



RESILIENCIA VISION POSITIVA PARA LA PREVENCIÓN: UNA MIRADA DESDE LOS SERVICIOS SOCIALES

RESILIENCE POSITIVE VISION FOR PREVENTION: A LOOK FROM SOCIAL SERVICES

Dora Milda Mora Méndez
(deltorocristiano@gmail.com)

Recepción: 12/10/2024.

Aprobado: 09/04/2025.

RESUMEN

En este estudio desarrollado, se vislumbra la existencia de las cuatro modalidades de resiliencia, en el sentido en que las instituciones sociales en Venezuela suelen encontrarse en una resiliencia debido a los problemas que a diario enfrentan y que por motivos adversos a su voluntad muchas de las ocasiones éstas hacen caso omiso desarrollando una tolerancia ante las situaciones difíciles. La concepción anterior permite señalar que la organización tiene unos objetivos que orientan su acción, pero son sus empleados o el grupo humano que la conforman quienes operativizan y articulan su labor cumpliendo con sus objetivos individuales y que de manera sinérgica contribuyen al logro de los objetivos organizacionales.

Palabras clave: Resiliencia, prevención, servicios sociales.

ABSTRACT

In this study developed, the existence of the four modalities of resilience is glimpsed, in the sense that social institutions in Venezuela usually find themselves in resilience due to the problems that they face daily and that for reasons adverse to their will many of the Sometimes they ignore them, developing a tolerance for difficult situations. The previous conception allows us to point out that the organization has objectives that guide its action, but it is its employees or the human group that makes it up who operationalize and articulate its work, meeting its individual objectives and who synergistically contribute to the achievement of organizational objectives. .

Keywords: Resilience, prevention, social services.

INTRODUCCION

Cotidianamente hemos podido observar que, en el transcurso de la vida, siempre existen momentos difíciles por las cuales transita el ser humano, es desde entonces que éste se sustenta de valor y trata de superar las adversidades que continuamente presenta la vida. En ese sentido la existencia de la capacidad de superar momentos difíciles suele llamarse resiliencia, actitud por la cual se relaciona con la superación de esos momentos fuertes que



Ciencias Sociales **equidad**



enfrenta el ser humano ante las instituciones que de alguna manera éstas, son partícipes en el surgimiento de problemas sociales, cuestión que repercute en el proceso de desarrollo integral del ser humano. Es por ello, y en vista de lo anterior es que este artículo científico tiene sus bases en la descripción de la resiliencia desde lo positivo y su relación con la mirada desde los servicios sociales.

De acuerdo con Vera, B. y Vecina, M. (2007, p. 25). Tomando en cuenta y partiendo desde la psicología, la cual ha considerado, que lo natural es que, si un individuo se desenvolvía en una situación traumática, éste podría desarrollar alguna patología como respuesta a esa situación. “Desde tiempos atrás, la psicología como ciencia ha tomado en cuenta al ser humano como sujeto pasivo el cual da respuestas ante los estímulos del ambiente en donde se encuentre”.

Para Carretero (20010, p.4) plantea que el concepto de Resiliencia ha sido tratado y definido de forma diferente por autores europeos y estadounidenses. El concepto manejado por autores europeos, en su mayoría franceses, relacionan Resiliencia con el concepto de crecimiento postraumático, al entender la Resiliencia simultáneamente como la capacidad de salir indemne de una experiencia adversa, aprender de ella y mejorar. El concepto de Resiliencia utilizado por autores norteamericanos, más restringido, hace referencia al proceso de afrontamiento que ayuda a la persona a mantenerse intacta, diferenciándola del concepto de crecimiento postraumático.

En ese sentido, es muy importante destacar que el término resiliencia lo encontramos con diferentes definiciones; todo depende desde la visión del autor que lo trate. Es por ello, que la resiliencia busca fomentar la salud mental y la superación de situaciones difíciles.

MATERIALES Y MÉTODOS

La resiliencia no solo es fortaleza: permite a las personas soportar y aprender de los contratiempos y obstáculos, lo que en última instancia conduce al crecimiento personal y al aumento del bienestar:



