

Treball Final de Grau d'Educació Social
Aprofundiment teòric sobre:

La Resiliència

Títol: **La Resiliència**

Autora del treball: **Carla Aranda Monsó**

Assignatura i estudis: **Treball final de grau, Educació Social**

Tutor: **Sergi Bota**

Curs: **4rt de Grau d'Educació Social, grup 2**

Data: **12 de Setembre del 2013**

RESUM

El present treball és un aprofundiment teòric sobre la **resiliència**, un concepte transgressor en les **ciències socials** que invita a tenir una nova visió de les situacions concretes, a un canvi de perspectiva que ens guia a refermar maneres d'intervenció diferents. Precisament, perquè ens porta a canviar la nostra mirada vers les persones i sobre la vida. Aquest projecte s'emmarca en els orígens del concepte, en quin moment es troba avui dia, aquelles teories explicatives i una aportació sobre la seva visió pràctica; tenint present en tot moment tant la **dimensió individual** com la **dimensió comunitària** del mateix. La resiliència, reconeix el valor de la imperfecció de l'espècie humana. No és una resposta immediata a l'adversitat sinó un **procés** que està en constant construcció, canvi i/o evolució en el transcurs del temps. No és un concepte absolut ni total, sinó que està lligat als conceptes dinàmics i complexos de desenvolupament i creixement humà i va més enllà de l'actitud passiva de resistir qualsevol cop; implica l'actitud proactiva d'aprendre/reaprendre a viure i construir/reconstruir la vida.

Paraules clau: **Resiliència; ciències socials; dimensió individual; dimensió comunitària; procés.**

This essay is a theoretical work on **resilience**, a novel concept in the **socials sciences** that invites you to take a new view of specific situations, a change of perspective that guides us to reinforce different ways of action. Precisely, because it makes us change our perspective towards people and about life. In this project I talk about the origins of this concept, what is it now, practical theories with an inside of what it is in the everyday work; having in mind both: the **individual level** and the **community dimension** of it. Resilience recognizes the value of the imperfection of humans. It is not an immediate response to adversity but a **process** that is in constant construction, change and development over time. It is not an absolute concept but it is linked to a dynamic and complex concept and human development. It involves a proactive learning of how to live and how to build our life.

Keywords: **resilience, social sciences, individual dimension, community dimension and process.**

ÍNDEX

1. Justificació de la temàtica	Pàg. 4
2. Objectius	Pàg. 7
3. Metodologia	Pàg. 8
4. Estat de la qüestió	Pàg. 12
4.1 L'escola anglosaxona	Pàg. 16
4.2 L'escola europea	Pàg. 18
4.3 l'escola llatinoamericana	Pàg. 19
5. Teories explicatives	Pàg. 22
5.1. Teoria sistèmica	Pàg. 29
5.2. Paradigma de la simplicitat vs. Paradigma de la complexitat	Pàg. 40
5.3. Realisme de l'esperança	Pàg. 42
5.4. La resiliència a través de metàfores	Pàg. 44
5.5. Teoria del trauma	Pàg. 47
5.6. La Psicologia Positiva	Pàg. 48
6. Visió pràctica entorn al concepte	Pàg. 51
6.1. Creació de sentit	Pàg. 57
6.2. Vincles i entorn	Pàg. 59
6.3. Espai de seguretat	Pàg. 67
6.4. Quan al costat hi ha una professió	Pàg. 68
6.5. La resiliència a les escoles	Pàg. 83
6.6. La resiliència comunitària	Pàg. 87
7. Conclusions de tot el anàlisis realitzat	Pàg. 92
8. Bibliografia	Pàg. 98

9. Annexos	Pàg. 101
9.1. El camí de la resiliència - American Psychological Association	Pàg. 101
9.2. Biografia de persones resilients	Pàg. 102
9.3. Fonts de la resiliència	Pàg. 105
9.4. Decàleg (Vanistendael, S. i Lecomte, J.)	Pàg. 107
9.5. Els pilars de la resiliència	Pàg. 109
9.6. La “casita” de la resiliència	Pàg. 110

1. JUSTIFICACIÓ DE LA TEMÀTICA

Per iniciar el present projecte final de carrera, m'agradaria exposar el perquè he triat realitzar un aprofundiment teòric sobre el concepte de la Resiliència.

Doncs bé, la nostra professió, emmarcada dins l'acció i intervenció social, acostuma a vincular-se fonamentalment en la praxis de la mateixa, però amb els anys ha quedat de manifest que perquè hi hagi una bona pràctica, cal que aquesta tingui darrere una bona teoria que la fonamenti. Per tant, alhora de triar la temàtica i metodologia del present treball, vaig considerar que era una bona oportunitat per aportar un aprofundiment teòric sobre un concepte – la resiliència –, cada vegada més utilitzat en la nostra praxis, podent-lo emmarcar en els seus orígens, en quin moment es troba avui dia, aquelles teories explicatives i una aportació sobre la seva visió pràctica. Dotant així d'una visió més global al concepte, tenint present les dues besants que el fonamenten: la teoria i la pràctica.

Considero que l'Educació social ha de mantenir un caràcter compromès i implicador a través d'un procés de reflexió i interacció social, crític i obert a la col·laboració de tots els participants involucrats.

La teoria es construeix, doncs, per contextualitzar i poder transformar la pràctica, al mateix temps que pretén guiar i dinamitzar l'acció, respectant en tot moment el caràcter emancipador de la mateixa.

Ha quedat clar, doncs, que la pràctica dins la professió de l'Educació Social, el Treball Social, etc. hi té un paper molt important, la qual es duu a terme des de perspectives molt diferents en les que cadascuna defensa el què, el com, el quan i el per a què de les intervencions d'aquesta. No obstant, també cal ser conscients de la imprescindible funció teòrica, interrelacionada i simultània, que hi ha darrere d'aquesta. És a dir, dins l'educació social i les seves múltiples maneres d'exercir-la, és necessària una redefinició continua d'aquests coneixements adquirits a través de teories i estratègies que permetin operar sobre la citada pràctica de la intervenció social, i dels professionals que la duen a terme, amb una finalitat de millora constant.

“Fa anys que les disciplines socials i professionals d’ajuda s’està produint un canvi de paradigmes des dels orientats a l’avaluació, anàlisi i tractament dels problemes socials fins als orientats als recursos i les respostes que els propis sistemes informals i formals activen per prevenir o disminuir els efectes d’aquests problemes socials. La identificació, avaluació, reconeixement i enfortiment de capacitats d’individus, famílies, grups i comunitats socials i sistemes formals s’està convertint en un objectiu permanent de la intervenció social.

Integrat en aquesta visió emergeix en lo social el concepte de resiliència en un context social i acadèmic influenciat per la postmodernitat. Aquesta influència es reflecteix en que és aquest un concepte interdisciplinari que permet explorar i profunditzar enfocaments alternatius en els processos d’ajuda en la intervenció social.” (Villalba, C., 2004, p. 2).

Seguint a Forés, A. i Grané, J. (2012) cal entendre la resiliència des de la seva besant holística ja que així permetrà la seva aplicabilitat en els entorns socioeducatius que ens podem trobar en la nostra praxis, possibilitarà tenir en compte la diversitat de les persones amb i per les que treballarem i la complexitat tant de la realitat social en la que estem immersos com en les interaccions que es donen entre tots els diferents actors implicats: la família, els educands, els educadors, l’entorn social, polític, econòmic i cultural.

Dins l’acció social és evident que s’acostuma a treballar amb persones en situació de vulnerabilitat i/o risc d’exclusió social on hi ha present un gran predomini de situacions adverses. Dins d’aquests contextos, la resiliència desplega un ventall ple de possibilitats, emfatitzant i promovent els aspectes positius i les fortaleces de les persones. *“Aquest enfocament resulta d’interès, especialment si es compara amb aquell que va prevaler des de la dècada dels seixanta del s. XX, en el qual es subratllaven les carències o dificultats que presentaven les persones. Els programes d’intervenció basats en aquest últim enfocament tenien un caràcter compensatori, ja que tenien com objectiu suplir les carències dels individus.”* (Maganto i Maganto, 2010, p. 87). Deixant de banda l’assistencialisme i l’atenció deficitària, cal lluitar per una intervenció potenciadora, empoderadora, que es centra en l’acompanyament en moments determinats a persones, reconeixent-les com a tal ja que són elles les protagonistes de les seves vides.

Cal reconèixer que la resiliència és un concepte ambigu, complex i difícil de definir, però defensa uns elements que han existit sempre: persones que han patit situacions difícils al llarg de les seves vides i amb el temps n'han sortit reforçades. Així doncs, amb aquest creixent canvi de paradigma, ha promogut que sorgís i s'atorgués nom a aquest fenomen. Una vegada atorgat un nom concret a aquesta capacitat, cal reconèixer que la resiliència és una bona manera per poder duu a terme un esperit crític reflexiu dins la praxis social, ja que permet fomentar els aspectes positius que totes les persones tenim, independentment de la situació física, social, econòmica, cultural política, etc.; de les situacions que s'hagin pogut viure; deixant de banda els prejudicis, les etiquetes, etc.; adonant-se que tothom té límits i fortaleses i, no obstant, tots tenim la capacitat per sortir endavant malgrat les situacions adverses que s'hagin pogut patir.

En definitiva, en el panorama actual en el que ens trobem on a nivell polític, econòmic, laboral i, conseqüentment, en l'acció social, sembla que s'hagi instaurat un discurs pessimista on tot és veu negra; és evident que estem en una situació delicada tant a nivell social, laboral, polític com econòmic, on cada vegada hi ha més retallades, més persones al atur, etc. Però considero que això no pot afectar a la praxis professional; per tant, **a l'hora d'escollir la temàtica a partir de la qual es desenvoluparà el present treball, s'ha volgut trencar amb l'enfocament pessimista i assistencial basat en les limitacions i les deficiències de la gent**; s'ha emprat – simbòlicament – com un crit d'esperança, per poder deixar palès quelcom hi ha de positiu en tot això, una manera positiva i optimista d'encarar la vida; promovent un canvi – necessari – de perspectiva que permeti guiar i refermar maneres d'intervenció diferents.

2. OBJECTIUS

Per tal de duu a terme el desenvolupament del treball he seguit el plantejament de tres preguntes inicials que m'han servit de guia per la realització del mateix. Per tant, aquest treball de final de carrera vol donar resposta a tres qüestions que giren entorn a:

- * Quin ha estat l'origen, l'explicació i l'aplicació del concepte fins avui dia?
- * Quin o quins han estat els inicis i recorreguts del concepte?
- * Quin és l'estat en qüestió del concepte de resiliència?

Al mateix temps, per poder emmarcar millor el present treball, he plantejat un objectiu general i tres d'específics per tal que el desenvolupament d'aquest sigui el màxim d'acurat possible:

Objectiu general:

- Aprofundir i aclarir aspectes conceptuals i teòrics del concepte de resiliència.

Del qual sorgeixen els següents objectius específics:

- Conèixer els significats que s'atorguen al concepte de resiliència.
- Explicar d'on ve el concepte a través de les teories explicatives del mateix, seguint una visió històrica.
- Conèixer una visió pràctica del concepte.

3. METODOLOGIA

S'entén com a metodologia l'estudi dels mètodes, és a dir, la descripció, l'explicació i la justificació d'aquests per tal de facilitar la comprensió – en un sentit ampli – del procés de la investigació. **El present treball gira entorn a la investigació documental i, alhora, a la recerca bibliogràfica pel que fa al concepte de resiliència.**

Quan es parla d'investigació es pot classificar de moltes maneres possibles: per criteris de caràcter, d'intencionalitat, d'origen, etc. La més utilitzada, normalment, és la que té relació amb la procedència i dóna lloc a dos tipus de dades: les primàries i les secundàries. Seguint el que diu González, M.J. (1997), les primeres fan referència a les informacions recollides de primera mà, és a dir, aquelles informacions que encara no han estat interpretades per ningú; d'altra banda, les segones, fan referència a aquelles dades extretes de materials recollits per altres persones, és a dir, dades provinents d'altres documents, i per tant, ja elaborades i transmeses per altres. Així doncs, seguint la tipologia de treball escollit i per duu a terme el desenvolupament d'aquest s'ha utilitzat únicament la recerca bibliogràfica de dades secundàries. No obstant, cal deixar de manifest, tot i que no és el cas del present treball, que en cap cas la utilització i el anàlisi de dades dels dos tipus estan contraposats, sinó tot el contrari, depenent de la investigació que es vulgui duu a terme, són complementaris.

Quan es parla d'observació documental o recerca bibliogràfica de fonts secundàries cal tenir present, com s'ha indicat anteriorment, que n'hi ha de molts tipus Duverger, M. (1996), per exemple, recull els següents: arxius, còmputos estadístics, premsa, documents personals, instruments i utensilis, imatges, llibres, revistes, etc.; o bé també es pot diferenciar per la classificació que fan MacDonald i Tipton (1993) en el que tal i com diu Perelló, S. (2009) es diferencien entre dos grans tipus de documents: els escrits (documents oficials de l'administració pública, premsa escrita i papers privats) i els visuals (fotografies, pintures, escultures i arquitectura). Es podria seguir esmentant altres tipus de classificacions d'altres autors, però en les que he pogut comparar no s'observava una diferència significant entre elles; sinó que les discrepàncies que hi podien sorgir radiquen en la menor o major minuciositat dels autors a la hora de denominar els documents que quedaven compresos i classificats en cada un dels grans apartats.

Doncs, en la recerca prèvia i general per escollir la temàtica i duu a terme el desenvolupament del treball, m'he centrat principalment en totes aquelles fonts documentals secundàries escrites com ara: llibres, articles i revistes, amb els quals posteriorment s'ha realitzat un anàlisi d'aquestes dades secundàries i del contingut documental en qüestió, de manera transversal Duverger, M. (1996) té present dues besants: tant a nivell intern, és a dir, aquest fa esment a una base racional i de caràcter subjectiu; com extern, aquest segon tipus d'anàlisi posa l'èmfasi al context en el que es situa el text i la ressonància del document.

Quant es parla d'estudi de documents secundaris la comunicació que hi té lloc és la indirecta, és a dir, com ja s'ha comentat anteriorment, ja hi ha un element mediador a l'hora de transferir la informació entre la font de procedència i l'investigador i, per tant, fent referència al que diuen Ketele, J. i Roegiers, X. (2000): és de sentit únic. Ja que és la persona – en aquest cas sóc jo – qui ha seleccionat i centrat la seva recerca en aquells llibres que he considerat oportuns pel treball i la temàtica en qüestió. Abans però, per poder duu a terme aquesta selecció he tingut present certs aspectes per tal de que els resultats fossin el més representatius possibles, a través de qüestions relacionades amb: les fonts d'obtenció d'aquestes dades, com ara la intenció que persegueix l'estudi que ha portat aquella font a parlar del tema, qui recull la informació,...; la metodologia utilitzada, és a dir, la representació gràfica de les mostres existents, els percentatges de resultats, les tècniques d'obtenció de dades, tècniques analítiques,...; el temps que s'ha invertit en la recollida de dades; i, l'adequació dels anàlisis i les conclusions extretes al final del procés, a través, per exemple, de comprovar la consistència de la informació proporcionada amb altres fonts, és a dir, anàlisis comparatiu amb altres fonts que parlin del mateix per tal d'assegurar certa fiabilitat i consistència en les dades obtingudes. En definitiva, no obstant, tot aquest seguit de possibles recomanacions pel que fa al pas previ a analitzar les dades recollides, és interessant ser-ne conscients per tal d'ajustar el millor possible que aquella informació amb la que es treballa s'adeqüi al màxim als objectius plantejats en el treball.

Seguint el que esmenten MacDonald i Tipton (1993), és important fixar, o si més no recordar quatre criteris per poder realitzar correctament l'avaluació i interpretació dels documents, els quals he tingut presents, també, per realitzar el treball:

- Grau d'autenticitat dels documents utilitzats en la revisió, anàlisi i investigació documental de la temàtica estudiada.

- Credibilitat i fiabilitat de les dades, de la veracitat d'aquestes informacions sobre l'objecte d'estudi i de les fonts consultades per obtenir aquestes.
- Representativitat pel que fa al conjunt de documents existents, tenint en compte els possibles problemes que poden esdevenir pel que fa a la disponibilitat i mostregi d'aquests.
- Significat aparent i profund d'aquelles dades obtingudes.

Una vegada conclosa l'avaluació de documents i fonts bibliogràfiques secundàries comença la fase d'anàlisi de la informació. En aquest cas he seguit la metodologia d'anar document per document analitzant totes aquelles informacions que poguessin ser d'interès per l'estudi i situant-les en l'apartat corresponent del treball per tal de poder estructurar de manera clara i coherent la informació. Aquesta metodologia permet posteriorment tenir una lectura i visió global d'aquelles informacions recollides que podien estar repetides en torn a un subapartat del treball i així poder fer un anàlisi adequat que em facilita examinar, com deia anteriorment, la representativitat que es podia donar en relació a alguna informació o inclús la contradicció d'alguns autors pel que fa al mateix tema; finalitzant, doncs, amb una redacció sòlida i definitiva de tot l'anàlisi i, així, deixant perfilada una dissecció acurada i ajustada de la informació que es volia transmetre finalment per ratificar l'assoliment de les preguntes de partida i els objectius fixats prèviament.

Com a tot mètode d'investigació, **la recerca bibliogràfica de fonts secundàries, presenta avantatges i inconvenients pel que fa a la seva utilització a l'hora de realitzar un treball.** Actualment vivim en la nombrada societat de la informació, articulada entorn a les grans infraestructures telemàtiques, fet que incrementa la oferta d'informació, l'accessibilitat a aquesta i la reducció de costos que això implica. Així doncs, a part de comptar amb una gran quantitat de fonts, aquesta metodologia també possibilita realitzar un anàlisi comparatiu entre societats, autors, teories, etc., diferents; permet tenir un accés molt ampli en l'espai, és a dir, poder analitzar estudis del passat que han quedat escrits en un període ampli de temps, podent-ho fer també de manera escalonada, és a dir, seguint un orde històric si la investigació ho requereix; alhora, tot i no ser aquest el cas, quan s'estudia comportaments humans utilitzant les fonts secundàries, s'eviten provocar conductes reactives i inesperades; proporciona l'accés a un major volum d'informació que d'altra banda seria difícil d'assolir, per exemple, en una investigació a

traves de fonts primàries. En contrapart, suposa preservar certa imaginació pel que fa a l'hora de cercar i relacionar temes; al ser un mètode que es basa en fonts secundàries – en el meu cas fonts escrites – es pot produir el handicap que hi hagi dificultats de mostreig, és a dir, al llarg del temps totes les informacions van passant per filtres i això fa que durant els anys, depenent del tema i de l'origen d'aquestes fonts, hi hagi informació que perduri i d'altra que no; per últim, la possibilitat de poca disponibilitat i/o representativitat de la informació que pot donar lloc a reduir les opcions de comparabilitat

En definitiva, defenso aquesta metodologia tot i tenir pros i contres, com qualsevol altra metodologia, donada la importància que considero que manté el concepte estudiat de la resiliència dins la nostra praxis professional; per una altre banda, vaig considerar interessant esbrinar d'on era originària aquesta idea de que les persones podien tenir la capacitat de sortir reforçades davant de situacions adverses, quins models explicatius giraven entorn al mateix, en quins col·lectius hi és més present, etc., fent imprescindible, doncs, que per entendre tots aquells neguits que podia suscitar el concepte, el present treball s'encaminés cap a un aprofundiment teòric, a traves d'un important treball de recerca de fonts bibliogràfiques secundàries, per tal de poder dur a terme un bon anàlisi de continguts entorn al concepte estudiat, a través d'aquells llibres, que feta una prèvia selecció, s'ha considerat que eren els que més aportaven per realitzar un acurat aprofundiment i anàlisi teòric.

4. ESTAT DE LA QÜESTIÓ

Quan es fa referència a la resiliència, es parla d'habilitat, d'actitud, de facultat, de capacitat, d'aptitud, de competència, de qualitat, de característica,...

Per començar el present apartat, es farà una aproximació a un recull de varies definicions existents entorn al concepte per tal d'emmarcar, situar i realitzar una primera visió del que és, s'entén i ha quedat escrit respecte a la resiliència.

- *“1 f. (EI) Resistència que presenten els sòlids al trencament per xoc. 2 f. (EG) Capacitat d'un ecosistema de recuperar l'estabilitat en ésser afectat per pertorbacions o interferències.”* (segona edició Diccionari de la Llengua catalana, DIEC 2)

- *“1. F. Psico. Capacitat humana d'assumir amb flexibilitat situacions límit i sobreposar-se a elles. 2. F. Mec. Capacitat d'un material elàstic per absorbir i emmagatzemar energia de deformació.”* (Avanç de la vigèsima tercera edició de la Real Acadèmia Espanyola).

- *“La resiliència quan va passar de les ciències físiques a les socials volia dir: la capacitat per triomfar, per viure i desenvolupar-se positivament, de manera socialment acceptable, a pesar de la fatiga o de l'adversitat, que solen implicar risc greu de desenllaç negatiu.”* (Vanistendael, S., 1998 a: Clés pour devenir. Dins Cyrulnik, B., 2001).

- *“Resiliència: capacitat autoterapèutica de les persones davant el patiment psíquic o moral.”* (Cyrulnik, 2005, contraportada del llibre).

- *“Si es vol és pot fer una definició més acadèmica del concepte i seria la següent: la resiliència és la capacitat de les persones, els grups i les comunitats d'afrontar les adversitats, sobreposar-s'hi i sortir-ne reforçat o transformat.*

Dit d'una altra manera, la resiliència és la capacitat d'una persona o d'un grup per desenvolupar-se, per continuar-se projectant cap al futur malgrat creuar-se

amb esdeveniments desestabilitzadors, trobar-se amb condicions de vida difícils i patir traumes greus.” (Forés i Grané, 2007, p. 22).

- *“La Resiliència, aquella capacitat per adaptar-se als canvis i a les crisis vitals, és la clau per tenir una vida saludable i productiva.” (Siebert, 2007, contraportada)*

- *“La Resiliència és una paraula que prové del llatí <<resilire>>, que significa “tornar a saltar”. Des d’una besant de les ciències físiques la resiliència és: la capacitat que té un material per recobrar la forma original després de sotmetre’s a una pressió reformadora.” (Rocamora, 2008, pròleg).*

- *“La resiliència és una capacitat humana universal per fer front a les adversitats de la vida, superar-les i inclús ser transformat per elles. És la història de les adaptacions exitoses de les persones que, havent-se vist exposades a factors biològics de risc, a esdeveniments de la vida estressants o que s’han enfrontat a diferents raus de dificultats i adversitats, han desenvolupat habilitats per sortir d’elles, adaptar-se, recuperar-se i accedir a una vida significativa i productiva comptant amb el suport social, familiar i cultural necessari.” (Maganto i Maganto, 2010, p. 72).*

Com diu Henderson, E.: *“La majoria de les definicions del concepte de resiliència son variacions de: Resiliència és la capacitat humana per enfrontar-se, sobreposar-se i ser enfortit o transformat per experiències d’adversitat” (2008, p. 20)¹. Per tant, és evident que la resiliència és un concepte “polisèmic i polièdric” (Forés i Grané, 2007, p. 37), és a dir, que té més d’un significat i, alhora, es pot aplicar a diferents situacions.*

Així doncs, malgrat que hi ha moltes definicions, la majoria giren entorn a dos elements bàsics que sempre hi són presents: el primer fa referència a la noció d’adversitat entesa com a risc, amenaça, trauma, etc., present en la biografia d’una persona; i el segon fa esment a la percepció d’adaptació positiva compresa com a superació del trauma.

¹ Autor que ha escrit un capítol dins el llibre de Melillo, A. i Néstor, E. (2008).

El concepte de resiliència, però, no és nou en la història. Com s'ha pogut observar se li atorguen molts significats possibles fet que, tots ells, evidencien que el que porta implícit el concepte sempre ha existit, és a dir, sempre hi ha hagut persones que han patit i no obstant han seguit endavant inclús sortint-ne reforçades. La qüestió recau en que el concepte no s'ha reconegut com a tal fins que se l'ha classificat amb un nom i per tant ha quedat reconegut i posteriorment treballat, aprofundit i categoritzat per diferents disciplines i autors.

Varis autors, com per exemple Forés, A. i Grané, J.; Cyrulnik, B.², coincideixen en que les primeres ciències que van utilitzar el concepte, originàriament, van ser les ciències físiques i mecàniques, entenent-la com aquella capacitat que tenen els metalls per tal de sofrir un impacte i recobrar la seva estructura original. Més endavant, també, es reconeix que va ser utilitzat dins el camp de la medicina, concretament en l'osteologia, on serveix per mostrar la capacitat dels ossos a créixer en sentit correcte després d'una fractura. No ha sigut fins més endavant que el concepte ha estat utilitzat per les ciències socials, com ara: la psicologia, la pedagogia, la sociologia, la medicina social i la intervenció social on és presenta amb un significat molt pròxim a l'etimològic, "*ser resilient significa ser rebotat, reanimar-se, anar cap endavant després d'haver patit una situació traumàtica*" (Forés i Grané, 2007, p. 24).

Forés, A. i Grané, J. (2007) són autors que reconeixen que les primeres investigacions que es van realitzar en relació a la resiliència dins el camp social anaven dirigides a analitzar una infantesa que es caracteritzava per estar marcada a causa de situacions i vivències traumàtiques. No obstant, avui dia aquests estudis s'han ampliat i es pot afirmar que **la resiliència en si és una qualitat que es desenvolupa al llarg de tota la vida**, és a dir, el concepte en qüestió ha esdevingut com una categoria que pot ser susceptible de ser aplicada a tot el cicle vital i no pas reduir-se en un procés que només té lloc a la infantesa. Els autors, doncs, comenten possibles situacions traumàtiques que pot viure una persona, com ara: una dona que perd el seu fill nadó després d'una malaltia fulminant; el sentiment de terror que pot tenir un nen soldat quan pensa en el seu passat lluitant; una dona que a patit una violació; les persones que pateixen abusos i maltractaments dins la llar, etc. Seguint aquest exemples, doncs, és evident que qualsevol

² Cyrulnik, B. ha sigut el primer home de França que es va preocupar pel fenomen de la resiliència.

persona en qualsevol etapa de la seva vida i en qualsevol àmbit i context, independentment de l'edat, el sexe, la cultura, la política, el nivell econòmic, formatiu, laboral, etc., es pot trobar davant situacions traumàtiques, les quals poden ser superades i, per tant, amb el temps, resistir, adaptar-se, enfortir-se i, inclús, eixir enfortit.

Reprement els inicis del concepte, però, aquest es relacionava únicament amb aquella capacitat o qualitat a nivell individual de l'ésser humà a l'hora de fer front a l'adversitat a través de les seves potencialitats i així sortir-ne enfortit. No va ser fins un temps més proper que es va començar a ampliar la percepció del concepte i a pensar en visió de procés dinàmic en funció del context i l'entorn, el qual permetia que les persones realment es poguessin adaptar a la nova situació i sobreposar-se als contratemps que anaven sorgint.

Des del naixement del concepte de trauma psíquic – després de la I^a Guerra Mundial, 1914-1918 –, al descriure clínicament i investigar les causes dels traumes, va ser necessari centrar els esforços a la prevenció i recuperació de les persones que patien aquests traumes, esdevenint aquí la idea de resiliència.

A continuació, es considera oportú diferenciar tres etapes entorn al concepte estudiat:

- Anys setanta

Als anys setanta, aquest concepte va ser utilitzat per la sociologia per tal de denominar aquelles persones que tot i haver patit importants desgavells econòmics, alhora, havien sigut capaces de recobrar favorablement un equilibri psicològic que els deixava fer front a aquesta situació crítica d'una manera més sana i creadora.

- Anys vuitanta

Va ser als anys vuitanta, seguint el que apunten Forés, A. i Grané, J. (2007), quan es va començar a entendre el concepte tal i com es fa avui dia: “*la resiliència és la capacitat de les persones, els grups i les comunitats d'afrontar les adversitats, sobreposar's-hi i sortir-ne reforçat o transformat*” (Forés i Grané, 2007, p. 22); essent un intent de comprendre les causes i l'evolució de les psicopatologies.

- Anys noranta

Va ser, sobretot, als inicis dels anys noranta quan es va reprendre el concepte en qüestió per part de la psicologia, per tal de definir l'aptitud de les persones que, després d'haver

viscut greus conflictes com per exemple: maltractaments durant la infància, pèrdues traumàtiques o experiències familiars disfuncionals, etc., eren, seguint a Rocamora, A.³ (2006), capaces de sostenir un equilibri mental que els hi proporcionés pau i tranquil·litat. Es a partir d'aquí quan el fenomen de la resiliència es va orientar, doncs, cap a l'estudi i la recerca d'aquells factors de protecció.

Per seguir i poder clarificar més quin és l'estat de la qüestió considero interessant aportar tal i com ho fan Forés, A. i Grané, J. (2012)⁴ una diferenciació entre els tres contextos més significants del concepte: l'anglosaxó, l'uropeu i el llatinoamericà.

4.1. L'ESCOLA ANGLOSAXONA

El concepte va néixer concretament a Estats Units⁵, en la psicòloga del desenvolupament Wermer, E. (1992) va emprar el concepte en un estudi longitudinal i prospectiu realitzat a través del seguiment de 698 persones (nascudes l'any 1955 a l'illa de Hawaii); des de l'etapa prenatal fins als 32 anys d'edat, eren infants el quals pertanyien a famílies amb pocs recursos socioeconòmics i, alhora, patien el rebuig i eren desplaçats per les mateixes famílies. Un cop dut a terme l'estudi, la psicòloga va "etiquetar" a aquestes persones com a resilients.

