

# Empoderamiento y Resiliencia en el contexto de pobreza<sup>1</sup>

*Ps. Driceida Pérez R.  
Mgtr. Psicología Social-Comunitaria  
daperez3@uc.cl*

Dentro de la perspectiva de la Psicología Social-Comunitaria como lo es el desarrollo de la comunidad como estrategia de cambio social, se entiende que son necesarios la identificación y el desarrollo de los recursos y potencialidades de los miembros de la comunidad, para que sean capaces de empoderarse y poder resolver sus problemas, auto dirigirse con una visión crítica de lo que son y de lo que pueden ser, venciendo obstáculos limitantes. Nos referimos específicamente al empoderamiento de las personas, comunidades u organizaciones.

Rappaport (1981, 1987, citado en Montero, 2003), define empoderamiento como “el proceso mediante el cual personas, organizaciones y comunidades adquieren o potencian la capacidad de controlar o dominar sus propias vidas, o el manejo de asuntos y temas de interés” (p. 69).

Por su parte Zimmerman (2000) refiriéndose al empoderamiento psicológico señala que este incluye competencias, esfuerzos por ejercer el control y un entendimiento del entorno sociopolítico.

Zimmerman (2000) señala que las personas al asumir el control sobre sus vidas y tomar acciones para influenciar los distintos agentes que afectan su vida se están empoderando y tendrán como resultado de este proceso mejor autoestima, sentido de autoeficacia, autodeterminación personal, locus de control, confianza en sí mismo, etc. Estas son características de personas resilientes según los señala Lara, Martínez, Price, Penroz y Díaz (2000).

Desde hace mucho tiempo se ha venido observando que algunas personas a pesar de estar inmersas en situaciones severamente adversas, no sólo han logrado superar estas situaciones sino que las han transformado en recursos personales que les facilitan enfrentar de modo pro-activo los obstáculos cotidianos.

---

<sup>1</sup> Ensayo realizado en diciembre 2005.

Garmezy (1993, citado en Kotliarenco y Dueñas, 1994) señala que con frecuencia aparece la pregunta respecto de qué es aquello que caracteriza a las personas que a pesar de la experiencia vivida, muestran competencia funcional en su vida cotidiana, sea temporalmente, en su desarrollo o durante todo este.

Desde los años ochenta ha existido un creciente interés por tener información acerca de las personas que desarrollan competencias a pesar de haber sido criados y vivir en condiciones adversas. Para explicar este fenómeno se concluyó que el adjetivo resiliente tomado del inglés *resilient*, expresaba las características mencionadas anteriormente, y que el sustantivo “resiliencia” expresaba esa condición. Dicho de otra forma, se relaciona entonces el empoderamiento con la resiliencia como proceso y resultado.

La resiliencia da cuenta del mecanismo para lograr abrirse paso para un desarrollo sano y positivo, aún encontrándose en las condiciones adversas que, en este caso particular, implica el vivir en condiciones de pobreza extrema.

LÖesel, Blieneser y KÖferl en Brambing et al. (1989 citado en Kotliarenco, 1997) definen resiliencia como el enfrentamiento efectivo ante eventos y circunstancias de la vida severamente estresantes y acumulativos.

El término resiliencia, desde el punto de vista de las *ciencias sociales*, donde Grotberg (1995a citado en Castro, Muñoz, Vidal, y Villalón, 2002), señala que “la resiliencia es una capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad prevenir, minimizar o superar los efectos perjudiciales de la adversidad” (p. 28).

Empero, el ser resiliente no debe considerarse una condición estática, ya que puede variar a través del tiempo y las circunstancias, es decir, la resiliencia se sustenta en el proceso de interacción de la persona con el entorno.

Este fenómeno tiene bases tanto constitucionales como ambientales y el grado en el que este se manifiesta está sujeto a la edad, el contexto y a otras variables como el sexo (Rutter, 1990).

Rutter propone el enfoque psicobiológico, explicado en términos del análisis de la interacción que se da de forma recurrente entre las personas y el medio ambiente, y que destaca el rol activo de los individuos frente a lo que les sucede.

