

RESILIENCIA

Resiliencia Temprana y sus Consecuencias en el Desarrollo

Arnold Sameroff, PhD

University of Michigan, EE.UU.

Diciembre 2005

Introducción

La capacidad de los niños de mostrar un desarrollo saludable pese a enfrentar muchas dificultades¹ es lo que se conoce comúnmente como resiliencia. Mientras crecen, los niños deben superar muchos desafíos para lograr las tareas de cada etapa de un desarrollo exitoso, incluyendo la salud mental, relaciones sociales satisfactorias y logros académicos. Aunque con frecuencia se entiende *resiliencia* como la adaptación exitosa a acontecimientos extremos, tales como el maltrato o una situación de pobreza, la resiliencia también puede estar involucrada en las respuestas a los desafíos intelectuales, físicos y sociales que enfrentan los niños en forma cotidiana.² En el primer caso, sería una característica que sólo se manifiesta en condiciones de grave adversidad, mientras que en el segundo, sería evidente en todas las situaciones estresantes.

Los niños expuestos a situaciones adversas logran menores resultados en el desarrollo. Aquellos que viven en situación de pobreza son más propensos a tener problemas académicos, incluyendo menores puntajes en las pruebas de logros, mayor frecuencia de repitencia escolar y mayor

deserción escolar que sus pares más aventajados.³ Los niños criados por padres con trastornos psiquiátricos tienen una alta probabilidad de desarrollar problemas de salud mental.⁴

Pese a estas desventajas, la mayoría de los niños que vive en contextos de alto riesgo es capaz de superar estas dificultades y lograr niveles normales de éxito en su desarrollo. Una creciente serie de investigaciones ha comenzado a explorar las vidas de estos niños denominados comúnmente “resilientes” que han obtenido resultados exitosos. Más que enfocarse en las deficiencias de los niños en alto riesgo, estos estudios han puesto más atención en la identificación de aquellos factores que fomentan su éxito. Para los niños que logran un desarrollo adecuado pese a vivir en condiciones deficientes, la presencia de factores de resiliencia o de protección puede compensar los factores de riesgo en sus vidas.⁵

Materia

Es muy importante identificar el origen de la resiliencia de los niños competentes en razón a los esfuerzos que se pueden realizar para aumentar esta capacidad en los niños menos competentes, especialmente en aquellos que viven en condiciones de gran estrés. Sin embargo, la identificación de los factores que representan la resiliencia permanece sin forma clara.¹ ¿Es algo que sólo se identifica después del hecho o puede predecirse según los índices de competencia de desarrollo previo? La búsqueda de la resiliencia comenzó con un enfoque sobre las características del niño, pero se ha ampliado para incluir también el medio ambiente social, económico y político. Si la resiliencia fuera un rasgo contextual, como el hecho de tener a padres emocionalmente protectores, entonces sólo aquellos niños con padres emocionalmente protectores mostrarían resiliencia. Si la resiliencia fuera una característica individual, entonces los niños resilientes podrían lograr un mejor desempeño en cualquier circunstancia. Pero lo anterior lleva a la pregunta respecto del origen de la resiliencia individual. Podría basarse en alguna característica biológica del niño, como la estabilidad emocional, o podría encontrarse en el plano del desarrollo, donde una relación temprana segura con los padres produce la estabilidad emocional posterior. El encontrar las respuestas a estas preguntas conduciría a diferentes enfoques para aumentar la resiliencia en los niños.

Problemas

Un tema clave en el estudio de la resiliencia es la identificación de sus fundamentos. El estudio de la resiliencia ha evolucionado al ritmo de la mayor comprensión de los orígenes de la competencia

humana. Como la psicología del desarrollo y la psicopatología del desarrollo se han desplazado hacia entendimientos cada vez más complejos de los procesos psicológicos, cualquier característica individual se considera en relación a la experiencia en múltiples campos sociales: la familia, el vecindario, la cultura, la escuela, el grupo de pares y la época histórica. Los enfoques contextuales entienden la resiliencia en función de la capacidad de los aspectos familiares y otros aspectos del entorno social para amortiguar los efectos de circunstancias adversas. Las experiencias relevantes son tanto históricas como actuales en la vida del niño. Los esquemas del desarrollo perciben las capacidades de adaptación actuales en función de la historia individual de adaptaciones exitosas a circunstancias estresantes.⁶ Según algunos, la capacidad de enfrentarse satisfactoriamente a factores estresantes moderados tempranamente puede servir para proteger a los niños contra los efectos de factores de estrés posteriores más graves.⁷

Contexto de la Investigación

Las investigaciones sobre la resiliencia comenzaron con el estudio de niños viviendo en ambientes de alto riesgo, ya sea en términos de familias disfuncionales o de privación económica. Pese a que la mayoría de los participantes en estos estudios mostró un déficit en áreas de desarrollo de la salud mental y del funcionamiento intelectual, hubo un grupo de niños que pareció impermeable a tales circunstancias estresantes.⁸ Inicialmente, la investigación sobre la resiliencia utilizó muestras de niños en riesgo para buscar aquéllos que escapan a sus efectos. Pero, progresivamente, se han utilizado muestras más representativas para determinar si los mismos factores que permiten a los niños escapar de los efectos de la adversidad producen competencias en circunstancias más favorables. A pesar que inicialmente se juzgó que el origen de la resiliencia era una característica intrínseca del niño, en forma creciente la investigación ha apuntado a factores familiares y sociales que ayudan al niño a compensar el estrés ambiental.