Abans de seguir, però, cal diferenciar que en el transcurs històric del concepte de resiliència varis autors (Becoña, 2006; Forés i Grané, 2007 i 2012; Melillo i Suárez, 2008; Moreno, 2011) cataloguen que hi ha hagut dues generacions d'investigadors.

Wermer, E. pertany a una primera generació d'investigadors o a un seguit de precursors sobre la resiliència i que, alhora, cercaven identificar els factors de risc i els elements protectors que, recuperant el cas anterior, van permetre finalment la possibilitat

³ Rocamora, A.: Metge psiquiatra, professor de psicopatologia i formador en la universitat dels futurs professionals de la relació d'ajuda.

⁴ A l'hora de nombrar els subapartats 4.1., 4.2. i 4.3. he utilitzat la mateixa nomenclatura que Forés i Grané, 2012, p. 23- 25. Perquè considero que era el més adequat per tal de evidenciar i situar millor cada context.

⁵ Val dir que "Després es va anar espargint per França, Països Baixos, Alemanya i Espanya." (Suárez, 2004, p. 18 -19. Citat per Rocca, S. M. (2008).

d'adoptar aquells infants; extraient la idea de que “*gràcies a l'educació es podia compensar els dèficits inicials*”s (Forés, A. i Grané, J. 2007, p.25). Tal i com reconeixen els propis autors Forés, A. i Grané, J. (2007), també, aquestes primeres recerques, a trets generals, fonamentaven la investigació a l'entorn d'un model triàdic en el qual s'estudien tres grups de factors: els atributs personals, aquells aspectes relatius a la família i a les característiques del context en el qual estaven immerses les famílies. Aquesta primera generació d'investigadors, doncs, es van centrar en la identificació dels factors de protecció davant les situacions de risc, alhora, que van senyalar trets de la personalitat com ara: l'empatia, la presència d'algun suport per part d'algun adult significatiu, l'autoestima, etc.

La visió nord-americana es podria dir, doncs, que mostra un enfocament pragmàtic, centrant-se amb l'individu i el seu comportament.

Com s'ha indicat anteriorment, va ser als inicis dels anys noranta quan es va reprendre el concepte en qüestió per part de la psicologia, orientant-se a l'estudi i la recerca d'aquells elements protectors. Així doncs, a mitjans d'aquests anys noranta, a Anglaterra, gràcies a investigador com Reuter, M. i Grotberg, E., entre altres, i a les recerques i reflexions realitzades per l'Oficina Internacional Catòlica de la Infància (BICE⁶) a partir d'estudis realitzats a infants que es trobaven en situacions adverses; neix, doncs, la segona generació d'investigadors que seguint a Forés, A. i Grané, J. (2007) i Claver, E. i Pereda, E. (2011)⁷ tenen com a fi revelar aquells components que afavoreixen la resiliència, a través de la creació d'una nova vessant d'investigació que centra el seu estudi en la dinàmica i la interrelació que es manté tant entre els diferents factors de risc com els de protecció. És aquí on l'enfocament de la resiliència ja no només es centra en la infantesa sinó que s'amplia a la adolescència, centrant-se, alhora, amb la manera pràctica de promoure i aconseguir que les persones esdevinguin resilents. Com s'ha pogut observar, aquesta segona generació trenca, en certa mesura, amb els esquemes fixos que hi

⁶ BICE (Bureau International Catholique de l'Enfance) Creat al 1948, BICE (Oficina Internacional Catòlica de la Infància) és una xarxa internacional catòlica d'organitzacions compromeses en la promoció i la protecció de la dignitat i els drets dels infants.

⁷ Claver, E. i Pereda, E. (2011) En comptes de parlar de factors de risc i factors de protecció, parlen de factors exclusors i factors transformadors.

havia fins al moment sobre els factors o no factors resilients; desenvolupant, doncs, una visió de la resiliència com a procés. Per tant, seguint la diferenciació que es fa entre factors promovedors i factors de risc, a través dels seus estudis, queda constatat que **la resiliència pot arribar a ser molt permeable, flexible i relativa, és a dir, el que per a una persona pot significar un element positiu que l'ajuda a superar adversitats, per a una altra pot convertir-se en factor de risc.**

Tot i aquestes noves aportacions per part d'aquesta segona generació; seria interessant remarcar la importància no només de l'existència dels diferents factors de risc o favorables per que es produeixi la resiliència, sinó també caldria analitzar o treballar per la creació i promoció de models que fomentin la resiliència de manera efectiva a partir de programes i projectes d'intervenció socioeducatius.

Per últim, és destacable deixar constància de les vàries revistes americanes que han publicat algun número especial dedicat a la resiliència com per exemple: American Journal of Psychiatry, The Journal of Consulting and Clinical Psychology, etc. Inclsu una revista del 1999 es dedicava exclusivament al tema: Development and Psychopathology.

4.2. L'ESCOLA EUROPEA

Des d'aquí es percep la resiliència com aquell procés de superació de les adversitats que van sorgint al llarg de la vida, concretament, dels traumes.

Aquesta perspectiva agafa força gràcies a Cyrulnik, B. qui afirma que *“la noció de la resiliència tracta de comprendre de quina manera un cop pot ser assimilat, pot provocar efectes variables i inclús un rebot”* (Cyrulnik, 2001, p. 40). A més a més, l'esfera en que es narra la història de vida de les persones és considera significant ja que si la persona és capaç de explicar el seu trauma; això permetrà afavorir l'acció terapèutica que porta cap a la resiliència de la mateixa.

És evident, doncs, a diferència de la visió anglosaxona, la importància del paper actiu que juga la persona. És a dir, la persona no es tractada únicament com a ésser que posseeix uns trets específics, sinó que es reconeguda com a principal subjecte de la seva vida, encarregada i conscient del seu context cultural i social.

En definitiva, s'entén que la resiliència no és un fet aïllat, sinó que està present en totes les persones; tenint en compte, però, que no és un fet individual sinó que requereix dels altres per manifestar-se i alimentar-se.

4.3. L'ESCOLA LLATINOAMERICANA

Amèrica Llatina també ha tingut un paper significant pel que fa al concepte en qüestió, nombrosos facultatius com Kotliarenko, A. i Romero, S. (Xile), Suarez Ojeda, N.S. (Argentina), Panez, S. (Perú) i Montevicente, C. (Brasil) són els més destacables a l'hora d'aplicar el concepte de resiliència; i és a partir d'aquí on es comença a assumir que el concepte va més enllà de les persones, es comença a tenir present la dimensió comunitària de la resiliència. Es podria dir que des d'aquesta escola és des de on es desenvolupen els aspectes més pràctics entorn al concepte de la resiliència, per exemple, a través de models i programes que es basen principalment en la resiliència comunitària.

Des d'aquests plantejament es podria dir que es busca, principalment, el fet de especificar aquelles relacions a nivell grupal, les circumstàncies socials, les expressions culturals i els valors comunitaris que es troben en la base del procés col·lectiu de la resiliència.

Tot i aquesta diferenciació entre aquestes tres escoles, *“En l'actualitat tant les línies de desenvolupament teòric, com les propostes de treball en torn a la resiliència, no poden emmarcar-se dins d'escoles determinades. Les fronteres geogràfiques han quedat sobrepassades gràcies al enriquidor intercanvi que es realitza, principalment a través d'internet. Les noves idees i les pràctiques basades en diferents models són divulgades i conegudes en qualsevol racó del planeta. Això ha facilitat la creació de xarxes de col·laboració i d'equips d'investigació transnacionals i multidisciplinars. Els rígids paràmetres que emmarcaven les teories anteriors sobre la resiliència van cedint i ara s'apliquen a tots els grups d'edat i a les més diverses situacions que comportin la superació personal o grupal de les adversitats.”* (Forés i Grané, 2007, p. 24-25).

Un cop destacats aquells trets més rellevants de cada context, un altre element destacable és el fet de relacionar l'humor i la resiliència, A.S. Masten, A.S. és reconegut

com un dels primers en establir un enllaç entre resiliència i humor;; i E. Grotberg qui ha introduït l'optimisme en psicologia. Aquest fet el considero destacable perquè en diferents obres analitzades he trobat que varis autors destinaven algun capítol per parlar del tema, com ara: Vanistendael, S. i Lecomte, J. (2002) “La felicidad es possible”; Cyrulnik, Tomkiewicz, Guénard, Vanistendael i Manciaux, (2004) a “El realismo de la esperanza”; Narváez, E. i Fernández, J.D. (2012) El humor y la resiliència. dins Forés, A. i Grané, J. (ed.) “La resiliència en entorns socioeducatius”. Fet que evidencia la importància de la relació d'ambdós temes; en el present treball em centraré a un nivell més general pel que fa a aquesta visió i actitud positiva davant la vida, parlant concretament del exemple de la Psicologia Positiva.

Per continuar, doncs, seguint el que apunta Rocamora, A. (2006) la resiliència no es pot confondre ni amb una resistència total i absoluta al dany, ni molt menys suposa una aptitud per evitar tota situació conflictiva, ni tampoc es una qualitat inalterable de l'individu. Sinó, que és una capacitat de tota persona, que pot desenvolupar-se o no, i per tant és susceptible de modificació, tant en el sentit d'enfortir-se com al d'arribar al debilitament total.

Per últim, tot i aquest recorregut per les diferents etapes on el concepte de resiliència ha anat adquirint diverses formes; els autors que s'han interessat per aquest fenomen; la visió del concepte des de tres contextos diferents;... **Tot i estar teoritzada i reconeguda amb un nom específic, considero convenient afirmar que el concepte també té una part de construcció social, és a dir, hi ha cultures en les quals la resiliència no s'arriba ni a plantejar, o si més no, no de la manera que es fa des del present treball, ja que l'estructura social d'aquelles cultures i contextos no li proporcionen cabuda.** Un exemple podria ser – permetent-me una generalització que evidentment no és pot aplicar a tothom – quan la parella d'una dona es mort sobtadament i la vídua refà la seva vida amb una altre persona, hi ha cultures en les que això és considerat una falta de respecte i d'altres en les que és vist com un gest de fortalesa i superació. És a dir, un mateix fet no té igual acceptació en un context que en un altre, situació que implica que la valoració de la superació – actitud resilient – d'aquest procés vital tampoc ho sigui, tot i que poder no és nombri com a tal.

En la societat dinàmica i canviant en la que vivim avui dia és difícil dir si les situacions donades s'assemblen més a una cultura o a una altra, és a dir, si aquelles persones que es refan després d'haver experimentat determinades vivències problemàtiques són "acceptades" o no. Seguint a Cyrulnik, B. que la resiliència no hagi estat estudiada abans – tot i que els investigadors posteriorment l'hagin constatat – diu molt de la nostra cultura en la qual els que "sobreviuen", o si més no, no s'enfonsen davant de situacions molt extremes, segueixen tenint quelcom de sospitosos, en altres paraules: socialment sembla que s'entengui com que aquell que ha passat i aguantat davant situacions adverses extremes, si ha aconseguit ensortir-se'n, és o per que "no era per tant" o perquè "la situació no s'ajusta veritablement al que i com ho explica". *"Pot ser l'aportació més important que s'ha fet fins ara en les investigacions de la resiliència és aquella que ha intentat extrapolar l'aplicació dels resultats cap a les persones que no pateixen adversitats. La conclusió és demolidora: els principals factors i eixos que afavoreixen la resiliència són els mateixos que afavoreixen la felicitat."* (Forés i Grané, 2007, p. 121-122)

D'altra banda, tot i que en un altre apartat es desenvoluparà més detalladament la idea, també cal ressaltar el pes significatiu que tenen per a la construcció de la història de la resiliència tots aquells autors que parlen i publiquen les seves vivències a través de novel·les, teories, articles, etc., per tal de fer públic el seu procés de resiliència i, alhora, compartir amb la societat, en general, que per molt dura que fos la seva infància, amb el temps, han aconseguit esdevenir adults totalment "equilibrats" i sobreposats a les adversitats que han viscut en el passat.

En definitiva, com a darrera idea, es considera convenient valorar que al llarg dels anys s'ha posat més èmfasi en l'estudi del origen de les preocupacions, les tristeses, les situacions difícils i traumàtiques, etc., que no pas en aquells factors i elements que contraresten aquestes situacions i afavoreixen a mantenir, establir o recuperar el màxim de benestar de la persona, fet que quedarà més clar en l'apartat 5.6. on és parla de la Psicologia Positiva; un exemple clar d'aquest canvi de mentalitat i d'enfocament.

5. TEORIES EXPLICATIVES

Vivim en una societat cada vegada més complexa i canviant en la que un dia hi jugues un paper i un altre dia un de diferent, tant és així, com el fet evident de que tothom esta exposat a patir algun entrebanc a la vida i cadascú pot tenir els seus traumes particulars.

Abans de seguir, però, m'agradaria reprendre la diferenciació que han fet varis autors (Becoña, 2006; Forés i Grané, 2007 i 2012; Melillo i Suárez, 2008) en l'apartat anterior d'Estat de la qüestió del terme estudiat, respecte a les dues generacions d'investigadors del concepte en qüestió. La primera generació, cal dir que consideraven que la resiliència era explicada i es podia estudiar quan la persona ja s'havia adaptat, és a dir, quan ja es considerava que era resilient; aleshores, la investigació que duien a terme aquesta generació es basava en trobar aquell conjunt de components que havien facilitat la superació de l'adversitat. En canvi, pel que fa a la segona generació d'investigadors, consideren la resiliència com a un estudi que es pot anar promovent al llarg del procediment treballat; per tant, aquestes investigacions es preocupen més de clarificar quines són aquelles dinàmiques presents en aquest procés resilient, seguint l'objectiu fonamental de replicar-les en contextos i/o intervencions similars.

Per continuar, seria necessari diferenciar que una adversitat no és el mateix que un entrebanc, com ara: perdre la feina, l'abandó de la parella, etc., ja que al llarg de la vida poden esdevenir obstacles, que són importants en un moment donat, però que no tenen perquè desencadenar el trasbals que podria suposar un trauma. **El terme resiliència, però, va molt més enllà del fet de superar un entrebanc, és més que resistir, ja que també és aprendre a viure.** Vindria a ser un contracte contra l'adversitat, entesa com un trauma puntual i brutal (com, per exemple, la mort d'un pare o d'un mare, la mort d'un/a germà/na, d'un fill/a, etc.), un trauma repetit (com, per exemple, la dona maltractada, un infant que rep abusos sexuals, etc.), un fet permanent (com el cas d'un accident de tràfic on la persona queda tetraplègica) o una situació d'alt risc (com el cas d'algú que visqui al carrer).

Les condicions econòmiques adverses, la mort d'un familiar, el divorci o una separació traumàtica, la pobresa, les drogues, l'abandonament, la violència, els abusos sexuals, el maltractament, la salut fràgil o l'hospitalització, la malaltia, el suïcidi, un accident amb seqüeles, els governs dictatorials, la guerra, el terrorisme, la repatriació forçada, la immigració, els incendis amb danys a la persona, les inundacions, els terratrèmols, etc.; podria seguir quasi fins al infinit el llistat d'adversitats en les que absolutament tots hi estem exposats i que podrien causar un fort impacte en la vida de la persona que ho pateix.

El trauma causa un desequilibri, un abans i un després en la vida de la persona, un horror que provoca la metamorfosi del individu ferit. En canvi, quan la situació viscuda es pot dir que és un entrebanc el cop i les conseqüències del mateix són menors perquè la persona es manté sense alteracions cabdals. Resta evident, però, que cada persona és un món i el que per a una persona és un entrebanc per a una altra pot ser un gran trauma, i viceversa, ja que la delimitació d'un esdeveniment o d'un altre és una percepció totalment subjectiva i inclús una construcció social.

També es factible que una vegada viscuda una situació traumàtica es pugui reprendre l'equilibri i tornar a duu a terme una vida més suportable, bonica i amb sentit però cal ser conscients de que no hi ha una possible reversibilitat després del trauma, però sí una obligació – quasi natural i instintiva per a l'espècie humana – de transformació.

Forés, A. i Grané, J. (2007) contribueixen al tema afirmant que la resiliència és un concepte transgressor a les ciències socials, que aporta un nou aire a la intervenció educativa, sanitària i social. És alguna cosa més que una nova tècnica d'intervenció, més aviat és una invitació a tenir una nova visió de les situacions concretes, és un canvi de perspectiva que ens guia a refermar maneres d'intervenció diferents. Precisament, perquè ens porta a canviar la nostra mirada vers les persones i sobre la vida, aquests autors afirmen que la resiliència ens canvia. Com diuen els mateixos autors, la resiliència ens apropa a un concepte més pràctic que científic, amb un enorme potencial d'inspiració, ja que no es tracta d'una qüestió quantitativa ni mecànica, sinó variable, dinàmica i complexa, alhora que singular, en funció de cada persona i situació.

El concepte en qüestió (la resiliència), doncs, s'ha pogut anar treballant a partir de l'observació de moltes històries de vida, la qual cosa dóna peu a sistematitzar i duu a terme tot allò, que per experiència i/o intuïció, es fa de manera quotidiana pel benestar dels altres. Seguint, doncs, la visió que aporten aquests autors, la resiliència “*més que una veritat científicament provada, es tracta d'una aposta pascaliana*”⁸. (Forés i Grané, 2007, p. 53).

Per una altre banda, segons varis autors (Forés i Grané, 2007; Tomkiewicz, 2008) hi ha dos conceptes que es podria dir que són precursors de la resiliència, és a dir, dos conceptes que abans que aparegués el concepte de resiliència ja tenien a veure amb ella i que posteriorment van ajudar a que sorgís el concepte en qüestió. El primer, fa referència al concepte anglès “*to cope with*” que vindria a dir: “apanyar-se”, enfrontar-se a una dificultat, fer front a un problema, contenir una situació o reeixir després d'un fet traumàtic. El segon, fa esment al concepte francès “*invulnérabilité*” que es traduiria per “invulnerabilitat”, forjat pel psiquiatre francès Koupernik, C. (1987) i el psiquiatre infantil nord-americà James Anthony, E. (1987). No obstant, ha sigut aquesta segona via la que ha tingut més ressò i amb la que aquest darrer autor, a través d'una metàfora, venia a dir que tots els éssers humans no som ni responem de la mateixa manera davant dels riscos, som vulnerables en diferents graus, és a dir, utilitza el terme d'invulnerabilitat per fer referència a una qualitat dels individus que és intrínseca i fins i tot permanent i absoluta. Doncs, el concepte d'invulnerabilitat es podria dir que remet a una empremta personal que té segments genètics, tot i que, cal anar amb compte perquè aquesta assignació té certa perillositat ja que tant el grau de vulnerabilitat com, reprenent el primer concepte de “apanyar-se” en front de una situació particular, donen peu a condemnar per avançat a les víctimes i fer-les culpables del seu grau de vulnerabilitat. Ambdós conceptes, però, també poden servir per remetre a l'esforç quasi heroic, a la resistència individual i a la reacció immediata enfront d'una agressió. Val dir, doncs, que són dos conceptes que estan relacionats des de la besant més negativa i fosca de tot plegat —emprant la metàfora del got mig buit o mig ple, des d'aquí s'estaria veient mig buit - ja que, entre altres coses: ens

⁸ Forés, A. i Grané, J. (2007) expliquen que aquesta idea d'aposta pascaliana fa referència a l'argument que el filòsof, matemàtic i físic francès Pascal, B. va utilitzar sobre l'existència de Déu en base a probabilitats. Punt de vista que venia a dir que creure en l'existència de quelcom és una aposta més segura que no pas creure que no existeix; d'aquesta manera, associat a la resiliència, es pot entendre que és té més guanyat si es creu en l'existència d'aquesta.

aproximen als desavantatges o a les agressions de la família, de l'entorn o la naturalesa, a les malalties, etc. Per tant, (Forés i Grané, 2007; Cyrulnik, 2003) assenyalen que ser invulnerables no és ser resilents. Afirmen que: “*La resiliència és un procés diacrònic i sincrònic on les forces biològiques s’articulen amb el context social per possibilitar la transformació de la persona traumatitzada.*”

Contràriament a la invulnerabilitat i al “cope with”, la resiliència fuig de processos etiquetadors de caire determinista.” (Forés i Grané, 2007, p. 29-30).

Cyrulnik, B. (2003) reconeix que no és inútil inventar un nou terme per tal de lluitar contra el desgast de les paraules i el embotiment de les teories. El sorgiment d'un concepte inesperat obliga a precisar i delimitar els antics; és aquest mateix autor qui empra la metàfora del teixit, amb el simbolisme de teixir allò interior amb l'entorn de la persona, fa que s'elimini la percepció de debilitat o força de l'individu. – No obstant, més endavant, em centraré en altres metàfores que han realitzat altres autors entorn al concepte de la resiliència – On m'agradaria desembocar ara es en el fet de que a través d'aquesta metàfora, Cyrulnik, B. afirma que la resiliència no té res a veure amb la vulnerabilitat i/o la invulnerabilitat, i és un procés totalment diferent al que es defensa des del mecanisme psicoanalític de la resistència a l'accés al inconscient.

Seguint en la teoria psicoanalítica⁹ en la que es desenvolupa Cyrulnik, B. – fet que evidencia que les seves aportacions siguin d'un determinat caire –; el mecanisme de defensa del “jo” intenta mantenir, el més a prop possible del cos, la seva integritat a través d'operacions emocionals i mentals. Freud, S. i Freud, A. expliquen com el “jo” governa la pulsació i les representacions dels records. L'excitació interna li dóna al “jo” una forma suportable, tot i que el treball de la pulsació és inconscient, d'una altra banda, la part

⁹ El *jo* (aquest sorgeix de la modificació parcial de l'allò sota les influències i estímuls que rep del món exterior. A mesura que la persona creix, el jo es va enriquint amb les experiències i aprenentatges que va acumulant, i que li permeten adaptar-se a aquest món. El jo és l'encarregat de controlar les pulsions que provenen de l'allò, a través del *principi de realitat*; aquest estipula que la recerca del plaer estarà determinada per les condicions externes, posposant-lo si és necessari., el *superjò* i l'*allò*. Els tres són conceptes fonamentals en la teoria del psicoanàlisi – concretament la teoria de la personalitat- amb la qual Freud, S. (finals s. XIX) va intentar explicar el funcionament psíquic humà, postulant l'existència d'un "aparell" psíquic que té una estructura particular. Mantinent, que aquest aparell està dividit, a grans trets, en tres instàncies, el Jo, el Superjò i l'Allò, que no obstant comparteixen funcions i no es troben separades físicament. Alhora, gran part dels continguts i mecanismes psíquics que operen en cadascuna d'aquestes entitats són inconscients.

conscient del “jo” dona (sota forma de racionalitzacions) una forma verbal a les nostres emocions. Des d'aquí, en relació a la resiliència, l'estridència és considerada que és més a nivell exterior i on el “jo”, al patir-ho, ha de regir de totes maneres la commoció emocional. En tots els casos, el sentiment d'un mateix, sota la mirada dels demès, pot ser reorganitzat, elaborat per mitjà de representacions, accions, compromisos o relats. El concepte de resiliència – que ja ha quedat clar no té res a veure amb la invulnerabilitat, ja que tots estem sotmesos a la possibilitat de viure situacions límit o traumàtiques –, des d'aquest posicionament es considera que pertany a la família dels mecanismes de defensa, tot i que Cyrulnik, B. afegeix que de manera més conscientment i més evolutiu, per tant controlable i carregat d'esperança.

La resiliència, doncs, reconeix el valor de la imperfecció de l'espècie humana, acceptant que tots tenim capacitats però també limitacions, fet que no queda present en el que serien les persones invulnerables. No és una resposta immediata a l'adversitat sinó un procés que està en constant construcció, canvi i/o evolució en el transcurs del temps. No és un concepte absolut ni total, sinó que està lligat als conceptes dinàmics i complexos de desenvolupament i creixement humà i va més enllà de l'actitud passiva de resistir qualsevol cop; implica l'actitud proactiva d'aprendre/reaprendre a viure i construir/reconstruir la vida.

Cyrulnik, B. aporta inclús una altra percepció que considero interessant esmentar i fa referència a quan aquelles persones que han patit situacions traumàtiques i, durant el degradament d'aquesta situació, se'ls pot arribar a produir un desconcert fins al punt que algunes persones puguin trobar-se immerses en una peculiar indiferència.

És evident, com s'ha anat comentat al llarg del present treball, que la resiliència és un procés que es va forjant i, per tant, és comprensible que en el moment que esdevenen els fets traumàtics la persona estigui apàtica i poc animada: no obstant això, i segons la situació, es pot arribar a entendre aquella com la postura més còmoda. A nivell cultural, una mateixa situació es interpretada i acceptada d'una manera o d'una altra, com per exemple després de la mort de la parella¹⁰, depenent de la localització cultural; es a dir, si es manté una postura molt positiva i energètica, socialment, pot estar mal considerada la

¹⁰ Repetint l'exemple posat en l'apartat 4 en la pàg. 19 del present treball.

actitud apàtica i poc animada abans esmentada. No obstant, l'altre extrem, és a dir, un excés de pietat també pot tenir conseqüències com ara un deteriorament psíquic. Cyrulnik, B. (2003) fa una similitud entre la valoració que es fa de la importància d'un crim en funció de la gravetat de les seves conseqüències. Tampoc és estrany que en determinades situacions es jutgi així el "retorn" a la vida, el sortir endavant. Alhora, fa una comparació entre les societats en via de desenvolupament, societats que s'identifiquen amb l'agressor, on es considera que la força del qui es vol imposar per qualsevol mitja i que coneix les maneres per arribar a obtenir un fi concret acabin venent les idees socials preestablertes i entre les societats ja consolidades (en les que el fet d'avenir-se amb l'agredit permet semblar virtuós i democràtic). Així doncs, s'entén que la resiliència esdevé com un tercer camí que evita tant la identificació amb l'atacant com la identificació amb l'atacat. Aquest autor valora que en el procés de resiliència és necessari detectar la manera de tornar a la vida eludint l'agressió i, alhora, també evitant tenir una vida de víctima. Segons ell la resiliència intenta respondre a dos qüestions: "Com és possible mantenir l'esperança quant un està desesperat?"¹¹ i "com me les arreglaré per tirar endavant?"¹². Com diu ell: aquest procés no és un fet fàcil, ja que la persona que ha estat ferida no pot recuperar la seva vida de manera immediata. No obstant aquesta reflexió, en l'apartat de Visió pràctica del present treball s'especificarà com faria aquest autor en concret per donar resposta a aquests interrogants.

La resiliència no és un procés que es construeixi només amb l'aportació individual, sinó que és fonamental la interrelació entre l'aportació personal, la social, la del medi i la dosi, influencia i impacte, d'aquestes anirà en funció de cada persona i cada cas. Per tant, cal tenir present en tot moment – i com s'anirà repetint al llarg del treball – , seguint l'aportació que fan Forés, A. i Grané, J. (2007), que la resiliència tant té una dimensió individual com una de comunitària. Cal deixar constància que aquests mateixos autors, a l'hora de treballar i parlar del concepte fan una aportació optimista del mateix ja que diuen: "*El procés resilient ens apropa a una lectura de la vida plena on hi ha forteses i possibilitats, i on se'ns convida a aprofitar-les. És cert que hi ha persones que són víctimes i sempre seran víctimes perquè així si consideren, però hi ha d'altres que davant de situacions traumàtiques amb l'ajuda de l'entorn, aprendran a dibuixar, a*

¹¹ Cyrulnik, B. afirma que els estudis sobre el vincle subministren una resposta a aquesta pregunta.

¹² Aquí són les investigacions sobre les històries personals, familiars i socials qui narren de quina manera pot variar la projecció de les coses.

reescriure un guió d'oportunitats, aprendran a veure l'ampolla mig plena." (Forés i Grané, 2007, p. 33)

És evident, doncs, el contrast que hi ha entre els conceptes precursors dels quals he parlat anteriorment (“*invulnérabilité* i *to cope with*”) i l'aportació d'aquests autors: tant és així que els mateixos escriptors, aprofitant aquestes diferències, han pogut establir dotze característiques de la resiliència, les quals es mostren a continuació (2007, p. 35):

- És un procés.
- Fa referència a la interacció dinàmica entre factors.
- Pot ser promogut al llarg del cicle vital de la vida.
- No es tracta d'un tribut personal.
- Està lligada al desenvolupament i al creixement humà.
- No constitueix un estat definitiu.
- Mai no és absoluta ni total.
- Té a veure amb els processos de reconstrucció.
- Té com a component bàsic la dimensió comunitària.
- Considera la persona com a única.
- Reconeix el valor de la imperfecció.
- Està relacionada amb veure el got mig ple.

Reprement el llibre de Forés, A. i Grané, J. (2007), Arquíloc de Pauros va ser un gran poeta grec clàssic i un dels fragments que encara es conserva d'ell diu: “*Moltes coses sap la guineu, però l'eriçó en sap una d'important*” (Forés i Grané, 2007, p.103). Els estudiosos discrepen sobre el significat d'aquestes paraules tan enigmàtiques però el filòsof Berlin, I. (1953), considerat el pare del pluralisme, va emprar aquesta sentència antiga per distingir dues classes d'artistes, dues categories de pensadors, fins i tot dos rangs d'éssers humans. Això queda traduït, segons ell, de la següent manera: per una banda hi ha aquelles persones que, com l'eriçó, sostenen una visió central, sistematitzada de la vida, a partir d'un principi ordenador; vindrien a ser aquelles persones que consideren que no hi ha alternatives possibles. D'altra banda, en canvi, es troben aquelles persones, com la guineu, que tenen una òptica dispersa i múltiple davant la realitat, percebent el món com una diversitat complexa, en la qual tot està entrellaçat. Abans de seguir, però, utilitzant el que

deia la guineu, m'agradaria aturar-me en l'explicació de la teoria sistèmica per així poder emmarcar encara més la idea de resiliència.

