

BLOQUE 1

NATURALEZA DEL RIESGO Y

RESILIENCIA EN LA ADOLESCENCIA

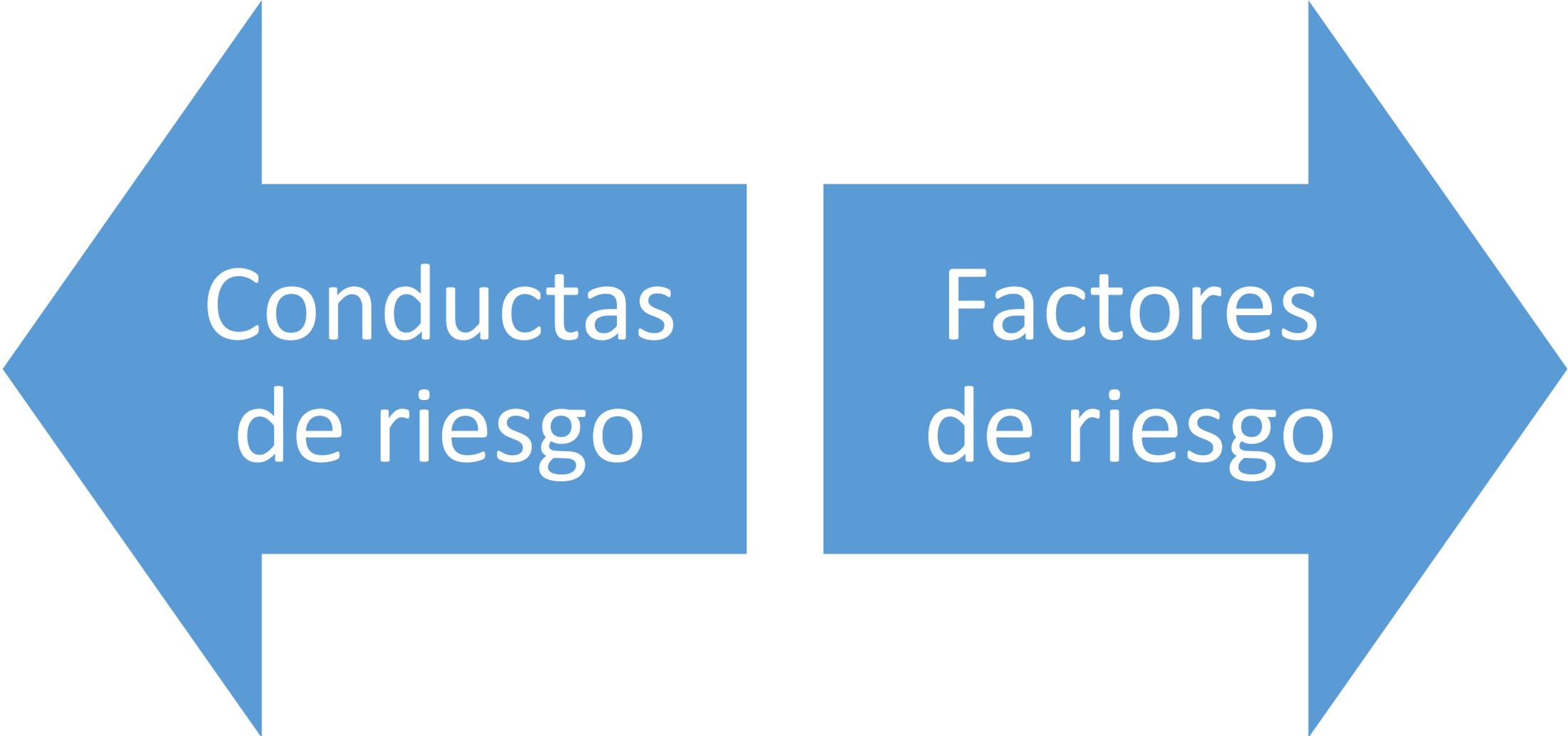
The Nature of Risk and Resilience in Adolescence. John Coleman, Ann Hagell. Pag. 8 a 16