Ciencias Sociales **equidad**



1. Resiliencia física. Es algo que las personas pueden mejorar, hasta cierto punto, siguiendo pautas de vida saludables. Dormir lo suficiente, mantener una dieta nutritiva y hacer ejercicio regularmente son solo algunas formas de fortalecer este tipo de resiliencia. En general, la resiliencia física se refiere a cómo el cuerpo se enfrenta al cambio y se recupera de las demandas físicas, enfermedades y lesiones. Existe correspondencia positiva entre la resiliencia y un mejor estado físico y se ha investigado cómo este tipo de resiliencia afecta al envejecimiento.
2. Resiliencia social. También puede llamarse resiliencia comunitaria. Implica la capacidad de recuperarse de situaciones difíciles de manera colectiva. Los aspectos de la resiliencia social incluyen un elevado sentimiento de comunidad después de desastres, guerras y conflictos. España muestra un nivel de resiliencia social mayor que otros países de su entorno. Las comunidades socialmente resilientes poseen redes y relaciones fuertes que fomentan la cooperación y la asistencia mutua. La resiliencia social enfatiza la importancia de la acción colectiva, la empatía y la inclusión en la creación de sociedades más fuertes e interconectadas.
3. Resiliencia mental. La resiliencia mental se refiere a la capacidad de una persona para adaptarse al cambio y la incertidumbre. Las personas que poseen este tipo de resiliencia son flexibles y calmadas durante momentos de crisis. Utilizan la fortaleza mental para resolver problemas, avanzar y mantenerse esperanzadas incluso cuando enfrentan contratiempos. La resiliencia mental es una cualidad clave que permite a los individuos navegar por los obstáculos de la vida con perseverancia, determinación y contribuye a una buena salud mental. La resiliencia mental implica tener una mentalidad positiva, habilidades para resolver problemas y la capacidad de percibir los obstáculos como oportunidades de crecimiento.



4. **Resiliencia emocional:** La resiliencia emocional se refiere a la capacidad de una persona para gestionar y regular sus emociones ante las dificultades. Implica ser consciente de las emociones, expresarlas adecuadamente y hacer frente al estrés con eficacia. Una persona emocionalmente resiliente puede manejar emociones fuertes como la ira, la tristeza o el miedo sin sentirse abrumada por ellas.

Por ejemplo, si alguien recibe críticas en el trabajo, una persona emocionalmente resiliente puede dar un paso atrás, reflexionar sobre los comentarios y responder de forma constructiva en lugar de ponerse a la defensiva o angustiarse. Por todo esto, La resiliencia no solo es fortaleza: permite a las personas soportar y aprender de los contratiempos y obstáculos, lo que en última instancia conduce al crecimiento personal y al aumento del bienestar.

En este estudio desarrollado, se vislumbra la existencia de las cuatro modalidades de resiliencia, en el sentido en que las instituciones sociales en Venezuela suelen encontrarse en una resiliencia debido a los problemas que a diario enfrentan y que por motivos adversos a su voluntad muchas de las ocasiones éstas hacen caso omiso desarrollando una tolerancia ante las situaciones difíciles.

La concepción anterior permite señalar que la organización tiene unos objetivos que orientan su acción, pero son sus empleados o el grupo humano que la conforman quienes operativizan y articulan su labor cumpliendo con sus objetivos individuales y que de manera sinérgica contribuyen al logro de los objetivos organizacionales.

No obstante, con una visión contemporánea es posible analizar el postulado de Etkin (2000, p.4) citado por Sánchez (2018), en relación a la organización, quien señala: “Es una integración de individuos y grupos, en el marco de un orden formal que establece las funciones que ellos deben cumplir. Las expectativas comunes son un elemento básico, en el sentido que en una organización el desempeño de roles y funciones están sujetos a criterios y normas grupales y a las voluntades individuales”.



DISCUSIÓN Y RESULTADOS

Las personas resilientes se caracterizan por una adecuada adaptación en situaciones de adversidad o riesgo, además, la Resiliencia se produce como consecuencia de procesos ordinarios, es decir, la Resiliencia no tiene la base en cualidades especiales o extraordinarias. Quedando así demostrado que no hay factor ambiental. Con esto se quiere decir que la resiliencia surge a consecuencias de los procesos ordinarios, es decir la resiliencia no tiene bases especiales.

De acuerdo a diferentes estudios realizados, la resiliencia permite desarrollos normales y adaptados al medio, desde la Mirada de los Servicios Sociales se debe trabajar en resiliencia con las personas que ya viven en exclusión, ya que estas personas están sintiendo los embates del tiempo y también con aquellas en riesgo de exclusión. Se debe incluir el trabajo en resiliencia en los proyectos de intervención, y también en los proyectos de prevención. Es por ello, que de alguna forma se le facilitaría una mejor vida a los que ya están afectados, y es una prevención para aquellos que se encuentren en acciones cercanas a vivir situaciones críticas.

En este contexto, Marcos y Maculay (2008), citados por Sánchez (2018), señalan que la resiliencia es: La capacidad organizacional para anticipar los eventos clave relacionados con tendencias emergentes, adaptarse constantemente al cambio y recuperarse de manera rápida después de desastres y crisis.

Con una visión aplicada a las instituciones, la norma ASIS SPC-1-2009 Organizational Resilience Security, Preparedness, and Continuity Management Systems, la define como la capacidad de una organización para resistirse a verse afectada por un suceso o la capacidad de volver a un nivel aceptable de desempeño, en un período de tiempo aceptable después de verse afectada por un suceso. Bajo un enfoque sistémico es la capacidad de un sistema de mantener sus funciones y estructura haciendo frente a cambios internos y externos, y de adaptarse de la mejor manera cuando tenga que hacerlo.



