

10mo Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física, La Plata, 2013.

# **Una nueva oportunidad: Construir resiliencia través del deporte.**

Axmann, Teresita, Macchiotti, Laura y Tosello, Evangelina.

Cita:

Axmann, Teresita, Macchiotti, Laura y Tosello, Evangelina (2013). *Una nueva oportunidad: Construir resiliencia través del deporte*. 10mo Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física, La Plata.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-049/165>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/epfv/W6q>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*



Teresita Axmann  
Laura Macchiotti  
Evangelina Tosello

UCA-FIFA-CIES Internacional University Network  
Pontificia Universidad Católica Argentina  
Centro Internacional de Estudios del Deporte -Universidad de Neuchatel Suiza  
Federación Internacional del Fútbol Asociación –FIFA  
Axmann, [teresitaaxmann@gmail.com](mailto:teresitaaxmann@gmail.com)  
Macciotti, [lauramac@arnet.com.ar](mailto:lauramac@arnet.com.ar)  
Tosello, [evangetosello@hotmail.com](mailto:evangetosello@hotmail.com)

## **Resumen**

En Argentina son 6.7 millones los jóvenes <sup>1</sup> - entre 15 y 24 años de edad- en situación de pobreza que están en grave riesgo.

Algunos están involucrados en conductas de riesgo y otros expuestos a factores de riesgo relacionados a conductas de riesgo.

Las consecuencias de estas conductas dificultan la transición del joven al mundo adulto imponiendo altos costos a los individuos y a la sociedad generando exclusión social.

La pobreza afecta la estabilidad y el buen desarrollo de las relaciones familiares aumentando la probabilidad de que los niños desarrollen problemas socio-emocionales, síntomas sicosomáticos, reduzcan sus aspiraciones y expectativas.

Junto a esta afirmación, surge la pregunta respecto de ¿qué es? aquello que caracteriza a las personas que a pesar de vivir situaciones de adversidad psicosocial severa, muestran competencia funcional en su vida cotidiana.

## **Resiliencia = Palabra Clave...**

### Estrategia de Construcción

---

<sup>1</sup>1-Informe Banco Mundial 2008

**Deporte:** Soporte de formación + ambiente favorable para promover conductas resilientes = habilidades adquiridas y orientadas a la acción.

**Proyectos Sociales:** Gestión de recursos que busca solucionar un problema.

### **Esenciadeldeporte.org**

Directorio de Organizaciones y Proyectos que utilizan el deporte para el desarrollo social.

### **Palabras Clave**

Pobreza –Resiliencia- Deporte

En Argentina son 6.7 millones los jóvenes <sup>2</sup> - entre 15 y 24 años de edad- en situación de pobreza que están en grave riesgo. Más de 2 millones de jóvenes ya se ha involucrado en conductas de riesgo, y otro millón está expuesto a factores de riesgo relacionados a eventuales conductas de riesgo.

Las consecuencias de estas conductas de riesgo —deserción escolar, embarazo precoz, enfermedades de transmisión sexual, adicciones, encarcelación, violencia, desempleo y exclusión social—hace difícil la transición del joven al mundo adulto, imponiendo altos costos a los individuos y a la sociedad, generando exclusión social.

Son numerosos los instrumentos internacionales, que intentan erradicar la pobreza; en septiembre de 2000 en la Cumbre del Milenio de las Naciones Unidas se establecieron los “Objetivos de desarrollo del Milenio” (ODM), ocho ambiciosos objetivos que se intentan alcanzar para 2015 y uno de los principales desafíos planteados es lograr el Objetivo 1: “Erradicar la pobreza extrema y el hambre”

Para eliminar la miseria en materia de desarrollo humano y social en la sociedad argentina sea algo más que una expresión de deseo, es necesario emprender estrategias para su corrección. En este camino, la superación de los

problemas de déficit en materia de desarrollo humano implica no sólo la necesidad de construir consensos sociales sino también una intervención sistémica, en el sentido de un claro esfuerzo político institucional, así como el compromiso activo y permanente de los sujetos sociales. En este sentido, la práctica cotidiana de los actores debe estar enfocada y comprometida en la búsqueda activa de la solución de los problemas que afectan a toda la sociedad.<sup>3</sup>

La pobreza es una condición especialmente generadora de dolor y estrés, que afecta la estabilidad y el buen desarrollo de las relaciones familiares, aumentando la probabilidad de que los niños desarrollen problemas socio-emocionales, síntomas psicósomáticos, reduzcan sus aspiraciones y expectativas.

