

Programa Compartim, gestió del coneixement del Departament de Justícia

Resiliència

Comunitat Medi obert de justícia juvenil
Novembre 2008



Avis legal

Aquesta obra està subjecta a una llicència Reconeixement 2.5 de Creative Commons. Se'n permet la reproducció, la distribució, la comunicació pública i la transformació per generar una obra derivada, sense cap restricció sempre que se'n citi el titular dels drets (Generalitat de Catalunya. Departament de Justícia). La llicència completa es pot consultar a <http://creativecommons.org/licenses/by/2.5/es/legalcode.ca>.

1. Aclariments conceptuals

Entenem per resiliència com la capacitat humana per sobreposar-se i sortir enfortit o transformat de les experiències d'adversitat. També trobem definicions on es lliga el procés de resiliència amb la capacitat d'adaptació dels individus.

És un procés present en el desenvolupament del subjecte al llarg de la seva història vital, és un procés complex a causa de la interrelació entre persona i context.

La resiliència no és una capacitat innata, hi ha diferents factors que la poden promoure: el temperament, els valors, el comportament dels pares durant la infància de l'individu, el suport social i familiar, etc. Tot i que la influència d'aquests factors sobre la resiliència d'un individu és clara, encara ens falta conèixer quina és la combinació perfecta, la química necessària d'aquesta sèrie d'elements perquè el que sorgeixi sigui una conducta resilient i no una altra.

Pensar en la resiliència implica una mirada que vol posar l'accent en allò positiu, incloent l'anàlisi dels factors de risc, entesos com a influències que augmenten la probabilitat de desenvolupar una conducta problemàtica.

És davant d'aquesta situació problemàtica que s'activen els factors protectors de l'entorn, com les competències amb les que compta la persona per fer-hi front i superar les dificultats, és aleshores que entra en joc la resiliència de la persona.

2. Apunts pràctics

Cada persona és única i irrepètible, per tant, el fet de trobar els trets positius de cadascú ens porta a haver de conèixer des de la proximitat el jove i el seu entorn. Aquesta informació serà l'eina bàsica amb la qual haurem de treballar per poder compensar els desequilibris que s'hi hagin pogut donar.

L'educador del jove ha de ser una figura referent i d'autoritat per a ell, partint d'aquesta base podrem començar a involucrar el subjecte en processos resilients, i així poder esdevenir en algun moment tutors i promotors de la resiliència en els nostres joves.

Cal dotar els joves d'una nova connotació, els haurem de presentar una porta cap a l'esperança i fer-los responsables de trobar la clau d'aquesta porta. Hem de treballar amb ells, proporcionant-los eines perquè tinguin el major nombre d'habilitats possibles, hem d'intentar fer-los curiosos, observadors, crítics i reflexius, que se sentin capaços de millorar.

Cada individu es construeix una imatge de si mateix. Aquesta imatge es crea a partir d'experiències viscudes en el passat, juntament amb la imatge que l'altre ens retorna. Aquesta imatge que anomenem *identitat narrativa* va canviant constantment.

Aquí rau la teoria de la resiliència: podem modificar la idea que tenim de nosaltres mateixos i, així, deixar de ser esclaus del passat i deixar d'acomodar-nos a l'etiqueta (normalment) negativa que ens han penjat.

La promoció de la resiliència en el jove passa perquè l'educador cregui en ell i, a partir d'aquí, podem començar a fer veure que el jove ha de creure en ell mateix, recordant tot allò que pot fer, recuperant tot allò positiu que ha realitzat fins llavors. És vital que el jove sigui capaç de responsabilitzar-se de totes les seves accions (fent incidència també en les positives). Per part nostra, cal que li oferim un espai d'escolta interna on pugui arribar a esdevenir capaç de definir projectes de futur.

Un factor clau és deixar que el jove que s'enfronti amb la seva pròpia realitat per si sol, fent-li costat com a referent educatiu i oferint-li orientació i recursos. D'aquesta manera, promourem l'enfortiment d'actituds resilients en el jove. La nostra manera de percebre el món és la que ens fa sentir la vida com a feliç o infeliç i juntament amb les vivències dels escenaris en què ens movem (escola, família, amics, etc.), ens poden generar una bona o una ingrata sensació.

Cal donar significat als problemes, ja que si no els entenem no podem reaccionar i tenim un malestar continu. Si el nostre món torna a ser coherent, si li donem un sentit, tenim una estratègia per trobar nous motius per afrontar la vida. Per poder desenvolupar una personalitat resilient, cal que es donin una sèrie de factors protectors, tant interns com externs, que afavoreixin aquest procés.

Entre aquests factors en destaquem els següents:

- Factors protectors externs: referents educatius de la infància; existència de recursos col·laboratius en l'entorn; vincles afectius sans amb algun membre de la família; suport educatiu per part d'institucions involucrades amb el jove, la intervenció del tècnic de medi obert.
- Factors protectors interns: capacitat d'escoltar, bon humor, optimisme, caràcter obert, pensar abans d'actuar, força interior, introspectiva, capacitat d'anàlisi, intel·ligència, capacitat d'explicar, elaborar, construir des de la narrativa, seleccionar i saber reconèixer les persones que el poden ajudar, deixar-se ajudar, saber identificar oportunitats, capacitat de mobilització dels seus interessos, grau maduratiu, etc.

3. Conclusions

La intervenció dels tècnics de medi obert pot esdevenir una oportunitat per fomentar la resiliència dels joves amb què treballem. La nostra intervenció ha d'anar adreçada al reforçament dels factors protectors i a la promoció de l'autoestima del jove, a millorar la seva competència social, a millorar la seva capacitat de resoldre positivament els seus problemes.

Haurem de reconèixer i donar valor a aquells espais, qualitats personals i habilitats socials que l'ajudin a superar positivament experiències estressants provocadores de dissociabilitats.

4. Decàleg d'actuacions mínimes

1. Compartir el dia a dia, buscar trobades informals, anar al context natural.
2. Coordinar estretament tots els recursos fent un seguiment intensiu del cas.
3. Fer sentir el jove agent actiu i protagonista.
4. Transmetre que l'altra persona és important.
5. Oferir experiències d'autoeficàcia i autoconfiança. Reforçar una imatge positiva d'ell mateix. La mesura de PBC pot encaminar-se en aquest sentit (recursos d'atenció a les persones). Realitzar mòduls d'empatia.
6. Exigir responsabilitats ajustades a la seva capacitat.
7. Acompanyar en el procés d'acceptació de la realitat, tot compartint inquietuds.
8. Ajudar a donar contingut al discurs, tot confrontant-lo amb la realitat.
9. Donar suport a la família, validar-la, oferir pautes.
10. Fomentar l'alegria, l'interès per la vida sense que aquest resideixi en els objectes materials. Buscar aspectes que produeixin satisfacció personal al jove.

5. Dades quantitatives

Al fòrum hi han hagut 8 respostes i 157 lectures.