

# ¿Qué es la resiliencia y cómo puede ser promovida?

Klaus Fröhlich-Gildhoff & Maike Rönnau-Böse

**Este artículo describe el concepto de resiliencia, explica los factores de resiliencia, y presenta maneras con las cuales la resiliencia puede ser promovida**

## ¿QUÉ ES LA RESILIENCIA?

En el contexto del nuevo énfasis en los recursos y en los factores que promueven la salud en las ciencias humanas y de la salud, el concepto de resiliencia, i.e. la resistencia psicológica – y cómo puede ser promovida, está recibiendo una creciente atención en la investigación y la práctica (Wustmann, 2004; Opp & Fingelle, 2007; Zander, 2011; Fröhlich-Gildhoff, Becker & Fischer, 2012; Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015). La resiliencia significa la habilidad –adquirida– para hacer frente a las crisis y al estrés de manera que el individuo no se vea destruido, sino fortalecido por esas experiencias.

En principio podemos asumir que la resiliencia no es una característica innata, sino que se desarrolla durante el curso de la vida de un individuo; los primeros años son particularmente importantes en este caso. La investigación sobre resiliencia muestra que es un rasgo dinámico. El niño es visto como un lidiador activo y co-creador de su vida; la capacidad de energía psicológica se desarrolla a partir de la interacción con figuras con que identificarse y a través de sobrellevar experiencias reales y positivas. Si un niño puede sobrellevar con éxito situaciones que lo desafían o que son críticas, emerge de aquello como una persona más fuerte.

Esta resiliencia es “una capacidad dinámica (...) que se desarrolla a través del tiempo y en el contexto de interacciones con humanos y el entorno”<sup>1</sup> (Petermann, Niebank & Scheithauer, 2004, pág 345). Una manera positiva de sobrellevar las crisis, el estrés, y tareas de desarrollo – transiciones, ej. desde la familia hasta la educación inicial infantil e instituciones de cuidado (jardín de infantes) o del jardín de infantes a la escuela, son aquí de especial significación - tiene una influencia positiva en el desarrollo posterior del niño.

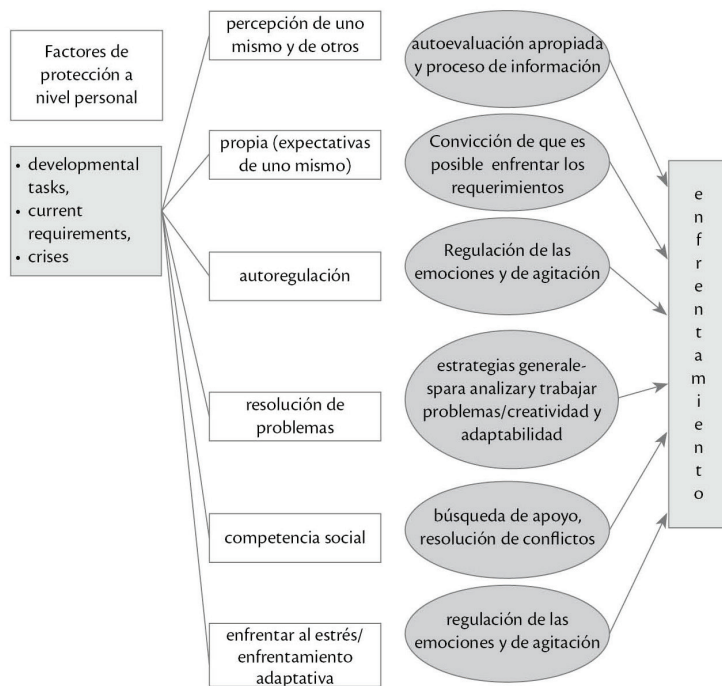
## FACTORES DE RESILIENCIA

En la investigación sobre resiliencia ha habido, y sigue habiendo, un particular énfasis en la identificación de factores protectores que (de manera significativa) incrementan la probabilidad de un desarrollo psicológico saludable (Bengel, Meinders-Lücking & Rottmann, 2009; Rönnau-Böse, 2013). Hay un gran consenso de que el factor protector más importante es una relación emocional apreciativa y cálida con el apego a una figura adulta. En su amplio análisis de los últimos 50 años de investigación sobre resiliencia, Luthar concluye: “el primer mensaje importante para extraer y llevar a casa es éste: la resiliencia se basa fundamentalmente en las relaciones”(Luthar, 2006, pág 780).



