

**UNIVERSIDAD JUAN AGUSTÍN MAZA
FACULTAD DE CIENCIAS EMPRESARIALES
LICENCIATURA EN RECURSOS HUMANOS**

**“RELACIÓN ENTRE REINSERCIÓN LABORAL Y
PRESENCIA DE CARACTERÍSTICAS RESILIENTES
EN EX COMBATIENTES DE LA GUERRA DE
MALVINAS”**

Autor: Ezequiel Muñoz

Tutora Disciplinar: Prof. Sandra Gaspari

Tutora Metodológica: Mgter. Cecilia Raschio

MENDOZA, noviembre de 2012

Hoja de aceptación

Agradecimientos

Por medio de este sencillo trabajo quiero agradecer a todos aquéllos que depositaron su confianza en mí. Agradezco especialmente:

A mis padres, Juan y Mónica, por haberme otorgado su legado más valioso, la educación.

A mi hermano Martín por contener a mis padres cuando yo no pude hacerlo por obvias razones.

A Delia y Romina Bommechino por darme su amparo.

A la familia Salvadores por acompañar a mis padres a pesar de la distancia.

A Gimena, por sus palabras de aliento que me motivaron a no rendirme nunca.

A los ex combatientes de Malvinas, verdaderos protagonistas de esta investigación, por permitirme conocer sus historias de vida: Hugo Olivera, Daniel Araya, Hernán Rivas, Edgardo Siri y José Pisafuli.

A mis tutoras de investigación, Cecilia Raschio y Sandra Gaspari por guiarme con sus conocimientos hacia la concreción de este humilde trabajo.

A mis compañeros de Facultad que me alentaron y me ayudaron en estos años de carrera universitaria

A Gustavo, Luis y Richard por alegrarme cada día con sus obras.

SÍNTESIS

Amalgamando las distintas conceptualizaciones y diversos enfoques que tiene el concepto de resiliencia, se puede manifestar que el mismo hace referencia a la capacidad que tiene una persona de poder afrontar exitosamente hechos o situaciones traumáticas de la vida.

El objetivo de la presente investigación consiste en demostrar si el trabajo pone en evidencia características resilientes de ex combatientes del conflicto armado ocurrido en Islas Malvinas.

El instrumento aplicado para la recolección de datos fue una entrevista estructurada, donde se realizaron preguntas relacionadas a las variables que componen la hipótesis de este trabajo.

Los resultados obtenidos permitieron identificar en los entrevistados características y pilares propios de la resiliencia, todos ellos promovidos desde el ámbito laboral, familiar y en recursos internos.

Palabras clave: Resiliencia - Guerra de Malvinas - Ex combatientes - Inserción laboral - Desmalvinización - Recursos Humanos

ÍNDICE	Página
Introducción.....	1
Situación problemática.....	1
Justificación de la investigación	2
Objetivo general	2
Preguntas de investigación	3
Capítulo I: Resiliencia.....	4
1.1. Concepto de Resiliencia.....	4
1.2. Tipos de resiliencia	8
1.3. Pilares de la resiliencia.....	8
1.4. Fuentes de resiliencia	10
1.5. Estrategias para desarrollar resiliencia	12
1.6. La resiliencia como proceso.....	14
Capítulo II: La guerra como evento traumático	16
2.1. Concepto de trauma.....	16
2.2. Consecuencias psicológicas del conflicto bélico: Estrés post traumático	16
2.3. La discapacidad en ex combatientes	18
2.4. El caso de Argentina	20
2.5. Obstáculos laborales que afectaron a ex combatientes en los primeros años de posguerra	22
Capítulo III: La importancia del trabajo en el hombre.....	25
3.1. Concepto de trabajo	25
3.2. Beneficios del trabajo	25
3.3. Manual de la OIT para la reinserción de ex combatientes	27
3.4. El rol del profesional de Recursos Humanos: reflexiones y propuestas.....	30

Capítulo IV: Marco metodológico	32
4.1. Hipótesis	32
4.2. Tipo de investigación	32
4.3. Diseño de investigación	32
4.4. Población o universo	33
4.5. Tipo de muestra	33
4.6. Variables e indicadores	33
4.7. Proceso de operacionalización de variables	33
4.8. Instrumento de recolección de datos	34
Capítulo V: Resultados obtenidos	37
Capítulo VI: Conclusiones y reflexiones finales.....	57

INTRODUCCIÓN

Situación problemática

El concepto de “resiliencia” es un concepto relativamente nuevo, que lleva, poco más de veinticinco años siendo estudiado. Al hablar de resiliencia se hace referencia al individuo con capacidad de sobreponerse a las adversidades, o de superarse a acontecimientos desestabilizadores, o catástrofes cuando éstas afectan a comunidades. Es una respuesta ante determinadas situaciones, una reacción dinámica y no algo estable, es la capacidad de movilizar determinados mecanismos para proyectarse positivamente en el futuro.

La resiliencia según las circunstancias, la naturaleza del trauma, el contexto, es resultado de la interacción entre el individuo y su entorno, y por lo tanto es éste: el entorno, el factor determinante a la hora de desarrollar el mecanismo de respuesta, el entorno familiar, el entorno social y el entorno laboral.

El presente estudio está orientado a describir y analizar la existencia de un vínculo entre la inserción laboral y la presencia de características resilientes en ex combatientes de la Guerra de Malvinas que residen en la Provincia de Mendoza. Así como también, describir, aquellos aspectos laborales, familiares y personales que contribuyeron a la superación de un hecho traumático y estresante.

La indagación correspondiente busca sentar precedentes en estudios relacionados a ex combatientes, debido a que sólo se encuentran investigaciones de tipo periodísticas que no profundizan en aspectos laborales.

En el Capítulo I, se expone el concepto de “resiliencia”, así como también sus orígenes, componentes y estrategias para desarrollarla. El Capítulo II está orientado a explicar a la guerra como un hecho traumático, las consecuencias de la guerra como situación traumática y se hace un apartado al concepto de “desmalvinización”.

En el Capítulo III de esta investigación, se presenta la gran importancia que implica desarrollar una actividad laboral para las personas; también se hace una breve reseña de un trabajo publicado por la Organización Internacional del Trabajo respecto a la inserción laboral de ex combatientes y el autor expone sus consideraciones en relación a cómo acompañar a víctimas de sucesos traumáticos.

En el Capítulo IV se describe el diseño metodológico aplicado al presente estudio.

Por último, el Capítulo V consta de un breve análisis de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de la entrevista dirigida a los ex combatientes seleccionados y se considera la contrastación en la realidad de la hipótesis y los objetivos planteados.

Justificación de la investigación

Se eligió esta temática debido a que se considera interesante abordar el trabajo como ámbito para el desarrollo de resiliencia, y vincularlo a un hecho histórico trascendental para nuestro país.

Además, con esta investigación se busca profundizar en los aspectos laborales y psicológicos de aquellas personas que fueron protagonistas del conflicto bélico en el que se vio involucrada la Argentina, de tal forma que contribuya a sentar un precedente en este tipo de investigación.

Por otra parte, como futuro profesional de Recursos Humanos esta investigación permitirá dar indicios de cómo acompañar en el ámbito laboral a personas que han estado expuestas a situaciones desestabilizadoras.

Objetivo general

- Demostrar si el trabajo pone en evidencia características resilientes en ex combatientes del conflicto armado ocurrido en Islas Malvinas.

Objetivos específicos

- Medir el nivel de resiliencia logrado por los ex combatientes de Malvinas.
- Determinar si la inserción laboral contribuyó a la elaboración del “trauma vivenciado”.
- Describir los emprendimientos laborales de los sujetos de investigación.
- Analizar de qué forma actúan los pilares y los factores protectores de la resiliencia dentro del plano laboral.
- Indagar la existencia de otras fuentes de resiliencia de las personas evaluadas.

Preguntas de investigación

- ¿Qué probabilidad tiene un ex combatiente de poseer capacidades resilientes?
- ¿Se pueden manifestar características resilientes por medio del trabajo?

CAPÍTULO I: RESILIENCIA

1.1. Concepto de Resiliencia

No existe una definición universalmente aceptada para definir el concepto de resiliencia. De la bibliografía consultada todas destacan la figura de tres componentes: la presencia de algún riesgo, trauma o adversidad, su superación positiva y la relación dinámica de los mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales que influyen sobre él.

Richardson la puntualiza como *“el proceso de lidiar con acontecimientos vitales disociadores, estresantes o amenazadores de un modo que proporciona al individuo destrezas protectoras y defensivas adicionales a las previas a la disociación resultante del acontecimiento”*¹.

Por otra parte, Al Siebert mantiene que tanto resiliencia como resistencia son sinónimos, y ambos refieren *“a la capacidad de superar las adversidades, alteraciones profundas, y contratiempos sin actuar de una manera dañina o disfuncional”*². Stefan Vanistendael argumenta que es *“la capacidad del individuo para hacer las cosas bien pese a circunstancias adversas. Esto implica una capacidad de resistencia y una facultad de construcción positiva”*³.

Rirkin y Hoopman realizan una definición más amplia, y también hablan de una capacidad, sosteniendo que la resiliencia es *“la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad, y de desarrollar competencia social, académica y vocacional pese a estar expuesto a un estrés grave o simplemente a las tensiones inherentes al mundo de hoy”*.⁴

La resiliencia no está en los seres excepcionales sino en las personas normales y en las variables naturales del entorno inmediato. Por eso se entiende que es una cualidad humana universal presente en todo tipo de

¹ Henderson, Nan y Mike Milstein. *Resiliencia en la escuela*, Buenos Aires, Editorial Paidós, 2010. p. 26.

² Siebert, Al. *Resiliencia. Construir en la adversidad*, Barcelona, Editorial Alienta Editorial, 2007. p. 18.

³ Mas, Laura Graciela. *Resiliencia en adolescentes. Identificación y fortalecimiento*, Mendoza, s.p.i. p.12

⁴ Henderson, Nan y Mike Milstein., op. cit., p. 26.

situaciones difíciles y contextos desfavorecidos, guerra, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, y sirve para hacerlos frente y salir fortalecido e incluso transformado de la experiencia.

Se puede aceptar que la resiliencia forma parte del proceso evolutivo de los individuos, pero no está claro que sea una cualidad innata ni tampoco estrictamente adquirida.

Origen del término

Este término proviene de la física para dar explicación al fenómeno que se produce en algunos materiales al poder retornar a su estado anterior debido a una alteración generada por fuerzas externas.

Distintos materiales sometidos a fuertes presiones recuperan sus características (forma, tamaño, proporciones) de manera diferente.

Están aquellos que responden rápidamente, los que necesitan más tiempo y los que no alcanzan a recuperarse totalmente.

Etimológicamente hablando, el vocablo “resiliencia”, emanada del latín *resilio*, significa “rebotar”, “volver atrás”, “saltar hacia atrás” y fue tomada por la psicología para definir la capacidad de las personas de desenvolverse psicológicamente de modo normal, a pesar de vivir en ambientes adversos con elevados factores de riesgo.

Componentes de la resiliencia

Componentes considerados como fundamentales de la resiliencia son:

- 1) Noción de adversidad, trauma, o amenaza al desarrollo humano: puede describir muchos factores de riesgo (por ejemplo vivir en la pobreza) o una situación vital específica (riesgo de muerte),
- 2) La adaptación positiva o superación de la adversidad: deja identificar si ha habido o no un proceso de resiliencia. A la adaptación se la puede considerar positiva cuando el individuo ha alcanzado expectativas sociales asociadas a una etapa de desarrollo o cuando no hay signos de desajuste.

3) El proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socio culturales que influyen sobre el desarrollo humano: permite entender la adaptación resiliente en función de la interacción entre factores de riesgo y factores resilientes.

Ser resiliente no quiere decir que la persona no experimenta dificultades o angustias. El sufrimiento emocional y la tristeza son comunes en las personas que han sufrido grandes adversidades o traumas en sus vidas. De hecho, el camino hacia la resiliencia probablemente esté lleno de obstáculos que perturban el estado emocional.

La resiliencia no es un rasgo que las personas posean o no. Incluye conductas, pensamientos y acciones que pueden ser aprendidas y desarrolladas por cualquier persona.

Características de la Resiliencia

La capacidad resiliente requiere identificar y promover recursos del individuo y su entorno social, ya que ésta es la consecuencia de la interacción entre uno y otro.

Por lo tanto, no se desprende exclusivamente del entorno ni es algo exclusivamente innato. La separación que hay entre cualidades innatas e influencia del entorno es muy delgada, ya que ambos niveles necesitan crecer juntos, en interacción.

