

Resiliencia y Apoyo Psicosocial al Estudiante

Georgina Bueno Delgado, Ph. D.
DCSW Trabajadora Social de DCODE — UPR/RP

Resumen:

Algunos estudiantes, independientemente de su cociente de inteligencia, logran superar sus dificultades familiares, los problemas de ajuste a la universidad y los retos académicos; a estos se les puede llamar resilientes. El estudiante resiliente es aquél que cuenta con características internas y del medio ambiente para enfrentarse exitosamente a las diferentes dificultades que surgen a lo largo de su vida. La resiliencia es, por lo tanto, un proceso de crecimiento y mejoría donde el individuo maneja sus dificultades y contratiempos de tal forma que se fortalece emocionalmente mientras las enfrenta. En este proceso de superación median sus fortalezas internas y el apoyo psicosocial del medio ambiente con que cuente. Los estudiantes resilientes se mantienen motivados, son perseverantes y poseen una alta autoestima. Cuentan generalmente con el apoyo de personas significativas en su vida como sus padres y/o sus profesores. Este artículo presenta algunos estudios que sustentan cómo las redes de apoyo y las fortalezas internas repercuten en el logro de las metas académicas de los estudiantes y en el desarrollo de su resiliencia.

Descriptor: resiliencia, apoyo psicosocial, estudiantes universitarios, éxito académico.

Abstract:

Regardless of their IQ, many students manage to overcome family difficulties, college adjustment issues, and achieve their academic goals. These type of students are described as resilient. The resilient students makes use of internal characteristics and their environment in order to cope successfully with difficulties confronted throughout life. Resilience is a growth and achievement process in which an individual gains personal strength as he manages every day difficulties. Throughout this process, internal strengths as well as psychosocial support play an important part. Resilient students are motivated and possess a high self-esteem. They usually can count on the support of significant others. This article comments on studies that show how support networks and internal strengths have an influence on the achievement of academic goals and in the development of resilience.

Key Words: resilience, psychosocial support, college students, academic success.

¿Por qué algunos estudiantes, independientemente de su cociente de inteligencia, pueden superar las dificultades familiares, los problemas de ajuste a la universidad, los retos académicos, pero otros no? La respuesta de Sagor (1996) es que se debe a la *resiliencia*; eso es lo que hace la diferencia. La

define como un conjunto de atributos que le proveen al individuo las fortalezas para enfrentarse a los obstáculos que se confrontan en la vida. Considera que la *resiliencia* es como un anticuerpo que permite contrarrestar los ataques de la vida por lo que debe proveérsele especialmente a los que corren más riesgo de ser afectados. El concepto de *resiliencia* ha sido introducido como parte de la búsqueda de promover en los individuos una adaptación positiva ante las dificultades (Richman & otros, 1998).

Gordon (1996) define la *resiliencia* como un fenómeno multifacético donde intervienen factores personales, ambientales que fortalecen la habilidad para prosperar, madurar y aumentar las competencias a pesar de enfrentarse a circunstancias adversas u obstáculos; estos pueden ser consistentes, severos, frecuentes o crónicos. Por ejemplo, un divorcio, pobreza, una enfermedad, un terremoto, etc. Explica que la forma como el individuo interactúa es uno de los factores ambientales, mientras que el autoconcepto y la inteligencia son algunos de los factores personales que contribuyen al desarrollo de la *resiliencia*. Sustenta, además, que el estado de ser competente o *resiliente* evoluciona con el tiempo; esto a medida que las tareas que necesita realizar el individuo son más complejas y la definición de competencia cambia; razón por la cual necesita contar con factores diferentes para obtener el estado de *resiliencia*.

Sagor (1996), con mucha razón, sustenta que los que tienen más experiencia para identificar a los estudiantes con mayor *resiliencia* son los educadores. Realizó una encuesta entre un grupo de profesores quienes indicaron que los estudiantes resilientes son sociables, optimistas, cooperadores, inquisitivos, atentos, enérgicos, puntuales y altamente responsables. Estas son también características que la literatura describe en la motivación y en la autoestima alta, por lo que se considera que los estudiantes resilientes son los que se mantienen motivados y con una autoestima alta. La motivación es una combinación de factores: metas, emociones, actitudes, autoestima y autoconcepto; esto crea la ecuación de motivación. Para Gardner y Hatch (1993), la motivación y el autoconcepto están ligados porque el reconocer habilidades y competencias ayuda a mantener a la persona motivada y a lidiar con los obstáculos y retos que se le presentan. La motivación positiva, argumentan, está ligada a sentimientos de entusiasmo, confianza y perseverancia, los cuales son factores emocionales necesarios para afrontar los contratiempos. Gardner y Hatch enfatizan que el éxito académico y profesional de los estudiantes asiáticos en los Estados Unidos demuestra que, además de sus capacidades innatas, depende de su motivación porque estos estudiantes consideran que con el esfuerzo adecuado todo el mundo puede tener un buen rendimiento académico.