5.1. TEORIA SISTÈMICA

La Teoria sistèmica sorgeix a finals del segle XIX - principis del segle XX, com a crítica al positivisme¹³. El pensament de la Teoria sistèmica ve a suplir al paradigma positivista, es basa en un intent de aproximació i coneixement del món a través del coneixement encarnat.

Durant el segle XX es podria dir que el món de la ciència està en guerra entre aquells que pensen que el món es pot explicar sobre veritats absolutes i aquells que pensen que això és realment absurd.

Dins d'aquesta teoria de sistemes s'hi poden diferenciar dos grans teories: la primera és la Teoria General de Sistemes (Bertalanffy, L.V, 1945) la qual parla de la totalitat, l'autoorganització i la complexitat; explicant que la realitat s'organitza i es crea des d'una influència recíproca. La segona és la Teoria Cibernètica (Wiener, N., 1948) que es centra en la transmissió i el control de la informació, fet que des d'aquest pensament es considera que afecta a la totalitat i l'autoorganització de la que es parlava en la primera teoria exposada. Tot i aquestes dues grans teories, em centraré a exposar la Teoria de Sistemes.

Per començar, doncs, considero important esmentar el que s'entén per sistema. El sistema és el tot organitzat, resultat d'un conjunt d'elements en constant interacció i que disposa d'una quantitat, qualitat i diversitat d'informació; el sistema sempre avança tant sigui bo com dolent el que hi té lloc, mai esborra res i no hi ha possibilitat de retorn. També vull fer una breu menció al sistema vital, el qual és un sistema obert que està en constant moviment, és dinàmic perquè està donant i rebent informació contínuament. Aquesta interacció que es produeix en el sistema fa que hi hagi un emergentisme, és a dir,

¹³ Positivisme: aquella teoria de simplificació del món que es basa únicament en el coneixement de l'expert.

que vagin apareixent noves realitats amb característiques pròpies, diferent a la de les parts que la configuren.

Tot sistema l'hem de veure tant com a receptors o com a emissors; tot sistema té informació – molta o poca, diversa o no – i aquesta no té valor per si mateixa, sinó per qui li atorga importància i sentit. Cadascú de nosaltres, doncs, conforma el seu propi sistema; per tant, cada sistema és diferent per la forma en que es genera i en funció de les seves característiques concretes.

La visió antropològica que es desprèn d'aquesta teoria es fomenta en la idea d'Aristòtil quan deia que l'esser humà és un anima social que es construeix en societat, per tant, hi ha una reciprocitat entesa com que nosaltres som el reflex de la societat on ens fem però, alhora, som capaços de transformar aquesta societat. Com a individus, a més a més, tenim la capacitat potencial (sociabilitat) d'obrir-nos als altres per construir la societat de manera positiva. Aquest potencial, però, l'hem d'anar desenvolupant al mateix temps que adquirim i aprenem culturalment valors comuns per a tots els membres de la societat en qüestió. Des d'aquí, també, s'intenta cercar el difícil – però necessari – equilibri entre persona i col·lectivitat, ja que la persona és el resultat de la interacció amb el medi, la qual cosa implica una modificació recíproca, com s'ha apuntat anteriorment, i alhora una construcció conjunta. Finalment, des de la visió antropològica d'aquesta teoria, pot ser que s'estableixen etiquetes dialògiques, és a dir, l'establiment de mínims consensuats, on tot i viure en comunitat tots tenim una responsabilitat individual i on hi ha una constant formació per a la vida el màxim de democràtica possible.

En aquesta teoria de sistemes hi ha interacció sistèmica, això s'interpreta com l'equilibri entre educabilitat i educativitat. El primer terme fa referència a la quantitat d'informació que pot ser processada i el grau d'obertura al medi, en funció d'aquesta quantitat, qualitat i diversitat d'informació integrada. El segon concepte, en canvi, va lligat a la quantitat de novetat que pot ser generada, és a dir, aquella capacitat que té el medi educatiu (sistema natural, cultural,... generador de novetat) per produir riquesa en funció de la quantitat, qualitat i diversitat d'informació que pot engendrar. Alhora, es produeix un “apoderament” i reconstrucció personal d'allò que es genera en aquest medi educatiu; creant, al mateix temps, espais de seguretat (escenaris de desenvolupament pròxim i bastides, conceptes que queden més detallats en el subapartat 6.3 del present treball).

Cal deixar constància, no obstant, de com s'entén l'educació des d'aquesta visió sistèmica. És conceput com a procés informatiu, interactiu, codificat, comunicatiu, on es transmet i es controla la informació; des d'on s'estableix una connexió entre l'educabilitat i l'educativitat, esdevenint com a procés de personalització on la incorporació és qualitativa i no pas quantitativa. Tota educació produeix canvis, desequilibris i estratègies que el sistema emprà per recuperar l'equilibri i l'optimització. Dins d'aquesta teoria, es diferencien tres tipus de maneres de recuperació i optimització de l'equilibri, que a continuació esmentaré en orde de més simple a més complexa:

- *Adaptativa*: Feed-back positiu i negatiu. Aquesta implica sempre una reacció automàtica de desequilibri quan hi ha un fenomen i/o novetat que no hem pogut evitar ni preveure.
- *Projectiva*: Feed-before (o anticipatori). Implica anticipar-nos sempre a una cosa que passarà i això és possible perquè tenim una experiència prèvia. Per tant, es basa en l'experiència utilitzada per éssers més o menys intel·ligent capaçs de recordar.
- *Introjectiva*: Creació de patrons propis. És una forma d'equilibri que també implica anticipació, però perquè ja ens hem creat anteriorment un patró de referència que ens permet evitar situacions adverses sense necessàriament haver-les viscut.

Per finalitzar amb aquesta teoria, doncs, m'agradaria fer-ho amb els preceptes de la mateixa i dels que parla Peñalver, C. (1987): precepte de globalitat, precepte de pertinença i precepte teleològic.

- *Precepte de globalitat: el globalisme enfront del reduccionisme*

Des d'aquí es pregunta sobre les interaccions i relacions que hi ha entre les parts per donar pas a una realitat més complexa i, alhora, fer emergir coses noves. Aquesta idea de globalisme apareix vinculat a conceptes com: holisme¹⁴, organicisme i gestalisme.

Hi poden haver sistemes més oberts o més tancats que interaccionen d'una manera o d'una altra amb el medi que els acull, per tant, al mateix

¹⁴ Forés, A. i Grané, J. (2012) afirmen que la resiliència té una perspectiva holística, és a dir, que la resiliència està present en tots i en tot i, alhora, tenint present els múltiples factors que intervenen des de diferents entorns per conformar la resiliència, aquesta sempre és molt més que la suma de les parts.

temps aquests sistemes tant poden ser homogenis com heterogenis, seguint la idea de complexitat, que es desenvoluparà més endavant.

És un element de complexitat, que ha donat peu a qüestionar-se coses que no han estat resoltes com el fet de preguntar-se quin són els límits d'un sistema? On comença i on acaba?

· *Precepte de pertinència*

Des d'aquí es descobreix la mútua influència entre sistema-observador/ sistema-observat, és a dir, com l'observador influeix en allò que observa i quelcom que és observat influeix a l'observador.

Per tant, cal preguntar-se quina relació té un mateix en allò que està observant, per exemple: com els meus valors, prejudicis, etc. poden condicionar aquell col·lectiu que estic observant.

És imprescindible, doncs, ser autoexigents i conscients de que aquestes influències existeixen; i saber quines són i saber-les detectar.

És necessari que quedi palès el discurs relativista i historicista¹⁵ que s'amaga darrere de tot plegat, per entendre l'existència d'un espai en el que tant hi ha errors com incerteses i per tant, obertura a la subjectivitat de cadascú.

Hi ha la necessitat d'autoreflexió i autocrítica al mateix temps que de participació i construcció conjunta de coneixement; ja que passa a ser absurda la lògica de la competitivitat i on, aplicat més concretament a la temàtica estudiada, es fonamental treballar amb i per aquelles persones que tant s'han sobreposat davant les adversitat com aquelles que no – tot i que es evident que aquesta delimitació és quasi impossible de fer ja que tothom tenim vivències –, deixant de manifest el imprescindible treball en xarxa, que també queda reconegut dins d'aquesta teoria sistèmica.

¹⁵ En aquest escrit el terme *historicista* fa referència a quan es vol parlar des del moment en que vivim i l'època en la que estem.

· *Precepte teleològic*¹⁶: *la causalitat complexa*

Des d'aquest precepte s'entén i s'està d'acord amb la causalitat, però entesa com a recíproca, és a dir, en comptes de, per exemple, que sistema *A* condicioni a *B*, des d'aquest precepte *A* dóna a *B* i *B* dóna a *A*, per això s'entén com a causalitat complexa.

Cal preguntar-se quina relació s'estableix entre sistema i medi i, per tant, diferenciar entre sistemes oberts i sistemes tancats.

Hi ha un caràcter informacional, tant a nivell personal com professional i, per tant, cal que tinguem present la importància de la informació: qui té la clau a les portes de la mateixa, qui la té i qui, què i com la dóna.

Des d'aquí també cal tenir en compte el concepte de retroacció, és a dir, aquella intencionalitat que tenim quan interferim amb els altres.

Per últim, deixar de manifest que la relació i influència del sistema - medi pot ser intencionada o causal però també cal tenir present que es pot donar la relació en sentit invers i llavors seria medi - sistema.

És evident la interrelació que hi ha entre aquesta teoria sistèmica i el concepte de resiliència i tot el que l'envolta, ja que aquest és podria traduir com un sistema en sí per tant d'aplicar totes les característiques esmentades, deixant constància de la complexitat del mateix. Doncs, ha quedat patent que la resiliència està més relacionada amb la visió que donava la guineu que no pas amb la de l'eriçó. És a dir, la resiliència presenta una naturalesa complexa i sistèmica, aquesta és fruit de la interacció entre els diferents sistemes que envolten i aquells que són presents en la persona que ha de transformar-se enfront una adversitat. En altres paraules, *“dir que el concepte estudiat experimenta una dimensió sistèmica vol dir que el desenvolupament i el procés resilient és teixeix a partir dels diversos nivells que engloben la persona que ha experimentat una ferida: l'ontosistema, és a dir, les característiques personals de la persona en qüestió; el microsistema, que ve a ser la família o l'escola; i el macrosistema que són els sistemes socials i la cultura resilient.”* (Forés i Grané, 2007, p. 104). Gràcies a aquesta visió sistèmica es pot començar a parlar de la resiliència i la seva promoció en diferents àmbits com ara la família, l'escola i la comunitat, com es podrà veure més detalladament en l'apartat 6 del present treball.

¹⁶ El terme *teleològic*, dins de la Teoria sistèmica, fa referència a la idea de sentit.

No obstant, cal ser realistes i, tot i que aquesta interpretació complexa del terme sigui la idònia, no cal oblidar aquelles versions anglosaxones (com s'ha comentat en l'apartat 4.1) que treballen, parlen i defensen la resiliència des d'un punt de vista simplista i individualista. Es tracta de variants essencialistes on el concepte esdevé com una excusa i justificació teòrica per reduir, fins i tot, bandejar qualsevol política social. Des d'aquest tipus de pensament es considera que les persones o són o no són resilient; plantejant que les que si que ho són ja reapareixeran i per les altres, no s'hi pot fer res. Si s'entén segons aquest criteri es podria dir, en una projecció institucional, que hi ha poc compromís per part dels poders públics i una intenció d'estalviar en aquelles despeses que afecten al suport educatiu, social o sanitari. Per últim, aquest caràcter desvirtuat de la resiliència, que quasi es podria dir que va en contra de la mateixa, té un cert perill perquè pot ser interpretat com una falta de solidaritat social, jutjant amb menys preu aquelles persones que no aconsegueixen tirar endavant.

La resiliència proporciona una visió positiva en la percepció de l'altre, permet observar millor – o, si més no, des d'una perspectiva de la qual no estàvem acostumats –, modificar les pròpies pràctiques i, a nivell més professional, ajuda a utilitzar i precisar millor els recursos propis d'aquells als quals acompanyem i donem suport i/o confien en nosaltres. També, ens invita a consolidar models de prevenció, explorar nous camins més enllà del determinisme (ja sigui innat o adquirit) per donar peu al camp de la creativitat i de la llibertat humana. Des del punt de vista del determinisme es podria dir, doncs, que la resiliència és una revolució copernicana, és a dir, un canvi de model en clau de transgressió. Una introducció a una percepció del món diversa, proporcionant una significant transformació que, ara per ara, encara està en fase de desplegament en múltiples ordres i àrees humanes.

Per continuar, m'agradaria contar en que es tradueix aquesta nova mirada segons Forés, A i Grané, J. els quals la defineixen a partir de “*tres girs*” (2007, p. 54): el primer fa esment al canvi en la nostra percepció del futur, entenent-lo no pas com un obsequi sinó com una conquesta que cal anar guanyant dia a dia, per tant, doncs, es podria dir que es tracta tal i com nombren ells d'un gir epistemològic. El segon s'especifica en un canvi en la manera d'entendre la condició humana, és a dir, com he anat comentant al llarg del present treball, totes les persones som projectes inacabats, dinàmics i canvians que ens anem fent i refent contínuament en funció del que anem vivint, aquest fet els autors el

defineixen com a gir antropològic. I el tercer i últim fa referència a un gir metodològic, és a dir, aquell canvi que possibilita transformar la manera d'intervenir social, educativa, cultural, política, sanitàriament, etc.. Per poder passar d'una atenció i un acompanyament basat en el dèficit cap a un basat en l'apreciació i capacitació de les persones.

Considero interessant l'aportació dels autors pel que fa aquesta mirada que proporcionen i que permet explicar el terme de resiliència; per tant, a continuació m'endinsaré i clarificaré més detalladament aquells aspectes corresponents a cada gir.

- El futur entès com a conquesta personal

A finals del segle XX i començament del XXI, una vegada deixada endarrere la postmodernitat, es podria dir que el que abans era considerat com al futur esperat i esperançador, es converteix i s'omple d'incertesa, poc a poc es va perdent l'esperança del demà i s'instaura l'esdevenir del present on es va avançant, de mica en mica, evitant qualsevol predicció.

Cada vegada s'estén més la percepció d'incertesa en la que es troba la gent, on el context de crisi fa trontollar qualsevol tipus de seguretat laboral, econòmica, etc.. La societat en la que ens trobem avui dia és caracteritzada per ser dinàmica i estar en constant canvi, cada vegada més accelerat, on l'individualisme, la competitivitat, la inseguretat, la immediatesa, van agafant força deixant de banda qualsevol idea de predicció de futur; fet que, al mateix temps, genera sensació de trasbalsament. És evident que no som endevins, que no podem predir i ensopegar el futur, però si que cadascú – com a únic protagonista de la pròpia vida – hi pot influir, construir i decidir tot allò que estigui en les seves mans, tenint en compte, però, la diversitat de factors totalment externs que no depenen d'un mateix.

El pensament occidental ha estat caracteritzat per ser un pensament reduccionista que segueix amb la intenció d'abolir, sense mirar molt més enllà, tot tipus d'ambigüitat i incertesa. Fet que no vol dir que es basi en una seguretat suprema de l'esser humà, sinó en un pensament unidimensional, disjuntiu, reductor i parcel·lat que tant es aplicable a les persones com al sistema en el que vivim. Socialment acostumem a classificar tant a les persones com als objectes com a bones o dolentes, normals o anormals, fent que sembli impossible que una afirmació pugui ser, alhora, veritable i/o falsa; aquesta bivalència o

dualisme que ens caracteritza comporta, en general, el predomini d'allò que la majoria considera i d'allò que és socialment acceptat. Aquesta manera de fer va molt lligada a la constant recerca de la veritat absoluta, de la resposta correcta, fent que sigui evident l'apropiació monopolista de la veritat i el procediment adequat i únic. Per tant, és evident que cal un plantejament transgressor, fet que quedarà més clar en l'apartat 3.2 que es desenvoluparà més endavant. *“La resiliència referma la nostra intuïció d'acostar-nos a plantejaments més borrosos. La resiliència és transgressora perquè també preconitza el canvi de paradigma i ens diu que la resposta a la incertesa no és abraçar les cotilles del dualisme, el maniqueisme o les apropiacions monopolistes.”* (Forés i Grané, 2007, p. 58). És a dir, més aviat mostra que el camí, poder més modest però al mateix temps més alliberador, és aquell que té en compte moltes polaritats que poden ser - o no- falses i afirma que no hi ha veritats absolutes, ja que la veritat és un fet més aviat subjectiu, ambigu, temptatiu, alhora parcial i multidimensional, on tot acaba sent qüestió de graus. En el concepte de resiliència i totes les connotacions que se'n poden derivar els autors afirmen que les alternatives existeixen, cal estimular tot allò que sigui possible, fent veure que tot pot ser d'una altra manera i, per tant, tot canvi és possible. Forés, A. i Grané, J. (2007) entenen que la resiliència ens apropa a dues maneres de construir el futur, de fer front a les incerteses, de demostrar que qualsevol canvi es possible. La primera és la que ells anomenen com a capacitat de serendipitat, els autors parlen de l'art de la serendipitat i aquesta paraula té l'origen en el conte “Els tres prínceps de Serendip”; en un àmbit més científic la serendipitat fa esment a aquells descobriments causals i/o imprevistos. En altres terrenys fa referència al do de la sagacitat accidental. En definitiva, és la capacitat de transformar en bona sort un esdeveniment inesperat, un contratemps o un accident, donant resposta a la pregunta de que hi pot haver de bo en tot allò que ens està passant. Aquest saber cercar aquells beneficis que hi poden haver amagats darrere les dificultats que ens van passant – l'art de la serendipitat – és una forma resilient de conviure amb la incertesa i per tant, simultàniament, de construir i/o donar forma al futur. Qualsevol adversitat pot transformar-se i permetre que la persona ferida tiri endavant, sempre i quant sigui la pròpia persona, com a única protagonista de la seva vida, i l'entorn que l'envolta qui sàpiguen crear les condicions necessàries perquè allò inesperat realment es vagi transformant en quelcom més positiu. La segona manera que exposen els autors per fer front a les incerteses és a partir del principi heliotròpic o dit d'una altra manera, el poder de les expectatives positives. Aquesta segona manera és represa a través del mite del rei Pigmalión de Xipre, el resum del qual és el següent: el rei va rebutjar casar-se per dedicar-se a crear

escultures, fins que en va fer la d'una noia preciosa; llavors va demanar a una deessa que la convertís en persona real. Doncs bé, aquest mite a donat peu a que Forés, A. i Grané, J. (2007) ho anomenin efecte Pigmalión. Aquest efecte el que representa és que aquelles expectatives que una persona o grup dipositen cap a un altre afecten i condicionen la seva conducta fins al punt d'arribar a confirmar les expectatives prèviament creades. A uns efectes més propers i pràctics, es podria traduir a quan un educador etiqueta- estigmatitza a algú com a subjecte de risc o pensa que és “irrecuperable” – amb això no vull donar a entendre que els educadors siguin mecànics i que la seva feina es basi en fer reparacions, tot i que en la praxis alguns sí que ho poden ser –; el subjecte d'aquesta classificació quedarà convertit, veritablement, en una persona que seguirà tenint dificultats per estar acceptada socialment perquè la situació interactuarà de tal manera que tot el que succeeixi referma la seva situació, per tant, s'acaba creant el que es temia.

La resiliència, doncs, és una manera sana de reaccionar davant aquests enfocaments estigmatitzadors i reductors, demostrant que nosaltres som els responsables dels resultats esperats – o no – de les nostres accions i del que acostumem a creure. “ *Malgrat que no ens ho creiem, els éssers humans podem construir i donar forma de manera deliberada a les nostres expectatives de millora, de ressorgir i tornar a la vida després de patir una ferida.(...) Això vol dir que la resiliència referma la hipòtesis heliotròpica. (...) Ja que les persones resilients s'han procurat un sentit, han assolit un explicació plausible i han digerit l'horror que han patit. Però per fer-ho possible necessiten creure que són artífex del seu propi futur, necessiten creure en l'esperança que retornar a la vida és possible.*” (Forés i Grané, 2007, p. 62). En definitiva, les persones resilients – recordant que pot ser-ho tothom – necessiten creure en que la construcció del seu destí està en les pròpies mans perquè res no està ni queda escrit per sempre; es trenca, doncs, amb la idea de que el futur és un regal que es fonamenta en la sort i/o la mala sort aliena a hom.

- Canvi constant

Seguint el discurs que es fa des de la psicologia moderna les persones “normals” són aquelles previsibles, sinceres i honestes, ja que es consideren com una entitat maquinal i aïllada. Des d'aquesta òptica també s'afirma que l'essència dels individus és la seva racionalitat. Concretant, que aquest jo racional també és accessible i ordenat, fent que les persones esdevinguin éssers coherents, estables i congruents en el transcurs del temps.

Una vegada esposades aquestes línies, que serveixen per aportar diferents maneres d'entendre les persones i el seu funcionament, cal reprendre el tema que ens ocupa. La resiliència aporta una mirada diferent de les persones que queda molt allunyada d'aquesta òptica – reduccionista i empobrida – de la psicologia moderna. És a dir, el que es defensa i s'afirma des d'aquest concepte de resiliència es que no és cert que l'èsser humà sigui tant estable i previsible com s'assegura; més aviat tot el contrari, i com s'observarà també en la teoria de la complexitat exposada més endavant, és quelcom que es va fent, construint i reconstruint constantment. És a dir, som projectes complexos, inacabats i dinàmics que anem canviant des de que naixem fins que morim. Es tracta d'un pensament no essencialista – deixant palès que és molt difícil determinar quina és aquella característica que ens descriu com a humans – ja que els individus som multidimensionals, complexos i cadascú té les seves singularitats. *“La creença en un destí infeliç després de patir una adversitat és falsa, fins i tot estigmatitzadora. La nostra història no és un destí i el trauma no determina. És un exercici de mala fe pretendre reduir un ésser humà a la seva adversitat, a la seva incapacitat, al seu crim, a la seva criminalitat.”* (Forés i Grané, 2007, p. 64).

La complexitat tant de la realitat social en la que vivim com de les persones que la conformem, no ens permet reduir-ho tot a la part més petita i al fragment més problemàtic del seu passat. La resiliència cerca al·legar la llibertat d'hom per així buscar pistes i empremtes de vida creixent, per poder-nos tornar a aixecar, fins i tot quant pensem que res no ens va bé.

“Seríem ingenus si no acceptéssim el fet que hi ha determinants genètics, però això no vol dir que l'èsser humà es trobi genèticament determinat. La genètica i la biologia determinen els límits, del que és possible, la resta s'ha de fer. Això vol dir que disposem d'un alt grau de llibertat i un marge de maniobra on intervenen recursos personals, professionals, i comunitaris. Fins i tot quan les alteracions genètiques són greus, la resiliència és molt difícil però no impossible.” (Forés i Grané, 2007, p. 64-65).

Tot i acceptar que la majoria de determinismes humans no són definitius, la resiliència permet revisar, posar en dubte i deconstruir aquelles teories causals deterministes que dicten conseqüències inevitables per aquells que hagin viscut experiències traumàtiques. No obstant, no és cert que enfront determinades causes hagin de

ocórrer efectes deficitaris i negatius per sempre. Aquest enfocament resilient presenta l'oportunitat de contemplar la vida humana com un procés multifacètic i no pas com un mecanisme determinista. Això implica poder contemplar a les persones des d'una biografia de vida íntegra, descobrint a les persones des del punt de vista holístic, com a essers totals, vulnerables, plens de sentit i que van millorant en cada etapa del seu recorregut vital, totalment vinculat en el seu context i realitat social.

- Cap al pensament promotor

Aquest darrer gir, afirma que la resiliència és una aposta per canviar els models d'intervenció que hi ha instaurats.

Al llarg dels anys de l'acció social, el model majoritari ha sigut – i per desgràcia encara és present –, aquell que ha ensinistrat als professionals a treballar des dels dèficits, és a dir, pensant en les necessitats, els danys, els conflictes, les limitacions, els problemes, les desviacions, els traumes, les malalties, les anomalies, les mancances, en definitiva, en tot allò negatiu. Aquests models deficitaris només avoquen a pensar pronòstics negatius i reductors que impedeixen que les persones prenguin la iniciativa per fer front a les seves adversitats. Quan aquella persona que està patint, a sobre veu negades i/o anul·lades les seves capacitats, aleshores tendeix a cercar o acceptar sense qüestionaments aquelles possibles solucions que se li ofereixen des del exterior, enlloc de ser ella la protagonista a l'hora de donar les respostes que consideri més adients als seus desitjos i necessitats, un exemple d'aquesta praxis acostuma a passar dins la Salut Mental. Per tant, des d'aquí es defensa la idea de canviar i substituir aquests models d'intervenció deficitaris per uns de més apreciatius.

Així doncs, en contraposició, aquest models més apreciatius estan fonamentats en la prevenció i promoció, es basen en la cerca de les potencialitats, el desenvolupament humà, la convivència, els recursos, l'orientació cap al futur, les fortaleces, els aspectes positius, les potencialitats, els majors èxits, la inclusió, etc.. Queda evident, doncs, que és molt diferent intervenir, realitzar les polítiques social, crear projectes, serveis i institucions des d'un model o des d'un altre; en el primer es veu com la persona atesa es situa com a receptora passiva mentre que en el segon serà vista com la protagonista principal. Els models promotors (o apreciatius) queden compromesos amb la maximització del potencial i el benestar, en comptes de destacar únicament el dany i patiment que la persona ha viscut.

El fet de promoure i apreciar implica reconèixer i valorar el millor de les persones, les coses i/o les situacions. “*El pensament apreciatiu parteix de la premissa que només pel fet d’existir qualsevol persona ja és un ésser valuós.*” (Forés i Grané, 2007, p. 69). Des d’aquest punt de vista promotor, la resiliència cerca les oportunitats, apartant i relativitzant els problemes i les patologies per donar pas i dirigir-se a les solucions, les competències i les capacitats. Trencava amb qualsevol mirada patològica, reivindicava una visió més positiva sobre l’existència humana i deixava d’estudiar les mancances, les debilitats i els mitjans per compensar-les, per començar a investigar més les forces de que es disposa i la manera d’emprar-les.

Amb la resiliència, doncs, es passa dels models de risc basats en la malaltia i les necessitats cap als models de prevenció i promoció fonamentats en les potencialitats i els recursos dels que totes les persones disposem, fent una crida perquè tothom esdevingui el millor que pot ser.

Amb tot això que aporten aquesta visió dels tres girs, cal deixar clar que tot i que aquí s’hagin expressat per separat son factors estretament interrelacionats.

5.2. PARADIGMA DE LA SIMPLICITAT VS. PARADIGMA DE LA COMPLEXITAT

Arribat a aquest punt, doncs, considero fonamental aportar aquella teoria en la que queda millor contingut el concepte de resiliència la teoria de la complexitat. Per tal de que sigui més entenedora aquesta teoria a continuació serà representada amb el paradigma de la simplicitat i així es podran apreciar de manera més evident les diferències entre ambdues.

Paradigma simplicitat	<u>Paradigma complexitat</u>
- Vol posar ordre a l’univers (per exemple, es podria traduir amb l’exemple del currículum escolar d’avui dia on s’especifica què hauria d’aprendre un nen a cada edat).	- S’entén i s’admet que hi hagi tant ordre com desordre.

- Rebutja i denuncia el desordre.	- Autoorganització (<i>A</i> i <i>B</i> són antagònics però alhora parlen del mateix) en relació a la idea de ser lliures sense ser lliures (per exemple: jo soc mentre jo em faig, morim per que vivim i vivim per que morim).
- Separa la realitat biològica de la realitat cultural.	- Racionalitat (entesa com aquell diàleg entre raó i món real) versus racionalització (tancar la realitat dins d'un sistema coherent).
- Hi ha divisió de sabers.	- Tres principis: * Principi dialògic: necessitat d'entendre que en el diàleg hi ha la construcció d'un nou saber, reconeixent tots els actors implicats.
- Desvetlla la simplicitat que s'amaga darrere de l'aparent desordre dels fenòmens.	* Principi de Recurrència organitzacional: els elements d'un sistema buscant el seu ordre generen coses.
- Idea de lleis universals, fent una mirada lineal, com si existís un ordre universal i immutable en la naturalesa de les coses. Consideren que hi ha unes lleis rectores universals.	* Principi Hologramàtic: el tot està en les parts i en les parts hi ha el tot.
- Cursa a la recerca de la unitat que explica el tot (renuncia a la idea de Déu, a favor de la idea d'un ordre suprem).	
- Aquest paradigma es el d'aquella ciutat dicotòmica, és a dir, on totes les coses són o blanques o negres.	

