

POLINIZANDO RESILIENCIAS CON STEFAN VANISTENDAEL

María de las Olas Palma García

Universidad de Málaga

El paradigma de la resiliencia se ha venido construyendo de manera dinámica desde las aportaciones teóricas y aplicadas de autores referentes de diferentes disciplinas entre los que destaca Stefan Vanistendael.

Vanistendael (Utrecht – 1951) es uno de los investigadores que más ha desarrollado el concepto de Resiliencia y explorado sus aplicaciones en el ámbito de la intervención social, por lo que el conocimiento de su obra es especialmente relevante para las ciencias sociales en general y el Trabajo Social en particular.

A partir de un trabajo de compendio de su obra se han identificado las principales claves y temáticas, que actualmente pueden ofrecer respuestas a los contextos y retos con los que se encuentra la realidad social, entre las que destaca: el humor como instrumento de transformación social.

EL HUMOR NOS ACERCA A LA ESPERANZA COMO FORMA DE REALISMO OPTIMISTA.

El humor se describe como una forma de *realismo optimista*, dado que no niega el problema y descubre una perspectiva positiva (Vanistendael, 2013). Con frecuencia el humor aparece ante lo que no es del todo correcto, ante algo que va mal, y es en dicha experiencia ante la que es posible conservar la confianza o recuperarla. De esta forma, el humor reconoce la existencia de problemas, pero abre nuestros corazones y mentes a la esperanza.

EN EL HUMOR ENCONTRAMOS UNA SABIA FORMA DE INTELIGENCIA VITAL.

El humor nos libera de nuestra particular percepción y nos permite aprehender de la realidad de manera más adecuada, más completa, incorporando sus aspectos positivos y

negativos (Vanistendael, 2013). El humor constructivo no niega que existan problemas, sino que al mismo tiempo, llama la atención un punto positivo, olvidado o descuidado. Nos ayuda a reestructurar la realidad e introducir en ella una corrección cognitiva, que ajusta su percepción y favorece que nos distanciamos de lo desagradable lo suficiente como para afrontarlo e incorporarlo a la vida con mayor capacidad, aunque no necesariamente se resuelva. Esto es sabiduría. (Vanistendael, 1995).

EL HUMOR SE APRENDE

Nacemos con una estructura básica de la experiencia del humor que desde pequeños nos permite enfrentar la adversidad cuando nos rodeamos de confianza. Por ello, el bebé confía -y esboza una sonrisita- incluso cuando en el juego *dónde está el bebé* hacemos que sienta la ausencia de su madre. A lo largo de los años, esta experiencia del humor evolucionará gradualmente a formas de humor más complejas (Vanistendael, 2013). No hay forma de enseñar a la gente a ser graciosa, pero sí podemos establecer un clima, desde un proyecto, una familia o incluso la escuela, en el que la gracia pueda despuntar y desarrollarse. Deberíamos identificar juegos y demás actividades que estimulen los exponentes del sentido del humor mencionados anteriormente.

EL VALOR PROFUNDO Y PODEROSO DEL HUMOR.

El humor puede ser una *piedra angular* de la vida y la reconstrucción de la vida cuando ocurren situaciones complejas. El humor es mucho más que un mecanismo de defensa ante problemas menores, entenderlo así es reducir todo su valor y potencial. De hecho, el humor puede ser una *piedra angular* de la vida, incluso una *piedra angular* de la reconstrucción de la vida cuando ocurren situaciones complejas (Vanistendael, 2013).

EL HUMOR TRASPASA CULTURAS

Es cierto que el humor varía entre culturas, aunque sus estructuras subyacentes son bastantes estables. De este modo, varía la expresión del humor, pero su valor constructivo permanece (Vanistendael, 2013).

Desde estas claves, la resiliencia ofrece un punto de partida en el que los interventores sociales pueden encontrar respuestas y estrategias útiles para evaluar, diagnosticar y conocer la realidad social contemporánea de acuerdo a los nuevos retos que esta plantea a las ciencias sociales. Vanistendael (2005) recuerda a su vez, que la resiliencia es una realidad muy profunda que escapa a las posibilidades de los métodos de investigación científica y que por tanto, desde la humildad y prudencia, se ha de aprender siempre de diversas fuentes de información: la ciencia, la experiencia profesional y la experiencia en la vida. En este sentido, aun cuando la tendencia investigadora ha estado instalada durante mucho tiempo en la medición de la resiliencia a partir de instrumentos propios, o combinados con otros que evalúan variables relacionadas, en los últimos años, cada vez encontramos más trabajos realizados desde el ámbito del Trabajo Social, y otras disciplinas sociales, que se acercan a la resiliencia desde un enfoque más cualitativo, centrado en el estudio de la experiencia, lo que mejora su observación como proceso y no como respuesta estática (Graham y Shier, 2010). El paradigma de la resiliencia invita a aprender de lo que sí funciona, de todas aquellas experiencias y mecanismos que las personas, familias y grupos ponen en marcha ante situaciones adversas, en las que el humor como pilar de resiliencia ocupa un lugar central.

Como reflexión final, y a modo de propuestas para el debate, se aportan los siguientes interrogantes para los profesionales vinculados a la intervención social:

¿Cómo podemos los profesionales de la acción social educar en el humor resiliente - porque el Humor se aprende y hemos de utilizarlo como estrategia de crecimiento tanto para el que lo recibe como el que lo ofrece- ¿pero cómo hacerlo manteniendo los límites del humor saludable en una sociedad a veces sin límites para el humor?

¿Cómo hacer también de los profesionales, personas con un adecuado e intencionado sentido del humor resiliente?

Referencias bibliográficas

AA. VV. (2013). *Resiliencia y humor*. Editorial Gedisa.

Graham, J. & Shier, M. (2010). Social Work Practitioners and Subjective Well-being: Personal factors contribute to high levels of subjective well-being. *International Social Work*, 53 (6), 757-772.

Vanistendael, S. (1995). *Cómo crecer superando los percances. Resiliencia: capitalizar las fuerzas del individuo*, Cuadernos BICE.

Vanistendael, S. (2005). *La Resiliencia: Desde una inspiración hacia cambios prácticos*, 2º Congreso Internacional de los Trastornos del Comportamiento en Niños y Adolescentes.