

La promoció de la resiliència a les escoles: anàlisi d'una experiència

Rosa Mateu Pérez*

Mónica García Renedo**

José Manuel Gil Beltrán***

Antonio Caballer****

Raquel Flores Buils*****

Resum

La resiliència és un procés dinàmic entre la persona i l'entorn que comença arran dels mecanismes que es generen de la interacció entre els factors de protecció i de risc tant individuals com ambientals. D'acord amb aquesta premissa, tenen especial importància els estudis sobre la resiliència que posen l'èmfasi a promocionar-la. Entre d'altres destaquem els de Bernard (1991), Grotberg (1995) i Henderson i Milstein (2003). Aquests ens mostren que la resiliència es pot promoure i que és molt important fer-ho des de la infància a través de l'educació i la prevenció. Dins d'aquest context, l'escola forma un paper important per a la seua promoció, en especial els docents, com a possibles guies o tutors de resiliència (Cyrulnik, 1999, 2007, 2009). En aquest article es presenta una experiència pràctica duta a terme per l'Observatori Psicosocial de Recursos en Situacions de Desastre (OPSIDE) de la Universitat Jaume I sobre la promoció de la resiliència en contextos educatius (Mateu, García, Caballer i Gil, 2011).

Paraules clau

resiliència, promoció, escoles, professors, capacitació, dol, famílies, infància

Recepció de l'original: 5 de juliol de 2013

Acceptació de l'article: 16 de setembre de 2013

Introducció

Les persones, famílies i comunitats estem exposades en el transcurs de les nostres vides a vivenciar diferents situacions adverses (divorcis, pèrdues de treball, malalties cròniques, mort d'un ésser estimat, etc.) que fan que es posen en marxa per a afrontar-les els

(*) Professora associada del Departament d'Educació de la Universitat Jaume I. Línies d'investigació: la resiliència al context educatiu. Adreça electrònica: rmateu@edu.uji.es

(**) Doctora en Psicologia. Tècnica de l'Observatori Psicosocial de Recursos en Situacions de Desastre (OPSIDE) de l'Oficina de Cooperació al Desenvolupament i Solidaritat (OCDS) de la Universitat Jaume I. Línies d'investigació: intervenció psicosocial en desastres, la mort i els xiquets, resiliència al context educatiu i impactes psicosocials del desplaçament forçat a Colòmbia. Adreça electrònica: renedo@uji.es

(***) Professor Titular de la Universitat Jaume I, Departament de Psicologia Educativa, Evolutiva, Social i Metodologia. Línies d'investigació: l'Assessorament Vocacional en les etapes educatives de Secundària i Universitat, i la presa de decisions davant els nous reptes europeus. Adreça electrònica: jgil@psi.uji.es

(****) Professor Titular de la Universitat Jaume I. Departament de Psicologia Educativa, Evolutiva, Social i Metodologia. En l'actualitat, les seves línies d'investigació se centren en l'anàlisi de dades, l'avaluació de programes i el mesurament d'actituds. Adreça electrònica: caballer@psi.uji.es

(*****) Personal Investigador Doctor del Departament de Psicologia Evolutiva, Educativa, Social i Metodologia de la Universitat Jaume I. Línies d'investigació: l'Assessorament Vocacional en les diferents etapes educatives en població amb desenvolupament típic i atípic. Adreça electrònica: flores@psi.uji.es

nostres recursos tant interns com externs. Als processos que desenvolupen les persones, famílies i/o comunitats davant aquestes adversitats, el resultat de les quals és un aprenentatge i un augment de les seues fortaleces, és el que s'anomena resiliència. Però aquesta no és absoluta ni perenne en el temps, sinó que les persones som resilents davant d'una situació determinada i en un moment determinat (Rutter, 1985). Per això, la prevenció es torna fonamental i és essencial desenvolupar-la des de la infància a través de l'educació i la dotació de recursos tant interns com externs (Bernard, 1991; Grotberg, 1995; Henderson i Milstein, 2003).

En aquest sentit, l'escola i tots els elements que en formen part poden ser claus per a generar processos de promoció de resiliència. D'una banda, la figura del docent pot arribar a convertir-se en guia o tutor de resiliència (Cyrulnik, 1999, 2007, 2009), ja que aquest pot ser un suport emocional important en els seus alumnes ajudant-los a generar fortaleces, recursos i aprenentatges davant les vivències de situacions adverses i/o traumàtiques. D'altra banda, amb la prevenció, a través de l'enfortiment tant de les famílies, alumnat i docents. Un exemple d'això seria el treball de les qualitats individuals de resiliència a les escoles per enfortir així les capacitats internes dels xiquets i xiquetes.

Per tot això, des de la línia de recerca de l'Observatori Psicosocial de Recursos en Situacions de Desastre (OPSIDE) de la Universitat Jaume I, hem dut a terme una experiència pràctica de promoció de la resiliència a través dels docents com a «guies o tutors de resiliència».

L'objectiu d'aquest article és mostrar l'experiència de promoció de la resiliència pràctica portada des de la Universitat Jaume I en dos centres d'educació ordinària i un centre d'educació especial.

Les escoles resilents

Dins de la comunitat, l'escola és un espai importantíssim on els xiquets i xiquetes adquireixen uns coneixements, actituds i aptituds. Els xiquets han d'aprendre a relacionar-se amb els seus parells, a assimilar i acceptar uns valors conductuals i actitudinals (hàbits, normes, valors morals). De la mateixa manera, també aprenen a desenvolupar i potenciar qualitats (cognitives, sensorials, emocionals) i a relacionar-se amb persones adultes diferents a les del seu entorn familiar.

Els estudis de resiliència ajuden a reorganitzar i replantejar determinats aspectes de la pràctica educativa, com ara què incideix en els tres pilars del concepte de currículum: contingut, planificació i realitat interactiva (Angulo i Blanco, 1998). D'una banda, ens mostra com en el currículum com a representació de la cultura és necessari incloure i desenvolupar aquells continguts relacionats amb la resiliència, com serien els processos de les persones davant situacions adverses, relacionant les seues conseqüències des d'una perspectiva de les fortaleces humanes, els tutors de resiliència, la mort, la prevenció, etc. D'altra banda, incideix en el currículum com a planificació en assenyalar la importància de dissenyar i planificar activitats i estratègies d'enfortiment de l'alumnat (treball d'habilitats individuals de resiliència, desenvolupament i promoció de tutors de resiliència, etc.). A més, dins de la pràctica són importants les aportacions dels estudis de la resiliència perquè es focalitzen en especial en el currículum ocult social i, per tant, escolar, ja que destrueix estereotips i creences que existeixen a la societat enfront del

desenllaç que tenen les persones davant la vivència de situacions adverses i/o traumàtiques. I també perquè mostra com d'essencials són les relacions interpersonals per a la generació de processos resilents, aspecte especial que s'ha de tenir en compte en la pràctica educativa.

