

EL ENFOQUE DE FORTALEZAS EN TRABAJO SOCIAL

ALMUDENA JUÁREZ Y SANTA LÁZARO¹

RESUMEN: En el ámbito del Trabajo Social están adquiriendo fuerza nuevos enfoques que ponen el foco en las fortalezas de las personas. El éxito de su impronta radica en la adecuación que tienen dichos enfoques a los planteamientos vertebradores del Trabajo Social como disciplina y profesión. El enfoque centrado en las fortalezas, el empoderamiento y la resiliencia aportan un nuevo escenario de comprensión y de guía sobre cómo entender, trabajar y valorar los procesos de cambio trabajando conjuntamente con las personas en los procesos de intervención, lo que constituye un cambio de mirada sobre la realidad de las personas y su entorno. En este artículo se presentan estos conceptos y se revisan algunas implicaciones para su aplicación en la práctica profesional.

PALABRAS CLAVE: Trabajo Social, fortalezas, empoderamiento, resiliencia.

The focus on strengths in social work

ABSTRACT: In the area of social work, approaches that place an emphasis on people's strengths are becoming increasingly important. This success owes much to their ability to contribute to reinforcing the profile of Social Work as both a discipline and a career. The focus on strengths, empowerment and resilience provides a new scenario that can help practitioners better implement and assess processes of change while working with people in intervention processes, and hence offers a fresh perspective on people and their environment. This article discusses these concepts and assesses some of their implications in professional practice.

KEY WORDS: Social Work, strengths, empowerment, resilience.

¹ Profesoras de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales. Departamento de Sociología y Trabajo Social. Universidad Pontificia Comillas. Madrid. E-mail: slazaro@chs.upcomillas.es y juarez@chs.upcomillas.es

1. INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, el concepto de empoderamiento y el enfoque centrado en fortalezas, han captado la atención de numerosas profesiones de ayuda, entre las que se cuenta el Trabajo Social (Addams, 2006; Cattaneo y Chapman, 2010, Saleebey, 2001). La principal aportación de estos conceptos es la transmisión de una mirada positiva sobre los individuos, que resalta sus fortalezas y alienta y promueve acciones orientadas a lograr un cambio en la vida de los individuos y su comunidad (Rivest y Moreau, 2014).

La Federación Internacional de Trabajadores Sociales (FITS) propuso en su Asamblea de Montreal en julio del año 2000, una definición del Trabajo Social que plantea que «promueve el cambio social, la resolución de problemas en las relaciones humanas y el fortalecimiento y liberación del pueblo para incrementar el bienestar. Mediante la utilización de teorías sobre comportamiento humano y los sistemas sociales, el trabajo social interviene en los puntos en los que las personas interactúan con su entorno. Los principios de los Derechos Humanos y la Justicia Social son fundamentales para el trabajo social»². Así, la FITS señala que la misión del Trabajo Social es la de facilitar que todas las personas desarrollen plenamente sus potencialidades, y enriquezcan sus vidas así como trabajar para la prevención de las disfunciones.

El enfoque centrado en fortalezas y en el empoderamiento, se alinea claramente con este planteamiento sobre la finalidad del Trabajo Social que considera que los trabajadores sociales son agentes de cambio en la sociedad y en las vidas de las personas, familias y comunidades con las que trabajan. Implica para los profesionales «volver a inventar su práctica y sus percepciones de determinados problemas» (Smale y Tutson, 2003).

2. EL EMPODERAMIENTO EN TRABAJO SOCIAL

Como señalan algunos autores (Rivest y Moreau, 2014), incluso antes de su profesionalización, la práctica del trabajo social hizo suya la búsqueda de la justicia social. Para alcanzar esta meta ha vivido en una tensión constante entre diferentes concepciones de su acción, fluctuando entre aquellas más conservadoras o las más orientadas hacia la toma de conciencia de las injusticias sociales y la desigualdad. El empoderamiento surge como marco o encuadre de una forma de entender el Trabajo Social que, surgiendo como

² <http://www.ifsw.org/p38000377.html>

un eco a los movimientos sociales y de derechos civiles de la década de 1960 y 1970, trató de atajar ciertas actitudes paternalistas e infantilizadoras que habían sido atribuidas al trabajo social, con una visión clara de los necesarios cambios sociales (Rivest y Moreau, 2014).

Solomon (1976), es conocida por haber introducido el concepto de empoderamiento en el campo del Trabajo Social, que se concreta en sus inicios en el trabajo social en las comunidades afroamericanas. Esta autora define el empoderamiento como: «proceso mediante el cual, personas que han pertenecido a lo largo de su vida a categorías sociales estigmatizadas, son ayudadas a desarrollar y aumentar sus habilidades, para ejercer su influencia personal y desempeñar roles sociales más valorados». El objetivo es que las personas puedan percibir el poder que ellas mismas tienen para resolver sus problemas e influir en cambios sociales y políticos.