Ciencias Sociales **equidad**



En este contexto, el concepto de la resiliencia organizacional es un tema que ha ganado popularidad en el mundo de los empresarial en los últimos años, dado el resurgimiento de algunas empresas que abatidas por la crisis (económicas, sociales, políticas, estructurales) por la que atraviesan algunos países, se mantienen con excelentes resultados en sus gestiones, partiendo de la premisa que son una parte activa de un entorno cada vez más voluble, adaptándose y desarrollando su potencialidad bajo el enfoque de eficacia y eficiencia.

En este orden de ideas, la resiliencia es la capacidad de adaptarse y superar situaciones adversas o desafiantes, manteniendo un equilibrio emocional y aprendiendo de la experiencia. Es una habilidad esencial para enfrentar el estrés, los conflictos y las dificultades que surgen en diferentes ámbitos de la vida, como el personal, laboral y social.

Desarrollar la resiliencia implica:

1. Autoconciencia: Reconocer las emociones y pensamientos que surgen ante la adversidad.
2. Regulación emocional: Aprender a manejar las emociones de manera saludable.
3. Pensamiento positivo: Cultivar una actitud optimista que permita ver las oportunidades en las dificultades.
4. Red de apoyo: Contar con personas que brinden soporte emocional y consejo.
5. Flexibilidad: Adaptarse a los cambios y buscar soluciones creativas.
6. Aprendizaje continuo: Extraer lecciones de las experiencias para crecer y mejorar.

Al fortalecer la resiliencia, no solo enfrentamos los retos de manera efectiva, sino que también construimos una mayor capacidad para alcanzar nuestras metas y disfrutar de una vida más equilibrada. Con todos estos aspectos ya mencionado, la situación de las instituciones de carácter social podrá admitir la superación paulatina de las situaciones difíciles que no las hace desarrollar sus capacidades.



CONCLUSIÓN

La resiliencia se ha convertido en un enfoque crucial en los servicios sociales, destacando su capacidad para promover una visión positiva en la prevención y la intervención ante situaciones de adversidad y exclusión social. Este concepto, definido desde la Psicología Positiva, se aleja de la percepción de ser una cualidad extraordinaria, reconociendo que es una respuesta común entre individuos que enfrentan condiciones difíciles.

La investigación muestra que la resiliencia no solo permite a las personas adaptarse a situaciones adversas, sino que también contribuye a su desarrollo personal y comunitario. Se ha identificado que la resiliencia incluye dimensiones como el apoyo social, la autoestima y las estrategias de afrontamiento, las cuales pueden fortalecerse a través de intervenciones específicas. Este enfoque se centra en potenciar las fortalezas de los individuos, promoviendo su autoeficacia y competencia frente a los desafíos.

Los programas de intervención social que integran la resiliencia han demostrado ser efectivos en mejorar la calidad de vida de las comunidades vulnerables. Estos programas no solo buscan mitigar el impacto de situaciones adversas, sino también empoderar a las personas para que puedan desarrollar sus propios proyectos vitales dentro de sus entornos sociales⁵⁶. La implementación de estrategias centradas en la resiliencia fomenta un cambio hacia un modelo más proactivo y preventivo en los servicios sociales, evitando la institucionalización y promoviendo la autonomía.

En un concreto, el estudio sobre la resiliencia desde los servicios sociales resalta su papel fundamental como un factor protector y un motor para el cambio positivo; al adoptar una perspectiva que enfatiza las capacidades individuales y comunitarias, se pueden diseñar intervenciones más efectivas que no solo aborden las necesidades inmediatas, sino que también fortalezcan a las personas para enfrentar futuros desafíos. La resiliencia emerge así como un pilar esencial en la construcción de sociedades más justas e inclusivas.



Ciencias Sociales **equidad**



REFERENCIAS

- Carretero, R. (2010). Resiliencia una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales nómadas. *Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, vol. 27, núm. 3, Julio diciembre.
- Drucker, P. F. (1994). *La sociedad postcapitalista*. Colombia: Grupo Editorial Norma.
- Etkin, J. (2000). *Política, gobierno y gerencias de las organizaciones. Acuerdos, dualidades y divergencias*. Buenos Aires, Argentina: Prentice Hall.
- Marcos, J. y S. Macaulay. (2008). Qué es la resiliencia organizacional? Recuperado el 01 de agosto de 2016 en <http://www.manufactura.mx/industria/2008/11/26/-qu-es-la-resilienciaorganizacional>.
- Sánchez, M. (2018). La Resiliencia: alternativa de las organizaciones venezolanas. *Revista Estudios Gerenciales y de las Organizaciones*. Volumen 2, Número 3. Enero-junio 2018 ISSN: 1317-3337.