

ENFRENTANDO LA AUSENCIA DE LOS PADRES: RECURSOS PSICOSOCIALES Y CONSTRUCCIÓN DE BIENESTAR¹

FACING PARENTAL ABSENCE: PSYCHOSOCIAL RESOURCES AND BUILDING OF WELL- BEING

Diana Marcela Montoya Zuluaga*, Nancy Castaño Hincapié**, Norman Darío Moreno Carmona***

Fundación Universitaria Luis Amigó, Colombia

Recibido: 20 de agosto de 2014–Aceptado: 22 de mayo de 2015

Forma de citar este artículo en APA:

Montoya Zuluaga, D. M., Castaño Hincapié, N. y Moreno Carmona, N. (enero-junio, 2016). Enfrentando la ausencia de los padres: recursos psicosociales y construcción de bienestar. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 7(1), 181-200.

Resumen

De acuerdo con los resultados de la encuesta de Profamilia (2010) y del Mapa Mundial de la Familia (Trends, 2013) los niños y jóvenes están creciendo con la ausencia física de alguno de los padres y algunos, a pesar de la presencia física de ellos, experimentan sentimientos de ausencia, pues al parecer han cambiado las formas de acompañamiento. Se hace necesario indagar por los recursos alternativos a la familia con los que están contando las nuevas generaciones, con el fin de ofrecer otras posibilidades desde lo social, institucional, personal, familiar, comunitario, que permita la construcción de bienestar en las personas. El objetivo del presente artículo de revisión es mostrar las diferentes investigaciones de los últimos diez años relacionadas con recursos psicosociales, bienestar subjetivo y sentimientos de ausencia. La metodología utilizada fue el rastreo de fuentes bibliográficas producto de investigación y de revisión teórica. Los resultados revelan que las personas cuentan con instituciones, grupos, comunidades y recursos internos que les permiten construir un proyecto de vida que genere bienestar.

¹ Artículo de revisión derivado de la tesis: *Recursos psicosociales asociados al bienestar subjetivo de adultos entre 25 y 35 años del oriente antioqueño que experimentaron sentimientos de ausencia de alguno de sus padres.*

* Psicóloga. Magíster en Intervenciones psicosociales. Correo electrónico: dianamarcelam@gmail.com

** Psicóloga con énfasis en Psicología social. Especialista en Docencia investigativa universitaria. Magíster en Intervenciones psicosociales. Correo electrónico: nancy9387@hotmail.com
ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0002-9241-6243>

*** Psicólogo. Magíster en Educación: desarrollo humano. Doctor en Investigación psicológica. Docente de la Fundación Universitaria Luis Amigó. Correo electrónico: norman.morenoc@amigo.edu.co
ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0002-8216-2569>

Palabras clave

Familia, actitud de los padres, bienestar subjetivo, recursos psicosociales

Abstract

According to the results found on the Profamilia survey (2010) and the World Family Map (Trends, 2013), children and young people are growing with the physical absence of either of their parents and some, in spite of their physical presence, experience feelings of absence, since it seems that forms of accompaniment have changed. It has become necessary to look into the resources, alternative to the family, new generations draw on, so that social, institutional, personal, family, and community options are available for the building of well-being among people. The purpose of the present revision paper is to show different studies carried out in the last ten years, which are related to psychosocial resources, subjective well-being and feelings of absence. The methodology used was the tracking of bibliographical references which are research products as well as theoretical revision. The results show that people rely on institutions, groups, communities and internal resources allowing them a life project which generates well-being.

Keywords

Family, parent attitude, subjective well-being, psychosocial resources.

INTRODUCCIÓN

Durante décadas se han venido dando cambios demográficos, culturales y económicos que están transformando la vida familiar; Trends (2013) menciona que las tasas de fecundidad y matrimonio están disminuyendo en la mayor parte del mundo, sobre todo en regiones de mayor ingreso económico. El porcentaje de niños que viven en familias con dos padres también está reduciéndose, particularmente en Europa, América, y Oceanía, siendo Colombia el país suramericano que tiene el mayor porcentaje de niños que viven sin ambos padres. Este estudio también identifica un aumento en la maternidad extramatrimonial, particularmente en América del Sur, donde la mitad de los niños nacidos tienen madres solteras; también es Colombia quien registra los niveles más altos de familias monoparentales maternas.

Las familias en Colombia se han ido transformando; Profamilia (2010) señala que el 32% de los hijos vive solamente con la madre, el 3% con el padre, y el 7% no vive con ninguno. De aquellos que viven sólo con la madre o sólo con el padre, 9 de cada 10 tienen al padre ausente vivo. La proporción de niños que vive con ambos padres o solamente con la madre pero no con el padre, va disminuyendo a medida que aumenta la edad de los niños, ya que entre aquellos que tienen 10-14 años, apenas algo más de la mitad (52%) viven con los dos padres. Por otro lado, la proporción de niños que viven con el papá o con otras personas se va incrementando con la edad, cualquiera sea la condición de supervivencia de la madre.

Es de resaltar que en las familias colombianas van en aumento los hogares con jefatura femenina; en 1995 el 24% de los jefes de hogar eran mujeres, en el 2000 el 28%, en el 2005 subió al 30% y para 2010 los resultados indican un 34%. Aumento que se dio tanto en la zona urbana como en la rural. Antioquia tiene un 39% de hogares encabezados por mujeres (Profamilia, 2010).

Ante la realidad de las familias colombianas, de padres cada vez más ausentes, es importante empezar a cuestionarse sobre cuáles son los recursos con los que los hijos están contando para hacer frente a las exigencias del medio social, salir adelante con sus proyectos de vida, lograr satisfacción con la existencia y construir bienestar subjetivo, pues, el hecho de no tener alguno de sus padres, no implicaría necesariamente el padecer patologías o trastornos psicosociales. Es importante señalar que en la presente revisión, cuando se habla de ausencia, se hace referencia al sentimiento de ausencia, es decir, no solamente si la ausencia ha sido por abandono o muerte de alguno de los padres, sino también por la negligencia, el rechazo o el maltrato, significados como ausencia de afecto, atención y cuidados necesarios para el niño.