Així, una escola que potencia i desenvolupa processos resilents és aquella que proporciona a tots els membres de la seua comunitat educativa la major quantitat de mecanismes protectors per a poder fer front a les adversitats. Com indiquen Milstein i Henry (2000), tots els agents de la comunitat educativa (pares, alumnat i professorat) tenen rols importants tant en la construcció com en la resiliència.

Alhora, Forés i Grané (2008) destaquen que les escoles resilents seran aquelles que promouen un sentiment de comunitat i que proporcionen a l'alumnat i al professorat el sentiment de pertinença a un lloc on no existeix la intimidació, la delinqüència, la violència o l'alienació. A més, aquestes aporten en tots els seus estaments les eines necessàries per afrontar, superar, enfortir i, fins i tot, adaptar-se a partir d'esdeveniments adversos.

Investigacions com ara les de Bernard (1991), Fiske (1991) i Henderson i Milstein (2003), identifiquen l'escola com un mitjà idoni per a això perquè, d'una banda, interaccionen els tres ambients: l'individual, el familiar i el comunitari i, d'altra, és un espai on es desenvolupen capacitats, aptituds i actituds.

Per tot això, la qüestió de l'educació es torna central pel que fa a la possibilitat de fomentar la resiliència dels xiquets i xiquetes, perquè puguin enfrontar el seu creixement i inserció social de la manera més favorable per a ells mateixos i més proper al seu benestar i felicitat (Suárez, 2001).

Promoció de la resiliència a centres d'educació infantil i primària

Des de fa tres anys, des de l'OPSIDE de l'UJI estem duent a terme una línia d'investigació sobre la resiliència en l'àmbit educatiu, fruit de l'elaboració d'un corpus teòric, realitzat en un treball de màster (*Cap a una escola resilient? Un estudi amb professors d'educació infantil i primària*, 2009). Aquest ens va permetre, d'una banda, recollir les aportacions i els models més rellevants en l'àmbit de la resiliència i, de l'altra, realitzar un estudi sobre aspectes relacionats amb el desenvolupament de processos resilents a les escoles. Arran de les conclusions extretes ens plantegem portar a la pràctica un programa formatiu pilot sobre la promoció de la resiliència a les escoles. En aquest apartat mostrem l'anàlisi prèvia que es va dur a terme i l'experiència pràctica amb l'avaluació del programa formatiu a un dels centres escolars.

Objectiu

L'objectiu de l'estudi (Mateu, García, Caballer i Gil, 2011) va ser realitzar una anàlisi de la situació de les escoles pel que fa a la promoció de la resiliència. Per això el focus d'atenció es va centrar en els docents, per la seua importància com a possibles guies o tutors de resiliència. Busquem per a això aspectes relacionats amb la seua pràctica educativa: treball de les habilitats individuals de resiliència a l'aula, formació d'aquests

en aquest àmbit, així com el seu interès a rebre formació en aspectes relacionats amb la resiliència.

Metodologia

Descripció de la mostra

La mostra estava formada per 236 docents d'educació infantil i primària de diferents centres educatius de Castelló. D'aquests, el 23,1% eren homes i el 76,9% dones. Pel que fa als anys d'experiència docent, el 28,8% tenien una experiència d'un a cinc anys de docència, el 35,8% de cinc a quinze anys de docència i el 35,4% dels professors tenien més de quinze anys de docència. El 28,0% impartia docència en educació infantil, el 16,2% en el primer cicle de primària, el 9,6% en el segon cicle de primària, el 15,3% en el tercer cicle de primària i el 30,0% eren especialistes (música, educació física, audició i llenguatge, anglès i compensatòria).

Procediment

Després d'elaborar l'instrument d'avaluació pel nostre equip d'investigació i abans de l'administració dels qüestionaris vam mantenir una reunió amb la direcció de cada un dels centres educatius per a explicar-los el procediment que anàvem a seguir així com els objectius d'aquest estudi. Posteriorment al vistiplau de la direcció en cada un dels centres, el qüestionari va ser repartit entre els docents. El termini de lliurament dels qüestionaris emplenats va ser d'una setmana i van ser tornats als mateixos docents que l'havien repartit.

Instrument d'avaluació

Per a la recollida de dades vam dissenyar un qüestionari format per quatre preguntes que contenien informació sobre dos aspectes:

- a) La pràctica educativa i les qualitats individuals de resiliència (Suárez, 2004; Wolin i Wolin, 1993). Les qualitats individuals són aquells factors protectors interns que ens ajuden davant situacions adverses i/o traumàtiques. Com indiquen Grotberg (1995) i Suárez (2004), cap qualitat és més important que una altra per a generar resiliència sinó depèn de la quantitat de qualitats que posseeixen i activen a les persones. En aquest sentit, considerem important el grau d'importància que hi atorguen els docents i la feina que es fa d'aquestes en l'aula.
- b) Les necessitats i interessos formatius del professorat. Ens interessava conèixer la preparació, la formació i els seus interessos en aquesta temàtica.

A continuació farem una descripció de les preguntes de tots dos blocs.

Importància que els docents atorguen a cadascuna de les habilitats individuals de la resiliència.

A través d'una pregunta avaluem el grau d'importància que els docents consideren que té el fet que els seus alumnes adquirisquen a través del treball a l'aula habilitats individuals de resiliència. Per a això, formulem tretze ítems que la literatura científica ha

demostrat que són qualitats importants de xiquets resilientes (Suárez, 2004; Wolin i Wolin, 1993). Els professors avaluaven en una escala (Likert) de 0 a 2 (molt, poc o gens) el grau d'importància que atorgaven a cadascuna de les tretze competències. Aquestes són: optimisme, creativitat, flexibilitat i adaptació als canvis, sentit de l'humor, empatia, moralitat, habilitats socials, iniciativa, autonomia, autoestima, autodisciplina, independència i autoeficàcia.

Treball de les habilitats de resiliència

A través d'una altra pregunta els plantejàvem que avaluaren, en una escala de 0 (gens) a 2 (molt), el treball que ells feien a l'aula de cadascuna de les habilitats de resiliència.