RIESGO O CONDUCTA DE RIESGO

- Adoptar conductas de riesgo ¿es una característica de la adolescencia?
- ¿Necesitan los adolescentes tomar riesgos para crecer y desarrollarse, o se trata de un desafío a la salud y al orden social?
- Para muchos especialistas, la adopción de riesgos moderados es necesario e incluso beneficioso en los adolescentes

ESTEREOTIPOS

- Considerar que los adolescentes son sexualmente promiscuos, consumidores de drogas y usuarios de otras conductas de riesgo, puede llevar a incomprensión generacional.
- 1.- No todos los adolescentes adoptan conductas de riesgo
- 2.- Muchos de los que sí que las adoptan, lo hacen de forma mínima y a un nivel poco perjudicial.



Conductas
de riesgo

Factores
de riesgo

CÓMO PERCIBEN LOS JÓVENES EL RIESGO

- “Es algo que haces, aunque sabes que puede ser perjudicial”
- “No controlas los resultados. Podría ser malo, pero no sabe cómo va a ser”
- “Si no lo haces bien, te perjudicará de alguna manera”
- “Si no quieres hacerlo, no lo haces. No puedes culpar a nadie de los perjuicios que pueden ocurrir”

CAMBIO DE TERMINOLOGÍA

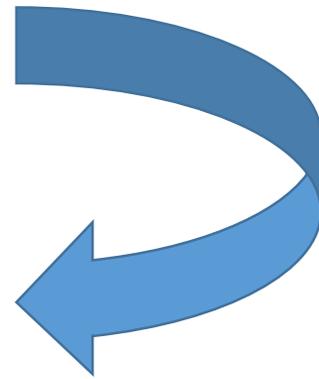
- Conductas de exploración y experimentación son comunes en la adolescencia.
- ¿Dónde están los límites entre la experimentación y el deseo de evitar daños?

EL PAPEL DE LOS FACTORES DE PROTECCIÓN

- Está demostrado que los jóvenes afectados por factores de riesgo tienen menos oportunidades y más probabilidad de peores resultados... pero no siempre es así.

- ¿Por qué?

