

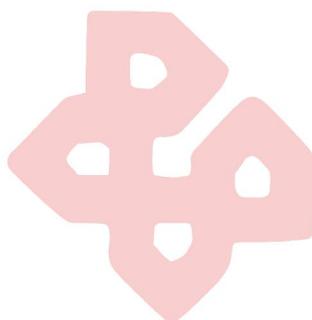
VOL. 19, Nº 2 (Mayo-Agosto 2015)

ISSN 1138-414X (edición papel)

ISSN 1989-639X (edición electrónica)

RECENSIONES

Reviews



Forés Miravalles, A y Grané Ortega, J. (2012) La resiliencia en entornos socioeducativos. Madrid: Editorial. Narcea S.A. 167pp. ISBN: 978- 84- 277- 1805-0

El texto que se recensiona supone una aproximación al mundo de la resiliencia como concepto emergente en la comunidad educativa, medios de comunicación y sociedad. Es una metáfora de las posibilidades que hay que conocer y promover, tanto a nivel personal como comunitario; y más aún en momentos de crisis. Se trata de un libro diferente al resto de la literatura existente sobre resiliencia. Según sus autores, cada página ha sido pensada para cada lector o lectora con el fin de reflexionar y pensar sobre la felicidad, porque la resiliencia conduce a ser felices o al menos intenta crear pautas para hallarla.

Los autores de esta obra, Anna Forés Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación y Jordi Grané Licenciado en Filosofía invitan a participar a otros compañeros y compañeras expertos en la materia en la elaboración del libro con el fin de obtener un trabajo lleno de factores, dimensiones, actitudes y medios que proporcionen al lector el conocer y saber más sobre resiliencia y su desarrollo en espacios destinados al crecimiento humano.

El libro recoge desde el origen terminológico de la resiliencia, partiendo de la física, hasta las investigaciones y evoluciones de la misma, llegando a concluir en tres corrientes: anglosajona, latina y europea. Cada corriente da un significado e interpretación de la resiliencia, además de buscar una perspectiva holística de su uso en espacios socioeducativos.

Está compuesto por siete capítulos de fácil lectura y comprensión. Cada capítulo es único y diferente, pero en su conjunto se complementan unos con otros facilitando un entendimiento práctico de la resiliencia.

El primer capítulo aborda el origen terminológico de la resiliencia partiendo de la física. De un modo progresivo, el término ha ido tomando otros valores en su significado. Como consecuencia de ello, emergen tres escuelas de estudio. La primera, la escuela anglosajona, compuesta por dos generaciones que estudian la resiliencia desde diferentes perspectivas. La primera generación se centra en la infancia y en las situaciones de riesgo vividas en ella. La resiliencia identifica factores de protección (autoestima, empatía y sentido del humor) frente a los riesgos, en donde se precisa de la presencia de un adulto como factor de apoyo.

La segunda generación, la resiliencia se enmarca en la adolescencia y como se consiguen resultados resilientes interpretando la resiliencia como un proceso. Para ello se apoyan en indicadores de adaptación o competencia social que permitan la promoción de ésta.

La segunda escuela, la europea, considera la resiliencia como proceso de superación de la adversidad. La persona adquiere un papel más activo siendo sujeto de su propia historia dentro de un contexto social y cultural.

La tercera escuela, la latinoamericana, centra la resiliencia en un papel más práctico y dado a la comunidad. Busca determinar las condiciones sociales, relaciones grupales, así como las manifestaciones culturales y valores comunitarios en un proceso de resiliencia colectiva. Se trata de traspasar el ámbito psicológico a lo social a través del compromiso activo con la justicia y el bienestar de la propia sociedad.

El segundo capítulo conduce a la auto-reflexión a través de la pedagogía de la pregunta, el por qué y para qué de las cosas hacia aquello que nos reta a ser conocido. Además, da un sentido a lo vivido y a la vida misma. Nos muestra qué factores influyen en la construcción de respuestas al sentido de la existencia: descubrir el sentido, crear sentido, tener sentido y dar sentido. Desde la resiliencia se apuesta por este sentido de auto-reflexión de un modo personal e intransferible.

