

# Resiliència i psicomotricitat. Orientacions per a la promoció de la resiliència des de la pràctica psicomotriu educativa

**Alexandra Moreno\***  
**Crescencia Pastor\*\***

## Resum

L'estudi que es presenta forma part d'un més ampli «La promoció de la resiliència en el vincle establert entre adolescents i educadors en la pràctica psicomotriu educativa», investigació realitzada amb la metodologia observacional. Recolza en una experiència teòrica i pràctica basada en els pressupostos dels estudis de la resiliència, del vincle a la pràctica psicomotriu educativa a través de la vivència en un grup reduït d'adolescents en risc personal i social. El procés d'investigació s'estructura a partir de tres objectius, però en aquest article ens centrarem en l'anàlisi d'un d'ells, l'objectiu que es concreta en proposar orientacions per a la promoció de la resiliència en la relació entre adolescents i educadors i educadores. La nostra intenció ha estat destacar el punt clau i les orientacions originades pels estudis de resiliència i psicomotricitat i amb això produir un material motivador per a futures accions que afavoreixen la construcció del vincle entre adolescents i educadors i educadores.

## Paraules clau

resiliència, psicomotricitat educativa, vincle adolescents-educadors, adolescència en risc personal i social

*Recepció de l'original: 2 de juliol de 2013*

*Acceptació de l'article: 17 de setembre de 2013*

## Introducció<sup>1</sup>

L'ésser humà és un ésser bio-psico-social amb interacció amb el món, alhora que pot ser una espècie de «caixa de Pandora» que pot sorprendre, en qualsevol moment, amb actituds capaces de ser analitzades sota diferents òptiques.

En aquesta interacció podem englobar la resiliència, la psicomotricitat i el vincle. Per al psicomotricista establir una relació vincular és un aspecte que exigeix responsabilitat i equilibri emocional, ja que serà un referent per aquella persona que està en procés de desenvolupament i que necessita tenir estímuls per a la construcció dels seus aspectes resilents (Moreno i Pastor, 2012). Des d'aquesta perspectiva el psicomotricista també

(\*) Doctora en Pedagogia, Màster en Psicomotricitat per la Universitat de Barcelona; psicomotricista en centres d'atenció socioeducativa amb adolescents en situació de vulnerabilitat. Ha realitzat la seva tesi doctoral «La promoció de la resiliència en el vínculo establecido entre adolescentes y educadores en la práctica psicomotriz educativa» (2011).

(\*\*) Professora titular del Departament de Mètodes d'Investigació i Diagnòstic en Educació, de la Universitat de Barcelona. Membre del Grup de Recerca en Intervencions Socioeducatives en la Infància i la Joventut (GRISIJ). Psicomotricista. Des de 1998 les seves investigacions s'han centrat en l'anàlisi de necessitats d'infància en situació de vulnerabilitat i les seves famílies, així com en l'elaboració de materials dirigits a professionals d'atenció amb aquesta població per a la intervenció. Adreça electrònica: cpastor@ub.edu

(1) Aquest treball forma part de la tesi dirigida per les doctores Crescencia Pastor i M. Teresa Anguera (2011).

pot assumir la funció de tutor de resiliència en la mesura en què ajuda, estimula, enforteix i assegura el procés de creixement personal dels infants i adolescents dins l'espai psicomotor.

Aquest article presenta els resultats obtinguts en una recerca duta a terme per promocionar la resiliència en el vincle establert entre adolescents i educadors a la pràctica psicomotriu educativa. Aquests resultats són importants en la formació dels professionals de l'educació social i, en concret, dels professionals de la pràctica psicomotriu educativa per tal de promoure la resiliència des de la pròpia pràctica amb adolescents en situació de risc personal i social.

## **Resiliència i pràctica psicomotriu**

Actualment són nombrosos els estudis sobre resiliència i, cada vegada més, els estudis sobre psicomotricitat educativa; així doncs buscar els punts estructurants de la relació de la promoció de la resiliència i la pràctica psicomotriu ha estat un objectiu de la nostra investigació.

L'estudi de la resiliència ha guanyat un enfocament més interpretatiu a partir dels anys 90. Aquesta tendència destaca el procés de desenvolupament de la capacitat de resiliència associat a una adaptació positiva, considerant les diferents formes creades per la superació d'esdeveniments traumàtics sense transformar-se en víctima del procés adaptatiu.

