

CONSTRUCCIÓN DE CARACTERÍSTICAS RESILIENTES PARA UN PROYECTO DE VIDA SOSTENIBLE.

Mónica Ruíz Rojas¹

Lina Lizeth Valderrama Vacca²

Diana Catalina Riveros Ochoa³

Yudy Velásquez Mora⁴

Planteamiento del problema

Según el contexto social en el que vivimos actualmente los niños y niñas están expuestos constantemente a situaciones de riesgo, inmanejables por el sin número de factores que predisponen las mismas, estas situaciones interfieren de forma significativa en el desarrollo óptimo de capacidades individuales del menor, lo que conlleva a que en él o ella se generen elementos que le permitan sobreponerse a estas adversidades, y logre construir, cumplir metas y objetivos personales, en búsqueda de una realización adecuada y satisfactoria en su vida.

Por lo que se hace necesario dejar de victimizar a los niños y niñas que presentan alguna adversidad, sin importar su dimensión, y darles herramientas que los ayuden a superar estas circunstancias infortunadas, con el fin de que construyan proyectos de vida estable y sostenible a través del tiempo.

El presente trabajo pretende aportar información a la comunidad acerca de los factores resilientes y responder a las siguientes preguntas: ¿Qué importancia tiene el desarrollo de factores resilientes en niños y niñas de 9 a 11 años? ¿Qué herramienta nos permite identificar estos factores resilientes en la población anteriormente mencionada y cómo podemos fortalecer dichos factores?

¹ Estudiante de VII semestre de Psicología mruizrojas@uniminuto.edu.co

² Estudiante de VII semestre de Psicología lvalderra15@uniminuto.edu.co

³ Estudiante de VII semestre de Psicología driverosoch@uniminuto.edu.co

⁴ Estudiante de VII semestre de Psicología yvelasque21@uniminuto.edu.co

Estas preguntas de investigación buscan la relación que existe entre el desarrollo de factores resilientes a través de una herramienta lúdica y la importancia que hay en que los niños y niñas de 9 a 11 años de edad logren desarrollar dichos factores.

Marco teórico

El término resiliencia procede del latín, de la palabra resilio, que significa volver atrás, volver de un salto, rebotar. Los diccionarios entienden la resiliencia, como la resistencia de un cuerpo a la ruptura por un golpe (Kotliarenko, Cáceres y Fontecilla, 1997), se podría tomar como un concepto netamente físico, pero adaptado a las ciencias sociales, encontramos que es la habilidad de afrontar exitosamente el estrés y los eventos adversos que proceden de la interacción de diversos elementos en la vida de un niño (Kumpfer et al., 1998).

Entonces se podría definir la resiliencia como un conjunto de cualidades elásticas, la capacidad para la adaptación exitosa en un ambiente cambiante, el carácter de dureza e invulnerabilidad y un proceso dinámico que implica una interacción entre los procesos de riesgo y protección, internos y externos al individuo, que actúan para modificar los efectos de un evento social adverso. (Becoña, 2006).

De acuerdo al libro, La felicidad es posible, de los autores Stefan Vanistendael y Jacques Lecomte (2002), los factores resilientes son:

- El tiempo
- La aceptación del otro
- La familia (redes de apoyo)
- Amigos
- Responsabilidad
- Autoestima
- Desarrollo de metas
- Aceptar la realidad
- Confianza en sí mismo

Para el fortalecimiento de dichos factores se trabaja de la mano con la teoría propuesta por Daniel Goleman en su libro llamado La inteligencia Emocional (1996) entendida como “la capacidad de entender, asimilar conocimiento, memorizar, razonar lógicamente, manejar concepto etc., donde

Intervienen variables como el autoconocimiento, autocontrol, automotivación, empatía y sociabilidad”.

Realizaremos el uso de una herramienta lúdica ya que va dirigido a niños y niñas de 9 a 11 años, con esta metodología lograremos que ellos accedan a participar en esta experiencia ya que por medio del juego se busca poner a prueba las capacidades y los factores mencionados anteriormente.