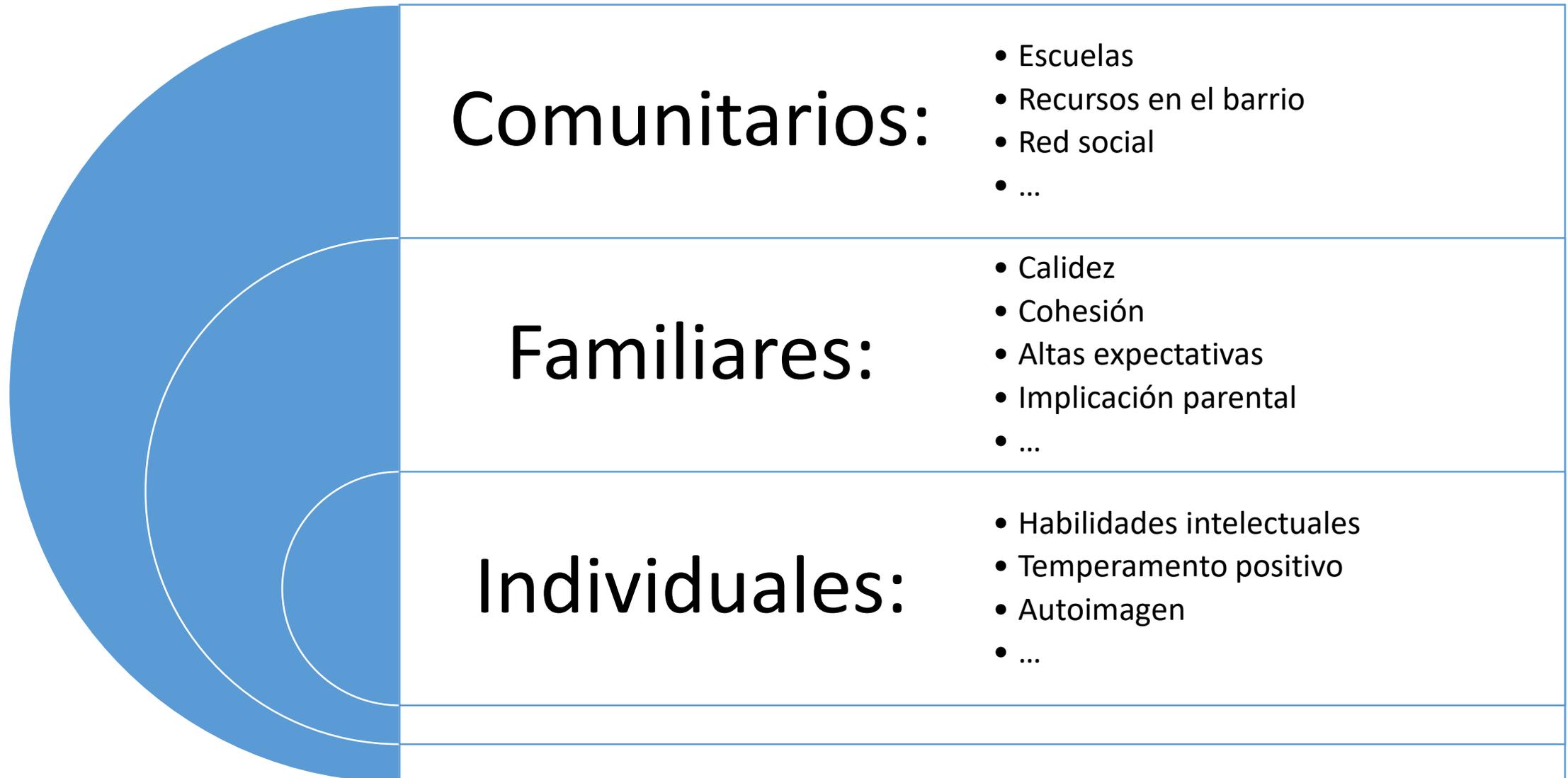
- RESILIENCIA



FACTORES DE PROTECCIÓN

- Los factores de protección trabajan sobre los aspectos más maleables del desarrollo, aportando diversas clases de recursos que pueden ayudar a los niños a resistir la adversidad.
- Incluyen los factores emocionales, educativos, sociales e influencias económicas sobre la vida de los niños, actuando individualmente, o, más frecuentemente, interactuando unos con otros.

TIPOS DE FACTORES DE PROTECCIÓN



FACTORES DE PROTECCIÓN

- Los factores de riesgo y los factores de protección están íntimamente relacionados, pero...
 1. ¿Son cualitativamente diferentes?
 2. ¿Contribuyen a la competencia general, o actúan específicamente sobre aquellos que experimentan la adversidad?

VARIABLES CONTINUAS DE FACTORES DE PROTECCIÓN Y DE RIESGO

Variables que actúan como factores de riesgo en un extremo, y como factores de protección en otro

- Por ejemplo, la inteligencia

Variables que actúan solo en un extremo

- Por ejemplo, los ingresos económicos

Variables que actúan como factor de protección en un punto intermedio, y como factor de riesgo en los extremos