Ill. 1: La resiliencia expresada a través de las artes: “Hacer arte siempre ha sido mi manera de alejar a las emociones negativas” (Isidora, 15 años)

Aquí el impacto positivo de esta relación depende menos de quién es la figura de apego que de la naturaleza de la relación en sí misma. En términos de elementos importantes en ésta relación, el adulto debe siempre estar disponible para el niño, brindar seguridad, tratar sensatamente las necesidades del niño, y apoyar con respeto sus habilidades (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015). En el mejor de los escenarios, estas figuras de apego son los padres, pero la investigación sobre resiliencia hace énfasis particularmente en el significado de los apegos llamados compensatorios. Éstos podrían pertenecer al amplio cír-



III. 2: Seis factores personales de resiliencia para enfrentarse con las situaciones de crisis, tareas de desarrollo y situaciones cotidianas críticas

**(2) La propia eficacia**

La propia eficacia es, por sobre todo, la fundamental creencia de una persona en sus propias habilidades, al igual que la convicción de que puede lograr un objetivo particular aún cuando tenga que enfrentar obstáculos a lo largo del camino. Las expectativas de si las acciones de uno son efectivas o no (y exitosas) tienen un papel significativo que jugar en esto. Estas expectativas condicionan el acercamiento de la persona a las situaciones y tareas por adelantado, y por lo tanto también a su manera de enfrentarlas. Por lo tanto a menudo confirman la experiencia que la persona ya tiene de su auto eficacia. Los niños (y adultos) eficaces también tienden a sentir que pueden influenciar situaciones (así llamadas locus interno de control, y pueden conectar los hechos realísticamente con sus verdaderas causas; a esto lo llaman estilo atributivo realístico).

**(3) Competencia social**

La competencia social acompaña la habilidad para evaluar situaciones sociales y demostrar conductas adecuadas en el trato con los otros, empatizar con los otros, hacerse valer, y resolver conflictos apropiadamente. Sin embargo, también se trata de poder acercarse a otra gente activa y apropiadamente, establecer contacto y terminar adecuadamente la comunicación interpersonal. La competencia social también incluye la habilidad para buscar el apoyo social cuando es necesario.

**(4) Auto regulación**

Poder regularse acompaña la habilidad para producir y mantener los propios estados internos- principalmente emociones y estados de estrés- y para independientemente influenciar o controlar la intensidad y duración de éstos, y así también regular los procesos y conductas fisiológicas que acompañan. Esto incluye, por ejemplo, saber qué estrategias pueden ser utilizadas para calmarse, qué cursos de acción

culo familiar, pero también al personal educativo del jardín, escuela primaria, o servicios sociales juveniles (Bengel, Meinders-Lücking & Rottmann, 2009; Pianta, Stuhlman & Hamre, 2007; Luthar, 2006).

A nivel individual, es muy importante que él o ella desarrollen competencias a fin de poder sobrellevar las situaciones desafiantes o críticas. En una definición más amplia, la resiliencia es comprendida como una competencia que abarca varias habilidades individuales (Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2012). Fingerle (2011) habla, en relación a esto, de “el capital de “afrontamiento” (Bewältigungskapital). Estas competencias no son solo importantes en momentos de crisis, sino también necesarias para sobrellevar, por ejemplo, tareas de desarrollo y particularmente situaciones cotidianas de desafío. Las competencias individuales se desarrollan dentro de un rango amplio de situaciones, se activan bajo el estrés, y luego emergen como formas de resiliencia. Un análisis preciso

de estudios de largo plazo globalmente identificables desde la perspectiva de la resiliencia, y un análisis de estudios significativos nacionales e internacionales y papers de revisión sobre el tema muestran que a nivel personal 6 competencias – factores de resiliencia personal – son particularmente importantes para hacer frente a las situaciones de crisis, pero también lo son tareas de desarrollo y situaciones cotidianas críticas (Rönnau-Böse, 2013) (III.2).