La resiliencia se manifiesta por medio de diferentes áreas psicosociales de la persona: física, emocional, intelectual, social, interpersonal, laboral y puede desarrollarse a través de factores protectores, sosteniendo y contrarrestando factores de riesgo.

Para Vanistaendel, *“la resiliencia no está en los seres excepcionales sino en las personas normales y en las variables naturales del entorno inmediato. Por eso se entiende que es una cualidad humana universal presente en todo tipo de situaciones difíciles y contextos desfavorecidos, guerra, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, y sirve*

*para hacerlos frente y salir fortalecido e incluso transformado de la experiencia.*⁵

Factores protectores

Son las condiciones o los entornos capaces de favorecer el desarrollo de individuos o grupos y, en muchos casos, de reducir y mitigar los efectos de circunstancias desfavorables. La mayor parte de la bibliografía relacionada a resiliencia, considera la existencia de dos tipos de factores protectores; los externos (familia, comunidades, grupos de pares) y los internos (características individuales).

En lo que respecta a los factores externos, éstos refieren a condiciones o características del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños; entre los que se pueden mencionar: familia extendida, apoyo de un adulto significativo, o integración social y laboral, promoción de los vínculos estrechos, empleo de una interacción cálida y no crítica, aliento de la educación, impulso hacia el logro de metas.

Mientras que los factores internos están vinculados a atributos o cualidades de la propia persona: prestar servicios a otros, visión positiva del futuro personal, estima, seguridad y confianza de sí mismo, facilidad para comunicarse, empatía.

También es importante un ambiente familiar óptimo. Pueden ser padres, tíos abuelos, maestros u otras personas que muestren empatía, capacidad de escucha y actitud cálida. Además es importante que estas personas expresen su apoyo de manera que nazca en las personas un sentimiento de seguridad y confianza en si mismos. La existencia de expectativas altas y apropiadas a cada caso, comunicadas de manera consistente con claridad y firmeza. Esto fortalece el desarrollo de la autonomía.

⁵ Uriarte Arciniega, Juan de D.: “La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo” en Revista de Psicodidáctica, (Vitoria-Gazteis 2005), pp. 61-80, p. 66.

Factores de riesgo

El uso tradicional de factores de riesgo ha sido esencialmente biomédico y se lo ha relacionado, en particular, con resultados adversos, mensurables en términos de mortalidad.

Para la OMS un factor de riesgo es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión. Si bien no hay investigaciones al respecto, se podría deducir que las secuelas generadas por estrés post traumático no resueltas junto a factores externos (proceso de “desmalvinización”, falta de oportunidades laborales durante la post guerra), elevaron el índice de suicidios de ex combatientes, estableciendo así el principal factor de riesgo dentro de esta población.

1.2. Tipos de Resiliencia

Según Roberto Lorenzo *“la resiliencia se puede expresar en tres niveles: individual, grupal y social”*⁶.

En el nivel individual, se encuentran las situaciones personales que afectan directamente a cada sujeto sin influir al grupo o sociedad en que se desenvuelve.

El nivel grupal se refiere a situaciones que afectan a un grupo en su totalidad, como puede ser una familia, un grupo de amigos, compañeros de trabajo u otros grupos de pertenencia.

El nivel social comprende los hechos que involucran a todos los miembros de una sociedad.

1.3. Pilares de la resiliencia

Existen cualidades que afloran con mayor reiteración en personas que manifiestan condiciones de resiliencia. Dichas cualidades se las ha denominado como pilares de resiliencia.

⁶ Lorenzo, Roberto. *Resiliencia. Nuestra capacidad de recuperación ante los obstáculos*, Buenos Aires, Ediciones Andrómeda, 2010. p. 23.

1. **Introspección:** suele ser el resultado de una actitud consistente de observación y auto-observación, donde el sujeto se hace preguntas directas y se da respuestas honestas. Es considerada como una manifestación de resiliencia, ya que permite encontrarle múltiples significados a la tragedia y a los problemas en general y descubrir lo que se puede aprender de ellos
2. **Independencia:** capacidad para fijar los límites propios con relación a un medio problemático, con el fin de mantener distancia física y emocional, respecto de los problemas y las personas sin llegar a caer en el aislamiento.
3. **Capacidad de relacionarse:** capacidad para interactuar con otras personas, para crear vínculos fuertes, íntimos y equitativos y así poder contar con otros cuando se necesite un apoyo incondicional.
4. **Iniciativa:** es exigirse y ponerse a prueba en tareas exigentes y así poner en práctica la creatividad para poder lograr autonomía e independencia.
5. **Humor:** es poder encontrar algo gracioso dentro de los problemas para reírse de sí mismo, lo que baja las tensiones acumuladas. Generalmente es la manifestación de que la adversidad ya ha sido superada.
6. **Creatividad:** capacidad que tiene un sujeto ante el caos o desorden para crear orden, belleza y objetivos; permite crear alternativas y caminos de salida ante la adversidad.
7. **Moralidad:** es la capacidad de desear a otros el bien al igual que se lo anhela para uno mismo y también implica comprometerse con valores.

Luego de haber desarrollado los pilares sobre los que se sustenta la resiliencia, es posible pensar en el perfil de una persona resiliente:

- Solidaria
- Emplea estrategias de convivencia
- Es asertiva
- Controla sus impulsos
- Tiene sentido del humor

- Es independiente y flexible
- Posee capacidad para automotivarse
- Confianza en sí mismos
- Reconoce sus recursos

Resiliencia y competencias personales

La persona resiliente también se caracteriza por ser competente y tener habilidades positivas para afrontar algunas situaciones adversas, aunque quizás no los sea para todas. Se podría decir que la resiliencia es una disposición global y general que incluye otras competencias y habilidades más específicas. Según Luthar, *“la competencia social es una de las características más importantes de las personas resilientes porque les permite interactuar de manera positiva y eficaz en contextos diferentes. Las personas con buenas relaciones sociales obtienen refuerzos que elevan su autoestima y su bienestar, así como el apoyo para emprender nuevos retos.”*⁷

1.4. Fuentes de resiliencia

Para la autora de la Teoría de las fuentes de la resiliencia, Edith Grotberg, *“la resiliencia se trata de un proceso en el que existen factores, comportamientos y resultados resilientes. Por lo tanto, resiliencia no es una simple respuesta a la adversidad, sino que implica: desarrollo de factores resilientes, identificación de la adversidad, selección del nivel y clase de respuesta resiliente y valoración de los resultados que conllevan sentido de bienestar y mejoramiento de calidad de vida”*.⁸ Grotberg hace un análisis exhaustivo de estos factores, concluyendo que los mismos serían: soporte externo, las fortalezas personales y las habilidades interpersonales; afirma además que se los

⁷ Uriarte Arciniega, Juan de D, op. cit., pp. 61-80, p. 69.

⁸ Peña Flores, Naomí, “Fuentes de resiliencia en estudiantes de Lima y Arequipa”, tesis defendida en la Facultad de Psicología de la Universidad de San Martín de Porres, abril de 2009. p. 60.

puede identificar a través de la posesión de determinadas expresiones verbales: Yo Tengo, Yo Puedo, Yo Soy/Estoy.

Los factores de soporte externo (Yo tengo) están referidos al soporte que el niño recibe antes de que tenga conciencia de quién es o de lo que puede hacer y que le brindan sentimientos de seguridad como núcleo central para desarrollar la resiliencia.

Los factores internos o fortalezas personales (Yo soy/estoy) están referidos a sentimientos, actitudes y creencias que posee el resiliente.

Las habilidades sociales o interpersonales (Yo puedo) son principalmente adquiridas de los pares y de quienes les brindan educación.

Dichas expresiones verbales pueden entenderse de la siguiente manera:

Yo tengo:

- Personas alrededor en quienes confío y que me quieren incondicionalmente.
- Personas que me muestran por medio de su conducta la manera correcta de proceder.
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro o cuando necesito aprender.

Yo soy:

- Una persona por las que otros sienten aprecio y cariño.
- Agradable y comunicativo con mis familiares y vecinos.
- Respetuoso de mí mismo y del prójimo.

Yo estoy:

- Seguro de que todo saldrá bien.
- Rodeado de compañeros que me aprecian
- Triste, lo reconozco y lo expreso con la seguridad de encontrar apoyo.

Yo puedo:

- Hablar sobre cosas que me asustan o inquietan.
- Buscar el momento apropiado para hablar.
- Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.

Estos factores resilientes pueden promoverse por separado. Sin embargo, cuando una persona se enfrenta a una situación adversa, se combinan todos los factores tomándolos de cada categoría, según se necesiten. La mayoría de las personas ya cuentan con algunos de estos factores, sólo que no poseen los suficientes, o quizá nos saben cómo utilizarlos contra la adversidad. Otras personas, en cambio, sólo son resilientes en una determinada circunstancia y no lo son en otras.

1.5. Estrategias para desarrollar resiliencia

La gente no reacciona de la misma forma a eventos traumáticos y tensiones en su vida. Una estrategia para desarrollar resiliencia que trabaja para una persona podría no trabajar para otra. Las personas usan estrategias variadas.

Alguna variación puede reflejar diferencias culturales. El trasfondo cultural de una persona puede afectar la forma cómo él o ella comunica sus sentimientos y se enfrenta a la adversidad.

“Formas de construir resiliencia

1. ***Establecer relaciones:*** es importante establecer buenas relaciones con familiares cercanos, amistades y otras personas. Aceptar ayuda y sostén de personas por las que se siente afecto y escuchan, fortalece la resiliencia. Algunos gente encuentra que estar activo en grupos de la comunidad, organizaciones basadas en la fe, u otros grupos locales provee sostén social.
2. ***Evitar ver las crisis como obstáculos insuperables:*** se trata de mirar más allá del presente y pensar que en el futuro las cosas mejorarán.

3. **Aceptar que el cambio es parte de la vida:** es posible que como resultado de una situación adversa no sea posible alcanzar ciertas metas. Aceptar las circunstancias que no se pueden cambiar contribuye a enfocarse en las circunstancias que si se pueden alterar.
4. **Enfocarse hacia metas:** desarrollar algunas metas realistas. Hacer algo regularmente (aunque parezca que es un logro pequeño) que permita moverse hacia metas personales. En vez de enfocar en tareas que parecen que no se puede lograr, preguntarse: “¿Qué cosa sé que puedo lograr hoy que me ayuda a caminar en la dirección hacia la cual quiero ir?”
5. **Llevar a cabo acciones decisivas:** actuar en situaciones adversas lo mejor que pueda. Llevar a cabo acciones decisivas es mejor que ignorar los problemas y las tensiones y desear que desaparezcan.
6. **Buscar oportunidades para descubrirse a si mismo:** la gente a veces aprende algo sobre uno y puede que se den cuenta de que han crecido en alguna forma como resultado de su lucha con la adversidad. Muchas personas que han experimentado tragedias y situaciones difíciles han informado mejoría en sus relaciones, la sensación de mayor fuerza personal aun cuando se sienten vulnerables, la sensación de que su autoestima ha mejorado, una espiritualidad más desarrollada y un incremento en la apreciación de la vida.
7. **Cultivar una visión positiva de su persona:** el desarrollar confianza en las habilidades para resolver problemas y confiar en los instintos ayuda a construir la resiliencia.
8. **Mantener las cosas en perspectiva:** aun cuando haya que afrontar eventos dolorosos, tratar de considerar la situación que causa tensión en un contexto más amplio y mantener una visión a largo plazo. Evitar agrandar el evento fuera de proporción.
9. **Nunca perder la esperanza:** Una visión optimista permite esperar que ocurran cosas buenas en la vida. Tratar de visualizar lo que se quiere en vez de preocuparse por lo que se teme.

10. **Cuidar de uno mismo:** prestar atención a las propias necesidades y deseos. Interesarse en actividades que permitan disfrutar. Ejercitar regularmente. El cuidar de uno mismo ayuda a mantener la mente y el cuerpo listos para enfrentarse a las situaciones que requieren resiliencia.”⁹

La clave es identificar las formas que podrían ayudar como parte de una estrategia personal para estimular la resiliencia.

1.6. La resiliencia como proceso

Para Melillo y Suárez Ojeda, “el interés en considerar a la resiliencia como proceso implica pensarla no sólo una simple respuesta a la adversidad, sino que además incorpora aspectos tales como:

1) *Promoción de factores resilientes:* promover los factores resilientes es el primer paso en el proceso de ésta, en la cual está asociada el crecimiento y desarrollo humano que incluye diferencia de edad y de género.