Metodología de trabajo

Se realizó una prueba piloto con dos niñas de 10 años, de acuerdo a los resultado de esta se reestructuran las pregunta del cuestionario y se realizan modificaciones en la herramienta con el fin de implementarla en la fundación CRAN, la misión de esa fundación es contribuir a que los niños, niñas y adolescentes crezcan en un entorno familiar, social amoroso y cuidador que les permita ejercer plenamente sus derechos y ser felices.

Se hizo un primer acercamiento a la fundación para ejecutar la prueba pero no se logró realizar, ya que debíamos esperar la aprobación del ICBF y por cambios administrativos en la fundación no hemos obtenido acceso nuevamente. De igual forma estamos trabajando para conseguir el apoyo de una nueva fundación que nos permita realizar las pruebas de nuestra investigación.

Se busca que la población que reside en la institución, cumpla con las características en cuanto a situación de vulnerabilidad de derechos y rangos de edades que se han descrito anteriormente. El espacio para el desarrollo de la prueba será dispuesto por la fundación dentro de las instalaciones de esta y deberá cumplir con los requerimientos necesarios para aplicación de la misma.

El grupo de trabajo será de máximo 20 niños y niñas entre 9 a 11 años de edad, se requiere que el espacio para realizar la prueba, cuente con mesas, pupitres y/o una superficie plana para apoyar los materiales. También será necesaria una sala para la proyección con video beam, y poder visualizar los cortos de la película seleccionados para la prueba

Información de la película

Escenas película “MATILDA”

Director: Danny DeVito

Guión: Nicholas Kazan, Robin Swicord

Producción General: Carlos Mora Centeno

Protagonista: Mara Wilson

Año de producción: 1996

Esta película está basada en la historia del libro que lleva su mismo nombre escrita por el autor Roald Dahl (1988), se trata de una niña con grandes habilidades escolares a pesar del entorno familiar en el que ha venido creciendo.

Al iniciar su vida escolar encuentra personas agradables y otras no tanto que influyen en los cambios y socialización de su vida, a través de la presentación de la película, notamos como la pequeña Matilda logra superar diferentes dificultades, principalmente familiares, igualmente evidenciamos que estas complicaciones no le impiden mejorar día a día y al aprender a manejar los poderes que le fueron otorgados, ello hace que Matilda no desfallezca y logre alcanzar la autosuficiencia necesaria para tales adversidades, esto fue lo que nos motivó a integrar esta película para la elaboración de nuestra herramienta, con la cual se pretende que en los niños y niñas que participen, se logre identificar y reconocer sus características resilientes.

Los Materiales a utilizar:

- Hoja blanca tamaño carta.
- Lápices y colores.
- Borrador y tajalápiz.

Tiempo establecido para el desarrollo de la actividad 30 - 60 minutos.

Orden del día.

1. Presentación del grupo ante los participantes.
2. Actividad rompe hielo (tingo, tingo, tango).

Instrucciones:

1. Ver con atención el corto proyectado.
2. Se entregará la prueba a cada participante, junto con una hoja en blanco tamaño carta, un lápiz, borrador y colores, pidiéndoles no leer la prueba hasta que todos la hayan recibido.
3. Se explicará que las respuestas son libres, que no existe respuesta buena ni mala, que es abierta a lo que ellos deseen responder, que es necesario que contesten todas las preguntas.
4. Posteriormente se explicará que deben leer cada punto de la prueba e ir resolviendo y si tienen alguna duda pueden preguntar a cualquiera de nosotras.

5. Luego deben responder espontáneamente a cada punto y los dibujos que realicen pueden hacerlos con colores o no, pueden borrar y es un dibujo totalmente libre.
6. Cuando terminen se recogerán las pruebas y se les entregará un refrigerio.
7. Luego de la despedida formal, podrán continuar con sus actividades habituales.