Quadre 1. Extret de l'assignatura Pedagogia Social de 4rt Grau d'Educació Social a la Facultat Pere Tarrés (2013)

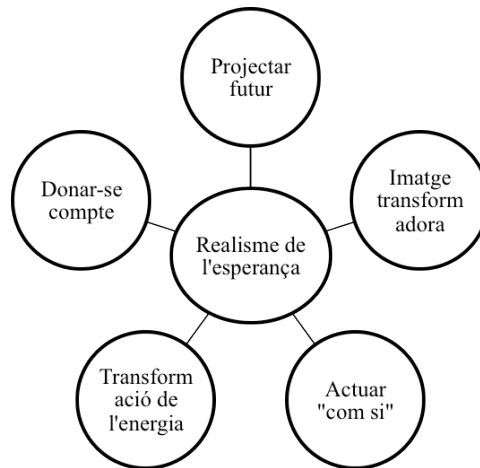
Tot i que el terme de resiliència al llarg del present treball s'ha reiterat que està estretament interrelacionat amb aquesta teoria de la complexitat, ja que com s'ha anat esmentat és un concepte ambigu i complex. En aquest subapartat s'ha considerat oportú, no només mostrar aquells trets principals d'aquesta teoria de la complexitat, sinó contraposar-los amb els de la teoria de la simplicitat per tal de deixar palès tot allò que no forma part de l'escènica de la resiliència, és a dir, vivim en un món complex i dinàmic i, per tant, no existeixen aquelles lleis universals que ho expliquin tot, les coses no són simples, etc. La resiliència trenca amb aquesta idea de ciutat dicotòmica que vol classificar i determinar tot en blanc o negre, bo o dolent, normal o anormal, etc., on es lluita per assolir el màxim d'ordre possible i es creu que amb la unitat es pot explicar tot. La resiliència obre les portes a les alternatives; accepta i creu en el gran ventall de possibles respostes davant les múltiples situacions que poden anar esdevenint; on una persona en un moment donat es pot haver comportat d'una determinada manera però amb el transcurs vital va canviant i la seva manera d'actuar també; on dels errors se'n aprèn; on s'accepta i s'és conscient de la singularitat de cadascú i alhora de la realitat social que es comparteix; on les relacions horitzontals són possibles; on els fets, actituds i actuacions concretes d'un moment determinat no tenen perquè condicionar l'esdevenir futur; per tant, es creu en l'aprenentatge constant al llarg de la vida, amb la flexibilitat de les persones al llarg dels recorreguts vitals, amb les potencialitats que tots podem tenir independentment de les circumstàncies viscudes i la capacitat de sortir endavant per molt malament que puguin anar les coses.

5.3. REALISME DE L'ESPERANÇA

Reprenent a Forés, A. i Grané, J. (2007), ells parlen del món màgic de la resiliència perquè té a veure amb metàfores, mites, contes o, més ben dit, amb un ventall d'històries on es pot representar i reinterpretar la màgia quotidiana.

Cyrułnik, B. (2002) parla del terme oxímoron en torn a la resiliència, posteriorment Forés, A. i Grané, J. (2007) també ho mencionen. Quan es parla d'oxímoron es tracta d'una figura retòrica que consisteix en la presentació consecutiva de paraules que tenen significats que s'exclouen mútuament. Per tant, seguint aquests autors, un oxímoron és un impossible, un miracle, quelcom que té a veure amb la màgia.

Una de les principals aportacions en que coincideixen nombrosos autors (Cyrułnik, 2002; Forés i Grané, 2007; Maganto i Maganto, 2010) gira entorn a l'explicació del terme de resiliència; és a través d'un dels jocs de paraules oposades: el realisme de l'esperança, amb el qual a través d'un gràfic queda representat aquest cercle del realisme de l'esperança el qual es mostra a continuació abans de seguir amb l'explicació del mateix:



Aquest oxímoron, comença alligant a la persona resilient en relació al fet que no podrà fer front a les adversitats ni ressorgir enfortit si primer no s'adona de la seva realitat, però, alhora, entreveient l'esperança d'un futur millor.

En aquest moment cal reprendre el conte de l'aneguet lleig, el qual dóna lloc al títol d'un llibre de Cyrułnik, B.¹⁷ que també parla de la resiliència. La figura de l'aneguet que s'interpreta des d'aquest llibre està relacionada amb la figura del mateix dins el conte infantil tradicional i representa un clar exemple de realisme de l'esperança. Per començar, l'aneguet és veu diferent de la resta de la seva família, bàsicament perquè resulta no ser un ànec sinó un cigne; l'aneguet és conscient del que està passant i aquest fet d'adonar-se de la situació d'hom esdevé el primer pas en el camí que va en el sentit del realisme de l'esperança. Per parlar de l'altre pas que cal fer, recordaré primer unes paraules de Gandhi, M. qui deia que per duu a terme un canvi, calia encarnar-lo. Per tant, aquest pas té a veure amb una imatge transformadora, on una vegada ens hem vist aconseguint el que desitgem cal actuar "com si". Això és el que fa que l'energia que tenim es transformi, ens faci posar

¹⁷ Cyrułnik, B. (2002) Escriu el llibre: *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. On amb aquest llibre utilitza el simbolisme de l'aneguet lleig, per representar la persona resilient quant aquest s'acaba convertint en cigne.

totes les ganes i forces per dirigir-nos cap allò que realment volem; és llavors quan s'assoleix l'esperança, una vegada ja ens hem transformat i hem creat quelcom nou.

Forés, A. i Grané, J. (2007) utilitzen el cas real de resiliència d'en Tim Guénard i les paraules del mateix; ell es referia a la resiliència com a un cant a la llibertat eradicant qualsevol tipus de determinisme. Considerant, doncs, que la majoria de determinismes humans no esdevenen definitius, és a dir, com a persones no estem en mans del destí o la fatalitat. I ja que el destí expectat no té perquè complir-se i cap persona que des de la infància hagi patit certes desgràcies no implica que el seu recorregut vital quedi totalment determinat per les mateixes. Com diuen els propis autors: *“El relat de la nostra història ens remet al passat per explicar el present, però mai no tanca el futur”*. (Forés i Grané, 2007, p. 15.). És per això, que es considera que la resiliència queda emmarcada en un antidestí, és a dir, que ens apropa i ens uneix com a individus a la paraula “esdevenir”.

5.4. LA RESILIÈNCIA A TRAVÉS DE METÀFORES

Són diversos els autors que utilitzen metàfores per explicar i referir-se al terme de resiliència. Les metàfores, en general, impregnen el dia a dia quotidià, i no només en el llenguatge, sinó, fins i tot, en l'acció i en el pensament.

Les metàfores, com també els mites i les creences, ens serveixen per dirigir les nostres accions i anar conformant la nostra percepció del món. Per tant, es podria arribar a entendre que el que pensem, com actuem, la forma en la que concebem la realitat, pot respondre en gran mesura a les metàfores.

Una metàfora molt recorreguda per varis autors (Forés i Grané, 2007; Maganto i Maganto, 2010; Moreno, 2011) és la que va fer Vanistendael, S. anomenada La “casita” de la resiliència; amb ella s'empra una representació gràfica per tal de mostrar els diferents aspectes de la resiliència i, alhora, esdevé com a eina pedagògica força significant per fer intervencions en clau resilient; no obstant, com que aquesta metàfora aporta una visió pràctica del concepte la desenvoluparé en l'apartat 7.

Entre altres aportacions que he trobat respecte a aquest tema, considero interessant destacar dues metàfores de a Forés, A. i Grané, J. (2007) ja que expliquen i permeten

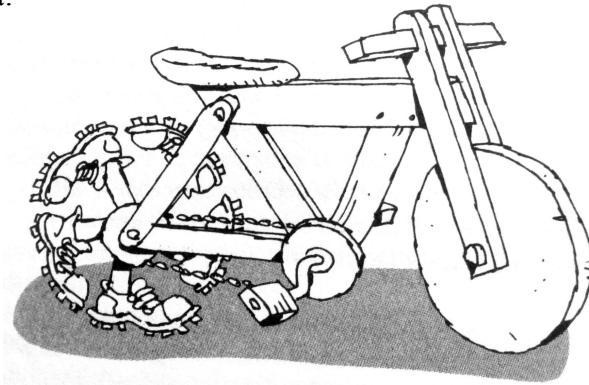
entendre més el concepte estudiat. La primera fa referència a la resiliència com a metàfora de les possibilitats. La resiliència esdevé com una metàfora generativa que construeix futurs possibles en relació a l'esperança humana i a l'assoliment de la felicitat davant dels patiments, el dolor viscut i els traumes. La resiliència, tot i ser un concepte abstracte i complex, com s'ha anat repetint al llarg del present treball, també cal reconèixer que posseeix un gran poder d'inspiració. El fet de concebre avui dia la resiliència també com a concepte metafòric és degut a que cada vegada les persones tenim major capacitat per guiar la mirada cap a un ventall enorme de possibilitats i elaborar noves i enfortides realitats alternatives a partir d'aquestes. Entendre la resiliència com a metàfora de les possibilitats sorgeix, segons els autors, amb l'intent de trobar una resposta a la pregunta: *com puc tornar-me humà tot i els cops que em depara el destí?* (Forés i Grané, 2007, p. 21.). És a dir, el discurs resilient procura narrar què és el que permet que una persona es recuperi i surti endavant enfront les adversitats que se li van presentat al llarg de la vida, mentre que altres persones es veuen ocupades per sentiments negatius com ara la desesperança, l'abandó, la ràbia, la venjança, etc.

Quan ens trobem davant situacions que pensem, o semblen, sense sortida la resiliència i el discurs que transmet aquesta ens invita a desbloquejar-les i, trencant la mirada paralitzada i estancada, a sortir del atzucac en el que ens trobem i cercar noves alternatives i noves possibilitats.

Com diuen els propis autors: *“La resiliència és una metàfora sobre les possibilitats de reconstrucció humana que aposta per oferir un mantell de carícies provinents del context social a la persona ferida, amb l'objectiu de permetre-li desenvolupar aquelles capacitats i habilitats que la puguin catapultar cap a la seva transformació.”* (Forés i Grané, 2007, p. 23).

En definitiva, seguint la definició acadèmica del concepte esmentada en l'apartat anterior, els dos autors aporten la visió de la resiliència no només a nivell individual sinó com a procés que també es pot donar en grup o en comunitat assenyalant, a més a més, que a part de sortir-ne reforçada la persona inicia un camí i/o una capacitat transformadora malgrat les adversitats que hagi pogut viure.

La segona metàfora és una contraposició que fan els mateixos autors a la metàfora de la “casita” de la resiliència de Vanistendael, S.; l’explicació ve donada a través del següent dibuix d’una bicicleta:



Dibuix que ha fet en Fernández - Aceituno, J. únicament per al llibre de Forés, A i Grané, J. *La Resiliència* (2007)

Els autors expliquen que cada part d’aquesta bicicleta exemplifica algun element significant de la resiliència i la seva construcció. La roda de darrere, simbolitza la ferida que ha patit la persona afectada; com es pot observar, aquesta ha estat dibuixada diferent a l’original, venint a dir que les adversitats que hem patit sempre hi seran presents, és a dir, no podem retornar al nostre estat inicial. Tot i el cop rebut, una de les dues rodes si que es manté bé i això vol dir la capacitat que té la persona de poder defugir el destí. El fet que la roda de darrere estigui formada per botes fa referència al sentit de moviment de la vida, la característica innata de canvi i progres de tota persona per seguir avançant en el transcurs del seu esdevenir. És a dir, més concretament, fa referència a les múltiples estratègies d’adaptació positiva de les persones. El manillar de fusta aporta la importància d’atorgar sentit i coherència a la vida i així donar peu a cert equilibri; a més a més, cal destacar la utilitat de la funció real que té el manillar, com a element essencial per orientar, traçar i elegir el camí que volem fer. Un altre aspecte són els llums que tenen tota bicicleta, representant aquells referents i suports positius que ens acompanyen al llarg de la vida. Així doncs, podem continuar per: *“la cadena és la que fa que tot rutlli: serien totes aquelles aptituds personals i socials, com també les competències de la persona resilient. Els pedals ens recorden d’on es treu la força. El seient és el nostre fonament, la nostres necessitats bàsiques cobertes, i una xarxa social que ens fa de coixí. La fusta ens remet a la condició humana. Som fràgils i contingents però alhora es tracta d’un material dúctil, flexible, que pot surar (metàfora per exemplificar el ressorgir de les profunditats).”* (Forés i Grané, 2007, p. 88).

Per continuar amb les teories explicatives de la resiliència, considero fonamental esmentar-ne dos de concretes: la teoria del trauma i la teoria de la psicologia positiva, com aquelles que poden emmarcar més el concepte estudiat.

5.5. TEORIA DEL TRAUMA

Cyrulnik, B. a més a més de ser una persona resilient, és un dels precursor i estudiosos de la resiliència i una de les seves contribucions més significants en relació a l'explicació de la mateixa ha estat l'anomenada teoria del trauma. Aquesta teoria és centra en el doble cop, el paper de la fantasia i el bon ús de la memòria i l'oblit, els quals ens possibiliten comprendre millor el procés de sorgiment del trauma. Aquest autor també considera fonamental la idea de la metamorfosi, que al llarg del treball s'ha vist i s'anirà observant, en relació, també, a la teoria del trauma.

Així doncs, aquesta teoria afirma que la resiliència està construïda a través, principalment de tres elements: del temperament personal, és a dir, aquella adquisició de recursos i estratègies internes que s'impregnen en el caràcter i que expliquen la manera de reaccionar i fer front davant de les agressions que es van produint durant l'existència, posant en marxa, doncs, un seguit de guies de desenvolupament més o menys consistents. Mitjançant una significació cultural on a través de l'estructura que presenta l'agressió es pot explicar, més o menys, aquells danys provocats pel primer cop, ferida o amenaça, no obstant, serà la significació que la persona atorgui al cap del temps a aquell cop rebut, en funció del context social, cultural i familiar de la persona en qüestió, el que explicarà els efectes destructors que ha provocat el trauma, als que es pot anomenar com a segon cop¹⁸; finalment, hi ha d'haver un suport social, és a dir, on es tingui en compte la funció i importància de les activitats, els afectes i el ventall de paraules que la societat destina i proporciona al voltant de la persona danyada.

¹⁸ Forés, A. i Grané, J. (2007) diferencien el que és un primer cop i el que és un segon cop, però és en el subapartat 6.2. del present treball on s'especifica i s'explica detalladament aquesta diferenciació.

5.6. LA PSICOLOGIA POSITIVA

La tradició en diferents indrets com Nord Amèrica, França, etc. ha recorregut, estudiat i admès la multiplicitat i diversitat de corrents i/o escoles psicològiques. Des de llavors, nombroses investigacions han assenyalat els inicis policèntrics de la psicologia durant el segle XIX, posant l'èmfasi en la pluralitat de problemes, d'objectes (des de la ment i el subjecte fins el comportament; des de l'organisme fins a la persona i la seva personalitat) i d'abordatges que han caracteritzat el naixement de la disciplina.

Martina, M. (1980) va ser la principal artífex de la Psicologia Positiva a Argentina, és una de les representants del sorgiment del concepte de promoció de la salut, fet que anticipa l'enfocament saludable dins el camp de les ciències socials.

Mariñelarena-Dondena, L. (2012) aporta que en el desenvolupament d'un enfocament positiu en la psicologia cal destacar tres grans fites. La primera fa referència a les aportacions realitzades per part de la psicologia humanística, en la que els representats més significants d'aquesta homologuen el concepte de salut psíquica al desenvolupament de potencialitats del psiquisme. La segona, fa esment a les anomenades investigacions independents de aspectes funcionals sobre el psiquisme com ara: la creativitat, la resiliència, el benestar psíquic, les intel·ligències múltiples, la teoria del apego i la intel·ligència emocional, entre altres. La darrera, fa referència a la orientació positiva proposada per Antonovsky, A. des de la sociologia de la medicina, en la que s'entén que la malaltia i la salut son extrems d'un procés continu, posant el interès en aquells components que fomenten moviments cap a l'extrem favorable del mateix.

La Psicologia Positiva, doncs, és la manifestació més recent d'aquest enfocament positiu dins la psicologia. Aquesta corrent és propulsada per Seligman, M. l'any 1998 gràcies al seu discurs inaugural com a president de la American Psychological Association (APA)¹⁹. Així com és podria dir que la resiliència analitza les circumstàncies negatives dels individus, i, alhora, centra els seus esforços en com treure d'elles tot lo positiu que hi pugui haver per així superar les situacions traumàtiques i difícils; aquesta corrent té un enfocament molt similar i es caracteritza per estudiar les qualitats positives que totes les

¹⁹ Mirar Annex 9.1. on es pot observar la campanya que va realitzar l'APA per promoure la resiliència, anomenada "El camí de la resiliència".

persones tenim i la manera de (el com) potenciar-les a través d'intervencions basades en evidències empíriques.

Segons la Societat Espanyola de Psicologia Positiva (SEPP) aquesta corrent és l'estudi científic de tot allò que fa que la vida mereixi la pena; i els seus resultats són aplicats a entorns tant educatius, com laborals i de desenvolupament personal. La investigació dins d'aquest àmbit es preocupa per temes, tal i com queda recollit a la SEPP, com ara:

- El benestar subjectiu (la "felicitat").
- Els estats d'ànim i les emocions positives com per exemple: l'alegria, el riure, la satisfacció, l'interès, l'amor romàntic, l'elevació, el deixar fluir, etc.
- Els plaers sensorials, intel·lectuals i estètics.
- Les fortaleses i les virtuts.
- Pràctiques saludables com l'optimisme, la gratitud, la meditació, l'exercici físic o l'expressió artística.
- Els interessos, les habilitats i els èxits.
- Les relacions personals positives.
- Les institucions (educatives, laborals, polítiques, culturals, etc.) positives.
- La transcendència i el sentit de la vida.

La Psicologia Positiva intenta complementar tots aquells avenços que es van produint en la societat d'avui dia entorn als trastorns mentals, amb la diferència que aquesta aporta un major enteniment pel costat positiu de la vida. Aplicant, doncs, aquella metodologia científica en aspectes de la vida que fins fa ben poc eren tractats explícitament per les escoles filosòfiques, les disciplines artístiques, la cultura popular i els llibres i manuals d'autoajuda.

A més a més, la Psicologia Positiva posa l'èmfasi tant en la construcció de competències com en la prevenció, afirmant que les emocions positives van entrelaçades amb la salut. *"Aquí és precisament on s'indica la possible unió entre emocions positives i resiliència. Les emocions positives serien un element positiu davant l'adversitat i afavoririen el sorgiment de la resiliència. Major nivell de felicitat, major protecció davant la depressió i*

l'ansietat, major perspectiva de futur davant una solució problemàtica o conflictiva provindrien de les emocions positives i això facilitaria la resiliència.” (Becoña, E., 2006, p. 136). No obstant, cal remarcar que tot i que la Psicologia Positiva i la resiliència tinguin elements en comú, són conceptes diferents tot i que és inevitable que quan es parla d'un impliqui parlar de l'altre i viceversa.

6. VISIÓ PRÀCTICA DEL CONCEPTE

Quan el concepte de resiliència va ser utilitzat per les ciències socials va permetre que s'eradiqués un cercle viciós degut a la manca d'experiències professionals amb aquells col·lectius²⁰ que tot i haver viscut circumstàncies problemàtiques i/o adverses van tindre l'habilitat per desenvolupar-se i seguir endavant; alhora, la situació provocava que hi hagués un prejudici científic desesperançat que estigmatitzava de manera doble aquelles persones que en certs moments de les seves vides ja havien sigut etiquetades per exclusió, maltractament, abandó, etc., en definitiva, judicis generalitzats i amb pocs – per no dir nuls – fonaments que sustentaven que tots ells no poguessin deixar de repetir aquells esquemes conductuals que havien vist i viscut en els seus entorns més propers – idea que al llarg del present treball s'està desmuntant per complert.

Doncs bé, quan la resiliència ja va disposar del seu espai dins el camp social, va donar peu a una important transformació en l'actitud i la mirada que es mostrava davant els casos de les persones citades en el paràgraf anterior, representant això quasi una revolució científica, tal i com ho anomenen Vanistendael, S. i Lecomte, J. (2002).

“Podem construir la resiliència? El gran interrogant és com aconseguir que una persona que ha patit o està patint situacions dures pugui aprendre estratègies que l'ajudin tant a suportar el cop com a restablir la seva estabilitat emocional.” (Maganto, C. i Maganto, J., 2010, p. 76)

Un gran nombre d'investigadors i pràctics facultatius que treballen sobre aquest concepte avui dia s'interessen no només en la definició i la visió teòrica del concepte, sinó en com es construeix el concepte i en la posada en pràctica del mateix.

Tot i la tipologia de professionals que es mostrarà en el subapartat 6.3., m'avanço afirmant que des d'aquí defenso aquella figura del professional reflexiu i crític, que parteix de la premissa de que no existeixen receptes absolutes per solucionar problemes; per tant, tenint present, com s'ha comentat anteriorment, que el concepte estudiat (la resiliència) és

²⁰ Vanistendael, S. i Lecomte, J. (2002) a *La felicidad es posible* parlen concretament d'aquesta manca de praxis en relació a la infància.

tant teòric com pràctic i, no obstant, sent conscient que el treball realitzat és un aprofundiment teòric, en aquest apartat no pretenc donar pautes de com treballar la resiliència, sinó realitzar una aproximació a la visió més pràctica del mateix concepte.

Totes aquelles persones que han viscut situacions límit, difícils, doloroses, etc., poden testimoniar una nova filosofia i manera d'entendre l'existència gràcies al desenvolupament íntim que han experimentat degut a aquestes circumstàncies.

El fet de preguntar-se en primera persona que fer a partir d'ara o que es farà amb la ferida experimentada, segons Cyrulnik, B. (2001), convida a revelar la part "sana" d'un mateix i a sortir en busca de qualsevol mà estesa; i és això el que, segon aquest autor, fa teixir la resiliència en una persona. És a dir, no és un fet que es trobi únicament en l'interior de la persona, ni exclusivament en el seu entorn, sinó en ambdós llocs perquè, com he dit anteriorment, cada individu és únic i diferent als altres però viu en societat, per tant, el desenvolupament individual va lligat al procés social del propi ésser humà.

Cyrulnik, B. (2001) relata que els treballadors dins de l'àmbit social – donant significació a l'any en el que ho narra – accepten que la genètica hi pot tenir quelcom a veure però, alhora, aquest autor manifesta que aquella socialització primària (família), secundària (l'escola) i les interaccions que es donen en aquest procés primerenc de la persona són molt més significatives, fent doncs que tant la institució familiar com la social siguin les que sustentin lo essencial del discurs.

Cal recordar, com s'ha fet al llarg del present treball, que tothom és resilient, ja que tots nosaltres en un moment o un altre de la vida hem experimentat el sentiment de sofriment i de dolor i, per tant, hem tingut l'oportunitat de sortir reforçats davant d'aquestes situació. Al mateix temps, però, el fet de que la resiliència sigui un concepte tant ambigu, dinàmic i canviant implica que es manifesti de manera diferent en cada persona i, inclús, que un mateix sigui resilient en una situació i en una altra no, supervivent en un moment i malparat en un altre.

Mentre més dura sigui la vida i tot allò que ens passa, més probabilitats hi ha de que la considerem injusta; no obstant, aquestes sensacions i sentiments de patiment, dolor, ràbia, impotència, etc., no tenen perquè anar lligats a signes de depressió i abandonament.

Tota persona, en el transcurs de la seva vida, en el seu dia a dia, està en constant canvi, transformació, procés, evolució, etc., fet que, evidentment, també es veurà reflectit en el moment en que es trobi davant de certes situacions problemàtiques i/o traumàtiques ja que aquests fets, segons aquest plantejament, no tindran, en qualsevol etapa de l'existència, els mateixos efectes sobre el individu. Per tant, seguint el que diu Cyrulnik, B. (2001), els traumes són sempre desiguals: succeeixen en moments diferents i en diferents construccions psicològiques. Segons aquest autor, aquestes situacions extremes poden servir de “fars” que il·luminen i teixeixen vies de pas encara poc conegudes per la persona.

El dolor i el patiment, són emocions que veritablement tenen molta força dins de l'estat d'ànim d'un individu fins al punt d' arribar a colonitzar tot el seu ésser i, quan aquests són realment molt forts, poden arribar a fer que la persona quedi sotmesa a la percepció dels mateixos. Per tant, és fonamental ser realistes i acceptar que el dolor, el patiment, el sofriment, etc., formen part de l'existència humana i, per tant, cal acceptar-los i ser-ne conscients; però la clau està en el fet de cercar l'equilibri entre aquesta acceptació i la capacitat de no deixar-se dominar pels mateixos i poder cercar habilitats i estratègies que permetin agafar distància i transformar aquests sentiments en d'altres més positius o, si més no, gestionar-los perquè no dirigeixen les nostres vides.

Doncs bé, quant realment s'ha aconseguit agafar una mica de distància, poc a poc, es podrà anar convertint la situació, tal i com diu Cyrulnik, B. (2001), en una representació teatral o quant la memòria d'aquests successos traumàtics es metamorfoses en una rialla o en una obra d'art, fent que la desgràcia sigui més suportable, retornant a ser l'amo d'un mateix i eradicant, en certa mesura, el sentiment de víctima. Siebert, A. (2007); Forés, A. i Grané, J. (2007; 2012); Maganto i Maganto (2012); també recolzen aquesta idea de que si la situació i la realitat que estem vivint són veritablement monstruoses cal transformar-les per tal de fer-les suportables i, per tant, hi ha la necessitat de sotmetre-les a una metamorfosi.

Aquesta representació de la/les situació/ns traumàtica/ques donen peu a que sigui hom qui domini els fets i no pas que els fets dominin a hom, alhora permet refredar el procés i posar-hi distanciament. Aquestes projeccions mitjançant la paraula, a través d'un assaig, d'una novel·la, etc.; l'art, a través del dibuix, el teatre, etc.; l'acció o el compromís social, a través de la creació de moviments socials o associacions que promouen i/o lluiten

per alguna causa; i sobretot, tal i com manifesten molts autors (Cyrulnik, Tomkiewicz, Guénard, Vanistendael i Manciaux, 2004; Forés i Grané, 2007, 2012; Melillo i Suárez, 2008), la importància de l'humor, poden servir perquè després d'haver viscut situacions traumàtiques la persona sigui capaç de transformar-les i transmetre-les a través de qualsevol d'aquest mitjans compartint i, si els altres també ho poden representar i interpretar, aleshores pugui ser possible convertir aquests patiments en quelcom útil i bell per a un mateix i la resta de la societat. Tot això permet admetre el trauma, dirigir-lo i fer-lo pròxim i familiar, inclús al llarg del temps; depenent de la persona, la situació i el context, pot arribar-se a convertir-lo en un fet agradable després d'haver-lo transformat. Realment una persona que ha viscut aquestes situacions adverses reprèn el seu equilibri i felicitat quant tot aquest dolor, patiment, etc., el sap reutilitzar per evitar la desgràcia o, si més no, el gestiona i l'hi fa front per respondre a possibles situacions futures similars.

Si es ressegueix tot el que s'ha esmentat en aquests últims paràgrafs es pot arribar a entendre que no és gens estrany que moltes persones resilients estiguin associades amb produccions artístiques, com s'ha pogut veure en apartats anteriors alguns dels autors citats han utilitzar l'escriptura amb aquest fi ²¹. És aquí on Forés, A. i Grané, J. (2007) diuen que: *“l'arma principal per afrontar l'adversitat és la fantasia. Ja que aquesta es considera que aporta un efecte defensiu i adaptatiu i constitueix el recurs intern més apreciat de la persona que pateix l'horror.”* (Forés i Grané, 2007, p. 49).

El fet de treballar la resiliència comporta elaborar un projecte creatiu, crític i reflexiu que permeti allunyar-se del passat i transformar el dolor que es sent en un record que doni peu a l'aprenentatge, al creixement i inclús, en algun moment, pot esdevenir un acte divertit. Qualsevol persona que ha patit situacions doloroses, problemàtiques, traumàtiques, etc., no pot tornar a la situació prèvia com si res; però, malgrat tot, tampoc és gens convenient nodrir el rancor ni els sentiments de ràbia, impotència i venjança.

Forés, A. i Grané, J. (2007) consideren que cal fer un bon ús de l'oblit i també un bon ús de la memòria. És a dir, per una banda és necessari oblidar aquells records i imatges més doloroses per tal d'estalviar aquells passos que acaben interferint constantment en les possibilitats de sortir endavant i sortir reforçats de les diverses situacions que es puguin

²¹ Mirar Annex 9.2. on es mostra la biografia d'alguns d'ells.

donar; d'altra banda, és necessari poder/saber escollir aquells elements de la vivència traumàtica que realment permeten aprendre i avançar. Pel que fa al segon factor, la memòria, cal poder buscar aquell equilibri que permeti recordar i entendre el passat i tot allò viscut per tal de poder aprendre dels errors i rectificar, o no tornar a reproduir certs comportaments, i així evitar futures situacions, actituds, conductes, etc., no volgudes, sempre i quant aquestes estiguin en mans de la persona. El que Forés, A. i Grané, J. (2007) anomenen com record resilient no consisteix en reprendre el sofriment passat sinó, tot el contrari, consisteix en transformar el dolor passat, en poder donar-l'hi un determinat ús – com s'ha comentat anteriorment en el cas de convertir-ho en quelcom artístic –, per així no difondre el trauma real, sinó l'experiència traumàtica mitjançant la seva representació. Per tant, **cal tenir present que el primordial no es fer memòria sinó saber què recordar, com i amb quina finalitat.**

Com s'ha anat esmentant al llarg del present treball tots som resilents però no tenim perquè ser-ho sempre ni mai de la mateixa manera. Quan l'aptitud resilient del individu falla es desenvolupa l'aparició de símptomes com ara: tristesa, ràbia, impotència, ansietat, insomni, irritabilitat, símptomes psicossomàtics, etc., – que val dir que poden ser sentiments totalment naturals davant les situacions adverses que pot viure hom – símptomes que si perduren en el temps, i no són progressivament gestionats adequadament, poden projectar i simbolitzar la insuficient capacitat personal de superar la crisi. Així doncs, treballar per fomentar la resiliència implica estar atents per saber i poder activar aquells remeis i estratègies insospitades que permeten fer front a les adversitats que estan al nostre abast.