En su obra *Black Empowerment* (1976), trasciende a las dimensiones personales, interpersonales, sistémicas y comunitarias del concepto de empoderamiento y ofrece una visión de una sociedad en la que todas las personas tengan acceso a los «valiosos papeles sociales» ya que el empoderamiento no se detiene en el nivel personal: el objetivo final es mejorar las condiciones de vida de las generaciones presentes y futuras, para ayudar a crear una sociedad donde la discriminación y las situaciones que han dado lugar a un aumento de la falta de poder entre los individuos y grupos en comunidades negras ya no son una realidad.

En la misma línea Trevithick (2002) plantea que el empoderamiento en Trabajo Social consiste en «dar a las personas una alternativa coherente y opciones valiosas para que consigan un mayor control sobre sus vidas y circunstancias».

Algunos autores señalan cómo el concepto de empoderamiento integra distintas dimensiones entendidas como posibles manifestaciones o expresiones del poder adquirido por los individuos.

Lorraine Gutiérrez (1998), a partir de su trabajo con mujeres indígenas norteamericanas, distingue tres dimensiones en el empoderamiento, entendido como el proceso de adquisición de poder: poder personal, poder en las relaciones sociales y poder en la sociedad.

Veneklasen y Miller (2002) distinguen entre el poder «sobre», el poder «con», el poder «para» y el poder «dentro». En el caso del Trabajo Social estas dos últimas formas de poder son las más útiles e interesantes ya que visualizan el potencial de cada persona para moldear su vida y su mundo y la capacidad para imaginar y esperar una reafirmación del valor que tienen como personas. La promoción del *poder dentro* supone el auto-conocimiento, auto-estima, auto-realización y conciencia crítica de las personas en una relación de respeto con las demás, está relacionado con la dignidad, la

justicia social y el bien común. Ayuda a reafirmar el valor propio/personal y reconocer su *poder con* y *para*; supone encontrar espacios comunes para construir la fuerza colectiva, y que se apoya en la promoción de redes y alianzas. Se basa en el apoyo mutuo, la solidaridad y la colaboración, así como, en el respeto a la diferencia. La promoción del *poder para* abre las posibilidades para las acciones colectivas o *poder con*. Para que los esfuerzos obtengan incidencia, tienen que abordar y nutrir el poder de la gente para actuar (Aranguren, 2014).

Para Lorente (2003), en sus análisis sobre el proceso de empoderamiento vinculado al género y al Trabajo Social, el empoderamiento consiste «en que sean los propios afectados los que tienen el derecho de valorar y dimensionar la magnitud de los cambios que deseen incorporar en sus vidas». Esta autora recoge la propuesta de Kaaber (1997) que establece tres niveles de intervención para promover el empoderamiento: El *empoderamiento desde dentro*, el *empoderamiento con*, y el *empoderamiento para*. El primero supone trabajar identificando las necesidades y prioridades de las personas para mejorar sus vidas materialmente así como ayudándolas a analizar sus vidas desde otras perspectivas. El *empoderamiento con* incide en dar prioridad a las alianzas y la solidaridad e implica ayudar a las personas a tomar conciencia de la dimensión colectiva de sus vivencias y a proporcionarles habilidades de análisis, solidaridad y redes relacionales. Finalmente, desarrollar el *poder para* implica trabajar para vincular a las personas y los grupos con otros colectivos que también padecen procesos de exclusión, apoyando y promocionando sus iniciativas de organización

3. EL TRABAJO SOCIAL CENTRADO EN LAS FORTALEZAS

Saleebey (2001) plantea que la perspectiva centrada en fortalezas supone un alejamiento profundo, una reinención de las prácticas profesionales convencionales del Trabajo Social, que han de centrar su foco de atención en ayudar a descubrir y realzar, explorar y explotar las fortalezas de las personas y sus recursos, con el fin de ayudarles a lograr sus metas, hacer realidad sus sueños y deshacerse del lastre de sus inhibiciones, dudas y opresión social.

Exige de los profesionales el esfuerzo de ver de forma diferente a las personas, a sus entornos y contextos y a las situaciones concretas que viven y afrontan. Supone un alejamiento radical de la práctica del Trabajo Social que se centra en la identificación de los problemas como carencias, sino que,

bien al contrario, trata de analizarlos como oportunidades de aprendizaje, de crecimiento y como momentos de evolución.

Para Saleebey (2001) algunos de los principios que orientan el Trabajo Social centrado en las fortalezas son los siguientes:

- Cada individuo, grupo, familia y comunidad tiene fortalezas, entendidas como posibilidades, recursos, experiencia, sabiduría y conocimientos.
- Las experiencias negativas, las luchas y conflictos vividos, pueden ser dolorosos, pero son también origen del cambio y de la oportunidad.
- Las aspiraciones de crecimiento y cambio de los individuos, los grupos y las comunidades son la base de la intervención y han de ser consideradas seriamente por el profesional.
- El mejor servicio o atención que un trabajador social puede prestar se fundamenta en la colaboración estrecha con las aspiraciones de las personas.
- Todas las personas tienen recursos que pueden ser compartidos con otros que lo necesitan: conocimiento, auxilio, capacidad, tiempo, etc., que no son necesariamente bienes materiales o institucionalizados.
- Es preciso que los trabajadores sociales sean conscientes de su desconocimiento acerca de las fortalezas y límites de las personas, como base para una actitud de apertura y aprendizaje.
- La acción de los trabajadores sociales ha de basarse en la alianza con las personas, con sus esperanzas, visiones y valores.