**(1) Percepción de sí mismo y de los otros**

La auto percepción principalmente acompaña lo holístico y la percepción adecuada de las propias emociones y pensamientos. La auto reflexión también tiene un papel que jugar, por ej., la habilidad de relacionarse con uno mismo. La percepción de los otros es la habilidad de percibir o evaluar a otra gente y sus estados emocionales apropiadamente y, en la medida de lo posible, “correctamente”, y poder empatizar con sus puntos de vista y manera de pensar.

## INVESTIGACIÓN

alternativas posibles existen, y cuáles de éstos son individualmente efectivos.

### (5) Competencias para la resolución de problemas

Resolución de problemas significa la habilidad “para intelectualmente acceder y comprender temas complejos (...) que son difíciles de clasificar como para luego, utilizando como recurso los conocimientos disponibles, desarrollar, evaluar, e implementar exitosamente los posibles cursos de acción”<sup>3</sup>(Leutner et al., 2005, pág 125). Aquí es importante proceder a analizar sistemáticamente el problema respectivo, evaluando posibles soluciones, métodos, y acercamientos, y luego igualmente tratarlos de una manera sistemática. Varias estrategias de resolución de problemas pueden ser aplicadas aquí, por ejemplo una cuidadosa implementación de análisis. La estrategia más simple pero a menudo menos útil es la de “prueba y error”. Los niños deben –y pueden- adquirir tales estrategias superiores de resolución de problemas.

### (6) Competencias de afrontamiento activas

Los humanos experimentan el carácter de situaciones de presión o desafío estresantes de manera diferente. Se trata de aprender cómo considerar, evaluar y reflejar en tales situaciones de manera apropiada, a fin de luego activar e implementar las propias habilidades de una manera efectiva y, por lo tanto, enfrentar a la situación estresante. Cuando se lidia con el estrés es importante activar un acercamiento a estas situaciones y desplegar activa y apropiadamente estrategias de afrontamiento. Manejar el estrés adecuadamente, sin embargo, incluye igualmente conocer los propios límites y competencias y la habilidad para (luego) buscar el apoyo social. Es notable que estos 6 factores de resiliencia no sean independientes entre ellos; la percepción adecuada de los otros, por ejemplo, es un prerrequisito importante para la acción socialmente competente.



Ill. 3: “Mis clases de Wushu son los días en que noto que soy fuerte” (Kennard, 9 años)

En base a estos 6 factores de resiliencia es posible desarrollar estrategias para promover la resiliencia y canalizar resultados de investigación de manera productiva en la práctica.

## PROMOVER LA RESILIENCIA

### ... en el día a día familiar

Dentro de la familia, la prioridad es ofrecer al infante o niño la seguridad y la disponibilidad. Los adultos deben reconocer las necesidades básicas del niño para establecer lazos, exploración, orientación, y protección de su autoestima (Grawe, 2004) y responder a estas necesidades con sensibilidad y de la manera apropiada para cada niño, su edad y nivel de desarrollo. Los padres deberían tomarse el tiempo para estar completamente “presentes” para sus hijos, por ej., ellos deberían estar disponibles para conectarse profundamente con su hijo.

Más aún, los niños necesitan requerimientos y desafíos a los que puedan acercarse y afrontar dentro de su “zona de desarrollo próximo” (Vygotsky, 1978); esto significa evitar el problema de desafíos insuficientes o excesivos. A veces los niños también necesitan el aliento y la confianza de sus padres cuando abordan nuevas tareas y necesitan seguramente una devolución

positiva y de apoyo para sus acciones, y de comprensión cuando cometen errores o se equivocan. Cuando los niños experimentan presión o crisis, sus padres deben estar a mano para brindarles seguridad (¡y consuelo!). En lo cotidiano es útil para los niños poder mirar a través de las lentes de la “resiliencia” y reforzar sus factores personales de resiliencia; esto es aplicable en cualquier situación. Éstos son algunos ejemplos de cómo promover la eficacia personal a la hora de comer:

Para promover la eficacia de los niños, éstos necesitan oportunidades para explorar activa e independientemente su entorno y percibirse como “iniciadores”. La eficacia puede ser promovida al permitir acciones activas e iniciadas por ellos mismos, al facilitar la investigación independiente del entorno, al alentar a los niños en su acercamiento a los requerimientos/ desafíos, al reforzar su experiencia de eficacia (ej., al ofrecer alabanza o al hacer contacto visual alentador). Los siguientes son ejemplos de posibles acercamientos a comer/ alimentar:

- La figura de apego permite que el niño se alimente solo, si tiene la edad suficiente y puede ya hacerlo.
- ... dejar al niño usar la cuchara pronto, dependiendo de la edad y estadio de desarrollo.
- ... prestar atención a signos sutiles de compromiso y desinterés.
- ... permitir al niño disfrutar y explorar la comida con todos sus sentidos (esto puede también significar que el niño sumerja sus dedos en el té caliente, desmenuce el pan, o aplaste la banana).
- Los niños ayudan a poner y levantar mesa.
- ... puede que el niño vuelque sus propias bebidas y busque un trapo si hay un derrame.
- ... puede que el niño coma a su propio ritmo.

Todos estos casos de acción exploratoria iniciada por ellos mismos sólo es útil si los adultos ofrecen una respuesta verbal y apoyo.

**... en la educación temprana e instituciones de cuidado y escuelas**

De acuerdo con hallazgos en investigaciones sobre prevención (Durlak, 2003; Bengel, Meinders-Lückling & Rottmann, 2009; Beelmann, 2006; Röhrle, 2008), la promoción específica de la salud o las medidas preventivas son más efectivas si están ancladas en el contexto. Por ej., en el grupo de interés (o en el interés del grupo), en el entorno y, al mismo tiempo, se aplican en varios niveles, alcanzando así a los niños, padres, y personal educativo. Esto significa que los programas que promueven la resiliencia y los factores de protección deberían estar incluidos en el desarrollo a largo plazo de la institución del jardín de infantes o escuela.

El equipo de personal educativo debe estar calificado como para poder desarrollar efectos duraderos y promover permanentemente la resiliencia entre los niños y sus familias en sus vidas cotidianas con la ayuda de estrategias determinadas (Fröhlich-Gildhoff et al., 2011., 2014., 2016; Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015)(III.4).

Los resultados de la compleja evaluación sobre el diseño del grupo de control de los varios proyectos en jardines de infantes y escuelas muestran un alto grado de aceptación y resonancia positiva en todos los grupos de interés, así como resultados estadísticamente relevantes y positivos en cuanto a la imagen propia y el desarrollo cognitivo en los

niños del grupo de implementación en comparación con los grupos de control (Rönnau-Böse, 2013).

Si el personal especializado es apoyado en el desarrollo de un acercamiento que promueva la resiliencia, y si ellos adquieren competencias específicas relacionadas con promoverla, esto tiene un impacto positivo tanto en los niños como en los padres, y también en los profesionales. Si los niños tienen una perspectiva centrada alrededor de los recursos, esto incrementa la confianza de todos los participantes en sus propias habilidades. El resultado es que los niños experimentan una mayor eficacia y el personal especializado recibe una respuesta más positiva a su contenido, lo que a su vez aumenta la confianza en sus propias competencias. La perspectiva centrada en los recursos del personal educativo significa que los padres reciben una respuesta más positiva, lo que a su vez incrementa su confianza en sus propias habilidades parentales. Esta confianza se retroalimenta con la relación con sus hijos, de manera que los niños reciben apoyo de ambos lados (Rönnau-Böse, 2013; Fröhlich-Gildhoff et al., 2011). Una intervención similar en las escuelas primarias produjo también los mismos resultados (Fröhlich-Gildhoff et al., 2014).

