



*Resiliencia: un concepto que abre
cuestionamientos sobre su construcción y
desarrollo*



Gimena Fraga

C.I.: 4.591.367-4

Montevideo, Uruguay

Octubre, 2015

Docente Tutora: Prof. Agr. Rosa Zytner

Resumen

El concepto de resiliencia se ha convertido, en forma lenta pero firme, en un tema de gran interés. En los últimos años se han llevado a cabo numerosas investigaciones en torno a ella, en el intento de conceptualizarla, con el objetivo de utilizarla tanto en la prevención como en el tratamiento de distintas patologías.

De esta manera, logra ser en la actualidad un término difundido en el campo psicológico y de gran utilidad en la clínica.

Es por este motivo que el siguiente trabajo se propone dar cuenta de la construcción del concepto de resiliencia, entender los alcances del mismo, tanto en la teoría como en la práctica y cómo ello ha sufrido modificaciones a lo largo del tiempo.

Se realiza un recorrido bibliográfico para un posterior análisis del material obtenido, teniendo en cuenta que el concepto de resiliencia es multidimensional y una comparación entre las diferentes concepciones. Se mencionan las diferentes disciplinas y algunas corrientes de la psicología que abordan el concepto, dando cuenta tanto de sus similitudes como de sus divergencias.

Dentro de las corrientes, se hace especial énfasis en el psicoanálisis. Interesa encontrar y desarrollar puntos de contacto entre la teoría de la resiliencia y este último, y dar cuenta de que, muchas conceptualizaciones del mismo sirven al entendimiento de la resiliencia. De esta manera, se fueron encontrando dentro de la teoría psicoanalítica conceptos claves, los cuales fue necesario desarrollar para dar cuenta de dicha relación.

Dicho trabajo hizo posible el poder visualizar a la resiliencia desde todos los puntos de vista y lograr una mayor comprensión del concepto, lo que ha dejado también abiertas muchas interrogantes, abriendo cuestionamientos hacia su conceptualización.

Palabras clave: Resiliencia - Psicología – Psicoanálisis - Proceso dinámico

Índice

Introducción.....	4
Definiciones.....	7
Investigaciones realizadas en torno a la resiliencia.....	11
Pilares, factores o dominios en la resiliencia.....	14
Pilares y/o factores.....	14
Dominios.....	17
Realidad social y resiliencia.....	18
Aportes desde las distintas disciplinas y corrientes de la psicología.....	20
Neurociencias.....	20
Antropología.....	22
Psicopatología del desarrollo.....	23
Psicología evolutiva.....	25
Psicoanálisis.....	26
Psicología positiva.....	32
Conclusiones.....	35
Referencias bibliográficas.....	38

Introducción

“La resiliencia no es un catálogo de las cualidades que pueda poseer un individuo. Es un proceso que, desde el nacimiento hasta la muerte, nos teje sin cesar, uniéndonos a nuestro entorno.”

Cyrułnik, B., 2002, p. 12

El concepto de resiliencia, de creciente uso en la salud mental, aparece en el ámbito de la psicología en 1942 a través de los escritos de Bárbara Scoville. Adquiere mayor difusión luego de la década del ´70, pero es a partir de los años ´90 que se adopta en los países latinoamericanos, pudiendo ser definida por los investigadores de muchas formas (Colussi 2014).

Es así que durante la segunda mitad del siglo XX se ha incluido en la literatura científica y comienza a tener cada vez más relevancia.

Etimológicamente, el término “Resiliencia”, proviene del latín, de la palabra “resilio”, que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. El concepto ha sido tomado de la física y de la ingeniería civil y se refiere a la capacidad de un cuerpo para retomar su estado original luego de ser deformado o sometido a una ruptura. (Becoña, 2006).

Cabe destacar además, que si bien la resiliencia ya se había observado como una conducta manifiesta en las personas, antes de ser incluida en el ámbito psicológico, no existía de igual forma un término que la nominara. Una de las primeras lenguas que pudo expresarla por medio de una palabra fue el inglés, “*resilience*”, por lo que las primeras búsquedas sobre este tema provienen de Estados Unidos e Inglaterra. La mayoría de las otras lenguas han adoptado la palabra inglesa como uso propio, idiomas como el español, el italiano, el francés, el alemán, por ejemplo, y como tantas otras (Vanistendael, Vilar & Pont, 2009).

A partir de ello, se lo importa para ser empleado en ámbitos como la educación y la salud mental, convirtiéndose paulatinamente en un constructo que representa una forma de adaptación positiva ante una situación de adversidad.

Desde los años ´90, ninguna disciplina en particular se encargaba de investigar acerca de la resiliencia, sino que más bien fue objeto de estudio de varias disciplinas, que incorporan a su cuerpo teórico distintos aspectos relacionados con la misma.

Las primeras investigaciones se enfocan en el estrés prenatal y en las consecuencias que esto genera en el crecimiento y bienestar de los niños.

Cabe mencionar, que el área criminalística, ha sido también de interés en este sentido, señalando que los niños, hijos de padre o madre con cuadros de esquizofrenia, pueden ser considerados como población de riesgo, ya que se ha observado en ellos hiperactividad, desórdenes afectivos, conductas de aislamiento y déficit atencional, entre otros. Síntomas que podrían anunciar futuros desórdenes emocionales.

Por otra parte, se han realizado estudios en grupos de riesgo, que han permitido generar aportes para la prevención, en lo que respecta a contextos desfavorables. Estos estudios también han demostrado que la pobreza no solo es resultado de situaciones de riesgo, sino también de acumulación de adversidades.

En este sentido las investigaciones sobre riesgo tienen su origen en la epidemiología y en la medicina, demostrando que es un factor que interfiere, y por ende, dificulta la adaptación.

La epidemiología hace entonces importantes aportes a los estudios sobre la resiliencia, ya que permite identificar qué factores intervienen en una situación de vulnerabilidad, así también como aquellos que hacen posible o permiten la adaptación positiva.

Surgen cada vez más estudios e investigaciones acerca de la Resiliencia, que aportan diferentes criterios, y estudian distintos procesos. Estos últimos incluyen edad, género, ambiente, así como el estudio de contextos afectivos, sociales y culturales. De esta manera se generan otras formas de visualizarla, ya sea como un único fenómeno compuesto por varias facetas, o como diferentes tipos de resiliencias.

En la bibliografía consultada se encuentra que también el Psicoanálisis ha tomado de las teorías planteadas de la resiliencia ciertos aspectos y los ha desarrollado, (teoría del apego, constitución del yo, mecanismos de defensa, trauma, etc.), a modo de entenderla desde las concepciones planteadas por Freud de aparato psíquico, y realizando a partir de ello aportes sumamente interesantes.

En este sentido, la psicoanalista Rozenfeld (2007) refiere que:

La resiliencia no equivale a “resolución del trauma” ni a supresión de síntomas; menos aún se trata del triunfo de “los más aptos”. La respuesta psíquica a un trauma es imprevisible, su tramitación dependerá de cada sujeto. El análisis de la noción de resiliencia debe incluir la figura del perjuicio, entendido como daño, privación injuria, consecuencia de un mal infringido, del choque con una realidad humana. (p.2)

Por otra parte, Colussi (2014) realiza su análisis del término, en el que además, plantea que, si bien el concepto puede ser entendido en un sentido positivo, como productor de bienestar, éxito, optimismo, por otro lado, es un término que abre interrogantes como: “¿En qué sentido entender lo de “más éxito”?, ¿Estamos seguros que entronizamos el optimismo, o más cautamente seguimos a Gramsci, quién proponía, “el optimismo del corazón junto al pesimismo de la razón”?” (p. 3).

Instala el cuestionamiento de un concepto que ofrece, según el autor, descripciones de sucesos, pero que no podría ser considerado un concepto científico, capaz de establecer una ruptura epistemológica.

En este sentido, Berzin y García (2005) desde el psicoanálisis realizan una crítica al concepto planteado, “El ideal de la resiliencia parece ser la funcionalidad, la eficacia de los sujetos y sobre todo del sistema” (p.1).

Para estos psicoanalistas, las personas resilientes tendrían la capacidad de tolerar en mejores condiciones las situaciones traumáticas, conflictos o adversidades de la vida, tanto como catástrofes, o situaciones de violencia, y el salir airoso de dichas situaciones, lo que traería aparejado un manejo adaptativo que implicaría prácticas “...encaradas como técnicas de aprendizaje, es decir, prácticas correctivas de conductas, sin tomar en cuenta los procesos sociales y psíquicos que bloquean potencialidades”(p.1). Para ellos la noción de resiliencia lleva implícito un trasfondo de resignación, o de dominación a una estructura de poder político- social.

Se puede observar que existe una gran variedad de ángulos desde los cuales se estudia la resiliencia. Se encuentran críticas y cuestionamientos por un lado, aportes en pos de la integración de esta herramienta al trabajo psicoterapéutico por otro, que llevan a considerarla un fenómeno altamente complejo, y por ende, un constructo que forma parte de un proceso multidimensional, lo que lleva al interés de realizar el presente trabajo.

Definiciones

Para comprender el desarrollo y abordaje del término resiliencia a lo largo del tiempo, y la implicancia que tiene este último en la actualidad, es necesario realizar una reseña a cerca de las diferentes definiciones, al igual que, posteriormente, algunas de las investigaciones realizadas, las cuales han sido antes mencionadas de manera concisa.

En la literatura consultada se encuentran diferentes definiciones en torno al concepto.

Para el diccionario de la Real Academia Española en su 23ª edición, Resiliencia es la "Capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos".

Pero más allá de una definición general, se encuentran también modos de agrupar las diferentes definiciones.

