

# Promoción de la resiliencia comunitaria

## Promoting Community Resilience

*Nayib Carrasco Tapias\**

Recibido septiembre 10 de 2011, aprobado noviembre 30 de 2011

### Resumen

La perspectiva psicosocial de la salud que ha priorizado más sobre los discursos profesionales, centrados en el riesgo y la vulnerabilidad en torno a la atención en salud, hoy día aumenta la promoción de prácticas en las que se asume al sujeto y a la comunidad como promotores de su salud y bienestar a partir del aprendizaje obtenido por estos en las experiencias adversas. Esta experiencia adversa es nombrada comúnmente como problema, necesidad, carencia, debilidad; pero, en escasas oportunidades, la experiencia adversa es considerada como posibilidad.

*Palabras clave:* vulnerabilidad, invulnerabilidad, resiliencia, resistencia, adversidad, recursos.

### Abstract

The psychosocial health perspective has prioritized more on the professional discourses that are focused on risk and vulnerability around health care, today it increases the promotion of practices in which the subject and the community are assumed as promoters of his health and wellbeing from learning of these adverse experiences. This adverse experience is commonly named as a problem, need, lack, weakness; but, on rare occasions, the adverse experience is considered as a possibility.

*Keywords:* vulnerability, invulnerability, resilience, strength, adversity, resources.

---

\* Psicóloga. Especialista en Gerencia del Desarrollo Humano. Magíster en Psicología, Universidad San Buenaventura: correo nayib.carrasco@ucc.edu.co

## Introducción

En particular la intervención en la psicología tradicional, se centra en las problemáticas definidas desde los agentes externos, profesionales expertos; en muy pocas oportunidades las exploraciones, diagnósticos e intervenciones parten de las revisiones realizadas por los actores sociales integrantes de la comunidad, agentes internos.

En este sentido, al promover los discursos e intervenciones en salud mental centrados en el riesgo y la patología, aparecen significaciones y sistemas de creencias que ocultan las potencialidades que aparecen a partir de la experiencia de los sujetos y colectividades en torno a realidades, que pueden ser interpretadas como positivas o no por estos. Por ello, es importante brindar aportes sobre la construcción de los sistemas de creencias en torno a las definiciones de las nociones de salud, enfermedad, bienestar, calidad de vida, entre otras.

### Sistemas de creencias en la construcción de la adversidad

Los sistemas de creencias se encuentran amparados psicosocialmente en los contextos comunitarios, según características socioculturales, creencias, prácticas sociales, entre otros. A este respecto, Henderson (2003) plantea que de acuerdo con el modelo de resiliencia, entendida como la capacidad de aprender a partir de la experiencia adversa, es importante ampliar la perspectiva alrededor de las construcciones psicosociales de la adversidad, que media en los discursos comunitarios sobre sufrimiento, dolor, tragedia, vulnerabilidad. Estas concepciones se encuentran, de acuerdo con Walsh (2004) en un *ethos* cultural que evita el sufrimiento y le da la espalda; la resiliencia implica conciliar el sufrimiento y el coraje, elaborando con eficacia las dificultades tanto en el plano interno como interpersonal (Higgins, 1994, cit. Walsh, 2004).

Así como los aspectos del contexto están relacionados con las construcciones y significaciones de la adversidad, el concepto de sentido de coherencia elaborado por Aaron Antonovsky (1987) en (Walsh, 1983), se encuentra de igual manera implicado en la construcción

psicosocial de la adversidad. Un fuerte sentido de coherencia implica confianza en la capacidad de esclarecer la naturaleza de los problemas, de manera tal que estos parezcan ordenados, previsibles y explicables. Supone la posibilidad de lidiar con las exigencias, al poner en práctica recursos útiles, incluidos los recursos relacionales. De esta manera, los significados en el ámbito psicosocial están relacionados con los contextos sociales cambiantes (Gergen, 1989, cit. Walsh 2004) que se relacionan con la construcción del sentido de coherencia. Finalmente, este sentido de coherencia propicia formas de adaptación saludables al suceso inesperado o azaroso que afectan nuestra vida y son ocasionadas en las estructuras familiares y sociales (Patterson y Garwick, 1994).