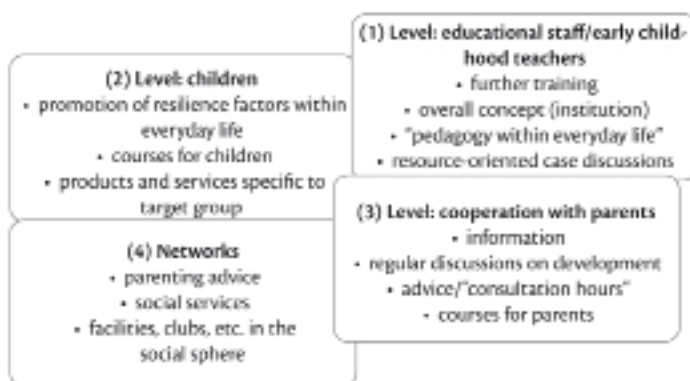
**... en la adolescencia**

Si los adolescentes van a poder sobrellevar tareas específicas de desarrollo en la adolescencia, necesitan el apoyo

y la estabilidad brindada por los adultos. Inclusive más allá de su familia de nacimiento. Esto significa, por encima de todo, aceptar y tratar los cambios físicos, así como de desarrollo de una identidad independiente y – relacionado con esto- el despegarse de los padres. Más aún, los amigos se vuelven cada vez más importantes a lo largo de la adolescencia. “Aparentemente, la experiencia de las relaciones amistosas ya tiene un papel que jugar en la promoción de la resiliencia. Si una persona ha experimentado relaciones amistosas, parece que está más capacitada para manejar las presiones en las relaciones”4(Steinebach & Steinebach, 2013, pág. 102). Con el fin de fortalecer su resiliencia en esta fase sensible, los adolescentes necesitan el reconocimiento y el aprecio de la generación mayor, incluso cuando sus intentos de desasociarse parezcan extremos, ej., cuando se ven involucrados en las varias formas de cultura juvenil. Los adolescentes necesitan espacio donde puedan estar solos juntos, hablar y desarrollarse, por ej., ellos necesitan la oportunidad de participar y asumir responsabilidades (moldeando su entorno, sus propios espacios), y necesitan el apoyo de un amigo cultural(positivo) a través de las oportunidades que encuentren. Aquí, las instalaciones que usa el trabajo social juvenil tienen un papel particular que tomar. Además de los factores de resiliencia básicos, las competencias específicas ligadas a la orientación y la adquisición de habilidades para actuar dentro del mundo multi-opcional son también significativas: los adolescentes necesitan estar preparados para probar nuevas cosas y aventurarse en lo desconocido; relaciones sociales y redes de trabajo deben ser constantemente forjadas, negociadas y (re)activadas; los adolescentes pueden y deben desarrollar sus propios objetivos (de una manera automotivada), y estos deben influenciar sus acciones.

**... por el resto de sus vidas**

En etapas posteriores de la vida, la resis-



III. 4: Tratamiento multimodal para promover la resiliencia

tencia y la fuerza psicológica son evidentes no solamente en el enfrentamiento de las crisis (existenciales), tales como el desempleo, la separación, la muerte de amigos cercanos y familiares, o el manejo de las enfermedades o heridas. También es evidente al enfrentarse con transiciones típicas entre las etapas de la vida, tales como comenzar una familia, la mudanza de los hijos, la jubilación, o la pérdida de habilidades físicas y cognitivas con el aumento de la edad. Aquí, el apoyo social y una auto valoración positiva entran en juego, pero también la habilidad de encontrar significación y propósito y, conectado con esto, el desarrollo de los objetivos (Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015).

La orientación hacia objetivos personales o un propósito en la vida, generalmente aumenta – como lo han demostrado varios estudios – el bienestar psicológico, la satisfacción en la vida, y la salud mental en general (Bronstein, Maier & Dargel, 2007). Aquí, una importante habilidad – en particular al proteger el bienestar subjetivo – es la habilidad para alinear constantemente los propios objetivos con las propias competencias y las condiciones externas; se trata de “una redefinición flexible de los objetivos”.

Los “procesos de reorganización” tienen un papel que ejercen en esto, por ejemplo, “un reordenamiento de las prioridades de acuerdo con los objetivos de vida”<sup>5</sup>(Ibid., pág. 296).