Formació, preparació i interessos formatius dels docents sobre aspectes relacionats amb la promoció de la resiliència

Finalment, ens interessava conèixer la seua opinió sobre la formació i preparació docent en aquest àmbit i el seu interès a rebre formació. Aquest aspecte es va avaluar a través de les preguntes que es mostren a la taula 1. La forma de resposta era dicotòmica.

Taula 1. Preguntes sobre la formació, preparació i interessos formatius dels docents sobre la resiliència

Considera que els docents tenen suficients recursos per poder treballar a l'aula les habilitats esmentades anteriorment?

Considera que els docents tenen suficient preparació per a treballar situacions crítiques (mort d'un company/a de classe, malaltia d'un xiquet/a de l'aula, accident ocorregut al col·legi, etc.) amb els seus alumnes?

Estaria interessat a rebre formació sobre com pot treballar amb els seus alumnes les habilitats descrites en el punt 11?

Resultats

Les dades es presentaran tenint en compte els aspectes que hem comentat anteriorment.

Importància que atorguen els docents a cadascuna de les qualitats individuals de la resiliència.

El grau d'importància que els docents atorguen a l'adquisició i desenvolupament d'aquestes habilitats en els escolars és molt elevat. Les puntuacions oscil·len entre un 85% (humor) a un 98,7% (autoestima) de professorat que les consideren importants. També destaquem que, encara que siga poc el percentatge de professors, en les qualitats del sentit de l'humor (14,5%), autoeficàcia (12,4%), independència (9,8%) i moralitat (9%) hi ha un nombre d'aquest que consideren que aquestes tenen poca importància que les desenvolupen o adquireixen els seus alumnes.

Treball de les habilitats a les aules i grau de dificultat a l'hora de treballar-les.

En primer lloc, cal destacar com la majoria dels docents ens indiquen que treballen totes les habilitats esmentades, però trobem diferències entre el percentatge de professors que considera que és important treballar les habilitats de resiliència i el treball a

l'aula que realitzen. Malgrat que quasi tots els professors creuen important treballar-les, a l'aula no tots ho fan.

Com a síntesi d'aquesta anàlisi veiem que els docents atorguen un grau d'importància elevat al fet que els seus alumnes tinguen o adquirisquen les qualitats individuals de resiliència, encara que el treball d'aquestes qualitats no està relacionat, en la majoria d'aquestes, amb aquest grau d'importància, totes es treballen menys. Això podria ser perquè els costa treballar-les i puguen necessitar una formació per al treball d'aquestes o més recursos. La qualitat més important per als mestres que tinguen o desenvolupen els seus alumnes és l'autoestima, la menor és l'humor. De la mateixa manera, la que més treballen dins de les escoles és l'autoestima i la que menys l'autoeficàcia.

Formació, preparació i interessos formatius dels docents sobre la resiliència i aspectes relacionats amb aquesta.

Un percentatge elevat dels docents consideren que no tenen recursos suficients (70,1%) per a treballar a l'aula les habilitats de resiliència. Aquest resultat ens revela una mancança que consideren els docents quant a recursos per a treballar aquestes habilitats. El 76,2% dels docents estimen que no es consideren capaços de treballar situacions traumàtiques amb els seus alumnes. Això ens indica que hi ha una manca per part dels mestres per a oferir aquest suport afectiu necessari en situacions traumàtiques i poder actuar com a «tutors de resiliència directes o indirectes». Els tutors de resiliència directes serien aquells en què la persona arriba a confiar i aconseguen orientar-la i guiar-la perquè genere processos resilents. I els indirectes, són aquelles persones que la persona «ferida» no escull, no es converteix en significatives per a ella, per tant no arriba, a convertir-se en tutor de resiliència. Encara que no ho siga, sí que pot haver-les descobert i, per això és important el treball en xarxa, pot enfortir i potenciar els processos de resiliència donant suport a les persones que sí són tutors de resiliència per a aquestes. Creiem que és important destacar aquest aspecte, ja que, a vegades, en els professionals de l'àmbit social es genera desesperança quan observen i senten que no són capaços de «arribar» a aquesta. Així, és important ressaltar que, si no s'accedeix a ella, en donar suport a aquells que sí que ho són estan realitzant una funció molt important, ja que d'aquesta manera estan enfortint les xarxes socials i augmenta la probabilitat de desenvolupar resiliència.

Aquests resultats, al costat del 89,9% dels professors als quals els interessaria rebre formació en aquests aspectes, ens van mostrar que seria aconsellable capacitar els docents en la resiliència i aspectes relacionats amb aquesta i així dotar-los d'eines i guies per a la promoció de la resiliència a les escoles.

Programa formatiu: Cap a una escola resilient? Resiliència i dol en el context educatiu

En funció de l'interès dels professors a rebre formació sobre la resiliència i de les seues necessitats vam donar resposta a aquesta demanda a través de la implementació d'un programa formatiu: Cap a una escola resilient? Resiliència i dol en el context educatiu. Aquesta capacitació es va realitzar en dos col·legis de Castelló en què els mestres havien participat en l'estudi explicat anteriorment (*Madre Vedruna Sagrado Corazón i Elca-*

no). Van ser un total de 35 professors d'educació infantil i primària que impartien classe en diferents nivells educatius i amb diferents anys d'experiència. L'objectiu del programa va ser dotar el professorat d'eines i estratègies per a fomentar el treball de la resiliència a les aules i facilitar pautes d'intervenció davant d'un succés traumàtic perquè pogueren actuar com a «tutors o guies de resiliència». La durada va ser de trenta hores i es van desenvolupar els continguts a través de sessions teoricopràctiques amb activitats grupals i individuals. De la mateixa manera es va potenciar l'ús de la formació virtual a través de la plataforma virtual Mood de la Universitat Jaume I.

Continguts del programa formatiu

En funció de l'estudi i d'un procés de debat del nostre equip de treball plantegem els continguts del programa en tres blocs i al final de cada un d'aquests elaborem un document didàctic en el qual es desenvolupaven aquests aspectes:

— Bloc I. La resiliència: concepte, models i guies o tutors de resiliència

En aquest bloc es tracta el concepte de resiliència, amb els seus diferents matisos (models, paradigma, etc.) i les aportacions d'aquesta sobre els professionals de l'àmbit social, com ara els «guies o tutors de resiliència». Posteriorment a aquest bloc es va plantejar una activitat en què els professors es plantejaven què consideraven que era la resiliència i els «guies o tutors de resiliència». A continuació mostrem algunes respostes del professorat.

a) Pel que fa al concepte de resiliència:

«No havia sentit parlar mai d'aquest concepte i, per tant, en iniciar el curs, després de preguntar els meus companys, entenia que la resiliència és tot allò relacionat amb les emocions, amb la manera d'afrontar la vida o la mort, fins i tot allò relacionat amb aquelles persones que han viscut experiències desagradables en la seua infància o adolescència i si això podia marcar la seua vida per sempre o no. Vaig pensar bàsicament que es tractava d'un curs basat en la intel·ligència emocional.»