Según García et al. (2013) estas se clasifican en:

1. Las que relacionan el fenómeno con el componente de adaptabilidad.
2. Las que incluyen el concepto de capacidad o habilidad
3. Los que enfatizan la conjunción de elementos internos y externos
4. Las que definen la resiliencia como adaptación y como proceso

En relación al primer grupo de definiciones, expresa que la resiliencia es considerada como la adaptación exitosa de un individuo, estando expuesto este a factores de riesgo, principalmente de orden biológico; pero implica también, poseer una baja susceptibilidad del sujeto ante futuros estresores.

Dentro de la segunda clasificación, toma como ejemplo la definición de Grotberg (1995), el cual plantea la resiliencia como una capacidad humana universal, que permite enfrentar las adversidades de la vida, poder superarlas y transformarse a partir de ello. Se refiere a ella también como parte del proceso evolutivo y que puede ser aprendida y desarrollada desde la infancia.

En cuanto al tercer grupo de definiciones, García plantea que según Vanistendael (1994), en la resiliencia se encuentran dos componentes, por un lado, la resistencia frente a la destrucción, y por otro, la capacidad de poder construir conductas positivas a pesar de la experiencia difícil.

En referencia a la última clasificación que toma en cuenta los conceptos de adaptación y proceso, el autor establece que, según Rutter (1992) la resiliencia forma parte de un conjunto de procesos, que son a la vez sociales e intrapsíquicos, y que hacen posible que el sujeto tenga una vida sana dentro de un contexto desfavorable. Estos procesos se combinan en el tiempo y se encuentran en permanente interacción, concluyendo que no es un atributo que el niño posee desde su nacimiento, sino que se va desarrollando.

Como se puede inferir, en estas definiciones se consideran aspectos centrales de la vida del individuo; tomar en cuenta sólo algunas de ellas, o sólo algunos aspectos que las integran no nos permitiría comprender la dimensión de la resiliencia, y por ende la importancia que tiene el desarrollo de la misma en la vida de las personas.

Conceptos tales como adaptación y proceso, los cuales son tomados por diversos autores, forman parte a su vez de diversos procesos psicológicos que experimenta el sujeto expuesto a la situación de adversidad. En este sentido se puede entender el proceso como condición propia del ser bio-psico-social, que busca la adaptación constante, siendo la resiliencia el resultado de ello.

En relación a ello, algunos autores, como Olsson et al (2003), por ejemplo, plantean que al hablar de resiliencia siempre ha existido una confusión, ya que la resiliencia puede verse como el resultado de una adaptación, o también como un proceso de adaptación, lo cual implica confusiones a la hora de definirla (Becoña, 2006).

En este sentido, la noción de capacidad adaptativa, o adaptación es un aspecto que ha sido criticado por psicoanalistas como Berezin y García (2005), quienes consideran que esta finalidad adaptativa estaría "...remitiendo al concepto de normalidad y adaptación, con sus consecuencias de orden teórico, ético y político" (p.1), planteando además una asociación con las concepciones "... del "más fuerte" idea rectora del neodarwinismo social propio de los regímenes totalitarios..." (p.1)

Se encuentran también otras definiciones que incluyen la dimensión de "proceso". Siguiendo nuevamente a Becoña (2006), "Masten y Powell (2003) indican que la resiliencia

se refiere a «patrones de adaptación positiva en el contexto de riesgos o adversidades significativas» (p. 4)” (p.128).

Estos ven la resiliencia como patrones de adaptación que se encuentran o no presentes en las personas, y no como un diagnóstico en sí mismo. Es decir, no es para ellos un rasgo del individuo, ya que la resiliencia misma puede variar a lo largo de la vida y manifestarse en distintas conductas y patrones.

Por otra parte, Fergus y Zimmerman (2005), se refieren a la resiliencia como aquel proceso vinculado a superar los efectos negativos después de haber estado expuesto al riesgo y afrontar de manera exitosa la experiencia traumática. Plantean también factores de riesgo y de protección. Este último es el que ayuda a reducir o evitar los efectos negativos y lograr así resultados positivos (Becoña 2006).

Tomando en cuenta el modo en que algunos autores clasifican estas definiciones, Puerta y Vásquez (2012), plantean que las definiciones actuales pueden centrarse en el individuo, en el proceso o en el resultado. Y esta puede ser otra forma de clasificación.

Está aquí también implicada la noción de proceso, pero a diferencia de la clasificaciones adaptativas, esta última es más general, y se integra en ella otros aspectos.

En aquellas definiciones que se centran en el individuo, se manejan conceptos referentes al ámbito de la personalidad. Las que se refieren al proceso, en cambio, se centran en la interacción entre la personalidad y el medio ambiente. Y por último, las que se centran en el resultado, enfatizan la superación de la adversidad, es decir el logro de un resultado positivo.

Como se puede observar, definir la resiliencia dando cuenta de todas sus dimensiones y abarcando todos sus aspectos resulta amplio, ya que se incluyen en cada modelo diferentes concepciones así como distintos mecanismos psíquicos y emocionales.

Referente a ello, Vanistendael (2009) plantea que el concepto de resiliencia ha sido tan estudiado y discutido, que su precisión resulta difícil, siendo a veces hasta superficial. Es por ello que ante esta reflexión expresa:

Al aceptar las dificultades de la definición, damos una definición pragmática, sin pretensiones, como por ejemplo, la capacidad de desarrollarse positivamente en presencia de grandes dificultades, una capacidad que es variable, que de ninguna

manera es absoluta y que se construye en un proceso con el entorno, a lo largo de toda la vida. (p.43)

Más adelante, plantea que sin la ciencia, sin una actividad científica de profesionales que sigan investigando, no será posible construir una sabiduría acerca de la resiliencia. De todos modos, afirma que solo con la ciencia no basta, ya que es necesario combinarla con la experiencia de vida, con la espiritualidad, con la expresión artística, etc. e ir construyendo de a poco una habilidad para la resiliencia.

Esta habilidad, planteada por dicho autor podría ser pensada o entendida como el resultado de la conjunción de todos los aspectos por él mencionados, que a lo largo del tiempo resultan en la adaptación del sujeto. Dentro de estos nombra la espiritualidad y la experiencia artística, es decir, incluye dimensiones que según él, forman parte de la vida diaria de las personas y que deben combinarse con la ciencia y la experiencia para el logro de la resiliencia.

En resumen, las distintas definiciones enfatizan características de los sujetos tales como: habilidad, adaptabilidad, baja susceptibilidad, enfrentamiento efectivo, capacidad, competencia, resistencia a la destrucción, conductas vitales positivas, temperamento especial y habilidades cognitivas, que desplegadas frente a situaciones estresantes, hacen posible la resiliencia.

Pero aún así, es complejo establecer una definición de la misma que contemple todos los aspectos planteados, y que dé cuenta de su construcción como un proceso dinámico.

Se observa que algunas de las definiciones mencionadas resultan poco claras, lo que permite cuestionar estas conceptualizaciones, ya que en muchas de ellas se pone de manifiesto cierto bagaje teórico o metodológico.

En relación a ello, Colussi (2014) abre interrogantes del tipo: “¿de qué se trata realmente la resiliencia?... ¿Qué elemento positivo nuevo aporta?” (p. 3). Planteando además, que la capacidad de una persona de sobreponerse a una situación traumática no es nueva. Reflexiona así sobre la implicancia de un trasfondo de resignación, que él vislumbra en el concepto de resiliencia, estableciendo que “no se trata de saber adaptarse a la realidad y poder sobrellevarla, ¡se trata de transformarla!” (p. 3)

Investigaciones realizadas en torno a la resiliencia

Según García y Domínguez (2013) en el desarrollo de las investigaciones sobre resiliencia encontramos dos momentos. A principios de los años setenta surge la primera generación de investigadores, enfocados en el estudio de factores protectores y la adaptación positiva en los niños.

La concepción de resiliencia se amplía en un segundo momento, incluyendo la noción de proceso, y el interés en posibles modelos para promoverla.

En cuanto a la primera generación, los investigadores desarrollan sus trabajos en base a estudios sobre la psicopatología, en niños y adultos.

Por otra parte, también importó estudiar a niños que habían experimentado situaciones traumáticas a partir de eventos tales como abuso, abandono y guerra.

En el marco de las primeras investigaciones, en Estados Unidos, se realizaron además, programas preventivos, sobre todo para trabajar con jóvenes con consumo problemático de drogas. Se dividió a partir de ello la efectividad de los programas, ya que dieron resultados muy favorables y se logró la reducción de riesgos en la salud de los mismos.

Asimismo, se estudió a los hijos de padres divorciados, los cuales también presentaban problemas de salud mental, bajo rendimiento académico y consumo de drogas, a diferencia de los hijos de padres no divorciados. Estableciéndose entonces el divorcio de los padres como un factor de riesgo para la salud mental de los niños.

Los primeros estudios fueron basados entonces en las cualidades personales de los niños para establecer las características resilientes. Este fue el primer paso que dieron los investigadores, considerando a los niños como invulnerables, por su capacidad positiva de adaptación, aunque tiempo después este término es dejado de lado ya que surgen nuevos hallazgos, los cuales se detallaran más adelante, dentro de la segunda generación de investigaciones.

En relación a esta primera etapa, uno de los principales estudios sobre resiliencia fue la realizado en 1954, por la psicóloga estadounidense Emmy Werner, sobre niños y jóvenes resilientes. El mismo se basa en un estudio que dura más de treinta años, sobre setecientos niños y jóvenes de Kauai. En su mayoría, se trata de niños provenientes de familias

emigrantes pobres, y otro grupo de niños calificados como “de riesgo”, por haber estado expuestos, en sus primeros años de vida, a numerosas dificultades dentro del núcleo familiar.

Tiempo después se volvió a examinar a las mismas personas, ya entonces adolescentes, presentando parte de ellas dificultades como: delincuencia, trastornos psiquiátricos, problemas de aprendizaje, etc. En cambio, un tercio lograron un buen desarrollo.