Insistir en que es primordial que haya presencia de ambos progenitores para tener un desarrollo adecuado o que es posible seguir hablando hoy de funciones claramente diferenciables en ambos padres es sentenciar a los niños y jóvenes de hoy a que siempre van a padecer de algún trastorno o dificultad psicológica, pues cada vez más es un hecho que las familias han cambiado y los niños y jóvenes están creciendo ante la ausencia física o emocional de alguno de sus padres o de ambos. Se debe empezar a descubrir cuáles son los otros factores o recursos psicosociales, alternativos a la familia, que permiten o han permitido a algunas personas tener bienestar subjetivo a pesar de que experimentaron esta ausencia, sea física o emocional.

Según se evidencia en la encuesta de Profamilia (2010) y en el Mapa Mundial de la Familia (Trends, 2013) los niños y jóvenes están creciendo con la ausencia física de alguno de los padres y, en ocasiones, a pesar de la presencia física experimentan sentimientos de ausencia, pues la realidad está mostrando que los padres de la actualidad han cambiado sus maneras de acompañamiento y crianza, dado que las prioridades no son solamente sus hijos, sino que le están dando cabida a satisfacer sus intereses y aspiraciones personales, laborales, académicas y económicas. Lo que hace que las exigencias culturales y sociales que se tienen para la familia, en cuanto a formas de acompañamiento, ya no sean las mismas para todos.

La indagación sobre los recursos psicosociales asociados al bienestar subjetivo de los adultos que en algún momento de su vida experimentaron sentimientos de ausencia de alguno de sus padres, ha motivado el presente artículo, partiendo del reconocimiento que se hace necesario indagar por los recursos alternativos a la familia con los que están contando las nuevas generaciones y evidenciar si es posible relativizar la ausencia de los padres como generador de conflicto, con el fin de ofrecer otras posibilidades desde lo social, institucional, personal, familiar, comunitario, que permita la construcción de bienestar en las personas.

METODOLOGÍA

Como metodología se utilizó el rastreo de fuentes bibliográficas producto de investigación y estados del arte que tuvieran relación con recursos psicosociales, bienestar subjetivo, relaciones familiares y sentimientos de ausencia de alguno los padres; Orientados por la pregunta ¿cuáles son los recursos psicosociales asociados al bienestar subjetivo de adultos que experimentaron sentimientos de ausencia de alguno de los padres? La búsqueda se realizó con base en investigaciones de los últimos diez años, de América Latina, España y Estados Unidos; del último país son los autores que más han investigado el bienestar subjetivo. Para lo anterior se revisaron revistas indexadas y diferentes bases de datos como EbscoHost, Redalyc, Scielo, entre otras.

RESULTADOS

La presencia de los padres en el proceso de desarrollo

La familia ha sido considerada el principal agente socializador de los niños y las niñas; la educación que brinden los padres a los hijos es importante en el ajuste psicosocial. En la revisión realizada por Rodríguez, Barrio y Carrasco (2009) se afirma que el contexto familiar puede convertirse, en ciertas circunstancias, en un factor de riesgo o protección durante la infancia y la adolescencia.

Cebotarev (2003) sugiere conceptualizar el término familia como un "proceso" dinámico que provee el sostén para las "vivencias humanas"; y considera necesaria la familia para que los procesos de reproducción humana y social (nacimiento, crecimiento, socialización, maduración, envejecimiento, etc.) se desarrollen normalmente.

Por su parte, Jhon Bowlby (1986), reconocido autor de la teoría del apego, explicó la tendencia de los seres humanos a crear vínculos afectivos sólidos con personas significativas a través de la vida y motiva la búsqueda de proximidad entre el niño pequeño y sus padres. La experiencia del niño con sus padres cumple un papel relevante en la capacidad posterior del niño de establecer vínculos afectivos y la función principal de ellos sería proporcionar al niño una base segura y, desde allí, animarlo a explorar. Se destaca la influencia en el desarrollo del niño de la manera como sea tratado por los padres, especialmente la madre. Los primeros vínculos afectivos del niño son de gran importancia para el desarrollo de la personalidad. Los cuidadores primarios garantizan el mínimo de estabilidad emocional que el niño requiere para construir una estructura de confianza (Bowlby, 1989).

Mestre, Samper, Tur y Diez (2001) realizaron un estudio empírico sobre estilo de crianza y desarrollo prosocial de los hijos, con una población adolescente española, para evaluar la socialización familiar a través de la percepción de las relaciones familiares en la primera etapa de la adolescencia y comprobar si los estilos de crianza de los padres guardan relación con la disposición prosocial de los hijos/hijas. Los resultados indican que las relaciones que los adolescentes perciben entre ellos mismos y su madre/padre modulan su disposición prosocial. En resumen, una mayor implicación de los padres en la educación de los hijos se relaciona con mayor disposición a ayudar (empatía y conducta prosocial). Estos investigadores ponen a la familia en un punto esencial para generar conducta prosocial en los niños, niñas o adolescentes, sin embargo, no concluyen que deben estar ambos padres o de lo contrario no se tendrían jóvenes prosociales.

Algunos autores afirman que los problemas relacionales y psicosociales futuros tendrían su explicación en las experiencias tempranas en la relación padres-niño (Vallejo, Sánchez y Sánchez, 2004; Zuleta, 1991), particularmente cuando no se cuenta con los cuidados y afecto suficiente por parte de los padres.

También hay investigaciones que han concluido que la ausencia de los padres o de alguno de ellos ha desencadenado en patologías, conflictos, problemas, angustias o síntomas sociales para los hijos. Es el caso de Muñoz, Gómez y Santamaría (2008), quienes realizaron una investigación en Bogotá, Colombia con 25 niños entre 12 y 15 años de edad, en la que analizaron los pensamientos y sentimientos que de manera más frecuente se presentaron a partir de la separación de los padres, ocurrida entre 3 y 5 años atrás, y la evolución de los mismos a lo largo del tiempo. Para esto se utilizó una entrevista semiestructurada, debidamente validada, obteniendo como resultados que los niños reportan los pensamientos que tienen que ver con la preocupación por su futuro y lo relacionado con inseguridad, temores y ansiedad, así como los sentimientos de rabia, tristeza y resentimiento.