La construcción de la experiencia adversa está mediatizada tanto por las representaciones sociales como también por nuestros sistemas de creencias; como sugiere Taggart (1994) en (Walsh, 2004) nuestras creencias esenciales, ya sean seculares o sagradas, nos anclan en la inmensidad vertiginosa de eso tan desconocido que llamamos realidad. De acuerdo con Walsh (2004), los sistemas de creencias abarcan, en líneas generales, valores, convicciones, actitudes, tendencias, y supuestos, que se unen para formar un conjunto de premisas básicas que desencadenan reacciones emocionales, determinan decisiones y orientan cursos de acción. Las lecturas de la adversidad es claro que están mediadas por nuestras lecturas de la realidad; como aparece en la perspectiva de Galende (cit. Melillo, 2004):

...la adversidad misma, como situaciones críticas que se imponen al individuo, es productora de esa integración como condición de subjetividad resiliente, es decir productora en el sujeto de nuevos significados y valores que surgen en la experiencia y determinan un sentido posterior para el sujeto concreto: “luego que me paso eso... aprendí”

Ese aprender es, en sí mismo, un conocimiento y un nuevo recurso integrado al cuerpo, a la mente y a la acción sociocomunitaria del individuo. De igual forma, así como los sistemas de creencias definen

el sentido y significación que damos a la adversidad; estos a su vez se construyen y evolucionan en un proceso continuo a través de transacciones con otros los significativos y con el mundo en general (Anderson y Goolishian, 1988; Gergen, 1989; Hoffman, 1990, cit. Walsh, 2004).

Las personas experimentan ciertas características comunes no sólo porque han experimentado sucesos similares, sino también porque conceptualizan e interpretan las implicaciones de dichos sucesos de manera similar. Gracias a la vida en común y el encuentro, nuestras creencias respectivas influyen entre sí.

Desarrollamos nuestras identidades en el marco de nuestras familias, profesiones y comunidades según los sistemas de creencias que compartimos y no compartimos con los otros (Walsh, 2004). De acuerdo con esta estructura, la organización y configuración de la experiencia adversa y su interpretación es construida en comunidad. Este sentido es transmitido a partir de los relatos y, en tal orden, la narración es útil para la transmisión de las creencias culturales y familiares que guían las expectativas y acciones personales. Joan Laird (1989) en (Walsh, 2004) remarca que gracias a la elaboración de relatos llegamos a conocernos a nosotros mismos y construimos identidades coherentes a fin de otorgar sentido al contexto social más amplio y a nuestra conexión con el.

Del mismo modo, Susan Griffin (1993) en (Walsh, 2004), afirma que todos tenemos una profunda necesidad de mantenernos conectados con la sociedad en general y con nuestra propia historia, esto de paso nos recuerda la importancia que posee el trabajo en torno a los procesos de identidad cultural. Los relatos tienen una importancia particular a la hora de actuar ante la crisis y la adversidad, pues ellos como lo subraya Bertram Cohler (1991) en (Walsh, 2004), existe mucha importancia en la coherencia narrativa para comprender los sucesos disruptivos.

La adversidad y la angustia que acompañan la experiencia, la convierten en tensiones y principios organizadores de un relato de vida y de un sistema de creencias coherentes (Bruner, 1986). Por su parte, Walsh (2004) agrega que bien sea una catástrofe natural, una tragedia personal o un prolongado período de penurias, la adversidad genera una crisis de significado y una ruptura potencial de la integridad personal. Esa tensión da lugar a la construcción o reorganización de nuestra historia de vida y nuestras creencias.

La crisis aparece entonces como un asunto compartido (Walsh, 2004), en tanto los familiares significativos y las relaciones comunitarias son fuente de ayuda en tiempos difíciles. La entrega a la asociación y la colaboración aumenta nuestras posibilidades de superar desafíos abrumadores. Los valores asociativos están dados por aspectos como la confianza mutua, la comunicación, y la construcción compartida de las experiencias críticas (Walsh, 2004). Estos hechos se cifran como ya lo hemos señalado en el modo como se interpreta la crisis; esta interpretación, a su vez, está mediatizada por la cultura.