- Por ejemplo el apego a los padres

FACTORES DE PROTECCIÓN GENERALES Y ESPECÍFICOS

Variables que benefician a todo el mundo

- Por ejemplo, alta autoestima

Variables que benefician a los que sufren adversidad

- Por ejemplo, estilo educativo severo en contextos desfavorecidos

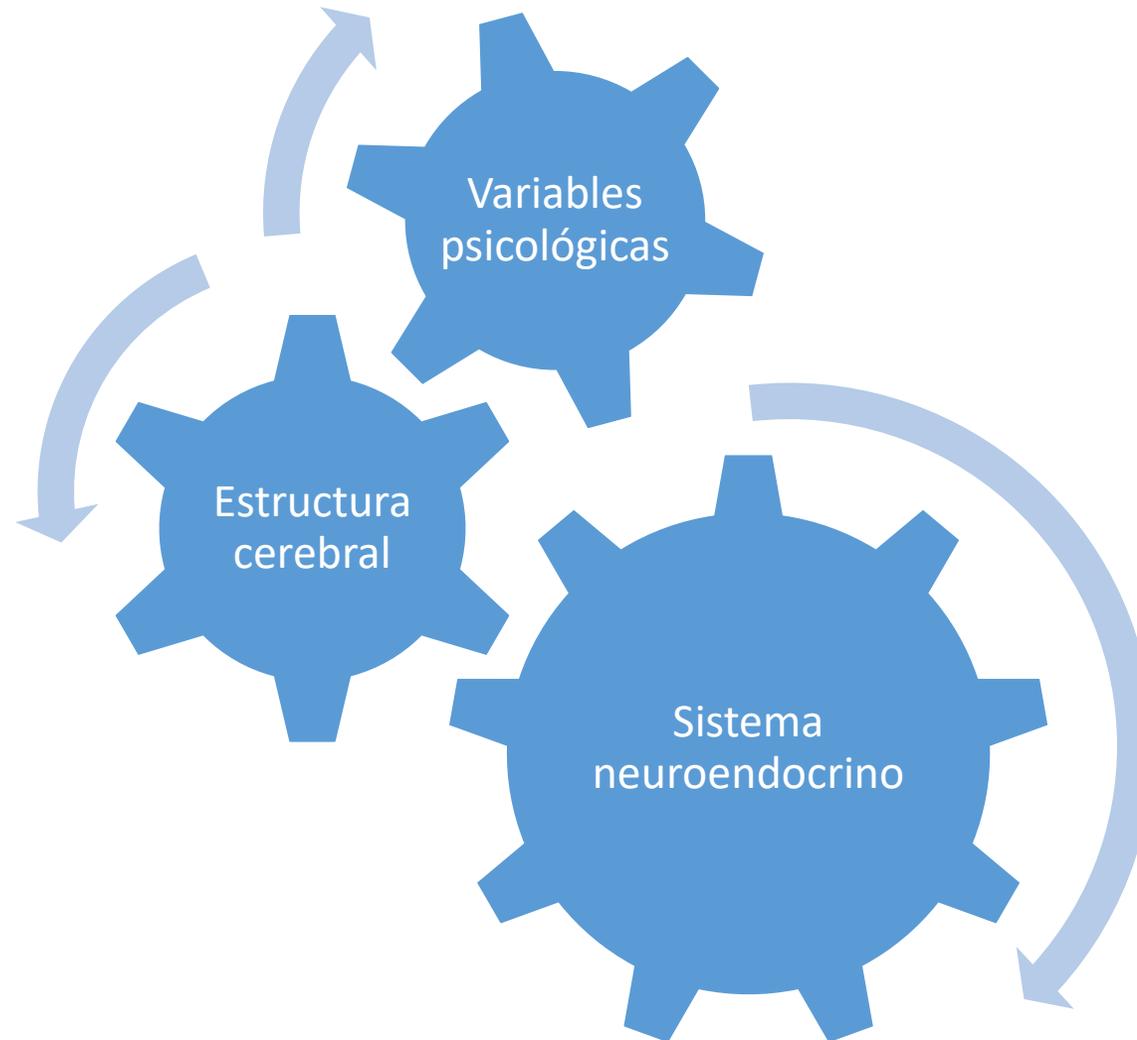
EL EXPERIMENTO DE HAWAI 80'

- Del estudio de 500 personas de 30 años, en el grupo con mayores factores de riesgo, 2/3 tuvieron serios problemas a los 18 años, pero... ¿qué características tenía el tercio que superó las dificultades?
1. Orientación al resultado
 2. Cuidadores alternativos a los padres en la infancia
 3. Buena sociabilidad
 4. Buena comunicación
 5. Apoyo en el barrio
 6. Buenas relaciones con los iguales
- Aquellos afectados por factores de riesgo en la infancia, y sometidos a factores de estrés adicionales en la adolescencia obtuvieron los peores resultados.