En el desarrollo de un modelo de Trabajo Social centrado en las fortalezas a la intervención con perspectiva de empoderamiento, cobran protagonismo distintos conceptos que contribuyen a dotarlo de estructura, ya que permiten identificar distintas categorías de comportamientos y rasgos con los que las personas hacen frente a las situaciones y contextos de dificultad y que están presentes en el proceso de intervención que se desarrolla en el Trabajo Social. Entre ellos se encuentra el concepto de Resiliencia.

4. RESILIENCIA

«El enfoque de la resiliencia surge a partir de los esfuerzos por entender las causas y la evolución de la psicopatología» (Infante, 2001). Los primeros estudios en esta línea fueron los realizados hace poco más de medio siglo por Emmy Werner y Ruth Smith. En España el término resiliencia es una castellanización de la palabra inglesa *resilience* cuyo significado es elasticidad.

Si se acude a la etimología del término, encontramos que proviene del latín «resilio» que se traduce por saltar hacia atrás, volver a saltar, rebotar. Este concepto no es exclusivo de ninguna ciencia o disciplina, es más, muchas son las que contribuyen a su formación, desarrollo y consolidación. Para Richardson (Villalba 2004) son muchas las disciplinas que añaden comprensión a la naturaleza de la resiliencia (filosofía, psicología, medicina oriental, neurociencias, etc.) y la consideran una metateoría que puede atraer a las profesiones de ayuda porque, por una parte, no es una teoría orientada a los problemas y, por otra, porque permite a los profesionales explorar otros orígenes, por ejemplo los espirituales, que ayudan a las personas. Esta idea puede ser una clave para entender la utilidad de la resiliencia para el Trabajo Social y por ende su importancia como motor del empoderamiento.

Aunque Vanistendael (2005) plantea que como la resiliencia no es un objeto físico que se pueda medir sino una realidad humana, no se debe perder mucho en tiempo en buscar una definición exacta, sino que se deben emplear los esfuerzos en apreciar y sentir como esta realidad humana que es la resiliencia «se enraiza en la vida», la definición de Gotberg (1995) es una de las más difundidas dentro de la literatura sobre el tema y es definida como *la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas*.

Forés y Grané (2008:38) señalan como características de la resiliencia que es un proceso³, que puede ser promovido a lo largo del ciclo de la vida, que no se trata de un atributo estrictamente personal, ya que la resiliencia está asociada a características individuales y sociales, que está vinculada al desarrollo y crecimiento humano dado que evoluciona a través de las fases que configuran el ciclo vital, y que no constituye un estado definitivo porque nunca es absoluta o total. Hay que tener presente que ante circunstancias aparentemente similares se pueden dar reacciones subjetivas distintas y no mostrarse resiliente, que tiene que ver con los procesos de reconstrucción, que tiene como componente básico la dimensión comunitaria, que considera a la persona como única y que reconoce el valor de la imperfección. Queda por tanto claro, que todo ser humano tiene la capacidad para expresar resiliencia, es algo consustancial al ser humano aunque no siempre esta capacidad esté activa.

En la mayoría de las definiciones que existen del término resiliencia (Werner, 1982; Garmezy, 1991; Rutter, 1992, Vanistendael, 1994; ICCB⁴, 1994; Grotberg, 1995; Masten, 1999 y Luthar y otros, 2000) incorporan en

³ *Un proceso al que se podrían añadir los calificativos de fluido y dinámico, ya que está formado por una interrelación de elementos con posibilidad de múltiples combinaciones entre ellos en función de las circunstancias y los sujetos.*

⁴ Institute on Child Resilience and family.

sus enunciados la existencia de unas circunstancias difíciles, eventos estresantes o adversidades que el individuo debe superar a lo largo de su vida. Está claro por tanto que la razón y el punto de partida de la resiliencia es la existencia de una adversidad, un acontecimiento desestabilizador al que el individuo tiene que hacer frente y para ello tiene que movilizar todos los recursos que tenga a su alcance.

La riqueza de la resiliencia radica en la superación de la adversidad, pero también en la transformación y el crecimiento que las personas pueden experimentar tras sucesos adversos, un proceso que vislumbra un sentido nuevo a la vida, esa metáfora de las posibilidades de la que Forés y Grané (2008) nos hablan, ese realismo de la esperanza del que habla Vanistendael (2002).