Con dicho estudio se trató de establecer qué factores fueron los que intervinieron en el desarrollo de estos chicos, para poder definir lo que Werner llamó “factores de resiliencia”. Pero además esta investigadora se preguntó por la causa de la enfermedad de los niños, y por qué muchos de ellos, a pesar de vivir circunstancias desfavorables, no se enfermaban.

Se concluye entonces que las primeras experiencias en la vida del niño no son permanentes, es decir, no dejarían marcas que no se pudieran revertir y que la resiliencia puede darse en cualquier momento del desarrollo.

Este estudio demuestra además que se encuentran dos componentes en la resiliencia: por un lado, la capacidad de la persona para protegerse de la situación de adversidad y por otro la capacidad de generar una conducta positiva a pesar de la experiencia.

Es a partir de la publicación de este trabajo, en 1982, que el concepto de resiliencia es aplicado al campo socio psicológico. Esto constituyó un nuevo paradigma en el marco de las investigaciones sobre resiliencia, siendo pensada en un primer momento en cuestiones genéticas; Este cambio se establece a partir de la observación de que estos niños tenían apoyo y contención por parte de un adulto significativo dentro de su familia o fuera de ella, lo cual consideraron un factor fundamental para desarrollar una capacidad resiliente.

El entorno con el que el niño cuente será un aspecto sumamente importante, aunque vale aclarar que no será algo determinante, ya que otros factores también entrarían en juego dentro de este proceso.

Según Puerta y Vázquez (2012) esta primera generación de investigaciones tiene un enfoque “genetista-individualista”, ya que se centran en las características genéticas que hacen posible el desarrollo de la resiliencia.

Más allá de que dicho enfoque está influido por la genética, es a partir de los resultados obtenidos en estos trabajos que se comienza a pensar en la importancia del entorno en la vida del sujeto. Es entonces que en 1999 nace una segunda generación, con un enfoque “interaccional- ecológico”, que toma a la resiliencia como un proceso dinámico en el cual interactúan sujetos y ambientes, permitiendo que la persona se adapte a la realidad y supere la adversidad.

García y Domínguez (2013) afirman que en este segundo momento el tema de la resiliencia se amplía hacia dos aspectos fundamentales. Por un lado se comienza a tener en cuenta la noción de proceso, implicando una interacción dinámica e incluyendo en ella factores de riesgo. Y por otro lado, tomando en cuenta el aspecto adaptativo, se busca la forma de promover la resiliencia de la manera más eficaz posible a partir de programas sociales.

Además de estos dos momentos, existe otra forma de clasificación o caracterización de los estudios, que dan cuenta de su desarrollo, aquellas investigaciones que se centran en la variable o aquellas que se centran en la persona.

Los que se focalizan en la variable estudian la relación que existe entre la competencia del individuo, la adversidad y factores de protección, que a su vez se distinguen en distintas variables. En cambio, los que se focalizan en la persona, intentan establecer en la misma, criterios que definen a la resiliencia, estudiando para ello sus vidas y sus atributos y comparando esto con otros individuos que no cuenten con la misma capacidad de adaptación, aunque si están expuestos a similares riesgos.

Aunque se estudia a la persona y sus características, en la actualidad el interés se ve desplazado hacia factores externos, más que a cualidades personales.

Se constituye así un modelo triádico de resiliencia, organizando los factores resilientes en tres niveles: individual, familiar y ambiental. Esto no solo implica un cambio en la teoría, sino también en el lenguaje, planteando que no es lo mismo factores de resiliencia que factores de protección.

Este cambio hace notar que la resiliencia está centrada en un modelo de promoción, que no solo evita y previene, sino que maximiza las potencialidades de aquellos individuos que se encuentran en riesgo. Por lo que se relaciona la Resiliencia con un modelo epidemiológico de la salud (García & Domínguez, 2013).

Que la resiliencia sea pensada como un modelo de promoción de salud, hace posible que pueda ser trabajada y aplicada en más áreas, es decir, que la hace ser un concepto más práctico y operativo en la actualidad. Se observa además, que la multiplicidad de estudios y conceptualizaciones realizadas, han logrado como resultado que la noción de resiliencia se amplíe cada vez más.

Al igual que en modelos como el psicoanálisis, se demuestra que no se puede pensar a la persona separada de su mundo y tener en cuenta sólo factores internos o de personalidad, como responsables de su sentir y actuar. La persona es un entramado de relaciones, que no solo habla de sí, sino que es hablada por un otro, un otro que la constituye como tal. Es gracias a ello y a las múltiples interacciones, que resultara también la resiliencia de cada sujeto.

La evolución del concepto va incluyendo factores, situaciones psicopatológicas, y/o traumáticas, adicciones, además de situaciones sociales de vulnerabilidad, en todos estos planteos se pone el acento en la necesidad de una eficaz adaptabilidad, donde el individuo al lograr el éxito, aparece como funcional a las exigencias del modelo social.

Pilares, factores o dominios en la resiliencia

Pilares y/o factores

Melillo (2004a) plantea pilares y factores de resiliencia. Afirma que a partir de las investigaciones de Werner principalmente, se comenzó a tener en cuenta aquellos factores protectores para los seres humanos, que son a su vez los pilares fundamentales de la resiliencia, y por ende, los responsables en parte del desarrollo de la misma.

De esta manera, el autor propone los siguientes factores: autoestima consistente, introspección, independencia, capacidad de relacionarse, iniciativa, humor, creatividad, moralidad y capacidad de pensamiento crítico.

Establece además que algunos estudios se centran en describir otros factores en la resiliencia. Unos forman parte de la personalidad del individuo, a los que se podrían llamar

constitucionales, y otros serían externos, es decir, características del ambiente en el cual se encuentra.

En relación a los factores externos, en los estudios sobre resiliencia muchos autores se focalizan en sectores de la misma a nivel comunitario, ya a que también se pone a prueba una capacidad colectiva para superar la adversidad, que para ellos debe ser tenida en cuenta.

Esto sitúa a la resiliencia en una relación estrecha con la epidemiología social. De esta manera, los autores proponen apartarse de los enfoques clásicos que se interesan en casos individuales y tener en cuenta pilares de la resiliencia comunitaria (Melillo, 2004):

- *autoestima colectiva*, que involucra la satisfacción por la pertenencia a la propia comunidad;
- *identidad cultural*, constituida por el proceso interactivo que a lo largo del desarrollo implica la incorporación de costumbres, valores, giros idiomáticos, danzas, canciones, etcétera, que se transforman en componentes inherentes a la comunidad, proporcionando la sensación de pertenencia;
- *humor social*, consistente en la capacidad de encontrar la comedia en la propia tragedia para poder superarla; Por ejemplo, los chistes, a veces de humor negro, que permiten compensar el peso de una realidad aplastante, aunque sea por instantes.
- *honestidad estatal*, como contrapartida de la corrupción que desgasta los vínculos sociales;
- *solidaridad*, entre los integrantes de la comunidad, como fruto de los lazos afectivos implícitos en la sensación de pertenencia a un colectivo humano (p. 80).

Por otra parte, otra manera de clasificación de acuerdo a factores es la realizada por Garmezy (1993), quien considera tres factores principales, que se ponen de manifiesto en el sujeto, cuando este se encuentra en una situación estresante: el temperamento y los atributos de la personalidad, donde se incluyen el nivel de actividad, la capacidad reflexiva en el momento de afrontar situaciones nuevas, habilidades cognitivas, y la responsabilidad positiva hacia otros. Un segundo factor incluye: cariño, cohesión y cuidado por parte de un adulto y es el factor que, según este autor, se encuentra en las familias más pobres. El

último de ellos es la disponibilidad de apoyo social, ya sea por parte de otros individuos o por instituciones (Becoña 2006).

También autores como Kumpfer y Hopkins (1993), plantean siete factores, que a partir de algunos estudios, constataron en los jóvenes: optimismo, empatía, insight, competencia intelectual, autoestima, dirección o misión, determinismo y perseverancia. Asocian estas características a “habilidades de afrontamiento específicas” que adquieren los niños en interacción con el ambiente, y las cuales serían de varios tipos: emocionales, intrapersonales, interpersonales, de manejo, sociales, de trabajo, académicas, de planificación, de reestructuración, y habilidades para la vida y de solución de problemas.

En torno a las clasificaciones planteadas, se observa que, a grandes rasgos, los factores que hacen a la resiliencia, son tanto internos como externos al sujeto. En este sentido, algunos de ellos son propios de la persona, es decir, forman parte de su personalidad y son los que anteriormente fueron mencionados como constitucionales, así también como aquellos que hacen a las habilidades para afrontar las situaciones de adversidad.

Por otro lado, los factores que se podrían llamar externos, son aquellos que forman parte del contexto, estos serían por ejemplo, el entorno familiar y social. En estos últimos entran en juego el papel de las instituciones, principalmente en lo que respecta a educación y salud, que amparan al individuo. Se incluiría aquí también el papel del adulto significativo, ya que éste puede estar incluido dentro o fuera de la familia. Resultan también fundamentales todos aquellos lazos afectivos que puedan fomentar en el niño habilidades personales para la superación de los problemas. Si se considera la resiliencia como un proceso dinámico, podría pensarse entonces, en la importancia que pueden tener la contención, el acompañamiento, la protección, etc., en su desarrollo.

Es por toda la serie de hallazgos en las investigaciones, que existen muchas definiciones, características y factores de la resiliencia que aún siguen siendo motivo de estudio. Y si bien los autores plantean diferentes clasificaciones en torno a ello, se puede constatar que todos los aspectos mencionados están íntimamente relacionados. Esto lleva a la conclusión de que ningún factor es determinante en el sujeto, y que a la hora de superar las situaciones difíciles y poder adaptarse, cada uno utiliza los recursos de los cuales dispone.

Dominios

Algunos autores plantean que la resiliencia no puede ser planteada como un concepto único, si no que hay varias resiliencias y cada sujeto posee un o más dominios específicos que hacen a un tipo de resiliencia.