Uns altres elements fonamentals, que es desenvoluparan més endavant en el present treball, són la necessitat de reforçar els vincles familiars de la persona i compartir el conflicte amb un interlocutor (com a mínim) per tal d'ajudar a superar la fase de crisi; tenint present que també es fonamental descobrir, conèixer i empoderar a la persona a través de les potencialitats de la mateixa i així possibilitar, quan abans millor, la recuperació de certa estabilitat.

Hi ha autors (un exemple n'és en Rocamora, A. (2006)) que, a més a més dels dos factors esmentats anteriorment, exposen en el seu discurs que per poder duu a terme tot el procés citat és necessari que aquest sigui acompanyat de un tractament psicoterapèutic –

cal recordar que l'autor es posiciona des d'una orientació psicoanalítica – amb el que es pretén que la persona reconduïx i potenciï els seus propis recursos i les seves qualitats resilients.

És fonamental tenir en compte en tot moment i no passar per alt tots aquells símptomes que es poden desencadenar abans, durant o després de la situació traumàtica, ja que en moltes ocasions són els que més afecten a la persona i estan més presents i interfereixen en el seu dia a dia. És en aquest punt on es podrien diferenciar tres posicionaments en els autors: aquells que estan a favor de la terapèutica farmacològica com a únic instrument necessari; un segon grups estaria integrat per aquells que, a més a més, també son conscients de la necessitat d'altres tractaments psicoterapèutics; i, per últim, situaria a aquells autors que només creuen en el treball amb les persones i no estan a favor d'utilitzar sistemes farmacològics per fer front a la complexitat humana.

Cal admetre que tant és possible que les persones canviïn i s'adaptin després d'una ferida com no. La qüestió recau en com es produeix aquest canvi, aquesta adaptació sana²² - que no vol dir conformar-se – i el suport que rep la persona i l'acompanyament professional (si n'hi ha) al qual pugui accedir.

Les histories vitals de les persones no són un destí ni son lineals, res queda escrit i fixat per sempre; la resiliència, doncs, constitueix un procés natural en el que en algun moment donat poden entreteixir-se el que Cyrulnik, B. (2001) anomena medis ecològics, afectius i verbals i, en el moment que algun d'aquests factors falli, pot passar tant que la persona s'enfonsi, com al mateix temps sigui suficient que amb la presència d'un únic punt de suport la persona pugui continuar endavant.

El parlar de resiliència val dir que no és un fet que sigui evident i palpable a simple vista sinó que, com a procés que és, té un camí a recórrer. En el moment que la persona esta travessant per circumstàncies adverses és obvi que no veu res més que el dolor, el patiment, la ràbia, la impotència, etc., i no és fins al cap de un temps que realment es podrà parlar de resiliència i de procés i persona resilient. Cal tenir present, també, que aquest procés dinàmic tampoc es pot improvisar, tot i que cal reconèixer la seva complexitat i

²² Són Forés, A. I Grané, J. (2007) qui parlen d'aquesta adaptació sana.

l'existència de múltiples factors que poden dependre o no de la persona. Reiterant, doncs, que és una situació que neix, creix i mort amb la persona durant el transcurs del seu recorregut vital.

Rocamora, A. (2006), però, aporta una altra perspectiva dins d'aquesta línia de pensament i d'idea de procés constructiu al llarg de tota una vida – fonamentat des d'una visió psicològica – ja que segons ell és durant els primers anys de vida de la persona, concretament durant la infància i l'adolescència, quan es pot afavorir o entorpir la capacitat resilient. A més a més, han de tenir-se en compte aquells aspectes psicològics de la persona, el seu entorn, i la participació de la pròpia persona en el propi procés de creixement. Ell deixa constància de que és inútil pretendre crear éssers totalment complets i perfectes, és a dir, és quasi impossible evitar totes les possibles deficiències durant el desenvolupament del infant, com ara: una atenció incompleta, falta de puntualitat i rapidesa davant les seves necessitats i demandes, etc. Són expressions no d'un món negatiu sinó imperfecte. És impossible tenir-ho tot com i quan un vol; per tant, l'autor planteja que cal que l'infant, ja des dels inicis, aprengui a acceptar les seves frustracions per, així, quan sigui adult no fracassi davant aquelles contrarietats i adversitats que vagi experimentant al llarg de la seva vida. Aquells pares, mares, tutors, etc., que volen i pretenen, en excés, que els seus fills/es mai pateixin estan provocant, sense donar-se'n compte, que quan aquests/es esdevinguin adults no sàpiguen fer front als conflictes que aniran sorgint en la vida quotidiana; tot i que també cal reconèixer que l'altre extrem on s'acumulen un excés de contrarietats pot dificultar un desenvolupament sa.

6.1. CREACIÓ DE SENTIT

Aquesta secció és podria aproximar a l'apartat del que abans hem parlat i que Peñalver, C. (1987) anomenava precepte teleològic dins la teoria sistèmica. No obstant, són Forés, A. i Grané, J. (2007; 2012) els principals autors que treballen aquest element imprescindible per tal de construir la resiliència i donar sentit a tot allò que et passa. Com diuen els mateixos autors, cada societat esta en continua construcció d'un *nomos*²³, és a dir, un món

²³ Per Forés, A. i Grané, J. (2007) utilitzen el concepte de *nomos* per fer referencia a quelcom que proporciona ordre i sentit.

amb significació i, alhora, que configuri un àrea que proporcioni el suficient sentit a cada persona per defensar-se d'allò no desitjat i temut.

Quan es dona (o s'intenta donar) raó del patiment, del mal, de la mort, etc., la seva assimilació sembla més fàcil, ja que qualsevol amenaça, por o adversitat a més a més de ser viscuda també ha de ser explicada. Aquestes explicacions segons Forés, A. i Grané, J. (2007) s'anomenen teodicees²⁴, és a dir, aquell conjunt de sentiments, representacions i actituds que la societat proporciona a qualsevol persona perquè pugui superar les adversitats que es van donant, amb freqüència, en els atzarosos camins de la vida.

Aquesta tasca de dotació de sentit a la vida i a tot allò que esdevé darrera d'ella no és quelcom que es pugui realitzar únicament a nivell individual amb un mateix, sinó que té lloc i es construeix mitjançant la comunicació, per tant, en la comunitat.

Tot i la singularitat i particularitat de l'esser humà, com ja s'ha repetit al llarg de la present exposició, aquest no està sol: neix, creix, viu i mor en societat, és a dir, tots ens desenvolupem en comunitats de vida (la institució residencial on vivim de petits, la família, la comunitat terapèutica, la presó, etc.), i aquestes sovint acostumen a ser comunitats de sentit. Seguint aquests autors "*tota comunitat de vida pressuposa l'existència d'una mínima comunitat de sentit.*" (Forés i Grané, 2007, p. 91).

El que realment és contraproductiu i considero que caldria evitar és el fet de donar a entendre a la persona que tot allò que li passa no hi ha perquè, és a dir, no es pot deixar de banda ni obviar qualsevol possibilitat de dotar d'un mínim sentit a allò que li ha passat i t'està explicant. Si a la persona que ha patit una agressió, del tipus que sigui, no se'l ajuda a trobar sentit a la seva experiència no podrà reorientar i ubicar la situació viscuda.

És evident, però, que no tota pregunta té resposta, ni tota explicació té la seva pregunta. No hi ha una bona ni única resposta davant les coses. Però també es evident el fet de que per poder donar suport i acompanyar a una persona que ha viscut certes situacions traumàtiques cal donar lloc a que hi hagi un procés de construcció de sentit, en el que sigui

²⁴ *Teodicea* etimològicament vol dir justícia divina. Segons Forés, A. i Grané, J. (2007) les teodicees ens proporcionen sentit.

la pròpia persona qui trobi les seves pròpies respostes, que sempre seran seves i únicament adaptables a ella i a la seva situació. Com ja he dit anteriorment, un mateix fet és viscut totalment diferent per dues persones. Per tant, quan hi ha la habilitat de traduir en paraules, en il·lustracions verbals susceptibles de ser compartides, les imatges, vivències i emocions tingudes atorgant sentit a tot plegat es quan “*els tornem a integrar a la nostra comunitat de vida, els conferim humanitat.*” (Forés i Grané, 2007, p. 91). És a dir, aquesta construcció de sentit possibilita recobrar, entre altres coses, el sentiment de pertinença i identificació a un grup que empra les mateixes explicacions, el mateix llenguatge i les mateixes imatges (un exemple podria ser quan una persona que ha tingut problemes amb les drogues i se’n ha ensortit fa xerrades a persones que tenen problemes amb les mateixes, de manera que aquestes s’identifiquen més entre si i l’explicació donada té un impacte més significatiu), per tant la persona ja no té una visió tan negativa i culpabilitzadora d’ella mateixa, fent evident que tothom pot recuperar el seu benestar i tot allò positiu que té la vida, malgrat les adversitat que hagi pogut viure.

En definitiva, queda palès que la resiliència es construeix sobre aquest atorgament de significat, ja que donar sentit a la vida representa un component bàsic que permet a la persona que ha patit una agressió (en el sentit ampli de la paraula) sobreposar-se a les seves dificultats i possibilita conviure amb aquest malestar.

Quan la recerca de sentit continua, indefinidament, sense trobar resposta, la ferida no aconsegueix cicatritzar del tot ni adequadament i el patiment inquietant i dolorós persisteix durant molt de temps; és aquí on cal lluitar, treballar i centrar els esforços perquè s’experimenti un desenllaç avantatjós ja que, aleshores, la persona en qüestió podrà prosperar en el seu procés de transformació.

6.2. VINCLES I ENTORN

Una actitud resilient, seguint a Rocamora, A. (2006), és aquella que té en compte les capacitats de l’individu (intel·ligència, aspecte social, etc.) i procura desenvolupar-les al màxim possible per assolir aquest equilibri inestable que ell ho anomena com a salut mental.

Un altre element fonamental a tenir en compte són els vincles. Rocamora, A. (2006) parla de que els vincles sans amb els pares, germans, professors, amics o qualsevol figura representativa per a l'individu afavorirà – tenint present la visió psicoanalítica de l'autor – un “jo fort” que permetrà resistir els vaivens de la vida.

Així doncs, tota persona podrà desenvolupar-se psicològicament sempre i quant per una banda es sàpiga reajustar de manera favorable a la nova situació, és a dir, allò important no és la naturalesa de la crisi, sinó com cada subjecte respon i es situa en relació a aquesta i això queda estretament relacionat tant amb la seva capacitat de resiliència com amb el tipus de vincles establerts amb els que compta la persona.

Arribat a aquest punt, doncs, és important destacar que cada persona es senti estimada pel que és i no pas pel que té o aconsegueix (per exemple: un infant ha de ser estimat pel que és, com a fill i no en funció de si treu bones notes, té èxit amb les parelles, etc.). També caldria recordar quan Winnicott, D. (1965)²⁵ parlava de que aquells vincles suficientment bons eren els que es basaven principalment en l'essència del subjecte com a tal i no en la seva aparença i, per tant, no ofegaven el desenvolupament del mateix individu ni la construcció de la seva imatge i semblança, sinó que afavorien el desenvolupament de les habilitats de les persones.

Quan la persona que ha experimentat una situació difícil i complexa li explica a una altra persona de l'entorn el terror que ha viscut i aquesta li respon amb un gest de rebuig, o inclús de repugnància, la reacció que es produeix fa que just en aquest moment, segons Forés, A. i Grané, J. (2007), contribueixi a que el seu patiment esdevingui un trauma. La persona ferida necessita allunyar-se dels sentiments negatius i demolidors i convertir-los en positius per poder tornar a sentir cert equilibri; però perquè això sigui realment possible cal que l'entorn ho permeti, l'ajudi i l'acompanyi en aquest procés, en definitiva, que li retorni la confiança en la vida i les persones.

Forés, A. i Grané, J. (2007) fan una clara diferenciació entre cop i trauma; venen a dir que per transformar un cop en trauma cal que hi hagi una segona agressió, i aquesta té lloc en la representació de la primera ferida. És a dir, el primer cop que rep la persona

²⁵ Winnicott, D. (1896-1971): Va ser un cèlebre pediatra, psiquiatra i psicoanalista anglès.

s'encaixa en la vida real i causa el patiment de la ferida i de la mancança. Els autors posen l'exemple de la violació, del maltractament. I pel que fa al segon cop, doncs, fan referència a quan la persona pateix i es veu estigmatitzada, menyspreada, abandonada o no compresa pels qui l'envolten. Quan l'entorn proper de la persona afectada reacciona dient que el trauma no existeix, que no n'hi ha per tant, que mai es podrà recuperar, que no hi ha esperança o inclús culpen a la persona de la seva situació dient-li que ella mateixa s'ho ha buscat, etc., és doncs quan el trauma esdevé en quelcom demolidor ja que impossibilita la reparació i la cicatrització. Per tant, és en tant els relats socials com en el discurs intern de la persona on es pot desenvolupar i forjar – o no – l'efecte devastador del trauma. Per superar el primer cop del que parlen els darrers autors citats, cal que hi hagi un treball lent i curós en el temps de cicatrització, sobretot en la memòria de la persona en qüestió. D'altra banda, per minvar el sofriment del segon cop, cal modificar la idea que es fa cadascú dels esdeveniments viscuts, és a dir, cal transformar la representació de la desgràcia i la seva posada en escena davant dels altres ja que la manera en que tant l'entorn familiar com cultural parla i interpreta la ferida pot disminuir el patiment o empitjorar-lo en funció del tipus de relat que aquest entorn elabori al voltant de la situació i de la persona/es que el pateixen.

Cyrulnik, B. (2002); Barudy, J. i Dantagnan, M., (2005); Barudy, J., i Marquebreucq, A-P., (2006); Becoña, E., (2006); Rocamora, A. (2006); Maganto, C. i Maganto, J., (2010) també estan d'acord en la importància i la necessitat de que la persona resilient es trobi en un context sà i acollidor on almenys una persona d'aquest entorn (mare, pare, professor, amic, etc.) sigui capaç i estigui predisposat a ajudar a posar en activitat totes les potencialitats del individu en qüestió. Cyrulnik, B. recorda que tot això, en paraules de Bowlby, J. (1958)²⁶, faria referència ha aconseguir un “apego segur” entre l'infant i els seus progenitors, entenent aquests com aquella figura més significant en el transcurs del seu creixement psicològic.

Forés, A. i Grané, J. (2007) també aporten una metàfora que segueix aquesta idea dels darrers autors citats; ells ho anomenen com aquella “mà amiga”, fan referència a una

²⁶ Bowlby, J. (1907- 1990) es considerat un dels psicòlegs més influents del segle XX per les seves aportacions a la teoria del lligam o aferrament (*attachment theory*), la qual estudia el vincle entre les persones, fruit de la manca d'atenció que va rebre dels seus pares, traslladant 'ho entre nens de classe alta de l'època.

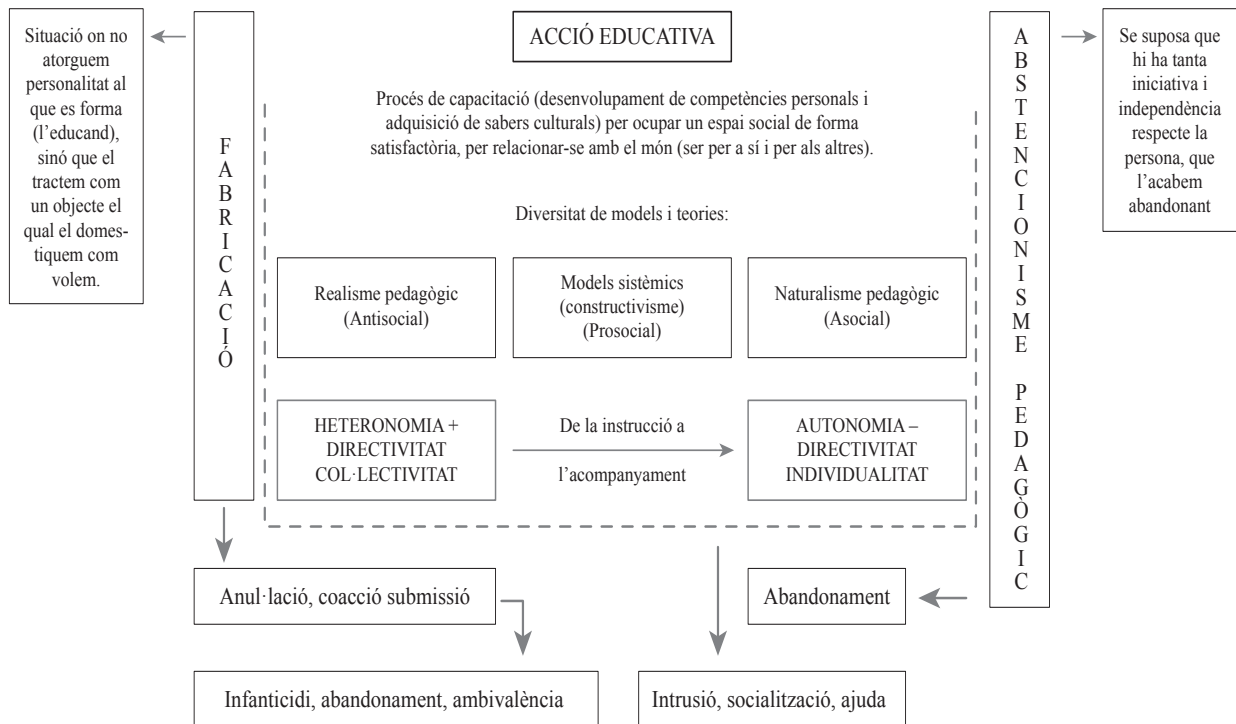
tercera persona (que ells anomenen: tutor de resiliència); fet que també es pot associar a un indret, un succés, etc.. És a dir, quelcom que possibiliti i estimuli la superació i el reaparèixer de la persona una vegada hagi passat la situació adversa.

La funció que desenvolupen els qui realitzen aquesta xarxa de seguretat, de recolzament favorable i ferm no han de fer-la des de l'ansietat (figura sobreprotectora); ni des de la indiferència (figura passota); sinó des d'un estil pròxim que també deixi que la persona²⁷ sigui conscient de les pròpies limitacions i del entorn en el que es troba, seguint doncs, l'espai de seguretat del qual parlaré en el subapartat següent.

No s'és millor quant es complauen al instant les exigències de la persona en qüestió (quan els pares donen de seguida el que el/la fill/a demana); sinó quan es transmet seguretat, respecte i confiança malgrat les dificultats que es puguin donar o pugui tenir la persona. Traslladant-ho a la infància, tal i com ho fan els autors – ja que és el inici de socialització de tota persona – un vincle sa amb els progenitors o tutors del infant, a més a més de tenir una funció de protecció, afavoreix el creixement emocional del mateix i possibilita que aquest sigui conscient i reconegui tant les seves limitacions com les seves potencialitats. A continuació mostro una representació esquemàtica de les diferents postures que es poden adoptar dins l'acció educativa, per tal de clarificar les diferències entre ambdós extrems.

²⁷ Bowlby, J.; Cyrulnik, B.; Rocamora, A. ho focalitzen en la infància de la persona, quant s'és nen/a.

El problema de la directivitat en l'acció educativa



Quadre extret de l'assignatura Teories i Processos Educatius de 1r Grau d'Educació Social a la Facultat Pere Tarrés, impartida per Vilar, J. (2009)

Quadre 2

Així doncs, com s'ha pogut observar en el quadre anterior tota acció educativa, i en el cas que ens ocupa concretament la que exerceix la figura familiar – o tutors, família extensa, etc., en aquells casos on hi hagi absència del nucli familiar principal, entesa com a element fonamental en la socialització primària de tota persona –, per tal de que sigui el màxim d'òptima possible, ha de ser aquell procés de capacitació que permeti el desenvolupament i l'aprenentatge global, social i cultural de la persona i així que aquesta pugui ocupar de manera satisfactòria un espai social en el qual créixer i relacionar-se. Per tal de fer aquesta acció educativa el màxim de satisfactòria possible, cal renunciar a convertir la relació de filiació, de tutoria, professional, etc., en una relació de causalitat o de possessió, és a dir, aquella persona que s'està educant no és una pertinença del educador sinó que és algú que té el seu propi itinerari, amb vivències úniques i irrepetibles. És imprescindible reconèixer a aquell que arriba com a una persona que no es pot modelar al gust del/s educador/s, per tant cal trobar maneres i mecanismes per poder fer front als desacords que es vagin produint. S'ha d'acceptar que la transmissió de sabers i coneixements no es realitza mai de manera mecànica ni quan l'educador vol, ja que tot

aprenentatge és evident que suposa sempre una decisió pròpia de la persona que aprèn, és a dir, l'altre aprèn i canvia si vol. Per tant, cal inscriure en tota activitat educativa la qüestió de l'autonomia de l'individu perquè és únicament ell/a el/la que pot fer, decidir, canviar, aprendre, etc., quan, com i on vol.

No obstant, com ja s'ha comentat, per que es pugui promoure de manera més satisfactòria la resiliència en una persona cal que aquesta compti amb el suport d'un entorn sa; aquest acompanyament és evident que no només a de basar-se en fer acte de presència, sinó que és fonamental l'actitud i posició en relació a la persona afectada. És a dir, com s'observa en el darrer quadre, hi ha dos extrems molt perillosos als quals ens pot avocar l'acció educativa d'una persona: l'anul·lació, coacció i submissió o l'abandonament. És evident que la resiliència s'allunya totalment d'ambdós extrems perquè, com he mencionat anteriorment, tota persona que ha passat, o està passant, per una situació problemàtica necessita d'un suport positiu, respectuós, capacitador, amable i útil per que realment aquest entorn socioeducatiu pugui acompanyar en aquests moments difícils i fer que la persona en qüestió acabi reeixint de la situació traumàtica viscuda.

La resiliència, doncs, difícilment pot néixer en la solitud. La solidaritat i la confiança dels altres: ja sigui del grup d'iguals, de la família, de professionals,..., són circumstàncies que qualsevol persona necessita per pogué ser capaç de recobrar la confiança en si mateixa i les seves habilitats afectives.

Arribat a aquest punt, seguint la línia de la resiliència enfocada al infant i la relació d'aquest amb el món a través de la família, considero interessant aproximar-nos als quatre estils de família que aporta Cyrulnik, B. (2002); les he plasmat en la següent taula, per tal de poder veure que el fet de potenciar la resiliència aniria encaminant cap aquell estil de família cooperant que, alhora, també arriba a trobar l'equilibri entre la fabricació i/o l'abandonament pedagògic dins l'acció educativa que li correspon.

<i>Tipus de famílies:</i>	Famílies cooperadores	Famílies estressades	Famílies que cauen en el abús	Famílies desorganitzades
<i>Tipus de vincles:</i>	Protecció	Evitació	Ambivalent	Desorganitzat
<i>Conclusions de Cyrulnik, B.:</i>	Un infant impregnat de vincle protector té adquirit un comportament de seducció capaç d'entendre als adults i transformar-los immediatament en base de seguretat.	Els nens amb vincles afectius d'evitació mantenen a distància als responsables que estarien disposats a ocupar-se d'ells.	Són de mal pronòstic, ja que els adults, degut a lo difícil que és estimar a aquests nens, es desenganxen d'ells o els rebutgen	Són de mal pronòstic, ja que els adults, degut a lo difícil que és estimar a aquests nens, es desenganxen d'ells o els rebutgen

Quan els discursos tant familiars com culturals es basen en la comprensió, el respecte i en clau de futur, d'evolució i progressió; quan el sentiment d'haver estat ferit es va tornant cada vegada més lleu, és llavors el moment de treballar la cicatrització de la ferida, de la primera ferida de la qual parlava abans, ja que això voldrà dir que no hi ha hagut una segona ferida produïda per l'entorn.

El procés de resiliència no és únicament una tasca individual que només pugui i hagi de fer un mateix, sinó que també és construeix lluitant contra aquells discursos familiars, culturals o institucionals que profetitzen la desgràcia; cal transformant-la en respecte, comprensió i treball en equip, basant-se en l'evolució i construcció conjunta de tots els agents implicats per avançar i sortir reforçats davant les adversitats viscudes.

A continuació considero important ressaltar que Forés, A. i Grané, J. (2007) en el seu llibre, seguint l'orientació de la visió sistèmica, fan una aportació de la resiliència en relació a diferents àmbits, i el de la família queda especificat a continuació.

- *La família resilient:*

S'entén que la família resilient és aquella que permet a cadascun dels seus integrants la capacitat de prosseguir desenvolupant-se i evolucionant davant les adversitats i, tot i així, continuar assegurant i mantenint una coherència en la seva persistència envers la unitat familiar. Alhora, és aquella que aconsegueix comprendre els successos de la vida com a part d'un procés continu i constructiu de desordres i consolidacions.

Segons la classificació que realitza la psicòloga Grotberg, E. (1995) els factors de suport que promouen la resiliència es poden categoritzar en tres dimensions: la dimensió interna, formada pels suports interns extrets dels elements positius del nostre caràcter; la dimensió externa, que és la que aglutina els suports externs de familiars, amics, models de conducta o serveis institucionals; i la dimensió social, la qual comprèn la interacció amb els altres i la capacitat de resoldre els problemes²⁸.

JO TINC	JO SÓC
Suport social	Fortalesa interna
JO ESTIC	JO PUC
Disposat a fer	Habilitats

Aquesta taula mostra la versió catalana que aporten Forés, A. i Grané, J. (2007) (també hi ha altres autors que posteriorment han fet les seves referències com Melillo i Suárez, 2008; Moreno, 2011) de les tres fonts, aquestes es desdoblen en quatre eixos de coordenades mitjançant la distinció del verb anglès “to be”, traduït al català en “ésser” i “estar”.

Així doncs, segons l'autora, les mares i/o els pares representa que són els qui han d'ajudar a promoure el “jo sóc” i el “jo puc” de cadascun dels seus integrants. En un sentit més ampli es pot entendre, doncs, la família resilient com aquella unitat familiar que crea i promou formes actives, saludables i sensibles de satisfer les necessitats i el desenvolupament de cadascun dels seus components; i per tal de donar lloc i construir aspectes resilients cal que fomenti condicions com:

- ✓ Establir unes estructures i unes regles clares i coherents dins l'habitable.
- ✓ Donar-se ajuda i suport mutu entre els progenitors.

²⁸ Mirar Annex 9.3. on es desenvolupa més aquesta aportació.

- ✓ Dissenyar estratègies familiars que permetin afrontar les situacions de manera eficaç.
- ✓ Dur a terme una cura i cria efectiva.
- ✓ Fonamentar una interacció i un vincle afectiu entre pares i fills amb molt de caliu; en el cas que aquesta presència d'una relació càlida i de suport sigui només d'un dels/les progenitors/res ja protegeix i atenua els efectes nocius que pugui generar un medi advers.
- ✓ Promoure i engendrar expectatives positives dels pares sobre el futur dels seus fills.
- ✓ Mantenir i assegurar responsabilitats compartides en la llar, per tal que hi hagi un clima relacional horitzontal.
- ✓ Donar suport a les activitats escolars dels fills per part dels progenitors.
- ✓ Possibilitar xarxes familiars i xarxes de suport externes (amistats, veïnatge, etc.) fortament esteses i sòlides.
- ✓ Permetre la participació de tota la família en activitats extrafamiliars (com associacions, clubs, etc.).
- ✓ Plantejar oportunitats de desenvolupament i responsabilitats extrafamiliars com voluntariat, treball, estudi, etc.

La resiliència, doncs, tot i lo abstracte, complexa i dinàmica que pot arribar a ser, es miri per on es miri, manté una actitud positiva i plena de connotacions optimistes ja que potencia el respecte, el bon tracte, la confiança, l'esperança, l'empatia; en definitiva, ens dóna exemple de la necessitat – i importància – de reconèixer i acceptar a l'altre com a persona que és, tal i com és, sense peròs.

6.3. ESPAI DE SEGURETAT

Qualsevol context educatiu té la finalitat d'assegurar algun tipus d'èxit, progrés i/o desenvolupament de capacitats i aprenentatges socials en el procés d'incorporació social autònom de la persona. Perquè això sigui realment així cal que hi hagi, tal i com deia Meirieu, Ph. (1998), un espai de seguretat, el qual implica controlar i preveure el risc i assegurar certs aprenentatges, on la persona pugui atrevir-se a fer quelcom que encara no sap fer, sense patir les efectes d'un possible error. Així, seguint a Bronfenbrenner, U.

(1979), ha de ser, també, un escenari de desenvolupament en el que es potenciï les diferents capacitats personals i col·lectives (cognitives, socials, morals, emocionals, estètiques, etc.), sempre i quan sigui un espai en el que la persona que està aprenent es pugui atrevir a fer quelcom, experimentar alguna cosa que no hagi fet mai ja que no rebrà les conseqüències del acte.

Així doncs, aquest espai de seguretat suposa la construcció d'un ambient estructurat que permeti que hi hagi un control del risc, s'analitzin les conseqüències i es defineixin els continguts d'aprenentatge i les àrees de desenvolupament. No obstant, cal poder identificar i diferenciar la singularitat entre la idea Vygotskiana de la Zona de Desenvolupament Pròxim i el establiment de suports. El primer fa referència a aquella distància i espai que hi ha entre el que la persona sap fer sola i el que pot arribar a fer amb l'ajuda d'una persona que estigui més capacitada. El segon, és aquell suport que es proporciona cap algú quan l'aprenentatge no està consolidat del tot.