Son varios los autores que han focalizado su atención en definir los cambios que se producen en ese «después». Calhoun y Tedeschi (Vera, 2006:45 y Vázquez 2009: 387-388) dividen en tres categorías el crecimiento postraumático que pueden experimentar las personas; cambios en uno mismo, cambios en las relaciones interpersonales y cambios en la espiritualidad y en la filosofía de vida:

- *Cambios en uno mismo*: es común que se produzca un aumento de la confianza en las capacidades para afrontar cualquier adversidad que existe en el futuro.
- *Cambios en las relaciones interpersonales*: muchas personas ven fortalecidas sus relaciones con otras personas a raíz de la vivencia de una experiencia traumática. Muchas familias y parejas y familias enfrentadas a situaciones adversas dicen sentirse más unidas que antes del suceso. También hacer frente a una adversidad promueve conductas de ayuda al activar en las personas sentimiento de empatía hacia el sufrimiento ajeno.
- *Cambios en la espiritualidad y en la filosofía de la vida*: es el tipo de cambio más frecuente según Vera, C. ya que el paso por la experiencia traumática suele cambiar la escala de valores de las personas e incluso apreciar el valor de cosas que antes se obviaban o se daban por supuestas.

Para Puig y Rubio (2011) esta nueva etapa de la vida que renace tras el caos o neodesarrollo se definiría por los siguientes aspectos:

- *Mejora en la posición social*, entendida como aumento del reconocimiento social y relaciones positivas con los demás. En esta nueva etapa en la vida los individuos están en disposición de afrontar nuevos retos y metas.
- *Satisfacción personal*, en el trabajo y en otros papeles que desempeñe, ligado a un sentimiento de optimismo. Se produce un aumento en la

confianza de nuestras capacidades para afrontar adversidades en el futuro.

- *Un sentimiento de utilidad*, de trascender al otro, se ven fortalecidas las relaciones con otras personas.
- *Darle significado al sufrimiento*, darle un sentido a una experiencia, a priori negativa. Este es un elemento clave de la resiliencia, aceptar que la tragedia es parte inevitable de la vida. Recuperar e incluso aumentar la fortaleza moral.

LOS PILARES DE LA RESILIENCIA

Después de exponer las peculiaridades del proceso de resiliencia es prioritario pasar a explorar las capacidades que hacen posible que las personas se encuentren en mejor disponibilidad de afrontar de forma exitosa las adversidades de la vida. Estas capacidades pertenecen al ámbito individual de los sujetos pero no son innatas o son generadas exclusivamente por los individuos, sino que se desarrollan y se construyen en interacción con los otros; padres, amigos, instituciones educativas, grupos de pertenencia, etc., en definitiva son potenciadas o minimizadas por el contexto social y cultural.

En la resiliencia se conjuga lo individual y lo social, lo que el individuo lleva en sí mismo, su personalidad, sus capacidades y fortalezas a lo que se suma lo que el ambiente le proporciona, complementa, capacita y fortalece.

Estos individuos que presentan una personalidad resistente o resiliente cuentan con unas fortalezas intrapsíquicas, consideradas como «aquellos recursos internos de cada persona, que pueden ser fortalecidos en su interacción con el ambiente, que conforman su personalidad y les protegen frente a la adversidad» (Lemaître y Puig, 2004).

De la definición anterior hay que resaltar dos cuestiones fundamentales, que la existencia de estos recursos internos por sí solos no garantiza la protección frente a la adversidad y que el medio y por ende la interacción con el mismo juega un importante papel. Estos pilares van evolucionando conforme lo hace el individuo y en las diferentes etapas del ciclo vital pueden manifestarse de forma diferente.

Estas fortalezas intrapsíquicas, son lo que Werner definió como *atributos de disposición*, lo que configuraba la esencia misma del individuo y lo que los Wolin (1993)⁵ describieron como PILARES DE RESILIENCIA, aquellas

⁵ Los Wolin han sido los autores que más difusión han tenido con su identificación de siete pilares de la resiliencia en sus investigaciones, que evolucionan a través

características que aparecían con mayor frecuencia en quienes han demostrado condiciones de resiliencia (Puig y Rubio, 2011).

Muchos son los autores que han elaborado sus listas de rasgos o pilares (Grotberg, 1996, Wolin&Wolin, 1993, Munist y col., 1998, Suarez Ojeda, 2001, Rojas Marcos, 2010) encontrando entre los que existe mayor acuerdo los siguientes: interacción/relación, iniciativa, creatividad, humor, moralidad, independencia/autonomía, introspección, comunicación y autoestima. Se expone brevemente a continuación a qué capacidad hacen referencia cada uno de ellos y cómo se construyen.

1. *Interacción/Relación*

Entendido como la capacidad de crear vínculos íntimos y fuertes con otras personas, hace referencia a la habilidad con que cuentan las personas para establecer lazos íntimos y satisfactorios con los demás, a su capacidad para poder entregarse a los demás. Autores como Grotberg (2006) lo definen como empatía y Rojas Marcos (2010) como conexiones afectivas.