Por otra parte Gordon (1996), sostiene que las personas no *resilientes* tienen unos patrones motivacionales vulnerables y están en riesgo de períodos de tensión que no pueden controlar mientras que el autoconcepto en las personas resilientes es un aspecto trascendental en la *resiliencia* porque la persona cree en sus habilidades, las oportunidades del ambiente, en su autocontrol, la importancia de tener metas claras y su concepto social es saludable. Este autor realizó una investigación con 36 jóvenes hispanos, de segundo año de escuela superior, provenientes de familias de escasos recursos económicos y de ambientes estresantes donde se estudió el rol del auto concepto y la motivación. Los estudiantes que tenían promedios de 2.75 o más se consideraban académicamente resilientes. El estudio demostró que el auto concepto, el sentido de pertenencia y la motivación eran diferentes entre los *resilientes* y los no *resilientes*, a pesar de que tenían las mismas características, experiencias, entrenamientos y

factores socioeconómicos. Ritchman & otros (1998), indican que los estudiantes *resilientes* son los que reciben mayor apoyo psicosocial de su familia, los grupos de pares, la institución educativa y la comunidad. Ese apoyo social tiene la función primordial de contribuir al desarrollo de sus fortalezas internas para enfrentarse a las tensiones provenientes del medio ambiente y en la protección de su salud física y emocional. Con el apoyo psicosocial los estudiantes salen mejor en los exámenes académicos, combaten la soledad, aumentan el sentido de bienestar, disminuyen la tensión, mejoran las relaciones de familia y es menor el riesgo de fracaso académico.

Lamentablemente este tipo de apoyo no todas las veces está disponible en las vidas de los estudiantes más vulnerables y propensos al fracaso y a desarrollar patrones de conducta disfuncional. Un estudio realizado en 1992 con 808 estudiantes de 17 escuelas de la comunidad, en Carolina del Norte y la Florida, reflejó los resultados positivos del apoyo psicosocial ofrecido a esta población. Los estudiantes provenían de hogares de escasos recursos socio económicos, grupos minoritarios, padres solteros o con un jefe de familia y con historial de ambientes estresantes. El estudio medía tres tipos de apoyo: emocional, tangible, de información y orientación los cuales eran ofrecidos por los maestros, los padres y el grupo de amistades. Los resultados indicaron que a mayor apoyo psicosocial mejor rendimiento académico y a menor apoyo psicosocial menor rendimiento académico (Ritchman & otros 1998).

La interacción del estudiante con su medioambiente, la cual se da a nivel individual y grupal, es otro factor que interviene en el rendimiento académico, el desarrollo de la *resiliencia* y el logro de apoyo psicosocial. Por otra parte, la familia es el primer grupo en la sociedad donde el estudiante aprende el funcionamiento psicosocial a través de la interacción individual y grupal entre sus miembros y se espera que también sea el primer grupo de apoyo psicosocial en el que este se integra. Esta, bien sea pequeña o extendida, pasa por unos procesos evolutivos a nivel individual y grupal, donde hay influencias mutuas, por lo que también se considera el primer agente de cambio social positivo que propicia el estado de *resiliencia* entre sus miembros.

Por consiguiente, los grupos naturalmente disponibles son considerados los mejores facilitadores de apoyo psicosocial a los estudiantes. Se debe a que la composición de la sociedad consta mayormente de grupos pequeños o grandes los cuales están juntos por una inmensa variedad de propósitos (Smith 1980). Esto facilita la red de apoyo que los estudiantes necesitan para crecer y fortalecerse emocionalmente. Martínez (1999), elabora que aunque existe una personalización de los procesos psicológicos, estos se motorizan en un encuentro social de aprendizaje desde una experiencia grupal donde los individuos se enriquecen y estimulan mutuamente el desarrollo de los procesos individuales, tanto cognitivos, metacognitivos como afectivos y motivacionales para luego constituir su propio conocimiento. Consiste en pasar de la construcción social del conocimiento a la internalización de procesos psicológicos individuales que son los que determinan el éxito o fracaso en el aprendizaje. Esta experiencia grupal, señala, propicia en el estudiante la reflexión con sus pares y aprender nuevos conceptos de resolver problemas que él solo no podría solucionar. En estos procesos de aprendizaje grupal se requieren destrezas de comunicación asertiva ya que el diálogo es fundamental. Una de las características más sobresalientes de los estudiantes *resilientes* es poseer destrezas de comunicación efectivas las cuales facilitan la búsqueda de redes de apoyo necesarias

en el manejo de las dificultades del diario vivir.

