

La resiliencia como forma positiva de ver al ser humano fue tema de clase inaugural de Escuela de Psicología

El Dr. Eugenio Saavedra Guajardo, académico e investigador de la Universidad Católica del Maule brindó la conferencia denominada “El concepto de resiliencia: una forma positiva de ver al ser humano”. En la oportunidad, junto con precisar conceptos, dio cuenta de instrumentos de evaluación de resiliencia de su autoría, que permiten identificar la presencia de dicho estado en niños y jóvenes, adultos y grupos familiares.



El Salón Andrés Bello del Centro de Extensión de la sede Chillán fue marco de la clase inaugural de año académico de la Escuela de Psicología de la UBB. La actividad fue liderada por la directora de Escuela, Ingrid Quintana Avello, y contó con la presencia de académicos, funcionarios administrativos, estudiantes de la carrera e invitados especiales del Programa de Reparación y Ayuda Integral en Salud y Derechos, PRAIS, del Servicio de Salud Ñuble, quienes presenciaron la conferencia brindada por el Dr. Eugenio Saavedra Guajardo, académico de la Universidad Católica del Maule y reconocido especialista en materia de resiliencia.

En la oportunidad, la directora de Escuela, Ingrid Quintana, destacó que la clase inaugural se erige como un rito que permite desear buenos augurios, los que deben construirse entre todos los integrantes de la comunidad educativa. Comentó que actualmente son cerca de 300 los estudiantes que se forman en la Escuela, a quienes se suman 165 psicólogas y psicólogos ya titulados que prestigian a la Universidad, al ser reconocidos como profesionales de excelencia en términos académicos y humanos.



Asimismo, la directora dio cuenta del desafío que supone el proceso de renovación curricular en el cual se encuentra embarcada la Escuela. “Somos una Escuela de Psicología joven y en constante renovación. Han llegado a una escuela en renovación curricular, proceso que va de la mano de una formación actualizada y de calidad. Frente a esto me permito decir que la opción por la renovación curricular y la calidad representan cambios culturales de difícil gestión y conducción, no obstante, asumimos estos desafíos como un imperativo ético, dado que confiamos en que su resultado se traducirá en un aporte a la comunidad destinataria de vuestras acciones profesionales”, ilustró.

Es así como la conferencia del Dr. Eugenio Saavedra se da en el marco del necesario proceso de actualización, reflexión y desarrollo de la disciplina, según expresó la directora Ingrid Quintana.



Una forma positiva de ver al ser humano

El Dr. Saavedra Guajardo comentó que usualmente la Psicología, al igual que otros campos del conocimiento, se ha centrado en identificar y resaltar los aspectos de la persona que se apartan de lo que se considera como normal, entendiendo que el concepto de normalidad da para un análisis más profundo. Por ello, el analizar al ser humano desde un aspecto positivo, como es la resiliencia, resulta ser una tarea interesante y necesaria.

Si bien existen diferentes definiciones del estado de resiliencia, el académico precisó que el aportado por Edith Grotberg (1995) es bastante apropiado, y se describe en los siguientes términos: “La resiliencia es una capacidad universal que permite a la persona, grupo o comunidad, disminuir o superar los efectos nocivos de la adversidad”.



El académico precisó que la resiliencia debe ser entendida no sólo como adaptación, sino también como desarrollo a partir de la adversidad. No es un estado permanente, y el estar en dicha condición no significa una total invulnerabilidad. Igualmente, comentó que el lograr superar una adversidad desde este enfoque, supone respetar a los demás en el proceso de salir adelante.

Durante la conferencia, el Dr. Saavedra Guajardo explicó que a nivel nacional existen diversos estudios sobre la materia, tal como el de María Angélica Kotliarenco de 1997. “En dicho estudio se identifica como factores protectores la autoestima positiva, sentido de esperanza, autonomía, sociabilidad, capacidad para experimentar algún rango de emoción, habilidades de imitación, empatía, humor positivo, sentido de competencia, ambiente familiar cálido, padres apoyadores y estimuladores”, aseveró.