Preguntas de Investigación Clave

- a. ¿Es la resiliencia distinta de la competencia?
- b. ¿Es la resiliencia un rasgo intrínseco, contextual o una combinación de ambos factores?
- c. ¿Es la resiliencia una capacidad general, o existen resiliencias específicas para circunstancias adversas específicas que posiblemente no se generalizan?

Resultados de Investigaciones Recientes

¿Es la resiliencia distinta de la competencia?

Los investigadores de la resiliencia que están más preocupados por comprender la forma en que los individuos superan la adversidad, subrayan la diferencia conceptual entre resiliencia y competencia.⁹ Pero otros describen ambos términos como subconceptos estrechamente relacionados, al interior del concepto más amplio de adaptación.² El estudio de la competencia y de la resiliencia están intrínsecamente vinculados, con un mayor énfasis de la resiliencia en la adaptación bajo circunstancias extenuantes de privación, experiencias traumáticas, desastres u otras adversidades graves y crónicas.

¿Es la resiliencia un rasgo intrínseco, contextual o una combinación de ambos factores?

Los niños con mayores niveles de competencia logran mejores resultados en el desarrollo bajo condiciones de gran estrés, pero también bajo menores niveles de desafíos.¹⁰ Sin embargo, los factores contextuales juegan un papel de igual importancia en la producción de resultados positivos. El conjunto de factores tales como familias protectoras,⁶ la aceptación del grupo de pares,¹¹ escuelas competentes¹² y eficacia colectiva vecinal,¹³ además de mayores recursos financieros,¹⁴ todos contribuyen a un proceso de desarrollo infantil positivo. La idea de los recursos individuales se debilita más al comparar a grupos de niños más y menos competentes criados en ambientes de alto riesgo y de riesgo moderado, respectivamente. Los niños muy competentes criados en ambientes de alto riesgo logran peores resultados que aquellos niños menos competentes criados en ambientes de menor riesgo.¹⁵

¿Es la resiliencia una capacidad general o existen resiliencias específicas para circunstancias adversas específicas que posiblemente no se pueden generalizar?

La resiliencia ha llegado a percibirse como un constructo multidimensional.¹ Debido a que los estudios son generalmente realizados con una población con un riesgo específico, por ejemplo los niños maltratados, o criados por padres psicóticos, o que provienen de hogares en situación de pobreza, se han encontrado diferentes procesos que conducen a resultados positivos. Además, cuando los niños muestran resiliencia en un área del desarrollo, puede ser a costa de tener más problemas en otras áreas. Como ejemplo, Luthar¹⁶ encontró que los niños que mostraban una adaptación exitosa enfrentaban problemas emocionales tales como la depresión.

Conclusiones

Más que centrarse en el mejoramiento de un concepto de resiliencia aún sin definición, a nivel individual, se debería poner más energía en el estudio de contextos sociales que fomenten resultados positivos. El mejoramiento de la competencia individual es una estrategia importante cuando las circunstancias sociales no puedan alterarse, pero un mayor número de resultados competentes se podría lograr si se realizan esfuerzos para cambiar los factores contextuales en vez de cambiar los factores individuales.

Los estudios sobre los efectos de la multiplicidad de riesgos ambientales a través de una amplia gama de condiciones han encontrado que la acumulación de riesgos sociales dentro de la familia, en el grupo de pares, la escuela y el vecindario tienen efectos negativos consistentes. A mayores riesgos, peores resultados.

Las variables individuales, como el nivel de ingresos y la situación conyugal en el plano familiar, y el género, etnia, eficacia, salud mental y logros en el plano personal, tomados aisladamente pueden tener efectos estadísticamente significativos en la conducta infantil, pero éstos son pequeños en comparación con la acumulación de las múltiples influencias negativas que caracterizan a los grupos de alto riesgo. La superposición en los resultados de los niños es substancial al comparar familias de ingresos altos vs. ingresos bajos, familias monoparentales vs. familias con ambos padres, niños/niñas blancos vs. niños/niñas negros, niños con muchos o pocos recursos individuales. Pero esta superposición es mucho menor al comparar los grupos de niños criados en condiciones de mayor o menor nivel de riesgos múltiples, donde se acumulan los efectos de género, etnia, recursos individuales, ingresos y número de padres en el hogar.