2) *Compromiso con el comportamiento resiliente:* supone la interacción eficaz de factores de resiliencia elegidos - “yo tengo”, “yo soy”, “yo estoy”, “yo puedo”-, para enfrentar la adversidad que ha sobrevenido.

3) *Valoración de resultados en la resiliencia:* el objetivo de la resiliencia es ayudar al individuo o grupo a enfrentar las adversidades y también a favorecerse en la experiencia.”¹⁰

Beneficios:

- Aprender de la experiencia.
- Estimar el impacto sobre otros.
- Reconocer un incremento del sentido de bienestar y de mejoramiento de la calidad de vida.

⁹ Peña Flores, Naomí, op. cit., p. 35.

¹⁰ Melillo, Aldo y Néstor Suárez Ojeda. *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*, Buenos Aires, Editorial Paidós, 2011, p. 27.

Según la bibliografía consultada, la resiliencia es una de las reacciones positivas que un individuo puede desarrollar ante una vivencia traumática; otras reacciones son la recuperación y crecimiento post traumático. Estas reacciones están estrechamente relacionadas con el concepto de resiliencia, a tal punto que es posible encontrar similitudes en sus correspondientes definiciones.

CAPÍTULO II: La guerra como evento traumático

2.1. Concepto de “trauma”

La resiliencia, como capacidad para enfrentar situaciones negativas sin padecer alteraciones emocionales graves, se la relaciona con acontecimientos traumáticos y estresantes que generan alteraciones psíquicas que el individuo debe superar.

El término “trauma” quiere decir “herida psíquica”. Freud sostiene que “trauma” es una experiencia vivida de golpe y que produce un incremento de excitación emocional, que no puede ser eliminada o elaborada psíquicamente y da lugar a trastornos que suelen ser duraderos. Desde la psicología, hace alusión a un hecho que no se puede resolver y que, por eso, eleva la tensión emocional del individuo y le provoca desarreglos a nivel psíquico. La angustia provocada por esta tensión no resuelta da paso a depresiones, estados de melancolía, aislamientos afectivos, sentimientos de culpa.

Para que un evento sea traumático la característica principal es la ausencia de reacción o adaptación del sujeto al cambio violento con el que es enfrentado.

2.2. Consecuencias psicológicas del conflicto bélico: Estrés post traumático

Como señala la Organización Mundial de la Salud, la guerra es un suceso extraordinario que siempre deja secuelas, y provoca daños irreversibles, físicos y psíquicos y sociales, tanto en las personas que participan directamente como en el grupo familiar. Desde luego que la Guerra de Malvinas fue un suceso traumático, debido a que los soldados tuvieron que tolerar la exposición a un clima hostil (frío y humedad), bombardeos, estados de alerta permanente, explosiones, hambre, esfuerzos físicos, sensaciones de incertidumbre, riesgo de muerte y muerte a su alrededor.

Por su parte, Van Der Kolk propone *una “clasificación de estresores de guerra:*

- *Exponerse al combate.*
- *Participar o ser testigo del abuso de la violencia.*

- *Afrontar la muerte o las heridas graves de compañeros de la unidad de combate.*
- *Entrar en contacto con personas muertas o heridas en la batalla.*
- *Quedar aislado de los compañeros de la unidad de combate.*¹¹

También se consideran estresores:

- Afrontar la perspectiva de la muerte de uno mismo.
- Ser herido.
- Exponerse a condiciones inhumanas (climas extremos, enfermedades tropicales, alimentación inadecuada, higiene totalmente insuficiente, etc.)

Estos elementos, propios de todo conflicto bélico, influyeron en el aspecto psíquico y en la vida posterior de los protagonistas.

Una perturbación vinculada a ex combatientes, es el de estrés post traumático. Esta secuela, en general es causada por un trauma psicológico severo o una situación en la que la salud puede verse en peligro o bien ante un riesgo de muerte. Los síntomas del síndrome suelen comenzar después de tres meses del acontecimiento que lo generó, pero depende mucho de la persona, pudiendo llegar a manifestarse años más tarde. Los síntomas del estrés post traumático se clasifican en tres categorías:

1. Repetición de la vivencia: Frecuentemente tienen recuerdos, pesadillas, pensamientos recurrentes, reacciones físicas y emocionales desmedidas asociadas al evento que generó el trauma. En los casos más graves pueden tener alucinaciones, flashbacks o la sensación de que el acontecimiento está sucediendo o va a suceder nuevamente.

2. Evasión: Es muy común que la persona afectada evite por todos los medios situaciones que le hagan recordar lo sucedido. Este comportamiento puede comprender pensamientos, conversaciones, actividades, lugares o personas que le hagan recordar el evento que inició el trauma. También puede aparecer pérdida de interés en

¹¹ Leguizamón, Lucía y otros, "Consecuencias de la guerra en ex combatientes. Una revisión bibliográfica" en Revista Diálogos (Universidad de San Luis, febrero de 2012), p.p. 29 - 44. p. 34.

actividades que eran habituales antes del incidente y falta de esperanza con respecto al futuro.

3. Aumento de excitación emocional: Se producen cambios en el comportamiento del individuo, entre los que se encuentran dificultades para quedarse dormido o despertar, permanecer en estado de alerta o cautelosos sin motivo aparente, dificultad para concentrarse o terminar tareas, incremento de la agresividad con desplantes de rabia, nerviosismo y facilidad para asustarse.

Otros síntomas o sensaciones generadas por el Estrés post traumático suelen ser:

- Realizar esfuerzos para evitar pensamientos, sentimientos o interacción asociados con el trauma así cómo también lugares o personas que reviven los recuerdos del mismo. Mostrar incapacidad para recordar aspectos significativos del evento traumático.
- Una disminución del interés o participación en actividades que antes del evento traumático fueran significativas. Mostrarse poco afectivos.
- Expresar una sensación de acortamiento del futuro, es decir, no esperar volver a trabajar, continuar con la carrera o carecer de expectativas de vida normal.
- Padecer amnesias selectivas, los fenómenos disociativos, y las complicaciones asociadas a este cuadro clínico, pudiendo derivar en una depresión, alcoholismo, dependencia a drogas, conductas antisociales. Aparecen sentimientos de culpa de la situación vivida, en la que otros compañeros han muerto o han quedado inválidos, inculpa que llega a dañar su autoestima y dificulta la readaptación emocional posterior.

2.3. La discapacidad en ex combatientes

Luego de finalizada la guerra, además del estrés post traumático, los ex combatientes tuvieron secuelas que se vieron reflejadas en discapacidades físicas, como por ejemplo: discapacidades auditivas, motoras, visuales y sensitivas. Estas discapacidades los relegaron al momento de reinsertarse social y laboralmente, aunque también es

importante mencionar algunos elementos ajenos a los ex combatientes que dificultaron dicha reinserción:

- Instalaciones inaccesibles en los establecimientos
- Carencia de aspectos legales y políticas de apoyo
- La “desmalvinización”
- Vaivenes del mercado laboral
- Percepciones negativas de los empleadores

Fue tal el impacto negativo ocasionado por la serie de elementos mencionados anteriormente que llevó a los ex combatientes a vivir un estado de vulnerabilidad y desprotección.

Existe en la bibliografía consultada casos históricos de situaciones de post guerra en los que las acciones posteriores facilitaron la reinserción. Por ejemplo, en el conflicto bélico librado entre Bosnia y Herzegovina desde 1992 a 1995, generó para el primero 100.000 personas discapacitadas. En Bosnia se llevó a cabo un programa de creación de empleo para los imposibilitados; dicho programa contó con el financiamiento del gobierno alemán para el centro médico de rehabilitación para el centro de formación profesional.

Por otra parte, en Ucrania, las exigencias de 12.000 ex combatientes discapacitados causados por la guerra de Afganistán (sumado a los 3,3 millones de víctimas del accidente de Chernobyl) fortalecieron la presión sobre el gobierno. Esta presión llevó a que surja una Comisión Parlamentaria para los Discapacitados, donde su presidente es un veterano de guerra imposibilitado de caminar, además de un Programa Nacional de Rehabilitación que posee el apoyo económico por medio de fondos internacionales provenientes de la Organización Mundial del trabajo (OIT).

En los dos casos se evidencia que cuando los fondos propios no son cifras importantes, pero si existe voluntad y compromiso de dirigentes políticos y sociales es posible concretar programas que rehabiliten y reinserten laboralmente a las víctimas no civiles originadas por una guerra.

2.4. El caso de Argentina

Argentina también se vio enfrentada a las secuelas de una guerra. Se instaló un concepto que intentó describir la situación de post guerra de los excombatientes, se trata del comúnmente denominado proceso de “desmalvinización”. Lejos de realizar juicios de valor y acusaciones acerca de quien inició el mencionado proceso, es importante destacar que en los primeros años de posguerra, dirigentes políticos, algunos miembros de cúpulas militares y medios de comunicación social fueron responsables, directa o indirectamente, de este proceso al que se hace mención, imposibilitando el reconocimiento de veteranos de guerra, así como también ocultando la realidad sobre lo sucedido en la guerra, y haciendo cargar el peso de la derrota en los ex combatientes.

Silva cita el concepto de “desmalvinización” acuñado por el politólogo francés Alain Rouquieu y utilizado en diferentes simposios desde junio de 1982. *“El fenómeno de la “desmalvinización” fue pensado y dirigido por la dictadura, pero no fue revertida en democracia. Comenzó con la visión de un conflicto bélico, como la guerra, despojado de sus principales actores, silenciando a los soldados apenas volvieron al continente. De esa forma los soldados se convirtieron en víctimas de la dictadura, de la guerra y del silencio, porque descargaron en ellos las culpas de la conducción política y militar que llevaron a la derrota.”*¹²

Por parte de un sector de las fuerzas armadas, desde el momento de la rendición fue manifiesto su interés por ocultar lo sucedido a efectos de que la sociedad no los hiciera responsables de la derrota.

Los políticos, por su parte, interpretaron que para que las fuerzas armadas no volvieran al poder, tenían que abocarse a la tarea de “desmalvinizar”, ya que la batalla por Malvinas sería siempre una oportunidad de recordar su existencia, su función en la defensa de la soberanía nacional y a partir de allí, reconstituir su imagen ante la sociedad.

¹² Silva, María A., *Salud de los veteranos de guerra de Malvinas: miradas, sentires y propuestas*, s.p.i., p. 11.

De lo expuesto anteriormente, es posible concluir que el proceso de “desmalvinización” contribuyó a que los ex combatientes, no sólo se los situara en el ostracismo sino que también se vieran forzados a emprender aquellas obligaciones que le confieren al Estado y que éste, por ineficacia, no supo dar respuesta a demandas de reinserción laboral, educación, o un asesoramiento psicológico óptimo.

Por otro lado, los años de posguerra dieron a conocer el costado más hipócrita de la sociedad. Primero eran vitoreados y alentados, pero luego de finalizar la contienda gran parte de la sociedad prefería olvidar en lugar de otorgar contención afectiva.

Sumado a las secuelas generadas por el conflicto bélico (estrés post traumático, discapacidades) y, en algunos casos, los elevados índices de analfabetismo fueron condicionantes a la hora de encontrar un empleo bien remunerado y de competir en el mercado laboral cada vez más exigente.

En la Provincia de Mendoza solo existen leyes orientadas a otorgar beneficios sociales, pero desde el retorno a la democracia hasta la fecha, ninguna de ellas expresa en su contenido actividades concretas orientadas a acompañar psicológicamente o reinserter laboralmente a los ex combatientes. En este sentido la legislación provincial ha mostrado una conducta de desidia. Esta indiferencia manifestada por el Estado contribuyó a ser cómplice del proceso de “desmalvinización” aludido anteriormente.

Las demandas exigidas no salvaguardadas por el Estado llevaron a los ex combatientes a crear organismos y entidades sin fines de lucro que agruparan a los afectados por el conflicto bélico. Desde estas agrupaciones se gestionaron la mayoría de los beneficios sociales que le fueron cedidos a quienes concurren al conflicto bélico.

2.5. Obstáculos laborales que afectaron a ex combatientes en los primeros años de posguerra

El panorama que se presentó después de finalizada la guerra fue muy difícil para los ex combatientes. Fue una tarea ardua tratar de hacer una transición luego de una experiencia tan significativa. Tenían que combatir en otra batalla, contra los efectos de un pasado reciente y el nuevo contexto social que surgió después de Malvinas.