La resiliencia está relacionada con variaciones individuales en respuestas a factores de riesgos (Rutter, 1990). No está ligada a la fortaleza o debilidad constitucional de las personas, sino que incluye la reflexión respecto de cómo las distintas personas se ven afectadas por situaciones estresantes, o bien cómo reaccionan ante estos.

Si bien se entiende la resiliencia como una capacidad humana y universal que está presente en las distintas comunidades, etnias y culturas, se puede señalar que ésta tiene rasgos y características particulares de acuerdo a los diferentes contextos en que se manifiesta.

Estudios indican que aún cuando las personas en condiciones deficitarias pueden encontrar un camino de salida a sus problemas, se sabe que existen condiciones que son más difíciles que otras y, por tanto, dificultan en mayor grado el logro.

A la luz de diferentes investigaciones, es conocido que la situación de pobreza tiene efectos deterioradores, tanto en la salud física como mental de las personas. La literatura muestra evidencias empíricas respecto a los efectos deterioradores de la pobreza.

En este sentido, Rozas (1999), plantea que la pobreza extrema, es y ha sido considerada como uno de los obstáculos fundamentales para la integración social de las personas, debido a que al vivir en esta situación socioeconómica surgen aspectos significativos como la calidad de las relaciones al interior de la familia, las limitaciones y potencialidades del desarrollo de las personas en pobreza, y en el caso de la mujer, se suma la discriminación económica.

Se entiende que la pobreza está compuesta por factores distales y proximales (Kotliarenko, 2000). Entre los distales se incluyen los grupos sociales y los índices socioeconómicos. Por su parte, los proximales son los que tiene relación con la estructura, dinámica familiar y las características temperamentales de los individuos.

El concepto de pobreza se ha elaborado y medido en función de carencias o necesidades básicas insatisfechas, utilizando indicadores como la ingesta de alimentos, el nivel de ingresos, el acceso a salud, la educación y vivienda.

Feres (2001), señala que la definición de pobreza exige el análisis previo de la situación socioeconómica general de cada área o región, y de los patrones culturales que expresan el estilo de vida dominante en ella.

Para efectos de este ensayo se utiliza la definición de pobreza como “ingresos bajos o nulos; la falta de acceso a bienes y servicios provistos por el Estado, como seguridad social y salud, entre otros; la no propiedad de una vivienda y otro tipo de patrimonio; nulos o bajos niveles educativos y de capacitación, y la carencia de tiempo libre para actividades educativas, de recreación y descanso, todo lo cual se expresa en falta de autonomía y en redes familiares y sociales inexistentes o limitadas” (Arraigada, 2005, P.103).

La discriminación económica, en el caso de la mujer, nos lleva a pensar que el carácter subordinado de las mujeres en la sociedad, por ejemplo, limita sus posibilidades y hacen visible las exclusiones y desigualdades en el mercado laboral, lo cual a su vez las sumerge en mayor grado a la pobreza.

Sin embargo, aún viviendo en situaciones de extrema adversidad, las personas conservan su tendencia innata e inconsciente a la superación.

En este sentido, según (Kotliarenco, 2000), los hallazgos de estudios señalan que aún cuando un grupo en estudio corresponde al mayor nivel de pobreza, las conductas que manifestaron tener aproximadamente la mitad de las participantes en el estudio, presentaba en términos empíricos algunas incongruencias con lo que señalaba la literatura hace más de una década, en términos de los comportamientos de los sectores pobres.

Lara, Martínez, Price, Penroz y Díaz (2000), identifican las siguientes características de personas resilientes en el contexto de la pobreza:

- Buena auto imagen y alta valoración de sí mismos; sentimientos de autoeficacia; actitud cooperadora y segura; imaginativos y exitosos, poseen buenas relaciones interpersonales y al interior de la familia.
- Alta disposición al trabajo
- Alta motivación de logro
- Gran capacidad de resolver problemas, persistencia y esfuerzo.
- Actitud esperanzadora
- Tienen un objetivo, sentido de plan que guíe sus vidas
- Se perciben con importantes recursos psicológicos para enfrentar y mejorar sus condiciones de vida.