El psiquiatra anglès Michael Rutter (1985), a partir d'un treball realitzat amb famílies i nens que presentaven risc de desenvolupar psicopatologies, va iniciar l'estudi dels factors de protecció en base a coneixements psicobiològics i va analitzar-ne la interacció entre individu i medi ambient amb el recolzament de la perspectiva del model ecològic-transaccional d'Urie Bronfenbrenner (1987). Aquest model defensa el pensament arrelat en el fet que l'individu està immers en una ecologia determinada per diferents sistemes (individual, familiar, comunitari, cultural i polític) que interactuen entre si i influeixen en el desenvolupament humà (Ehrensaft; Tousignant, 2003).

D'acord amb l'estudi dels factors protectors, el més important és comprendre com determinats atributs actuen per contribuir a un comportament resilient en la persona que es troba en una situació de risc, o sigui, davant d'un conjunt de factors de risc, aspectes ofensius a la integritat física, psíquica, emocional i social de la persona. A partir de la comprensió dels factors protectors han sorgit els factors resilents o pilars de resiliència (Suárez Ojeda, 2008).

A l'inici, la resiliència va ser criticada per la manca d'eines de mesura. Hi havia estudis que tractaven de la relació entre pares i fills en un ambient de pobresa o que van patir problemes patològics. Amb el desenvolupament de projectes d'investigacions, diferents instruments van ser analitzats, adaptats i creats amb l'objectiu d'enfocar conductes, comportaments i actituds de persones resilents (Grotberg, 2002).

Wolin i Wolin (1993) van dur a terme un treball amb famílies desestructurades per situacions adverses i amb nens i adolescents marcats per l'alcoholisme i altres factors de risc, definint les característiques personals, que es concreten en una força interior.

Munist i altres (1998), fonamentats en base els estudis de Grotberg, van crear el «Manual d'identificació i promoció de la resiliència en nens i adolescents» on ressalten els factors resilients: competència social, resolució de problemes, autonomia, i sentit de propòsit i de futur.

Segons Vanistendael (1995) la construcció de la resiliència comença per la garantia de les necessitats materials bàsiques. La base es concreta en els vincles establerts que van sorgint en el procés de desenvolupament, on la família és el primer nucli de convivència i acceptació social de la persona. Després apareix el sentit i la coherència de la vida, expressat en un possible projecte vital. Tot seguit trobem l'autoestima, les aptituds competents i l'humor, eines per seguir endavant en la conquesta dels objectius de vida. En darrer lloc, l'autor destaca les experiències i contribucions que poden enriquir el procés de comprensió de les nostres existències. L'amor incondicional a altres persones sorgeix com a resultat del procés de construcció de la resiliència.

Fergus i Zimmerman (2005) i Bernard (1999) afirmen que la construcció de la resiliència no es resumeix en l'afrontament de situacions de risc o de patologies existents. Aquesta perspectiva ressalta la intrínseca relació existent entre autoregulació i factors protectors. L'autoregulació és vista com a motivació del sistema cognitiu a través de variables que expliquen la resiliència en els adolescents i la més rellevant és la necessitat d'establir objectius.

Boris Cyrulnik (2001) planteja els estudis de la resiliència en base a l'etologia humana moderna i la teoria de l'afecció defensada per Bowlby. Aquest autor divulga el terme *oxímoron* en la literatura de la resiliència, que significa que la persona resilient és portadora d'una personalitat ferida però resistent; és la fotografia del món íntim d'aquells que han afrontat traumes de la vida i que sortiran victoriosos, ferits però victoriosos.

Nosaltres entenem la resiliència com «un procés dinàmic que se centra en la capacitat humana per seguir endavant, superar i comprendre situacions traumàtiques, conflictives i estressants. Ser resilient és riure's de si mateix sense perdre l'esperança d'un dia ser feliç. Ser resilient consisteix en creure en el sentit de la vida, apostant pel nostre poder creatiu per a saber solucionar els nusos que sorgeixen cada dia» (Moreno, 2011, p. 67).