Kotliarenco y Cáceres (2011) afirman que, según Luthar (1993), definir la resiliencia de forma global no tiene utilidad. Este plantea que lo ideal es establecer los dominios específicos que permiten a los sujetos adaptarse con éxito. Se refiere entonces a “dominios de resiliencia particulares”, que se asocian a estos dominios específicos. Algunos de ellos son: la resiliencia social, que se da en aquellas personas que cuentan con competencias sociales adecuadas. La resiliencia escolar, que se expresa en el dominio de lo cognitivo y todo lo comprende este ámbito. Y en tercer lugar, menciona la resiliencia emocional, asociada a cierto bienestar psicológico, o a la inexistencia de perturbaciones psicológicas y sintomatología clínica. Según esta teoría, el sujeto será resiliente en uno o más de estos dominios.

La resiliencia que se observa en los niños, puede ser reforzada en edades más avanzadas, si el individuo ha experimentado dominio por sobre el estrés. Pero en algunos casos puede ocurrir lo contrario, esto es, cuando el sujeto vive acontecimientos estresantes o traumáticos, los cuales sobrepasan su capacidad de acomodación y adaptación.

Esta forma de caracterizar la resiliencia desde múltiples dominios, puede resultar útil, si se tiene en cuenta dentro de cada dominio otras características del sujeto, como las planteadas anteriormente por los demás autores, ya que hay otros aspectos que se consideran fundamentales para desarrollar la resiliencia, pero que aquí no se especifican.

En estos planteos teóricos, se observa que el lenguaje utilizado es general, abarcativo, y que se utilizan expresiones que, por un lado toman amplias categorías de sucesos, (traumáticos), vivencias, (bienestar), habilidades. Sin detenerse a definir desde que marco teórico entender dichas categorías.

Por otro lado, y siguiendo la crítica reflexiva de Colussi (2014), “... en qué medida este concepto tan problemático, traído desde un campo extraño a la reflexión de las ciencias sociales, aporta teórica y prácticamente...” (p. 2).

Sería interesante entonces poder complementarlas, y poder plantear el concepto de resiliencia de forma más profunda, tomando en cuenta todos estos aspectos.

Realidad social y resiliencia

Según Galende (2004) el pensamiento médico positivista y las ciencias de la salud han sido gobernados por una idea de causalidad. Pero en la actualidad el concepto de resiliencia introduce lo aleatorio y el azar, e inscribe a un sujeto capaz de valoraciones y de crear sentidos a su vida.

Se sitúa de esta forma la importancia en aquellas personas que logran tener éxito ante estos problemas y que fue lo que lo posibilitó.

Aquellos viejos problemas del hombre son pensados de manera diferente y el sujeto logra tener un papel activo en su experiencia, dejando de ser una víctima pasiva de sus circunstancias.

La epidemiología tradicional ya no puede dar cuenta de estos cambios, ya no puede relacionarse un ambiente social favorable con la salud, de manera lineal, así también como equiparar un adecuado entorno familiar con una buena salud mental.

El concepto de resiliencia presenta de esta forma dificultades para la ciencia positivista, la cual buscaba verdades objetivas.

El autor afirma entonces que “la resiliencia lleva a indagar en la verdad más profunda del hombre y su devenir, evitando que la pretensión de objetividad nos encierre en un reduccionismo falso”. (p. 25-26)

Es en ello que radica la necesidad de comprender los problemas de manera diferente: pensar en este “devenir” como una continua interacción sobre la cual se puedan generar nuevas estrategias para la superación de la adversidad. En definitiva, pensar la resiliencia acorde al momento actual, en el aquí y ahora del sujeto.

Por otra parte, Suárez (2004) realiza un interesante aporte sobre la resiliencia, desde una mirada de los acontecimientos actuales, expresando que gracias a la globalización, el mundo actual está viviendo una gran transformación, lo que genera desigualdad e inequidad social, y por ende, sufrimiento y estrés.

Melillo (2004b) cita a Yolanda Gampel, quien estudia el dolor social y lo define como “el padecer que se origina en las relaciones humanas como conjunto”. (p.64)

De esta forma, la violencia social amenaza de tal forma que la continuidad existencial se ve fracturada, generando sensación de amenaza y estructurando en el sujeto lo que estos autores llaman "sustrato de lo siniestro".

Cuando el sujeto es sometido a un gran monto de violencia, este no puede ser asimilado o integrado a la estructura del sujeto, por lo que niega lo siniestro, en base a una escisión de su mundo y del yo. De esta manera sigue propagando su existencia y logra sobrevivir, dejando a un lado el trauma y el resultado este.

Es por este camino, según estos autores, que se halla el territorio de la resiliencia, refiriéndose además que, ante esto, los padres o cuidadores sustitutos funcionan como mediadores con el entorno social, y neutralizan aquellos estímulos amenazantes que provienen de él.

En cuanto a esto, Melillo (2004b) expresa que existe una necesidad del otro, como punto de apoyo que sirva a la superación de la adversidad. Este aspecto señalado por el autor resulta fundamental para poder indagar la importancia de los vínculos como sostén ante las dificultades.

Plantea además que ante las transformaciones del mundo actual, muchas veces causantes de angustia y sufrimiento, el hombre debe buscar herramientas, que le permitan enfrentar el sufrimiento, poder superar la adversidad y hacerse más fuerte.

En la modernidad se comienza adquirir una mayor conciencia social, lo que favorece la promoción de cambios. La resiliencia logra de esta forma ser un concepto fundamental, ya que estos cambios traen consigo la modificación de las conductas en las personas ante la adversidad, corriéndose en la actualidad del lugar de víctima para comenzar a actuar y generar transformación en sus vidas.

La mirada de la resiliencia, que estaba focalizada en los problemas de la infancia, pasa a otras etapas y problemas más específicos, para actuar en concordancia con los problemas de actualidad (Suarez 2004).

Aportes desde las distintas disciplinas y corrientes de la psicología

Este modelo teórico se ha venido nutriendo de distintos aportes, elaborados desde las diferentes disciplinas. En este sentido existen aportes disímiles que provienen de las neurociencias, como del psicoanálisis, pasando por los análisis antropológicos, evolutivos y sociales.

Neurociencias

D'Alessio (2011) se refiere a los “organismos adaptativos complejos”, tomando los planteos de Guelman, estableciendo que las estructuras genéticas del hombre se modifican, cuando, por factores externos, productos del medio ambiente, necesitan adaptarse. Así es que el organismo va cambiando, y si, a pesar de estos cambios, se encuentra apto para seguir con su ciclo vital, se habla de resiliencia. El resultado contrario a ello, según la autora, sería la desadaptación que genera la vulnerabilidad

Por otra parte, desde la biología y las neurociencias, se pone énfasis en el cerebro como el órgano que se encarga de la regulación del organismo en general, es decir de los mecanismos neurobiológicos, cognitivos y psicológicos. Esto se encuentra íntimamente relacionado con la resiliencia y con la respuesta al estrés.

Este último resulta ser un factor fundamental en el desarrollo de la resiliencia dentro de esta teoría, ya que es un mecanismo fisiológico que altera al organismo e influye en la adaptación del sujeto al medio.

Relacionado a ello, la autora define el estrés como “el conjunto de respuestas de un organismo frente a los cambios y estímulos que atentan contra la homeostasis (equilibrio dinámico).” (p. 12)

En íntima relación con el concepto de estrés, se encuentra el término alostasis, planteado por Sterling y Eyer en 1988, como proceso que le permite al organismo responder a los cambios, de forma de mantener la homeostasis o lograr el equilibrio dinámico.

Cuando la capacidad adaptativa del sujeto se ve superada por estos cambios, es decir, aumenta la carga alostática, el organismo sufre las consecuencias a nivel de todas sus funciones.

Se produce de esta manera una “desregulación de las respuestas centrales” y una “hiperactivación de los mediadores de estrés”, lo cual repercute a nivel de todo el organismo.

El cerebro tiene la capacidad de modificar su estructura y su función según las necesidades del organismo. Esta propiedad ha sido estudiada en los últimos años con profundidad, y es lo que actualmente se conoce como “plasticidad” o “neuroplasticidad”, donde influyen mecanismos estructurales y neuroquímicos.

Las investigaciones demuestran que los factores sociales, psicológicos y biológicos son los que influyen en los determinantes de la resiliencia.

Las variables conductuales, genéticas y biológicas se combinan con las variables ambientales, dando o no, como resultado, una respuesta resiliente en el sujeto.

Es por ello que la neurociencia considera a la resiliencia una propiedad de los sistemas biológicos, la cual se desarrolla en los diferentes sistemas del organismo, permitiendo la adaptación del mismo y manteniendo así, su homeostasis biológica principal.

Cuando el organismo, en cambio, se ve alterado por cierto factor estresante, la resiliencia hace posible que regrese a un estado previo, de forma de seguir su funcionamiento a nivel fisiológico y lograr la adaptación.

D'Alessio (2011) plantea además que esta respuesta del individuo ante una situación de estrés va a estar condicionada también por las experiencias infantiles. Para ello resultan fundamentales las primeras etapas del desarrollo, donde los factores genéticos, constitucionales y ambientales serán condicionantes en estas respuestas.

Antropología

Según Reyes y Ballesteros (2011) en su análisis para poder comprender la resiliencia, existe la necesidad de comprender también el territorio en el que el individuo se encuentra inmerso, esto implica estudiar la resiliencia en relación a nociones como sistema, socio-ecosistema, y sostenibilidad.

Así es que surge el concepto de resiliencia socio-ecológica con énfasis en las dimensiones naturales y culturales del entorno, y en la relación de estas con el sujeto y la sociedad.

Dichos autores aportan de esta manera nociones de resiliencia socio-ecológica, la articulación entre cultura y naturaleza, y plantean una propuesta etnográfica para comprender la realidad socio-natural.