Comienza a fraguarse desde los comienzos de la vida ya que la forma de expresar y satisfacer la necesidad vital de establecer lazos afectivos con los demás se desarrolla a lo largo de la infancia y de la adolescencia de acuerdo al temperamento y al impacto de las experiencias con los progenitores y otras personas significativas del entorno (Rojas Marcos, 2010). Es una constante en las vidas de las personas el deseo de sentirse queridos por los demás, vinculados con los otros, apoyados, cuidados, y a la vez ser capaces de hacérselo sentir a otros.

Es habitual encontrar en la literatura de la resiliencia referencias a estudios que constatan como aquellas personas que se sienten parte de una familia o de un grupo de amistades muestran un nivel de resiliencia mayor que los que carecen de apoyos emocionales o viven desconectados de una red social.

En los niños, se expresa como una facilidad para conectarse, para ser querido. En los adolescentes, se manifiesta en la habilidad para reclutar pares y de establecer redes sociales de apoyo. En los adultos esta capacidad se manifiesta en la valoración hacia las relaciones interpersonales, la intimidad y los rituales (Lemaître y Puig, 2004).

de cada una de las etapas del desarrollo de la persona, adaptando distintas manifestaciones en cada una de ellas.

2. *Iniciativa*

Lemaître y Puig (2004) señalan que la mayoría de los autores definen este rasgo como la tendencia a exigirse a uno mismo y a ponerse a prueba en situaciones cada vez más exigentes. En algunos casos se incluye el matiz que gira hacia la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos.

Para Grotberg (2006) es la capacidad de y la voluntad de hacer cosas. Se comienza a desarrollar entre los cuatro y cinco años y para esta autora lo importante no es si se logra o no el objetivo sino la voluntad de probar, que es lo que genera iniciativa.

En los niños se refleja en las conductas de exploración y actividades constructivas. En la adolescencia, aparece en la inclinación al estudio, la práctica de deportes y actividades extraescolares como hobbies, trabajos voluntarios y capacidad de explorar y optar por ideales fuertes y coherentes. En los adultos, se habla de generatividad, que alude a la participación de proyectos comunitarios, sentimientos de autorrealización, capacidad de liderazgo y enfrentamiento de desafíos (Lemaître y Puig, 2004).

3. *Creatividad*

Se entiende como la capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. También se señala como una cualidad del funcionamiento de la mente humana, como la capacidad de pensar sobre los propios pensamientos que lleva a generar nuevos conceptos, hipótesis, apreciaciones y posibilidades de acción con lo que se incrementa sustancialmente la capacidad de desenvolverse en el mundo.

Durante la niñez, esta capacidad se expresa en la creación de juegos que permitan revertir la soledad, el miedo, la rabia y la desesperanza. En la adolescencia, se refleja en el desarrollo de actividades artísticas como escribir, pintar, bailar, producir artes. Los adultos creativos son aquellos capaces de componer, construir, reconstruir y forjar (Lemaître y Puig, 2004).

4. *Humor*

Se entiende como la capacidad para ver lo absurdo en los problemas y dolores, para encontrar lo cómico en la propia tragedia. Se resalta cómo el humor permite mantener una actitud estable frente a la vida y a los demás, ya que ayuda a observarse a través de una conciencia crítica neutralizada alejada de lo apocalíptico o dramático y a aceptar las limitaciones.

Vanistendael (2002) habla de un humor constructivo, que se distingue de la ironía o el sarcasmo.

En la niñez, se desarrolla a través del juego. En la adolescencia, se desarrolla por su capacidad de reír, de moldearse y de jugar. En el adulto, reconoce el aspecto divertido, alegre y lúdico (Lemaître y Puig, 2004).

El humor se muestra como un elemento muy útil en la resiliencia. A través del humor se llega a relativizar los problemas, a descubrir aspectos positivos que no identificados en la realidad, al afianzamiento de las relaciones con los demás y a la revelación del sentido vital.

Para Forés y Grané (2007) es la capacidad de conservar la sonrisa ante cualquier adversidad. La entienden como el equilibrio o el estado de madurez entre la euforia y la depresión. Para estos autores una persona con sentido del humor es una persona equilibrada, que se permite construir sus relaciones y sus vínculos desde la relativización. En momentos de importantes golpes existenciales puede funcionar como antídoto, ya que permite trascender la circunstancia concreta y crear distancia entre el problema y la persona. El humor se puede convertir en un medio para encontrarse de nuevo, para salir de la oscuridad de la adversidad.

5. *Moralidad*

También se entiende como conciencia moral y abarca dos variables fundamentales; la capacidad de desearles a otros el mismo bien que se desea para uno mismo, y al mismo tiempo la capacidad de comprometerse con valores específicos.