En esa misma línea, Botero (2008) realizó una investigación, también en Bogotá a través de tres fragmentos de historias de vida de madres canguro. El estudio plantea la incidencia que tiene la ausencia física y emocional del padre o su presencia agresiva en la perpetuación de la violencia, la delincuencia, el sicariato y demás figuras de terror en nuestro país y en la descomposición del sistema, encontrando como resultado en los tres casos, padres ausentes: padres que rechazan a sus bebés.

Por su parte, Gracia, Lila y Musitu (2005) analizan la relación entre el rechazo, tanto paterno como materno, y el ajuste psicológico y social de los hijos; tomaron en cuenta la percepción respecto a la conducta de ambos padres acerca de su propio ajuste psicológico, así como la percepción de los padres. Trabajaron con 444 familias, formando dos grupos, uno de 100 familias cuyas relaciones paterno-filiales fueron valoradas de riesgo y el segundo grupo de 344 familias en las que no se conoce relaciones paterno-filiales disfuncionales. Las autoras destacan que el niño rechazado es diferente en las dimensiones de ajuste psicológico y social en relación con el niño cuyas relaciones se caracterizan por la aceptación. La conducta de los niños rechazados presenta numerosos problemas que pueden presentarse de forma internalizada o externalizada, tienden a sentirse no queridos y a percibir el mundo como amenazador y hostil.

Estas investigaciones insisten en que los efectos de la ausencia de los padres incide negativamente en el desarrollo de los hijos, sin embargo, otros estudios han mostrado que hay personas que han sabido utilizar recursos internos y externos que les ha permitido enfrentar la adversidad e incluso, salir fortalecidos de situaciones estresantes o angustiantes, presentando referentes alternativos a los padres que podrían servir como potencializadores de emociones positivas y favorecerían un afrontamiento más funcional de las adversidades.

Por ejemplo, Barreiro, Foscarini, Katz, Podgaetzky de Carabelli, y Varas (2006) exploraron la circulación de la función materna entre adultos significativos cuando la madre está ausente del hogar; examinando la importancia de las funciones de los padres y las posibilidades que otras personas distintas realicen dichas funciones, pretendiendo buscar herramientas teóricas disponibles para afrontar los nuevos modelos familiares y sociales para ejercer la parentalidad, pues existen casos donde la madre no puede asistir a su hijo de forma estable y exclusiva durante los primeros años de vida.

Así mismo, López y Loaiza (2009) analizaron las implicaciones de la migración internacional en la satisfacción de necesidades y en las interacciones familiares. En la investigación participaron cien familias de los nueve municipios de la Región Eje Cafetero de Colombia, encontrando como características que la situación económica es la motivación primordial para la emigración, las familias se reorganizan y los niños, niñas y adolescentes asumen como referente de autoridad a las abuelas, tías, hermanas, pues en su mayoría son las mujeres quienes asumen las funciones de cuidado y buscan nueva organización y funcionamiento familiar.

Martínez-Pampliega, Sanz, Iraurgi e Iriarte (2009), en su investigación sobre separación de los padres, señalan la importancia de ser críticos con muchos escritos que exageran los efectos negativos del divorcio e ignoran que en ocasiones permite transformaciones en la vida de las personas; así mismo, que los hijos pueden desarrollar resiliencia cuando son protegidos por acciones positivas de adultos cercanos.

La realidad de las familias está cambiando y exige de los científicos sociales e investigadores una mejor comprensión de las nuevas dinámicas relacionales y de la manera como los niños, niñas y adolescentes están afrontando hoy su proceso de desarrollo en medio de esta perspectiva (Moreno, 2013).

Sería entonces posible pensar que si el acompañamiento no viene de los padres no necesariamente los hijos van a quedar en riesgo de padecer patologías o síntomas sociales; pues, al parecer, pueden existir personas o instituciones que apoyan este proceso evolutivo de los niños y adolescentes, procurando satisfacer las necesidades básicas y cumpliendo roles y funciones que son relevantes para favorecer el desarrollo y, por ende, generar autoestima, autonomía, creatividad, felicidad, solidaridad, salud. O que esta misma situación, de experimentar sentimientos de ausencia, los fortaleció para desarrollar habilidades individuales y hacerle frente a su condición.

La construcción de bienestar subjetivo

Ante una realidad de padres cada vez más ausentes, se hace necesario indagar por los recursos alternativos a las familias con los que cuentan los sujetos para superar dicha ausencia; pues, continuar viendo de manera trágica esta situación es reforzar conductas poco adaptativas o patológicas. Los sentimientos de ausencia no necesariamente son generadores de conflictos o problemas, pues hay otras posibilidades con las que cuentan los sujetos para hacer frente a esta situación y lograr proyectos satisfactorios que generan bienestar con la vida.

La vida de las personas se puede evaluar desde una mirada positiva y, en lugar de indagar patologías, carencias o ausencias, los estudios e intervenciones se podrían centrar en identificar potencialidades y buscar un desarrollo óptimo. En este apartado se hace una aproximación a esta mirada alternativa de la problemática que nos convoca.

En los últimos años ha venido surgiendo otra perspectiva dentro de la psicología, centrando la atención en un modelo de salud donde las emociones y sentimientos positivos ocupan un lugar importante (Omar, Paris, Aguiar, Almeiday Del Pino, 2009). La psicología positiva es el nuevo paradigma que intenta comprender, por medio de la investigación científica, los procesos que se encuentran en las cualidades y emociones positivas del ser humano. Su importancia radica en que es un campo dedicado al mejoramiento de la calidad de vida (Ortiz, 2008).

Uno de los aspectos que ha tomado mayor fuerza dentro de la psicología positiva ha sido el bienestar subjetivo, definido como la evaluación que hacen las personas de sus propias vidas. Este incluye las respuestas emocionales de las personas y juicios globales de satisfacción con la vida. (Muñoz, 2007). También se refiere a la satisfacción con los dominios de la vida como el matrimonio, el trabajo, los ingresos, la vivienda y el ocio. Los indicadores económicos y sociales no son suficientes para exteriorizar el bienestar; el bienestar subjetivo busca la felicidad de las personas y no solamente la presencia de ambientes benignos. Son las personas las que determinan con sus elecciones lo que va a mejorar su bienestar subjetivo (Diener, 2002).