«La resiliència és la capacitat que tenen les persones d'afrontar positivament les situacions adverses o traumàtiques.»

«La resiliència és la capacitat que tenen les persones d'afrontar positivament la vivència de situacions traumàtiques i/o adverses i poder sortir-ne enfortits i amb nous aprenentatges.»

«No és un concepte estàtic, sinó que varia tant en funció del fet violent o traumàtic com del cicle evolutiu de la persona.»

«Per a mi resiliència són el conjunt de capacitats humanes que ens fan superar un succés traumàtic i ens guien, en la mesura que siga possible, cap a uns aprenentatges positius. Són aquests factors humans que ens fan superar i aprendre de les coses dures que té la vida.»

b) Pel que fa als «guies o tutors de resiliència»

«Em sembla un concepte, com a docent, molt interessant. És curiós com en l'àmbit escolar de vegades aconseguixes "connectar" amb determinats alumnes i amb altres no, tot i desplegar amb ells totes les teues habilitats. Quan aconseguixes establir aquesta connexió la professió de mestre és encara més bella que de costum perquè t'adones que pots ajudar molt aquell xiquet.»

«Un tutor de resiliència no ha de jutjar la persona, ha de ser comprensiu, tenir habilitat per a traure conclusions positives de les diverses vivències, no ha d'estar tot el temps aconsellant, ha de ser respectuós amb els silencis i temps de la persona que està en un procés traumàtic.»

«Crec que el guia o tutor exerceix un paper molt important en aquesta persona. El guia o tutor pot ser qualsevol persona que estiga prop seu, que davant d'una circumstància li proporciona seguretat, l'ajuda

a superar-lo, li ensenya estratègies, és afectiu, comprensiu, solidari, afectuós i l'ajuda i ensenya a desenvolupar habilitats i el fa ser fort.»

«Considero que la figura del tutor o guia de resiliència és necessària, ja que s'ha demostrat amb diferents estudis que un vincle segur d'afecte i suport quan tenim situacions adverses ens poden ajudar a superar l'adversitat i desenvolupar estratègies per a solucionar les situacions problemàtiques que la vida ens pot plantejar.

Característiques que ha de tenir un bon tutor de resiliència:

- Empatia per a saber posar-se al lloc de l'altre.
- Ha de ser una persona comprensiva, afectuosa i solidària.
- Seguretat, per a transmetre-la a la persona a qui ajuda.
- Ser positiu i tenir sentit de l'humor.
- Ser sociable, tenir capacitat per a ser amic i d'entaular relacions positives.
- Ser flexible, saber adaptar-se a les circumstàncies.
- Ser capaç d'ensenyar habilitats per a la vida.»

«Tenint en compte que aquest concepte fa referència a aquelles persones que davant situacions adverses i/o traumàtiques proporcionen als xiquets seguretat, els ajuden a superar l'adversitat i els ensenyen estratègies per a desenvolupar fortaleses i habilitats. Pense que és fonamental tenir clara aquesta idea i posar-la en pràctica a manera de prevenció de possibles conflictes, ja que si una persona està preparada, podrà gestionar millor qualsevol situació traumàtica i/o adversa que li pugui sorgir.»

«Quant a les qualitats o característiques que ha de tenir un tutor de resiliència, ha de ser capaç de proporcionar una relació afectiva, solidària i treballar habilitats com ara l'empatia, l'humor, l'autoestima, perquè així puguin fer front a les diferents situacions difícils que puguin sorgir.»

«Pel que fa als docents crec que és de gran rellevància en el seu paper com a tutor o guia potenciar les qualitats individuals dels alumnes, ja que és converteix en orientador i referent tant en el procés d'ensenyament-aprenentatge com en el model d'actuació en el seu comportament civicosocial. En el procés de la seua acció tutorial, proporciona als alumnes les eines que necessiten per afrontar les situacions conflictives que van apareixent; el tutor és converteix en un factor important de protecció i de seguretat per als seus alumnes.»

— Bloc II. Els factors de protecció i risc: habilitats individuals de resiliència. Treball a les escoles.

En aquest bloc ens centrem a explicar les aportacions de la resiliència pel que fa al risc i a la protecció, és a dir, tant aquelles característiques internes (de la persona) com externes (aquelles aportades per la família i comunitat) que fan que qui les posseeix tingua una major fortalesa per afrontar positivament situacions adverses i/o traumàtiques. Tot això des de les investigacions de la resiliència que mostren l'ambigüitat d'aquests termes (protecció i risc), així com la importància de considerar el «estar resilient» en comptes de «ser resilient» (Rutter, 1985) de manera que la prevenció es torna fonamental. Per això incidim en la promoció de la resiliència a les escoles i en especial, en el professor com a professional resilient. Igual que en l'anterior bloc, en finalitzar aquest, els professors havien de reflexionar sobre dues qüestions. A continuació mostrem les dues reflexions que els plantegem i la resposta d'alguns professors:

a) Treball a l'aula de les habilitats de resiliència

«A l'escola treballem totes o la majoria d'aquestes habilitats, de vegades sense adonar-nos que ho estem fent. Per a això utilitzem, quan ho creiem necessari, contes que tenim d'editorial. Per exemple:

- Autoestima: valorant positivament davant del xicot, tant les seues qualitats, com tot el que fa amb esforç.
- Empatia: quan sorgeix algun problema entre ells, fer que es posen al lloc de l'altre per veure com s'està sentint, i que d'aquesta manera puguin resoldre el conflicte.
- Alguna de les habilitats que no faig servir tant a classe, és la de l'humor. Però, penso que és molt positiva.»