Enmarcado dentro del sistema económico neoliberal, los ex combatientes se enfrentaron a transformaciones laborales como: el surgimiento de nuevas tecnologías que exigían ser manejadas por personas altamente capacitadas, privatizaciones de empresas históricamente administradas por el Estado y la precarización del trabajo. Los excombatientes tuvieron que sumarse a estas condiciones socioeconómicas y políticas complejas sin contar con un acompañamiento, ni estrategias de contención del estado que les facilitaran el proceso de transición para volver a reinsertarse social y laboralmente.

Según Salanova, Peiró y Prieto *“existen al menos once funciones positivas que puede proveer el trabajo a las personas:*

- 1. Función integrativa o significativa: función ligada al trabajo como ámbito de realización personal.*
- 2. Trabajo como promotor de status y prestigio social: relacionado con la posición o rango social en el que se ubica una persona de acuerdo al trabajo que tiene.*
- 3. Trabajo como fuente de identidad personal: las experiencias laborales exitosas o frustrantes tienen un fuerte impacto sobre el desarrollo de la identidad personal.*
- 4. Función económica: procurar supervivencia, acceso a bienes de consumo y satisfacción de necesidades básicas.*
- 5. Fuente de obtención de oportunidades para la interacción y los contactos sociales: actividad generadora de vínculos y lazos sociales.*

6. *Estructura el tiempo: encuadra el tiempo en períodos temporales regulares y predecibles, proveyendo un marco de referencia temporal útil para la vida de las personas.*
7. *Mantener a las personas bajo una actividad más o menos obligatoria: el trabajo suministra un marco de referencia útil de actividad regular, obligatoria y con propósito.*
8. *Fuente de oportunidades para desarrollar habilidades y destrezas: resulta de particular importancia este aspecto por su relación con la motivación.*
9. *Función de transmitir normas, creencias y expectativas sociales: alude al rol socializador del trabajo al facilitar la inserción de las personas en un encuadre cultural de reglas compartidas.*
10. *Proporciona poder y control: se relaciona con la capacidad de administrar personas, objetos, recursos, datos e información.*
11. *Función de comodidad: el trabajo puede permitir la obtención de buenas condiciones físicas, seguridad y confort.”¹³*

Ante la variedad de factores positivos que ofrece la oportunidad de trabajar, podría pensarse que la inserción o reinserción laboral de los excombatientes podría haber sido un puente para elaborar y superar las vivencias de la guerra.

Sin programas y estrategias públicas y/o sociales que faciliten dicha transición y elaboración de lo vivido, puede suponerse que cada ex combatiente tuvo que afrontar la realidad con sus propios recursos internos y externos más cercanos (familiares, amigos, otros ex combatientes). En este sentido resulta importante establecer si existe relación entre los recursos internos del ex combatiente (capacidad de resiliencia) y el desarrollo de su vida laboral durante los años cercanos a la finalización de la guerra.

Hay que destacar que la situación personal de los ex combatientes no es la misma para todos, debido a que sufren diferentes complicaciones, ya que la consecuencias originadas a partir de un evento traumático como

¹³ Alonzo, Claudio. *Los distintos enfoques del trabajo humano*, s.d., 2007. p. 10.

la guerra, difiere dependiendo de antecedentes clínicos, la composición psíquica del sujeto, los vínculos sociales, lo que eran “antes de la guerra” y aquellos recursos económicos, familiares o laborales para tejer estrategias de recuperación.

A partir de estas diferencias es donde el presente trabajo cobra real dimensión. Los testimonios de los ex combatientes permitirán determinar cómo impactaron las diferencias antes mencionadas, es decir, a partir del relato de su vida laboral post Malvinas, se podrá saber como trataron de conciliar lo ocurrido en la guerra y, al mismo tiempo, intentar armar nuevos proyectos laborales

CAPÍTULO III: La importancia del trabajo en el hombre

3.1. Concepto de trabajo

Para Peiró el trabajo alude a *“el conjunto de actividades humanas, retribuidas o no, de carácter productivo y creativo, que mediante el uso de técnicas, instrumentos, materias o informaciones disponibles, permite obtener, producir, o prestar ciertos bienes, productos o servicios. En esta actividad las personas aportan energías, física y psíquica, habilidades, conocimientos y otros diversos recursos, obteniendo a cambio, algún tipo de compensación material, psicológica y/o social”*.¹⁴

En esta definición se entiende al concepto de trabajo como una actividad que ayuda al logro de resultados relacionados a una serie de gratificaciones que trascienden a lo meramente económico. Es por ello, que en los párrafos siguientes se exponen los beneficios de trabajar y que no están relacionados con una compensación económica.

3.2. Beneficios del trabajo

El trabajo contemplado desde una actividad técnica, permite experimentar a las personas apreciar sus competencias, desempeño, y habilidades. Estas apreciaciones pueden reflejar la estima personal, otorgándoles seguridad personal, la posibilidad de independizarse y alcanzar metas. Es decir ayudan a corroborar o desacreditar la autoestima, y generando impacto en la percepción que se tiene de uno mismo.

Desde una perspectiva psicológica, el trabajo es una fuente de autorrealización (promueve oportunidades para desplegar habilidades y destrezas), estructura el tiempo, de acuerdo a las condiciones (crea autoestima y es una fuente de trascendencia y realización personal).

¹⁴ *Ibíd*em, p. 8.

Es sabido que el ser humano es un ser social por naturaleza y que su vida social forma parte de la esencia de su existencia.

El análisis de este aspecto lleva a destacar la naturaleza social del trabajo; es en el proceso de interacción que ocurre en el trabajo donde las personas reciben estímulos que impactan fuertemente en los conceptos que desarrollan respecto a sí mismos. Estar en contacto con una comunidad laboral permite aprehender normas y valores pertenecientes a dicha comunidad. En este sentido, uno de los beneficios de este proceso es que la persona adopta del trabajo mecanismos para construir su propia identidad.

Es importante mencionar que establecer relaciones interpersonales a través del ámbito laboral permite, no sólo crear la identidad personal del individuo sino que también posibilita crear entramados sociales que ayudan a revelar como el individuo pone en evidencia sus propios pilares de resiliencia.

Otro de los aspectos de la incidencia que el trabajo tiene en la identidad de las personas concierne al estatus social dentro de la sociedad o comunidad laboral. En un país como lo es Argentina, los juicios de valor emitidos por la sociedad en general, muchas veces tienen impacto en las decisiones que toman las personas. Tal es ese impacto que hasta logra determinar el estatus y el prestigio en función del trabajo que posea una persona.

La identidad personal, en este caso de los ex combatientes, fue modificada a partir de un hecho puntual: la Guerra de Malvinas. Es decir, los soldados que combatieron modificaron su identidad al poder participar de un suceso que les dio la oportunidad de expresar sus valores y creencias particulares e interrelacionarse con sus pares en un medio hostil.

Sin embargo, el proceso de “desmalvinización”, mencionado en el capítulo anterior, reflejó fielmente cómo los ex combatientes, al volver de la guerra, derribó esta identidad personal. La “desmalvinización” contribuyó a que no se los colocara en una posición social que les diera crédito (por haber expuesto su vida a un inminente riesgo de

muerte) y les permitiera gozar de una buena reputación e imagen por parte de la sociedad. Esto trajo aparejado que sólo se los tildara como “chicos de la guerra” (debido a que la mayoría de los soldados no superaban los 21 años).

Ante lo anteriormente expuesto es viable determinar que una óptima identidad personal del individuo, lo sitúa al mismo mucho más predispuesto y en mejores condiciones anímicas para afrontar las consecuencias de un hecho traumático, en este caso el estrés post traumático generado por un conflicto bélico.

3.3. Manual de la OIT para la reinserción de ex combatientes

El concepto de inserción laboral es un tópico traído a colación recurrentemente en esta investigación, y a pesar de que no se ha encontrado bibliografía que otorgue una definición adecuada. Es por ello que considero oportuno esbozar una humilde reseña del concepto en cuestión, centrada en función de la temática que es eje de estudio.

Si bien, a grandes rasgos se sabe de que se habla cuando hay que referirse a la inserción laboral, es escasa la bibliografía que defina claramente a este concepto.

Entonces, defino a la inserción laboral como aquellas estrategias y herramientas efectuadas por una persona llevándola a participar activamente del mercado laboral.

No obstante es importante destacar que la inserción laboral de la mayoría de los ex combatientes se fue postergando. Con el correr del tiempo surgían impedimentos y complicaciones para que la inserción se haga efectiva.

Ante lo anteriormente expuesto, la Organización Internacional del Trabajo, con sede en Ginebra (Suiza), no ha sido ajena a las dificultades que padecen los ex combatientes alrededor del mundo.

Es por ello que en el año 2002, dicha entidad realiza una publicación describiendo las principales dificultades que se presentan al promover programas de reinserción laboral; y está destinado a

establecer los lineamientos generales para ejecutar programas para reinsertar a ex combatientes en la vida civil, teniendo en cuenta los posibles factores que impactan para llevarlos a cabo, como por ejemplo: el contexto social, económico y cultural.

Si bien se dan a conocer ejemplos de conflictos bélicos ocurridos en los Balcanes, Centroamérica, África y Medio Oriente, esta publicación de la O.I.T. esgrime puntos y conclusiones fundamentales a la hora de reinsertar socialmente a ex combatientes con todo tipo de problemas.

Sostiene que es necesario identificar las actividades económicas que ofrecen potencial de crecimiento, demanda de mercado y posibilidades de empleo. Esto ayudará a los organismos de formación y re inserción a planear y organizar actividades de formación para los grupos destinatarios más idóneos.

En cuanto a las asociaciones creadas por ex combatientes argumenta que sirven como intermediarios al momento de brindar una asistencia equitativa, y recalca la necesidad de fomentar la creación de este tipo de agrupaciones; así como también contar con el respaldo de autoridades políticas para obtener una representación y una participación efectiva de los ex combatientes en la ejecución de los programas de re inserción que les están destinados.

Describe también el rol que juegan estas agrupaciones de ex combatientes al encargarse de la distribución de información, la prestación de servicios y la ejecución de programas encaminados a atender a las necesidades de los combatientes discapacitados. Otra función que suelen efectuar las asociaciones de ex combatientes es la de emprender actividades de formación en diversos tipos de conocimientos básicos para la vida. Se trata de conocimientos que permiten a los ex combatientes hacer frente a los conflictos personales y comunitarios con métodos socialmente idóneos de mediación, conciliación, control del estrés y organización social.

Se plantean en este trabajo de la O.I.T. que la formación no garantiza que encuentren empleo o puedan situarse por su cuenta, los ex

soldados tienen que continuar su educación, es decir, han de poder capacitarse de nuevo según cuáles sean sus posibilidades económicas.

Respecto a los ex combatientes con discapacidades sostiene que las necesidades sociales y económicas no difieren mucho de las de los ex combatientes sin discapacidades. Además se los discrimina con frecuencia y se les niega la condición de ex combatientes. Si bien muchas de esas personas discapacitadas necesitan programas de rehabilitación médica y psicosocial, también quieren beneficiarse de los programas de reinserción como hacen sus otros camaradas.

Otra publicación vinculada a la inserción de ex combatientes, es la investigación exploratoria llevada a cabo por la Alcaldía de Bogotá (Colombia) sobre una población de similares características a la del presente estudio. En dicha investigación se concluye que la variedad de cambios a los que se ven enfrentados los jóvenes ex combatientes durante su transición y adaptación a la vida civil, hacen de este proceso difícil y causante de elevados niveles de estrés, angustia y soledad, entre otros sentimientos que desequilibran emocionalmente a estas personas. En la diversidad de cambios mencionada se encuentran con una institucionalidad excluyente y una población receptora que los estigmatiza por su condición de ex combatientes.

Este trabajo destaca la prioridad de la educación, ya que ofrece alternativas efectivas para la reconstrucción del proyecto de vida propio. Asimismo, se deposita en los procesos educacionales la expectativa de que conduzca al empleo y la generación de ingresos; lo cual es importante para mantenerlos ocupados, brindarles estatus y una red de contención social.

3.4. El rol del profesional de Recursos Humanos: reflexiones personales y propuestas

Uno de los mejores entornos para promover la resiliencia es el que se genera por medio del trabajo. En él, las empresas con una cultura abierta pueden influir positivamente en la reconstrucción de la personalidad y favorecer el desarrollo social del individuo.

Para ello es necesario que se genere un escenario propicio que permita concretar actividades y políticas que atiendan las demandas de personas que se han visto expuestas a sucesos traumáticos.