Hallazgos

Se evidencia respecto a la prueba piloto que los niños y niñas en este rango de edad presentan un manejo de sentimientos variables, dependiendo este del comportamiento de los demás, hablando específicamente de los adultos y que sus emociones se pueden ver reflejadas si son expuestos a determinadas situaciones que les permiten sentirse identificados con el personaje y de alguna manera se sienten involucrados. Este tipo de respuesta contribuye en la identificación de algunas características resilientes como la autoestima, la confianza en sí mismo, el desarrollar metas y aceptar la realidad, que es la intención inicial de dicha herramienta.

Novedad

La novedad de este proyecto inicialmente está constituida por la intención de brindar elementos a los niños y niñas que les permita superar cualquier situación adversa que hayan podido presentar en su vida, evitando la re victimización e impulsarlos a construir un proyecto de vida sostenible, usando dichos elementos. También es innovador que lo anterior se pretende lograr con una herramienta elaborada por las integrantes del grupo, que contiene una metodología lúdica, apropiada para la edad a la que vamos a dirigir la aplicación de la misma.

Es importante mencionar que en Colombia se habla mucho de resiliencia, pero llevado a la realidad son pocas las implementaciones basadas en el tema, tampoco existen muchas investigaciones que puedan aportar información relevante sobre la importancia de los factores resilientes en niños, por esta razón decidimos incursionar nuestra idea en niños teniendo en cuenta que son el futuro de nuestra sociedad donde es fundamental que crezcan con factores resilientes sólidos, para que se puedan enfrentar al sin número de condiciones adversas que se presentan a diario en nuestro país.

PONENCIA

El término resiliencia ha sido definido por varios autores, a continuación se citan los que lo definen de una forma más integral.

“El término resiliencia procede del latín de la palabra resilio, que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. En los diccionarios se entiende como la resistencia de un cuerpo a un golpe. Es claramente un concepto de la física que fue adoptado por las ciencias sociales”(Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla, 1997, pp. 92).

Desde una descripción psicológica: “ Es la habilidad de afrontar exitosamente el estrés y los eventos adversos que proceden de la interacción de diversos elementos en la vida de un niño”(Kumpfer et al.,1998 pp. 45).

“Conjunto de cualidades elásticas, la capacidad para la adaptación exitosa en un ambiente cambiante, el carácter de dureza e invulnerabilidad y un proceso dinámico que implica una interacción entre los procesos de riesgo y protección, internos y externos al individuo, que actúan para modificar los efectos de un evento social adverso” (Becoña, 2006, pp. 16).

De acuerdo a lo anterior y teniendo en cuenta el contexto social en el que vivimos hoy, y las diferentes situaciones de riesgo a las que están expuestos nuestros niños y niñas, las cuales interfieren directamente en el desarrollo de las habilidades individuales para relacionarse dentro de su entorno. Se hace necesario darles herramientas o elementos que les permitan a estos niños y niñas sobreponerse a las adversidades y al mismo tiempo fortalecer de manera integral su vida y alcanzar una realización.

El enfoque que se da a esta investigación es de tipo cualitativo, debido a que se pretende identificar características específicas en niños y niñas de 9 a 11 años de edad, con el fin de fortalecer aquellas que estén afectando el desarrollo adecuado de factores resilientes.

Para la realización de esta herramienta, inicialmente se hizo una prueba piloto con dos niñas de diez (10) años, la cual fue autorizada previamente por sus padres, se llevó a cabo el diligenciamiento del consentimiento informado¹ con los datos de las participantes, al obtener los resultados se evidenció que dentro de esta prueba, debíamos realizar reestructuración en ciertos ítems.

La aplicación de la herramienta consiste en mostrar cuatro (4) cortos de la película “Matilda”. Esta película está basada en la historia del libro que lleva su mismo nombre escrita por el autor Roald Dahl (1988), se trata de una niña con grandes habilidades escolares que a pesar del entorno familiar

en el que ha venido creciendo, encuentra personas que influyen de manera positiva en los cambios y socialización de su vida logrando superar las adversidades de la mejor manera.