Junto a esta afirmación, surge la pregunta respecto de ¿qué es? aquello que caracteriza a las personas que a pesar de vivir situaciones de adversidad psicosocial severa, muestran competencia funcional en su vida cotidiana.

### **Resiliencia = Palabra Clave...**

La resiliencia otorga una nueva oportunidad

El término Resiliencia tiene su origen en el idioma latín *resilio* que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. El término ha sido adaptado por las ciencias sociales para caracterizar aquellas “personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos” (Michael Rutter, 1993)

En la resiliencia se distinguen dos componentes, la resistencia frente a la destrucción, proteger la propia integridad bajo presión y la capacidad para construir un conductismo vital positivo pese a circunstancias difíciles (Vanistendael y Lecomte ,2002), concepto que incluye además la capacidad de una persona o sistema social de enfrentar adecuadamente las dificultades en una forma socialmente aceptable.

La resiliencia se caracteriza por un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana, estos procesos tienen lugar a través del tiempo dándose afortunadas combinaciones entre los atributos de los jóvenes, su ambiente familiar, social y cultural. Es un proceso interactivo donde se destaca el rol activo de los jóvenes frente a lo que les ocurre.

“Es un proceso del desarrollo humano que combina la exposición o experiencia de adversidad con la adaptación positiva” (Lic. Francisca Infante, 2004)

### **Ser resiliente significa crecer hacia algo nuevo...**

Para construir la resiliencia en el niño y en el adolescente hacen falta algunos ingredientes básicos<sup>4</sup>

Personas: adultos de referencia o un grupo adulto en el que pueda confiar, una persona que cree verdaderamente en el potencial real del niño y que lo acepte fundamentalmente como persona.

Colaboraciones: un compromiso de la sociedad en la atención a la salud integral del adolescente que atienda las necesidades materiales de base, como la comida, los cuidados de salud.

Programas de Actividades: que le den un sentido de pertenencia a un grupo.

Lugar: disponer de lugares de reunión.

Cabe señalar la importancia vital de dos elementos: el vínculo y la palabra.

La resiliencia no se construye sola, sino gracias a fuertes vínculos de afecto que se han tejido a lo largo de la vida. Para Boris Cyrulnik (1999) se trata de “tejer” la resiliencia.

### **El deporte le da sentido de pertenencia al grupo.**

La resiliencia se manifiesta como una definición pragmática que tiene sus orígenes en las realidades educativas y sociales. Proponemos un enfoque preventivo basado en el deporte como soporte de formación integral y como ambiente favorable para promover conductas resilientes = habilidades adquiridas y orientadas a la acción.

El deporte, cualquiera sea su ámbito de aplicación, constituye una potente herramienta para conseguir la formación integral de los individuos, y su práctica promueve a través del desarrollo de las áreas afectivas y sociales, el aprendizaje y la asunción de valores, actitudes y comportamientos pro-sociales que favorecen la prevención de conflictos y situaciones de riesgo, y una convivencia más pacífica y segura. Se ha señalado al deporte como el mejor elemento para la formación en valores, como herramienta de prevención y como mecanismo de protección de conductas de riesgo en los tiempos libres y de ocio de las personas.

La eficacia educativa del deporte y su influencia en la prevención de conductas de riesgo reside en la capacidad de acostumbrar a soportar el esfuerzo y a soportar el aplazamiento de la recompensa

El deporte como ambiente favorable presenta las condiciones necesarias para la promoción de conductas resilientes, basadas en el respeto, la seguridad de un afecto, la relación de aceptación incondicional y la extensión de redes informales de apoyo.