La resiliencia socio-ecológica se puede entender como la capacidad de un socioecosistema sujeto a algún tipo de stress —en el sentido más básico del término— o de cambio profundo —no necesariamente negativo— para regenerarse a sí mismo sin alterar sustancialmente su forma y funciones, en una especie de conservación creativa (Davidson-Hunt & Berkes, 2003:76). (Reyes & Ballesteros, 2011, p. 111)

Planteo que si bien es traído desde la antropología, maneja las mismas ideas que en los demás ámbitos.

Según los autores, en esta tensión permanente de lo vivo entre estabilidad y cambio, la resiliencia es una noción que nos permite pensar de una manera particular la relación entre naturaleza y sociedad. Nos invita a una perspectiva que antepone el proceso a la forma, el cambio constante al equilibrio, y la relación dinámica a la articulación estática.

Igual que los autores anteriores, aquí no se definen los distintos conceptos que manejan en su definición, y ¿a que alude el término tensión?, ¿Cuál es esa manera particular desde la que se pensaría esta relación naturaleza- sociedad?

Afirman además que “La resiliencia nos ayuda a cambiar la perspectiva de análisis desde modelos simples de relación causa-efecto, a sistemas complejos y relaciones no lineales, siempre considerando la dimensión escalar del tiempo y el espacio (Davidson-Hunt y Berkes, 2003:76)” (Reyes & Ballesteros, 2011, p. 111)

La resiliencia de un socio-ecosistema se trata, por lo tanto, de la habilidad del mismo para poder transformarse sin perder su identidad. De lo contrario se daría la vulnerabilidad del ecosistema donde la continuidad del mismo se vería comprometida.

Esto resulta muy complejo ya que, el cambio en sí es parte de la continuidad del sistema, y su vez, su principal atributo.

Los autores también plantean que tomar el concepto de resiliencia como resistencia, o como forma de “adaptación mecánica”, sería simplificarla, ya que ella consiste en poder apropiarse de la perturbación existente, y organizarse a partir de ello, manteniendo siempre la esencia del sistema.

Se refieren, en este sentido, al concepto de innovación, que permite, a pesar del cambio, mantener la estructura y demás condiciones del socioecosistema.

A partir de lo planteado, concluyen que hacen falta más trabajos desde esta perspectiva, donde se analice la sostenibilidad, sus condiciones sociales, es decir, estudiar las “condiciones sociales de la resiliencia socio-ecológica”.

Resulta una mirada, que hace aportes novedosos en el campo de la resiliencia, lo cual puede ser útil para trabajarla desde un ámbito social comunitario, visualizando al sujeto desde el punto de vista de la construcción socio-histórica de la cual forma parte, y desde la cual se desarrolla la resiliencia en otros niveles.

Psicopatología del desarrollo

Uriarte (2005) afirma que las investigaciones evolutivas han enriquecido el enfoque de la resiliencia por medio de sus aportes, combinados con una perspectiva contextual y sistémica, que según estas, hacen al desarrollo humano.

La psicopatología del desarrollo establece que resulta muy difícil poder imaginar la vida sin dificultades, y es por ello que dentro del desarrollo normal, el individuo busca el bienestar y la resolución de sus problemas, dentro de sus propias posibilidades. De esta manera va desarrollando a lo largo de la vida, sus propias habilidades para superar la adversidad.

Desde esta perspectiva del desarrollo se estudia la resiliencia desde la complejidad de la interacción humana, y se establece que el ser humano tiene un papel activo en su desarrollo. Esto implica que no toda infancia desfavorable va a impedir al individuo poder adaptarse al medio y desarrollar su resiliencia.

En este sentido, se habla de la “capacidad de ajuste personal y social” que tienen algunos sujetos que experimentan experiencias traumáticas. Este ajuste psicológico, que implica resistir la adversidad, es lo que define a la personalidad resiliente en el sujeto.

Desde esta concepción evolutiva, se implica la noción de resiliencia como una cualidad, la cual puede aprenderse y perfeccionarse en el curso del desarrollo, yendo más allá de la superación de la adversidad y logrando el más alto nivel de enriquecimiento posible.

Por otra parte, según el medio sociocultural y el ámbito desde el cual se trabaje la resiliencia, existen muchas formas de definirla y múltiples abordajes; Uriarte (2005) hace una síntesis de ello y concluye que:

La resiliencia incluye la capacidad de establecer vínculos interpersonales adecuados, la capacidad de trabajar, la capacidad de disfrutar y mantener un nivel subjetivo de bienestar psicológico así como la capacidad de tener metas de realización personal y social, todo ello a pesar de los inevitables problemas y dificultades pasados o futuros. Desde este punto de vista, ser resiliente equivale a ser una persona normal y a poseer una buena salud mental, por oposición a los que no siendo resilientes padecen de diferentes trastornos psicológicos. (p. 67-68)

Esta definición establece, que la resiliencia es una capacidad, o funciona como sinónimo de ella. Pero analizando estos aspectos planteados, se observa que el autor habla de “normalidad” sin definir este parámetro al igual que lo hace con la idea de “buena salud mental”. Aspecto éste que debe ser tenido en cuenta, dado que los conceptos de normalidad y los de salud y enfermedad no admiten, por lo menos en el ámbito de la psicología y el psicoanálisis, una definición unívoca

Ante los planteos del autor, cabe preguntarse: ¿Si el sujeto ya cuenta con todas estas capacidades, de dónde surge esa búsqueda de la superación ante la adversidad?

El sujeto necesita del malestar psicológico en su desarrollo, para que en el curso del mismo, como proceso dinámico, logre la adaptación. Y esto resulta el pilar fundamental sobre el cual se desarrolla y logra la superación, y por ende, la resiliencia.

Este aspecto resulta fundamental, si pensamos que se alinea con los planteos psicoanalíticos, que consideran al conflicto psíquico como un motor para el desarrollo del psiquismo.

Psicopatología evolutiva

Domínguez y García et al (2013) citan a Luthar, (2006) y afirman que la psicopatología evolutiva es un enfoque dominante en la conceptualización de los trastornos mentales, y tienen por objetivo integrar el conocimiento acerca de los procesos y factores que influyen en el desarrollo normal y patológico.

Relacionado a ello, definen la resiliencia como proceso dinámico pero evolutivo, que implica una capacidad de adaptación a partir de la utilización de recursos internos y externos, que permiten superar la situación de adversidad. Estos modelos constituyen un “modelo transaccional y bidireccional”, donde sujeto y entorno tienen gran influencia, según establecen Lynch y Cicchetti (1996) y Sameroff (1997), citados por los autores.

Este modelo es a su vez, un enfoque relacional, donde se integran los conceptos de temperamento y apego, y a diferencia de otras conceptualizaciones, no se pretende aquí identificar factores de riesgo o de protección, sino visualizar la relación entre factores genéticos y el ambiente, y todo lo que hace ha dicho proceso.

Siguiendo a los autores, estos agregan:

En resumen, para la construcción de un esquema conceptual de la Resiliencia surgen de manera articulada características individuales relacionadas con la identidad, las creencias y la visión que se tiene de uno mismo, en su interacción permanente con el entorno social, características que potencian una respuesta activa por parte del sujeto que le permite superar la adversidad y construir a partir de ella. (p. 68)

De este modo, ellos afirman que es gracias a los elementos que surgen de la relación con el medio y con los demás, que los individuos organizan una respuesta adecuada ante los problemas, lo que ellos llaman una “respuesta activa”.

En suma, este paradigma de la resiliencia resulta ser un claro ejemplo de los planteamientos llevados a cabo por los investigadores de la segunda generación, donde la resiliencia es la configuración misma de un sistema complejo, circular e integrativo.

Psicoanálisis

“Un suceso como el trauma externo provocará, sin ninguna duda, una perturbación enorme en la economía {Betrieb} energética del organismo y pondrá en acción todos los medios de defensa (...) entonces, la tarea planteada es más bien esta otra: dominar el estímulo, ligar psíquicamente los volúmenes de estímulo que penetraron violentamente a fin de conducirlos, después, a su tramitación.”

-Más allá del principio del placer (Freud 1920/1986, p. 29).

Marra (2012) intenta hacer una articulación entre el psicoanálisis y la teoría de la resiliencia con el objetivo de reflexionar sobre los devenires de clínica psicoanalítica actual. En ella se observa la repercusión que tiene el contexto en el sujeto que concurre a la clínica, y es por ello que según él, es necesario promover prácticas que sirvan a los profesionales a modo de mejorar el servicio que brindan.

Este autor plantea que existe una gran distancia entre el surgimiento del psicoanálisis y el de la teoría sobre la resiliencia, pero aun así, ellas logran ser complementarias y de gran utilidad en la práctica clínica.

Deja de manifiesto que el psicoanálisis toma la teoría de la resiliencia haciendo énfasis en el malestar contemporáneo que vive el sujeto, y en su posibilidad de afrontar la vulnerabilidad, lo cual es, según dicho autor, en lo que radica la resiliencia.

En relación a lo planteado, esta concepción del malestar contemporáneo, causante de sufrimiento, es teorizada por Freud, en ciertos aspectos, en algunas de sus obras. En su obra *El malestar en la cultura* afirma que el sufrimiento amenaza desde tres lugares: desde el propio cuerpo, desde el mundo exterior, y desde el vínculo con los demás seres humanos. Plantea que este último, es tal vez el que cause mayor sufrimiento en el sujeto. (Freud, 1930/1986)

De aquí la importancia de los vínculos para el desarrollo de la resiliencia, y la necesidad de comprender la multiplicidad de factores que influyen en la vida anímica de las personas.

Siguiendo con los planteos de Marra (2012), este cita a Cyrulnik (2007b), mencionando que es necesario integrar aspectos positivos y negativos de la vida del sujeto, para que logre lidiar con la experiencia dolorosa, a modo de ser capacitado y fortalecido a partir de ella.