EL EXPERIMENTO DE NUEVA ZELANDA 80'

- Estudio de 1200 niños nacidos en 1977, entre su nacimiento y los 21 años.
- Aquellos afectados por factores de riesgo en la infancia, tuvieron mayor probabilidad de problemas mentales en la adolescencia.
- Si se centran en el grupo que, expuesto a mayores factores de riesgo, superó la adversidad, se obtienen resultados muy similares a los de Hawai.

FACTORES PROTECTORES DINÁMICOS



FACTORES DE RIESGO TEMPRANOS

- Cuanto más temprano se produce el factor de riesgo, y se mantiene durante mayor tiempo, mayor incidencia y mayores factores de protección son necesarios para afrontarlo.
- Sin embargo, parece haber excepciones en factores de protección que aparecen en la adolescencia, como una pareja estable, un grupo de iguales positivo, o un adulto de referencia.
- “Me casé con esta mujer, y las cosas encontraron un camino mejor”

RESILIENCIA

La resiliencia como proceso o como resultado

- Enfoque hacia los resultados: factores como la autoestima, la salud mental o la competencia social pueden hacer que una persona tenga un funcionamiento adaptado en el día a día, aunque muestre estrés en determinados momentos.
- Enfoque hacia el proceso: énfasis en los mecanismos que actúan para mitigar el impacto, y que implican tanto reacciones individuales como factores de protección.

RESILIENCIA: CUESTIONES NO TRATADAS AÚN

- Con factores de protección, la mayoría de las personas superan las adversidades de corta duración.
- Con factores de riesgo intensos y continuos, solo una minoría es capaz de afrontarlos.
- En la infancia, los mayores factores de riesgo son los crónicos como la pobreza o los conflictos familiares. La mayoría muestra resiliencia ante factores agudos como el duelo.
- Solo se desarrolla la resiliencia cuando se expone a la persona a factores de riesgo a un nivel manejable. No se puede manejar la frustración si no se experimenta frustración.

ESTRATEGIAS PARA PROMOVER LA RESILIENCIA

1. Reducir la exposición al riesgo: por ejemplo, suministrar alimentos en la escuela, ofrecer clubs deportivos o para “hacer deberes” en el tiempo libre.
2. Interrumpir la reacción en cadena de factores de riesgo: por ejemplo ofreciendo alternativas de plazas para niños cuyos padres se separan.
3. Ofrecer experiencias positivas: por ejemplo, el divorcio de los padres puede proporcionar la oportunidad para establecer nuevas relaciones o asumir otras responsabilidades.

DISCUSIÓN

1. Desde tu propia experiencia... ¿crees que hay un aumento de la angustia psicológica en los jóvenes en los últimos 20 años?
2. ¿Crees que los adolescentes entienden la naturaleza del riesgo de la misma forma que los adultos?
3. ¿Crees que la exposición a un cierto riesgo es fundamental para el desarrollo en la adolescencia?
4. ¿Qué opinión te merecen las sugerencias para promover la resiliencia? ¿Se te ocurren otras?

... En medio del odio descubrí que había, dentro de mí, un amor invencible.

En medio de las lágrimas descubrí que había, dentro de mí, una sonrisa invencible.

En medio del caos descubrí que había, dentro de mí, una calma invencible. Me di cuenta a pesar de todo eso...

En medio del invierno descubrí que había, dentro de mí, un verano invencible.

Y eso me hace feliz. Porque esto dice que no importa lo duro que el mundo empuja contra mí; en mi interior hay algo más fuerte, algo mejor, empujando de vuelta.

Albert Camus