«Per a treballar l'autoestima i afavorir la presa de decisions de vegades he utilitzat un material preparat per la Conselleria d'Educació titulat *Previndre per a viure*. Està pensat per a la prevenció de les drogodependències, però el cas és que reforça aquests dos aspectes (a més d'altres) importants per a la resiliència. Per a alumnes més grans es podria utilitzar el visionat de pel·lícules i el posterior debat, films comercials i "fàcils de veure", com a *Forrest Gump*, ens poden donar una idea de com viu una situació traumàtica una persona resilient i una altra persona no resilient. També apareix bastant explícitament en aquest film la figura del tutor de resiliència. Segur que si ens posem a buscar hi trobem més pel·lícules, i el mateix passa amb algunes novel·les.»

b) L'escola i els docents com a factors protectors. La seua relació amb la resiliència

«L'escola, i dins d'aquesta els docents, són factors de protecció externs que juntament amb la família, proporcionen a la persona capacitats per a adquirir major fortalesa que els faça afrontar de forma positiva les situacions adverses i/o traumàtiques amb què van a trobar-se. Les capacitats que poden proporcionar són:

- Millorar l'autoestima: ajudar-los perquè sàpiguen enfrontar-se amb situacions difícils gràcies a un major coneixement de les seues capacitats. Tindran més coratge.
- Ensenyar-los a establir límits entre ells i els ambients adversos perquè les coses no els afecten de manera excessiva i exercitar la capacitat de fer-se càrrec dels problemes i d'exercir el control sobre aquests.
- Desenvolupar habilitats per a ensenyar-los a actuar per ells mateixos, sense dependre de les opinions de les altres persones del grup.
- Optimisme: la utilització de l'humor davant de situacions quotidianes, veure-hi la part positiva.
- Adaptabilitat als canvis (classe, grups de treball, etc.).
- Ensenyament de valors perquè puguin comprometre i discriminar entre el bo i el dolent davant d'una situació determinada.»

«A les escoles, almenys fins on jo conec, el tema de la resiliència no es treballa, s'actua davant d'una desgràcia concreta que passa a algun alumne, però per descomptat no amb caràcter preventiu, de manera sistemàtica integrada en els programes. Per descomptat que es treballen aspectes fonamentals per a la resiliència com ara la creativitat, l'autoestima, o les habilitats socials, però en la planificació la intenció no és potenciar la resiliència. Hem de millorar clarament en aquest aspecte.»

«Evidentment, l'escola, i els docents especialment, poden comportar-se com a factors protectors. Per a això haurem de fer un esforç per ser educadors eficaços o tutors de resiliència.»

«Penso que els mestres, de forma intuïtiva i per formació, encara que potser no conscientment, sí que exercim com a tutors de resiliència a vegades, sobretot en les dificultats quotidianes que van sorgint en l'entorn escolar.»

«No només actuem com a tutors, també de resiliència, sinó sobretot som referents a imitar; crec que es fixen més en el que fem, en com ens comportem, en la nostra coherència, que en el que diem. No obstant això, es pot treballar aquest aspecte amb més èmfasi en les famílies, ja que allà sí que sorgeixen més problemes o dificultats personals o de relació, que acadèmics... Nosaltres, a vegades, no ens assabentem d'algunes situacions que l'alumne viu. Seria molt important una formació en resiliència amb les famílies.»

— Bloc III: Dol i resiliència. Pautes d'intervenció davant d'un succés traumàtic

En aquest bloc ens centrem en accions pal·liatives, en concret en el treball a l'aula i amb la família de l'ocurrència d'un succés traumàtic (mort d'un company de classe, profes-

sor, malaltia terminal d'un alumne, etc.). Com a activitat de reflexió els plantegem dos casos pràctics. Un d'ells és el següent: Anna, una xiqueta de la teua classe, acaba de perdre el seu avi. Ho saps perquè només arribar a classe t'ha dit que «el seu avi va morir ahir». Al llarg del matí observes com Anna parla del tema amb els companys de classe i sorgeixen algunes converses entre ells relacionades amb la mort. Com es pot abordar la situació des de l'aula? Després de la sessió, els docents ens van indicar el següent:

«El primer que faria és escoltar la conversa per veure si l'estan ajudant. Potser puga tenir en classe un alumne que haja passat per la mateixa situació i estiga ajudant-la. Si m'adonara que la conversa no va ben encaminada faria una xarrada amb tota la classe per a deixar clares les idees i no caure en els errors de dir que l'avi està dormint, que se n'ha anat de viatge, etc. M'he adonat de la importància que té tractar el tema amb naturalitat i amb realitat, ja que els xiquets es poden imaginar milers d'històries diferents per culpa dels adults quan aquests pensen que no s'assabenten de les coses.»

«Buscaria un moment i lloc tranquils per parlar del succés amb ella. En aquesta conversa utilitzaria paraules 'exactes' fugint d'eufemismes (informació simple i directa). Presentar el succés com una cosa que forma part de la vida de totes les persones. El natural és sentir-se trist i no s'ha d'avergonyar per sentir tristesa o tenir ganes de plorar. Les persones tenim sentiments i és bo exterioritzar-los. Cal assumir aquests sentiments com una cosa normal. Intentaria que parlara molt, no he de parlar només jo, si em parla, m'estarà parlant dels seus sentiments i això és bo. Estaria molt atent per si apareixen sentiments de culpa, en aquest cas aquests no són més que un altre sentiment normal propi dels éssers humans i com una cosa normal no ha de preocupar ni impedir continuar les nostres rutines. Durant les primeres setmanes observaria amb atenció la conducta de la xiqueta i parlaria amb la família per a completar les meves observacions.»

«Crec que, tot i ser difícil abordar aquests temes, no per això cal deixar-los passar. S'hauria de propiciar un moment per a donar peu a tractar el tema de la següent manera:

- Que Anna ens explicara a tots els companys el que ha passat.
- Que Anna s'expressara i l'ajudàrem a dir el que sent. Tranquil·litzar-la explicant-li que és normal estar trista i sentir-se així per la pèrdua que acaba de tenir dient-li que aquesta persona no tornarà.
- Dir-li que els companys hi són per a estar amb ella i acompanyar-la en la seua tristesa perquè prompte puga tornar a jugar alegre. I que nosaltres podem ajudar-la resolent algun dubte que tinga. De tota manera, indicar també que els seus pares de segur que estan encantats de saber tot això també i explicar-li que ells també estan tristos.
- Escoltar i respondre de forma honesta, directa i senzilla si té algun dubte.
- Es podria fer una activitat de classe com ara un dibuix on Anna s'acomiadara del seu ésser estimat escrivint alguna cosa al seu avi. I els companys ajudant Anna fent-li companyia al col·legi.»

A més de les reflexions obligatòries també els plantegem algunes activitats de reflexió optatives (introspectives) així com es va generar un bloc amb una sèrie de recursos i pautes concretes d'actuació davant situacions de dol la finalitat del qual era potenciar amb ells la promoció de la resiliència a les escoles. Quan va finalitzar el curs, tot el material que es va posar a disposició del professorat a l'aula virtual es va gravar en un CD que es va entregar a cada un dels dos centres.