En los niños esto se manifiesta en que son capaces de hacer juicios morales desde muy temprana edad, de discriminar entre lo bueno y lo malo. En la adolescencia se caracteriza por el desarrollo de valores propios y establecer juicios de forma independiente de los padres. Además, se desarrolla el sentido de la lealtad y la compasión. En la adultez, se manifiesta como la capacidad de servicio y entrega hacia los demás (Lemaître y Puig, 2004).

6. *Independencia/Autonomía*

Este pilar se refiere a la capacidad para fijar los propios límites en relación con un medio problemático, para mantener distancia física y emocional con respecto a un problema, sin llegar a caer en el aislamiento. Tiene mucha relación con un adecuado desarrollo del principio de realidad (poder juzgar una situación sin dejarse influir por lo que se desea) y con la posibilidad de tomar decisiones por sí mismos.

Según Grotberg (2006), comienza a desarrollarse a los dos años de edad cuando el niño se da cuenta de que es alguien separado de los que tiene a su

alrededor y que la gente responde a lo que él hace o dice. Aquellos individuos que vivieron en hogares donde las expresiones de autonomía eran reprimidas o castigadas suelen recurrir a alguien más poderoso o de su confianza para que les resuelva sus problemas o tome sus decisiones. La autonomía y la confianza como factores resilientes van unidas en muchas ocasiones.

En la niñez, esta capacidad se expresa manteniéndose alejado de las situaciones conflictivamente complejas o dudosas (positivas o negativas). En la adolescencia, la independencia se manifiesta en conductas como no involucrarse en situaciones conflictivas, en el sentido de no contar con elementos para decidir o resolver, o responder. En la adultez, esta capacidad se expresa en la aptitud para vivir en forma autónoma y de tomar decisiones por sí mismo (Lemaître y Puig, 2004).

7. *Perspicacia (Insight)/ Introspección*

Se entiende como la capacidad para observar y observarse a uno mismo simultáneamente, para hacerse preguntas difíciles y darse respuestas honestas. Se entiende por tanto como la capacidad para examinarse internamente, preguntarse cuestiones difíciles (preguntas, conflictos, metas, etc.) y darse respuestas honestas.

Para Rojas Marcos (2010), la introspección es un componente fundamental de lo que denomina las funciones ejecutivas que se encargan de gobernar los pensamientos, las emociones, las conductas, de examinar y evaluar las circunstancias, de tomar las decisiones y poder alcanzar las metas marcadas. Gracias a ella se adquiere el conocimiento de uno mismo y permite configurar una visión realista de los talentos, recursos y defectos con lo que se incrementa la probabilidad de acierto en la toma de decisiones.

Durante la niñez, la introspección se manifestará como la capacidad de intuir que alguien o algo no está bien en su familia. Los niños resilientes son capaces de contrarrestar la reflexión distorsionada de la familia, situar el problema donde corresponda, reduciendo la ansiedad y la culpa. Durante la adolescencia, la introspección corresponde a la capacidad de conocer, de saber lo que pasa a su alrededor y es fundamental para comprender las situaciones y adaptarse a ellas. En la adultez, se manifiesta como la sabiduría, la comprensión de sí mismo y de otras personas, con aceptación de las dificultades, sin culpar a los demás (Lemaître y Puig, 2004).

8. *Comunicación*

Se suele definir como la capacidad de relacionarse, la habilidad para establecer lazos e intimidad con otras gentes para balancear la propia

necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros. Esta definición se relaciona estrechamente con la de interacción/relación, ya que la comunicación es un elemento indispensable para establecer relaciones interpersonales.

9. *Autoestima*

Podría definirse como la imagen que las personas tienen de sí mismas, y hay algunos autores que la entienden como el resultado de la suma de otros pilares. Así, por ejemplo, Lemaître y Puig (2004) establecen como hipótesis de trabajo que cualquier intervención encaminada a mejorar los pilares de la resiliencia tendrá como consecuencia una mejora en la autoestima. Implica también la consideración de respeto y de dignidad personal.

A través de estos pilares se constata que la resiliencia es un proceso inherente a la vida, relacionado con la evolución física y psíquica del individuo y las condiciones internas y externas en que esta evolución se produce. Esta condición conduce a considerar que la resiliencia implica adoptar una perspectiva centrada en las fortalezas, confiada en la capacidad de transformación de la vida de las personas.

Forés y Grané (2008) sintetizan este tema expresando que la nueva mirada que supone la resiliencia se traduce en tres giros; en primer lugar, un giro epistemológico que hace referencia al cambio en nuestra concepción de futuro: «el futuro no es un regalo, más bien una conquista»; en segundo lugar, un giro antropológico que tiene relación con un cambio en nuestra manera de concebir la condición humana: «nacemos para cambiar, los seres humanos son proyectos inacabados que se reescriben continuamente»; y, finalmente, un giro metodológico que transforma la concepción de la intervención ya sea social, educativa o sanitaria. Entendiendo que «es necesario apostar por una manera de hacer más apreciativa y menos deficitaria».