Como por ejemplo:

- Contar con personas dispuestas a ayudar y fomentar a los damnificados manteniendo un vínculo afectivo que contribuya a la contención y el desarrollo por medio de una actitud de escucha activa.
- Ofrecer expectativas alcanzables para que la víctima de un suceso traumático tenga posibilidades de éxito; así como también oportunidades para participar activamente en el proceso de toma de decisiones y la resolución de conflictos.
- Fomentar el sentimiento de cooperación y el desarrollo de la creatividad.

En otro plano se encuentra el profesional de Recursos Humanos. Él, junto con la participación activa de las principales áreas de la organización, contribuirán a que el nivel de resiliencia se incremente si se enfocan al logro de las siguientes actividades:

- Difusión de modelos sociales que incentiven comportamientos positivos.
- Promoción de experiencias positivas que eleven la confianza en sí mismo y la autoestima.
- Establecer planes de motivación integrales y a medida de las personas afectadas con algún tipo de trauma.
- Crear talleres donde se lleven a cabo dinámicas de grupo en donde se promuevan valores y sentimientos positivos. En estos

talleres pueden incluirse actividades donde los afectados puedan poner de manifiesto habilidades y destrezas.

- Buscar asesoramiento de profesionales de distintas disciplinas para poder establecer herramientas que permitan el desarrollo sostenible de la víctima dentro del trabajo. Es importante la interacción continua entre estos profesionales para que en consenso puedan diseñar actividades especiales destinadas a los afectados.
- Enseñar habilidades de convivencia, que incluyan la cooperación, la resolución positiva de conflictos, asertividad en el planteamiento de problemas, toma de decisiones, manejo grupal de situaciones estresantes, promoción de ambientes saludables (físicos y psicológicos).
- Desarrollar expectativas elevadas pero realistas, lo que implica creer en el potencial de los trabajadores, pero a la vez no generar frustración al establecer tareas imposibles de cumplir. Esto fortalece la autoestima de quienes trabajan al reconocerse con competencias para la labor que desarrollan.

CAPÍTULO IV: Marco metodológico

4.1. Hipótesis

La presencia de características resilientes favorece la superación de un hecho traumático evidenciada por las características de la inserción laboral posterior al hecho en los ex combatientes de la Guerra de Malvinas, ocurrida entre abril y junio de 1982, residentes en la Provincia de Mendoza.

Se trata de una hipótesis del tipo de *investigación*, ya que se menciona una proposición tentativa acerca de posibles vínculos entre dos o más variables. Según su alcance, es una hipótesis del tipo descriptiva.

4.2. Tipo de investigación

El presente estudio es de tipo correlacional, debido a que se “*asocian variables mediante un patrón predecible para un grupo o población*”.¹⁵

En esta investigación lo que se pretende medir son las características de resiliencia existentes a partir de un evento traumático en relación a la inserción laboral de los sujetos de la muestra, es decir, cinco ex combatientes de la Guerra de Malvinas residentes en la Provincia de Mendoza.

4.3. Diseño de investigación

En esta investigación se escogió el *diseño no experimental*, el cual “*se trata de un estudio que se lleva a cabo sin manipular las variables y en donde se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos.*”¹⁶

Dentro de los diseños no experimentales se optó por el *transeccional*, porque se examina la población insertada laboralmente para analizar su capacidad de resiliencia, en un tiempo único con el objetivo de describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en ese momento dado.

¹⁵ Hernández Sampieri, Roberto y otros. *Metodología de la investigación*, México D.F., Mc Graw Hill Interamericana, 2006. p. 104.

¹⁶ *Ibidem*, p. 208.

4.4. Población o universo

Se seleccionó cinco casos de inserción laboral exitosa de ex combatientes de la Guerra de Malvinas, ocurrida entre abril y junio de 1982, residentes en la Provincia de Mendoza.

4.5. Tipo de muestra

El tipo de muestra es no probabilístico, *“donde la elección no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o de quien hace la muestra”*.¹⁷ Dentro del muestreo no probabilístico se eligió la muestra de casos tipo, *“donde el objetivo es la riqueza, profundidad y calidad de la información”*.¹⁸

4.6. Variables e indicadores

En cuanto a las variables consideradas en la elaboración de la hipótesis de la investigación, se seleccionaron variables de índole cualitativa. Éstas permiten clasificar un elemento de acuerdo con sus propiedades. No se pretende señalar una magnitud sino identificar una categoría o cualidad de un elemento.

4.7. Proceso de operacionalización de variables

Variables	Indicadores
Perfil personal	Edad actual Nivel educativo Formación complementaria
Evento traumático	Tiempo de exposición Tipo de consecuencias

¹⁷ *Ibidem*, p. 341.

¹⁸ *Ibidem*, p. 566.

Variables	Indicadores
Inserción laboral	Tiempo de ingreso al mercado laboral Ocupación
Características resilientes	Satisfacción personal Ecuanimidad Sentirse bien solo Confianza en sí mismo Perseverancia Iniciativa Capacidad para relacionarse Creatividad

4.8. Instrumento de recolección de datos

El instrumento que se aplicó fue la entrevista estructurada, donde *“el entrevistador realiza su labor con base en una guía de preguntas específicas y se sujeta exclusivamente a esta”*.¹⁹

Se elaboraron preguntas relativas al perfil personal de la población considerada, así como también preguntas concernientes al evento traumático y a la inserción laboral de los involucrados luego del conflicto bélico.

Al momento de elaborar las preguntas relacionadas a las características resilientes, se tomó en cuenta las afirmaciones incluídas en la Escala de Resiliencia elaborado por E. Wagnild y H. Young, en 1993.

Esta escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción.

La escala de resiliencia fue construida por Wagnild y Young en 1988, y fue revisada por los mismos autores en 1993. Está compuesta de 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. La Escala Likert *“es un*

¹⁹ *Ibidem*, p. 597.

*conjunto de ítems que se presenta en forma de afirmaciones para medir la reacción del sujeto en tres, cinco, o siete categorías.*²⁰

Los participantes indican el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos.

Los ítems correspondientes a Satisfacción personal son: 16, 21, 22 y 25

Los ítems correspondientes a Ecuanimidad son 7, 8, 11 y 12

Los ítems correspondientes a Sentirse bien solo son: 5, 3 y 19

Los ítems correspondientes a Confianza en sí mismo son: 6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24

Los ítems correspondientes a Perseverancia son: 1, 2, 4, 14, 15, 20, y 23

Ítems	Escala
1. Cuando planeo algo lo realizo	1 2 3 4 5 6 7
2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra	1 2 3 4 5 6 7
3. Dependo más de mi mismo que de otras personas	1 2 3 4 5 6 7
4. Es importante para mí mantenerme interesado en cosas	1 2 3 4 5 6 7
5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo	1 2 3 4 5 6 7
6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida	1 2 3 4 5 6 7
7. Usualmente veo las cosas a largo plazo	1 2 3 4 5 6 7
8. Soy amigo de mi mismo	1 2 3 4 5 6 7
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1 2 3 4 5 6 7
10. Soy decidido	1 2 3 4 5 6 7
11. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	1 2 3 4 5 6 7

²⁰ Ibidem, p. 341.

Ítems	Escala
12. Tomo las cosas una por una	1 2 3 4 5 6 7
13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente	1 2 3 4 5 6 7
14. Tengo autodisciplina	1 2 3 4 5 6 7
15. Me mantengo interesado en cosas	1 2 3 4 5 6 7
16. Por lo general, encuentro de que reírme	1 2 3 4 5 6 7
17. El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	1 2 3 4 5 6 7
18. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar	1 2 3 4 5 6 7
19. Generalmente puedo ver las cosas de varias maneras	1 2 3 4 5 6 7
20. Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera	1 2 3 4 5 6 7
21. Mi vida tiene significado	1 2 3 4 5 6 7
22. No me lamento por las cosas por las que no puedo hacer nada	1 2 3 4 5 6 7
23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	1 2 3 4 5 6 7
24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	1 2 3 4 5 6 7
25. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado	1 2 3 4 5 6 7

Una vez adaptados los ítems de la mencionada escala, la entrevista estructurada quedó conformada de la siguiente manera (ver Anexo I: Modelo de entrevista):

Capítulo V: Resultados obtenidos

1. Perfil personal

	Entrevistado N°1	Entrevistado N°2	Entrevistado N°3	Entrevistado N°4	Entrevistado N°5
Edad	63 años	51 años	55 años	50 años	50 años
Nivel educativo	Secundario completo Terciario incompleto (Sistemas de información)	Secundario completo (Técnico químico enólogo)	Secundario completo	Secundario completo	Primario completo
Formación complementaria	Infantería Paracaidismo	Primer año Ingeniería química. Dos años en la Facultad de Derecho Extensiones- mo jurídico vecinal Inglés	Pastorado evangelista	Cursos de informática	Actividades agrícolas Carpintería Soldadura Chofer de cargas pesadas y peligrosas

2. Evento traumático

En lo que respecta al tiempo de exposición en el campo de batalla; tres de las personas indagadas permanecieron durante un tiempo prolongado en el mismo. Mientras que dos de los entrevistados se vieron afectados al conflicto bélico de manera indirecta y no estuvieron vinculados a los combates en el archipiélago malvinense.

Entrevistado N°1: “Desde el día 6 de abril desembarqué en la isla, hasta el 25, 28 de abril.... Momento en que es reemplazada mi jefatura y

regreso al continente, formando parte del puente aéreo y volví en varias ocasiones a las Islas.”

Entrevistado N°2: “Yo pertenezco a la fuerza de desembarco, que recuperamos Malvinas el 2 de abril. Nuestra tarea fue, justamente, esa recuperar la soberanía de las Islas. En el caso mío, yo estuve hasta el 6 de abril. El 6 de abril se produce un hecho anecdótico, histórico cuando Galtieri decide militarizar las islas. Nosotros somos informados para ser sacados de las islas y llevarnos a la frontera con Chile, donde era inminente una toma de los chilenos en la parte de Río Grande; a la altura de Punta Arenas...”

Entrevistado N° 3: “Yo pertenecía a la dotación del Crucero Belgrano, zarpamos el día 16 (de abril) a las 12 del mediodía hasta el 3 de mayo, que nos hundieron...”

Entrevistado N°4: “Yo llegué a Malvinas un 4 de abril y el 17 de junio pisé nuevamente el continente, el período de toda la guerra fueron 76 días.”

Entrevistado N°5: “Desde el 2 de abril al 10, 11 de junio cuando toman las Malvinas los ingleses...”

En lo que concierne a las secuelas originadas por el conflicto, tres de los entrevistados manifestaron haber padecido secuelas después de la guerra, todas ellas relacionadas con el estrés post traumático. El resto de los interrogados declararon haber soportado consecuencias vinculadas a un contexto histórico y social (la denominada “desmalvinización”).

Entrevistado N°1: “Como soldado una gran frustración por no haber ganado el conflicto, recuperar las islas; como padre de familia, como esposo, como ciudadano explicar lo inexplicable”.

Entrevistado N°2: “Las consecuencias fueron el olvido de la gente cuando llegamos, nos hicieron cargar el peso de la derrota, caminar por las calles mirando al piso porque éramos los “chicos de la guerra”.

Entrevistado N°3: “Yo tuve problemas psicológicos, eso es normal. Incluso personas de la Segunda Guerra Mundial lo han sufrido... Cuando se entra en un conflicto bélico lo primero que tenés son problemas psicológicos... Pero a mí me tocó casi a los 8 años y fue bien fuerte lo mío. “

Entrevistado N°4: “Las consecuencias que ahora serían las que se llaman de (estrés) post traumático. En ese entonces los diagnósticos eran otros. Yo sufrí mucho de depresión, angustia y neurosis de ansiedad; ése era el diagnóstico que me dieron. Por esa causa yo me alejo del ejército, a tres años de llegar de Malvinas.”

Entrevistado N°5: “Yo no he sufrido tanto, pero han habido compañeros que sí. Me ha pasado de estar sobresaltado en la noche por los ruidos...”

3. Inserción laboral

Del total de investigados, tres continuaron ligados a las fuerzas armadas. De estos tres, sólo dos son retirados por enfermedad y uno prosiguió con su carrera militar. Una vez retirados, comienzan su búsqueda laboral e insertarse laboralmente entre tres y ocho años luego de finalizado el conflicto.

Mientras que los que no siguieron ligados a las fuerzas armadas, dos personas, se insertaron laboralmente a menos de un año de concluida la contienda.

Por otra parte, tres de los entrevistados manifestaron complicaciones al momento de insertarse laboralmente, debido a la participación que tuvieron en la guerra y un señalamiento social.

