden ser múltiples. A lo mejor el humor relativiza los problemas, sitúa las cosas en perspectiva, me hace descubrir aspectos positivos pero insospechados de la realidad, crea vínculos positivos entre las personas e incluso puede revelar el sentido, en la medida en que el humor me ayuda a reanudar la vida. El humor que me hace reír abiertamente- con todo el corazón y todo el cuerpo- activa a la vez la inteligencia, las emociones y el cuerpo. Se le denomina “holístico”. El análisis detallado de estos vínculos entre resiliencia y humor sobrepasan el marco de este texto.

Como una verdadera casa, la resiliencia se construye, más o menos sólida, y necesita mantenimiento, puede cambiar y ofrece protección; pero también como una verdadera casa no puede resistir siempre a todos los embates o a todas las catástrofes. Debemos cuidar la casa y a veces repararla. El esquema de esta casa se da a continuación.

Casita »: la construcción de la resiliencia



Suelo Necesidades físicas de base (salud, alimentación, sueño, etc.)

(Stefan VANISTENDAEL, BICE, Génova, 1996-2005)

Un cambio de mirada

Estos elementos de resiliencia no son revolucionarios. De alguna manera reencontramos el buen sentido psicológico e incluso el buen sentido a secas. Pero si queremos verdaderamente tenerlo en cuenta en nuestra vida, nuestro trabajo seremos impulsados a dirigir otra mirada sobre la realidad. Buscaremos con paciencia, inteligencia y pasión los elementos positivos que nos permitirán construir una vida, más allá de la reparación de los daños. Seremos inducidos a buscar estos elementos fuera de nuestros marcos profesionales estrictos.

Dos reacciones de psiquiatras infantiles, un flamenco y un valón, que conocían la resiliencia y creen en ella, atestiguan estos cambios:

- *"He sido formado para constatar problemas y aportar soluciones. La resiliencia me sitúa ante un reto de detectar los recursos de una persona y como movilizarlos".*
- *"Si pregunto a un joven, que he tenido en terapia como niño, que le ha ayudado a salirse, raramente menciona a los profesionales. Me habla de una tía que le quería mucho o de un amigo que ha creído en el, personas que formaban naturalmente parte de su vida".*

En suma, cambiemos de mirada. Intentemos aplicar dos frases aparentemente simples:

- Podemos construir solo con lo positivo.
- Positivo no significa necesariamente perfecto.

Cambiar la mirada, nada más difícil

Cambiar la mirada sobre la realidad. Nada parece más fácil. ¿La botella de vino está medio llena o medio vacía? La historia de la ciencia y de los inventos –especialmente de los objetos cotidianos- nos sugiere todo lo contrario. A menudo nos equivocamos o engañamos a causa de un fenómeno psicológico muy curioso: es extremadamente difícil descubrir una evidencia, pero una vez descubierta no tenemos ninguna dificultad para comprenderla. Numerosos ejemplos permiten esta constatación misteriosa. He aquí un par de ellos.

- Un ejemplo de la historia de las matemáticas. Toda nuestra civilización mediterránea y occidental ha sido incapaz de descubrir el cebo: los mayas y los indios. La cifra cero entró en Europa por España procedente de la India, transmitida por los árabes.
- Un ejemplo de la vida cotidiana. Se han necesitado más de cuatro siglos para encontrar las patas de las gafas, el medio más evidente para guardar ante nuestros ojos las lentes que nos ayudan a ver mejor. Antes de este descubrimiento, por un óptico inglés del S. XVIII, los sabios y los expertos habían pensado unos anteojos en un sombrero con lentes colgantes, o una especie de lupa sostenida en la mano... y sin embargo el ingenio no faltaba en los buscadores interesados en mejorar la vista. Entre ellos un tal Leonardo da Vinci...

Cambiar la mirada a pasos pequeños...

Si este cambio de mirada sobre la realidad es al mismo tiempo tan importante pero tan poco evidente, ¿qué hay que hacer? He aquí ocho sugerencias, algunas pistas para probar, pero no haremos de ellas ninguna receta.

...(1) Nuestra experiencia de resiliencia

Para empezar, a veces resulta útil que nos rindamos cuentas de nuestras propias experiencias profesionales o particulares de resiliencia, en nuestro entorno. La "casita" o casa de resiliencia de la cual hemos hablado antes, puede ayudar: para iniciar y estimular la reflexión y el cambio intenten dibujar con dos o tres amigos o colegas esta casa, pero remodelada mas viva que un esquema, según sus propias experiencias profesionales o privadas. O prueben simplemente responder a la pregunta. ¿Quiénes son las personas, cuáles los acontecimientos que me han ayudado a construir mi vida?

...(2) Construir: a la búsqueda de elementos y estrategias

Planteémonos siempre esta doble cuestión: ¿Con que elementos podemos construir en una situación dada? ¿Y que estrategias de construcción podemos utilizar? ¿Podemos aprender a construir nuestras intervenciones un poco como el niño que juega con su caja de construcciones?