La interacción grupal, según Smith (1980), permite:

- Desarrollar la destreza de escuchar, comunicarse y relacionarse.
- Manejar las tensiones del diario vivir.
- Proveer oportunidades para el desarrollo y enriquecimiento personal.
- Ayudar a encontrar soluciones a los problemas interpersonales y otros en la vida.

También en el salón de clase, en la interacción con su profesor (a) y con sus compañeros de grupo el estudiante, a través de sus propias vivencias y de las experiencias con los otros, tiene la oportunidad de aprender y fortalecer sus destrezas de socialización. En el aprendizaje en grupo, indica Smith (1980), no se enfatiza tanto lo que la persona debe aprender, sino que se facilita un ambiente en el que pueda aprender a base de sus propias vivencias. Una de las experiencias de grupo más significativas es que en el grupo el estudiante tiene la oportunidad de experimentar cómo se siente y cómo lo ven los demás miembros. Provee, además, el que tenga mayor visión de sí mismo, lo cual le facilita desarrollar un mejor control de sus propias acciones. Sugiere Smith (1980), que existe también la posibilidad de que surjan una serie de cambios que tienen que ver con la percepción e interacción con los otros, la oportunidad para desarrollar la habilidad de dar y recibir afecto, desarrollar mayor introspección, mayor apertura, mayor grado de aceptación a los otros y mejor comunicación. Además, en los grupos se trabaja con sentimientos y emociones de acuerdo a la interpretación que se da a los acontecimientos diarios. Estos sentimientos, sostiene Smith (1980), pueden ser de culpabilidad, ansiedad, descontento; pero también pueden ser placenteros como encontrar una solución positiva a un evento en la vida, desarrollar una buena amistad, empatía con algunos miembros o recibir apoyo psicosocial. Pero para que seden estos procesos el profesor y los profesionales de ayuda que interactúan con el estudiante no sólo deberían transmitir conocimientos sino también propiciar la interacción positiva y cohesión con sus pares de grupo, servirles de modelo en su conducta, ofrecerles un trato afable y de apoyo y promover su desarrollo integral. De esta forma estarán aportando a que éste fortalezca y amplíe sus fuentes de apoyo psicosocial y por ende facilitarle uno de los factores que propician el desarrollo de la *resiliencia*. El estudiante *resiliente* es aquél que cuenta con características internas y del medio ambiente para enfrentarse exitosamente a las diferentes dificultades que surgen a lo largo de su vida. Ante las vicisitudes se fortalece emocionalmente y resurge más fuerte que como estaba antes de la dificultad o evento estresante. Todos los estudiantes poseen las características innatas necesarias para desarrollar la *resiliencia* y corresponde a los profesores y profesionales de ayuda capacitarlos para que alcancen esa transformación interna además de facilitarles las redes de apoyo psicosocial necesarias que les ayudarán al logro de la misma. De esta forma estarán aportando a cumplir con la misión de la educación superior de preparar hombres y mujeres de provecho para la sociedad y para que alcancen su autorrealización en la vida.

REFERENCIAS

Gardner, H. & Hatch, T. (1993). *Multiple Intelligence: The Theory and Practice*. New York: Basic Books.

Gordon, K. (1996). Resilient Hispanics. Self-Concept and Motivational Patterns. *Hispanic Journal of Behavioral Science*. Vol. 18, No.1.

Martínez, J. (1999). Aprendizaje en la Universidad: Desafíos para el siglo XXI. Del énfasis en los productos al énfasis en los procesos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, Vol. 31, Num. 3

Richman, Rosenfeld & Bower, (1998). Social Support for Adolescents at Risk of School Failure. *Social Work Journal of the National Association of Social Workers*. Vol. 43, No.4.

Sagor, R. (1996). Building Resiliency in students. *Educational Leadership*. Vol. 54, No.1.

Smith, P. (1980). *Small groups and personal change*. U.S.A.: Methuen & Co.