Implica un cambio de mirada para todos los profesionales que trabajan para el desarrollo integral de la persona y adoptan una perspectiva globalizadora, lo que se aplica especialmente al Trabajo Social. Supone el abandono de un modelo centrado en el problema a otro centrado en las fortalezas que todo individuo posee aunque las desconozca, así como en los elementos de protección externos que su entorno le ofrezca.

5. CONCLUSIONES

Actualmente en el Trabajo Social ha surgido una inquietud por desarrollar modelos teóricos y prácticas de intervención que permitan trabajar con

las personas y sus problemas adoptando una visión diferente de los mismos, con una perspectiva que no adopta la óptica de los déficits y las carencias, sino que los aborde desde las capacidades, los talentos, las competencias, las esperanzas y los valores de los individuos, dando prioridad a sus percepciones y voluntades. El enfoque centrado en fortalezas, y los conceptos de empoderamiento y resiliencia se configuran como interesantes anclajes teóricos para materializar estos cambios.

Estos conceptos abren nuevas perspectivas de intervención aportando marcos de comprensión de los receptores de los servicios y la acción profesional, como individuos capaces de realizar sus propios procesos de toma de decisiones, y que cuentan, a veces sin ser conscientes de ello, con el potencial personal necesario para orientar el cambio en la dirección deseada.

Así, se reinterpreta el concepto de poder, no como algo solamente dado desde lo externo, sino que emerge, se desarrolla y adquiere con el protagonismo del individuo. Las personas trabajan por ganar el control de sus vidas realizando importantes esfuerzos personales. Cuentan para ello con la ayuda de los demás, de forma específica, en el caso que nos ocupa, con la acción profesional de los trabajadores sociales.

El empoderamiento implica el cambio de un estado pasivo a uno activo y se configura como proceso interactivo que se produce entre el individuo y su entorno, donde se hace frente a las frustraciones y se lucha por contrarrestar la influencia negativa del medio. Supone un proceso de cambio interno y externo, el primero vinculado a la creencia de la persona en su propia capacidad de tomar decisiones y resolver sus propios problemas. El cambio externo se manifiesta en la capacidad de actuar y poner en práctica los conocimientos, la información, las habilidades, las capacidades y los demás recursos nuevos adquiridos en el curso del proceso (Gutiérrez, Parsons & Cox, 1988).

Entre los conceptos relacionados con el enfoque centrado en las fortalezas, destaca el de la resiliencia, que es también uno de los aspectos más desarrollados en las últimas décadas en el marco de la corriente denominada de Psicología Positiva. Una de las definiciones más divulgadas es la de Grotberg (1995) que la define como «la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas». Podríamos decir, en síntesis, que las diferentes definiciones enfatizan las características de la persona resiliente destacando entre ellas las siguientes: habilidad, capacidad o resistencia a la destrucción, capacidades todas ellas desplegadas frente a situaciones vitales adversas y estresantes, y mediante las cuales las personas pueden atravesar y superar dichas situaciones críticas.

La utilidad de este concepto radica en su propuesta de que todo ser humano tiene la capacidad para expresar resiliencia, que se trata de un rasgo consustancial a la naturaleza humana, aunque no siempre esta realidad

posible esté activada. Sin embargo, puede ser promovida en cualquier etapa de la vida, no tratándose de un atributo estrictamente personal, sino que está asociado también a factores sociales, por lo que el entorno, la comunidad o la sociedad tienen también una responsabilidad importante e ineludible en promoverla y en crear las estructuras necesarias para que ésta se desarrolle.

En el desarrollo de su actividad profesional los trabajadores sociales se encuentran diariamente con personas que se enfrentan a adversidades, personas a las que informan, asesoran, acompañan y alientan y a las que, a través de un apoyo técnico e institucional, se ayuda a descubrir que cuentan con capacidades y de qué manera pueden reforzarlas y potenciarlas, reconociéndose así como válidas para conducir su vida y respetarse a sí mismas.

El enfoque centrado en las fortalezas, el empoderamiento y la resiliencia, propone un encuadre para la actividad de los trabajadores sociales, que recoge y representa adecuadamente muchos de los rasgos propios de esta profesión, en la que, con el fin de lograr el cambio y la mejora de las condiciones de vida de las personas, se exploran, estimulan y potencian estas capacidades a través de los procesos de relación de ayuda y acompañamiento que son propios del Trabajo Social.