En países europeos, como España, también empiezan a tener una mirada positiva frente a situaciones o poblaciones consideradas como problemáticas; es el caso de la población adolescente en la que muchos centraron la atención en el déficit y en lo problemático de la etapa; sin embargo, Oliva (2007) invita a promover intervenciones a favor de un modelo que se centre en la promoción y desarrollo de competencias sociales, cognitivas y emocionales.

El concepto de bienestar subjetivo tiene tres significados según Diener (citado por Liberalesso, 2002): bienestar subjetivo como virtud, concepción normativa que define lo que es bueno, deseable y aceptable; bienestar subjetivo como satisfacción con la vida, se centra en la evaluación que cada uno hace de su vida; y bienestar subjetivo y afectos positivos, el foco son las experiencias o predisposiciones emocionales placenteras.

Las características más relevantes del bienestar subjetivo son un juicio personal, medidas positivas y la evaluación global de la vida de las personas (Gómez, Villegas, Barrera y Cruz, 2007). Alguno de los factores contextuales o personales que puede predecir el bienestar subjetivo son: la pareja, amigos y relaciones sociales, trabajo, salud y dinero (Gómez et al, 2007).

Liberalesso (2002) revisa diversas concepciones, indicadores y correlatos, tanto sociodemográficos como socioculturales del bienestar subjetivo y presenta alternativas de evaluación del mismo e investigaciones internacionales, principalmente brasileñas, sobre el particular. Como conclusiones, la autora plantea que la escasez de conocimiento sistemático sobre el bienestar subjetivo en Brasil refleja en parte la tendencia dominante en la psicología a investigar sobre lo patológico o problemático. También propone invertir más esfuerzos en la investigación sobre bienestar subjetivo y bienestar psicológico como contribución valiosa a la comprensión de ambos fenómenos.

En los países latinoamericanos hasta hace muy poco se han empezado a realizar investigaciones centradas en el bienestar subjetivo. Muñoz (2007) incluye la revisión de los principales modelos de conceptualización del tema y algunos factores psicológicos asociados al bienestar subjetivo, como rasgos de personalidad, la autoestima, el optimismo, la autoeficacia, la orientación al logro de metas, la capacidad de adaptación y estrategias de afrontamiento al estrés.

Gómez et al (2007) realizaron una investigación en Bogotá, Colombia, en la que se evaluó el bienestar subjetivo y su predicción a partir de la autoeficacia y la satisfacción con algunos dominios de la vida (salud, relaciones afectivas, trabajo) en un momento de crisis económica y social en Colombia. 795 estudiantes, profesores y empleados de una universidad respondieron cuestionarios que evaluaban las variables estudiadas. Los resultados mostraron alto nivel subjetivo, elevada autoeficacia y satisfacción con la mayor parte de los dominios vitales. Los dominios referidos a relaciones afectivas, futuro y trabajo y la percepción de autoeficacia explicaron un porcentaje alto de la varianza del bienestar subjetivo. Estos dominios son los más cercanos a la vida emocional.

Giménez, Vázquez y Hervás (2010) realizaron una revisión en la que discuten los resultados de los estudios de las potencialidades que pueden tener en el desarrollo algunos programas educativos de prevención y de intervención. Se encontraron con estudios que resaltan la adolescencia no

como una fuente de problemas, sino como un recurso en proceso de desarrollo. Como conclusiones destacan que, conocer las fortalezas que se asocian con la satisfacción es fundamental para establecer objetivos en programas de prevención y de intervención.

Por su parte, Pérez et al. (2011) realizaron un análisis de la autoestima, satisfacción con la vida y optimismo en un contexto universitario con 554 alumnos, encontrando que la evaluación positiva que ellos hacen de sí mismos, de su existencia y sus relaciones, el futuro, la edad y la religión fortalece la buena salud mental para contrarrestar las dificultades que se puedan tener, y que promueven el bienestar del alumno.

Más recientemente, Verdugo et al (2013) buscaron determinar la relación entre el nivel de bienestar subjetivo y los estilos de afrontamiento al estrés en 436 estudiantes de 15 a 24 años de Colima, México. Los investigadores destacaron que sí existe relación entre el nivel de bienestar subjetivo y los estilos de afrontamiento al estrés en los grupos de adolescentes y jóvenes; los sujetos que presentan un nivel de bienestar subjetivo alto reportan mayor relación con la variedad de estilos de afrontamiento.

Desde esta perspectiva, sería posible pensar, entonces, que los sujetos pueden contar con recursos individuales que les permitan hacer frente a los sentimientos de ausencia o a la ausencia real de los padres, relativizando los supuestos efectos negativos de esta realidad.

Recursos Psicosociales: una posible alternativa a los sentimientos de ausencia

Pueden ser muchos los aspectos que ayuden a los sujetos a lograr bienestar a pesar de que experimentaron sentimientos de ausencia de alguno de sus padres. Es por esto que se hace necesario revisar posibles aspectos que se pueden denominar recursos psicosociales, entendidos como los elementos de los que disponen los sujetos en las diferentes relaciones, situaciones, vínculos, roles, interacciones que logra establecer, que le permiten hacer frente y conseguir bienestar subjetivo.

Oliva et al (2010) utilizaron dos técnicas de consenso para construir un modelo de competencias que pueden servir para definir un desarrollo adolescente saludable y positivo. Las competencias propuestas las agruparon en cinco bloques o áreas: emocional, social, cognitiva, moral y de desarrollo personal. Como resultados de la investigación, construyeron un modelo de desarrollo positivo adolescente que incluye un total de 27 competencias con un área central relativa al desarrollo personal que integra las cinco áreas mencionadas. Scales y Leffert (1999, citados por Oliva et al., 2010) introducen el concepto de recursos o activos para el desarrollo, el cual opta por definir las competencias que configuran un desarrollo saludable y se refiere a los recursos personales,

familiares, escolares o comunitarios que proporcionan el apoyo y las experiencias necesarias para la promoción del desarrollo positivo. Los autores también mencionan el modelo del desarrollo positivo de las 5 “C”: competencia, confianza, conexión, carácter y cuidado/compasión propuesto por Little.