Avaluació del programa formatiu

Per a l'avaluació es va utilitzar un grup de control de 35 professors que no van participar en el programa formatiu i un grup experimental format pels 35 professors que sí que van participar en el programa formatiu.

En iniciar el programa, es va administrar al grup experimental i de control un qüestionari que va elaborar l'equip d'investigació. Aquest qüestionari es va administrar als dos grups en dos moments temporals: abans de la formació i després.

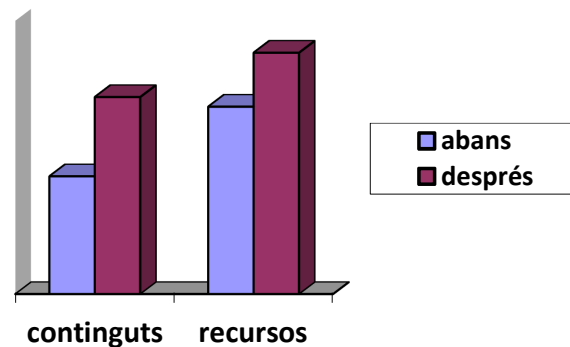
El qüestionari estava format per 23 ítems que contenien informació sobre els recursos tant interns com externs dels docents relacionats amb la pràctica educativa i la promoció de la resiliència. D'una banda, avaluava els continguts sobre aspectes de la resiliència (deu elements) i, d'una altra banda, els recursos que els docents tenien (tretze ítems). L'escala d'avaluació era tipus Likert de 0 (totalment en desacord) a 4 (totalment d'acord) on els docents havien d'indicar el grau d'acord en què se sentien identificats en cadascun dels ítems. A continuació, en la taula 2 mostrem l'instrument d'avaluació de continguts i recursos relacionats amb la resiliència.

Taula 2. Instrument d'avaluació de continguts i recursos relacionats amb la resiliència

| <i>Ítems de continguts</i> |
|--|
| Conec els processos que viuen les persones quan s'enfronten a una situació adversa i/o traumàtica. |
| Conec les diferències entre prova i trauma. |
| Conec models de promoció de resiliència a les escoles. |
| Conec les reaccions dels xiquets davant la pèrdua d'una persona estimada. |
| Conec el desenvolupament evolutiu que presenten els xiquets respecte de la mort. |
| Conec què és un factor de risc. |
| Conec què és un factor protector. |
| Conec la relació entre els factors de protecció i l'escola. |
| Conec com puc ser un factor protector per als meus alumnes. |
| La resiliència té un fonament teòric. |
| <i>Ítems de recursos</i> |
| Tinc recursos per a poder enfrontar-me amb una situació adversa. |
| Tinc recursos per a treballar l'humor. |
| Tinc recursos per a treballar la iniciativa. |
| Tinc recursos per a treballar l'autoestima. |
| Tinc recursos per a treballar la relaxació. |
| Tinc recursos per a treballar la meditació i atenció plena. |
| Tinc recursos per a treballar la intel·ligència emocional i social. |
| Tinc recursos per a treballar l'empatia a les aules. |
| Tinc eines per a assessorar els pares sobre com poden abordar la mort d'una persona estimada. |
| Conec recursos per a treballar la mort a l'aula. |
| Tinc recursos per a treballar la creativitat a l'aula. |
| Tinc recursos per a treballar la iniciativa. |
| Tinc recursos per a treballar la resiliència amb les famílies. |

Per avaluar els resultats vam fer dos tipus d'anàlisi. D'una banda, a través d'una comparació de mitjanes (prova t) es va comparar la mitjana del grup experimental abans d'iniciar el procés formatiu i després de finalitzar-lo. D'altra banda, vam comprovar els canvis produïts entre el grup experimental i el control abans i després de rebre la formació. A continuació mostrem els resultats a la figura 1 i la figura 2.

Figura 1. Comparació de mitjanes del grup experimental en continguts i recursos abans i després de la formació

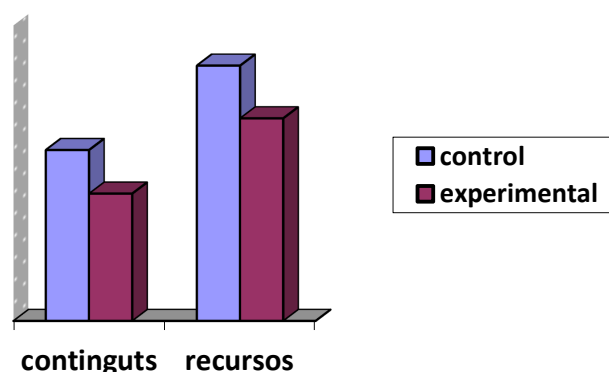


Com es pot apreciar a la figura 1, s'observen diferències abans i després de la realització de la formació tant en continguts ($t(42) = -9,64$), com en recursos ($p \leq 0,000$; $t(57) = -16/05$, $p \leq 0,000$). S'observa com hi ha hagut un increment tant en els coneixements dels docents i també en els seus recursos. Això ens mostra com l'objectiu de la formació s'ha complert i ha ampliat tant els recursos interns com externs dels docents, per la qual cosa considerem que estaran millor capacitats per a promoure la resiliència als alumnes.

A continuació mostrem la comparació de mitjanes entre el grup experimental i el control abans i després de la formació.

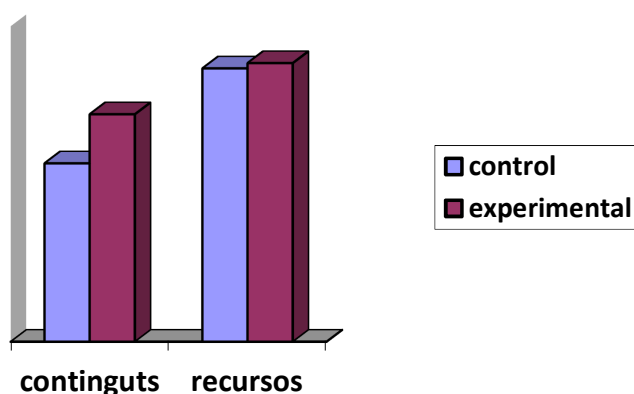
A la figura 2 apareix reflectida la mitjana dels dos grups tant en continguts com en recursos abans de la formació, sent més alta la del grup control que la del grup experimental. Hem trobat diferències significatives en continguts i recursos ($t(57) = 3563$, $p \leq 0,001$, $t(59) = 4052$, $p \leq 0,000$, respectivament). Això podria ser pel fet que el grup experimental en començar el curs fóra en la seua avaluació més crític amb ells o que en el grup de control es trobava un gran nombre dels docents que van contestar que no volien formació o que ja consideraven que tenien molts recursos.