6.4. QUAN AL COSTAT HI HA UNA PROFESSIONIÓ

És evident que el present treball està orientat des de la praxis de l'acció social i de la utilització del concepte estudiat dins la mateixa, però arribat a aquest punt considero interessant dedicar un subapartat a aquells casos on hi ha específicament el paper d'un professional que acompanya i dóna suport a la persona tant en els moments de crisi com en aquells en que la persona se'n està ensortint; deixant clar, però, que no sempre hi ha d'haver-hi algun perquè la persona esdevingui resilient.

Per començar, cal deixar constància que en tota relació professional dins d'una acció, una intervenció, etc., educativa no es pot confondre el no-poder de l'educador pel que fa a la decisió d'aprendre de l'educand i el poder que sí té l'educador de crear totes aquelles condicions que possibilitin, o no, aquesta decisió.

He considerat que la millor manera de proseguir era plasmar en les següents taules els tipus de professionals que es poden trobar dins la praxis social, ja que en funció d'aquells la intervenció, els efectes i els resultats d'aquesta seran uns o uns altres.

<u>Tipologia de professional:</u>	
Treballador	<p>Es concep l'espai d'intervenció com un sistema jeràrquic on el director, gerent, institució,..., decideix què, com i quan ha d'ensenyar la persona que està en contacte directe amb el destinatari.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El professional no participa de la presa de decisions. - La planificació i el disseny són diferents a la seva aplicació. - Té tasques limitades. - Es basa en la intuïció i l'experiència.
Artesà	<p>Com en el cas anterior, però ara es valora la iniciativa per solucionar i usar algunes estratègies metodològiques de cara a l'actuació.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Petits recursos per entendre la feina tot i que es prioritza l'adquisició de receptes. - Té tasques limitades. - Es basa en la intuïció, en l'experiència i en els recursos personals.
Tècnic o artista	<p>S'emfatitzà la creativitat personal i es permet un major grau d'autonomia.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Professional proactiu. - L'adquisició de la cultura professional està condicionada per la intuïció i per la voluntat pròpia per formar-se. - Es valora la formació i el coneixement tècnic. - El professional està format en competències i/o destreses professionals derivades de l'experiència. - Perspectiva limitada a allò immediat. - Ha de saber solucionar problemes, no plantejar-los. - Experiències percebudes aïlladament. - Valoració de l'autonomia professional. - Participació limitada en activitats professionals que no siguin el seu treball. - Coneixement científic i tecnològic (també es dedica a aplicar

	<p>receptes).</p> <ul style="list-style-type: none"> - La intervenció es veu com a una activitat intuïtiva.
Professional reflexiu	<p>El treball professional, per naturalesa, no és propens a la mecanització.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El professional està compromès amb la reflexió i anàlisi de la realitat dels destinataris. - Imprescindible la capacitació professional. - Destreses derivades d'una reflexió entre experiència i teoria. - Assumeix importants nivells de responsabilitat en les decisions curriculars que comparteix i construeix conjuntament amb la resta de l'equip. (col·laboració professional) - Alta participació en activitats professionals. - Sap donar resposta a problemes concrets, però al marge d'això, és capaç, d'entendre la globalitat del projecte i impulsar-lo. - Contrastació amb la pràctica. - Perspectiva del ampli context de l'educació social. - Visió ampla de la tasca que desenvolupa. - Entén i es conscient de la complexitat i dinamisme de la realitat i la sap interpretar de manera crítica i reflexiva.

Quadre 3. Extret de l'assignatura de Disseny i planificació de l'acció educativa de 3r Grau d'Educació Social a la Facultat Pere Tarrés (2011)

Una vegada presentats els diferents tipus de professionals considero important esmentar quin impacte té l'acompanyament que realitza cadascun d'ells per així veure veritablement quin és aquell que promou i treballa des de i per la resiliència de les persones.

Pel que fa al tipus de professional treballador, ha quedat clar que aquest està sotmès a un ordre jeràrquic; per tant, és evident que l'educand ocupa l'última posició d'aquesta piràmide deixant palès, doncs, que aquest mentre estigui dins la xarxa d'acció social no té ni veu ni vot pel que fa al seu propi procés i futur i, alhora, té poques – per no dir nul·les – possibilitats de que realment pugui sortir-se'n davant de les situacions adverses que hagi

pogut viure; tenint en compte que el professional amb el que es troba, està sotmès a la institució per la que treballa de tal manera que l'esdevenir de la persona també.

La intervenció que realitza el professional artesà es basa en aplicar receptes davant les situacions problemàtiques, fent que aquella sigui molt limitada; no obstant, queda palès que és una manera d'actuar que deixa de banda moltes coses, és a dir, com s'ha anat comentant al llarg del present treball cada persona i situació és un món, per tant es evident que aquesta manera de procedir no es l'adequada ja que el que ha servit per una persona no té perquè servir per una altra; en resum, la complexitat de les persones no té perquè ser similar. Tot i basar-se en la intuïció i en l'experiència la resiliència no només es un concepte pràctic, sinó també teòric, es a dir, a part de la intervenció cal que hi hagi un coneixement teòric darrere per tal de poder actuar el màxim de coherent possible i, així, registrar totes aquelles experiències positives que es vagin donant.

El objectiu del professional tècnic, com s'ha pogut veure, és atendre i respondre a aquells efectes negatius que es poden produir en l'entorn de l'individu, acte que situa la seva intervenció dintre del camp del diagnòstic i el tractament individual i terapèutic dels problemes que pugui tenir la persona. Aquest tipus d'intervenció, en relació a la resiliència, fa que sigui quasi impossible que el subjecte pugui reeixir veritablement de la situació en la que es troba, ja que es centra en el tractament de la persona quan aquesta es troba en la situació problemàtica però deixa de banda qualsevol acció de prevenció de cara al futur.

És evident, doncs, que de tots aquests tipus de professionals el que té més vinculació i treballa de manera més clara per promoure la resiliència és el professional reflexiu ja que, tot i que té l'educació com a instrument, creu en la capacitat de transformació de les persones i de l'entorn; es un grup de professionals que entenen la participació com un dret i, per tant, respecten les decisions del individu en qüestió i de tots els agents implicats. Alhora d'intervenir, aquests professionals generen necessitats de canvi i de participació, fet que potencia que les persones puguin tirar endavant malgrat les situacions adverses que hagin viscut. Per tant, aquest professional reflexiu entén que el subjecte educand és el protagonista, treballa en xarxa amb la resta d'agents (professionals, família, entorn proper, etc.) per tal de que la intervenció sigui el màxim d'eficient, global i satisfactòria possible i la persona segueixi endavant.

Abans de seguir, però, cal deixar constància que aquesta tipologia de professionals no és estàtica ni lineal, és a dir, pot ser que un professional tingui trets de més d'un tipus.

Per entendre millor quina praxis duen a terme aquests professionals a continuació es presenta una taula on s'especifiquen les característiques i el posicionament dins l'acció social dels dos perfils més destacats, el tècnic i el reflexiu:

	Paradigma científic (és el professional tècnic)	Paradigma crític (és el professional reflexiu)
<i>Fenòmens educatius</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Objectius mesurables, quantificables. - Activitat racionalment planificada, organitzada i regulada. - Tècniques específiques. - Praxis tecnològica 	<ul style="list-style-type: none"> - Interpretació de la realitat des de condicions històriques i culturals. - Participació social crítica i constructiva. - Praxis educativa emancipatòria.
<i>Educació social</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Tecnologia social. - Coneixement científic. - Transformar la societat. - Caràcter instrumental. - Tracta d'adaptar o reproduir en el control l'acció. 	<ul style="list-style-type: none"> - Procés d'interacció social crític. - Dinàmica d'alliberament i emancipació social i personal. - Tracta que les persones es responsabilitzin del seu destí en els llocs on viuen.
<i>Relació teoria-praxis</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Teoria: descriu, explica, regula. - Lleis: prescriptiu, instrumental. - Pràctica: centrada en el procés. Aplicació lineal. - Teòrica, proposa seqüències d'acció. - Tecnològica 	<ul style="list-style-type: none"> - Teoria: Contextualitzada per transformar la pràctica. Il·lumina i dinamitza l'acció. - Concienciadora i emancipatòria. - Pràctica: procés d'interacció social crítica per contextualitzar problemes i resoldre'ls col·laborativament.

Quadre 4. Extret de l'assignatura Pedagogia Social de 4rt Grau d'Educació Social a la Facultat Pere Tarrés (2013)

Ara m'agradaria centrar-me – posicionant-me com ja he anunciat amb anterioritat – en la figura d'aquell professional reflexiu que no actua des del problema i les limitacions de les persones, sinó que es planteja la seva relació amb aquell subjecte que ha patit alguna situació problemàtica des de les capacitats; des del que és capaç de fer aquella persona que té davant, fet que dóna més força a l'individu per i amb el que es treballa. Per tant, el professional ha d'organitzar espais on hi tingui lloc l'experiència, alhora que ha de crear marcs en els que hi hagi una construcció conjunta tant amb els altres treballadors com amb les persones ateses. Un altre fet destacable d'aquest tipus de professional és que té les eines suficients com per poder crear i/o identificar aquella zona de desenvolupament pròxim – de la que he parlat anteriorment –, on la persona es pot desenvolupar i créixer des d'un sentit ampli de la paraula. En aquest procés, el professional també ha de generar informacions rellevants perquè realment hi tingui lloc un procés de canvi i construcció de l'educand, a més a més de ser un element clau en l'acompanyament, aquest també ha de ser el suport sobre el que es recolza aquesta nova construcció que l'educand va fent autònomament. A tot això, m'agradaria afegir-hi, que a part de treballar per i amb l'educand, com a professionals també tenim un repte constant que és el de realitzar una tasca de sensibilització sobre el grup social, situació, col·lectiu, etc., amb i pel que treballem, i en un sentit ampli amb la resta de la població.

En definitiva, com a professionals que treballem amb i per persones que han viscut situacions límit, que es troben en un cert grau de vulnerabilitat i exclusió social, cal que tinguem present la coherència de la nostra tasca, és a dir, les diferents decisions que prenem s'han de reforçar entre elles i ser adequades a la realitat complexa i canviant en la que ens trobem. Així doncs, cal anar reorientant i revisant el curs de l'acció i tenir una predisposició flexiva davant d'aquelles situacions no previstes que poden anar sorgint.

Tot i que ja hem parlat de la realitat canviant en la que vivim, de l'ambigüitat del concepte de resiliència i de la complexitat de l'esser humà, cal que allò que fem com a professionals sigui pertinent, és a dir, tot el que planifiquem i dissenyem ha de donar resposta i possibilitat d'intervenció en situacions de necessitats reals; aquest conjunt ens a de servir tant per mantenir el realisme imprescindible de la professió com per no crear falses expectatives, ni fracassos, a les persones per i amb les que treballem. Per últim, i no per això menys important, es imprescindible la sensibilitat, entesa com aquella acceptació

– m’atreviria a dir que incondicional – del grup al qual dirigim la intervenció ja que això evidenciarà la predisposició positiva envers els altres.

Cal ser realistes i conscients de que la situació actual no s’ajusta del tot a aquest perfil ideal de professional, fet que no vol dir que no s’hagi de seguir lluitant perquè aquesta “nova” visió predomini en el mapa de la intervenció i, així, aconseguir trencar amb les figures jeràrquiques, subordinades a les institucions, des d’on es limiten a resoldre els problemes de la gent intentant aplicar el mateix mètode a tothom, obviant la complexitat i singularitat de cadascú.

Al mateix temps, es cert que vivim en una societat on els prejudicis i els estereotips encara tenen un paper molt fort i on col·locar etiquetes a persones considerades “problemàtiques”, o a situacions que surtin d’allò que socialment es creu normal per la majoria, no costa gaire. Dintre de la professió encara trobem aquesta realitat massa sovint, són els mateixos agents socials, institucions, departaments, etc., els qui inciten a diagnosticar (per exemple dins l’àmbit de la salut mental), a classificar en col·lectius (per exemple gent gran, sense sostre, etc.) i a reduir una persona a un problema o símptoma (per exemple aquella persona que es droga, aquell adolescent que té fracàs escolar, etc.). Com a professionals, doncs, trebalem amb i per persones que estan socialment etiquetades, jutjades i apartades; no obstant aquest supòsit, la nostra tasca de base ha de ser acompanyar-los en el seu procés de reubicació social dins la mateixa societat que els exclou.

La resiliència, tenint present la seva funció tant individual com comunitària, ens aproxima a una acceptació, respecte i mirada optimista envers les persones; es centra en les virtuts del subjecte/s i en aquells elements que afavoreixen el seu progrés més que no pas en les causes dels seus problemes, i suposa pels professionals de la intervenció un aire renovat que fa qüestionar la pròpia praxis. Cal reconèixer que tot aquest conjunt de possibilitats és molt positiu ja que per desgràcia, encara està molt present l’altre cara de la moneda, on la visió dels professionals esdevé molt esbiaixada, veient només gent ferida, sense futur o amb un destí irreversible que no canviarà per molt que un vulgui. En resum, ens costa molt descobrir i fer que sorgeixin les competències, els punts forts, els recursos, els desitjos, els projectes, etc..

La resiliència alligona als professionals sobre la necessitat d'ajudar a portar a terme les estratègies promotores envers de les persones ferides; més que no pas a decidir-les o inventar-les per a ells, com si en nom d'una suposada superioritat racional s'ens facultes amb la capacitat de decidir per l'altre aquelles solucions que poden satisfer les seves necessitats i els seus desitjos. Si assumim aquest poder de traçar el camí dels altres, els restem humanitat i pervertim la relació amb ells.

Promoure la resiliència significa considerar a l'altre com un subjecte legítim, tant legítim com nosaltres mateixos. Això suposa que, independentment del que hagi fet o viscut la persona que hi ha davant nostre, podem tenir la capacitat de veure que en tothom hi ha parts positives, que “funcionen bé” i de les quals se'n pot aprendre; evitant, doncs, categoritzar, etiquetar i fer judicis definitius de les persones, les famílies, grups socials, etc., amb les que ens puguem trobar.

Considerant però, com he comentat anteriorment, que hem d'ensenyar i educar des d'una esperança realista que s'ajusti a la realitat de cadascú. No es pot forçar, ni obligar, a que una persona que ha viscut alguna circumstància traumàtica superi la situació com si res; ja que no podem caminar en nom dels altres; ja que cadascú és l'únic protagonista de la seva vida i qui al final ha de fer, triar i decidir; ja que és hom qui ho haurà de viure. La resiliència, doncs, accentua la necessitat i importància d'intervenir de manera indirecta i intencional²⁹.

Segons Forés, A. i Grané, J. (2007)³⁰, a més a més d'establir els pilars de la resiliència individual, diuen que per fomentar la resiliència cal treballar en diverses direccions: pel que fa a la supervivència enfront els contratemps és apropiat anar més enllà de l'aplicació de les estratègies adaptatives positives³¹, és a dir, reprement les tres maneres d'optimització del equilibri que s'han exposat en l'apartat de Teories explicatives caldria

²⁹ Mirar Annex 9.4. on es mostra el decàleg realitzat per Vanistendael, S. i Lecomte, J. en el que aporten aquells aspectes que consideren importants per construir la resiliència.

³⁰ Mirar Annex 9.5. on queden exposats el que aquests autors consideren que són els pilars de la resiliència individual.

³¹ El que era simbolitzat per les botes de la roda de la bici de la resiliència, en l'apartat 5.4 del present treball. Metàfora usada per aquests mateixos autors.

anar cap aquella que és més introjectiva ja que cal ser conscients que aquests esdeveniments no avisen, cal estar preparats – mínimament, o si més no ser conscients – per a possibles adversitats futures; per una altre banda, també és necessari reflexionar en torn a la superació dels entrebancs que es vagin produint, ja que no hem d'oblidar que dels errors i fracassos també s'aprèn.

Una vegada s'ha rebut el cop traumàtic, cal ser conscients que no es tornarà al estat inicial en el que es trobava avanç la persona, ja que la vida és un camí en el que van esdevenint els fets i el subjecte va canviant, progressant i transformant contínuament. També cal pensar en el fet de saltar endavant obrint portes, però en cap moment negar el passat – si superar-lo i no quedar-s'hi estancat – per molt dolorós que hagi sigut. Aquest procés comporta la metamorfosi del individu, terme que ja s'ha utilitzat altres vegades en el present treball. Ser resiliènt, doncs, no significa tornar a ser, sinó créixer cap a algun indret i, és evident, que en funció de la situació, el context, la persona i el que hagi patit, esdevindrà cap a un lloc o cap a un altre. Cal ser conscients de la situació, admetre-la i acceptar-la per transformar-se i, per molt que l'entorn o una figura externa ho tingui clar, és evident que aquest primer pas només pot passar, únicament, per la pròpia persona.

Per tal de poder duu a terme aquesta adaptació són quasi indispensables dos elements que constitueixen aquest procés, que serveixen de filtre davant la situació experimentada i que són gairebé indispensables per, realment, poder superar les circumstàncies traumàtiques viscudes; per una banda, l'esser humà utilitza les estratègies adaptatives i, per una altra banda, hi ha els mecanismes de defensa necessaris que els possibiliten reorientar-se i persistir amb la ferida rebuda. Dins d'aquestes estratègies i mecanismes s'hi troben des de la minimització, l'explicació, la pressió, l'humor o la dramatització fins a la submissió, la desconfiança, la renúncia a arribar a ser un mateix, la seducció de l'agressor, etc. No obstant, cal fer una clarificació d'ambdós conceptes ja que en ocasions responen a funcions diferents i inclús poden ser oposats, així doncs: en un cas, les estratègies responen a comportaments més o menys voluntaris i presenten una imatge més dinàmica i proactiva de superació; i, en el segon cas, els mecanismes de defensa conformen processos sovint automàtics, inconscients i proporcionen una pàtina protectora. Queda palès, però, que a la pràctica aquesta distinció i diferència es dilueix i és difícil una demarcació clara. També, però, es evident que la resiliència agrupa aquelles estratègies adaptatives que podem anomenar com a positives perquè donen peu a que la persona que

pateixi un trauma amb el temps surti endavant i inclús reforçada. No obstant, cal ser realistes i conscients de que totes aquestes estratègies adaptatives i mecanismes de defensa no sempre són un benefici per a la persona en qüestió, ja que aquests valors no sempre comporten un ressorgiment resilient. *“Una bona adaptació positiva comporta tres tipus d’adaptació: la primera fa referència a una adaptació biològica que ens permet com a persones sobreviure davant l’agressió o l’amenaça, la segona és una adaptació individual que ens deixa assolir el nostre benestar propi i la tercera és aquella adaptació que nua la possibilitat de contribuir al benestar aliè.”* (Forés i Grané, 2007, p. 40-41).

Totes les persones podem ser resilient ja que totes tenim potencial per desenvolupar, comptem amb fortaleces interiors que possibiliten que puguem superar les situacions adverses en diferents moments i graus en les que aquestes van esdevenint al llarg de la vida. També cal tenir present que hi ha persones que no utilitzen, o ho fan de manera diferent, aquesta capacitat, fet que explica i evidencia el motiu per el que hi ha moltes maneres de reaccions i fer front davant situacions problemàtiques.

Cyrulnik, B., en canvi, apunta que per poder treballar la resiliència cal veure la situació des de les seves dues cares, l’exterior i l’interior. La primera és quan la freqüència de la resiliència ensenya que és possible recuperar-se, i la segona diu que està estructurada com un oxímoron³² - terme que ja s’ha emprat en l’apartat 5.3. del present treball - que descriu i deixa entreveure la divisió interior en la que es troba la persona en qüestió, ja que quasi tothom quan està malament vol estar millor però alhora no sap com fer-ho per millorar.

Per Cyrulnik, B. (2001) tots aquells/es que realment han pogut sortir endavant, han tingut esperança i han elaborat el que ell anomena una “teoria de la vida” ha sigut gràcies a entrellaçar somni i intel·lectualització. Segons l’autor això es tradueix en dos preguntes que s’ha de fer la persona en qüestió: la primera empeny a la intel·lectualització ja que diu que “Per què he de patir tant?”, de la qual en desencadena la segona pregunta que convida a somiar “Com he de fer per ser feliç de totes maneres?”. – Deixant de manifest que la resposta d’ambdues preguntes no és gens fàcil ni clara –.

³² Oxímoron: figura retòrica que consisteix en reunir dos termes antinòmics com per exemple “la fosca claredat” i Cyrulnik, B. també ho classifica com al preu de la resiliència).

Segons aquest autor, doncs, aquelles persones que han patit les situacions més extremes i límits mai pensades, si no s'han pogut ensortir no ha sigut perquè no poguessin tirar endavant, sinó que alguna causa ha dificultat el fet de teixir el món íntim amb el món exterior. Això pot ser conseqüència del que l'autor diferencia com tres errors significants: el primer és una reflexió molt interessant entorn als professionals, reconeixent que aquests massa sovint només atenen a aquelles persones que repeteixen el maltractament, és a dir, es descarten aquells subjectes resilients, els quals es pressuposa que ja se les arreglaran amb les seves ferides fora del circuit d'atenció social. El segon equívoc, en la societat en general, és el de considerar i donar per fet que la reciprocitat és de veritat, és a dir, amb el temps i diferents estudis que s'hagin pogut fer – permeten-me fer una generalització que és evident que no és aplicable a tothom – si que s'ha anat extraient conclusions que, per exemple, els pares maltractadors han sigut sovint infants maltractats; això no vol dir, però, que aquells infants que són maltractats esdevinguin maltractadors, ja que *“el trauma no determina la vida futura; allò que ens ha anat malament no ens pot condemnar per sempre.”* (Forés i Grané, 2007, p. 47). Tot i que aquests autors a lo millor ho focalitzen més amb la infància, és totalment aplicable a qualsevol edat, projectant el passat amb el futur i on l'evolució de les ferides depenen molt de les diferents organitzacions del medi i de múltiples factors socials, polítics, econòmics, geogràfics, culturals, personals, etc.. El darrer error, doncs, reprenent el que deia Cyrulnik, B. és el fet d'haver separat massa el món exterior del interior on un mateix esquema de comportament pot prendre direccions molt diverses i inclús oposades, segons el context social en el que es trobi la persona en qüestió.

Per tant, una vegada més, queda clar que la resiliència es teixeix amb múltiples determinants, alguns més accessibles i eficaços i d'altres més simbòlics i difusos. No obstant, un element fonamental per a la resiliència també ho és el fet de teixir els sentiments d'hom, tenint present però que els sentiments són emocions experimentades físicament, l'origen dels quals és una representació social. Fent evident, la importància i el lligam tant estret entre allò individual i allò grupal que forma la persona.

Abans de seguir, com he apuntat en un apartat anterior, Cyrulnik, B. (2003) també esmenta dues preguntes³³ a partir de les que diu es pot explicar la resiliència; doncs bé, cal deixar palès que Cyrulnik, B. alhora d'explicar com s'ha de donar resposta a aquestes preguntes i com és pot iniciar un bon procés de resiliència, està condicionat per la seva vivència personal com a persona resilient. Així doncs, considera que és bo viure un cert temps de tranquil·litat per tal de recuperar la calma i intentar tornar a creure amb l'esperança. Ja que si una persona que ha viscut una (o varies) situacions adverses intenta avançar precipitadament, l'esquerda pot empitjorar; al mateix temps que si es té massa presa per parlar del trauma, hi ha més possibilitats de mantenir-lo. No obstant, al cap d'un determinat temps – no he trobat cap document en que especifiqui aquest temps, ja que cada persona i cada situació és un món –, ha d'arribar un moment en que no hi hagi cap més remei que deixar de viure enfonsat i llavors sigui necessari, per recobrar una mica el benestar, alleugerir-se del passat ferit. Serà arribat a aquest punt quan la persona comenci a actuar, es comprometi, parli d'altres coses, escrigui un relat en tercera persona per posicionar-se des d'una certa òptica, una visió que contingui l'emoció i permeti recuperar l'esfera íntima.

Ara, reprenent el que he esmentat en l'apartat de Teories explicatives sobre el realisme de l'esperança i el seu gràfic representatiu i transportant-ho a un nivell més pràctic, voldria recordar que el treball i la lluita per assolir el màxim de benestar possible i sortir endavant, inclús reforçats, quant vivim alguna situació traumàtica l'hem de fer tots i cada un de nosaltres. No obstant, cal saber enfocar bé les qualitats i potencialitats que tothom tenim, i prendre consciència de la capacitat que té cadascú alhora de reeixir-se davant les adversitats que es van presentant al llarg de la vida.

Tot i que tot el que gira entorn a la resiliència pugui semblar positiu, bo, optimista i esperançador, cal anar amb compte ja que *“El pitjor que li podria passar a la resiliència és que s'anquilosés i s'immobilitzés en un reguitzell de pràctiques definitives i universalment “bones”, aplicables a qualsevol persona concreta, sense tenir en compte el seu entorn. Aleshores, la resiliència deixaria de ser aquella mirada renovadora d'aire per a la*

³³ “Com és possible mantenir l'esperança quant un està desesperat?” i “com me les arreglaré per tirar en davant?” són les preguntes que ja han quedat exposades en l'apartat Teories explicatives, del present treball.

intervenció educativa, social i sanitària”. (Forés i Grané, 2007, p. 120). **La resiliència no és pot convertir en la única recepta correcta, en la veritat en majúscules, en un procés estereotipat que no permetés crítiques**, ja que això aniria en contra del que anteriorment he definit en relació a la tasca que deu desenvolupar el professional crític reflexiu. En definitiva, per començar a fer “bones” pràctiques cal començar per ser “bons” professionals. Però, tenint present en tot moment que cap tècnica, model, teoria, intervenció, actuació, projecte, activitat, etc., és útil o inútil, bona o dolenta per se. Només val la pena si té un verdader impacte i resultats, cal anar revisant, avaluant, modificant i reorientat sempre que faci falta.

La resiliència, no és una fórmula per obtenir la felicitat, sinó una manera positiva de fer front a la vida que, ahora, incita a reparar danys patits mitjançant la transformació.

Com s’ha anat comentat, un error en el que no es pot caure és el fet de parlar de la resiliència en termes individuals, ja que la construcció de la resiliència d’una persona no es pot atribuir únicament al desenvolupament de les característiques individuals sinó que el subjecte és construït a través de la relació amb l’altre, com a éssers humans que vivim en societat. Per tant, el fet de promoure la resiliència és una tasca col·lectiva ja que, com ja hem reconegut anteriorment, té una dimensió comunitària. Això pot traduir-se en que una persona no es pot convertir en resilient tota sola, sinó que l’entorn també ho ha de – ni que sigui mínimament – possibilitar.

“Una persona resilient no és un superheroi que gràcies al desplegament de les seves forces titàniques surt ben parat de les adversitats que troba en el camí” (Forés i Grané, 2007, p. 120-121). És a dir, quan es parla de resiliència hem d’evitar creure que ens referim a una visió edulcorada de l’home que es fa a ell mateix.

Un darrer perill en l’aplicació de la resiliència, tant o més important que els altres, sobretot tenint present la visió pràctica dins l’àmbit de la intervenció social, és el fet de caure en la categorització i classificació a la que cada vegada estem més acostumats; és a dir, cal evitar crear una diferenciació estricta i estigmatitzadora entre aquelles persones resilientes i aquelles no resilientes, de tal manera que les intervencions, activitats, projectes i

recursos només vagin dirigits a suposats col·lectius en risc d'exclusió social, perquè, doncs, l'únic que s'està nodrint és aquesta mateixa exclusió.

En aquest punt m'agradaria fer un incís en relació a aquesta temptació de separar i classificar a les persones, dins les investigacions també hi ha autors que consideren que des de l'escriptura ja s'està classificant a les persones *“la major part de llibres escrits per psicòlegs i psiquiatres amb títols que contenen la paraula resiliència són textos sobre la recuperació dirigits a persones amb traumes emocionals que desitgen viure una vida normal, en canvi des d'aquest llibre es mostra a les persones sanes com millorar cada vegada més el maneig dels canvis turbulents, de la pressió continua i dels revessos que assoten la vida”* (Siebert, 2007, p.9). Tot i aquesta aportació, considero que continua predominant aquesta tendència de classificació entre aquelles persones que es considera que estan sanes i les que no, les que necessiten ajuda i les que no, etc.. Per tant, és fonamental ser conscients de que no hem de restringir les intervencions ni els serveis a les persones que pateixen adversitats, perquè qualsevol persona veurà augmentat el seu benestar si les famílies, les escoles, les comunitats i les societats treballen tots aquests factors que fomenten la resiliència, es a dir, cal tenir present a totes les persones.

En definitiva, parteixo de la premissa que tots tenim capacitats i limitacions i així com tots estem exposats a viure adversitats al llarg de la vida, també tots tenim la capacitat de ser resilents. Per tant, com a professionals la nostra comesa s'ha d'orientar per empoderar, promoure i motivar a que totes les persones treguin allò positiu que tenen i ferlos-hi veure que malgrat el que hagin viscut, fet, patit,..., tenen quelcom positiu; i a partir d'aquí es pot extreure la idea fonamental de que és possible treballar de manera positiva i reforçant aquelles capacitats i no treballant des del problema. Com a professionals, la nostra funció s'ha de basar en l'acompanyament, treballant sempre tenint clar que la protagonista de la seva vida és la persona mateixa, perquè la motivació i empoderació parteixi del propi individu i, alhora, aquest sigui conscient i vegi allò positiu que posseeix. Però, cal tenir clar que la persona no ha de renunciar a la seva història de vida, sinó que com s'ha esmentat en un subapartat anterior, cal dotar de sentit al que es va vivint, quedant palesa, no obstant, la importància de que les persones es projectin cap a un futur, més o menys immediat, evitant les falses expectatives.