Las investigaciones acerca de la resiliencia han identificado factores claves de protección en la vida de los niños y jóvenes que pueden ser potenciados para prevenir el impacto de los factores de riesgo como son el trauma y el estrés. El factor de protección más significativo es la interrelación del niño y el joven con amigos, su familia y otros adultos fuera de su esfera familiar. Para los niños en particular el cuidado experto, la aceptación y el formar nuevas amistades con adultos familiares o fuera de sus familias (como sus maestros y entrenadores) tiene un significativo impacto positivo en el desarrollo.

Como los niños y jóvenes se benefician de “modelos” de calidad, el deporte grupal, y las actividades de juego ofrecen importantes oportunidades para que los participantes se involucren con miembros mayores de su comunidad. Estos mayores pueden ser quienes organicen actividades estructuradas que promuevan en los niños y jóvenes el desarrollo de su autoestima, que apoyen sus habilidades para comunicarse más eficientemente, y les ayuden a manejar una relación más sana con sus pares—y una relación saludable con sus pares se convierte en otro potencial factor de protección.

Se debe enfatizar que un aspecto clave de la sana relación del adulto con el niño o joven es el rol que juega el adulto en la enseñanza de valores, como el trabajo en equipo, juego limpio y ético, y las conductas sociales que apoyan esos valores. Por consiguiente, el impacto del “conductor - facilitador” en el deporte psicosocial y juegos deportivos es de gran importancia y debe estar capacitado no solo con la habilidad de enseñar el deporte y el juego pero debe entender las emociones y propiciar la inter-comunicación entre los niños y los jóvenes y ayudarlos a desarrollar efectivamente sus habilidades.

La tarea, está en descubrir en cada uno, las señales de resiliencia y los recursos que poseen, por más débiles que aparezcan. Estos recursos permiten promover componentes positivos, estimular fortalezas y desarrollar conductas resilientes que implican habilidades personales y sociales orientadas a la acción.

Como componentes personales básicos de construcción se encuentran: Autonomía, Resolución de problemas, Competencia Social y Sentido de propósito y de futuro.

### **Los Proyectos Sociales**

El juego y las actividades deportivas (tomando como juego a cualquier movimiento organizado, ejercicio, disputa deportiva o actividad artística) pueden tener un impacto estabilizador en la mayoría de los niños brindando apoyo y propiciando el proceso de resiliencia. Los deportes y los programas de



juego psicosociales son un acercamiento relativamente nuevo para ayudar a los niños a manejar la adversidad.

En años recientes, las Naciones Unidas, gobiernos, organizaciones de ayuda, nacionales e internacionales así como corporaciones deportivas han tomado al deporte psicosocial y los programas de juegos como método de innovación para abordar numerosos problemas sociales y de salud. Estos programas se han puesto en marcha en diferentes situaciones, post guerra o post conflictos para construir la paz, para promover oportunidades de integración social, para erradicar pobreza, para promover y proveer educación sanitaria y para ayudar a restablecer la estabilidad social y psicológica, luego de desastres naturales.

Se define a los proyectos sociales como “una unidad organizada de gestión que busca solucionar un problema” <sup>5</sup> . Un proyecto social debe cumplir con los siguientes principios básicos:

**Participativos:** es fundamental la participación activa de los beneficiarios en la elaboración del diagnóstico, priorización de las necesidades a solucionar, el monitoreo, el control de la gestión y evaluación.

**Equitativos:** los proyectos sociales son equitativos cuando disminuyen las brechas existentes entre los distintos sectores sociales, están orientados a los más vulnerables.

**Sustentables:** los proyectos sociales son sustentables en la medida que existan recursos físicos, humanos y económico-financieros para que puedan ser adecuadamente implementados.

**Evaluables:** los proyectos sociales no se pueden formular si no se sabe implementar una metodología de evaluación. La evaluación sirve de marco de referencia para la formulación del proyecto, permite medir costos y el impacto del mismo.

Será entonces la tarea del conductor/ facilitador promover modelos de autogestión, fortalecer el trabajo en equipo y crear líderes multiplicadores deportivos para apropiarse del "poder de hacer por uno mismo y por los demás".