Por otro lado, Wolin y Wolin (1993, citado en Kotliarenco, Cáceres y Alvarez, 1996) señalan que existen siete características de personas resilientes. Estas características son:

- Introspección: estimada en la capacidad de auto examinarse internamente, plantearse situaciones difíciles y darse respuestas honestas. Esta se manifiesta como la sabiduría, la comprensión de sí mismo y de otras personas, con aceptación de las dificultades, sin culpar a los demás.
- Independencia: se refiere a la capacidad de establecer límites entre uno mismo y ambientes adversos. Se expresa en la aptitud para vivir en forma autónoma y de tomar decisiones por sí mismos.
- Capacidad de interacción: se refiere a la capacidad de establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas. Se manifiesta en la valoración hacia las relaciones interpersonales y la intimidad.
- Iniciativa: se refiere a la capacidad de hacerse cargo de problemas y ejercer control sobre ellos. Alude a la participación de proyectos comunitarios, sentimientos de autorrealización, capacidad de liderazgo y enfrentamiento a desafíos.
- Creatividad: corresponde a la capacidad de imponer orden, belleza y un propósito a las situaciones de dificultad. Las personas son capaces de componer y reconstruir.
- Moralidad: también conciencia moral. Es el deseo de una vida personal satisfactoria, amplia y con riqueza interior., discriminar entre lo bueno y lo malo.
- Sentido del humor: se refiere a la disposición del espíritu a la alegría, permite alejarse del foco de tensión, relativizar, positivizar, elaborar de modo lúdico. Reconoce el aspecto divertido, alegre.

Dentro de la perspectiva que ha adquirido la Psicología Social en Latinoamérica, enfocada hacia la promoción de la salud y el desarrollo del bienestar psicosocial, el creciente interés en torno al fenómeno de la resiliencia se ha constituido en un aporte teórico y empírico para el surgimiento y consolidación de esta nueva visión (Bernard & Marshall, 1977).

Algunos estudios señalan que en el contexto de instituciones sociales se encuentran estos ambientes favorables para el desarrollo integral de las personas, que son denominados factores protectores que promueven características de resiliencia. Bernard y

Marshall (1997), proponen que se ha dado un cambio en los servicios que ofrecen instituciones sociales a los usuarios, destacando una visión más activa capaz de fomentar condiciones y entornos que favorezcan el desarrollo integral de los individuos. En este sentido, se hace referencia a fomentar factores que promuevan el desarrollo de habilidades y potencialidades de las personas.

En las sociedades latinoamericanas, y en este caso en la sociedad chilena, existen vastos sectores que no han tenido una educación sistemática completa ni capacitación laboral adecuada, lo cual es parte de las privaciones en las que se encuentran sometidos los sectores pobres. En este contexto INFOCAP (una institución de orden social), propone una alternativa a los sectores marginales para que así puedan acceder a oportunidades de desarrollo integral (Morales & Searle, 2004).

El INFOCAP, Instituto de Formación y Capacitación Popular es una obra educativa de la Compañía de Jesús, cooperadora de la función educacional del Estado. Esta Institución tiene como finalidad plantear una estrategia integral de promoción, formación, capacitación y desarrollo dirigido a adultos de escasos recursos que viven en sectores urbanos, a través de programas de formación profesional para el trabajo y abiertos a sus necesidades de desarrollo personal, familiar, comunitario y de capacitación técnico laboral (Morales & Searle, 2004).

En décadas anteriores se utilizaba el término invulnerable, con el que se aludía a personas que parecían constitucionalmente tan fuertes que no cedían ante las presiones del estrés y la adversidad. Sin embargo, según Rutter, este concepto resulta confuso y equivocado ya que la resistencia al estrés es relativa, puesto que varía en el tiempo, y de acuerdo a la calidad del estímulo y circunstancias.

Actualmente, se utiliza de preferencia el concepto resiliencia. No obstante, Rutter (1990), ha definido vulnerabilidad y mecanismo protector como la capacidad de las personas para modificar las respuestas ante situaciones de riesgo. La vulnerabilidad da cuenta de una intensificación de la reacción de una persona frente a estímulos que en circunstancias normales conduce a una desadaptación, mientras que en las circunstancias que un factor actúa atenuando es el mecanismo protector. Esto es evidente sólo cuando se da la combinación con una variable de riesgo.