Així doncs, partint de la premissa de que la resiliència és un concepte ambigu, complex i, inclús, dinàmic en funció de cada persona i context; alhora, es pot constatar que la seva pràctica també ho és, és a dir, no hi ha una única manera de treballar i posar-la en funcionament, al mateix temps que no ho ha ni bones ni males praxis.

A continuació m'agradaria comentar, com he mencionat anteriorment, la metàfora que ofereix Vanistendael, S. anomenada “La “casita” de la Resiliència”³⁴ (reconeguda posteriorment per varis autors com Forés i Grané, 2007; Maganto i Maganto, 2010; Moreno, 2011). Aquesta metàfora, com ja he citat, aporta una visió pràctica al concepte, podent esdevenir una bona eina per treballar en clau de resiliència.



La casa està repartida en diferents habitacions, cada una significa un factor d'intervenció potencial i cadascun d'ells, fent-ho de manera coherent i eficaç, permetrà contribuir, restablir i mantenir la resiliència. En funció de les persones amb i per les que es treballi, de la institució a la qual es pertanyi i els objectius fixats, es decidiran aquelles accions precises, el que vindrien a ser els mobles seguint la metàfora, que es posaran a cada habitació. La intervenció és evident que no pot ser lineal, sinó que es complexa, igual que la realitat a la que afecta i les persones que la conformen; per tant, en el moment d'actuar seria convenient tenir en compte els múltiples factors que hi poden intervenir i, a la vegada, interrelacionar els elements que constitueixen i simbolitzen cada estància de la casa. La metàfora de la caseta és molt potent. Una casa, com una persona resilient, no té una estructura rígida. Ha estat construïda, té la seva història i necessita que en tinguem cura i fer les reparacions i millores pertinents. “*Les diferents habitacions es comuniquen*

³⁴ Mirar Annex 9.6. on queda explicada tota la metàfora.

amb escales i portes, la qual cosa significa que els diferents elements que promouen la resiliència estan entreteixits.” (Forés i Grané, 2007, p. 86). Aquesta metàfora de la “casita” ha estat molt útil en la formació sobre la resiliència on es pot demanar a les persones, per i amb les que treballem, que facin l’exercici de dibuixar la seva pròpia caseta i les habitacions que la componen i, així, que cadascú sigui conscient de tot allò positiu amb el que pot comptar i posseïx.

Ha quedat clar, doncs, que tots podem ser resilents; **el repte tant a nivell personal com professional és trobar la manera de promoure la resiliència en cada persona, no només individualment sinó també en el si de les famílies i les comunitats.**

Per concloure el present apartat considero important ressaltar – rescatant la idea de que la resiliència no només es individual sinó comunitària –, com ja Forés, A. i Grané, J. (2007) destaquen en el seu llibre, el fet de com la visió sistèmica fa una aportació de la resiliència en relació a diferents àmbits com l’escola i la comunitat, aquests queden més detallats a continuació.

6.5. LA RESILIÈNCIA A LES ESCOLES

Les escoles juguen un paper clau tant pel que fa a l’educació, a la socialització i a la influència que tenen sobre els infants i els joves d’avui que constitueixen una part significativa de la nostra societat; per tant, és fonamental entendre que el món actual també té una funció i relació important pel que fa a la resiliència, ja que dóna lloc a ambients clau perquè les persones puguin fer front al seu creixement, inserció social i cultural i desenvolupin la capacitat de sobreposar-se a les adversitats.

Avui dia, en algunes escoles – malauradament, encara es pot dir que són la gran majoria – predomina un cert afany a l’hora de centrar-se especialment en la detecció de problemes, mancances, dèficits, etc., en definitiva, en classificar i diagnosticar a les persones dins de determinades patologies, en comptes de cercar, fomentar, potenciar i prevaler aquelles fortaleses i virtuts que tenim totes les persones. En aquest context, doncs, considero que les escoles, per començar a encaminar-se cap a una actitud constructora i conscient de la importància de la resiliència, haurien de recopilar i cercar les experiències prèvies exitoses i de resiliència, rastrejant totes aquelles ocasions on tant el professorat

com l'alumnat han pogut superar, sobreportar o vèncer les adversitats que s'hagin anat presentant i estudiant els medis amb els que comptaven per aconseguir-ho.

Al llarg de la història l'escola sempre ha jugat un paper significatiu, però en l'actualitat es pot constatar que hi ha una sèrie de fets que cada cop són més presents dins de l'àmbit de l'escola. A l'escola, com institució, cada vegada se li demanen més coses: ensenyar a aprendre, a fer, com viure, com ser, etc.; educació intel·lectual, vial, emocional, sanitària, etc.; que cobreixin aquelles necessitats que les famílies no poden satisfer (menjador escolar, activitats de vacances, etc.). Aquests fets socioculturals generen noves demandes educatives i nous reptes tant a l'educació escolar com a la social, deixant clar que la tasca educativa de l'escola no queda reduïda únicament dintre de les aules.

L'educació dins el marc escolar i, des de la perspectiva de la complexitat i del treball en xarxa, haurà de donar resposta a aquestes noves necessitats que planteja la família, l'escola mateixa, els mitjans de comunicació, els espais i les activitats d'oci, les noves tecnologies de la informació i la comunicació, etc.. Per tant, caldrà tenir en compte:

- La participació de tota la diversitat d'instàncies educatives, per tal de poder donar resposta de manera global i integral a tots els infants i els joves.
- La complementarietat, des del respecte i el reconeixement de les dinàmiques pròpies de cada institució, així com de les funcions i responsabilitats que poden tenir tots els agents implicats.
- L'escola, com ha institució, no ha de treballar de manera aïllada, sinó que ho ha de fer amb els agents de lleure, produint, a través d'activitats i metodologies de l'educació en el lleure, altres aprenentatges com ara: el joc cooperatiu, la participació, els projectes i el treball en equip, la convivència, les emocions, etc.. Per tal de poder duu a terme satisfactòriament tot això és fonamental incorporar la figura d'altres professionals (educadors socials, especialistes en el lleure, integradors socials, etc.) dins l'àmbit escolar i, tots plegats, treballar des del mateix projecte educatiu.
- El reconeixement i la sensibilització davant del paper i el rol que ocupen els educadors i els agents comunitaris dins l'escola. Aquesta presència de més professionals de diferents camps permet atendre

més necessitats educatives per a tots els alumnes – sense classificar-los entre aquells amb necessitats especials i els que no – i així millorar les dinàmiques tant dins com fora de les aules.

- Cal tenir present les limitacions que presenten els abordatges i les intervencions segmentades, per tal d'entendre la importància del treball interdisciplinar basat en la construcció conjunta de tots els implicats.

És necessari que tant l'escola com els altres agents i institucions amb les que es treballa promoguin i afavoreixin la construcció d'identitats col·lectives i cal reforçar el sentiment i el sentit de pertinença vers el poble o barri. Així com, l'aprenentatge ha de fomentar la participació, la llibertat i una democràcia real.

L'educació, tant dins el camp escolar com el camp social, dóna lloc a un espai ple de possibilitats educatives per tal de duu a terme una atenció integral dels infants i dels joves atesos. Així doncs, considero que tenint present tot el que s'ha esmentat fins al moment, cal plantejar certs reptes socioeducatius seguint les següents actuacions i objectius:

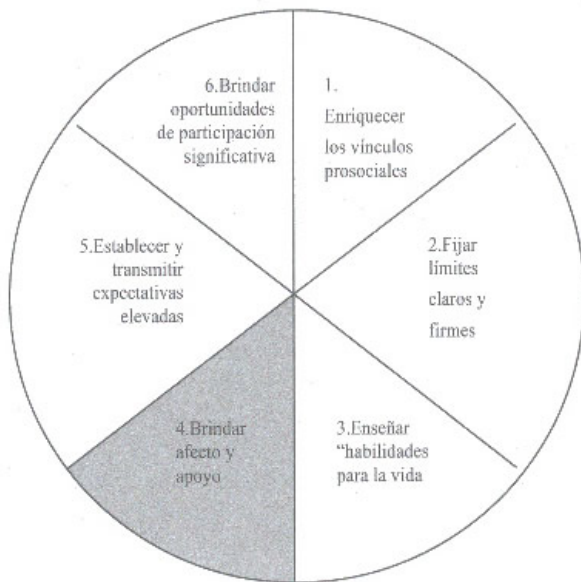
- Desenvolupar la dimensió social i la comunicativa
- Educar la vida emocional i mental
- Educar la corporeïtat, és a dir, els límits i el cos a través del llenguatge
- El sentit de la pertinença i estima cap al territori, al país, etc.
- Estimular l'experiència estètica
- Estimulació de l'experiència ètica de la persona
- Suscitar l'experiència espiritual

Seguint la categorització de Groteberg, E. (1995) el professorat ha de facilitar a l'alumnat un ambient ferm (“jo tinc”) que permeti desenvolupar les seves fortaleses internes (“jo sóc”) i, alhora, la seva capacitat resolutiva davant de situacions problemàtiques i l'establiment de relacions amb els altres (“jo puc”).

Per tant, es pot entendre que les escoles resilients fan referència a aquelles que fonamenten, promouen i possibiliten un sentiment de comunitat i proporcionen tant a

l'alumnat com al professorat la sensació de pertànyer a un lloc on (teòricament i normalment) no hi ha intimidació, delinqüència, violència o alienació. A més a més, les escoles que treballen des de factors resilients aporten a tots els seus estaments les eines necessàries per afrontar, superar, enfortir i, fins i tot, adaptar-se a partir d'esdeveniments adversos.

Si el rol més important dins l'escola el té l'alumnat, també cal admetre l'essencial funció del professorat i, aquest, quan promou la resiliència esdevé un model que ensenya i incentiva l'alumnat a millorar i desenvolupar encara més les seves capacitats acadèmiques, físiques i socials.



La Roda de la resiliència de la terapeuta clínica Henderson, N. (2003), utilitzada posteriorment per altres autors (Forés i Grané, 2007, p.108-109; Moreno, 2011), és un diagrama molt il·lustratiu que recull els sis passos necessaris per promoure la resiliència en la comunitat escolar.

Els passos del 1 al 3 són aquells que mitiguen els factors de risc:

- ✓ Enfortir els vincles seguint un sentit de comunitat educativa. Això implica reforçar els lligams entre les persones presents a la vida quotidiana de l'escola, és a dir, cercar una connexió permanent i positiva entre família - escola, escola - família.
- ✓ Fixar límits clars i fermes, tenint present que aquest no s'han de basar en una visió d'autoritat, control i submissió, sinó que el seu objectiu a de ser assegurar la convivència, el respecte i la igualtat.
- ✓ Ensenyar habilitats per a la vida. Tot i que aquest pas dona peu a un ampli ventall de possibilitats, entre d'altres: el treball en equip, la resolució de conflictes, les habilitats de comunicació, el saber prendre decisions, etc.; hem de tenir present, però, que tot això només serà possible quan el procés d'aprenentatge estigui

fonamentat en l'activitat conjunta i cooperativa entre estudiants i professors.

Els passos del 4 al 6 són aquells que tenen a veure amb la construcció de la resiliència:

- ✓ Aportar afecte i suport i, així, proporcionar un recolzament incondicional com a base del èxit acadèmic, entès en el seu sentit més ampli, global i complex. Val a dir que en la roda aquesta part apareix ombrejada perquè està considerada com un element cabdal ja que la importància de l'entorn proper i positiu de la persona és un factor fonamental per realment ajudar a construir la resiliència.
- ✓ Ens cal establir i transferir expectatives elevades i realistes per que actuïn com a elements motivadors eficaços. Tot i que això ha de ser entès des de la besant de proporcionar una esperança de futur de caire factible, coherent i adequat a cada cas i situació per tal d'evitar caure en la frustració.
- ✓ Proporcionar oportunitats de participació activa i significativa. Això implica redefinir la responsabilitat de totes les persones implicades (independentment del seu rol i funció dins l'escola) amb el que succeeix al centre escolar i donar la possibilitat de participar en les decisions, la planificació, la resolució de conflictes, etc..

6.6. LA RESILIÈNCIA COMUNITÀRIA

Abans de començar, però, cal remarcar que aquesta visió comunitària de la resiliència té les seves arrels en formulacions llatinoamericanes, com ja s'ha comentat en l'apartat 4 del present treball. Cada persona és única i diferent, no n'hi ha dos d'iguals; però, ahora, tots vivim en societat, per molt que aquesta cada vegada sigui més canviant, complexa i dinàmica. Així doncs, ha quedat manifest que tota persona pot vèncer i ressorgir davant les adversitats que es vagin donant al llarg de la seva vida. Però, també cal tenir present la importància de la visió comunitària en relació al concepte estudiat.

La resiliència comunitària, doncs, parteix del principi de que la comunitat també és capaç d'usar els recursos i les capacitats necessàries per tal de fer front a les adversitats col·lectives que es puguin produir i afectin a una part considerable del seu conjunt. Sovint, en la comunitat, les persones comparteixen moltes coses i actuen recíprocament; això dóna

peu a fomentar, potenciar i teixir vincles que permetin superar aquestes adversitats col·lectives.

Les comunitats esdevenen resilients quan responen davant situacions adverses i, normalment, imprevistes com les catàstrofes naturals, les crisis econòmiques, un regim dictatorial o els abusos envers els drets humans. Cada desastre d'origen humà o natural pot representar un desafiament per promoure els moviments socials de base, mobilitzar les capacitats solidàries de la població i començar processos de renovació que modernitzin i fomentin la lluita contra les estructures socials establertes fins al moment; un exemple molt clar i actual d'aquest procés podria ser el moviment del 15M amb el fenomen dels anomenats "Indignats".

És important entendre el territori, el barri, la ciutat, etc., com espai tant d'acció social com educativa. L'educació comunitària pot afavorir el desenvolupament de la capacitat d'anàlisi crític i de participació. No obstant, per que aquests aprenentatges siguin possibles és fonamental que les entitats i agents professionals vinculats i pertanyents al territori desenvolupin certs aspectes com ara podrien ser: espais educatius que possibilitin i promoguin la deliberació i l'acció; l'aplicació de metodologies i activitats per unes intervencions i unes reflexions crítiques; l'educació com a mitjà de prevenció davant les situacions d'exclusió social que es puguin donar, identificant totes aquelles conductes i situacions de risc i evitant totes aquelles mesures reintegradores que només actuen un cop el problema s'ha generat, disposant d'un espai de proximitat com a mesura preventiva, integradora i potenciadora de les capacitats de tothom.

Cal tenir present que hi ha diferents nivells d'intervenció, tant pel que fa a l'acció comunitària com a l'acció educativa; considero interessant, doncs, destacar aquells trets fonamentals com ara: l'educació integral, l'activa, la intercultural, l'educació en valors i la coeducació.

Tota educació en clau comunitària ajuda al desenvolupament i a la construcció d'una societat conscient dels valors de la mobilització educativa. Crec que de cara al futur la pedagogia comunitària hauria de fomentar, entre altres, els següents processos:

- Incrementar i promoure el voluntariat educatiu i la presència d'organitzacions socials i cíviques.

- Els centres i les entitats del territori han d'oferir experiències formadores significatives i de participació, per tal de fomentar un aprenentatge participatiu.
- L'educació escolar i social ha de ser entesa com a educació cívica, com a moviment social, com associació educativa, com entitat prestadora de serveis a la comunitat.

Dins de la comunitat el treball en xarxa és imprescindible, però no només considerat com una metodologia, sinó que comporta una nova concepció del treball educatiu-comunitari. És a dir, l'acció social i educativa, des de la seva perspectiva territorial, per les activitats que desenvolupa i per les pràctiques que porta a terme, requereix de la relació entre les diverses instàncies i agents del territori.

Per que realment la ciutat, barri, comunitat, etc., esdevingui un espai d'acció educativa cal promoure que les Administracions locals s'impliquin activament i siguin realment promotores del dinamisme civil; que totes aquelles propostes de programes socioeducatius que estan arrelats al territori dotin de resposta a les necessitats de la població i estimulin, alhora, tots aquells recursos propis de la comunitat i de la iniciativa social; que totes les entitats socials i educatives siguin espais de proximitat, de vincle, de personalització on cadascú tingui el seu lloc, de creativitat i promoció de la cultura, així com també, de dinamització sociocultural dels barris i dels territoris.

L'acció educativa i social comunitària, per tal de que pugui entendre les desigualtats tant per les activitats i els mètodes que aplica com pels valors que desenvolupa, pot representar un mitjà important per la construcció de la cohesió social dins les comunitats locals. No obstant, això implica treballar, educativament, una sèrie d'aspectes com ara:

- Les entitats socioculturals, educatives i d'oci com a espais oberts a la integració de tots els col·lectius socials del territori (nouvinguts, sense sostre, diversitat funcional, infància, etc.).
- Atendre la diversitat.
- Oferir projectes per a la prevenció i no, únicament, activitats puntuals i/o de sensibilització.

- Desenvolupar accions continuades que desenvolupin processos i proporcionin respostes integrals per a totes les persones i grups.

D'altra banda, el metge psiquiatra Fernández d'Adam, G. (s/f) ha dut a terme una adaptació de la metàfora de la "casita" de Vanistendael per explicar els factors que promouen la resiliència comunitària. Així doncs aquest autor diu que "una comunitat resilient és aquella on:

- ✓ L'autoestima col·lectiva és entesa com l'orgull pel lloc on viu una persona.
- ✓ El sentit de la comunitat. És a dir, tots formem part d'una comunitat i compartim els valors que la inspiren.
- ✓ La identitat cultural. Es tracta de la persistència de l'ésser social i quan més arrelada estigui la identitat d'un poble, major serà la seva capacitat per afrontar la interculturalitat, sense perdre la identitat.
- ✓ L'humor social. És aquella capacitat d'alguns grups per trobar la comèdia en la pròpia tragèdia. És a dir, aquelles situacions on es descarten els elements incongruents i hilarants de la conjuntura i es promou un tipus de pensament divergent que implica una major capacitat de trobar respostes originals i solucions innovadores.
- ✓ L'honestedat estatal. Implica la existència d'una consciència de grup que condemna la deshonestedat dels funcionaris i valoritza l'exercici honest de la funció pública, és a dir, com a contrapartida de la corrupció que desgasta els vincles socials.
- ✓ La capacitat de generar lideratges autèntics i participatius.
- ✓ L'exercici d'una democràcia efectiva en la presa de les decisions quotidianes.
- ✓ La solidaritat d'una societat que no discrimini." (Forés i Grané, 2007, p. 110)

En definitiva, una societat resilient és aquella que té l'habilitat d'adonar-se que les diferències tradicionals (de religió, de raça, de costums, etc.) no tenen importància davant de fets i situacions similars al dolor i la humiliació; on les institucions no menyspreïn a la població que està subjecta a la seva autoritat i en la qual els ciutadans no es degradin, sinó

que es respecten els uns als altres i siguin conscients de la complexitat de la realitat social de la qual tots en formen part.

7. CONCLUSIONS DE TOT EL ANÀLISIS REALITZAT

Per concloure la meua exposició considero oportú reprendre aquelles tres preguntes que he formulat al principi i, alhora, revisar aquells supòsits que m'havia plantejat al inici, per tal de veure si veritablement s'ha pogut donar resposta als interrogants i si s'han assolit els objectius fixats.

La primera pregunta plantejada era: quin ha estat l'origen, l'explicació i l'aplicació del concepte fins avui dia?. Doncs bé, al llarg del present treball s'ha pogut observar com un dels inicis del concepte es va donar després de la I Guerra Mundial, on a causa dels grans desabastiments que va causar la guerra va ser necessari centrar els esforços en la prevenció i recuperació de les víctimes, deixant entreveure, doncs, un tarannà que es podria relacionar amb la idea de resiliència d'avui dia. Pel que fa a l'explicació del concepte, gràcies a la recerca bibliogràfica realitzada, he pogut copsar com varis autors (Becoña, 2006; Forés i Grané, 2007 i 2012; Melillo i Suárez, 2008; Moreno, 2011) coincidien amb el fet de diferenciar dues generacions d'investigadors entorn al concepte. En definitiva, he pogut observar un mínim consens entre la diversa bibliografia emprada pel que fa al origen teòric del concepte tot i que, evidentment, considero que és difícil delimitar on és exactament; es podria dir que la resiliència és una idea, actitud, fet, concepte,..., que ha existit sempre però, no ha sigut fins que, al pas dels anys, se l'hi ha atorgat un nom i per tant ha quedat reconeguda. Per una altra banda, revisant aquesta pregunta, m'he adonat que poder ha estat plantejada de manera amplia i global, fet que pot ser un avantatge ja que dóna peu a estudiar múltiples factors del concepte analitzat però, també té els seus inconvenients ja que d'una mateixa pregunta se'n podrien desgranar d'altres, fent d'aquestes unes de més precises i concretes; així doncs, pel que fa al darrer aspecte plantejat en relació a l'aplicació del concepte, es podria vincular millor amb la següent pregunta, la qual es desenvolupa a continuació.

Reprement la segona qüestió: quin o quins han estat els inicis i recorreguts del concepte. Queda de manifest que aquesta pregunta va molt relacionada amb l'interrogant anterior, ja que tot i ser qüestions de molta amplitud s'ha intentat que tot el conjunt del treball fos acurat i seguis una mateixa línia. En el text s'han exposat aquelles definicions del concepte que he anat trobant en tota la bibliografia consultada, per tal de poder

emmarcar, situar i realitzar una primera visió del que és, s'entén i ha quedat escrit respecte a la resiliència; així doncs, establir a la resiliència un únic significat resulta difícil, per no dir impossible, ja que és un concepte abstracte, dinàmic, canviant i inclús amb quelcom de subjectiu. Pel que fa a l'aplicació i recorregut de la matèria estudiada, s'ha observat que no sempre ha estat en mans de l'àmbit social – tot i que sempre hi ha hagut persones que han patit i, no obstant, han seguit endavant i n'han sortint reforçades –, sinó que els seus inicis recauen en les ciències físiques i mecàniques, posteriorment en la medicina i, finalment, en les ciències socials; després de finalitzar el treball, doncs, puc assegurar que la idea de resiliència no és nova en la història tot i que la qüestió rellevant seria que el concepte no s'ha acceptat com a tal fins que se l'ha classificat amb un nom i, per tant, ha quedat reconegut i posteriorment treballat, aprofundit i categoritzat per diferents disciplines i autors.

La darrera pregunta: quin és l'estat en qüestió del concepte de resiliència?. Fent un recorregut mitjançant el present estudi queda palès que al llarg dels anys, dins l'àmbit de l'acció social, s'ha tendit a analitzar i focalitzar la intervenció en aquelles situacions difícils i problemàtiques, en les necessitats i debilitats de les persones, en les preocupacions dels individus, etc.. En definitiva, en tot un conjunt d'aspectes negatius; la resiliència trenca amb tot això, permetent centrar l'atenció en quelcom positiu de la vida, en aquells factors i elements que contraresten situacions difícils i afavoreixen a mantenir, establir o recuperar el màxim del benestar de la persona. Diferents autors, entre ells Forés, A. i Grané, J. (2007), han reconegut que, una vegada la resiliència ja era emprada per les ciències socials, la majoria dels estudis que se'n han desencadenat anaven dirigits cap al anàlisi d'aquells infants marcats per situacions i vivències traumàtiques. No obstant, ara puc confirmar que la resiliència va més enllà, que no és un fet que només es pugui donar en els primers anys de vida de les persones, sinó que és una qualitat que es pot desenvolupar al llarg de tota la vida, independentment de l'edat, el sexe, l'educació, la condició política, cultural, econòmica, etc.. A més a més, repassant l'estat de la qüestió del concepte, considero oportú reiterar la idea a la qual he arribat i que ja he exposat anteriorment: la resiliència també té una part de construcció social, és a dir, hi ha conductes en certes cultures que són acceptades i admeses com a resilents i altres llocs i contextos on el concepte no és entès tal i com s'ha fet en aquest treball i, per tant, no li proporcionen cabuda.

Tot seguit m'agradaria repassar aquells objectius prefixats al inici del treball i repassar si han sigut oportuns, si han estat assolits o no i en quina mesura.

Objectiu general:

- *Aprofundir i aclarir aspectes conceptuals i teòrics del concepte de resiliència.*

Objectius específics:

- *Conèixer els significats que s'atorguen al concepte de resiliència.*
- *Explicar d'on ve el concepte a través de les teories explicatives del mateix, seguint una visió històrica.*
- *Conèixer una visió pràctica del concepte.*

A l'hora de plantejar-me l'objectiu general, tenia una idea errònia del que esperava aconseguir, és a dir, pensava que al estudiar un concepte en concret, en aquest cas la resiliència, i a l'hora d'aprofunditzar i aclarir tots aquells aspectes que em suscités interès entorn al mateix podria marcar i organitzar molt més clarament aquells elements que anés trobant; en altres paraules, que podria estructurar de manera més sistematitzada tota la informació, obviant, en aquell inici, la complexitat del concepte i la interrelació de tots els elements estudiats i exposats en el treball i que posteriorment han quedat de manifest. No obstant, fent un balanç, un cop finalitzat el projecte, crec que l'objectiu ha estat aconseguit en tots aquells aspectes desenvolupats, en gran mesura gràcies a l'assoliment dels objectius específics, ja que aquests permetien aclarir i determinar més concretament el que hauria de ser estudiat i exposat. Considero que cada un dels objectius específics han sigut assolits ja que a l'acotar les qüestions es facilitava més explícitament la possibilitat de resposta, per exemple: en el cas del primer i segon objectius específics la resposta es troba en l'apartat 4. Estat de la qüestió, i en el cas del tercer objectiu la solució queda detallada en l'apartat 6. de Visió pràctica del concepte. Per finalitzar, després d'haver desenvolupat el projecte he d'admetre que tant el segon com el tercer objectiu específic podrien tenir unes possibles millores: aclarir millor, en el primer cas, aquelles teories explicatives concretes, degut al gran ventall de possibilitats que hi ha – sent conscient que en el treball s'han destacat aquelles que he considerat més significatives – i, en el cas del tercer objectiu, canviar el concepte “una”, concretant més aquella visió pràctica que es volia conèixer.

Arribat aquest punt, a continuació narraré aquelles conclusions a les quals he arribat després de realitzar l'aprofundiment teòric entorn a la resiliència.

Mentre realitzava el projecte he pogut observar com un element comú és l'etern interrogant de si la resiliència és innata o adquirida, tal i com he vist que plantegen diferents autors (Rocamora, A., 2006; Forés, A. i Grané, J., 2007; Maganto, C. i Maganto, J., 2010, etc.). Després de realitzar el treball, considero que la resiliència és una capacitat tant innata com adquirida, és a dir, tots som o podem ser resilients ja que no es tracta d'un gen especial que només puguin tenir uns privilegiats; també cal reconèixer que tot i ser una capacitat que tothom tenim, cal promoure-la perquè realment sorgeixi i es potenciï.

Al ser un aprofundiment teòric he hagut de consultar un nombre significant de bibliografia però, tot i així, he de reconèixer que m'ha sorprès que molts autors es reafirmen els uns als altres, és a dir, comparteixen trets comuns alhora de parlar del concepte en qüestió, per exemple: quan es parla del realisme de l'esperança, de la importància d'un entorn positiu per tal de fer emergir la resiliència, del dotar de sentit als esdeveniments que es van produint al llarg de la vida per molt traumàtics que siguin, etc., cal reconèixer que potser només canvia l'enfocament des del qual és narrada la informació.

Al mateix temps, també he de dir que he pogut observar com hi predominen dos maneres d'explicar el concepte de resiliència : aquells autors , com per exemple Boris Cyrulnik, que enfoquen el tema des de una visió problemàtica i després si que parlen de la capacitat de transformar-la i aquells altres que des del inici plantegen l'estudi des de la positivitat i l'optimisme del concepte com és el cas, per exemple, de Forés, A. i Grané, J. – tenint present, però, que el primer autor citat és d'una època i els altres són més recents; per tant, hem preguntat fins quin punt s'han de mirar com a besants diferents del mateix assumpte i no com una evolució davant aquest concepte.

Seguint Forés, A. i Grané, J. he pogut constatar que es dona la possibilitat de tres maneres diferents de situar-se davant les adversitats:

- persones fràgils que davant l'adversitat es tornen dures
- persones dures que amb les adversitats es tornen toves
- persones que malgrat les adversitats, aconsegueixen transformar el seu context.

Deixant palès, però, que no són categories úniques ni tancades, ja que la resiliència no és

un fenomen lineal, sinó que es un procés i es pot donar en qualsevol moment de l'etapa vital de les persones.

Recordant a Cyrulnik, B., es pot ser resilient en un moment donat i en un altre no, és a dir, el fet que en un moment hom esdevingui resilient amb un esdeveniment no vol dir que té de ser-ho per sempre i, al revés, per molt que en un moment determinat de les nostres vides no haguem pogut gestionar la situació, no vol dir que en futurs successos no en puguem sortir reforçats.

Tots els éssers humans som iguals però alhora diferents; és a dir, cada persona és un món, un sistema per si sol, amb les seves característiques singulars; però al mateix temps, forma part d'un altre sistema, la societat, on tot i ser diferents els uns amb els altres també tenim i compartim trets en comú com ara: som éssers en constant creixement, canvi i aprenentatge, on davant de la realitat social que compartim ningú queda lliure de patir alguna adversitat al llarg de la seva vida, així com de sortir endavant i reforçat davant la mateixa. Evidentment, hi haurà qui ho aconseguiran amb major facilitat que altres ja sigui gràcies a l'entorn que l'envolta, a les capacitats personals, al context en el que viu, etc..