Oliva, Antolin, Estévez y Pascual (2011) realizaron también un estudio en el cual analizaron la relación entre algunas dimensiones o activos para el desarrollo en un barrio de residencia, con jóvenes entre 12 y 17 años que cursaban la secundaria. Los resultados mostraron relaciones significativas entre los ítems evaluados: empoderamiento de la juventud, apego al barrio, seguridad y control social y los problemas internalizantes y externalizantes, el consumo de sustancias y la satisfacción vital de los participantes. Se destaca el aporte de la investigación en cuanto proporciona evidencia sobre la relevancia de la dimensión comunitaria, no sólo para la prevención de problemas, sino también para promover la satisfacción vital.

Rivera y Pérez (2012) escribieron un artículo de revisión del panorama de la conceptualización y evaluación de los recursos psicológicos, definiendo el recurso según la acepción de la Real Academia Española de la Lengua como: “un conjunto de elementos disponibles para resolver una necesidad o llevar a cabo una empresa”, concluyendo que se han evaluado los recursos psicológicos individuales, familiares y sociales en variados contextos y en diferentes poblaciones, resaltando los recursos sociales, instrumentales, afectivos, materiales, cognitivos. En esta misma línea, Vega, Rivera y Quintanilla (2011) definen los recursos psicológicos como factores de protección psicológica que ayudan al individuo a llevar a cabo una evaluación y afrontamiento adecuados ante las adversidades; mencionándolos recursos de capacidad de expresión emocional, el optimismo, la autoestima, el autocontrol emocional, el sentido de coherencia, el apoyo social y la asertividad.

Sin embargo, existe un debate respecto a si recursos internos como la autoestima y la resiliencia anteceden a las relaciones familiares y median en la posibilidad de afrontamiento de dificultades como la ausencia de los padres o si son una consecuencia de la experiencia temprana en la vida familiar.

Muchos autores coinciden en afirmar que la resiliencia es un recurso fundamental para superar las condiciones adversas de la vida y que incluso los sujetos salen fortalecidos y transformados. Los sujetos resilientes poseen características como: habilidad, adaptabilidad, baja susceptibilidad, enfrentamiento efectivo, capacidad, competencia, resistencia a la destrucción, conductas vitales positivas, temperamento especial y habilidades cognitivas, las cuales les permite superar situaciones estresantes y amortiguar los efectos de golpes físicos y emocionales (Grotberg, 1995; Suárez, 1995; Garmeiz, 1991; Garmeiz y Masten, 1994; Lazarus y Folkman, 1986, citados por García y Domínguez, 2013).

Por ejemplo, Greco, Morelato e Ison (2006) presentan un trabajo teórico en el que analizan la relación entre la capacidad de experimentar emociones positivas y el proceso de resiliencia en la infancia, encontrando una estrecha relación entre estas. Y Amar, Kotliarenko y Abello (2010) se interesaron en investigar los factores psicosociales (Autovaloración, Autorregulación, Competencias del niño y Habilidades sociales) mediante los cuales los niños víctimas de la violencia intrafamiliar activa y/o pasiva pueden desarrollar una personalidad resiliente. Encontrando en todos los casos, que los niños presentan estos factores que los protege de la adversidad y les permite un desarrollo psicosocial positivo, a pesar de condiciones adversas.

Mientras, por otro lado, Tiramonti (2006) identifica asimetrías en los procesos de individualización por los que atraviesan los jóvenes del último año de la escuela secundaria de Buenos Aires y los relaciona con diferentes condicionamientos sociales, familiares y escolares que los proveen de recursos, habilidades y expectativas muy diferentes para abordar las decisiones con que dan respuesta a la exigencia de ser ellos mismos. Tiramonti afirma que si bien todos los jóvenes están atravesados por los procesos de individualización y la exigencia de ser “ellos mismos”, cada uno aborda esta experiencia desde condicionamientos sociales, familiares y escolares diferentes, que les provee recursos, inhibiciones, habilitaciones, expectativas y medios que se hacen presentes en los modos de afrontar la construcción de sus futuros. Caso similar es el estudio de Jiménez, Murgui y Musitu (2007), quienes analizaron los recursos psicosociales de autoestima y apoyo social percibido como variables mediadoras en la relación entre la calidad de la comunicación familiar y el ánimo depresivo. Los resultados indicaron que la calidad positiva o negativa de la comunicación familiar potencia o inhibe los recursos de autoestima y de apoyo social percibido dentro del contexto familiar. La autoestima y el apoyo social no desempeñan un rol mediador.

La investigación de Cardozo y Alderete (2009) detectó variables individuales y sociales que contribuyen al fortalecimiento del proceso de resiliencia en adolescentes; factores que protegen a los adolescentes de la adversidad y los mejores predictores de la resiliencia. Los resultados confirmaron que los jóvenes expuestos a circunstancias adversas del entorno, producto de condiciones socioeconómicas precarias, presentan una mala adaptación social así como presencia de síntomas de salud mental. A pesar de ello, un 19% de los jóvenes que se encuentran igualmente expuestos a condiciones adversas presentan competencias sociales y una adaptación positiva. Se observó que los recursos internos (como el autoconcepto, autorregulación de habilidades cognitivas-emocionales) con los que cuenta un individuo y el soporte social (monitoreo parental y escolar) son buenos predictores de la resiliencia.

Por otro lado, si bien Vargas y Otros (2011) destacan la importancia de la familia para el desarrollo de la autoestima infantil, reconociendo que a pesar de que la mayor parte de la literatura sobre resiliencia resalta la importancia de la función de los padres, también hay autores como Gómez, Muñoz y Haz (2007) y Walsh (2004) que han prestado atención a los recursos sociales: la familia extensa, la escuela, los centros de salud, los centros de actividades extraescolares, entre otros,

que también desempeñan un papel relevante para el desarrollo de la autoestima. En las familias surgen “figuras subsidiarias”, abuelos, tíos, primos, hermanos, amigos, vecinos y profesores, que son percibidos como personas que ayudan a mitigar los efectos por la ausencia o relaciones deterioradas con los padres brindando afecto y confianza a los niños (Amar, Berdugo y Gómez, 2006).