Figura 2. Comparació de mitjanes del grup experimental i control en continguts i recursos abans de la formació



A la figura 3 mostrem els resultats entre el grup experimental i el de control després de la formació.

Figura 3. Comparació de mitjanes del grup experimental i de control en continguts i recursos després de la formació



Després de la realització de la formació, la mitjana de la situació anterior canvia. Si bé en el grup de control pràcticament no s'han produït canvis, en el grup experimental sí que s'han modificat els resultats, fins i tot superant tant en continguts com en recursos la mitjana del grup de control. Hem trobat diferències significatives en els continguts $t(48,51) = -5939, p \leq 0,000$.

D'aquesta manera podem afirmar que el programa formatiu ha tingut el seu impacte en els docents que hi van participar. Després del programa consideren que els seus coneixements sobre la temàtica han millorat i també els seus recursos.

Promoció de la resiliència en un centre d'educació especial

Després de les avaluacions positives de l'experiència duta a terme en els dos centres d'educació infantil i primària, des del Centre de Formació, Innovació i Recursos Educatius (CEFIRE) de Torrent (València) se'ns va plantejar el repte de dur a terme el mateix programa formatiu en un centre d'educació especial. Com que les característiques eren molt diferents a les necessitats d'un centre ordinari el primer que ens vam plantejar va ser fer una anàlisi prèvia de les necessitats que presentava l'equip docent. Per això, el nostre equip va dissenyar un qüestionari que recollia informació sobre les característiques dels alumnes, la formació que tenen en aquest àmbit, el treball de les habilitats de resiliència a l'aula i els continguts que els agradaria abordar en la sessió formativa. Aquest qüestionari es va facilitar a l'equip directiu perquè, juntament amb una carta explicativa dels objectius del curs, el lliuraren cada un dels professors.

Després de l'anàlisi del qüestionari de detecció de necessitats vam observar que:

- Els xiquets amb diversitat funcional amb qui treballaven els mestres eren xiquets amb autisme, amb retard mental, amb trastorn general del desenvolupament, amb deficiències visuals i auditives, amb paràlisi cerebral, amb dificultats motrius o amb plurideficiències severes.

- Els nivells que s'imparten eren d'educació infantil, educació primària i secundària i transició a la vida adulta.
- Dels 33 professors del centre (educadors, logopedes, metge del centre, psicòloga, fisioterapeuta, educadores i monitors) només cinc havien rebut un poc de formació en la matèria.
- Els continguts on més els agradaria aprofundir són: en la comunicació amb les famílies, les situacions traumàtiques i el seu abordatge, recursos interns per als professors i el treball de les habilitats individuals de resiliència en els xiquets. És precisament en aquests aspectes on consideren que tenen menys recursos.
- Les quatre habilitats individuals de resiliència que consideraven més important treballar amb els seus alumnes eren: autonomia, habilitats socials, flexibilitat i adaptació als canvis i autoestima.
- Entre altres aspectes que els agradaria abordar en el curs es troben: recursos per a l'aula, tot el relacionat amb les famílies, treball de l'optimisme, la interacció entre els professionals, motivació dels alumnes, la tristesa dels alumnes, habilitats de comunicació amb les famílies...

En aquest centre van participar 33 docents de diferents cicles educatius, incloent-hi l'equip directiu, la psicòloga i fisioterapeuta del curs. La metodologia utilitzada va ser la mateixa que al centre ordinari encara que es van incloure més tallers pràctics de *role-playing*. També es va utilitzar la plataforma Moodle de la Universitat Jaume I.

A més dels blocs que es van treballar al centre ordinari es va incloure un altre d'aplicació pràctica de promoció de la resiliència en un centre d'educació especial i en el segon bloc es va realitzar una ampliació de la resiliència familiar i aspectes relacionats amb aquesta (models, resultats de les investigacions, etc.). En particular, també es van incloure tallers on es van treballar les habilitats de comunicació amb les famílies, els recursos interns per al professor (gestió de l'estrès i valor positiu de l'humor), el procés de dol en els docents (davant la pèrdua d'un xiquet) i com poder enfortir les característiques del professional resilient. En l'últim bloc, l'aplicació pràctica, es va treballar com el centre podia aprofitar la informació i els recursos existents per a promoure l'escola resilient.

A causa de la importància de l'enfortiment tant individual com familiar i comunitari per a potenciar processos resilents i tenint en compte les característiques de les famílies de l'alumnat del CEE, tant el claustre de professors com l'equip d'investigació d'OPSIDE considerem molt important apropar el concepte de resiliència a les famílies amb la finalitat d'augmentar els seus recursos tant interns com externs que els ajuden a generar i potenciar processos resilents. Per això es va organitzar el seminari de formació: Com podem enfortir-nos per a fer front a situacions traumàtiques? Amb això ens plantejem un doble objectiu. D'una banda, compartir amb ells coneixements sobre la resiliència, les crisis familiars i eines d'ajuda. D'altra banda, el nostre objectiu era fomentar un punt de trobada on les famílies pogueren conèixer i compartir la seua experiència amb altres famílies que passen per una situació similar a la d'ells. L'experiència d'aquest taller va ser molt positiva, ja que la majoria de les famílies van participar d'una manera activa en el taller i es va generar un clima de diàleg entre tots que va comportar

un aprenentatge mutu. També a la finalització del taller i en dies posteriors diverses famílies es van acostar per a donar mostres positives sobre el taller. Ens van comunicar que s'havien sentit identificats en determinats aspectes i agraïen poder «normalitzar» emocions i accions que havien experimentat personalment. Arran d'aquest taller, uns familiars pertanyents a una associació van proposar a l'equip realitzar un taller per als membres d'aquesta.