## CONCLUSIÓN

Es no solo posible, sino también apropiado, promover la salud mental – tramitado vía el concepto de resiliencia o factores de protección – a lo largo de toda la vida de una persona (Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015). Los factores de resiliencia pueden ser promovidos de una manera dirigida en la vida cotidiana y mediante varios programas. Aquí se trata de padres y de profesionales – primariamente educadores, maestros, psicoterapeutas – mirando a través de

“lentes de resiliencia” y reforzando las fortalezas de la persona con la que están trabajando. En particular, en el jardín de infantes y en las escuelas se trata de cambiar el acercamiento del personal educativo y establecer una pedagogía en la vida cotidiana que esté orientada hacia las fuerzas y recursos – utilizando los materiales disponibles. Se trata de apoyar a la gente y de alentarla a enfrentar desafíos en su siguiente etapa de desarrollo, y así evitar el problema de desafíos insuficientes o excesivos.

Al mismo tiempo, no debemos olvidar que el continuo moldeado de la promoción de las relaciones de resiliencia está en el corazón de dicha promoción. Esto debe recordarse en cada intervención. Las experiencias de jardines de infantes y de equipos escolares que observaron sus trabajos nuevamente desde la perspectiva de la resiliencia, y hasta cierto punto lo adaptaron de acuerdo a ello, muestran que a pesar de que esto inicialmente está conectado con procesos de reflexión y trabajo extra, la auto imagen profesional y la satisfacción laboral se incrementan en el término medio. La promoción de la resiliencia no es ninguna “panacea”, y cualquier medida tomada solo puede aumentar la probabilidad de que los niños, adolescentes, e incluso adultos puedan enfrentar “mejor” los desafíos de la vida, por ejemplo en el sentido de preservar la salud mental. La resiliencia no “ayuda” si las condiciones en las que la gente vive son inhumanas e intolerables –en este caso, las condiciones deben ser cambiadas.

## NOTA

<sup>1</sup> Traducidos del Alemán.

<sup>2</sup> Traducidos del Alemán.

<sup>3</sup> Traducidos del Alemán.

<sup>4</sup> Traducidos del Alemán.

<sup>5</sup> Traducidos del Alemán.

## REFERENCIAS

Beelmann, Andreas (2006). *Wirksamkeit von Präventionsmaßnahmen bei Kindern und Jugendlichen: Ergebnisse und Implikationen der integrativen Erfolgswissenschaften*. Zeitschrift für klinische Psychologie and Psychotherapie, 35(2), 151-162.

Bengel, Jürgen, Meinders-Lücking, Frauke & Rottmann, Nina (2009). Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen. Stand der Forschung zu psychosozialen Schutzfaktoren für Gesundheit. (*Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung*, Vol. 35). Cologne: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Brunstein, Joachim, Maier, Günther & Dargel, Anja (2007). *Persönliche Ziele und Lebenspläne: Subjektives Wohlbefinden und proaktive Entwicklung im Lebenslauf*. In Jochen Brandtstädter & Ulman Lindenberger (Eds.), *Entwicklungspsychologie der Lebensspanne* (pp. 270-304). Stuttgart: Kohlhammer.

Durlak, Joseph (2003). *Generalizations regarding effective prevention and health promotion programs*. In Thomas Gullotta & Martin Bloom (Eds.), *The encyclopedia of primary prevention and health promotion* (pp. 61-69). New York: Kluwer Academic/Plenum.

Fingerle, Michael (2011). *Resilienz deuten – Schlussfolgerungen für die Prävention*. In Margherita Zander (Ed.), *Handbuch Resilienzförderung* (pp. 208-218). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Fröhlich-Gildhoff, Klaus, Dörner, Tina & Rönnau-Böse, Maïke (2016). *PRiK – Prävention und Resilienzförderung in Kindertagesstätten*. Ein Trainingsprogramm. Munich: Reinhardt.

Fröhlich-Gildhoff, Klaus & Rönnau-Böse, Maïke (2015). *Resilienz*. Munich: Reinhardt.