Sobre psicomotricitat també són nombrosos els autors que l'han conceptualitzada. Per a nosaltres és una «pràctica educativa i terapèutica que possibilita a la persona una comunicació íntima i plaent amb si mateixa mitjançant el cos, dels seus moviments lúdics i espontanis, permetin així, el desbloqueig d'emocions cohibides. Amb això, es dóna l'obertura dels canals perceptius i comunicacionals de la persona amb els altres i amb el món» (Moreno, 2011, p. 155).

L'element fonamental d'unió que trobem entre ambdues disciplines és el *vincl*e. Cyrulnick (2005) des del seu model neuroetològic intenta explicar el desenvolupament perceptiu de l'ésser humà des de la fase intrauterina, la importància del vincl e i la promoció de la resiliència.

A la psicomotricitat relacional defensada per André Lapierre, trobem els fonaments a partir dels quals es defensa la importància del vincl e entre el nen i l'adult a la pràctica psicomotriu educativa. En els paràmetres psicomotors estructurats per Bernard Aucou-

turier (2004), podem analitzar el nen i la nena a partir de la seva relació amb l'espai, el temps, els objectes, els altres i amb si mateix, a través de moviments i postures corporals realitzades en l'espai de joc.

### **Vinculació de la promoció de la resiliència i la pràctica psicomotriu**

La persona en el seu procés vital de construcció de la seva capacitat de resistir, afrontar i superar traumes viscuts, enforteix la seva estructura psicològica i emocional amb el contacte i posteriorment, pel vincle establert amb persones, objectes, moments inoblidables, per detalls significatius i llocs que inspiren bons records.

Cyrułnik i Elkaïm (2009) afirmen, en un col·loqui a Lille, que per comprendre la resiliència és necessari considerar les causes i les conseqüències que estimula el moviment d'una espiral, on un aspecte influencia el funcionament d'un altre, és a dir, una situació traumàtica assolirà en primera instància el factor biològic ja que el cos és el primer a rebre l'impacte d'estímuls que venen de l'entorn, després la dimensió psicològica, l'àrea afectiva i les representacions mentals expressades per la paraula i les representacions artístiques i culturals.

Analitzant l'estudi de Boris Cyrułnik (2005), trobem qüestions similars amb els vincles proposats per l'autor i els paràmetres treballats a la pràctica psicomotriu. Aquests aspectes coincideixen perfectament amb el que hem volgut mostrar a partir de la resiliència observada a través del vincle desenvolupat entre l'adolescent i l'educadora-psicomotricista.

Destaquem els punts coincidents que ens han fet pensar que l'espai psicomotor presenta aspectes promotors de resiliència:

- Relació establerta amb persones de l'entorn
- Relació establerta amb objectes
- Relació establerta amb l'espai
- Relació establerta amb el temps
- Actituds, preferències de l'adolescent i rols desenvolupats a través de jocs
- Capacitat de resolució de problemes
- Valoració de la confiança en si mateix
- Valoració de l'autoestima
- Sentit de l'humor en l'afrontament de situacions estressants

Envers la relació establerta amb persones de l'entorn, Cyrułnik (2003) destaca la presència dels tutors de resiliència que són persones que aconsegueixen desenvolupar vincles positius amb aquells que es troben en situacions traumàtiques, transmetent confiança i seguretat per a seguir endavant.

### *Els pilars de la resiliència*

D'ençà que Rutter (1990) va posar en evidència els factors protectors de la resiliència, el seu estudi ha guanyat suport per a la identificació i la possible mesura de les característiques dels factors resilients. Considerant que la resiliència no és una capacitat innata de l'ésser humà i que pot ser promoguda i construïda, és necessària la identificació de determinades actituds que poden ser visualitzades, registrades i comprovades d'acord amb diferents instruments i tècniques de metodologia científica. Això ha fet que l'estudi de la resiliència s'hagi fet mesurable i observable.