Niños en la calle siguen un cierto paso sin incluso reflexionar sobre ello, por intuición, por necesidad de supervivencia. Y muchas personas con dificultades lo harán también para encontrar una puerta de salida a sus problemas. Es porque un educador de la calle en la India no quería solamente conocer la situación y los problemas de los niños de la calle de un barrio, sino igualmente las soluciones que habían construido para responder a sus necesidades- soluciones ilegales o no-. He ahí un punto de partida -. La evolución hacia soluciones legales seguirá.

Estemos atentos: para personas en dificultad la cuestión sobre si tal paso se puede generalizar- preocupación de tantos científicos y profesionales- ni siquiera se plantea. Entramos en otra forma de pensamiento, de estructurar y comprender la realidad.

La lógica de la supervivencia, incluso en instituciones, tiene una coherencia que puede ser divergente respecto a la de los educadores o de la dirección. Si me planteó la cuestión sobre si una intervención X ayudará a un joven a resituarse, se podría plantear la cuestión con relación a la misma intervención X como podrá sobrevivir a esta intervención sin demasiadas molestias. Esto forma parte de su estrategia supervivencia incluso sin pensar en ello explícitamente. Estemos atentos a eso.

...(3) El diagnostico positivo

Si debemos establecer un diagnostico, redactar un informe sobre alguien, podemos intentar aplicar la regla 50/50: ¿si tengo N páginas sobre los problemas de la persona, puedo añadir más sobre el potencial y los recursos de esa persona y su entorno, o he reducido efectivamente la persona a su problema? Esta regla puede ser demasiado contradictoria. Pero nada no impide una variante más modesta: al menos 1 pagina sobre los recursos y el potencial de la persona. En suma, un verdadero diagnostico no quiere sólo conocer los

problemas sino también los recursos y como movilizarlos. Si no nos quedaremos en la reparación, no reconstruiremos.

Este diagnóstico positivo puede ayudarse por cuestiones sencillas del tipo ¿Qué persona es importante para tal joven del que me ocupo? ¿En que se interesa? ¿Que hace bien? ¿En qué se muestra hábil o inteligente? Y si sobre todo se trata de organizar el robo, podemos reorientar estas capacidades hacia objetivos más constructivos? ¿Qué le satisface? ¿Qué le hace reír? El reto es desprenderse de los elementos que construyen la vida, incluso si éstos se esconden detrás de comportamientos negativos

...(4) Un análisis matizado

Podemos hacer un análisis útil y clásico en el cual pondremos en 4 columnas : fuerzas/ debilidades/ riesgos/ oportunidades, en inglés el análisis SWOT. Resulta muy útil, pero podemos matizar nuestro análisis hacerlo más sutil y más cercano a la resiliencia, si intentamos rehacer el ejercicio cruzando las columnas de 2 en e 2:

	Fuerza	Debilidad
Riesgo	A	B
Oportunidad	C	D

La vulnerabilidad, por ejemplo, puede aparecer a priori como una debilidad. Pero constituye siempre un riesgo (campo B)? O puede constituir una oportunidad, que a su vez, administrada con prudencia, se convierta en un factor positivo en la intimidad de una relación de profunda aceptación mutua (campo D)? En un último análisis no es una cierta vulnerabilidad la que hace al otro amable, y que impulsa fundamentalmente mi respeto, más allá de la admiración que puedo tener hacia cierta persona? Y qué decir de la persona muy fuerte, muy resistente, pero que resulta muy dura, para ella misma y para los otros(campo A)?

...(5) La cuestión del buen sentido

Planteemos la cuestión ante la descripción o el tratamiento de una persona: ¿aceptaría yo mismo que se me describa o trate así? ¿Cómo me sentiría siendo reducido a un montón de problemas, a un caso para tratar? ¿Cómo quisiera corregirlo?

En un importante congreso internacional sobre los abusos sexuales a niños un experto pidió al público formado por profesionales que alguno se presentara para explicar la experiencia sexual más embarazosa de su vida. ¡Consternación entre el público! Después el experto pidió a otros expertos presentes- y tan perplejos- si se daban cuenta que estaban pidiendo este tipo de ejercicio todo el tiempo a niños que habían sufrido abusos, y de forma repetida, una vez por el psicólogo, otra por el asistente social, una tercera por la policía...

...(6) *La importancia prioritaria de los efectos secundarios*

Intentemos abrir los ojos sobre los efectos secundarios de nuestras acciones porque los fundamentos de la resiliencia, la aceptación profunda del otro y el descubrimiento del sentido, se construyen a menudo de forma no prefijada, como el efecto espontáneo pero no intencionado de una serie de otras acciones que consiguen una variedad de objetivos. En términos más sencillos y concretos, entre administrar un medicamento y tomar el tiempo para escuchar a un enfermo, entre administrar tiempo o dar tiempo.

Esta atención a los efectos secundarios nos abre también los ojos sobre el descubrimiento de los elementos que contribuyen a la construcción de la resiliencia, mencionados más arriba. Un ejemplo: Nelson Mandela testimonia la importancia del pequeño jardín que podía cultivar en prisión, para preservar su dignidad humana. ¡No era probablemente lo que las autoridades penitenciarias hubieran querido! Más cercano a nosotros: ¿Quién puede evaluar todos los beneficios de "jardines obreros" o "jardines familiares", estas pequeñas porciones de tierra al lado de nuestras ciudades, en términos de relaciones humanas, de integración, de autoestima, de proyecto... más allá del cultivo de flores y hortalizas?