Discussió

Els estudis de resiliència han aportat, entre altres aspectes, la importància de la promoció de la resiliència i la possibilitat de poder-la portar a terme (Grotberg, 1995; Henderson i Milstein 2003). Al mateix temps, investigacions com ara les de Bernard (1991), Fiske (1991), Henderson i Milstein (2003), Forés i Grané (2008) identifiquen l'escola com un mitjà idoni per a això perquè, d'una banda, interaccionen els tres ambients l'individual, el familiar i el comunitari i, d'una altra, és un espai on es desenvolupen capacitats, aptituds i actituds. També per el fet que els docents es poden convertir en possibles guies o tutors de resiliència dels seus alumnes (Cyrulnik, 1999, 2007, 2009). Per tot això, posar la mirada a l'escola com a context important per a la promoció i desenvolupament de la resiliència és fonamental. Per això resulta necessària l'aproximació de la resiliència a les escoles i, en especial, tenint en compte la importància dels docents a través de la seva formació. Per tot això, vam realitzar un programa formatiu en tres centres educatius i analitzem els continguts i recursos que posseïen els docents relacionats amb les aportacions dels estudis de resiliència.

Arran dels resultats positius obtinguts en els tres centres en què s'ha realitzat el programa de formació sobre la resiliència creiem important continuar la línia de treball establerta de promoció de la resiliència a través de la formació en noves escoles de tota la comunitat educativa (docent, alumnat i família) i, al mateix temps, continuar donant suport a la tasca iniciada als tres centres que han format part del projecte.

Referències

- Angulo, J.; Blanco, N. (1998) *Teoría y desarrollo del currículo*. Màlaga, Aljibe.
- Bernard, B. (1991) *Fostering resiliency in kids: Protective Factors in the family, School and Community*. San Francisco, Wested Regional Educational Laboratory.
- Cyrulnik, B. (1999) *Un merveilleux malheur*. París, Odile Jacob.
- (2007) *De cuerpo y alma. Neuronas y afectos. La conquista del bienestar*. Barcelona, Gedisa.
- (2009) *Autobiografía de un espantapájaros*. Barcelona, Gedisa.
- Fiske, E.B. (1991) *Smart Schools, Smart Kids*. Nova York, Simon & Schuster.
- Forés, A.; Grané, J. (2008) *La resiliencia. Crecer desde la adversidad*. Barcelona, Plataforma Editorial.
- Grotberg, E. (1995) *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit. The international Resilience Project*. Le Hage, The Netherlands, Bernard Van Leer Foundation.
- Henderson N.; Milstein M. (2003) *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires, Paidós.

- Mateu, R., García, M., Caballer, A.; Gil, J.M. (2011) «La promoción de la resiliencia desde las escuelas», a Román, J.M., Carbonero, M.A. i Valdivieso, J.D. *Educación, Aprendizaje y Desarrollo en una Sociedad Multicultural*. Valladolid, Ediciones de la Asociación Nacional de Psicología y Educación, p. 2639-2652.
- Milstein, M.; Henry, D.A. (2000) *Spreading Resiliency: Making it Happen for Schools and Communities*. Thousand Oaks, CA, Corwin.
- Rutter, M. (1985) «Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder». *British Journal of Psychiatric* (United Kingdom, The Royal College of Psychiatrists), 147, p. 598-611.
- Suárez, N. E. (2001) «Una concepción latinoamericana: la resiliencia comunitaria», a Melillo, A.; Suárez, N. E. (Eds.). *Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires, Paidós, p. 72-82.
- Suárez, N. E. (2004) «Perfiles de Resiliencia», a Suárez, N. E.; Munist, M.; Kotliarenco, M. A. *Resiliencia tendencias y perspectivas*. Buenos Aires, Fundación Bernard van Leer. UNLA, p. 23-31.
- Wolin, S. J.; Wolin, S. (1993) *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Nova York, USA, Villard Books.

La promoción de la resiliencia en las escuelas: análisis de una experiencia

Resumen: La resiliencia es un proceso dinámico entre la persona y el entorno a raíz de los mecanismos que se generan de la interacción entre los factores de protección y de riesgo tanto individuales como ambientales. Teniendo en cuenta esta premisa, cobra especial importancia los estudios sobre la resiliencia que ponen su énfasis en la promoción de la misma. Entre otros destacamos los de Bernard (1991), Gotberg (1995) y Henderson y Milstein (2003). Éstos nos muestran que la resiliencia se puede promover, siendo muy importante hacerlo desde la niñez a través de la educación y la prevención. Dentro de este contexto, la escuela forma un papel importante para la promoción de la misma, en especial los docentes, como posibles guías o tutores de resiliencia (Cyrulnik, 1999). En este artículo se presenta una experiencia práctica llevada a cabo por el Observatorio Psicosocial de Recursos en Situaciones de Desastre (OPSIDE) de la Universitat Jaume I sobre la promoción de la resiliencia en contextos educativos.

Palabras clave: resiliencia, promoción, escuelas, profesores, capacitación, duelo, familias e infancia

La promotion de la résilience dans les écoles : analyse d'une expérience

Résumé: La résilience est un processus dynamique entre la personne et l'environnement qui commence à partir des mécanismes générés dans l'interaction entre les facteurs de protection et de risque aussi bien individuels qu'environnementaux. Conformément à cette prémisse, les études sur la résilience qui mettent l'emphase sur sa promotion ont une importance toute spéciale. Parmi d'autres, on peut remarquer celles de Bernard (1991), de Grotberg (1995) et d'Henderson et Milstein (2003). Ces études nous montrent que la résilience peut être promue et qu'il est très important de le faire dès la jeune enfance au travers de l'éducation et de la prévention. Dans ce contexte, l'école joue un rôle important pour sa promotion, et tout spécialement les enseignants, en tant que possibles guides ou tuteurs de résilience (Cyrulnik, 1999, 2007, 2009). Dans cet article, nous présentons une expérience pratique menée à terme par l'Observatoire psychosocial des ressources en situations de catastrophe (OPSIDE) de l'Université Jaume I sur la promotion de la résilience dans des contextes éducatifs.

Mots clés: résilience, promotion, écoles, professeurs, capacitation, deuil, familles, enfance

The promotion of resilience in schools: analysis of an experience

Abstract: Resilience is a dynamic process between an individual and the environment. It arises as a result of mechanisms generated by the interaction of individual and environmental protection and risk factors. In accordance with this premise, studies that focus on the promotion of resilience are particularly important. Studies by Bernard (1991), Grotberg (1995) and Henderson and Milstein (2003) stress that resilience can be promoted and that it is very important to do this through education and prevention from infancy. In this context, an important role in promoting resilience is played by schools and by teachers in particular, who act as potential guides or tutors of resilience (Cyrulnik, 1999, 2007, 2009). In this article, we present the practical experience of promoting resilience in educational contexts gained by the Psychosocial Observatory of Resources in Disaster Situations (OPSIDE) at the *Universitat Jaume I* (UJI).

Key words: resilience, promotion, schools, teachers, training, mourning, families, childhood