En lo que respecta a la duración de permanencia en un trabajo, ninguno de los entrevistados manifiesta haber tenido interrupciones o vacíos entre un trabajo y otro en los primeros años de post guerra. Pasaron de una actividad a otra sin demasiadas complicaciones. Así como tampoco manifiestan haber recibido algún tipo de respaldo y/o asesoramiento por parte del Estado.

Entrevistado N°1: “Estuve una semana en mi misma unidad haciendo como todo involucrado en el conflicto las sesiones de terapia básicas...”

“Si en mi unidad no creía que estuve donde estuve, nadie tenía conocimiento de su gente.... Para que tengan una idea, hay dos unidades del ejército que están formados a tres compañías de infantería, con oficiales y suboficiales de los institutos militares se formaron las terceras compañías de los regimientos que no la tenían. Se nos llamaban redistribuidos. Al terminar el conflicto le solicito a mi jefe que me diera un certificado, para mí y mis cuatro subalternos, diciendo donde estuve, mi desempeño, etc. Se lo presento a mi jefe natural y de bastante mal talante, dí por finalizada unilateralmente la reunión, siendo sancionado.”

“Volví a instruir los aspirantes de la escuela General Lemos...”

“Dos años más.”

“Si puesto que la institución me había preparado para eso...”

“Me salió el pase a una unidad de Mendoza”

Entrevistado N°2: “En el caso mío se dio una cuestión muy particular, mi hermano se iba a casar en el mes de mayo, trabajaba para una contratista de una petrolera en Catriel, y entonces cuando el cierre se desmayó estaban sin novedades de que había pasado conmigo. Cuando yo aparecí en agosto, ellos decidieron casarse el 28 de septiembre, entonces él habló con la gente (de la empresa contratista) y pidió que el reemplazo de él, en vez de que contrataran a alguien, me contrataran a mí. Demostré que tenía cualidades para estar ahí, seguí trabajando. Pero mi meta era cumplir un sueño de mi viejo que era trabajar en “Agua y Energía”. Lo que recaudé lo utilicé para venirme a Mendoza, yo vivía en San Rafael. Hice la presentación en “Agua y Energía”, y se estaba justo inaugurando una caldera y estaba incorporando técnicos químicos, entonces presenté el curriculum mío. Yo ya había trabajado en una fábrica elaboradora de productos químicos. Allá, yo renuncié en Catriel y me vine a trabajar a central térmica Mendoza...”

“Costó mucho porque habían grupos de personas que trataban el tema Malvinas con respeto y uno podía, a veces, expresar un poco lo que sentía... Y desgraciadamente en la parte de Centrales térmicas, en la época de Agua y Energía, había muchísimo personal trabajando... Los grupos con los que me interrelacionaba eran grupos, que a veces usaban la burla, el gaste y eso hacía más daño, quizás, que las balas enemigas... Fueron muy duros los primeros diez años postguerra...”

“En Catriel, en reemplazo de mi hermano estuve desde el 28 de septiembre, que se casó, hasta enero... primeros días de febrero que yo renuncié para presentarme y rendir acá en Centrales térmicas. Y ahí fui incorporado a Agua y Energía el 27 de julio del '83...”

“Sí... Me hacía feliz, porque era en pleno campo, un trabajo de mucha exigencia física. Y digamos... me hacía sentir un infante de marina...”

“El sueño de entrar en Agua y Energía...Era un sueño que mi padre pedía, mi padre era jubilado de Agua y Energía... (...) Lo que junté fue para venirme a Agua y Energía a cumplir un sueño.”

Entrevistado N°3: “Termina el conflicto bélico y yo sigo con mi carrera (militar). Estaba haciendo la Escuela de Suboficiales en la Armada argentina, de ahí me pasan a la ESMA, de ahí paso a un Curso de Armas, de ahí a la Escuela de Armas, ahí estoy más o menos unos dos años, de ahí voy al Destructor Argentina y salgo becado para ir a la Fragata Libertad. Hago el año de navegación en la Fragata Libertad, y cuando llego me encuentro con que el gobierno, el Estado en ese momento... me quedo sin carrera. (...) Tuve distintos tipos de trabajo en empresas de seguridad nada más, hasta que un día me llega el retiro.”

“Y en ese momento si... Lo que pasa que decir que eras ex combatiente; en ese momento como había una desmalvinización, los problemas políticos y todos estábamos en la misma bolsa... pero había que limpiar, había que zafar, ver cómo arreglaban todo esto. Entonces vos decías que eras ex combatientes y bueno... ya no tenías trabajo, deambulé mucho tiempo, porque por el simple hecho de ser ex combatiente. Después tuve distintos tipos de trabajo en empresas de seguridad... (...) Pasé por distintos momentos psicológicos, sólo, tirado y simplemente con la ayuda de mi esposa, mis hijos nomás que me ayudaron a contenerme. En esos momentos perdí familia, perdí amigos, no hay nadie, solamente los que te aman... A mí me tocó la suerte de estar con mi esposa y mis hijos.”

“No. No... porque, en el punto de vista mío, yo necesitaba salir adelante. Entonces tuve que dejar Malvinas atrás, los recuerdos atrás, tuve que dejar muchas cosas atrás porque psicológicamente me hacían mal. Entonces, o definía mi vida seguir con Malvinas en el recuerdo y quedar enfermo o definía olvidarme y seguir hacia adelante. Yo creo que opté

por la mejor parte, seguir adelante... En la empresa de seguridad me tuve que capacitar y llegué a ser jefe de seguridad.”

“Mi primer trabajo efectivo fue en una agencia de seguridad.”

“En ese trabajo permanecí casi, más o menos, cerca de cuatro años.”

“Sí, no era el primer trabajo que yo tenía fijo... Anteriormente anduve deambulando, vendiendo, vendiendo sombreros, vendía chupallas, vendía esto, vendía aquello... Más estaba sobre la calle que en un trabajo estable. En de pronto me di cuenta de que tenía una familia y tenía que buscar un trabajo estable... lo pude lograr.”

“Porque me pasan a retiro. Entonces cuando yo trabajaba en esa agencia. Cuando el gobierno me reconoce... las leyes del Estado me reconocen. Entonces me mandan a llamar, se dan cuenta que habían cometido un error conmigo porque tenía muy buen promedio. (...) Se dan cuenta que se habían equivocado conmigo. El jefe de la armada en ese momento me llama, me incorporan pero a la vez me pasan a retiro efectivo. Entonces al pasarme a retiro efectivo, como retiro de discapacidad, yo ya no puedo trabajar más; entonces me tengo que me desvincular de la agencia. El mismo director de la agencia me dijo: “Daniel, no podés estar más porque no te puedo tener en los libros. Porque te han retirado con una discapacidad y no podés tener ahora un trabajo en donde estés aportando. No es lógico, no va coincidir y vas a tener un problema”. Por eso yo me desvinculo de la agencia.”

Entrevistado N°4: “En el año '86 yo me voy del Ejército, me voy por enfermedad, me retiran con grado mínimo y tengo que insertarme nuevamente en la sociedad, y comienzo a buscar trabajo. Yo recuerdo que mi primera búsqueda laboral fue un fracaso total y una decepción muy grande. Porque yo fui a buscar trabajo a una empresa que en ese entonces se estaba formando, era una rama de OCA. Y recuerdo que yo

quería trabajar, era importante para mí trabajar, era importante insertarme en la sociedad; era muy joven, tenía 25, 26 años. Y entonces recuerdo que en el diario encontré un aviso que decía que necesitaban jóvenes de esa edad con buen estado físico, que fuesen solteros, que tuviesen cédula federal y que tuvieran secundario completo. Yo recuerdo que daba todo el perfil, entonces me presenté con una expectativa muy grande, con unas ganas de trabajar terribles. En ese entonces los veteranos de guerra estábamos como en el medio, nadie se hacía cargo de nosotros; cargo en el sentido de una contención. Entonces recuerdo que hice la fila esa famosa de trabajo, donde vos conocés al de adelante, al de atrás y te vinculás con ellos. Y yo tenía todo, yo estaba seguro que tenía que entrar, porque tenía todo... estado físico tenía, era soltero... Cuando llegamos, me hacen la entrevista a mí; cuando yo dije que era veterano de guerra, porque me preguntan cuál era mi antecedente laboral. Entonces yo le dije: "No, yo vengo del Ejército". Y orgullosamente le dije: "Lo que pasa que en ese período estuve en Malvinas". "No", me dijeron. "Gente de Malvinas, no queremos". Entonces yo pregunté por qué. "No, están todos medio loquitos"... Quizá si lo hubiese ocultado, hubiese sido otra la consecuencia..."

"Una de las trabas era el ser veterano de guerra. (...) Todo el mundo apuntaba a que nosotros teníamos grandes problemas psíquicos y no nos podíamos insertar en la vida laboral."

"Hice distintas actividades, distintas cosas, así como changas porque costaba tener un trabajo permanente... Mi primer trabajo fue que encontré por un amigo en un frigorífico en el que había que trabajar de cajero. Una actividad que me gustaba porque tenía mucho trato con el público. Y como yo sufría de una depresión, de una angustia muy severa... estaba medicado, estaba con tratamiento. Eso hacía... que el rozarme con la gente me ayudaba mucho, al igual que el ambiente de trabajo que era fantástico. Me ayudaba mucho a superar la enfermedad que yo traía, las secuelas que yo traía."

“En ese trabajo estuve como cinco años y desarrollé distintas actividades...”

“Sí, yo creo que sí... Porque en ese ámbito de trabajo, al ser un veterano de guerra. (...) uno trataba de insertarse en la sociedad, si bien no tenía un trato preferencial. Me destacaba de los otros porque tenía otras aptitudes, al haber pasado por situaciones límites, por eso tenía otras responsabilidades y eso me ayudó.”

“Bueno en ese mismo que yo dejo de trabajar ahí, yo me había casado; y emprendí un negocio solo. Por intermedio de unos amigos me inserté en el mundo de la tarjetería, los almanaques, tarjetas de salutación...”

Entrevistado N°5: “En mi caso, yo ya estaba ocupado en La Campagnola desde el año '76, después de la guerra volví a trabajar ahí. Llegué el 10 de julio y empecé a trabajar ahí nomás, en noviembre...”

“Sí, me costó mucho... como que te miran mal. Supongo que por haber estado en la guerra...Y aparte era difícil conseguir trabajo...”

“Estaba en La Campagnola, y en el '85 me fui para poder trabajar en una red de gas, ahí estuve tres o cuatro años...”

“Hasta el año '85 trabajé en La Campagnola y después me fui a trabajar a la red de gas... esa que va desde Rodeo del Medio hasta Junín o Rivadavia...”

“Sí, porque pude aprender otras cosas como carpintería y albañilería, sabía soldar también...”

“Me fui para poder ganar más en la otra empresa, la que hizo la red de gas...”

4. Características resilientes

Por unanimidad, el total de los entrevistados hace hincapié en la importancia de la vida y sus proyectos personales sucedidos luego de la guerra, así como también son conscientes de haber estado en una situación extrema. Es decir, el haber sido partícipes de un hecho trascendental que repercutió en las perspectivas de su vida personal.

A. Satisfacción personal

Entrevistado N°1: “Por supuesto, me inserté en la familia; había perdido el olor de mis hijos, de mi esposa. Llevamos en la actualidad 39 años de casado, tres hijos; una nació post Malvinas, y seis nietos. Y mi misión como papá y esposo creo haberla cumplido como cualquier otro trabajador que se precie como tal...”

Entrevistado N°2: “Sí, siempre... Siempre he sido motivador innato de las cosas... Cuando yo empecé a trabajar en la Asociación de Ex Combatientes de Malvinas, allá en el año '92, me propuse reivindicar; primero la institución, que había quedado mal parada y segundo trabajar para los veteranos de guerra, con mucho sacrificio que me ha costado todo...”

Entrevistado N°3: “Sí... Yo pienso que... cuando te montas en el caballo de la muerte y ves el valor que tiene tu vida, entonces sí, creo que Tomás mucho valor. Estuve cerca de la muerte, estuve tres días ya para morir, congelado, cuando me rescatan yo no tenía muchos signos vitales. Hoy por hoy la vida es fundamental.”

Entrevistado N°4: “Sí, sí... el hecho ya de formar una familia es un significado de vida, el hecho de haber estado en situaciones límites donde vos ves de otra manera tu vida y ya la proyectas de otra manera.”

Entrevistado N°5: “Sí, yo creo que si... porque siempre que hubieron problemas siempre seguí adelante, se hace lo que se puede para seguir adelante...”

B. Ecuanimidad

Respecto a este ítem, los entrevistados brindaron diversas respuestas, por lo general, relacionadas a la familia, el contexto de su situación personal, proyectos de vida y expectativas personales.