El grupo de trabajo será de máximo 20 niños y niñas entre 9 a 11 años de edad, se requiere que el espacio para realizar la prueba, cuente con mesas, pupitres y/o una superficie plana para apoyar los materiales. También será necesario una sala para la proyección con video beam, y poder visualizar los cortos de la película seleccionados para la prueba.

Después de esto se les entrega una hoja con 10 preguntas abiertas, haciendo énfasis en que la respuesta de la primer pregunta se debe hacer mediante un dibujo libre. Se les proporcionan los elementos necesarios y se indica el tiempo que va a tener para contestar, el cual es de 30 a 60 minutos.

Lo que se busca con esta herramienta es identificar los factores resilientes en los niños y niñas que participen en la prueba, estos son: empatía, autoestima, redes de apoyo (familia y amigos), confianza en sí mismo, desarrollo de metas, responsabilidad y tiempo. Con el fin de establecer los factores que se encuentren en un nivel inapropiado para reforzarlos, y que se mantengan en el mismo nivel los que se puedan observar como factores en niveles apropiados.

Se escoge esta etapa debido a que en el desarrollo de la niñez media, donde se incluyen los rangos 9 - 11 años de edad, el niño puede enfrentarse a daños emocionales y traumas, relacionados con la adaptación a un nuevo proceso educativo, intimidación por parte de sus compañeros, condiciones socioeconómica y culturales e incluso el abuso o maltrato en el hogar.

Se resalta que el desarrollo infantil se concibe como un proceso de reconstrucción y reorganización permanente. No se concibe como un proceso lineal, sino es caracterizado por ser irregular, de avances y retrocesos; que no tiene un principio definitivo y claro, ni parece tener una etapa final, nunca concluye y siempre podría continuar. (Papalia, Feldman & Martorell, 2012)

Debido a las características anteriormente mencionadas, se considera que en esta etapa los niños pueden fortalecer y desarrollar con mayor facilidad sus factores resilientes, permitiendo la conservación y uso de los mismos en cualquier etapa posterior del desarrollo.

Se encontró que las personas que logran desarrollar factores resilientes son personas que saben aceptar la realidad tal y como es, creen profundamente en el sentido de la vida, poseen una gran capacidad para mejorar, tienen la capacidad de identificar la raíz de un problema y prevenir que se repita a futuro, pueden controlar sus emociones sobre todo en la adversidad permaneciendo centrados, controlan sus impulsos en situaciones de presión, son optimistas y realistas, se consideran competentes y confían en sus propias capacidades, tiene una excelente capacidad para

leer las emociones del otro y conectar con ellas, siempre están en busca de oportunidades, retos que llenen de éxito y satisfacción su vida, es decir estas personas cometen menos errores de pensamiento como exagerar, sacar conclusiones precipitadas y sin verificar e interpretan la realidad de un modo más exacto que las personas menos resilientes. (Becoña,2006).

Por la descripción anterior se han tomado en cuenta también las teorías y planteamientos que se han realizado en base a las inteligencias múltiples, específicamente en base a la inteligencia emocional, que es un conjunto de procesos psicológicos que se van construyendo a lo largo de las etapas iniciales del desarrollo humano, y culmina en la etapa de adultez temprana que se define como la capacidad para reconocer nuestros sentimientos y los sentimientos de los demás, así como el conocimiento para manejarlos. (Goleman 1996)

Por lo que se logra hacer una conexión entre las capacidades que esta nos representa y los factores resilientes antes expuestos, pues es de gran ayuda poder contar y entender cómo funcionan dichas emociones en el aprendizaje de los niños y niñas de 9 a 11 años de edad.

