



Imagen elaborada por la autora.

La resiliencia se presenta como un concepto relativamente nuevo que ha cobrado especial importancia en el ámbito de la psicología, concretamente en el de la psicología positiva. Además, se está extendiendo a otras disciplinas como el de la pedagogía (Noriega, Angulo y Angulo, 2015).

Tal y como señala Oriol-Bosch (2012), la resiliencia en el ámbito físico hace referencia a la elasticidad o flotabilidad de los objetos, de modo que refiere a la capacidad de los mismos para volver a su estado inicial en el caso de que se modifiquen por una fuerza externa.

En cuanto a la resiliencia en el campo de la psicología positiva, las diferentes definiciones del término convergen en que se trata de una capacidad.

Concretamente, dicha capacidad alude a lograr un desarrollo correcto y óptimo por parte de los sujetos a pesar de haber vivenciado una serie de dificultades o situaciones desfavorables. En la línea de lo anterior, cabe indicar que el interés por este concepto tiene su origen en la observación de un correcto desarrollo por parte de infantes que vivían diversas situaciones que podrían haber llegado a ser traumáticas como ser víctimas del maltrato o vivir guerras, entre otros (Becoña, 2006). Es decir, en los niños y niñas que se podría haber esperado la gestación de trastornos psicopatológicos, conductas criminales o incluso el consumo de sustancias estupefacientes, se observó en contra de todo pronóstico un desarrollo adecuado y sano.

Oriol-Bosch (2012), por su parte, diferencia las dimensiones o ámbitos de la resiliencia, a saber: la autoconfianza, la capacidad para planificar la actuación, el autocontrol que implica niveles de ansiedad bajos y la persistencia. Menciona por tanto que, con el objetivo de superar dichas adversidades, es esencial la búsqueda del apoyo social, el control de las emociones, la motivación y el uso del humor. Es la exposición ante los riesgos o retos la que hace posible el desarrollo de la resiliencia.

Por otro lado, Noriega, Angulo y Angulo (2015) postulan que en educación el concepto de resiliencia alude a un modelo de carácter pedagógico y proactivo que se basa en la adquisición de diferentes competencias. Destacan, además, el concepto de factor de riesgo y factor protector. Los factores de riesgo hacen referencia a las características de un sujeto o comunidad que se ligan al daño de la salud. Por su parte, los factores protectores son características que propician el desarrollo de personas o grupos y que hacen posible la minimización de daños de las situaciones difíciles. Los factores protectores son de dos tipos, externos e internos.

Los de tipo externo aluden a las características del medio que hacen que los riesgos se minimicen o disminuyan. Así mismo, dentro de estos factores podemos distinguir dos tipos: las características intrafamiliares y las características extrafamiliares (Mateu, García, Gil y Caballer, 2009). Respecto a las características intrafamiliares, estas hacen referencia a una familia extensa, la existencia de una figura cálida y afectuosa o una familia estructurada. En cuanto a las extrafamiliares, encontramos la existencia de una comunidad de sistemas de apoyo e integración social, es decir, disponer de relaciones estables. En este punto se hace relevante destacar el concepto de guía o tutor de resiliencia, que hace alusión a una persona que ayuda a

otras a superar las situaciones adversas o traumáticas mediante la enseñanza de estrategias y habilidades para enfrentar las situaciones con éxito.

En cuanto a los factores protectores de tipo interno, los autores coinciden en que son las características del propio sujeto. Estas últimas son la autoconfianza, la facilidad para comunicarse, la empatía, las habilidades de autorregulación, la seguridad en uno mismo y un autoconcepto sano (Noriega, Angulo y Angulo, 2015; Masten, Cutuli, Herbers y Reed, 2012). Cabe señalar en este punto que la autoestima se presenta como una característica esencial en la resiliencia (Mateu, García, Gil y Caballer, 2009; Gallesi y Matalinares, 2012), que a su vez se relaciona con un buen rendimiento académico (Plata, González-Arriata, Oudhof, Valdez y Escobar, 2014).

Así mismo, se hace relevante indicar que un suceso desfavorable puede resultar un factor protector en el caso de que provoque en el individuo la generación de mecanismos o características para adaptarse y fortalecerse ante las vivencias adversas. De este modo, para desarrollar la resiliencia, es necesaria la interacción entre el sujeto, la familia y la comunidad puesto que cada uno de los componentes proporciona características que permiten la coayuda entre los mismos (Mateu, García, Gil y Caballer, 2009). El desarrollo de la resiliencia depende, por tanto, de los factores protectores y de riesgo existentes.