Junto al anterior se encuentran las investigaciones del propio Eugenio Saavedra y del equipo de investigadores de la Universidad Católica del Maule. “Dichos estudios señalan que no existe diferencia estadísticamente significativa entre los niveles de resiliencia observado en jóvenes y niños de diferente nivel socio económico, de diferente género y distinta conformación familiar. Sí existe diferencia entre sectores rurales y urbanos”, ilustró el especialista.

En su tarea investigativa el Dr. Saavedra comentó que para evaluar resiliencia en Chile, se vio en la necesidad de desarrollar instrumentos propios, pues prácticamente la totalidad de los que existían provenían del extranjero y por lo mismo, no consideraban las particularidades locales. “En principio teníamos que recurrir a instrumentos extranjeros que no reflejaban necesariamente nuestra realidad, entonces era muy importante ver cómo está operando la variable resiliencia, pero en nuestra realidad, por eso es que creamos estos instrumentos, y esos instrumentos nos dan una suerte de perfil de la persona, del grupo o de la familia, y nos dicen cuáles son sus fortalezas y cuáles son sus debilidades, con lo cual podemos intervenir en esas áreas específicas”, explicó.

Como fruto de los estudios realizados el Dr. Saavedra Guajardo identificó una serie de conclusiones que dan pistas que permiten comprender el concepto de resiliencia. En primer término, precisó que el estudio de la resiliencia debe abordarse desde la óptica de las personas y no con la mirada de observador experto. Igualmente, comentó que si bien no existe diferencia significativa en los niveles de resiliencia entre géneros, las mujeres puntúan más alto consistentemente. “No existen diferencias significativas en los niveles de resiliencia por niveles socioeconómicos, y tampoco hemos observado

diferencias por grupos de edad. Se han visto buenos resultados en programas de fomento de la resiliencia, dando un paso más allá del sólo diagnóstico. Los modelos familiares pareciera que influyen en la generación de conductas resilientes en los hijos. Las personas de zonas rurales, aparecen con más herramientas resilientes. Del mismo modo, sujetos pertenecientes a familias numerosas con 4 hijos o más, presentan niveles de resiliencia mayores. Debemos abrirnos a estudios cualitativos de la resiliencia, en donde escuchemos los discursos de los sujetos, conozcamos su historia y tengamos acceso a los significados construidos por ellos”, valoró.

¿Por qué es necesario estudiar sobre la resiliencia?

-“Encuentro muy necesario estudiar la resiliencia porque así sabemos cómo fomentarla. Sabemos que es bueno -estar resiliente-, entonces si es bueno, fomentémoslo, y por eso es que hay que intervenir en poblaciones que son más vulnerables, detectar cuáles son los grupos más vulnerables y entonces trabajar con ellos para aumentar su capacidad resiliente”.

¿Por qué la resiliencia opera mejor en comunidades con mayores niveles de confianza?

-“Lo que ocurre es que si uno confía en el otro, le puede pedir ayuda, o el otro puede darle ayuda, pero si se desconfía de los demás, aunque uno le pida ayuda al otro, éste no se la dará, va a tratar de surgir individualmente. Hemos ido creando una sociedad muy individualista, entonces la idea es que trabajemos más en lo colectivo y trabajemos más en la confianza”.

¿Se puede decir que un país es resiliente?

-“Creo que sí. Hay países que en su conjunto, en visión colectiva, aparecen como resilientes, es decir, se recuperan más rápido de una adversidad, como también hay otros países a los que les cuesta mucho recuperarse. Por ejemplo, Chile frente a las catástrofes. Pareciera ser que nosotros trabajamos con esta variable de resiliencia. Sin embargo, con un terremoto menos devastador como el de Haití, ese país aún no sale adelante. Por cierto que hay otras variables sociales, económicas, políticas que están influyendo, pero pareciera ser que hay ciertos países que les cuesta más”.