Entonces bajo distintas circunstancias una variable puede actuar en calidad de riesgo como en calidad de protector. Así por ejemplo, una persona que haya padecido una dura enfermedad de un hijo, ese hecho puede actuar como factor de protección en relación a otros hechos posteriores.

Rutter (1990), señala que es de vital importancia conocer los factores que actúan como protectores de las situaciones de adversidad. Según este mismo autor, el concepto de factores protectores se refiere a influencias que modifican, mejoran o logran cambiar las respuestas de la persona ante una amenaza que predispone un resultado no adaptativo.

Entonces, se puede decir que los factores protectores son las condiciones o los entornos, capaces de ayudar o favorecer a las personas o grupos, y en algunos casos, de disminuir los efectos de circunstancias desfavorables.

Rutter (1990), señala que es importante identificar los factores de riesgos y protección, en tanto estos permiten predecir resultados negativos o positivos.

Un factor protector puede no constituir un evento agradable, pero sin embargo en circunstancias diferentes ese evento puede fortalecer a las personas ante eventos similares.

Estos factores protectores manifiestan sus efectos ante la presencia posterior de algún agente estresor, cambiando la respuesta de la persona en sentido favorable o más adaptativo que lo esperable.

En relación a los factores protectores Munist, Santos, Kotliarenco, Suárez, Infante y Grotber (1998) señalan que se pueden distinguir entre factores externos e internos. Los externos se refieren a condiciones del medio que actúan disminuyendo la probabilidad de amenaza. Ejemplo de ellos: la familia extendida, apoyo de alguien significativo, o integración social y laboral. Los internos hacen alusión a atributos propios del individuo como por ejemplo: la autoestima, seguridad y confianza en sí mismo, facilidad para comunicarse, empatía.

Otros autores incluyen como factores protectores tanto los recursos personales como sociales con los que el individuo hace frente a situaciones difíciles.

En este sentido, Kotliarenco y Dueñas (1994) señalan que los factores protectores vinculados con los recursos personales incluirían; autonomía, independencia, capacidad empática, orientación hacia las tareas y factores temperamentales. Y los factores

relacionados con los recursos sociales se incluyen disponibilidad de sistemas de apoyo externo (apoyo informativo, apoyo material, apoyo emocional, apoyo valorativo) que refuercen los esfuerzos de las personas.

Personas que viven en situaciones de adversidad pueden efectivamente buscar e intentar encontrar y apoyarse en condiciones personales y sociales que les permitan ir superando las adversidades.

Arroyo y Henríquez (2003), encontraron que mujeres indigentes utilizaron una variedad de factores protectores. Estos factores son:

- Factores protectores de la personalidad (espíritu de superación, capacidad de enfrentamiento a la adversidad vinculado al desarrollo de habilidades sociales, capacidad reflexiva, capacidad para establecer vínculos y relaciones sociales).
- Factores protectores político – social (recursos y materiales proporcionados por el estado, ya sea vivienda social, salud o educación y servicios como cursos de capacitación y proyectos educativos).
- Factores protectores judiciales o legales (servicios de información o prestaciones de tipo legal o asistencia judicial proporcionada por organismos estatales de administración de justicia).
- Factores protectores técnicos (relación profesional y su contribución al desarrollo de nuevos aprendizajes, acompañamiento y motivación para superar situaciones adversas).

Es necesario considerar que instituciones sociales que funcionan como verdaderos factores protectores, a través de los años de labor han observado con preocupación que aún cuando se ofrece la oportunidad a las personas de los sectores marginales para su educación y desarrollo personal, estos en algunos casos presentan mayor dificultad. Es indispensable entonces continuar estudiando las causas posibles de estas dificultades y poder identificar que elementos pueden contribuir para que estas instituciones logren en mayor medida sus propósitos de fomentar condiciones favorecedoras del desarrollo psicosocial, y retomar lo que Castro, Muñoz, Vidal y Villalón (2002), señalan cuando dicen que dinámicas observadas al interior de una institución social constituyen factores protectores que promueven características de resiliencia, contribuyen a empoderar a los sujetos.