Entrevistado N°1: “...el plan de familia que nos propusimos con mi esposa lo cumplimos casi a rajatablas. Terminé la secundaria, ingresé a la Universidad, para ser un ejemplo a seguir por mis hijos...”

Entrevistado N°2: “Lo veía complicado, porque el mundo es complicado...”

Entrevistado N°3: “Es como que te quedaste sin esperanza, cuando te cortaron la carrera, te dejan en la calle con tus hijos, tu esposa. No tenía nada, no tenía trabajo... mis esperanzas se murieron.”

Entrevistado N°4: “Siempre uno trata de verlas de la mejor manera, pese que habían cosas que, si bien te desalentaban, vos tenías que seguir luchando porque bueno... siempre vos querías estar mejor y querías salir de esa situación, que vos estabas encasillado en la sociedad, como ser un veterano de guerra.”

Entrevistado N°5: “Y... mi vida ha sido sufrida, porque hubo momentos en que no tuve que darle de comer a mis hijos, pero siempre intenté darles lo mejor que podía... Lo bueno es que en aquel momento tenía trabajo.”

C. Sentirse bien solo

El total de los entrevistados expresa que la ayuda y contención brindada luego de la guerra, provino de vínculos familiares y amigos cercanos. Por otro lado, cabe mencionar, que tres de los investigados el permanecer solo no ha sido un obstáculo o impedimento para el desarrollo de su persona. Una de las personas entrevistadas manifestó que le agradaba establecer vínculos o realizar tareas en las que se lleven a cabo relaciones interpersonales.

Entrevistado N°1: “La contención más importante de todas, fue de mi esposa. Anduve, a veces ando, con mis fantasmas. Nunca tomé pastillas, salvo eso sí en algún momento fumé exorbitancias y tome en demasía, pero tranquilo sin desdibujar mi imagen ni descuidar mi profesión; busqué una asociación de ex combatientes; la Asociación de Ex Combatientes de Mendoza. Y hoy somos un grupo de amigos, donde nuestras esposas comparten esos momentos y se dan aliento entre ellas. Hoy no tomo ni fumo desde hace cinco y diez (años)...”

“En varios momentos, estuve solo en muchas ocasiones y mis pensamientos rondaban en mi familia y las caras de los cadáveres que me tocó transportar en el puente aéreo. No me molestó porque estaba preparado para un hipotético caso así.”

Entrevistado N°2: “Fundamental la familia. Todos aquellos que tuvimos la suerte de que nuestros padres, nuestros hermanos, nuestras esposas y con el tiempo, nuestros hijos entendieran la causa, nos entendieran a nosotros, nuestros rayes, nuestras locuras. Por ahí nosotros queremos nuestros silencios. Es fundamental el tema familiar...”

“No, no... hablo de mi situación muy particular. (...) Siempre mi autoestima ha sido sumamente elevada.”

Entrevistado N°3: “Yo tuve más ayuda de amigos, hoy por hoy tengo una muy buena relación con ellos. Pienso que si no hubieran estado ellos para mí hubiese sido más difícil; porque ellos se jugaron de distinta manera pero se la jugaron muy bien. Y yo gracias a Dios que los tuve porque fueron los que me ayudaron a salir adelante.”

“No, no... En muchos momentos estas solo, en una agencia de vigilancia, de seguridad como yo estaba, en el ferrocarril en Palmira. Muchas noches fueron las que estuve solo pero no me afectaron, trataba de pensar cómo iba salir adelante. Ya te digo...lo que fue la guerra lo tuve que dejar, porque veía que no iba a avanzar, que no habían avances en esos momentos. Tenía que sacar fuerzas de donde no tenía para avanzar por mi familia.”

Entrevistado N°4: “Cuando nosotros llegamos de la guerra, la primera contención que tuve fue la familia, luego los amigos, compañeros de trabajo. Entonces bueno, eso fue muy importante porque ellos son los que te contuvieron en un principio y vos de ahí ya te empezás a recuperar y empezás a tener objetivos.”

“No es que me haya molestado pero costaba más que estar en contacto con la gente. Por eso post Malvinas siempre yo busqué tareas que fueran en grupo, porque el trato con la gente uno se siente insertado en la sociedad. Si yo hubiese estado en un trabajo en el que estuviera solo trabajando no hubiese salido tan pronto adelante como creo que salí.”

Entrevistado N°5: “Mis ex compañeros de Malvinas han sido muy buenos conmigo. Me daban mercadería para pasar el invierno. Estoy agradecido a ellos...”

“No... pero si tengo secuelas al dormir. Me despierto sobresaltado y me altero con ruidos fuertes. Mi señora dice que salto...”

D. Confianza en sí mismo

El total de los entrevistados, respecto al presente punto, revela sentir orgullo por todo lo logrado a través del trabajo; todos ellos recalcan los esfuerzos y sacrificios que han realizado para obtener sus anhelos y concreciones.

Entrevistado N°1: “Si, mi primer orgullo es que como soldado alcancé el grado máximo como suboficial; tengo un pasar económico casi mayor al medio, que me permite disfrutar de una buena jubilación y disfrutar de los hijos y nietos.”

Entrevistado N°2: “Si, me siento re contra orgulloso. Yo vengo de la nada. Cuando vine a Mendoza buscando trabajo, me vine con un bolsito y la campera verde que me dieron de regalo por haber ido a Malvinas, y una radio que con la platita que me dieron me compré en Bahía Blanca. Mi papá falleció el 1° de mayo del '83 y entré a trabajar el 27 de julio; fueron dos meses de arroz blanco y pasar días sin comer... y hoy soy gerente de una empresa”.

Entrevistado N°3: “Si... Yo anhelé ser alguien en la vida, no quise ser un común. Y el día de mañana morir como un anciano sin obra social, sin trabajo, que la plata no te alcanza...eso que se vivía en mi juventud, en el '78, '77. Yo no quería eso para mí. Yo busqué superarme y hasta hoy, actualmente, trato de superarme.”

Entrevistado N°4: “Sí... y porque yo todo lo que tengo me ha costado mucho esfuerzo, y me sigue costando. Nunca me jubilé y sigo para adelante, sigo trabajando...”

Entrevistado N°5: “Sí, porque he aprendido de todo. Además le construí la casa a mi hijo...”

E. Perseverancia

En lo que se refiere al ítem de perseverancia, todos los entrevistados se consideran a sí mismos como personas perseverantes. También recuerdan con facilidad como sobrellevaron situaciones adversas en el plano laboral, todas ellas con resultados positivos.

Entrevistado N°1: “Sí, porque pase en lo profesional y pasamos, con mi esposa en lo personal, todas las barreras que el destino nos puso; bien, mal, medianamente y peores, cosa que hoy nos permite una linda situación que perdimos en su momento.”

“Sí, en lo laboral, mi misión era traer de las islas a mis cuatro subalternos como fuera, la guerra estaba en segundo plano, puesto que los valores como soldado me permitían absorber la guerra, pero como humano no se que hubiera hecho si me faltaba alguno. El resto de las situaciones difíciles se van solucionando con el entrenamiento adquirido por los años.”

Entrevistado N°2: “Si no hubiera sido perseverante después de que nos echaron de “Agua y Energía”, también, nos echaron sin nada, salvo con una indemnización. Se dio la posibilidad de una empresa, esa empresa empezó con nada. Y hoy tengo una empresa con dos emprendimientos importantes y una empresa insertada en la sociedad con un valor agregado. (...) Con todo lo que hemos logrado me siento muy orgulloso...”

“Pasaron muchas cosas. En el año '87 reventó una caldera de alta presión en Centrales térmicas Mendoza, había mucha contaminación por amianto. Yo creo que ese sentirme infante de marina, si bien yo era un peón dentro de “Agua y Energía”, fui participativo...”

Entrevistado N°3: “Sí, soy perseverante... Porque me gusta conquistar, soy un conquistador. Y los jóvenes... el hombre... puede ser muy

inteligente pero si no sos perseverante no llegás a ningún lado. Si eres perseverante, llegás a los objetivos que querés llegar.”

“Sí, muchas veces... Por ejemplo, cuando terminamos de trabajar en una de las agencias, y la agencia quebró. Creo que tuvimos una de las mejores experiencias cuando el director dijo: “Vamos a iniciar una nueva empresa, pero necesitamos que nos ayuden para salir adelante...”. Bueno y eso se hizo y hoy es una agencia grande. Y creo que fuimos parte, no solamente yo sino todo el grupo de que lo podíamos lograr.”

Entrevistado N°4: “Sí, seguro... Y porque todo lo que hice fue por luchas de que las situaciones laborales me fueron poniendo en donde todas eran adversas y yo, sin embargo, siempre salí adelante. (...) Si uno es perseverante y confía y se tiene fe en lo que está haciendo seguro sale adelante”

“Cuando tuve locutorios, costaba mucho tener un permiso. Y para alguien que no tenía recursos económicos, y respaldo de garantías era difícil acceder a uno. Y recuerdo que me vinculé con mucha gente y donde hice socios para llegar a eso. Y así tuve mi primer locutorio, que fue uno de los primeros en la Cuarta Sección, en Pellegrini y España; con un primo de mi señora que tenía un mejor respaldo económico, mayor al mío. Y con eso pude salir adelante, después tuve un segundo locutorio, pese a las dificultades que hubieron con perseverancia pudimos salir adelante.”

Entrevistado N°5: “Sí, siempre he salido adelante...”

“Cuando se me complicaban las cosas, al momento de soldar siempre me di maña para solucionar los problemas que iban pasando...”

F. Iniciativa

Cuatro de los entrevistados manifestó considerar agradable el tener que asumir desafíos; mientras que un entrevistado expresó que su mayor desafío se relacionaba con el porvenir de sus hijos.

Entrevistado N°1: “No, mi gran desafío era que los chicos estudiaran, dejarles mi gran herencia; el apellido y una buena cuna, junto a mi esposa... El resto de lo pasado, pasaba a segundo plano, porque lo vivido era y fue tan inmenso que se experimentan situaciones ambiguas.”

Entrevistado N°2: “Yo soy de involucrarme en los problemas. He vivido accidentes, me encanta hacer rescates. Hace poco hubo un incendio a pesar de que estaba con una bronquitis grande... Me involucro en todo lo que sea. Después de la infantería de marina, la vida me cambió y me siento infante de marina actualmente...”

Entrevistado N°3: “Sí... por la superación, que te decía recién, el poder superarte. En la vida siempre vas a tener desafíos. Los desafíos los tienes que remar, los tienes que seguir. No te puedes detener en este mundo. Y yo creo que lo logré. En muchas situaciones me sentí desafiado. Creo que lo principal fue dividir, dividir lo que me tocó vivir con Malvinas y dividirlo con mi vida.”

Entrevistado N°4: “Los desafíos siempre están en la vida, ¿no?, sobre todo en lo laboral. Al contrario, los aceptaba y los trataba de superar. Yo creo que por una cosa de tu persona, por querer progresar en tu trabajo, porque progresando tu trabajo, progresás en la parte económica. Y son desafíos personales que uno toma... Cual fuere el desafío yo siempre lo acepté.”

Entrevistado N°5: “Sí, sobre todo cuando tuve que trabajar en la red de gas... Trabajar allí fue muy importante.... Creo que se debe a que la situación por la que pasaba no era buena.”

G. Capacidad para relacionarse

Todos los entrevistados expresaron contundentemente su tendencia a establecer vínculos interpersonales en el ámbito laboral.

Entrevistado N°1: “Por supuesto, mis hijos son reconocidos por el accionar de su padre, tuvieron un buen apellido. No fui un número, fui el soldado que quise ser y me resultó tan agradable que en la milicia formé una familia paralela compartida con mi familia nuclear.”

Entrevistado N°2: “Me considero una persona que me encanta establecer vínculos con las personas, porque las personas, en cualquier ámbito que nos encontremos, de todas tenemos que aprender. La vida es un constante aprendizaje. Mi forma de manejarme es crear empatía con la gente, sentirme relacionado...”

Entrevistado N°3: “Sí, tengo una gran cadena de amigos. Porque me gusta tener amigos, me siento bien con amigos. Me gusta dar, me gusta recibir, me gusta estar con ellos, me gusta compartir. Hoy por hoy, son todos amigos de la edad tuya. Tengo chicos que hemos logrado hacer bibliotecas públicas que yo les he ayudado, amigos que hicieron consejos juveniles. A mí me gusta trabajar con ustedes porque es un gran desafío para mí que ustedes logren lo que muchos jóvenes no lograron en Malvinas, murieron con sueños. Hoy no podemos tener jóvenes que mueran sin sueños, sin esperanzas. Yo soy un cosechador de amigos.”