En el transcurs del projecte he pogut entendre i observar el factor resiliència en tota la seva complexitat, diversitat i, alhora, singularitat. Al llarg del present treball s'ha anat parlant d'aquells factors que contribuïen – o no – a que una persona esdevingués resilient després d'haver passat per un o varis episodis traumàtics i difícils. És a dir, al subjecte tant podien influir-li factors promotors o factors de risc; no obstant, cada persona és un món i, per tant, no es pot afirmar ni classificar els factors implicats entre bons i dolents, ja que el que per a una persona pot ser satisfactori per poder tenir una experiència resilient, per una altra pot ser la causa de no arribar a ser-ho. Dons, cal mantenir una mirada ampla i complexa davant tots els factors i totes les dimensions que envolten a la persona i tenir present que el fet d'esdevenir resilient, o no, no esdevé en funció d'uns factors determinats sinó de la barreja de cadascú d'aquests en funció de cada persona i/o situació en particular.

Crec que cal tenir present que la capacitat de ser resilient, no correspon únicament al individu, sinó que també es pot donar en grups (família, amics,...) i en comunitats (veïns que han patit una catàstrofe natural i han sofert destrosses d'infraestructures) on gràcies al suport i a l'ajuda mútua se'n han pogut ensortir. Per tant, la resiliència no només és el fruit

del procés d'un mateix sinó que hi intervenen molts factors com, per exemple, el context social i l'entorn que envolta a la persona en qüestió fent que tot plegat s'hagi de contemplar tant a nivell individual com col·lectiu.

Centrant-me ara en la besant pràctica, i com ja he comentat al inici, al llarg dels anys s'ha tendit a estudiar més l'origen de les preocupacions i les tristeses que no els factors que afavoreixen el benestar; per això com a professionals cal agafar el rol reflexiu i crític per poder analitzar totes aquelles polítiques socials, institucions, projectes, praxis professionals,..., existents i que parteixen d'aquesta visió i actuar en conseqüència, lluitant per promoure el canvi cap a una visió esperançadora basada en les potencialitats, en les capacitats de les persones i en les possibilitats de transformació.

Per tant, tot i que la resiliència és un concepte emergent que cada vegada és té més en consideració en els entorns socioeducatius, encara queda molta tasca de sensibilització pel que fa al desenvolupament d'aquesta temàtica; no només per part dels teòrics, ni de les persones que en primera persona han viscut l'experiència, ni per part dels professionals, sinó mitjançant la unió del conjunt de tots els col·lectius implicats i, a través d'un treball cooperatiu, complementador i socialitzador.

En definitiva, no hem de caure en l'error – que encara és molt present en la societat d'avui dia – de classificar, jutjar i etiquetar a les persones com a resilientes o no resilientes; víctimes o culpables; bons o dolents; normals o anormals. L'estudi i aprofundiment teòric de la resiliència permet obrir les portes a ser conscients de la realitat dinàmica i complexa en la que vivim i on no tot és blanc o negre, sinó que també hi ha diversitat de colors.

8. BIBLIOGRAFIA

- Barudy, J. (2005) Resiliencia y buenos tratos infantiles. Dins Barudy, J. i Dantagnan, M. (ed.), *Los buenos tratos a la infancia: Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa editorial.
- Barudy, J. i Marquebreucq, A.-P. (2006). *Hijas e hijos de madres resilientes*. Barcelona: Gedisa editorial.
- Becoña, E., (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11, 125-146. Recuperat 7 Juny 2013, a <http://e-spacio.uned.es:8080/fedora/get/bibliuned:Psicopat-2006-E3EEEF3-E4DF-43B4-C15D-FF038F693092/PDF>
- Claver, E., i Pereda, E. (2011) Adolescentes migrantes resilientes. Dins Pereira, R. (ed.), *Adolescentes en el siglo XXI: Entre impotencia, resiliencia y poder*. Madrid: Morata.
- Cyrulnik, B. (2001). *La maravilla del dolor: El sentido de la resiliencia*. Barcelona: Granica.
- Cyrulnik, B. (2002). *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa editorial.
- Cyrulnik, B. (2003). *El murmullo de los fantasmés: Volver a la vida después de un trauma*. Barcelona: Gedisa editorial.
- Cyrulnik, B., Tomkiewicz, S., Guénard, T., Vanistendael, S., Manciaux, M., et al. (2004). *El realismo de la esperanza: Testimonios de experiencias profesionales en torno a la resiliencia*. Barcelona: Gedisa editorial.
- Cyrulnik, B. (2005). *El amor que nos cura*. Barcelona: Gedisa editorial.
- Duverger, M. (1996). *Métodos de las ciencias sociales*. Barcelona: Ariel Sociología.

- Fernandez, G. (2013). Resiliencia i psicologia positiva. Recuperat 10 Juny 2013, des de http://fernandezdadam.com.ar/?page_id=282
- Forés, A. i Grané, J. (2007). *La resiliència*. Barcelona: UOC.
- Forés, A. i Grané, J. (2012). *La resiliència en entornos socioeducativos*. Madrid: Narcea
- González, M.J. (1997). *Metodología de la investigación social: técnicas de recolección de datos*. Alicante: Editorial Aguaclara.
- Guénard, T. (2003). *Mas fuerte que el odio*. Barcelona: Gedisa editorial.
- Henderson, N. i Milstein, M.M. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Ketele, J.; Roegiers, X. (2000). *Metodología para la recogida de información*. Madrid: La Muralla, S.A.
- Maganto, C. i Maganto, J.M. (2010). *Cómo potenciar las emociones positivas y afrontar las negativas*. Madrid: Pirámide.
- Manciaux, M. (2003). *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Barcelona: Gedisa editorial.
- Mariñelada-Dondena, L. (2012). Surgimiento y desarrollo de la Psicología Positiva. Anàlisis des de una historiografia crítica. Recuperat 17 Juny 2013, des de <http://www.palermo.edu/cienciassociales/investigacion-y-publicaciones/pdf/psicodebate/12/02-Psicodebate-Surgimiento-y-desarrollo-de-la-Psicologia.pdf>
- Meirieu, Ph. (1998). *Frankenstein Educador*. Barcelona: Laertes.
- Melillo, A. i Suárez, E. (2008). *Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas*. Argentina: Paidós.

- Moreno, A. (2011). *La promoción de la resiliencia en el vínculo establecido entre adolescentes y educadores en la práctica psicomotriz educativa*. Universitat de Barcelona, Barcelona. Recuperat 1 de Juliol 2013, des de http://84.88.10.27/bitstream/handle/10803/96515/01.AMP_TESIS.pdf?sequence=1

- Morín, E. (2008). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona: Gedisa.

- Perelló, S. (2009). *Metodología de la investigación social*. Madrid: Dykinson, S.L.

- Peñalver, C. (1987). Las explicaciones sistemicas: una aproximación a la epistemología sistémica. Dins Castillejo, J.L. i Colom, A.J. (ed.), *Pedagogia sistémica*. (p. 43-62). Barcelona: Ceac ediciones.

- Rocamora, A. (2006). *Creecer en la crisis: Cómo recuperar el equilibrio perdido*. Bilbao: Desclée de Brouwer, S.A.

- Rocca, S. M. (2008). La resiliencia: un nuevo paradigma que desafía la reflexión y la práctica pastoral. Recuperat 13 Juny 2013, des de <http://dc193.4shared.com/doc/hPVXuj9q/preview.html>

- Siebert, A. (2007). *La resiliencia: Construir en la adversidad*. Barcelona: Alienta optimiza.

- Sociedad Española de Psicología Positiva. *La psicología positiva*. Recuperat 14 Juny 2013, des de <http://www.sepsicologiapositiva.es/psipositiva.htm>

- Villalba, C. (2004). *El concepto de resiliencia. Aplicaciones en la intervención social*. Recuperat 30 Juny 2013, des de <http://www.documentacion.edex.es/docs/0302VILcon.pdf>

9.1. EL CAMÍ DE LA RESILIÈNCIA - AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION

“L’Associació Americana de Psicologia (APA) va dur a terme una campanya per promoure la resiliència anomenada “El camí de la resiliència”. El seu objectiu era proveir a la població de les eines i la informació necessària per ajudar-la a sobreviure davant d’adversitats. El seu missatge bàsic era el següent: la resiliència es pot aprendre; la resiliència és un procés, no una situació especial ni un moment determinat del temps, i cada persona presenta el seu propi procés. Segons l’APA, deu són els camins per desenvolupar la resiliència. El decàleg:

1. Fer connexions.
2. Evitar veure les crisis com si fossin problemes insuperables.
3. Acceptar que els canvis són part de la vida.
4. Avançar cap als seus objectius: treballar sobre objectius realistes.
5. Actuar amb decisió contra les adversitats.
6. Cercar oportunitats per descobrir-se un mateix.
7. Alimentar una visió positiva d’un mateix.
8. Mantenir la perspectiva de les coses: preveure el llarg termini i saber recontextualitzar els esdeveniments.
9. Mantenir una visió esperançada.
10. Cuidar-se: prestar atenció a les pròpies necessitats i sentiments.

Per últim, com a curiositat dir que aquest pamflet divulgatiu amb els camins de la resiliència va sortir a la llum pública pocs dies abans dels atacs terroristes del dia 11 de setembre del 2001.” (Forés i Grané, 2007, p. 100)

9.2. BIOGRAFIA DE PERSONES RESILIENTS

Amb aquest annex pretén fer una breu mostra d'aquelles persones conegudes que han esdevingut resilients després d'haver viscut situacions traumàtiques. Tenint present, que molts dels següents exemples citats han servit per elaborar el contingut del present treball.

- *Boris Cyrulnik*: És una persona resilient. Va viure una infància dura plena de successos traumàtics fins que la final ha esdevingut metge obstinant a entendre les seves pròpies ganes de viure. Neuròleg psiquiatre i psicòleg de renom, pare de l'etiologia humana (estudi del comportament), és un dels precursors i estudiosos de la resiliència i on també s'observa com ha creat una sèrie de llibres de Resiliència on té com a finalitat divulgar les vivències i les descobertes en tots els camps en el que el concepte s'està obrint pas.

- *Yaser Kemal*: La biografia de Yaser Kemal és una d'aquelles històries colpidores. "Kemal era un turc d'origen kurd que va viure en una família molt pobre al sud de Turquia. Va perdre l'ull dret en un accident quan els seus pare estava degollant una ovella. Quan tenia cinc anys també va veure com el seu pare era apunyalat fins a morir mentre pregava en una mesquita a mans d'un fill adoptiu. Aquesta experiència traumàtica el va afectar tant que no va parlar fins que va complir els dotze anys.

Yaser Kemal és una persona resilient. Amb el temps va poder sobreposar-se a les experiències traumàtiques de la infantesa i va esdevenir un novel·lista de renom. Com molts resilients, Yaser conta històries. Una de les més boniques és aquella que explica sobre el ritual molt impactant de la cerca de llops en el qual va participar quan era periodista principal.

Yaser Kemal no només va patir una infància duríssima, també ha patit gairebé tota la seva vida perquè ha estat acorralat, detingut, empresonat i torturat per règim turc. Yaser Kemal es va adonar de la realitat. Aquest és el primer pas cap a l'alliberament." (Forés i Grané, 2007, p. 113-114)

- *Viktor Frankl*: un altre exemple de persona resilient ja que va viure situacions traumàtiques en camps de concentració i posteriorment ho va escriure per compartir les seves experiències i vivències i demostrar que d'un passat molt dur en pot esdevenir un present i un futur positiu. (ara ja literal) Aquest home, "després del seu alliberament retorna a Viena, la seva ciutat d'origen, i escriu el seu famós llibre *L'home a la recerca de sentit*, on descriu la seva vida com a presoner. En aquesta obra reconeix que fins i tot en les

condicions més extremes de deshumanització i patiment, l'ésser humà pot trobar un sentit a la seva existència. Segons ell si coneixes el perquè de la vida, pots suportar tots els "coms" als quals estaràs sotmès." (Forés i Grané, 2007, p. 93).

Viktor Frankl també va ser conscient de la seva situació quan estava intern al camp de concentració. Viktor explica que una vegada que estava transportant material va defallir i un guarda nazi s'hi va acostar. Va tenir el pressentiment que la seva hora arribava però va treure forces de flaqueza i es va aixecar. El ressort que el va esperonats a seguir va ser la seva imatge futura de conferenciant explicant al món les barbaritats dels camps d'extermini. Va trobar un per què i el va mantenir viu.

- *Dani Vidal*: "va perdre el braç esquerre i part del dret quan era petit a causa d'una descarrega elèctrica. Ell era conscient de la seva situació, però tenia un somni: el de creuar els 18 kilòmetres de l'estret de Gibraltar nedant. Ell mateix afirma que només tenia dues possibilitats, queixar-se i amargar-se la vida o lluitar i fer el que volia fer, aquesta ha estat la seva elecció. Com ell diu, "la gent ho d'adonar-se que la meta està allà on un la vol col·locar". Va projectar futur i va creuar l'estret en sis hores i vint minuts. Dani és campió paralímpic de natació." (Forés i Grané, 2007, p. 116).

- *Tim Guenard*: Tim Guénard va ser un nen rebutjat i maltractat per les persones que més li importaven: els seus pares. Com la seva família no va voler fer-se càrrec d'ell, va entrar en un orfenat als set anys on tampoc ningú el va voler adoptar. Va patir el maltractament i el menyspreu de les persones encarregades de la seva cura i va acabar en un hospital psiquiàtric per un error administratiu. D'allí va anar a parar a un reformatori, on va aprendre a lluitar i a incrementar el seu odi cap al món sencer ... Només les ganes de matar el seu pare el van mantenir en peu, convertit ja en tot un delinqüent de 12 anys.

El cercle viciós va seguir el seu curs amb més fugides, maltractaments físics, vivències al carrer, una violació i les màfies de la prostitució. Però als 16 anys, una jutgessa - "la senyora jutgessa" - va ser la primera persona que realment es va ocupar d'ell, li va aconseguir un treball com a aprenent d'escultor de gàrgoles i, amb aquesta professió, Tim va començar a ser algú.

Després de complir la majoria d'edat, la trobada amb altres persones clau van portar per un camí de renovació, de perdó i superació d'aquella situació dramàtica en forma d'espiral que va haver estat tota la seva vida fins llavors.

Recolzat en el "Big Boss", Tim és avui un home de gairebé 50 anys, que viu al sud-est de França, prop de Lourdes, casat i amb quatre fills. Un home que acull a casa a persones amb problemes, a les que orienta i dóna ànims perquè trobin nous motius per viure, oferint-los un sostre i una mà amiga. Un home que no oblida la promesa que es va fer en la seva adolescència on es va prometre acollir aquelles persones que es torbessin amb les mateixes necessitats que ell va patir.

No obstant, la missió de Tim no només es desenvolupa a França, el cim de la seva renovació interior va ser escriure un llibre autobiogràfic "Més fort que l'odi" (Guénard, T., 2003), on desgrana amb senzillesa i sinceritat la història de la seva vida. A partir de llavors, va a on li diuen per narrar la seva experiència, demostrant al món que "l'home és lliure d'alterar el seu destí".

9. 3. FONTS DE LA RESILIÈNCIA

En aquest Annex queda recollit textualment el que Forés i Grané, 2007, p. 95- 98, diuen.

“Hi ha diverses maneres de presentar el reguitzell de factors protectors que promouen la resiliència. En aquest capítol desenvolupem les dues categoritzacions més divulgades.

Segons la psicòloga Edith H. Groteberg, els factors de suport que promouen la resiliència es poden categoritzar en tres dimensions: la dimensió interna, formada pels suports interns extrets dels elements positius del nostre caràcter; la dimensió externa, que aglutina els suports externs de familiars, amics, models de conducta o serveis institucionals; i la dimensió social, que comprèn la interacció amb els altres i la capacitat de resoldre els problemes. En poques paraules, els factors protectors o resilients brollen de tres fons diferents: 1. La força interior. 2. Els factors de suport extern. 3. Els factors interpersonals.

La taula de sota mostra la versió catalana de les tres fonts, que es desdobra en quatre eixos de coordenades per la distinció del verb to be en català en “ésser” i “estar”

JO TINC	JO SÓC
Suport social	Fortalesa interna
JO ESTIC	JO PUC
Disposat a fer	Habilitats

Jo tinc suport extern:

- Una o més persones del meu entorn familiar en qui confio i m'estimen incondicionalment.
- Persones fora del meu entorn familiar en les quals puc confiar plenament
- Persones que posen límits al meu comportament.
- Persones que m'incentiven a ser independent.
- Bons models a imitar.
- Accés a la salut, l'educació i a serveis de seguretat i socials que necessito.
- Una família i un entorn social estable.

Jo sóc (força interior) i estic disposat a ser:

- Una persona que agrada a la majoria de gent.
- Generalment tranquil·la i ben disposada.
- Algú que aconsegueix allò que es proposa i planifica el futur.
- Algú que sent empatia pels altres i se'n preocupa, una persona que practica el seu reconeixement.

- Responsable de les meves accions i accepto les seves conseqüències.
- Una persona respectuosa amb mi mateixa i amb els altres.
- Una persona segura de mi mateixa, optimista, confiada i que té moltes esperances.

Jo puc (capacitats interpersonals i de resolució de conflictes):

- Generar noves idees o nous camins per fer les coses.
- Realitzar una tasca fins a finalitzar-la.
- Trobar l'humor en la vida i utilitzar-lo per reduir tensions.
- Expressar els meus pensaments i sentiments en la meva comunicació amb els altres.
- Resoldre conflictes en diversos àmbits: acadèmic, laboral, personal i social.
- Controlar el meu comportament: els meus sentiments, els meus impulsos, demostrar allò que sento.
- Demanar ajuda quan ho necessito.”

9.4. DECÀLEG (Vanistendael, S. i Lecomte, J.)

En aquest Annex es presenta textualment el decàleg de recomanacions que el sociòleg belga Stefan Vanistendael i del doctor en psicologia Jacques Lecomte han realitzat per tal de construir la resiliència, el qual consta en el llibre de Forés i Grané, 2007, p. 74-77, que gira molt en la idea que s'ha defensat al llarg del present treball:

1. Diagnosticar recursos i potencialitats. Els professionals acostumen a utilitzar un mètode d'intervenció que consisteix bàsicament a diagnosticar problemes per tal de trobar una solució. Camins alternatius són aquells mètodes que parteixen del nucli de les potencialitats i allò que funciona bé de la persona ferida i del seu entorn.
2. Tenir en compte l'entorn. Cal considerar la persona incardinada en la seva xarxa de relacions socials. La resiliència presenta una clara dimensió comunitària: cada individu es construeix i afronta les seves adversitats en el si d'una comunitat on el suport social té un paper transcendental.
3. Considerar la persona com una unitat. La resiliència ens invita a considerar una persona com una unitat viva.
4. Reflexionar en termes d'escollir i no determinisme. La nostra herència genètica fixa els límits extrems de les nostres possibilitats, però dins d'aquestes fronteres extenses tenim un ampli repertori de possibilitats per explotar. Hem d'aprendre a reflexionar en termes d'escollir i d'estratègies al llarg de la vida.
5. Integrar l'experiència passada en la vida present. Una persona que va passar un esdeveniment dolorós no pot ser la mateixa de nou, com si res no hagués passat. Aquesta irreversibilitat es confon amb el fatalisme i el determinisme. El passat no determina totalment el present. No es pot superar el que és insuperable si no és obrint una nova etapa de la vida que integri el passat amb les seves cicatrius.
6. Deixar lloc a la espontaneïtat. En els assumptes humans, la responsabilitat ha de deixar lloc a la espontaneïtat. L'acceptació de la persona, el descobriment del sentit, l'autoestima, l'humor, es construeix de manera no intencional.
7. Reconèixer el valor de la imperfecció. Cal qüestionar el model de la perfecció com a ideal de vida i de conducta. L'esperit de la resiliència ens invita a descobrir nous camins de creixement entre un ventall de possibilitats. L'ésser humà ha de construir una estratègia existencial que integri l'acceptació de la imperfecció amb la voluntat de millorar.

8. Considera que el fracàs no anul·la el sentit. La resiliència ens torna sensibles al fet que un èxit limitat, fins i tot una manca d'èxit, no és sinònim de fracàs. Cal diferenciar èxit de sentit. Algunes de les nostres accions no tenen èxit però no significa que estigui desproveïdes de sentit. Una vida rica es teixeix amb una mescla d'activitats que aporten un màxim de sentit per a nosaltres i per als altres, amb èxit o sense. El sentit és molt més determinant de la riquesa de la vida que l'èxit.
9. Adaptar l'acció. Estem permanentment cridats a prendre decisions sense disposar de coneixements complets. En les circumstàncies concretes de la vida és difícil discernir què constitueix un factor de risc i de protecció. Un mateix element pot presentar-se com a factor de risc i en els altres casos com a protecció. Davant d'aquesta alternació possible, és preferible discernir què és protecció i què és risc en cada situació.
10. Imaginar una nova forma de política social. La resiliència ens incita a establir polítiques socials, educatives i sanitàries que apostin per programes econòmics i serveis que estimulin els recursos de les persones i les comunitats, i sense que això suposi una excessiva dependència, de tal manera que se n'encarreguin elles mateixes.

9.5. ELS PILARS DE LA RESILIÈNCIA

Forés i Grané, 2007, p. 99, en el seu llibre La Resiliència exposen el que consideren que són els pilars de la resiliència individual, els quals queden citats literalment a continuació:

Els pilars de la resiliència individual:

- La confiança, que és la base dels altres pilars i la clau principal per promoure la resiliència.
- L'autoestima consistent és el fruit de l'acció i la cura de les persones que són significatives per permetre la superació de les adversitats.
- La introspecció entesa com l'art de preguntar-se, de conversar amb un mateix i de donar-se una resposta honesta.
- La independència definida com el fet de saber fixar límits entre un mateix i el medi amb problemes. També fa referència a la capacitat de mantenir la distància emocional i física.
- La capacitat de relacionar-se. Es tracta de l'habilitat d'establir vincles amb altres persones. També consisteix a equilibrar la necessitat d'afecte amb l'actitud de donar-se als altres.
- La iniciativa entesa com el gaudi d'exigir-se i posar-se a prova amb tasques accessibles.
- L'humor possibilita el trobar el bell punt mig entre la tragèdia i la comèdia.
- La creativitat. Vista com la capacitat de poder obrir la ment cap a noves possibilitats.
- La moralitat entesa com el desig de voler el benestar de tots els éssers humans i la capacitat de comprometre's amb aquest valor.
- La capacitat de pensament crític entès com la comprensió del principi que ens diu que tot pot ser d'una altra manera. Contra qualsevol pensament únic de qualsevol mena.

9.6. LA “CASITA” DE LA RESILIENCIA

Tot i que molts autors (Forés i Grané, 2007; Maganto i Maganto, 2010; Moreno, 2011) han emprat aquesta metàfora de Vanistendael, S. en algun moment donat. Utilitzare Forés, A. i Grané, J. (2007), els quals fan una explicació molt detallada i entenedora d'aquesta metàfora. Per tant a continuació citaré textualment l'explicació que empen aquests autors:

“La “casita” de la resiliència és una metàfora desenvolupada per Stefan Vanistendael al BICE. És una representació gràfica dels diferents aspectes de la resiliència i una eina pedagògica força important per fer intervencions en clau resilient.

Una “casita” és el símbol de la llar, on hi ha caliu. Recordem que l'objectiu de la resiliència és construir mons més humans i aquesta metàfora hi entronca perfectament. A més, la paraula castellana “casita” sona bé en tots els idiomes.

Cada estança de la caseta representa un domini d'intervenció potencial per a aquells que desitgin contribuir, mantenir o restablir la resiliència. Tothom que sigui responsable d'una intervenció haurà de decidir les accions precises (en la metàfora, aquells mobles) que posarà a cada habitació. Tot i això, el que recomana Vanistendael com a ideal és intervenir en diversos dominis o estances a la vegada.



També cal tenir en compte que el material de construcció de la caseta (els maons, els perfils metàl·lics,...) representa l'adaptació de la intervenció a la cultura local:

les metàfores, els mites, els contes de fades, les imatges, els símbols, la música, els balls, els esports, l'humor local, les festes, els costums, el menjar.

- El terra on està construïda la caseta representa les necessitats materials elementals, com l'alimentació i les cures bàsiques de salut. Vanistendael afirma de manera rotunda que per construir la resiliència cal, primer de tot, tenir la base de la casa, que són les necessitats bàsiques cobertes: s'ha de garantir que les persones tinguin menjar, lloc per dormir, salut, etc. Si aquests mínims no estan garantits no podem pretendre treballar la resta.

Una persona traumatitzada necessita quelcom més per aprendre a viure. Així, el subsòl, en els fonaments on s'assentarà tota la caseta de la resiliència hi trobarem la xarxa de relacions més o menys informals: la família, els col·legues, els amics, els veïns. La resiliència és una epifania relacional.

En el nucli central d'aquesta xarxa relacional, hi trobem l'acceptació profunda de la persona. Això no vol dir que ho acceptem tot, no vol dir acceptar tot tipus de comportament. És cert que t'accepto tal i com ets però no a qualsevol preu ni de qualsevol manera.

La resiliència no pregoni ni defensi un excés d'afecte, no es tracta de practicar un amor que dona dret a tot. Els infants gegants, com podríem anomenar aquests nadons que viuen en bombolles afectives, es converteixen en tirans domèstics i en submisos socials, per tant, en persones no resilients. El vincle excessiu els adorm i els converteix en candidats a pagar i dur a terme la repetició de la submissió amb la qual han conviscut, com el cas d'Adolf Hitler.

- En la primera planta hi ha el sentit de la vida, saber atribuir una coherència al projecte vital. Es tracta de la capacitat de projectar-se en el futur, el fet de donar una orientació a la vida. Aquesta planta també ens remet als projectes concrets, a la capacitat de planificar i fixar objectius realitzables. Això pot significar tenir cura d'un animal, d'una planta, fis i tot, més enllà, tenir cura d'una altra persona. La persona descobreix el sentit de la vida comproment-se en la solidaritat, en la relació altruista amb els altres, anant més enllà d'una relació amb un mateix. A la planta baixa també trobem el jardí que ens apropa al contacte amb la natura i el seu ús pedagògic.

- A la segona planta de la caseta hi trobem tres habitacions: la de l'autoestima, l'habitació de les competències i les aptituds, i l'estança de les estratègies d'adaptació positiva.

Quan parlen de competències i aptituds socials i personals, la resiliència està molt lligada a treballar aspectes com:

- L'èxit social: l'empatia, la flexibilitat, l'afecte, la comunicació i la capacitat de resposta adequada.
- L'autonomia: el sentit d'identitat, l'autosuficiència, l'autoconeixement i la capacitat de distanciar-se dels missatges negatius.
- Les perspectives i promeses d'un futur millor: l'optimisme, els objectius realistes i les aspiracions; també la fe i l'espiritualitat.
- L'habilitat per resoldre problemes: la creativitat, la capacitat d'elaborar estratègies, de sol·licitar ajuda i l'esperit crític.

Els individus resilientes són els que tenen una sèrie de presumpcions o actituds sobre ells mateixos que influeixen en la seva conducta i en les habilitats que desenvolupen. Aquí aportem una categorització diferent per expressar les competències i les aptituds socials i personals del subjecte resilient. Què fa una persona resilient:

- Sentir que controlen la seva vida.
- Saber com enfortir la resistència a l'estrès.
- Tenir empatia amb els altres.
- Desenvolupar una comunicació afectiva i capacitats interpersonals.
- Tenir sòlides habilitats per solucionar problemes i prendre decisions.
- Establir metes realistes.
- Aprendre tant del èxit com del fracàs.
- Ser comprensiu.
- Portar la vida responsable amb valors sensats.
- Sentir-se especial (no egocèntric) mentre ajuda els altres a sentir el mateix.

En la tercera habitació tenim les estratègies d'adaptació positiva, entre les quals, el sentit de l'humor és una de les més importants. El sentit de l'humor és la capacitat de conservar el somriure davant qualsevol adversitat.

La importància del humor:

Cal entendre l'humor com l'equilibri o l'estat de maduresa entre l'eufòria i la depressió. Una persona amb sentit de l'humor és una persona equilibrada, que es permet construir les seves relacions i els seus vincles des de la relativització de tot

plegat, de tots els problemes. L'humor ens situa en l'encreuament entre la confiança en la vida i la incongruència. L'humor serà més important i més profund quan més toqui el sentit de les zones més importants de la nostra vides. Tenir la capacitat de poder riure's de tot, fins i tot i en primer lloc d'un mateix, és un bon antídot davant els cops existencials. Riure ne permet transcendir el moment concret, crear distància entre el problema i la persona.

Quan una persona està immersa en la voràgine de la destrucció provocada per una ferida corre el risc de romandre en la foscor durant un temps. L'humor és un remei que el pot ajudar a trobar-se de nou.

- A l'altell hi trobem el lloc on es localitzen les altres experiències que poden contribuir a la resiliència, però que no han estat recollides a les estances anteriors. Podem trobar moltes coses a les golfes: un somriure en un moment donat, un passat radiant, la bellesa d'un paisatge proper. La mateixa existència d'aquest altell on es guarden els mals endreços ens prevé contra la rigidesa de qualsevol intervenció i ens obre les portes cap a la creativitat: moltes són les possibilitats que es poden usar per promoure la resiliència.

La formulació tradicional de la "casita" s'ha anat complementant amb altres elements. Un dels més importants ha estat la xemeneia que exemplifica l'estima. A la part de dalt de la caseta, tot escalfant, proporcionant el caliu necessari, hi ha la xemeneia, hi ha l'amor entès, com el reconeixement de l'altre com un altre legítim. Alguns afegixen altres casetes, i fins i tot el poble sencer." (Forés i Grané, 2007, p. 79-86).