Así, la resiliencia académica, teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, haría alusión a la capacidad del estudiantado para hacer frente adecuadamente a las diferentes situaciones estresantes que se le presentan en el ámbito académico con éxito, a pesar de las dificultades.

En la línea de lo anterior, Gómez y Rivas (2017) sostienen que el concepto de resiliencia académica alude a la resiliencia en el ámbito académico. En este sentido, los educandos resilientes son aquellos que presentan un rendimiento académico mejor de lo esperado teniendo en consideración sus condiciones contextuales. Por consiguiente, refiere a aquellas características que posee el educando resiliente, o bien su familia o comunidad para hacer frente a la situación escolar a pesar de vivir en situaciones de riesgo como de estrés o pobreza.

Por otro lado, mencionan que algunos de los factores protectores en este ámbito pueden ser la existencia de un sistema de valores en la familia y que el educando cuente con una figura de apoyo que refuerce su autoestima.

Dicha persona puede ser una figura parental o incluso un docente, quien sería por tanto el guía o tutor de resiliencia. Además, en la escuela, se hace relevante la existencia de un ambiente positivo no violento donde existan redes de apoyo entre el alumnado. Otros elementos propios de la organización escolar que son factores protectores son algunos como las expectativas y las acciones del profesorado, el carácter del currículo y el clima escolar (Acevedo y Mondragón, 2005).

De esta manera, la escuela se presenta como un factor esencial para ayudar al estudiantado a desarrollar la resiliencia con la finalidad de que sean capaces de hacer frente a todas aquellas situaciones académicas que se les presente a pesar de las adversidades. Además, no sólo es en el plano académico donde la resiliencia se presenta como una capacidad esencial, sino que se trata de una virtud que se puede adquirir a lo largo del tiempo de forma gradual e imprescindible para el bienestar físico y mental de las personas. Por tanto, y de acuerdo con Silas (2008), los docentes tienen un papel fundamental para hacer de guía al alumnado, de modo que les pueden ofrecer herramientas útiles y eficaces para enfrentarse a las diferentes situaciones difíciles en el ámbito académico, donde destacan las pruebas evaluativas.

REFERENCIAS

- Acevedo, V.E., y Mondragón, H. (2005). Resiliencia y escuela. *Pensamiento Psicológico*, 1(5), 21-35. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/801/80100503.pdf>
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146. Recuperado de <http://aepcp.net/arc/01.2006%283%29.Becona.pdf>
- Galesi, R., y Matalinares, M. (2012). Resiliencia y rendimiento académico en estudiantes de 5to y 6to grado de primaria. *Revista de Investigación en Psicología*, 15(1). Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ripsi/v15n1/a12.pdf>
- Gómez, G. y Rivas, M. (2017). Resiliencia académica, nuevas perspectivas de interpretación del aprendizaje en contextos de vulnerabilidad social. *Calidad en la educación*, (47), 215-233. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/caledu/n47/0718-4565-caledu47-00215.pdf>
- Masten, A.S., Cutuli, J.J., Herbers, J.E, y Reed, M.G.J. (2012). Resilience in Development. En S.J. Lopez y C.R. Snyder (2012). *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (2 ed.) Oxford University Press [versión online]. Recuperado de <https://experts.umn.edu/en/publications/resilience-in-development>
- Mateu, R., García, M., Gil, J.M., y Caballer, A. (2009). *¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador*. Jornades de Foment de la Investigació. Recuperado de http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum_2009_15.pdf?sequence=1

Noriega, G., Angulo, B. y Angulo, G. (2015). La resiliencia en la educación, la escuela y la vida. *Perspectivas docentes*, (58), 42-48. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6349252.pdf>

Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. *Educ.méd.* 15(2). Recuperado de <http://aepcp.net/arc/01.2006%283%29.Becona.pdf>

Plata, L.D., González-Arriata, N.I., Oudhof, H., Valdez, J.L., y Escobar, S. (2014). Factores psicológicos asociados con el rendimiento escolar en estudiantes de educación básica. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(2), 131-149. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/802/80231541008.pdf>

Silas, J.C. (2008). La resiliencia en los estudiantes de Educación Básica, un tema primordial en comunidades marginales. *Sinéctica. Revista Electrónica de Educación* (31). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/998/99812248002.pdf>