## Bibliografía

Arriagada, I. (2005). Dimensiones de la pobreza y políticas desde una perspectiva de género. *Revista de la CEPAL* (Comisión Económica para América Latina y el Caribe) 85, 101 – 113. Santiago, Chile.

Arroyo, E. y Henríquez, E. (2003). Estrategias de Resiliencia y Factores Protectores en Mujeres jefas de Hogar Indigentes de la ciudad de Los Ángeles. *Revista de Trabajo Social*, 72, 143 – 152.

Bernard, B. & Marshall, K. (1997). A Framework for practice: Tapping Innate resilience [Un marco de trabajo para la práctica: sacando la resiliencia innata]. *Research/Practice*, Obtenido el 12 de Mayo, 2006 de <http://www.education.umn.edu/carei/Reports/Rpractice/Spring97/framework.htm>.

Castro.V, Muñoz, S., Vidal, C. Y Villalón, A. (2002). Promoción de Comportamientos Resilientes en Pre-adolescentes: Un estudio descriptivo de actividades y experiencias protectoras al interior de una institución social. *Revista de Psicología Universidad de Valparaíso*. 2, 11 – 31.

Feres, J. (2001). Estudios estadísticos y prospectivos: *La Pobreza en Chile en el año 2000*. Serie 14. Extraído el 21 Abril, 2006 de [www.eclac.cl/publicaciones/Estadisticas/1/LC1551p/lcl1551e.pdf](http://www.eclac.cl/publicaciones/Estadisticas/1/LC1551p/lcl1551e.pdf).

Kotliarenco, M. y Dueñas, V. (1994) Vulnerabilidad Versus Resilience: Una Propuesta Educativa. Notas sobre Resiliencia. *Serie de Documentos de Trabajo* (1), Santiago, Chile: CEANIM, MAK Consultora.

Kotliarenco, M., Cáceres, I. y Álvarez, C. (abril, 1996). La pobreza desde la Mirada de la Resiliencia. *Construyendo en adversidad*, CEANIM, Santiago, Chile.

Kotliarenco, M.A. (1997). El concepto de resiliencia: palabras introductorias. En Resiliencia e intervención educativa y psicosocial. *Serie de Documentos de Trabajo* (10), Santiago, Chile: MAK Consultora.

Kotliarenco, M.A. (2000). La Heterogeneidad de la Pobreza como una ventana para el surgimiento de la Resiliencia. *Revista Psikhe*, 9, 77- 90.

Lara, E., Martínez, C., Price, M., Penroz, K. y Díaz, P. *Resiliencia: la esencia humana de la transformación frente a la adversidad*.(Concepción, Nov. Del 2000).

Montero, M. (2003). El fortalecimiento en la comunidad. En M. Montero, *Teoría y práctica de la psicología social comunitaria* (pp. 59 – 91). Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Morales, M. y Searle, M. (2004). Estudio exploratorio de las políticas y operatorias de INFOCAP: mirada desde la deserción y retención de los alumnos del programa de capacitación en oficio. Tesis para optar al Título Profesional de Trabajo Social, Escuela de Trabajo Social, Pontificia Universidad Católica de Chile, Santiago, Chile.

Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M., Suárez, E., Infante, F. y Grotberg, E. (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. *Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud, fundación W.K.* , Agencia Sueca para el Desarrollo Internacional (ASDI).

Rozas, G. (1999). Familia y pobreza dura. *Revista de psicología*, Depto. de Psicología, Universidad de Chile, Vol VIII, 81 - 92.

Rutter, M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanisms. En J., Rolf, A., Masten, D., Cicchetti, K., Nuechterlein, & S., Weintraub. (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology*. Cambridge University Press.

Zimmerman, M. (2000). Empowerment theory. En J. Rappaport & E. Seidman (Eds. ), *Handbook of Community Psychology* (pp. 43-63). New York, NY: Kluwer.