Debe señalarse que la resiliencia no es lo mismo que la buena conducta. En circunstancias de gran estrés en donde los recursos son limitados, uno obtiene un beneficio a expensas de la pérdida de otro, un cálculo que equivale a cero. En este tipo de situaciones, la resiliencia puede manifestarse por medio de conductas antisociales, como en el caso de los recursos obtenidos por medio de la delincuencia en zonas urbanas.

Es poco probable que exista un factor protector universal para todos los niños. Los factores positivos que fomentan la competencia pueden variar según la edad específica del niño y los resultados en el desarrollo que se busque alcanzar. Para poder apreciar realmente los determinantes de la resiliencia se requiere poner atención en la amplia constelación de factores ecológicos en los que los individuos y sus familias se integran.

Implicaciones para las Perspectivas de Políticas Públicas y Servicios

Comprender los orígenes de la resiliencia es un precursor importante para cualquier intervención exitosa. Si ésta se presenta en los ambientes del niño, desde la familia, la escuela, grupos de pares o la comunidad, entonces las intervenciones deben realizarse en aquellos ambientes. Desgraciadamente, la mayoría de las intervenciones aisladas no ha producido una resistencia significativa a resultados problemáticos. Los niños normalmente experimentan riesgos múltiples en contextos sociales múltiples y, por lo tanto, es poco probable que se encuentre una *solución mágica* para la prevención o la intervención.¹⁷ En tal sentido, los esfuerzos de prevención e intervención que surgen de este esquema, utilizan una combinación de esfuerzos para enfocarse en los múltiples orígenes de la resiliencia, en vez de limitarse a uno solo.¹⁸ Por ejemplo, el Proyecto *Fast Track* se propone reducir los problemas de conducta mediante una intervención de carácter multifacético.¹⁹ Progresivamente, se debe dar relevancia a los múltiples subsistemas sociales que juegan un papel importante en la producción o reducción de la competencia académica y social.

Referencias

1. Luthar SS, Cicchetti D, Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development* 2000;71(3):543-562.
2. Masten AS. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist* 2001;56(3):227-238.
3. McLoyd VC. Socioeconomic disadvantage and child development. *American Psychologist* 1998;53(2):185-204.
4. Downey G, Coyne JC. Children of depressed parents: An integrative review. *Psychological Bulletin* 1990;108(1):50-76.
5. Garmezy N. Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes* 1993;56(1):127-136.
6. Sroufe LA, Carlson E, Collins WA, Egeland B. *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. New York, NY: Guilford Press; 2005.
7. Rutter M. How the environment affects mental health. *British Journal of Psychiatry* 2005;186(1):4-6.
8. Garmezy N, Masten AS, Tellegen A. The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development* 1984;55(1):97-111.
9. Luthar SS. Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In: Cicchetti D, Cohen DJ, eds. *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation*. Vol 3. 2nd ed. New York, NY: Wiley. In press.
10. Garmezy N, Masten AS, Tellegen A. The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development* 1984;55(1):97-111.
11. Criss MM, Pettit GS, Bates JE, Dodge KA, Lapp AL. Family adversity, positive peer relationships, and children's externalizing behavior: A longitudinal perspective on risk and resilience. *Child Development* 2002;73(4):1220-1237.
12. Pianta RC, Harbers KL. Observing mother and child behavior in a problem-solving situation at school entry: Relations with academic achievement. *Journal of School Psychology* 1996;34(3):307-322.

13. Sampson RJ, Raudenbush SW, Earls F. Neighborhoods and violent crime: A multilevel study of collective efficacy. *Science* 1997;277(5328):918-924.
14. Duncan GJ, Brooks-Gunn J, Klebanov PK. Economic deprivation and early childhood development. *Child Development* 1994;65(2):296-318.
15. Sameroff AJ, Bartko WT, Baldwin A, Baldwin C, Seifer R. Family and social influences on the development of child competence. In: Lewis M, Feiring C, eds. *Families, risk, and competence*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates; 1998:161-185.
16. Luthar SS. Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. *Child Development* 1991;62(3):600-616.
17. Masten AS, Coatsworth JD. The development of competence in favorable and unfavourable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist* 1998;53(2):205-220.
18. Sameroff AJ. The science of infancy: Academic, social, and political agendas. *Infancy* 2005;7(3):219-242.
19. Bierman KL, Coie JD, Dodge KA, Greenberg MT, Lochman JE, McMahon RJ, Pinderhughes E, Conduct Problems Prevention Research Group. The implementation of the Fast Track Program: An example of large-scale prevention science efficacy trial. *Journal of Abnormal Child Psychology* 2002;30(1):1-17.