También es posible encontrar recursos positivos externos, como el deporte, las artes y la escuela, que permitan a los jóvenes fortalecerse frente a la adversidad. Es así como Escarti, Buelga, Gutiérrez y Pascual (2009) realizaron una descripción de la perspectiva del desarrollo positivo a través del deporte, y el proceso de evaluación e implementación al contexto español del Programa de responsabilidad personal y social, con el propósito de desarrollar programas para niños, niñas y jóvenes que potencien el aprendizaje de competencias que les ayudaran a adaptarse con éxito a los diversos desafíos de la vida. En la investigación se analizó la capacidad del deporte y la actividad física como herramienta útil para el desarrollo positivo de niños y jóvenes; y profundizaron en el modelo de responsabilidad personal y social como marco útil para el desarrollo positivo por medio del deporte. El deporte y las artes posibilitan estrategias para lograr una buena convivencia y conducen a una mejor comprensión de la dinámica familiar, social y comunitaria (Cáceres, 2006).

Otro de los factores que posiblemente influyen de manera positiva en los jóvenes es la posibilidad de participación en diferentes escenarios: escolar, comunitario, participación en eventos artísticos, grupos juveniles, entre otros. Rosenfeld (2009) describe que en las organizaciones juveniles basadas en el arte, los jóvenes tienen la oportunidad de construir identidades adaptativas y emergentes. Basado en otras investigaciones empíricas sostiene que el proceso dramático es un poderoso entorno de aprendizaje para comprender el desarrollo positivo de la juventud; el estudio del proceso dramático es una extensión del movimiento del desarrollo positivo de los jóvenes y que se centra en cómo determinadas actividades promueven el desarrollo positivo, especialmente en grupos marginados.

Todo parece indicar que es posible ayudar a los niños, niñas y adolescentes a desarrollar factores protectores frente a la adversidad y, particularmente, a la ausencia cada vez más frecuente de los padres, como lo demostraron Choque y Chirinos (2009), quienes buscaron determinar la eficacia de un programa educativo de habilidades para la vida en adolescentes escolares de Huancavelica, Perú, con método experimental, con pre prueba y pos prueba con grupo control no equivalente. Los resultados arrojaron que hubo incremento significativo en el desarrollo de las habilidades de comunicación y asertividad en los estudiantes del grupo experimental.

De esta misma manera, la escuela también puede constituirse en un escenario que provee de recursos y que permite a los jóvenes amortiguar los sentimientos por la ausencia de alguno de los padres. Silas (2008) llevó a cabo una investigación con jóvenes en situación de marginalidad en México, en la cual exploraba el significado que tiene para estos jóvenes perseverar en sus estudios

y su relación con la teoría de la resiliencia, encontrando que estos jóvenes cuentan con una persona significativa que los apoyó y orientó. También resalta el papel relevante de la escuela como lugar donde pueden establecer relaciones constructivas y en muchos de los casos, los docentes se convertían en personas significativas o “tutores de resiliencia”. Y la investigación de Sejo, Novo y Mohamed (2012) resalta la importancia que las habilidades socio-cognitivas pueden tener en el alcance de una convivencia adecuada entre escolares y la manera en que contribuyen a la formación integral de los jóvenes y a su desarrollo social y personal.

Así mismo, Saavedra, Castro y Saavedra (2012) realizaron un estudio con 398 jóvenes universitarios de ambos sexos de la séptima región de Chile, destacando que la propia universidad se constituye en un referente de búsqueda de modelos, de proyectos de vida y generatividad. Los autores indican que el reconocimiento tanto de la familia como de otros cercanos a este proceso del joven universitario son un potente aliciente para ellos. Los jóvenes encuestados presentaron niveles de salud estables, proyecciones a futuro, generación de proyectos entre otros, que pueden incidir en la autopercepción de resiliencia positiva.

Jadue, Galindo y Navarro (2005) analizaron los factores protectores y de riesgo para el desarrollo de la resiliencia en una comunidad educativa en riesgo social; encontrando como factores protectores, la familia de los estudiantes, la jornada escolar completa que posee la escuela y la buena autoestima de algunos estudiantes, y como factor de riesgo y sobre el que llaman la atención, la baja calidad de la docencia impartida por los profesores.

Las habilidades sociales también puede ser otro de los recursos con los que cuentan las personas y que les sirve para afrontar y superar los sentimientos de ausencia y lograr bienestar. Lacunza (2009) se interesó por las habilidades sociales como un recurso para el desarrollo de competencias en la infancia; encontrando que los niños con comportamiento disruptivo tienen menos habilidades sociales, mostrando así que la práctica de comportamientos sociales, favorece el bienestar, la adaptación y la aceptación de los otros. Tal como sucede con los jóvenes de la ciudad de Cali (Colombia), pertenecientes al Programa Casas Francisco Esperanza de la Fundación Paz y Bien, quienes priorizan la conducta de inclusión sobre las de control y afecto, pues, prefieren estar con personas que los acepten, con las cuales puedan interactuar y los hagan sentir pertenecientes y reconocidos (Giraldo, Guzmán y Lozada, 2006).

CONCLUSIÓN

Se ha podido advertir que en las investigaciones revisadas no se especifica si los jóvenes cuentan con ambos padres o han experimentado ausencia de alguno de ellos o de ambos y, sin embargo, han encontrado que en las familias donde alguno de los padres emigra por dificultades económicas, los niños, niñas y adolescentes asumen como referente de autoridad a las abuelas, tías, hermanas. También se ha encontrado que los hijos pueden desarrollar resiliencia cuando son protegidos por acciones positivas de adultos cercanos en los casos en los cuales los padres son divorciados.

Así mismo, se ha evidenciado la existencia de programas e intervenciones que buscan favorecer la creación de habilidades para la vida en jóvenes, la posibilidad de generar habilidades por medio del arte, el deporte, participación en eventos artísticos, grupos juveniles, entre otros, pues, estos escenarios ayudan a construir identidades adaptativas.

Según lo muestran las investigaciones, los sujetos están provistos de recursos internos que permite que, a pesar de las condiciones sociales, económicas o familiares inadecuadas, puedan encontrar posibilidades de bienestar y satisfacción. Además de los ya mencionados, también se han estudiado las estrategias de afrontamiento y regulación emocional y su relación con la satisfacción con la vida (Limonero, Tomás, Fernández, Gómez y Ardilla, 2012); se han analizado las relaciones entre inteligencia emocional percibida y sus componentes en la disposición de los adolescentes a las conductas de riesgo psicosocial (Zavala y López, 2012); la influencia de la percepción emocional sobre el ajuste psicosocial (Palomera, Salguero y Ruiz, 2012); la comprensión de las diferencias individuales respecto a la forma en la que los jóvenes afrontan las demandas del ambiente (Contreras, Espinosa y Esguerra, 2009); y el grado de bienestar psicológico y su relación con la personalidad y los objetivos de vida de estudiantes de psicología (Páramo, Straniero, García y Torrecilla, 2012).