Fröhlich-Gildhoff, Klaus, Kerscher-Becker, Jutta, Rieder, Sophia, von Hüls, Bianca, Schopp, Stefanie & Hamberger, Matthias. (2014). *Grundschule macht stark! Resilienzförderung in der Grundschule*. Freiburg: FEL.

Fröhlich-Gildhoff, Klaus, Becker, Jutta & Fischer, Sibylle. (Eds.) (2012). *Gestärkt von Anfang an. Resilienzförderung in der Kita*. Weinheim: Beltz.

Fröhlich-Gildhoff, Klaus, Beuter, Simone, Fischer, Sibylle, Lindenberg, Julia & Rönnau-Böse, Maïke (2011). *Förderung der seelischen Gesundheit in Kitas für Kinder und Familien mit sozialen Benachteiligungen*. Freiburg: FEL.

Grawe, Klaus (2004). *Neuropsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.

Leutner, Detlev, Klieme, Eckhard, Meyer, Katja & Wirth, Joachim (2005). *Die Problemlösekompetenz in den Ländern der Bundesrepublik Deutschland*. In Manfred Prenzel et al. (Eds.), *PISA 2003. Der zweite Vergleich der Länder in Deutschland* (pp. 125-146). Münster i.W.: Waxmann.

Luthar, Suniya (2006). *Resilience in development: A synthesis of research across five decades*. In Dante Cicchetti & Donald Cohen (Eds.), *Developmental Psy-*

*chopathology: Risk, disorder, and adaptation* (pp. 739-795). New York: Wiley.

Opp, Günther & Fingerle, Michael (Eds.) (2007). Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz. Munich: Reinhardt.

Petermann, Franz, Niebank, Kay & Scheithauer, Herbert (2004). Entwicklungswissenschaft: Entwicklungspsychologie – Genetik – Neuropsychologie. Berlin, Heidelberg: Springer.

Pianta, Robert, Stuhlman, Megan & Hamre, Bridget (2007). Der Einfluss von Erwachsenen-Kind-Beziehungen auf Resilienzprozesse im Vorschulalter und in der Grundschule. In Günther Opp & Michael Fingerle (Eds.), Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz (pp. 192-211). Munich: Reinhardt.

Röhrle, Bernd (2008). Die Forschungslage zur Prävention psychischer Störungen und zur Förderung psychischer Gesundheit. Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis, 40(2), 343-347.

Rönnau-Böse, Maïke (2013). Resilienzförderung in der Kindertageseinrichtung. Freiburg: FEL.

Rönnau-Böse, Maïke & Fröhlich-Gildhoff, Klaus (2015). Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne. Stuttgart: Kohlhammer.

Rönnau-Böse, Maïke & Fröhlich-Gildhoff, Klaus (2012). Das Konzept der Resilienz und Resilienzförderung. In Klaus Fröhlich-Gildhoff, Jutta Becker & Sibylle Fischer (Eds.), Gestärkt von Anfang an. Resilienzförderung in der Kita (pp. 9-29). Weinheim: Beltz.

Steinebach, Christoph & Steinebach, Ursula (2013). Gleichaltrige: Peers als Ressource. In Christoph Steinebach Kiaras Gharabaghi (Eds.), Resilienzförderung im Jugendalter (pp. 93-110). Berlin: Springer.

Vygotsky, Lev (1978). Interaction between learning and development. In Michael Cole, Vera John-Steiner, Sylvia Scribner, & Ellen Soubberman (Eds.), Mind in society: The development of higher psychological processes (pp. 79-91). Cambridge: Harvard University Press.

Wustmann, Corina (2004). Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Weinheim: Beltz.

Zander, Margherita (Ed.) (2011). Handbuch Resilienzförderung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

## EL AUTOR



El Dr. Klaus Fröhlich-Gildhoff es profesor de Psicología Clínica y del desarrollo y Director del Centro de Investigación del Niño y la Juventud (ZfKJ) en la Evangelische Hochschule Freiburg, Alemania.

Dra. Maïke Rönnau-Böse es profesora de Pedagogía de la infancia en la Evangelische Hochschule Freiburg, Alemania.

## Traducción

María Elena Rey