Además, como lo anota (Walsh, 2004) las percepciones de un hecho actual se entrecruzan con los legados de experiencias previas, Carter y McGoldrick (1998) en (Walsh, 2004), señalan las experiencias traumáticas del pasado, sobre todo una situación similar o una crisis en el mismo punto nodal, ocurrida en el ciclo vital una generación atrás, cargan de aprehensiones la situación actual y, de ese modo, complican la adaptación (Walsh, 2004). Las familias y comunidades alcanzan manejos eficaces de la adversidad en momentos pasados que son susceptibles de ilustrar modelos positivos aplicables a situaciones nuevas.

Un fuerte sentido de coherencia en las comunidades implica confianza en la capacidad de esclarecer la naturaleza de los problemas, de manera tal que estos parezcan ordenados, previsibles y explicables. Supone la posibilidad de lidiar con las exigencias, al poner en práctica recursos útiles, incluidos los recursos relacionales. Nuevamente, los significados

en el ámbito psicosocial están relacionados con los contextos sociales cambiantes como sostiene Gergen (1989) en (Walsh, 2004) que se relacionan con la construcción del sentido de coherencia. Finalmente, este sentido de coherencia propicia formas de adaptación saludables al suceso inesperado o azaroso que afectan nuestra vida y son ocasionadas en las estructuras familiares y sociales (Patterson y Garwick, 1994).

Hasta ahora, hemos construido argumentos que nos permiten dar significado a la adversidad y relacionarla con los valores asociativos que confieren sentido de coherencia a la experiencia adversa y, asimismo, definen la respuesta adaptativa o disfuncional generadora de calidad de vida y bienestar. Sin embargo, es crucial agregar la evaluación del evento adverso, la vivencia de la angustia y la recuperación como relacionadas con la construcción de dichas significaciones. Walsh (2004) señala que nuestra evaluación de un suceso estresante y de los recursos disponibles para afrontar el desafío tiene gran influencia sobre nuestra respuesta.

Los sucesos estresantes de la vida afligen en mayor medida a las personas cuando estas sienten que ejercen poco control sobre ellos o cuando plantean una gran amenaza a nuestra autocomprensión actual y el sentido de la vida (Walsh, 2004). Nuevamente, la consideración de un suceso como un problema y la forma de manejar la angustia que provoca varían de acuerdo con las diferentes normas familiares y culturales.

Dado el peso de las significaciones que le confiere el contexto a la interpretación de los sucesos estresantes y a las posibilidades que estas aportan en los procesos de recuperación, es indispensable adentrarse en posibilidades resilientes desde la construcción relacional de la superación de la adversidad.

Esta última reflexión nos conduce a la búsqueda de conclusiones en torno a la resiliencia y a sus relaciones con los entornos sociales; por este nexo, apoyamos los planteamientos de Ravazzola (cit. Melillo, 2001),

quien aporta sobre las resiliencias relacionales. Para este propósito nos apoyamos en el enfoque de las resiliencias que permite pensar que, no obstante las adversidades sufridas por una persona, una familia, una comunidad, éstas tienen capacidades potenciales para desarrollarse y alcanzar niveles aceptables de salud y bienestar.

### La participación comunitaria y el sentido de comunidad en el centro de la resiliencia comunitaria

El desarrollo de la participación comunitaria aparece, desde el sentido de comunidad recogida por McMillan y Chavis (1986) en (Montero 2004), como el “sentido que tienen los miembros de una comunidad de pertenecer, el sentimiento de que los miembros importan los unos a los otros y al grupo. Una fe compartida de que las necesidades de los miembros serán atendidas mediante su compromiso de estar juntos”. Este sentido de comunidad funciona como un agente catalizador para desencadenar otros procesos comunitarios como el cambio social y la participación comunitaria. En particular, este aspecto puede caracterizar a una comunidad, de igual manera los procesos psicosociales comunitarios, como lo señala Montero (2004), influyen en las relaciones sociales de las personas y, a su vez, están influidos por las circunstancias sociales y que suponen subprocesos de carácter cognoscitivo, emotivo, motivacional que tienen consecuencias conductuales.

En la identificación de los procesos psicosociales comunitarios aparecen dos aspectos centrales: la identidad comunitaria y la participación comunitaria. Para facilitar la comprensión de ambos procesos, abordamos inicialmente la identidad comunitaria en sus diversas formas de expresión y entendida, según ya se mencionó, como una expresión del sentido de comunidad.