Toma también de dicho autor el concepto de *oxímoro*, el cual es considerado como las “heridas”, causantes de gran sufrimiento. Siguiendo esta línea, se explica que para poder desarrollar la resiliencia, el *oxímoron* es fundamental, ya que es lo que permite desarrollar la energía que impulsa a superar el sufrimiento y salir fortalecido.

Relacionado a ello, Melillo (2004b) plantea que:

...el concepto de oxímoron es equivalente al concepto de Freud de la escisión del yo en el proceso defensivo...frente al trauma psíquico de la amenaza de castración, el sujeto se escinde para poder continuar la satisfacción de sus pulsiones por una parte...mientras a otro nivel sufre la continua acción de la amenaza recibida que sabe real y posible (p.71).

Por otra parte, en concordancia con la teoría de resiliencia, otro concepto tomado en cuenta es el de “serie complementaria”, a modo de comprender la relación existente entre factores sociales e individuales, es decir, histórico-vivencial, de cada sujeto.

Laplanche y Pontalis (1996) definen serie complementaria como:

Término utilizado por Freud para explicar la etiología de la neurosis y superar la alternativa que obligaría a elegir entre factores exógenos o endógenos: estos factores son, en realidad, complementarios, pudiendo cada uno de ellos ser tanto más débil cuanto más fuerte es el otro, de tal forma que el conjunto de los casos puede ser ordenado dentro de una escala en la que los dos tipos de factores varían en sentido inverso; sólo en los dos extremos de la serie se encontraría un solo factor (p. 400-401).

Como se puede observar, al igual que en otras corrientes, el psicoanálisis plantea una concepción dinámica e integradora del ser. Esto es, la convivencia de factores exógenos y endógenos en el sujeto, según plantea Freud.

Se encuentra una similitud entre este y otros pensadores, en lo que respecta a los factores de la resiliencia. Algunos autores los teorizan como factores internos y externos, individuales o sociales, etc., es decir que, muchos se refieren a lo mismo pero utilizando otros términos.

Tomando en cuenta lo considerado por Zukerfeld y Zukerfeld (2011), sobre el desarrollo de la resiliencia, y su relación con el psicoanálisis, estos plantean que la misma consiste en un proceso de transformación subjetiva. Desarrollan la relación existente entre adversidad, vulnerabilidad y potencial transformador, este último, activado por vínculos significativos.

Desde este punto de vista, definen la resiliencia como “metamorfosis subjetiva producto de la activación de un potencial que implica funcionar con la plasticidad necesaria para la creación de condiciones psíquicas nuevas (proceso terciario) que capturen y transformen el efecto traumático” (p. 110).

En esta definición se hacen presentes elementos que hasta el momento no habían sido considerados por otros autores, estos son, procesos terciarios. Esto constituye un modelo de aparato psíquico, donde se incluye por un lado, el inconsciente reprimido-represor, y por otro, el inconsciente escindido, siendo este el núcleo del modelo, y lo que va a definir la vulnerabilidad en el sujeto.

Según los autores, en cada persona hay variaciones adaptativas, según las demandas del cuerpo y del ámbito intersubjetivo. Estas pueden ser: “adaptarse (transformar activamente), desadaptarse (síntomas), sobreadaptarse (adecuarse formalmente) y paradaptarse (desafiar confusamente)” (p. 112).

Por otra parte, interesa destacar que en lo que respecta a la articulación del psicoanálisis con la teoría de la resiliencia, surgen también los conceptos fundamentales tales como trauma, funcionamiento del Yo y mecanismos de defensas.

Es necesario poder comprender la definición de trauma en general y específicamente para el psicoanálisis, ya que la superación del mismo y su resignificación son fundamentales en el desarrollo de la resiliencia.

Para la Real Academia Española en su 23ª edición trauma es
“**1.** m. Choque emocional que produce un daño duradero en el inconsciente.**2.** m. Emoción

n o impresión negativa, fuerte y duradera.3. m. Med. Lesión duradera producida por un agente mecánico, generalmente externo.” (2014)

En lo que respecta al psicoanálisis se toma la definición de Laplanche y Pontalis (1996) quienes definen trauma como:

Acontecimiento de la vida del sujeto caracterizado por su intensidad, la incapacidad del sujeto de responder a él adecuadamente y el trastorno y los efectos patógenos duraderos que provoca en la organización psíquica. En términos económicos, el traumatismo se caracteriza por un aflujo de excitaciones excesivo, en relación con la tolerancia del sujeto y su capacidad de controlar y elaborar psíquicamente dichas excitaciones (p. 447).

De esta forma, se explica también que el psicoanálisis ha tomado el término de la medicina y lo traspasa al plano psicológico, remitiéndolo a una conceptualización económica.

Para Freud el trauma o traumatismo psíquico se produce cuando existe un monto elevado de excitación, el cual supera la capacidad de tolerancia del aparato psíquico. Según él, falla principalmente el principio de constancia, y el aparato psíquico se vuelve incapaz de descargar la excitación acumulada.

Ante este hecho, la tarea del aparato psíquico será entonces, utilizar sus fuerzas disponibles en función de un restablecimiento. Este último es equiparable a la noción de resiliencia para el psicoanálisis.

Este aspecto tiene relación con los planteos de Freud a cerca del principio de placer, el cual establece en su teoría como el principio fundamental que rige la vida anímica de las personas, y que este intenta mantener constante o lo más baja posible su energía, a modo de evitar el displacer. Esto equivale a que todo aquello que incrementa esa energía se sentirá como displacentero y disfuncional para el sujeto (Freud 1920/1986).

En tal caso Freud explica “la reacción frente a esas exigencias pulsionales y amenazas de peligro, reacción en que se exterioriza la genuina actividad del aparato anímico, puede ser conducida luego de manera correcta por el principio de placer o por el de realidad, que lo modifica” (p.11).

En relación a la resiliencia, se puede pensar este aspecto como un factor que contribuye a que el individuo sea un ser resiliente. Es decir que, si el individuo logra

mantener esta energía constante y evita el displacer, puede estar apto para sobrellevar la situación de adversidad y lograr defenderse de ella. Pero ello deja también la siguiente interrogante ¿puede este mecanismo ser suficiente en la vida anímica del sujeto, para el logro de la resiliencia?

Volviendo a la concepción de trauma, como fundamental para los psicoanalistas en lo que refiere a la resiliencia, esta está íntimamente ligada con el yo y los mecanismos de defensas, ya que, es mediante estos que el individuo procura defenderse de la angustia.

Siguiendo estos planteos Laplanche y Pontalis (1996) afirman que “El yo, al desencadenar la señal de angustia*, intenta evitar ser desbordado por la aparición de la angustia automática que caracteriza la situación traumática, en la cual el yo se halla indefenso” (p. 451).

Freud (1893/1986) plantea que el trauma psíquico que genera la enfermedad, tiene un efecto de horror, lo cual actúa como desencadenante del síntoma, pero este desaparece cuando el paciente recuerda el proceso ocasionador del trauma y cuando describe al mismo de manera detallada. Si de lo contrario, la reacción es sofocada, el monto de afecto sigue conectado al recuerdo.

Plantea de esta forma que ante el trauma pueden haber dos reacciones: por un lado la acción, la cual sería una catarsis, y el lenguaje, en forma de queja o aclaración. Y por otro, el olvido, donde el recuerdo es asociado a otras vivencias que lo contradicen, y de esta forma desaparece el afecto del recuerdo original por medio de operaciones asociativas

Esto lleva a la interpretación de que, según Freud, la posibilidad de que el sujeto pueda “desahogarse”, ya sea por acto, por la palabra, o incluso, por el olvido, puede ser parte del proceso de resiliencia.

Más adelante en sus escritos, Freud (1925/1986) conceptualiza la inhibición como otra forma de reacción ante el traumatismo psíquico. Afirma de esta forma que una de las formas que tiene el yo para defenderse de la angustia es la inhibición. El yo renuncia a ciertas inhibiciones para evitar un posterior desarrollo de la angustia, y es a lo que el refiere con “limitación funcional del yo”. De esta forma se limitan las funciones yoicas por precaución o como consecuencia de una baja energía pulsional (empobrecimiento de energía), a diferencia de lo que sucede en la constitución del síntoma.

Es por todo ello que muchos autores, al igual Griffa (2013), afirman que la concepción del yo tiene un fuerte anclaje en la teoría de la resiliencia. Ella expresa que la capacidad de esta en el sujeto va a depender de la fortaleza o debilidad del yo. Refiere a que el yo será el representante del carácter, pero que, asimismo, será el afectado por la circunstancia adversa. Establece así un yo resiliente, el cual integra resistencia y flexibilidad.

En relación a los mecanismos de defensa, estos en la teoría psicoanalítica, forman parte del conflicto neurótico, donde existe una fuente de angustia de la que el sujeto intenta defenderse, siendo la operación básica del psiquismo, la represión.

Pero la autora afirma que, a la hora de relacionarlos con la teoría de la resiliencia, se torna complejo, ya que estos mecanismos ocurren de manera inconsciente, y no es posible establecer por ende, una relación directa con los recursos de afrontamientos utilizados por el sujeto.

Esto se justifica teniendo en cuenta que el afrontamiento es de índole externa, y a su vez, consciente en la persona.

A pesar de ello, muchos autores insisten en que los mecanismos de defensa influyen en el afrontamiento, y que esté a su vez, influye en las defensas, de modo que son articulables y complementarios. (Zukerfeld y Zukerfeld, 2011).

En su libro Zukerfeld & Zukerfeld (2005) utilizan la denominación de procesos terciarios, ya que para ellos no se puede estudiar la resiliencia en relación al yo y a los mecanismos de defensa, por medio de las teorizaciones clásicas de Freud de procesos primarios y procesos secundarios. Afirman que es importante a su vez en esta concepción considerar el concepto de vulnerabilidad y tener en cuenta la posición subjetiva del sujeto ante la adversidad. Se refieren en este sentido, a una "metamorfosis subjetiva" que se da en el sujeto.