Considerando el humor como un factor de apoyo para afrontar los problemas y ser más resiliente, encontramos el tercer capítulo. Siendo la risa su elemento principal, hay estudios que han investigado sus diversos efectos cognitivos, emocionales y sociales influyendo sobre la resiliencia psicológica en una variada gama de situaciones. Estos efectos convergen en la reducción del estrés, disminuyen las emociones negativas, cambian enfoques cognitivos, desarrollan visiones más optimistas e incluso es un sorprendente analgésico.

El humor también estimula la creatividad y motivación, mejora la toma de decisiones y amplía y construye recursos que sirven para resolver problemas. A su vez, aumenta las actitudes y emociones positivas, elimina las emociones negativas, cambia los enfoques de las cosas o situaciones, tiene efectos analgésicos, facilita una resolución práctica de los problemas y genera cohesiones interpersonales. En definitiva, el humor es relevante e influyente en ámbitos donde las personas se enfrentan a situaciones difíciles, estresantes y desafiantes. Un claro ejemplo que responde a esta descripción son los centros educativos considerados espacios complejos con sus idiosincrasias y retos particulares que hacen su día a día una tarea ardua para sus agentes sociales y educativos.

Tras plantearnos el sentido de nuestra propia existencia, considerar el humor como factor de apoyo para las adversidades, se ha de considerar el papel que juega el perdón en este escenario cuyo protagonista es la resiliencia. Así, el cuarto capítulo nos habla del punto de encuentro entre el perdón y la resiliencia, considerando el perdón como una transformación afectiva, cognitiva y motivacional en uno mismo. Perdonar es reemplazar los pensamientos negativos con pensamientos positivos que posibilitan alcanzar la madurez emocional y la resiliencia. El perdón está compuesto por unos factores,

procesos y beneficios que repercuten a través de causa y efecto con la resiliencia, empatía y percepción del resentimiento de uno mismo sobre una situación, persona o efecto del dolor.

Al filo de lo posible es como se presenta el quinto capítulo. Este capítulo reivindica la necesidad de transformar la mirada cuando se escucha la palabra cambio. Cuando se escucha este término se tiende a crear pavor, miedo y resistencia. Pero los cambios son necesarios y están presentes en nuestro día a día. Existe una tendencia a buscar una explicación racional a todo cuanto nos sucede. Sin embargo, lo difícil es cambiar nuestras creencias. Desde la resiliencia se impulsa a pensar en positivo, aprovechar las fortalezas y utilizarlas positivamente buscando un enfoque constructivo de la realidad. Para llevar a cabo el cambio de mirada mencionado en instituciones sociales y educativas se precisa de los siguientes factores: 1) Construcción conjunta y participativa de todos los miembros del equipo, considerando que cada persona tiene cosas importantes que aportar. 2) El equipo es el encargado de considerar cuando es el mejor momento para implementar el cambio. 3) La institución se compromete a cambiar y capacita a sus miembros para ello. 4) Se elige un modelo a seguir para la práctica del cambio.

En definitiva, cambiar la mirada es un hecho que empieza por uno mismo y continúa transmitiéndose entre los distintos miembros de una comunidad escolar o social.

Para finalizar, los últimos capítulos seis y siete hacen referencia a los distintos medios para la promoción de la resiliencia. Por un lado, está la Universidad y por otro lado, otros aspectos más tangibles como películas cuyas historias muestran características que invitan a observar escenas donde está presente la resiliencia.

A partir de lo expuesto, los autores consideran los espacios educativos como lugares habilitados para la puesta en práctica de la resiliencia. Parten de que ésta debe ser cultivada a modo parcial y personal desde la propia persona siendo transmitida posteriormente en acciones y actuaciones a toda una comunidad educativa.

En definitiva y a modo de conclusión, nos encontramos ante una obra que destaca por la específica descripción de cada uno de sus capítulos y la relación entre unos y otros, llegando a una construcción holística de la resiliencia desde un punto de vista personal. Una vez que la resiliencia es dominada y forma parte de un equilibrio personal, ésta puede ser transmitida a instituciones educativas donde sus individuos, a través del trabajo compartido, pueden hacer de sus centros lugares con resiliencia.

Marta Olmo Extremera
Doctoranda Universidad de Granada