6. BIBLIOGRAFÍA

- ADAMS, R. (2006), *Empowerment, Participation and Social Work*. New York: Palgrave Macmillan
- CATTANEO, L. B. y CHAPMAN, A. R. (2010). *The process of empowerment: A model for use in research and practice*. *American Psychologist* 2010;65(7), pp. 646-59.
- FORÉS, A. y GRAMÉ, J. (2007), *La resiliencia*. *Vull Saber*. Barcelona: UOC.
- (2008), *La resiliencia. Crecer desde la adversidad*. Barcelona: Plataforma.
- GROTBORG, E. (2006), *La resiliencia en el mundo de hoy. Como superarlas adversidades*. Barcelona: Gedisa.
- (2006). *Nuevas tendencias en resiliencia*. En Melillo, A.; Suárez, E. N. (2001). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Paidós: México, pp. 19-30.
- GUTIÉRREZ, L. M. (1990), *Working with women of color: An empowerment perspective*. *Social Work*, 35, pp. 149-154.
- GUTIÉRREZ, L. M.; PARSONS, R. J. & COX, E. O. (eds.) (1998), *Empowerment in social work practice*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- INFANTE, F. (2001), *La resiliencia como proceso*. En Melillo, A., Suarez, E. *Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas*. Argentina: Paidós.
- KAABER, N. (1997), *Empoderamiento desde abajo: ¿Qué podemos aprender de las organizaciones de base?* En M. León (comp): *Poder y empoderamiento de las mujeres*. Bogotá, TM Editores, UNAL, pp. 119-146.
- LEMÁITRE, ROE, E. y PUIG ESTEVE, G. (2005), *PROGRAMA RUEDA: Fortaleciendo la resiliencia: Una estrategia para desarrollar la autoestima*. Universidad de Santiago de Chile. Recuperado el 11-5-10. <http://www.addima.org/Documentos/recursos/programa%20rueda.pdf>

- LORENTE MOLINA, B. (2003), *Trabajo Social, empoderamiento y transversalidad de género*. En Jimenez, I. y Lorente, B., *Género e intervención social. Convergencias y sentidos*. Cadiz: Cues, pp. 21-45.
- *Perspectivas de Género y Trabajo Social. Construyendo método desde el paradigma intercultural*. En *Portularia* 3, 2003, pp. 33-47.
- MACDONALD, K. & MACDONALD, G. (1999), *Empowerment: A critical view*. En W. Shera & L. M. Wells (eds.), *Empowerment practice in social work: Developing richer conceptual foundations*, pp. 50-78. Toronto, Ontario, Canada: Canadian Scholars' Press Inc.
- PUIG, G. y RUBIO, J. L. (2011), *Manual de Resiliencia Aplicada*. Barcelona: Gedisa.
- RANKIN, P. (2007), *Exploring and Describing the Strength/Empowerment Perspective in Social Work*. Journal Issue 14, 006/2007. Recuperado el 17-5-11. http://www.bemidjistate.edu/academics/publications/social_work_journal/issue14/articles/rankin.htm
- RIVEST, M. y MOREAU, N. (2014), *Between Emancipatory Practice and Disciplinary interventions: Empowerment and Comtemporary Social Normativity*. En *British Journal of Social Work* 04. 2014.
- ROJAS MARCOS (2010), *Superar la adversidad. El poder de la resiliencia*. Madrid:Espasa.
- SALEEBEY, D. (2001), *The strengths perspective in social work practice*. 3ª ed. Boston: Allyn and Bacon.
- SMALE, G.; TUTSON, G. & STATHAM, D. (2003), *Problemas Sociales y Trabajo Social*. Madrid. Morata, pp. 94-104.
- SOLOMON, B. B. (1976), *Black Empowerment: Social Work in Oppressed Communities*. New York: Columbia University Press.
- THREVITHICK, P. (2002), *Habilidades de comunicación en intervención social. Manual Práctico*. Madrid: Narcea.
- VANISTENDAEL, S. y LECOMTE, J. (2002), *La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia*. Gedisa: Barcelona.
- VANISTENDAEL, S. (2005), *La Resiliencia: Desde una inspiración hacia cambios prácticos*. 2º Congreso Internacional de los trastornos del comportamiento en niños y adolescentes.
- VENEKSEN, L. y MILLER, V. (2002), *Un nuevo tejido del Poder, los pueblos y la Política. Guía de acción para la Incidencia y la Participación Ciudadana*. Oklahoma. USA. World Neighbors.
- VÁZQUEZ, C.; CASTILLA, C. y HERVÁS, G. (2009), *Reacciones ante el trauma: Resistencia y Crecimiento*. En E. Fernández-Abascal (ed.), *Las emociones positivas*. Madrid: Pirámide, pp. 375-392.
- VILLALBA QUESADA, C. (2004), *El concepto de resiliencia. Aplicaciones en la intervención social*. Departamento de trabajo social y ciencias sociales. Universidad Pablo de Olavide (Sevilla) recuperado el 12-8-2010. www.addima.org/Documentos/Articulos/Articulo%20Cristina%20Villalba%20Quesada.pdf
- Vera, B. (2006). *Psicología Positiva: Una forma de entender la Psicología*. En *Papeles del Psicólogo*. Vol. 27 (I), pp. 3-8.
- VERA, B.; CARBELO, B. y VECINA, M. L. (2006), *La experiencia traumática desde la Psicología positiva: Resiliencia y crecimiento postraumático*. En *Papeles del Psicólogo*. Vol. 27 (I), pp. 40-49.