Como conclusión se observa que pensadores del psicoanálisis toman el concepto de resiliencia, y buscan entre ellas puntos de contactos. Al comienzo de las teorizaciones esto resulta difuso, y se identifica la resiliencia entre los estudios más clásicos, asociada a un restablecimiento psíquico a partir de un trauma.

Es a partir de ello, que autores más recientes retoman estas puntualizaciones y analizan las definiciones que van surgiendo sobre resiliencia. De esta forma descubren en cierto sentido, los anclajes y la importancia que tienen las conceptualizaciones tradicionales

en la teoría de la Resiliencia. A partir de las teorizaciones actuales surgen también conceptos como vulnerabilidad, afrontamiento y adaptación, y una manera de repensar a los mismos en torno a la superación de la adversidad en el individuo.

La dimensión vincular resulta fundamental también para ambas teorías (psicoanálisis y Resiliencia) y es lo que constituye para estos autores, el pilar fundamental en la modificación de la subjetividad del sujeto.

Psicología Positiva

Según Posek (2006) la Psicología Positiva es la rama de la psicología que, a través de la investigación científica, intenta comprender los procesos que hacen a las características positivas de las personas, a diferencia de la psicología tradicional, la cual, se ha dedicado a estudiar la patología y debilidad del ser humano, dejando de lado los aspectos positivos.

Expresa que ello se corresponde a un modelo patogénico de la salud, que ha sido incapaz de prevenir el desarrollo de trastornos mentales en sujetos vulnerables.

Entiende en este sentido, que la prevención siempre ha estado orientada a entender aspectos negativos, a evitarlos o a eliminarlos, sin focalizar la atención en todos aquellos aspectos positivos que puedan ser de gran utilidad en el campo de la psicopatología.

A grandes rasgos, el objetivo de la psicología positiva es mejorar la calidad de vida de las personas, y trabajar en base a ello para la prevención de trastornos mentales, tal como lo ha planteado y desarrollado el investigador Martin Seligman.

En cuanto a los hallazgos sobre la relación de la psicología positiva y la resiliencia, Poseck, Baquero y Jiménez (2006) hacen énfasis en que la psicología se ha dedicado básicamente a hablar de trauma en relación a la patología, estableciendo que esta última es la forma normal de reaccionar ante el suceso de adversidad.

A cerca de esto, la psicología positiva plantea que hay otras maneras de conceptualizar el trauma, y otras formas de entenderlo, desde un modelo más optimista.

Se considera que, si bien muchas personas que experimentan sucesos traumáticos desarrollan patología, las investigaciones realizadas en los últimos años han demostrado que para la gran mayoría de los sujetos esto no sucede así, aprendiendo muchos de ellos de la experiencia y resultando fortalecidos.

Gillham y Seligman, (1999), al igual que Seligman y Csikszentmihalyi (2000), plantean que se ha desarrollado una “cultura de la victimología”, en las investigaciones psicológicas, y se asume que, por un lado, el trauma siempre genera un gran daño, y por otro lado, que el daño siempre lleva inscripto el trauma. Asumir esta concepción sería asumir a su vez, que todas las personas reaccionan de igual manera ante el hecho traumático, lo cual sería desestimar que las respuestas son individuales e independientes en cada sujeto.

Esto constituye una visión altamente pesimista según la psicología positiva, y es en base a ello que se trabaja para generar una visión diferente.

Por otro lado, el autor también hace referencia a la distinción entre resiliencia y recuperación ante el trauma, lo cual ha generado controversias en el seno de la psicología positiva en lo que respecta a la resiliencia, afirmando de esta manera 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 (Poseck et al 2006, p. 5-6)

De esta manera se define la resiliencia en base a una continuidad y un equilibrio durante la experiencia dolorosa, dejando fuera de ella un proceso de recuperación. Esto lleva a la reflexión de que, si se genera un corte y una descompensación en el individuo de lo cual debe recuperarse, no se puede hablar de resiliencia.

En relación a ello autores franceses y estadounidenses han abordado el tema de manera diferente. Los autores franceses no hacen distinción entre resiliencia y crecimiento postraumático, y entienden que ambos conceptos forman parte de un mismo proceso por el cual transita el individuo, en el intento de superar la situación adversa.

En cambio, para autores norteamericanos, como Carver (1998) y O’Leary (1998), el concepto de resiliencia es más restringido, y se refieren a ella como proceso de afrontamiento, que ayuda al individuo a mantenerse intacto ante la experiencia, lo que es

diferente al concepto de crecimiento postraumático, que implicaría el beneficio y la posibilidad de cambio que puede atravesar el individuo luego de la experiencia traumática.

En este sentido, para Bonanno (2004), los conceptos de resiliencia y recuperación remiten a trayectos temporales diferentes. Según afirma este autor, la recuperación implica retornar a la normalidad funcional, retomar el equilibrio, mientras que la resiliencia implica que este equilibrio se mantenga durante el proceso.

Estos planteos resultan interesantes ya que, según Posek (2006), la psicología clínica científica ha ignorado por mucho tiempo estos aspectos y estas distinciones, así como la concepción de transformación de la experiencia traumática en aprendizaje y crecimiento personal.

Crecimiento postraumático hace referencia a un cambio positivo, un resultado, a partir de un proceso de lucha ante un suceso traumático, que no es universal, ya que no se da en todas las personas. De aquí la relevancia que tienen estos aportes de la psicología positiva a la psicología en general, pero sobre todo, a teoría de la resiliencia.

Por otra parte, autores como Park (1998), Calho y Tedeschi (1999), destacan además que el crecimiento postraumático no implica la ausencia de dolor, sufrimiento y emociones negativas, si no por el contrario, coexisten en la persona. Esto implica que el crecimiento postraumático es entendido como “constructo multidimensional”, ya que los cambios positivos y negativos pueden darse en diferentes dimensiones de la vida del individuo.

Se observa que los aportes más relevantes de la psicología positiva a la teoría de resiliencia radican en el cambio, en la forma de entender al sujeto más allá de la vulnerabilidad y de todos aquellos aspectos negativos. Un cambio que radica en entender sobre todo, todos los aspectos positivos y negativos coexistentes en el sujeto y que todo ello actúa en el desarrollo de la resiliencia.

La mirada apunta a un cambio de paradigma en lo que refiere al sujeto y a su experiencia dolorosa, ya que se intenta cambiar la visión pesimista que se tiene ante el trauma, como asociado directamente a la patología, estableciendo que este puede generar un crecimiento y a un aprendizaje interior, el cual puede ser altamente beneficioso.

Conclusiones

A partir de la realización del presente trabajo y como resultado del material obtenido, surgen conclusiones en relación a varios aspectos planteados, tanto por los distintos autores, como de las diferentes disciplinas que abordan y trabajan la resiliencia.

Se puede observar que en lo que respecta a la definición de resiliencia, esta ha sufrido una metamorfosis a lo largo del tiempo, y en la actualidad su conceptualización integra tanto modelos que plantean la capacidad de salir airoso de situaciones traumáticas, hasta la inserción en el trabajo psicosocial, lo que genera que se abran muchas líneas sobre las cuales realizar cuestionamientos.

Así mismo en las definiciones encontradas, se observa que los autores toman una terminología basada en categorías generales, para poder explicarla y abordan a su vez diferentes conceptos en relación a ella, pero estos, en su mayoría, no son definidos por sí mismos, explicados y especificados.

Además, surgen planteamientos en relación a las capacidades, habilidades y formas de afrontamiento de la adversidad, como si existiesen ítems necesarios y específicos relacionados a estos conceptos, que el individuo debe cumplir para poder ser una persona resiliente. Estos aspectos son relativos a cada sujeto, y dependerán de la situación por la cual atraviese y de cómo la atraviese, en un aquí y ahora.

Es necesario entonces definirla en base a un sujeto y al ambiente del cual el sujeto forma parte, atravesado por cuestiones genéticas, constitucionales, pero también cuestiones conductuales, vinculares.

Pero que además es influenciado por cada circunstancia y por cada experiencia. ¿Se puede pensar entonces que con cada una de estas experiencias el sujeto pueda ir desarrollando una habilidad para la resiliencia? Sabemos que en cada persona las experiencias que generan angustia son vividas y tramitadas de maneras distintas, por lo cual la resiliencia no solo es una adaptación positiva a una circunstancia adversa, si no a una adaptación interior del sujeto, adaptación de su mundo externo e interno, lidiar con la relación de ambos mundos, del cual el mismo es protagonista.

Se entiende la adaptación no en el sentido de moldearse a lo que ya está, tal como ha sido cuestionado por muchos autores, si no a lo que va surgiendo de ese proceso, la

situación y el sujeto ya no son los mismos, sufren modificaciones y a estas es a lo que debe adaptarse.

Es por ello que en concordancia con muchos autores, se considera necesario plantear la resiliencia como proceso un dinámico, ya que no solo se habla de un sujeto que busca la adaptarse al cambio, sino de un psiquismo que es transformado por la situación que vive. La forma de afrontar la adversidad también se construye en ese proceso, el individuo y su forma de ver y vivir la situación dolorosa se verá modificada y se construirá permanentemente en este tránsito hacia la resiliencia.

En esta línea, se observa que las conceptualizaciones parten del conflicto y/o de una situación traumática que deben ser superados, y para ello surge la resiliencia. Pensando que el conflicto existe tanto en el interior del sujeto, (como conflicto psíquico, intersubjetivo), como en el exterior, y del cual no puede escapar por ser un ser social, lo más importante sería entonces, que mas allá de buscar el logro del éxito y/o la felicidad, el sujeto pueda aprender a convivir con el conflicto de manera diferente, planteando esta convivencia no como un “vivir sufriendo” y adaptarse a ello, sino transformar la realidad y darle otro sentido al dolor. Aspecto que no es considerado por los teóricos de la resiliencia.