Se concluye en este artículo que es posible optimizar el funcionamiento de los sujetos, promoviendo una postura más positiva frente a las situaciones adversas, en el entendido de que es posible la transformación y la búsqueda de bienestar porque las personas cuentan con recursos internos, familiares, comunitarios, institucionales, entre otros, que les permite un desarrollo integral tras las dificultades experimentadas.

Descubrir los recursos internos y externos con los que cuenta una persona, da la posibilidad de ayudar a otros para desarrollar dichos recursos y, proponer intervenciones más eficaces, al potencializar lo positivo, y posibilitar mayor bienestar con la vida.

Continuar con una mirada desde la patología, frente a los sentimientos de ausencia de los padres, que están experimentando los hijos en la actualidad, es cerrar la posibilidad al desarrollo de la resiliencia, de los recursos psicosociales con los que cuentan y que, a pesar de experimentar dichos sentimientos, hacen posible que los sujetos construyan proyectos de vida satisfactorios que les generen bienestar.

REFERENCIAS

- Amar Amar, J.J., Kotiarenko, M. A., y Abello, R. (2010). Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar. *Investigación & Desarrollo*, 11(1), 162-197. Recuperado de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/investigacion/article/viewArticle/1134>.
- Amar, J. A., Berdugo, de G. y da Gómez (2006). Vínculos de apego en niños víctimas de la violencia intrafamiliar. *Psicología desde el Caribe*, (18), 108-122.
- Barreiro, S., Foscarini, M.G., Katz, S., Podgaetzky de Carabelli, V. y Varas, M. G. (2006). La función materna en familias con madres ausentes. *Revista Argentina de Humanidades y Ciencias Sociales*, 4(2) 1-6.
- Bowlby, J. (1986). *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata.
- Bowlby J. (1989). *Una Base Segura: aplicaciones clínicas de la teoría del apego*. Buenos Aires: Paidós.
- Botero, H. (2008). Cuando papá no está: la ausencia del padre como un factor generador de violencia. *Revista de la Asociación Psicoanalítica Colombiana*, (1), 60-91.
- Cáceres, N. E. (2006). Experiencia perceptiva de sí mismo, de su familia y comunidad en un grupo de jóvenes de Barrio el Vergel de la Comuna 13 de Santiago de Cali. *Pensamiento Psicológico*, 2(7), 149-168.
- Cardozo, G. y Alderete, A. M. (2009). Adolescentes en riesgo psicosocial y resiliencia. *Psicología desde el Caribe*, (23), 148-182.
- Cebotarev, E. (2003). Familia, socialización y nueva paternidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 1(2), 2-18. Recuperado de <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20131004011637/art.NoraC.pdf>.

- Contreras-Torres, F. V., Espinosa-Méndez, J.C., y Esguerra-Pérez, G.A. (2009). Personalidad y afrontamiento en estudiantes universitarios. *UniversitasPsychología*, 8(2), 311-322.
- Diener, E. (2002). *Findings on Subjective Well-Being and Their Implications for Empowerment*. Springfield: University of Illinois and the Gallup Organization.
- Escarti, A., Buelga, S., Gutiérrez, M. y Pascual, C. (2009). El desarrollo positivo a través de la actividad física y el deporte: Programa de responsabilidad personal y social. *Revista de Psicología General y Aplicada*, (12), 45-52.
- García-Vesga, M. C. y Domínguez de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 63-77.
- Giménez, M., Vázquez, C. y Hervás, G. (2010). El análisis de las fortalezas psicológicas en la adolescencia: más allá de los modelos de vulnerabilidad. España. *Psychology, Society & Education*, (2), 97-116
- Giraldo, J., Guzmán, C. y Lozada, M. (2006). Conductas relacionales de inclusión, control y afecto en un grupo de jóvenes pertenecientes al Programa Casas Francisco Esperanza de la Fundación Paz y Bien de la ciudad de Cali. *Pensamiento Psicológico*, 2(6), 33-46.
- Gómez, E., Muñoz, M. y Hoz, A. (2007). Familias multiproblemáticas en riesgo social: Características e intervención. *Psykhé*, 16(2), 43-54.
- Gómez, V., Villegas, C., Barrera, F., y Cruz, J. E. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, (2), 312-325.
- Gracia, E., Lila, M. y Musitu, G. (2005). Rechazo Parental y ajuste psicológico y social de los hijos. *Salud Mental*, 28 (2), 73-81.
- Greco, C., Morelato, G. e Ison, M. (2006). Emociones positivas: una herramienta psicológica para promocionar el proceso de resiliencia infantil. *Psicodebate 7: Psicología, Cultura y Sociedad*, 81-94. Recuperado de <http://dSPACE.palermo.edu/dSPACE/bitstream/10226/426/1/7Psico%2006.pdf>
- Jadue, G., Galindo, A. y Navarro, L. (2005). Factores protectores y factores de riesgo para el desarrollo de la resiliencia encontrados en una comunidad educativa en riesgo social. *Estudios Pedagógicos*, 31(2), 43-55. Recuperado de http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-7052005000200003&script=sci_arttext