De todo lo anteriormente descrito se desprende la importancia de poder fortalecer y promover estos factores en los niños y niñas, que son el presente y futuro de una sociedad cambiante con millones de retos y dificultades, en la que día a día aumentan las exigencias y se requieren de más competencia para lograr desarrollar un proyecto de vida sostenible.

Se hace claridad que al momento de emplear la prueba piloto se buscó validar las preguntas formuladas en primera instancia², y de ésta poder reformular o ajustar la herramienta, para que fuera acorde a la población y al tipo de respuesta que necesitamos para identificar los factores resilientes. De esta prueba piloto además se logró identificar que las niñas en este rango de edad presentan un manejo de sentimientos variables, mediado por el comportamiento de los demás, hablando específicamente de los adultos, y que sus emociones se pueden ver reflejadas si son expuestos a determinadas situaciones que les permiten sentirse identificados con el personaje y de alguna manera se sienten involucradas. Este tipo de respuesta contribuye en la identificación de algunas características resilientes como la autoestima, la confianza en sí mismo, el desarrollar metas y aceptar la realidad, que es la intención inicial de dicha herramienta.

Aún no se ha aplicado la prueba a una muestra mayor, debido a que se está buscando una fundación que permita realizar dicha prueba, y que cumpla con las características en cuanto a población y rango de edad.

Bibliografía

- Becoña, E. B. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 11(3), 125-146.
- Centro de prensa de la OMS, (Septiembre, 2016), Organización Mundial de la Salud, Nota descriptiva, Recuperado de: [\(http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs150/es/\)](http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs150/es/)
- Devito, D, Julio 1996, Matilda, recuperado de:<https://g.co/kgs/JCfzoU>,<https://www.youtube.com/watch?v=YMyh2jHP31w>,<https://www.youtube.com/watch?v=32cWbSyLcYE>,
- Goleman, D. (1996). Resumen libro Inteligencia Emocional. Kairos, recuperado de:<https://www.leadersummaries.com/ver-resumen/inteligencia-emocional>
- Kotliarenco, M. A., Cáceres, I., & Fontecilla, M. (1997). *Estado de arte en resiliencia*. Organización Panamericana de la salud.
- Kumpfer, K. L., & Alvarado, R. (1998). *Effective family strengthening interventions*. Washington, DC: US Department of Justice, Office of Justice Programs, Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention.
- Morelato, G. Evaluación de factores de resiliencia en niños argentinos en condiciones de vulnerabilidad familiar. *Univ. Psychol.* 2014, Vol.13, n.4, pp. 1473-1488. ISSN 1657-9267. [online 24 de Julio de 2015], recuperado de:<http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/5295>
- Morelato, G. Maltrato infantil y desarrollo: hacia una revisión de los factores de resiliencia. *Pensamiento Psicológico* Vol. 9 Núm. 17. Recuperado en línea de:<http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v9n17/v9n17a08.pdf>
- Palacio, M. (2000), La resiliencia como potenciadora de factores protectores, Fitolito parra & Cía. Ltda., recuperado en línea el 12 de marzo 2016 de: <http://www.disaster-info.net/desplazados/documentos/escuelasaludable/09resiliencia.htm>.
- Palacios, X. Pulido, S. Montaña, Estrategias desarrolladas por los niños para afrontar el castigo: un diálogo entre la psicología y la teoría de redes sociales. *Universitas Psychologica* V. 8 No. 2. Recuperado en línea de:<http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v8n2/v8n2a14.pdf>
- Papalia, D., Feldman, R., Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. McGrawHill, Duodécima Edición, México. (Cap. 7).

Poseck, B. Begoña, C. & Vecina, M. (2006) Papeles del Psicólogo, La Experiencia Traumática desde la psicología positiva: Resiliencia y Crecimiento Postraumático. número 1 VOL-27.

Vanistendael, S, Lecomte, J. (2002), Editorial Gedisa, S.A., Barcelona, España, La Felicidad es posible, Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia