

# UNA PROPUESTA ANTROPOLÓGICA PARA LA COMPRENSIÓN DE LA RESILIENCIA EN NIÑOS: LAS VIRTUDES HUMANAS<sup>1</sup>

AN ANTHROPOLOGICAL PROPOSAL TO UNDERSTAND CHILDREN'S  
RESILIENCE: HUMAN VIRTUES

UMA PROPOSTA ANTROPOLÓGICA PARA A COMPREENSÃO DA  
RESILIÊNCIA NAS CRIANÇAS: AS VIRTUDES HUMANAS

Victoria Eugenia Cabrera<sup>2</sup>

Viviana Lucía Aya<sup>3</sup>

Andrés Mauricio Cano<sup>4</sup>

## RESUMEN

El abordaje de la resiliencia ha tenido algunas modificaciones a lo largo de los años. En un principio, se enfocaba en los aspectos negativos que las personas generaban en medio de la adversidad. Posteriormente, se ha centrado en las características positivas que pueden desarrollarse como producto de estas situaciones. El objetivo de este trabajo consistió en generar una reflexión sobre la manera de comprender y conceptualizar la resiliencia desde diferentes perspectivas teóricas y así generar una nueva manera de entenderla de acuerdo con las virtudes humanas desde la antropología filosófica. Para cumplir con este propósito, se llevó a cabo una revisión de la literatura empírico-analítica de los estudios que proponían una manera de evaluar y medir este concepto. Aunque existen algunas propuestas para medir la resiliencia desde diferentes disciplinas, ninguno de los estudios previos tuvo en cuenta las virtudes humanas como indicadores de resiliencia desde la antropología filosófica.

**PALABRAS CLAVE:** resiliencia, virtudes, medición, antropología filosófica. (Fuente: Decs, Bireme).

## ABSTRACT

*The approach to resilience has undergone several changes over the years. Initially, it concentrated on the negative aspects persons generate in the midst of adversity. Subsequently, the focus has been on the positive characteristics that may develop as a result of these situations. The aim of this study is to reflect on how resilience can be understood and conceptualized from different theoretical perspectives and, thus, to find new ways to understand it based on human virtues from the perspective of philosophical anthropology. To do so, the authors reviewed empirical-analytic literature on studies that propose ways to assess and measure this concept.*

<sup>1</sup> Revisión y análisis producto de la construcción teórica de la investigación sobre “Factores familiares, escolares y de salud que predicen procesos de resiliencia en los niños”.

<sup>2</sup> Instituto de la Familia, Universidad de La Sabana, Colombia. victoria.cabrera@unisabana.edu.co

<sup>3</sup> Instituto de la Familia, Universidad de La Sabana, Colombia. viviana.aya@unisabana.edu.co

<sup>4</sup> Instituto de la Familia, Universidad de La Sabana, Colombia. andres.cano@unisabana.edu.co

FECHA DE RECEPCIÓN: 2012-09-18

FECHA DE APROBACIÓN: 2012-10-23

*Although there are some proposals to measure resilience through different disciplines, none of the previous studies took into account human virtues as indicators of resilience from the standpoint of philosophical anthropology.*

**KEY WORDS:** *resilience, virtues, measurement, philosophical anthropology. (Source: Decs, Bireme).*

#### RESUMO

A abordagem da resiliência vem tendo algumas modificações ao longo dos anos. Em um princípio, enfocava-se nos aspectos negativos que as pessoas geravam em meio da adversidade. Posteriormente, centrou-se nas características positivas que podem se desenvolver como produto dessas situações. O objetivo deste trabalho consiste em gerar uma reflexão sobre a maneira de compreender e conceitualizar a resiliência sob diferentes perspectivas teóricas e, assim, gerar uma nova maneira de entendê-la de acordo com as virtudes humanas a partir da antropologia filosófica. Para atingir este propósito, realizou-se uma revisão da literatura empírico-analítica dos estudos que propunham uma maneira de avaliar e medir este conceito. Embora existam algumas propostas para medir a resiliência desde diferentes disciplinas, nenhum dos estudos prévios considerou as virtudes humanas como indicadores de resiliência a partir da antropologia filosófica.

**PALAVRAS-CHAVE:** resiliência, virtudes, medição, antropologia filosófica. (Fonte: Decs, Bireme).

## INTRODUCCIÓN

Desde finales del siglo pasado se ha generado un mayor interés por obtener información acerca de los niños y las niñas que desarrollan características y actitudes positivas a pesar de haber sido criados en condiciones de adversidad, en lugar de hacer énfasis en el daño sufrido y en los rasgos negativos que podrían ocurrir producto de ese daño (1). Esta interacción entre las condiciones adversas y las características positivas que se desarrollan en medio de ellas es lo que los autores han denominado resiliencia (2).

Al experimentar una serie de demandas y condiciones en la familia, en el trabajo, en la escuela y en otros contextos las personas necesitan, por medio de la resiliencia, promover actitudes y comportamientos saludables que contribuyan al bienestar, y lleven a un menor riesgo de

afectar su salud física y mental (3). A su vez, la literatura existente evidencia que una vez las personas superan las condiciones difíciles, logran una vida equilibrada, creativa y optimista, atenuando los efectos de la adversidad, y transformándolos en oportunidades de mejora y crecimiento.

La resiliencia ha generado bastante interés en las diferentes disciplinas desde las que se ha estudiado, por tanto, el espectro de aquellas interesadas en este tema ha aumentado hasta el punto de hacer de ella una actividad transdisciplinaria por excelencia, que congrega saberes de distintas áreas entre las que se destacan la psicología, la antropología, la sociología, las ciencias de la salud, la economía, el trabajo social, el derecho y las ciencias de la educación (4, 5).

Por otro lado, algunos investigadores han propuesto diferentes maneras de medir y evaluar la resiliencia. Oros (6) al respecto, resaltó la necesidad de contar con instrumentos de calidad psicométrica que permitieran detectar las carencias en la vida afectiva de los niños, con el propósito de suplirlas mediante programas de intervención. Asimismo Ospina (7), en un estudio de la Universidad de Antioquia, sugiere que se hacen necesarios instrumentos de medición proyectados a una valoración más adecuada de los procesos de adaptación y los rasgos de la personalidad.

En este marco de referencia, el objetivo de este trabajo consiste en generar una reflexión sobre la manera de comprender y conceptualizar la resiliencia desde diferentes perspectivas teóricas, y así generar una nueva manera de abordarla de acuerdo con las virtudes humanas desde la antropología filosófica y, a su vez, proponer una manera novedosa de medirla a través de estos indicadores.

Como parte de este propósito se llevó a cabo una revisión de la literatura existente acerca de las diferentes maneras de conceptualizar la resiliencia en los antecedentes teóricos y empíricos analizados y su correspondiente medición.

Por tanto, este trabajo se justifica en la medida en que en la revisión realizada no se encontraron investigaciones que hayan estudiado y medido este constructo desde la antropología filosófica, que contemplen las virtudes humanas como indicadores de resiliencia. Este escrito busca ser coherente con el estudio de la resiliencia desde una aproximación centrada en las potencialidades de la persona, más que en sus aspectos negativos, y de esta manera, formar parte de las nuevas tendencias al explicar este concepto de una manera novedosa.

EL OBJETIVO DE ESTE TRABAJO  
CONSISTE EN GENERAR UNA REFLEXIÓN  
SOBRE LA MANERA DE COMPRENDER  
Y CONCEPTUALIZAR LA RESILIENCIA  
DESDE DIFERENTES PERSPECTIVAS TEÓRICAS.

***Antecedentes del concepto de resiliencia***

El adjetivo resiliente, tomado del inglés *resilient* y del francés *résilience*, nació originalmente en la metalurgia y la ingeniería civil para describir la capacidad de algunos materiales de recobrar su forma original, después de ser sometidos a una presión deformadora (8). Asimismo, se han encontrado diferentes autores que han acuñado este término a otras disciplinas. Desde la medicina y la psicología de la salud, por ejemplo, la resiliencia es una de las variables más estudiadas en la actualidad, debido a las implicaciones que tiene para la prevención y la promoción de la salud del ser humano y su calidad de vida (9).

Inicialmente, algunos autores tenían la tendencia a centrarse en todo aquello que resultaba sombrío, es decir, en los resultados negativos del desarrollo más que en analizar las características positivas (1). Posteriormente, las investigaciones se enfocaron en el estudio de una serie de rasgos positivos que identificaban a los niños resilientes. Entre estas características se encuentran: la autonomía, tener un proyecto de vida, competencias sociales, capacidad para solucionar problemas, motivación para el logro, autoestima, empatía, sentido del humor, creatividad, y otras más (10).

Otro estudioso del tema, como Wagnild, explica que la resiliencia es más que recuperarse en respuesta a la adversidad (11). Este autor expone que los individuos resilientes han generado la capacidad de escoger un estilo de vida vigoroso y auténtico, y contempla la capacidad de la persona de vivir la vida de una manera plena y gratificante. Por tanto, en medio de la adversidad, el ser humano trata de descubrir y potenciar aquellas capacidades, aptitudes y acciones positivas que pudieran ayudarlo a fortalecerse como persona.

La resiliencia, además, es considerada por algunos autores como un mecanismo en el que interactúan el individuo y su entorno; se constituye entonces en un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que hacen posible la salud de un individuo aun cuando este se encuentre en un medio poco saludable (12). Para Rutter (2), este proceso interactivo incluye la combinación de marcadas experiencias de riesgo, y un desarrollo psicológico positivo a pesar de dichas experiencias.

Vanistendael, citado por Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla (9), sostiene que este constructo tiene dos componentes: la resistencia a la destrucción definida como la capacidad de proteger la propia integridad, y la capacidad de construir una vida positiva a pesar de haber atravesado por arduas circunstancias.

Otra de las maneras en las cuales se ha conceptualizado la resiliencia es como un balance entre factores de riesgo y protección (13). Al respecto, Rutter (2) explica la interacción entre los factores de riesgo y protección, y la consecuente generación de resiliencia, afirmando que estos factores se centran en el impacto que tendrá un conjunto de variables negativas y positivas sobre los individuos, a partir del cual las personas generan re-

ursos resilientes personales de acuerdo con su propia experiencia.

### ***La persona y su relación con las virtudes***

El término virtud proviene del griego *areté* y del latín *virtus* que significa excelencia añadida a algo como perfección (14). Hábito selectivo que consiste en un término medio, que no está dado ni por el exceso ni por el defecto, relativo a la persona, determinado por la razón y por aquella por la cual decidiría el hombre prudente. Igualmente, para Pieper (15), la virtud es “la elevación del ser en la persona humana”, es decir, las virtudes posibilitan el crecimiento personal hasta su mayor bienestar.

Dicho crecimiento personal solo es posible lograrlo a través de la inteligencia, por la cual el hombre forma ideas, juicios y razonamientos mediante los cuales pretende acceder a la verdad esencial de la realidad. Junto con la inteligencia, la voluntad se configura como una de las dos potencias superiores que surgen del ser de cada quien, a través de la esencia humana (16). Particularmente, de acuerdo con Stork (17), la voluntad se define como una función intelectual por la cual la persona se inclina hacia el bien conocido intelectivamente. El querer es su acto propio.

Así, el querer de la voluntad, a diferencia de las potencias sensibles del hombre, puede crecer indefinidamente. Esta capacidad de crecimiento irrestricto de la voluntad se denomina virtud. La voluntad es sujeto capaz de virtud porque está abierta, junto con la inteligencia, a todo, incluso a contrarios. Por tanto, la virtud es descrita como una cualidad operativa; se trata de una perfección en orden a actuar (16). Yarce (18) afirma que la virtud

EL SER HUMANO TRATA DE DESCUBRIR  
Y POTENCIAR AQUELLAS VIRTUDES  
Y ACCIONES POSITIVAS QUE PUDIERAN  
AYUDARLO A FORTALECERSE Y PERFECCIONARSE  
COMO PERSONA, RELACIÓN QUE PUEDE  
ENTENDERSE COMO RESILIENCIA.

permite obrar con mayor facilidad, buscar más eficientemente la excelencia en la vida personal, y ayuda a vencer resistencias emocionales o ambientales que se presentan en las situaciones difíciles que viven las personas.

De acuerdo con lo expuesto, una antropología que no considere las virtudes se torna reductiva y pesimista, ya que estas son la manera según la cual cada hombre puede hacer crecer lo propiamente humano. Igualmente, una antropología sin virtudes carece de esperanza, pues en la esencia humana aparece cuando tiene lugar el fortalecimiento de la tendencia natural de la voluntad para adherirse a la felicidad (16).

Así, en medio de la adversidad, el ser humano trata de descubrir y potenciar aquellas virtudes y acciones positivas que pudieran ayudarlo a fortalecerse y perfeccionarse como persona, relación que puede entenderse como resiliencia.

## MÉTODO

Se llevó a cabo una revisión de la literatura empírico-analítica publicada entre los años noventa hasta el 2012, en bases de datos como ISI Web of Science, SciELO,

Redalyc, Ebsco, PsycNET y ProQuest. Se seleccionaron 22 artículos que describían instrumentos que medían la resiliencia desde perspectivas disciplinarias diferentes. Como criterios de inclusión, en la selección de artículos y documentos de investigación se contempló una perspectiva teórica positiva sobre la resiliencia, estudios con metodología cuantitativa de medición de este constructo, resiliencia, virtudes y antropología filosófica en las palabras clave. Se analizaron, además, sus diferentes conceptualizaciones y las maneras de medirla.

Se descartaron artículos que incluyeran metodologías cualitativas debido a que el presente documento tiene como propósito sugerir estudios que puedan medir la resiliencia desde una perspectiva cuantitativa, teniendo en cuenta como indicadores de este constructo las virtudes humanas. Todos los instrumentos que se incluyeron en esta revisión arrojaron un índice de confiabilidad igual o superior a 0,70.

## RESULTADOS

### *Formas de medición cuantitativa de la resiliencia*

Según la revisión de la literatura sobre la forma de medir la resiliencia se encontraron los siguientes resultados (tabla 1). Estos se agruparon según la perspectiva disciplinaria tenida en cuenta en cada uno de los estudios. Block y Kremen (19), en su investigación, buscan medir la resiliencia como una característica estable de la personalidad, que evalúa la capacidad de adaptabilidad de las personas, el nivel de resistencia a la ansiedad y la manera positiva de enfrentar el mundo.

En el estudio de Cardozo y Alderete (20) la resiliencia se evaluó administrando instrumentos que ponen en

consideración los siguientes aspectos: síntomas de salud mental, adaptación social y competencias sociales. La salud mental fue medida a partir de ausencia o presencia de síntomas depresivos y ansiedad. La adaptación social evalúa la presencia o ausencia de conductas prosociales y antisociales. Las competencias sociales fueron medidas a través de la Escala de Asertividad de Godoy *et al.* (1993), que evalúa asertividad, agresividad y sumisión, y pasividad en situaciones de interacción social.

Por su parte, Connor y Davidson (21) evaluaron cinco factores (CD-RISC): 1) competencia personal, altas expectativas y tenacidad; 2) confianza en el dominio de sus propios instintos, tolerancia a los efectos negativos y nivel de impacto del estrés; 3) aceptación positiva de los cambios y seguridad en las relaciones interpersonales; 4) nivel de control; 5) influencias espirituales.

En el estudio de Constantine, Bernard y Díaz (22) se construyó la escala Healthy Kids Resilience Assessment; esta escala contiene seis subescalas, tres relacionadas con factores externos y las otras tres con factores internos. Los factores externos incluyen relaciones de cuidado, altas expectativas y participación significativa. Estos factores se evalúan en el hogar, el colegio y la comunidad. Por otra parte, los factores internos incluyen: competencia social, autonomía y sentido de sí mismo, y sentido de significado y propósito. Específicamente, la competencia social se evaluó a través de habilidades de cooperación y comunicación, empatía y respeto, y habilidades de resolución de conflictos. La autonomía y el sentido de sí mismo por medio de la convicción personal, la autoeficacia y la autoconciencia. Finalmente, el

sentido de significado y propósito se evaluó por medio del optimismo, las metas y los logros, y la motivación.

Dishion y Connell (23), en un estudio longitudinal con adolescentes, definieron la resiliencia como un proceso de autorregulación fundamental en el desarrollo de los niños que crecen en contextos desfavorables, generando un sentido de competencia que los conduce luego a ser resilientes.

Los investigadores Donnon y Hammond (24) diseñaron una escala de resiliencia para jóvenes que evalúa las fortalezas del desarrollo de la persona. Incluyeron factores protectores como las fortalezas extrínsecas e intrínsecas del desarrollo (familia, comunidad, trabajo comprometido con pares, escuela, cultura, sensibilidad social, sensibilidad cultural, autoconcepto, empoderamiento y autocontrol).

Friborg *et al.* (25) elaboraron la Escala de Resiliencia para Adultos (RSA); el instrumento mide la resiliencia a través de cinco dimensiones: 1) competencia personal: sentimiento de adecuación, eficiencia y competencia que tienen las personas en su afrontamiento de los retos y las amenazas a las que se enfrentan; 2) competencia social: capacidad o habilidad de la persona para interactuar de forma exitosa con su ambiente; 3) coherencia familiar: tiempo que comparten los miembros de la familia, lealtad que existe entre ellos y fortaleza de los lazos familiares; 4) apoyo social: vínculos existentes entre la persona y otros, incluye comunicación, solidaridad y confianza; 5) estructura personal: reglas y actividades que realizan las personas y que les facilitan tener orden en su vida.

**Tabla 1. Estudios que han medido la resiliencia a través de una metodología cuantitativa**

No.	Autor	Año	Indicadores de medición de resiliencia	Disciplina
1	Block y Kremen	1996	La capacidad de adaptabilidad de las personas, el nivel de resistencia de la ansiedad y la manera positiva de enfrentar el mundo.	Psicología
2	Cardozo y Alderete	2009	Síntomas de salud mental, adaptación social y competencias sociales	Psicología
3	Connor y Davidson	2003	Competencia personal, altas expectativas y tenacidad; confianza en el dominio de sus propios instintos, tolerancia a los efectos negativos, el nivel de impacto del estrés; aceptación positiva de los cambios y seguridad en las relaciones interpersonales; control; influencias espirituales.	Psicología y psiquiatría
4	Constantine, Bernard y Díaz	1999	Cuidadores, expectativas de vida, significado de la participación en la escuela, el hogar y la comunidad, competencia social, sensibilidad interpersonal y comprensión de sí mismo.	Psicología de la Salud
5	Dishion y Cornell	2006	Proceso de autorregulación	Psicología
6	Donnon y Hammond	2003, 2007	Familia, comunidad, trabajo comprometido con pares, escuela, cultura, sensibilidad social, sensibilidad cultural, autoconcepto, empoderamiento y autocontrol.	Psicología
7	Friborg, Hjemdal, RoseningeyMartinussen	2001	Competencia personal, competencia social, coherencia familiar, apoyo social y estructura personal.	Psicología
8	Grotberg	1995	Apoyo social y vinculación parental medidos en términos de: resiliencia social/interpersonal (yo puedo), resiliencia interna surgida en apoyos familiares y no familiares (yo soy y yo estoy) y habilidades sociales (yo tengo).	Psicología
9	Hurtes y Allen	2001	Darse cuenta de: independencia, creatividad, buen humor, habilidades en las relaciones interpersonales y orientación en valores, así como orientación hacia el servicio social	Psicología
10	Jew, Green y Coger	1999	Orientación hacia el futuro, adquisición de habilidades y toma de independencia y Riesgo.	Psicología
11	Oshio, Kaneko, Nagamine y Nakaya	2003	Búsqueda de la novedad, regulación emocional y orientación positiva hacia el futuro.	Psicología
12	Palomar y Gómez	2010	Fortaleza y confianza en sí mismo, competencia social, apoyo familiar, apoyo social, estructura y organización personal.	Psicología
13	Perry y Bard	2001	Modelado/activo, autoeficacia/locus de control, relaciones positivas entre pares y relaciones positivas adultas.	Psicología

*(Continúa)*

(Viene)

No.	Autor	Año	Indicadores de medición de resiliencia	Disciplina
14	Salgado	2004	Autoestima, empatía, autonomía, humor y creatividad.	Psicología
15	Saavedra y Villalta	2008	Identidad, autonomía, satisfacción, pragmatismo, vínculos, redes, modelos, metas, afectividad, autoeficacia, aprendizaje, generatividad.	Psicología
16	Saavedra y Castro	2009	Identidad-autoestima, redes-modelos, aprendizaje-generatividad, recursos internos, recursos externos.	Pedagogía
17	Sinclair y Wallston	2004	Recursos de afrontamiento personal (optimismo, indefensión, autoeficacia), comportamientos de afrontamiento del dolor y bienestar psicológico.	Enfermería
18	Smith, Dalen, Wiggins, Tooley, Christopher y Bernard	2008	Recuperarse y recobrase del estrés en pacientes con dolor crónico y cardíaco.	Medicina
19	Sun y Stewart	2007	Comunicación, cooperación, autoestima, empatía, resolución de problemas, metas y aspiraciones, conexión familiar, escolar y con la comunidad, autonomía, comportamientos prosociales, participación activa en la comunidad y apoyo de pares.	Medicina
20	Tiet, Huizinga y Byrnes.	2010	Desempeño académico, altos niveles de autoestima, adecuado funcionamiento psicosocial y ausencia de conductas antisociales.	Pedagogía
21	Wagnild	2010	Sentido de vida, perseverancia, autoconfianza, ecuanimidad y saber vivir consigo mismo.	Psicología
22	Yu y Zhang	2007	Tenacidad, fortaleza y optimismo.	Psicología

Fuente: Los autores.

Grotberg (26) desarrolló dos medidas de resiliencia en niños; el estudio se centró en la validez y las mediciones de soporte social y la vinculación parental como predictores. Cuatro factores fueron identificados para la lista de chequeo de resiliencia: 1) yo puedo: resiliencia social/interpersonal para enfrentarse a ambientes escolares; 2) ambiente facilitador: resiliencia interna surgida en apoyos familiares; 3) yo soy: resiliencia interna surgida en apoyos no familiares; 4) yo tengo: habilidades sociales.

La propuesta de Hurtes y Allen (27) consiste en evaluar actitudes de resiliencia y un perfil de habilidades como

darse cuenta de, independencia, creatividad, buen humor, habilidades en las relaciones interpersonales y orientación en valores, así como la orientación hacia el servicio social.

Jew, Green y Coger (28) desarrollaron la Resiliency Scale for Adolescents, la cual contiene 35 ítems basados en doce habilidades y capacidades que aportan en la disminución de la vulnerabilidad al estrés en niños y adolescentes. Esta escala contiene tres subescalas para medir la resiliencia, las cuales se relacionan con las siguientes dimensiones: orientación hacia el futuro, adquisición de habilidades, toma de independencia y riesgo.

Oshio *et al.* (29) han diseñado una escala japonesa para medir la resiliencia en los adolescentes. Evalúa algunas características psicológicas como búsqueda de la novedad, regulación emocional y orientación positiva hacia el futuro.

Palomar y Gómez (30), en su estudio, se proponen crear una Escala de Resiliencia para mexicanos a partir de otras escalas existentes: The Connor - Davidson Resilience Scale (CD-RISC) de Connor y Davidson (1999), y The Resilience Scale for Adults (RSA) de Friborg *et al.* (25). Estos autores encontraron cinco factores importantes: el primero, fortaleza y confianza en sí mismo, fue el más importante, dado que explicó un gran porcentaje de la varianza de este constructo; este factor se refiere a la confianza y tenacidad para alcanzar los retos. El segundo factor fue la competencia social definida como la habilidad para relacionarse con los demás y disfrutar las interacciones. El tercer factor fue el apoyo familiar entendido como el soporte de la familia al individuo, la lealtad y calidad de las relaciones entre sus miembros. El cuarto factor, apoyo social, hace referencia principalmente a los amigos y al apoyo que de ellos se recibe en circunstancias difíciles. El quinto factor, la estructura, es definido como la capacidad para organizar las actividades y el tiempo aun en momentos difíciles.

Por otro lado, Perry y Bard (31) construyeron una escala a la cual llamaron Evaluación de Resiliencia para Estudiantes Excepcionales (RAES). Cuatro factores fueron identificados y rotulados: 1) modelado/activo, 2) autoeficacia/locus de control, 3) relaciones positivas entre pares, y 4) relaciones positivas adultas.

Saavedra y Villalta (32) construyeron la escala de factores de resiliencia SV-RES, la cual se constituye como una propuesta chilena para la medición de la resiliencia. Los autores especifican doce factores: identidad, autonomía, satisfacción, pragmatismo, vínculos, redes, modelos, metas, afectividad, autoeficacia, aprendizaje, generatividad. Salgado (4) construyó un instrumento con niños de 7 a 12 años, al cual llamó Inventario de Factores Personales de Resiliencia. Como factores personales de esta variable se encontraron: autoestima, empatía, autonomía, humor y creatividad.

Sinclair y Wallston (33) diseñaron una escala compuesta por cuatro ítems, denominada Brief Resilient Coping Scale (BRCS) con el propósito de evaluar las tendencias para afrontar el estrés de una manera adaptativa en pacientes con artritis reumatoide. Los indicadores de resiliencia fueron el bienestar psicológico, los recursos de afrontamiento del dolor y afrontamiento personal como optimismo, indefensión y autoeficacia.

LA PROPUESTA TEÓRICA DE ISAACS SOBRE LAS VIRTUDES HUMANAS ABARCA SU EDUCACIÓN DESDE EDADES TEMPRANAS HASTA LOS 18 AÑOS, COMO PERIODOS SENSIBLES O EDADES PROPICIAS EN LAS QUE SE DEBEN PROMOVER Y EDUCAR, CON EL FIN DE CONTRIBUIR A LA FORMACIÓN Y EL PERFECCIONAMIENTO DEL SER HUMANO.

Smith *et al.* (34) utilizaron una escala para evaluar la habilidad de los pacientes con enfermedad cardíaca y dolor crónico para recuperarse del estrés.

Por su parte, Sun y Stewart (35) construyeron un cuestionario que mide la resiliencia de los estudiantes en la ciudad de California. Las dimensiones que evalúa son las características individuales, los factores protectores desde la familia, con los pares, en la escuela y en la comunidad. Estas variables son: la comunicación y la cooperación; la autoestima; la empatía; la resolución de problemas; las metas y aspiraciones; la conexión familiar, escolar y con la comunidad; la autonomía; los comportamientos prosociales; la participación activa en la comunidad y el apoyo de pares.

En la propuesta de Tiet, Huizinga y Byrnes (36) se consideraban como resilientes los jóvenes que se ajustaban a su entorno, a pesar de existir elementos de riesgo en este. Dicho ajuste se infiere a partir de una medida de competencias, tales como un buen desempeño académico, altos niveles de autoestima, adecuado funcionamiento psicosocial y ausencia de conductas antisociales.

Otro estudio es el de Yu y Zhang (37), en el cual se analizó la Escala de Resiliencia Connor-Davidson y se encontraron tres factores subyacentes a la escala: tenacidad, fortaleza y optimismo. La tenacidad entendida como la capacidad de ser perseverante y tener un sentido de control en situaciones difíciles; la fortaleza se refiere a la capacidad de los individuos de recuperarse y fortalecerse a partir de experiencias pasadas; el optimismo se define como la tendencia a ver el lado positivo de las cosas, y confiar en la propia capacidad para superar la adversidad y en los recursos personales y sociales.

Wagnild (38) ha estructurado cinco características esenciales que dieron lugar al diseño de una escala para evaluarla. Las categorías encontradas fueron: sentido de vida, perseverancia, autoconfianza, ecuanimidad y saber vivir consigo mismo.

Saavedra y Villalta (39) crearon la escala de Resiliencia Escolar con 27 preguntas organizadas en las siguientes dimensiones: 1) identidad-autoestima, que se refiere a las fortalezas personales y condiciones internas del niño; 2) las redes-modelos, se refieren al apoyo o la posibilidad de apoyo percibido desde los otros, a la posibilidad de generar recursos en red; 3) aprendizaje-generatividad, evalúa las habilidades del niño para relacionarse y resolver sus problemas; 4) recursos internos, se refiere a las características que tienen una dependencia más personal del sujeto, más estructural; 5) recursos externos, se refiere a las características interaccionales que el sujeto establece con su entorno.

El *Journal of Social and Clinical Psychology* publicó un número completo dedicado a investigaciones sobre resiliencia entendida esta como fortalezas, virtudes y características positivas. Las cualidades resilientes descritas en este número incluyen moralidad, autocontrol y fortalezas humanas (40); gratitud (41), olvido (42), sueños (42), y esperanza (43).

Aunque algunos de estos estudios consideran el término *virtudes* como indicadores de resiliencia, lo hacen desde una perspectiva psicológica, diferente a los planteamientos teóricos propuestos por David Isaacs desde la antropología filosófica. También se hace relación a ciertas características positivas presentes en la persona, pero no en el sentido de que se pueden desarrollar a partir de la voluntad de esta. Isaacs considera que la

persona en formación pasa por una serie de periodos sensibles para formarla en virtudes que contribuyen a su mejoramiento como persona. Los niños pueden desarrollar estas características a pesar de las condiciones adversas que puedan estar viviendo. Asimismo, afirma que la educación en virtudes en la persona contribuye progresivamente a una mayor madurez humana y al crecimiento personal, lo cual conduce a que el desarrollo de las virtudes no esté orientado a suplir una carencia sino más bien a desarrollar unas características para ser mejores personas. Desde una perspectiva antropológica, Alejandro Llano afirma que la virtud “como excelencia libremente conquistada, es la ganancia en intensidad vital que yo añado a mi propia capacidad operativa. Puedo más porque soy más” (44), de lo que se puede concluir que a partir de las virtudes se tiene la capacidad de responder a situaciones negativas de una manera alegre, convirtiéndose así en una persona resiliente.

### ***Las virtudes humanas, una nueva propuesta teórica de medición y comprensión de la resiliencia***

La propuesta teórica de Isaacs sobre las virtudes humanas abarca su educación desde edades tempranas hasta los 18 años, como periodos sensibles o edades propicias en las que se deben promover y educar, con el fin de contribuir a la formación y el perfeccionamiento del ser humano. Esto no significa que la persona no pueda educar cada una de estas virtudes en otra edad, o si ya las ha adquirido, continuar desarrollándolas en edades posteriores.

Las virtudes que se van a contemplar en este artículo y que se proponen como indicadores de resiliencia son las correspondientes a la edad de los ocho a los doce años, debido a que según Isaacs, son niños que se encuentran en un periodo sensible para ser educados

y formados. Es la edad de los retos, de la adquisición de habilidades y conocimientos pues en esta etapa se espera el trabajo productivo y los logros reales, es decir, el niño es un pequeño aprendiz de las tareas de la edad adulta (45). Las virtudes a las que hace referencia Isaacs para estas edades son: fortaleza, perseverancia, laboriosidad, paciencia, responsabilidad y generosidad (tabla 2). Estas virtudes se explican a continuación y se expone su relación con la resiliencia.

*La fortaleza:* es una gran virtud que sirve de cimiento a muchas otras. Este autor la define como una serie de esfuerzos que conducen a resultados mayores. Esta virtud implica una actitud motivada a beneficiar a los demás. Además, plantea que la fortaleza tiene dos dimensiones, la de resistir y la de acometer. Resistir implica, por una parte, soportar las molestias con la esperanza de que será para algo bueno y, por otra, abstenerse de involucrarse en actividades nocivas para sí mismo o para los demás. Acometer, en cambio, significa tener un alto grado de iniciativa personal, perseverancia y esfuerzo para lograr un objetivo.

La fortaleza constituye, entonces, una característica propia de las personas resilientes en la medida en que esta virtud ayuda a aceptar las situaciones adversas a las que se enfrenta la persona con serenidad, mas no con pasividad, es decir, con el ánimo de obtener lo más provechoso y beneficioso de las mismas (45).

*La perseverancia:* esta es una virtud que consiste en llevar a cabo las actividades necesarias para alcanzar lo que antes se ha decidido, aunque surjan dificultades internas o externas, o pese a que disminuya la motivación personal a través del tiempo transcurrido. Es decir, la virtud de la perseverancia se refiere a la superación de las dificultades que provienen de la prolongación del esfuerzo en el tiempo.

**Tabla 2. Edades sensibles en educación de las virtudes (Isaacs, 2003)**

	Hasta los 7 años	8-12 años	13-15 años	16-18 años
Virtudes humanas preferentes	Obediencia Sinceridad Orden	Fortaleza Perseverancia Laboriosidad Paciencia Responsabilidad Generosidad	Pudor Sobriedad Sociabilidad Amistad Respeto Sencillez Patriotismo	Prudencia Flexibilidad Comprensión Lealtad Audacia Humildad Optimismo
Resultado	Alegría y la madurez natural de la persona.			

Isaacs (45) aclara que la perseverancia no puede entenderse como terquedad en la búsqueda de lo decidido, así se haya dado cuenta de que puede estar equivocado, pues esto equivaldría a un extremo no virtuoso. Por otro lado, insiste en que la perseverancia no debe ser rutina, cumplir con algo decidido, pero sin saber el para qué se está haciendo. Plantea, además, que cuando los niños se enfrentan a situaciones adversas en las diferentes etapas de su vida, la perseverancia les permite afrontar de manera positiva la situación e insistir en los objetivos propios de esta etapa, y así evitar la sensación de miedo que impide alcanzarlos y continuar.

*La laboriosidad:* se relaciona con la segunda dimensión de la fortaleza, es decir, el acometer. Isaacs (45) explica que la laboriosidad no está relacionada únicamente con el trabajo profesional, sino con todas las actividades productivas y dirigidas a un fin que se deseen realizar en la cotidianidad.

Para el desarrollo de esta virtud es importante tener en cuenta la edad del niño, debido a que las exigencias deben ser acordes al momento que se está viviendo, pues, proponer a un niño la realización de una tarea que

no está preparado para ejecutar puede desmotivarlo en futuros emprendimientos. En palabras de Isaacs (45): "... una manera de dejar a un niño sin motivos para estudiar es encargarle tareas demasiado difíciles. Asimismo, una segunda manera de desmotivarlo es encargarle tareas demasiado fáciles porque no tiene que esforzarse debidamente para realizarlas".

La laboriosidad no se puede confundir con una actividad incesante, no se puede entender como un refugio o una manera de huir frente a dificultades o a los propios deberes. Por dicha razón, la persona laboriosa sabrá hacer sus deberes, independientemente de la situación en la que está o por la que ha pasado.

De esta manera, la persona laboriosa es quien ejecuta un conjunto de actividades onerosas, disciplinadas, productivas y dirigidas hacia algún fin, que le permitan superar las situaciones conflictivas y las contrariedades que se le presenten.

*La paciencia:* Isaacs refiere esta virtud como la capacidad para soportar las dificultades o los obstáculos que puedan surgir en la búsqueda de un bien deseado que no

ha llegado aún. Esta espera se verá recompensada una vez el bien deseado sea alcanzado y se hayan puesto los medios para superar la adversidad que, pacientemente, se está enfrentando.

Una de las razones para vivir esta virtud es el reconocimiento de los límites de las posibilidades actuales de la persona pues, de lo contrario, se puede llegar a esperar un bien que nunca se podrá alcanzar porque supera las posibilidades personales, en lugar de enfocarse y ser paciente frente a un bien que sí se podrá alcanzar.

*La responsabilidad:* el autor la define como la capacidad de asumir las consecuencias de los propios actos, sean intencionados o no, de tal modo que los demás resulten beneficiados lo mejor posible o, por lo menos, no perjudicados (45). Ser responsable implica, entonces, dar respuesta a los demás sobre las propias actuaciones, rendir cuentas sobre la manera como se actuó.

De acuerdo con la edad, los motivos para ser responsables varían. Por ejemplo, un niño pequeño puede ser buen estudiante y cumplir con las asignaciones del curso porque sus padres y maestros consideran que esto es positivo, mientras que un adolescente puede tener un buen rendimiento académico y responder a todos sus deberes porque considera que con esto está construyendo para sí un mejor futuro. La diferencia entre una y otra situación es que en el adolescente hay una mayor autorregulación e incorporación de las normas sociales y, por tanto, se le exige mayor responsabilidad. Cuando le ocurren situaciones adversas a una persona, la virtud de la responsabilidad actúa en la medida en que se es capaz de tomar la decisión de aceptar las consecuencias de lo sucedido y, por tanto, realizar lo que mejor le convenga a sí mismo y a los demás.

*La generosidad:* en esta virtud el autor identifica distintas maneras de llevar a cabo un acto de generosidad, como son: dar cosas materiales, perdonar, escuchar, saludar, recibir, etc. En todos los casos, esta virtud implica una decisión libre y voluntaria de entregar lo que se tiene. Afirma también Isaacs que para que una persona sea generosa es necesario el autoconocimiento para saber qué dar, a quién y en qué momento.

Igualmente, debe existir una motivación para ser generosos, no solo con las personas con quienes se establece una relación empática, sino con todos aquellos que lo necesiten, situación que requiere fijarse menos en las ventajas que tiene para él mismo ser generoso (en cuanto contraprestación), para poder así centrarse más en los demás. Esta virtud se manifiesta especialmente en la posibilidad de perdonar cuando se ha recibido una ofensa, de tal forma que se reconozca la necesidad de ofrecer al ofensor los beneficios que se le quieren otorgar a pesar del daño recibido por él, esforzándose en no mostrar rechazo por la ofensa (45).

En situaciones adversas, un niño puede compartir y entregar lo poco que posee, las escasas posibilidades que tiene, buscando el bien de la(s) otra(s) persona(s). Incluso se pueden encontrar personas que en situaciones difíciles han desarrollado más habilidades de generosidad, en contraste con las que no han atravesado estas situaciones.

Como se ha podido observar, estas virtudes propuestas por Isaacs conservan una directriz y se encauzan hacia la conceptualización de características positivas de una persona que contribuyen a su desarrollo y perfeccionamiento.

## CONCLUSIONES

Aunque el estudio de la resiliencia ha alcanzado algunos avances, no obstante, no se han encontrado investigaciones que la evalúen desde una perspectiva antropológica que contemple las virtudes humanas como indicadores de esta variable. Por tanto, trabajar en el desarrollo y perfeccionamiento de nuevas maneras de entender y estudiar este constructo, apoyados en una revisión suficiente de la literatura, puede ser un aporte importante para avanzar en este campo. Para ello, se deben tener en cuenta las recomendaciones de investigadores expertos en el área en cuanto a la necesidad de estudiar la resiliencia enfocándose en los resultados positivos que generan las personas como producto de vivenciar una situación adversa.

En la actualidad, el estudio de la resiliencia ha cambiado el modo concebir el desarrollo humano, se han dejado atrás las creencias y los prejuicios que consideraban que las personas que crecían en condiciones altamente desventajosas estaban condenadas al fracaso, la exclusión social, la desventura y el infortunio. Afortunadamente, las investigaciones han encontrado claros indicios de que esta situación no es así, y que pese a todas las adversidades que pueda vivir, el ser humano es capaz de sobreponerse y enfrentar la adversidad de modo constructivo, de tal manera que pueda convertirse en una persona que ha desarrollado diferentes virtudes que la lleven a un desarrollo mental y físico como cualquier otra.

Dentro de las investigaciones revisadas se encontraron múltiples maneras de medir la resiliencia, entre ellas: la capacidad de adaptabilidad, el nivel de resistencia, competencias sociales y personales, tolerancia a los efectos negativos, nivel de impacto del estrés, autorregulación, apoyo social, creatividad, confianza en sí mismo, autoeficacia, autoestima, entre otras. Asimismo, una persona, o

concretamente un niño, puede manifestar características positivas como generosidad, responsabilidad, laboriosidad, fortaleza, perseverancia o paciencia, en medio de las adversidades y, por tanto, generar procesos de resiliencia.

Vale la pena resaltar que una acertada combinación de instrumentos para medir la resiliencia y su utilización complementaria con otros, por ejemplo, de personalidad o de salud mental, puede resultar una ventaja a la hora de estudiar el fenómeno resiliente, pues algunos pueden estar más desarrollados que otros y, en esa medida, se crea una sinergia armoniosa que pretende comprender mejor el concepto.

En la revisión previa que se llevó a cabo sobre las distintas perspectivas que estudian y evalúan la resiliencia puede observarse que el interés por la medición varía según la disciplina o perspectiva teórica en la que se inscribe el investigador. Así, si lo que se pretende es conocer el nivel de resiliencia por los indicadores de salud mental, lo más probable es que las perspectivas disciplinarias que soporten este estudio sean la psiquiatría, la enfermería o las ciencias afines. Si la pregunta de investigación va orientada a conocer los niveles de autorregulación emocional, autoestima, autoeficacia, de seguro las ciencias que lo iluminan sean la sociología y la psicología. Esta última disciplina fue la más frecuente en la revisión de estudios que diseñaron instrumentos para medir y evaluar la resiliencia. En este documento, la propuesta teórica partió de la antropología filosófica y uno de sus estudiosos, David Isaacs. Sus conceptos sobre las virtudes humanas pueden llegar a ser una manera de medir la resiliencia.

## RECOMENDACIONES

Este trabajo puede llegar a consolidarse y recibir mayor soporte empírico en la medida que futuras investigacio-

nes lo tengan en cuenta como manera cuantitativa de evaluar y medir la resiliencia en niños. Esta propuesta podría constituir una oportunidad de desarrollo teórico importante en el tema.

Para futuras investigaciones se sugiere llevar a cabo un estudio de corte empírico analítico con metodología cualitativa o cuantitativa que contemple la propuesta de las virtudes como factores personales de resiliencia. Sería importante diseñar preguntas que pretendan medir cada una de las virtudes, realizar un análisis factorial que explique cómo se agrupan las preguntas sobre las virtudes en los diferentes factores estudiados y, además, llevar a cabo un análisis de confiabilidad y validez de la escala. Esto contribuiría a consolidar e incluso sugerir para próximos estudios el instrumento diseñado, a partir de esta propuesta conceptual antropológica acerca de las virtudes humanas como indicadores de resiliencia en la infancia.

Dentro del desarrollo de instrumentos de medición de la resiliencia es necesario plantear con mayor relevancia la pregunta sobre cómo construir instrumentos sensibles a las diferencias de género, edad y aspectos socioculturales. Muchas preguntas quedan por responder con respecto a las posibilidades relacionadas con las diferencias culturales y sociales entre los distintos grupos humanos planteados por la investigación científica.

## REFERENCIAS

- Masten A, Coatsworth J. The development of competence in favorable and unfavorable environments: lessons from research on successful children. *American Psychologist* 1998;53: 205-220.
- Rutter M. Implications of resilience concepts for scientific understanding. In *Annals New York Academy of Sciences*; 2006. pp. 1-12.
- Moore KA. Positive psychology and health: Situational dependence and personal striving. En Frydenberg, E. (ed). *Beyond coping: Meeting goals, visions, and challenges*. New York: Oxford University Press; 2002. p. 207-125.
- Rodríguez AM. Resiliencia. *Revista Psicopedagógica* 2009;26 (80):291-302.
- Salgado A. Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberabit* 2005;11:41-48.
- Oros L. El valor adaptativo de las emociones positivas. Una mirada al funcionamiento psicológico de los niños pobres. *Revista Interamericana de Psicología* 2008;229-237.
- Ospina D. La medición de la resiliencia. *Investigación en educación y enfermería* 2007;25(1):58-65.
- Luthar S, Cicchetti D, Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development* 2008;71(3):543-562.
- Kotliarenco M, Cáceres I, Fontecilla M. Estado del arte en resiliencia. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud, Fundación Kellogg y CEANIM; 1997.
- Morrison G, Allen M. Promoting student resilience in school contexts. *Theory into Practice* 2007;46(2):162-169.
- Wagnild G. Discovering your resilience core. [en línea] 2010. [citado en jul. 2012]. URL disponible en: [http://www.resiliencescale.com/papers/pdfs/Discovering\\_Your\\_Resilience\\_Core.pdf](http://www.resiliencescale.com/papers/pdfs/Discovering_Your_Resilience_Core.pdf)
- Stewart M, Reid G, Mangham C. Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing* 1997:21-31.
- Kinard E. Methodological issues in assessing resilience in maltreated children. *Child abuse and neglect* 1998:669-668.
- Aristóteles. *Ética a Nicómaco*. Introducción, traducción y notas de José Luis Calvo Martínez. Madrid: Alianza Editorial; 2001.
- Pieper J. Las virtudes fundamentales. Madrid: Rialph; 2002.
- Sellés JF. La persona humana. Bogotá: Universidad de La Sabana; 1994.
- Stork Y. Fundamentos de la Antropología. Pamplona: Eunsa; 1996.
- Yarce J. El poder de los valores. Chía: Instituto Latinoamericano de Liderazgo Desarrollo Humano y organizacional. Universidad de La Sabana; 2009.
- Block J, Kremen A. IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology* 1996;70:349-361. [Citado en jul. 2012]. URL disponible en: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>
- Cardozo G, Alderete A. Adolescentes en riesgo psicosocial y resiliencia. *Psicología desde el Caribe* 2009:23.

21. Connor K, Davidson J. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Scale (CD-RISK). *Depression Anxiety* 2003;18(2):76-82.
22. Constantine N, Bernard B, Díaz M. Measuring protective factors and resilience traits in youth: the healthy kids resilience assessment. Paper presented at the Seventh Annual Meeting of the Society for Prevention Research [sede Web]. Oakland: Center for Research on Adolescent Health and Development; 1999. Disponible en: <http://crahd.phi.org/papers/HKRA-99.pdf>.
23. Dishion T, Connell A. Adolescents' resilience as a self-regulatory process: Promising themes for linking intervention with developmental science. Paper presented to the New York Academy of Sciences meeting on Resilience in Children; 2006.
24. Donnon T, Hammond W. A psychometric assessment of the self reported youth resiliency assessing developmental strengths questionnaire. *Psychological Reports* 2007;100:963-978.
25. Friberg O, Hjemdal O, Rosenvinge J, Martinussen M. A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research* 2001;12(2),65-76.
26. Grotberg E. A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit. La Haya: Bernard van Leer Foundation; 1995. [Citado en feb. 2012]. URL disponible en: <http://resilnet.uiuc.edu/library/grotb95b.html>
27. Hurtes K, Allen R. Measuring resiliency in youth: The resiliency attitudes and skills profile. *Therapeutic Recreation Journal* 2006;4:333-47. Jew CL, Green KE, Kroger J. Development and Validation of a Measure of Resiliency MECD 1999;32(2):75-89. [Citado en feb. 2012]. URL disponible en: <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1999-11077-002>
28. Oshio A, Kaneko H, Nagamine S, Nakaya M. Construct validity of the Adolescent Resilience Scale. *Psychological Reports* 2003;93:1217-1222.
29. Palomar J, Gómez N. Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). México; 2010. [Citado en feb. 2012]. URL disponible en: [www.scielo.org.ar/pdf/interd/v27n1/v27n1a02.pdf](http://www.scielo.org.ar/pdf/interd/v27n1/v27n1a02.pdf)
30. Perry J, Bard E. Construct Validity of the Resilience Assessment of Exceptional Students. Paper presented at the Annual Meeting of the National Association of School Psychologists Washington 2001. pp. 17-21. Saavedra E, Villalta M. Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. Chile; 2008. [Citado en feb. 2012]. URL disponible en: [www.scielo.org.pe/pdf/liber/v14n14/a05v14n14.pdf](http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v14n14/a05v14n14.pdf)
31. Sinclair VG, Wallston KA. The development and psychometric evaluation of the Brief Resilient Coping Scale. *Assessment* 2004;11(1):94-101.
32. Smith BW, Dalen J, Wiggins K, Tooley E, Christopher P, Bernard J. The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International journal of behavioral medicine* 2008;15:194-200.
33. Sun J, Steward S. Development of population-based resilience measures in the primary school setting. *Health Education, Griffith University* 2007;6:575-599
34. Tiet Q, Huizinga D, Byrnes H. Predictors of resilience among inner city youths. *Journal of Child and Family Studies* 2010;19(3):360-378.
35. Yu X, Zhang J. Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor Davidson resilience scale (CDRISC) with Chinese people. *Social Behavior and Personality* 2007;1:19-30.
36. Wagnild GM. Discovering your resilience core. 2010. [Citado en feb. 2012]. URL disponible en: <http://www.resiliencescale.com/papers/pdfs/DiscoveringYourResilienCore.pdf>
37. Saavedra E, Villalta M. Cultura escolar, prácticas de enseñanza y resiliencia en alumnos y profesores de contextos sociales vulnerables. *Univ Psychol* 2010;(11):67-68.
38. Baumeister RF, Exline JJ. Self control, morality and human strength. *Journal of Social and Clinical Psychology* 2000;(19):29-42.
39. Emmons RA, Crumpler CA. Gratitude as a human strength: Appraising the evidence. *Journal of Social and Clinical Psychology* 2000;(19): 56-69.
40. McCullough ME, Snyder CR. Classical source of human strength:
41. Revisiting an old home and building a new one, *Journal of Social and Clinical Psychology* 2000;(19):1-10.
42. Snyder CR, McCullough ME. A positive psychology field of dreams: If you build it, they will come. *Journal of Social and Clinical Psychology* 2000;(1):151-160.
43. Snyder CR. The past and possible futures of hope. *Journal of Social and Clinical Psychology* 2000;(19):11-28.
44. Llano A. La vida lograda. Barcelona: Ariel; 2000.
45. Isaacs D. La educación de las virtudes humanas y su evaluación. Pamplona: Eunsa; 2003, p. 14.