En este sentido, el psicoanálisis plantea el conflicto, la adversidad, el dolor o incluso el trauma, como cuestiones que empujan a un cambio profundo en el sujeto, son procesos fundamentales para el desarrollo. Podemos ver una diferencia en estas posturas, ya que para las resiliencia es una habilidad, y para el psicoanálisis son situaciones que el sujeto debe enfrentar a lo largo de toda su vida.

Por otra parte, se puede apreciar que el concepto de resiliencia surge de la física y es tomado por varias disciplinas, para ser de cierta forma, complementado por estas. Se encuentra una similitud en este aspecto con el psicoanálisis, que también parte de una concepción física y neurológica para luego ser desarrollada por Freud.

Pero la diferencia principal radica en que si bien, el concepto de resiliencia se sigue desarrollando y es redefinida por varios autores y varias disciplinas, no se brinda una base teórica acerca de todos los conceptos que la integran y guardan relación con ella, lo que implica bagaje y confusión a la hora de definirla. Lo que no ocurre con el psicoanálisis.

A su vez se toma de éste último la base teórica para la construcción de sus conceptos. Para el desarrollo de la resiliencia la figura de apego, los vínculos y la constitución del yo resultan indispensables en las primeras etapas del desarrollo, así

también como todos aquellos aspectos relacionados con la teoría de trauma desde los aportes del psicoanálisis.

Es por ello que se observa que una de las teorías que más ha contribuido a la teoría de resiliencia es el psicoanálisis. Toma sus aportes, las critica, las modifica pero depende de sus elementos para explicar su teoría, y depende de ella como base para ser construida.

Se observa que es necesario entonces definir y desarrollar el concepto de resiliencia desde el psicoanálisis, ya que este se ha dedicado tanto tiempo a conocer el interior, a reconocer lo no dicho, y a saber del inconsciente reprimido. Lo cual también forma parte del desarrollo de la resiliencia, y cabe preguntarse ¿de qué manera estos aspectos dinámicos internos influyen en el sujeto y contribuyen a su resiliencia? y ¿cuales serian aquellos factores de riesgo internos, que jueguen en contra de la resiliencia?

¿Sera que lo contrario de la resiliencia es que sobrevenga la patología?

De todas formas se observa que en todas las disciplinas y modos diferentes de definirla, coinciden en ver a la resiliencia como un proceso dinámico, por el cual el sujeto puede transformar su mundo, en virtud de las exigencias y las situaciones, lo cual descarta la utopía de que la resiliencia equivale a encontrar la felicidad. Muy por el contrario, esta surge a partir del sufrimiento, el cual funciona a modo de empuje para la superación de la adversidad, que el sujeto sea capaz de actuar y cambiar su propia realidad, por ende de ser transformado mediante el sufrimiento.

Esto es lo que puede aportar a la resiliencia algo novedoso, apartándose de la idea de salir airoso de la adversidad ¿con el logro de la resiliencia acabaría por completo el sufrimiento? Pero estos aspectos no son excluyentes entre sí, se trata entonces de poder seguir avanzando y aprendiendo de las dificultades, porque sin ellas la resiliencia no es posible. Se encuentra en este sentido, que el psicoanálisis puede ser la piedra angular para seguir aportando al campo de la resiliencia, en lo que respecta al funcionamiento del psiquismo, pero también a lo vincular y social, realizando aportes novedosos para la práctica.

Referencias Bibliográficas

- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* 11(3), (pp. 125-130)
- Cyrulnik, B. (2002). *Los patitos feos. La resiliencia; una infancia infeliz no determina la vida.* (pp. 12) Barcelona: Gedisa.
- Colussi, M. (2014). Psicología. Resiliencia: Un concepto discutible. En Ponencia presentada en el V Congreso Latinoamericano de la ULAPSI. Antigua Guatemala, 17 de mayo de 2014. Recuperado de <http://www.argenpress.info/2014/07/psicologia-resiliencia-un-concepto.html>
- D'Alessio, L. (2011). *Mecanismos neurobiológicos de la resiliencia.* Buenos Aires: Polemos. Recuperado marzo, 20, 2012. Recuperado de <http://www.gador.com.ar/iyd/psiquiatria/pdf/resiliencia.pdf>
- Freud, S. (1986) *Inhibición, síntoma y angustia.* En S, Freud, Obras completas, (2ª ed.) (vol.20) Buenos Aires: Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1925)
- Freud, S. (1986) *Más allá del principio de placer.* En S. Freud, Obras completas (2ªed.) (vol. 18) Buenos Aires. (Trabajo original publicado en 1920)

- Freud, S. (1986) *Sobre el mecanismo psíquico de fenómenos histéricos: comunicación preliminar*. En S, Freud, Obras completas, (2ª ed.) (vol.2) Buenos Aires: Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1893)
- Freud, S. (1986). *El malestar en la cultura*. En S, Freud, Obras completas, (2ª ed.) (vol.21) Obras completas. Buenos Aires: Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1930)
- Galende, E. (2004). Subjetividad y resiliencia: del azar y la complejidad. En A. Melillo, N. Suárez y D. Rodríguez (Comp.), *Resiliencia y subjetividad: Los ciclos de la vida*. (pp. 23-26) Buenos Aires: Paidós.
- García-Vesaga, M., y Domínguez-De la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), (pp. 63-77)
Doi:[10.11600/1692715x.1113300812](https://doi.org/10.11600/1692715x.1113300812)
- Griffa, M. C. (2013). Reflexiones acerca de la capacidad del Yo y la Resiliencia. *Psicología y Psicopedagogía*, 5(pp. 14).
- Laplanche, J. y Pontalis (1996). Serie complementaria. En *Diccionario de Psicoanálisis*. (pp. 400-401). Buenos Aires: Paidós.
- Laplanche, J. y Pontalis (1996). Trauma. En *Diccionario de Psicoanálisis*. (pp. 447). Buenos Aires: Paidós,

Kotliarenco, M. A. y Cáceres, I. 2011. *Resiliencia y Apego*. CEANIM. Santiago de Chile.

Recuperado de <https://www.resiliencia.academia.edu/Mar%C3%ADaAng%C3%A9licaKotliarenco>

Marra, G. A. (2012). Un aporte de la resiliencia a la clínica psicoanalítica. *Psicología: Teoría e Práctica*. 14(3), (pp. 168-179)

Melillo, A. (2004 a). *Resiliencia: conceptos básicos*. (pp. 1-3). Recuperado de <http://www.ugr.es/~javera/pdf/2-3-AG.pdf>

Melillo, A. Suárez, E. Rodríguez, D. (2004). *Sobre la necesidad de especificar un nuevo pilar de la resiliencia*. En A. Melillo, N. Suárez. Y D. Rodríguez. (Comp.), *Resiliencia y subjetividad*. (pp.79-80). Buenos Aires: Paidós.

Melillo., A (2004 b). Realidad social, psicoanálisis y resiliencia. En Melillo, A., Suárez, N. y Rodríguez, D. (Comp.), *Resiliencia y subjetividad. Los ciclos de la vida*. (pp. 63-67) Buenos Aires: Paidós.

Pereira, R. (2007). *Resiliencia individual, familiar y social*. En Octavo Congreso Virtual de Psiquiatría Interpsiquis. Recuperado de <http://addima.org/Documentos/Resiliencia%20individual.pdf>

Poseck, B. V. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del psicólogo*, 27(1), (pp. 3-8) Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1417558>

- Poseck, B. V., Baquero, B. C., & Jiménez, M. L. V. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento post-traumático. *Papeles del psicólogo*, 27(1), (pp. 40-49). Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1417558>
- Puerta, E. (2012) Concepto de Resiliencia. *Caminos para la Resiliencia, Boletín* 1(2)
Recuperado de
http://issuu.com/resilienciamed/docs/bolet_n_2_concepto_de_resiliencia
- Real Academia Española (2014). *Resiliencia*. En Diccionario de la lengua española (23.^a ed.). Consultado en <http://www.rae.es/diccionario-de-la-lengua-espanola/la-23a-edicion-2014>
- Real Academia Española (2014). *Trauma*. En Diccionario de la lengua española (23.^a ed.). Consultado en <http://www.rae.es/diccionario-de-la-lengua-espanola/la-23a-edicion-2014>
- Reyes, J. E., & Ballesteros, E. R. (2011). Resiliencia Socio ecológica: aportaciones y retos desde la Antropología. *Revista de Antropología Social*, 20, (p. 109-135) Recuperado de http://dx.doi.org/10.5209/rev_RASO.2011.v20.36264
- Rozenfeld, A. (7 de junio 2007). ¿Qué harás con lo que te han hecho? Página 12 Recuperado de <http://www.pagina12.com.ar/diario/psicologia/9-86146-2007-06-07.html>

- Suárez, E. (2004). Resiliencia y subjetividad. En A. Melillo, N. Suárez, N. y D. Rodríguez (Comp.), *Resiliencia y subjetividad. Los ciclos de la vida*. (pp. 17-23) Buenos Aires: Paidós.
- Uriarte Arciniega, J. D. D. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de psicodidáctica*, (19), (pp. 61-80) Recuperado de <http://www.postgradoune.edu.pe/documentos/invSeminario/184-245-1-PB.pdf#page=61>
- Vanistendael, S., Vilar, J., & Pont, E. (2009). Reflexiones en torno a la resiliencia. Una conversación con Stefan Vanistendael. *Educación social: revista d'intervenció socioeducativa*, (43), (pp. 93-103) Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/EducacioSocial/article/viewFile/180644/369540>
- Zukerfeld, R., & Zukerfeld, R. Z. (2005). *Procesos terciarios: de la vulnerabilidad a la resiliencia*. Madrid: Lugar.
- Zukerfeld, R., & Zukerfeld, R. Z. (2011). Sobre el Desarrollo Resiliente: Perspectiva Psicoanalítica. *Revista Clínica Contemporánea*, 2 (2), (pp. 105-120)