- Jiménez, T. I. Murgui, S. y Musitu, G. (2007). Comunicación familiar y ánimo depresivo: el papel mediador de los recursos psicosociales del adolescente. *Revista Mexicana de Psicología*, 24(2), 259-271.
- Lacunza, A. B. (2009). Las habilidades sociales como recursos para el desarrollo de fortalezas en la infancia. *Psicodebate 10: Psicología, Cultura y Sociedad*, 231-248. Recuperado de http://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/10226/586/1/10Psico_13.pdf
- Liberalesso, A. (2002). Bienestar Subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una psicología positiva en América Latina. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 1, 55-74.
- Limonero, J.T., Tomás-Sábado, J., Fernández-Castro, J., Gómez-Romero, M.J. y Ardilla-Herrero, A. (2012). Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: predictores de satisfacción con la vida. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 20(1), 183-196.
- López, L. M. y Loaiza, M.O. (2009). Padres y madres migrantes internacionales y su familia: oportunidades y nuevos desafíos. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 7(2), 860-873.
- Martínez-Pampliega, A., Sanz, M., Iraurgi, I., e Iriarte, L. (2009). El impacto de la ruptura matrimonial en el Bienestar Psicológico de los hijos. Síntesis de Resultados de una línea de investigación. *La Revue du REDIF*, (2), 7-18. Recuperado de http://www.researchgate.net/publication/237126387_Impacto_de_la_ruptura_matrimonial_en_el_bienestar_psico_y_psicologico_de_los_hijos._Sntesis_de_Resultados_de_una_linea_de_investigacin.
- Mestre, M., Samper, P., Tur, A. y Díez, I. (2001). Estilos de Crianza y desarrollo prosocial de los hijos. *Revista de Psicología General y Aplicada*, (4), 691-703.
- Moreno, N. D. (2013). Familias cambiantes, paternidad en crisis. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 177-209.
- Muñoz, C. (2007). Perspectiva Psicológica de Bienestar Subjetivo. *Psicogente*, (18), 163-173.
- Muñoz, M., Gómez, P. y Santamaría, C. (2008). Pensamientos y sentimientos reportados por los niños ante la separación de sus padres. *Universitas Psychologica*, 7(2), 347-356.
- Oliva, A. (2007). Adolescencia en positivo. *Apuntes de Psicología*, (25), 235-237.
- Oliva, A., Antolin, L., Estévez, R., y Pascual, D. M. (2011). *Activos del Barrio y Ajuste Adolescente*. Sevilla: Universidad de Sevilla.

- Omar, A., Paris, L., Aguiar, M., Almeida, S. E. y Del Pino, R. (2009). Validación del inventario de bienestar subjetivo con muestras de jóvenes y adolescentes argentinos, brasileños y mexicanos. *Suma psicológica*, (16), 70-84.
- Ortiz, J. (2008). Psicología positiva: temáticas y técnicas. *Revista Universidad San Buenaventura Medellín*, (13), 55-69.
- Palomera, R., Salguero, J. y Ruiz, D. (2012). La percepción emocional como predictor estable de ajuste prosocial en la Adolescencia. *Revista Psychology*, (1), 42-58.
- Páramo, M. de los A., Straniero, C. M. García, C. S. y Torrecilla, N. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Revista Pensamiento Psicológico*, 10(1), 7-21.
- Pérez, C. H., Bonnefoy, C., Cabrera, A., Peine, S., Muños, C., Baquedano, M. y Jiménez, J. (2011). Análisis desde la psicología positiva, de la salud mental en estudiantes universitarios de primer año de Concepción – Chile. *Avances en Psicología Latinoamericana*, (1), 148-160.
- Profamilia (2010). Encuesta de demografía y salud – Ends. Recuperado de http://www.profamilia.org.co/encuestas/Profamilia/Profamilia/index.php?option=com_content&view=article&id=62&Itemid=9
- Rivera, M. E., y Pérez, M. de la C. (2012). Evaluación de los recursos psicológicos. *Revista de Psicología*, 9(19), 1-19.
- Rodríguez, M. A., Del Barrio, V. y Carrasco, M. A. (2009). Consistencia interparental y su relación con la agresión y la sintomatología depresiva en niños y adolescentes. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 1(14), 51-60.
- Rosenfeld, E. (2009). Los procesos de producción artística como espacios para el desarrollo positivo de los jóvenes. *Revista Interuniversitaria de Formación de Profesorado*, (23), 181-202.
- Saavedra, E., Castro, A. y Saavedra, P. (2012). Autopercepción de los jóvenes universitarios y resiliencia de sus particularidades. *Katharsis*, (14), 89-105.
- Sejio, D., Novo, M., y Mohamed, L. (2012). Programa para mejorar las habilidades socio-cognitivas con alumnos de diferentes culturas en la ciudad Autónoma de Melilla. *Revista Educação e Humanidades*, (3), 229-242.

- Silas, J. (2008). ¿Por qué Miriam sí va a la escuela? Resiliencia en la Educación básica Mexicana. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, (39), 1.255-1.279.
- Tiramonti, G. (2006). Procesos de individuación en Jóvenes Escolarizados. Sectores medios y altos en la Argentina. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, (29), 367-380.
- Trends, C. (2013). Mapa Mundial de la Familia 2013. Cambios en la familia y su impacto en el bienestar de la niñez. Traducción de Universidad de Piura. Recuperado de: http://www.child-trends.org/wp-content/uploads/2013/05/Mapa_mundial_familia_2013.pdf
- Vallejo, R., Sánchez, F., y Sánchez, P. (2004). Separación o divorcio: Trastornos psicológicos en los padres y los hijos. *Revista Asociación Especialista Neuropsiquiatría*, (92), 91-110
- Vargas, J. A., Oros, L. B. (2011). La paternidad y autoestima de los hijos: Una revisión sobre la importancia del fortalecimiento familiar para el desarrollo infantil positivo. *Revista Apuntes Universitarios*, (1), 143-156.
- Vega-Vásquez, M., Rivera-Heredia, M. E., y Quintanilla-Montoya, R. (2011). Recursos psicológicos y resiliencia en niños 6, 8 y 10 años de edad. *Revista de Educación y Desarrollo*, 17, 33-41.
- Verdugo-Lucero, J. L., Ponce de León-Pegaza, B. G., Guardado-Llamas, R. E, Meda-Lara, R. M., Uribe-Albarado, J. I., y Guzmán-Núñez, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 79-91.
- Walsh, F. (2004). *Resiliencia familiar: Estrategias para su fortalecimiento*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Zavala, M. y López, I. (2012). Adolescentes en situación de riesgo prosocial: ¿Qué papel juega la inteligencia emocional? *Psychology*, (1), 59-75.
- Zuleta, M. (1991) La relación madre e hijo en el síndrome de Down hoy: Perspectivas para el futuro. Recuperado de: http://www.feaps.org/biblioteca/sexualidad_ydi/07_relacion.pdf