### **Esencia del Deporte**

El desafío- Tejer redes de información

Hay evidencia práctica, y anecdótica suficiente para sugerir que los programas deportivos son de gran beneficio para quienes han sido víctimas de estrés severo o trauma, pero hay poca evidencia empírica que lo prueba.

Este es un desafío que los iniciadores de los programas psicosociales y sus patrocinadores deben ahora enfrentar. Mientras que el foco hasta ahora estuvo puesto en la obtención de fondos para el desarrollo e implementación de los programas ha habido muy poca inversión o disponibilidad de fondos para la recolección de datos de resultados a corto, mediano y largo plazo, del impacto del deporte como potenciador de la resiliencia.

Los datos empíricos son cruciales para comprobar qué intervenciones son las más eficaces para potenciar la resiliencia, y así poder adecuar los escenarios para trabajar en forma más efectiva. La investigación empírica de campo en el deporte psicosocial puede ayudar a establecer una base de datos comparable para facilitar la determinación de mejores prácticas y la evaluación más exacta de programas deportivos orientados a potenciar la resiliencia.

Y es aquí donde juegan un rol importante los medios, las instituciones y las redes sociales. Los medios porque tienen más oportunidades para llegar a todos y para transmitir a la sociedad los valores positivos que promueve el deporte. Las instituciones porque tienen la responsabilidad de desarrollar y ejecutar programas de promoción de valores educativos del deporte. La institución más importante en este aspecto es la escuela. Ella es el gran e ideal escenario para influir en la práctica deportiva de nuestros niños y adolescentes,

y así activar la resiliencia. Y finalmente las redes sociales porque como en el deporte el esfuerzo individual ayuda al logro grupal.

Hace tiempo que Internet dejó de utilizarse simplemente como un gran archivo de información de todo tipo. Hoy es la plataforma de redes sociales por excelencia.

Estas redes son formas de interacción social, definida por un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contextos de complejidad. Un sistema abierto y en construcción permanente, que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas y que se organizan para potenciar sus recursos.<sup>6</sup>

### **Poniendo el primer ladrillo**

<http://www.esenciadeldeporte.org>

La [esenciadeldeporte.org](http://www.esenciadeldeporte.org) es un directorio interactivo que nuclea organizaciones, fundaciones e iniciativas que utilizan el deporte como disparador de la resiliencia. La confluencia de esfuerzos y necesidades maximizando los resultados.

<http://www.esenciadeldeporte.org> invita a las distintas organizaciones a compartir sus proyectos, promoviendo la publicación de resultados en el corto y largo plazo para establecer un banco de datos que permita el estudio en profundidad del deporte como herramienta para mejorar la calidad de vida.

### **Voces Autorizadas**

Testimonios que dan cuenta sobre la potencialidad del deporte orientado a la búsqueda de la resiliencia en función de la adaptación positiva, alcanzando la Inclusión Social.

Proyecto Virreyes: <http://www.vrc.org.ar/>

Stick for India: <http://www.stickforindia.com>

Footballfor Hope / FIFA

<http://www.fifa.com/aboutfifa/worldwideprograms/footballforhope/index.html>

Coca –Cola Programa Dale Juguemos

<http://cocacoladeargentina.com.ar/iniciativas/dale-juguemos/>

## **Palabras Clave**

Pobreza -Resiliencia -Deporte

## **Notas**

<sup>1</sup> Informe Banco Mundial 2008

<sup>2</sup> Barómetro de la Deuda Social Argentina 2008 – UCA

<sup>3</sup> Blum, 1997

<sup>4</sup> Formulación, Evaluación y Monitoreo de Proyectos Sociales 2010 /CEPAL

<sup>5</sup> Gustavo Agurete

## **Referencia Bibliográfica**

Axmann, T., Macciotti, L., Tosello, E., et al (2009) *Una nueva oportunidad: construir resiliencia a través del deporte*. CIES.

Cohen, E., Martinez, R., et al (2010) *Manual Formulación, Evaluación y Monitoreo de Proyectos Sociales*. División Desarrollo Social -CEPAL