El sentido comunitario está representado por aspectos como la membresía que abarca la historia y la identidad social compartida por los miembros; los símbolos comunes; la seguridad y el apoyo

emocional; la inversión personal en la comunidad; los derechos y los deberes provenientes de esa membresía; las gratificaciones por el hecho de pertenecer a la comunidad, entre otras.

Además de los aspectos abordados en torno a la membresía, es necesario contar con lo referido a la *influencia social*: la capacidad <sup>3</sup>/<sub>4</sub> tal como es percibida <sup>3</sup>/<sub>4</sub> de inducir a otros a actuar de una cierta forma, así como de ser consultados o de que su opinión sea escuchada y tenga peso en la comunidad. De igual manera, en el sentido de comunidad aparecen la integración y la satisfacción que se refiere a los beneficios que la persona puede recibir por el hecho de pertenecer a la comunidad, en términos de estatus, respeto y valores compartidos, popularidad y ayuda material y psicológica en momentos de necesidad; por último, aparece en el sentido de comunidad los compromisos y lazos emocionales compartidos, entendidos como la percepción que poseen los sujetos de pertenecer a una comunidad; vínculo que significa compartir fechas y acontecimientos especiales, mantener relaciones estrechas y afectivas con muchas personas.

Por su parte, la identidad comunitaria <sup>3</sup>/<sub>4</sub> en tanto reflejo del fortalecimiento comunitario <sup>3</sup>/<sub>4</sub> suele ser estructurante de la autoestima colectiva y la identidad cultural, definida por Suárez (2002) como pilares de la resiliencia comunitaria, ambas relacionadas con la satisfacción por la pertenencia; situación que implica reconocer que uno es parte de una sociedad y que comparte los valores de ella. Por identidad cultural, siguiendo a Suárez (2002), se entiende esa persistencia del ser en su unidad y su mismidad. Es un proceso interactivo que se logra a lo largo del desarrollo e implica la incorporación de costumbres, valores, giros idiomáticos, danzas, canciones, entre otras prácticas.

En lo concerniente a la participación, se vislumbran formas del ejercicio del liderazgo, que procuran la movilización de recursos tanto personales, grupales, institucionales y comunitarios; así como la gestión de recursos comunitarios y, ante todo, de la gestión cultural.



## Conclusión

Como ya revisamos, tanto el contexto sociocultural como los aspectos psicosociales, están relacionados en la construcción de la adversidad y la recuperación. Estas, a su vez, se amparan en el sustrato de creencias de los sujetos, los grupos y las comunidades. De igual modo, las formas de cohesión y sentido de comunidad son constitutivas a la hora de proponer la recuperación; pues los grupos y comunidades aprenden de su experiencia, en la medida en que compartan y elaboren su realidad de forma conjunta.

Estos presupuestos añaden a la posibilidad de recuperación, la gestión sociocomunitaria, el liderazgo proactivo y democrático, el sentido de cohesión, entre otros aspectos de promoción de contextos psicosociales resilientes. Es preciso avanzar entonces, tanto desde las ciencias sociales como en las ciencias de la salud, en ámbitos de intervención que promuevan la participación de las comunidades en los procesos de recuperación y prevención del riesgo; de igual manera, descentrar la atención excesiva puesta en el campo de la vulnerabilidad y desarrollar los procesos de aprendizaje a partir de la vivencia de la adversidad.

K



## Referencias

- Castro, M. C. (1996). *La psicología, los procesos comunitarios y la interdisciplinariedad*. Santa fe de Bogotá: Almudena.
- Costa, M .L. (1986). *Salud comunitaria*. Barcelona: Martínez Roca.
- Cyrulnik, Borys, et al. (2002). *La resiliencia, desvictimizar a la víctima*. Cali: Rafue.
- Del Valle, S A. (2004). *Psicología comunitaria europea: comunidad, poder, ética y valores*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Melillo, A. y Suárez. O. (2002). *Resiliencia, descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós.
- (2004). *Resiliencia y subjetividad, los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós.
- Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología social comunitaria*. Buenos Aires: Paidós.
- Nan Henderson, et al. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires: Paidós.
- Ovejero, A. (1999). *La nueva psicología social y la actual posmodernidad, raíces, constitución y desarrollo histórico*. España: Universidad de Oviedo.
- Walsh, F. (2004). *Resiliencia familiar*. Buenos Aires: Amorrortu.