Existe una racionalidad financiera y funcional en primer grado, en relación a los únicos objetivos mesurables fijados. Conduce a acciones muy definidas. Esta muy de moda en la gestión. Es preciso reconocer que tales acciones-dianas pueden ser muy útiles. El verdadero problema es su generalización en todos los aspectos de la vida y del trabajo incluso donde esta aplicación induce una serie de efectos destructivos, no siempre percibidos a causa de los instrumentos de observación tan preestablecidos.

...7) *La evaluación de las evaluaciones*

Un cierto tipo de evaluación puede funcionar como las ojeras: puede ser reconfortante para gestores y socios capitalistas, pero a costa de una tosca deformación de la realidad que puede esconder muchas disfunciones y sufrimientos. Los presentes propósitos resultan, pues, un poco subversivos. Pero, ¿queremos ordenar toda la vida como una máquina cuyo último criterio sea el dinero o queremos contribuir a la eclosión de la vida? ¿Consideramos la persona como una dura extensión de nuestras máquinas y esquemas, una extensión demasiado costosa? ¿Nuestras máquinas y esquemas tienen por finalidad ayudar a la vida? ¿Es por eso que a veces es útil evaluar con un poco de perspectiva nuestras evaluaciones? ¿Nos ayudan a corregir errores? ¿Llaman nuestra atención sobre los intereses de los Clientes? ¿Para qué tienen que servir?

...8) *Una estrella en la noche*

A veces percibimos bien en que sentido deberíamos poder trabajar, pero no vemos como podemos llegar ahí, ni incluso después de haber consultado a los amigos, a los especialistas. Debemos igualmente aceptar vivir en una tensión entre lo real y lo ideal. Nuestra gran tentación es huir de dicha tensión, sea ocultando lo ideal, se prefiriendo nuestras ilusiones por encima de la realidad. Es más sano que nos situemos en el corazón mismo de esta tensión, con paciencia, con perseverancia, si es posible con humor un ideal, incluso si no es realizable en un plazo corto, permanece siempre precioso, en el peor de los casos como una estrella lejana e inalcanzable, que nos guía en la noche.

Por ejemplo

Un ejemplo sacado de una asistente social que trabaja en Argentina con niños en conflictos con la ley, ilustra perfectamente a que puede conducir a la práctica este cambio de mirada. Esta persona testimonia explícitamente que ha empezado a reorientar su trabajo en un sentido inspirado por la resiliencia. Ante ella una banda de algunos chavales de la calle atrapados por un robo. En lugar de reprimir en seguida a estos niños, intenta saber como organizan sus robos y porque lo hacen sin por ello dar su aprobación a su comportamiento. Pero el vínculo entre ella y los niños queda preservado, puede descubrir así semillas positivas escondidas detrás de este comportamiento ilegal. Los niños se sorprenden mucho por este interés y explican sus acciones. La asistente social se asombra ante tanto ingenio, inteligencia y también generosidad ya que se revela que estos niños roban para dar de comer a sus familias, que pasan hambre; y la vida que llevan es peligrosa, el riesgo de morir es real. En este momento la asistente social los confronta a su propia lógica, a su propia experiencia: "¿qué dirá tu familia el día que puedas resultar muerto? ¿Quién les dará de comer?" Al mismo tiempo hace comprender que tal vez no corresponda al niño alimentar a su familia sino que los adultos tienen su parte de responsabilidad... Más tarde en los cambios la asistente social descubre su interés por la reparación de motos. Eso le permite hacer germinar otro proyecto que dará un beneficio, un taller de reparación de motos...

A la búsqueda de la vida: el realismo y la esperanza

El gran especialista alemán sobre la resiliencia, el profesor Friedrich Lösel de la universidad Nürnberg-Erlangen, responde a la cuestión sobre lo que la resiliencia nos aporta en nuestro trabajo, nuestros proyectos, nuestras vidas: la resiliencia nos devuelve una esperanza realista. Normalmente no utilizamos juntas estas dos palabras, pero deberíamos hacerlo. Deberíamos siempre intentar unir la esperanza y el realismo, y evitar tanto el cinismo que es realismo sin esperanza como las ilusiones que son esperanza sin realismo. El cinismo y las ilusiones son muy frecuentes en nuestros días pero no contribuyen en nada a la vida.

En este mismo sentido el realismo muy modesto de Winnie Ourson (Winnie the Pooh) resulta muy constructivo y aporta más esperanza que algunos de nuestros propósitos de expertos demasiado serios, tristes o paradisiacos. En este caso prefiero dejarme inspirar por el osito de Winnie Ourson. Un realismo con la sonrisa, constructivo... No pensemos sin embargo que esta comparación con el osito de Winnie Ourson no sería. Es tan seria como la sonrisa o el dolor de un niño. Cada uno de nosotros debería buscar dónde se encuentra su osito.