Entrevistado N°4: “Sí, sí... Y yo hice muchos vínculos en el ámbito laboral porque siempre consideré que vos tenías que trabajar en un lugar en donde estuvieras cómodo, estuvieras bien, de buen ánimo...”

Más nosotros, los veteranos de guerra que veníamos un poco golpeado, con secuelas...”

Entrevistado N°5: “Sí, sobre todo con personas que van por derecha. Eso siempre es agradable.”

H. Creatividad:

Los aspectos positivos que ponen en relevancia los entrevistados se relacionan con sus logros personales y el haber estado involucrado en actividades de índole social.

Entrevistado N°1: “La vida militar me dio todo, como contraprestación mi esposa y yo, no nos guardamos nada, les dimos hasta mis hijos; la mayor es Agente Civil, el del medio es Suboficial Mecánico de helicópteros, y la menor Subteniente de Reserva. Hizo el Liceo Militar y por enfermedad no pudo continuar.”

“En la milicia hice un juramento de defender la Patria... Además de eso le di mi familia, podría tener muchas otras cosas pero le estoy agradecido a mi institución la devolución que me hizo.”

Entrevistado N°2: “Creo que destaco la perseverancia. Y el haber participado en distintas actividades...”

“SE.QUI.MI. fue lo más personalizado que me tocó vivir, empecé solo desde cero cuando me dieron un puntapié a la calle en el 94’ y hoy tengo una buena empresa; eso ha sido un logro personal.”

Entrevistado N°3: “Muchos... muchos porque, por ejemplo hoy soy pastor de una iglesia pero más me dedico a decirle no al alcohol, no a las drogas con los jóvenes. Hacemos chocolates con los chicos... Yo me siento feliz con eso.”

“Por supuesto, en todos los ámbitos... Uno de los logros fue ayudar a estancias de Tierra del Fuego, con gente muy pobre. Fue una experiencia para decir: “Alguna vez ayude a alguien que está lejos de mi Patria”...”

Entrevistado N°4: “Crecí como persona, crecí en lo económico también. Traté de ser, en lo laboral, mejor cada día... Eso creo que tiene que ver mucho con tu persona, y con tus ganas de progresar...”

“Los aportes personales tienen que ver con que trabajar me dignificó... Alcancé todas las metas propuestas.”

Entrevistado N°5: “El haber manejado durante 14 años con sustancias peligrosas...”

“Lo que más destaco es haber aprendido de todo los trabajos en donde estuve...”

Capítulo VI: Conclusión y reflexiones finales

Los resultados obtenidos permiten interpretar que el fenómeno de la “desmalvinización”, mencionado en el marco teórico, contribuyó a que la calidad de vida de los ex combatientes en muchas ocasiones se viera obstaculizada y tuvieran que estar expuestos a ciertos prejuicios y tabúes de la sociedad en general. Esto revela que luego del conflicto bélico, gran parte de los soldados que regresaron con vida estuvieron a merced de los gobiernos de turno y de la presencia del Estado, sin una contención y asesoramiento de cómo insertarse nuevamente en la sociedad.

En lo que concierne a la guerra como evento traumático; tres de los entrevistados que padecieron secuelas relacionadas al estrés post traumático, manifestaron que lograron superarlas gracias a la ayuda de la familia y la inserción laboral. Estas secuelas, entre las que se destacan angustia, sobresaltos y neurosis de ansiedad, se dieron con mucha gravedad en los primeros diez años de post guerra, aproximadamente. Lo expuesto anteriormente se condice con la bibliografía consultada relativa al estrés post traumático, la cual sostiene que es posible que las secuelas se puedan hacer evidentes muchos años después de sucedido el hecho traumático.

Respecto a la resiliencia, de las tres personas que manifestaron haber sufrido secuelas por estrés post traumático todas ellas demostraron características resilientes. Estas tres personas admitieron ser perseverantes, su gusto por entablar vínculos sociales y asumir desafíos, no incomodarles permanecer solo, y de poseer sentimientos de orgullo por todo lo logrado a través de una actividad laboral. Es decir, se ha manifestado en ellos algunos de los Pilares de la Resiliencia, como; la introspección, la capacidad para relacionarse, la iniciativa, creatividad y moralidad. Dichas manifestaciones permiten demostrar efectivamente el objetivo general del presente trabajo, permitiendo revelar que el

trabajo contribuye a poner en evidencia características resilientes en los sujetos de investigación. Por otro lado, los denominados Factores protectores (familia y recursos internos, primordialmente) han resultado de vital importancia para poder tolerar tanto las secuelas ocasionadas por la guerra como la “desmalvinización”.

El resto de los entrevistados (dos personas), ante la negativa de tener que sobrellevar secuelas de estrés post traumático, imposibilita que posean un perfil resiliente. Esto no resulta negativo ni positivo, simplemente no son resilientes por no haber sufrido secuelas psicológicas. Aunque efectivamente se vieron expuestos a la “desmalvinización” anteriormente mencionada.

Teniendo en cuenta lo expresado por estos dos entrevistados, se pudo identificar que, en comparación a los ex combatientes que declararon haber tenido algún tipo de secuela; tanto el primer entrevistado como el segundo lograron una continuidad e inserción laboral rápida, respectivamente. Curiosamente, también manifiestan en sus respuestas algunas características propias de una persona resiliente, entre las que se destacan: perseverancia, confianza en sí mismo, capacidad para relacionarse, sentirse bien estando solo y ecuanimidad.

Es importante mencionar que la mayoría de los entrevistados tuvo que adaptarse a los vaivenes del mercado y a las condiciones impuestas por las coyunturas sociopolíticas. Es decir, no tuvieron una estabilidad laboral en un determinado sector del mercado; los ex combatientes fueron incursionando en distintos sectores de la prestación de bienes y servicios.

En cuanto a los entrevistados, éstos siempre demostraron una gran predisposición a contar sus respectivas historias, así como también a colaborar y ayudar a la concreción del presente trabajo.

La hipótesis planteada se ha visto comprobada en los tres casos de ex combatientes que tuvieron secuelas psicológicas y permanecieron por un tiempo prolongado en el campo de batalla, al haberse reinsertado, aunque de manera tardía, a un ámbito laboral posterior a la guerra. Esta demora en su reinsertación puede haberse debido a los propios efectos negativos del estrés post traumático y la “desmalvinización”.

También se ha podido dar respuesta a las preguntas de investigación, las mismas tienen una estrecha relación en sus respuestas. Primero, la probabilidad que tiene un ex combatiente de poseer capacidades resilientes es, considerando los resultados recogidos y la bibliografía, en función de que a la víctima se le otorgue un ámbito de contención y donde pueda demostrar sus aptitudes y capacidades.

En segundo lugar, los entrevistados admitieron sentirse cómodos en un ámbito laboral debido a que pudieron demostrar sus conocimientos y cualidades personales.

En otras palabras, las capacidades resilientes de los ex combatientes requiere de un espacio donde puedan desarrollarlas, y ese espacio se traduce en la posibilidad de desempeñarse en una actividad laboral.

En estos tres casos, el objetivo general del presente estudio se pudo comprobar exitosamente, es decir, demostrar si el trabajo pone en evidencia características resilientes en ex combatientes del conflicto armado ocurrido en Islas Malvinas.

Finalmente, desde mi humilde posición, sostengo que la ayuda y contención otorgada por el profesional de Recursos Humanos hacia aquella persona que atraviese por un hecho traumático es de gran importancia para que la misma pueda encauzar su vida de manera rápida y efectiva en el ámbito laboral y personal. El profesional de Recursos Humanos debe ser permeable a estar en contacto con el

asesoramiento de profesionales de otras disciplinas para contar con otras herramientas que mejoren la calidad de vida de la víctima y optimizar un posible proceso de resiliencia y de reinserción laboral.

Resulta oportuno este trabajo para invitar a los profesionales del campo a que eleven la calidad de las sugerencias detalladas en el Capítulo III del presente trabajo, de tal forma que se amplíen las alternativas de cómo promover la resiliencia en el plano laboral procediendo de un modo correcto.

Anexo I: Modelo de entrevista

Perfil personal

1. ¿Cuántos años tiene actualmente?
2. ¿Cuál es su nivel educativo?
3. ¿Tuvo la oportunidad de capacitarse o formarse en alguna especialidad?
¿Cuál fue esa especialidad?

Evento traumático

4. ¿Cuánto tiempo estuvo en el campo de batalla?
5. ¿Qué cargo tenía en aquel momento?
6. ¿Le trajo consecuencias haber participado en el conflicto bélico? ¿Podría describir qué tipo de consecuencias?

Inserción laboral

7. ¿Cuánto tiempo transcurrió entre que terminó el conflicto bélico y emprendió su búsqueda laboral?
8. ¿Tuvo algún tipo de inconveniente a la hora de insertarse laboralmente?
¿por qué cree que sucedió eso?
9. Luego de Malvinas, ¿cuál fue su primer trabajo?
10. ¿Cuánto tiempo permaneció en ese primer trabajo?
11. ¿Se sintió conforme con su primer trabajo? ¿Por qué?
12. ¿Cuál fue el motivo de su desvinculación de aquel primer trabajo?

Características resilientes

A. Satisfacción personal

13. Luego de lo vivido, ¿podría explicar si para Ud. cambió el sentido de la vida? ¿De qué manera?

B. Ecuanimidad

14. Luego de la guerra, ¿en qué medida veía las cosas a largo plazo?

C. Sentirse bien solo

15. Al día de hoy, ¿Cuán importante cree que fue la ayuda de otras personas? (familiares, amigos)

16. Luego de la guerra, ¿alguna vez tuvo que permanecer solo por un período más o menos prolongado? ¿cómo se sintió? ¿por qué?

D. Confianza en sí mismo

17. En el presente, ¿siente orgullo por las cosas que logró en su vida a través del trabajo? ¿Por qué?

E. Perseverancia

18. ¿Se considera una persona perseverante? ¿Por qué?

19. En el ámbito laboral, ¿se encontró con situaciones difíciles donde pudo encontrar una salida o solución? ¿Puede dar un ejemplo?

F. Iniciativa

20. En sus primeras experiencias laborales, ¿le resultaba agradable experimentar diferentes situaciones que demandaran algún desafío? ¿A qué cree que se debe eso?

G. Capacidad para relacionarse

21. En el ámbito laboral, ¿creó vínculos afectivos con otros? ¿Considera que le resultó positivo crear vínculos en el ámbito laboral? ¿Por qué?

H. Creatividad

22. ¿Qué aspectos positivos rescata de su vida laboral post-guerra? ¿Por qué?

23. En el ámbito laboral, ¿siente que ha realizado aportes personales? ¿cuáles?

BIBLIOGRAFÍA

- Alonzo, Claudio. *Los distintos enfoques del trabajo humano*, s.d., 2007.
- Grotberg, Edith. *La resiliencia en el mundo de hoy. Como superar las adversidades*, Barcelona, Editorial Gedisa, 2006.
- Henderson, Nan y Mike Milstein. *Resiliencia en la escuela*, Buenos Aires, Editorial Paidós, 2010.
- Hernández Sampieri, Roberto y otros. *Metodología de la investigación*, México D.F., Mc Graw Hill Interamericana, 2006.
- Leguizamón, Lucía y otros, “Consecuencias de la guerra en ex combatientes. Una revisión bibliográfica” en Revista Diálogos (Universidad de San Luis, febrero de 2012).
- Lorenzo, Roberto. *Resiliencia. Nuestra capacidad de recuperación ante los obstáculos*, Buenos Aires, Ediciones Andrómeda, 2010.
- Mas, Laura Graciela. *Resiliencia en adolescentes. Identificación y fortalecimiento*, Mendoza, s.p.i.
- Melillo, Aldo y Néstor Suárez Ojeda. *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*, Buenos Aires, Editorial Paidós, 2011.
- Peña Flores, Naomí, “Fuentes de resiliencia en estudiantes de Lima y Arequipa”, tesis defendida en la Facultad de Psicología de la Universidad de San Martín de Porres, abril de 2009.
- Siebert, Al. *Resiliencia. Construir en la adversidad*, Barcelona, Editorial Alienta, 2007.
- Silva, María A., *Salud de los veteranos de guerra de Malvinas: miradas, sentires y propuestas*, s.p.i.
- Uriarte Arciniega, Juan de D.: “La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo” en Revista de Psicodidáctica, (Vitoria-Gazteis 2005).