Melillo, Estamatti i Cuesta (2002) descriuen vuit pilars interns de la resiliència, aspectes identificables en una sessió de psicomotricitat que ens donen condicions de considerar-los com variables de resiliència, compatibles amb l'estudi de la pràctica psicomotriu: introspecció, independència, capacitat de relacionar-se, iniciativa, humor, creativitat, moralitat i autoestima consistent. A més, afegiríem l'autoregulació que ha estat considerada com a factor resilient a partir de les investigacions de Fergus i Zimmerman (2005) i García i Días (2007). A continuació es descriuen els pilars de la resiliència resultat de l'adaptació de les propostes dels autors citats:

**Taula 1. Els pilars de la resiliència, adaptació de Melillo, Estamatti i Cuesta (2002), Fergus i Zimmerman (2005) i García i Días (2007)**

<b>Pilars de resiliència</b>	<b>Descripció</b>
Introspecció	Art de preguntar-se a si mateix i donar-se una resposta honesta
Independència	Saber fixar límits entre un mateix i el medi; capacitat de mantenir distància emocional i física sense caure en l'aïllament.
Capacitat de relacionar-se	Habilitat d'establir llaços i intimitat amb altra gent, per equilibrar la pròpia necessitat d'afecte amb l'actitud de guanyar-se a d'altres.
Iniciativa	Ganes d'exigir-se i posar-se a prova en tasques progressivament més exigents.
Humor	Trobar allò còmic en la pròpia tragèdia
Creativitat	Capacitat de crear ordre, bellesa i finalitat a partir del caos i el desordre.
Moralitat	Conseqüència per estendre el desig personal de benestar a tota la humanitat i capacitat de comprometre's amb valors.
Autoestima consistent	Base dels demés pilars i fruit de la cura afectiva conseqüent del nen o adolescent per part d'un adult significatiu.
Autoregulació	Autonomia personal, autocontrol i autodirecció que genera la modificació de comportament, conducta i actitud de la persona.

### *El psicomotricista com a tutor de resiliència*

En la pràctica psicomotriu educativa es valora la relació que la persona estableix amb el temps, l'espai, els objectes, amb si mateix i amb l'adult referent, el psicomotricista. Des d'aquesta, el paper de tutor de resiliència és el d'aquell educador que aconsegueix transmetre, d'alguna manera, força, estímul i coratge perquè la persona percebi que està viva, que forma part del món i que pot actuar en ell. Pel psicomotricista, establir una relació vincular és un aspecte que exigeix responsabilitat i equilibri emocional, ja

que aquest serà un referent per aquell que està en procés de desenvolupament i que necessita tenir estímuls per a la construcció dels seus aspectes resilients.

A més d'aconseguir l'enfortiment del vincle amb els adolescents del grup participant i de desenvolupar un procés educatiu en psicomotricitat, el professional és un punt important d'observació en el desenvolupament del procés. Són nombroses les pautes d'observació de l'actitud del professional per a la seva avaluació de la pràctica psicomotriu, entre d'altres destaquem les de Sánchez i Llorca (2008):

**Taula 2. Actituds del psicomotricista a la pràctica psicomotriu, adaptat de Sánchez i Llorca (2008)**

---

Capacitat d'observació
Interacció amb els participants del grup
Capacitat d'escoltar
Expressivitat en el joc
Utilització dels mediadors
Capacitat per a utilitzar les diferents estratègies
Mantenir la seguretat del grup
Intervencions en el ritual d'entrada
Intervencions en els jocs sensorials motors
Intervenció en el final de la sessió
Intervenció en la representació
Competències per a elaborar de manera creativa i ajustada diferents escenaris per a la pràctica psicomotriu

---

El psicomotricista que actua ha de tenir en compte el potencial d'observació des del moment que tots els participants del grup entren a la sala fins a l'últim moment d'aquests a l'espai psicomotor.

L'observació és el punt avaluatiu de la pràctica psicomotriu, ja que mitjançant aquesta es fa la lectura del nen i la nena a nivell motriu i emocional. El moviment corporal i amb ell els gestos són la primera imatge de la persona en l'espai de joc però la fotografia del que un porta dins està en els petits detalls d'aquests gestos i actituds. Per tal que el psicomotricista observi bé a l'altre, primer ha d'aprendre a observar-se a si mateix, les seves pròpies actituds i emocions, que sorgeixen quan el cos està en moviment. Per aquest motiu és en el procés de formació del psicomotricista, a partir de les seves vivències que el psicomotricista tindrà eines per a situar-se de forma més pròxima al grup i entendre l'altre, evitant els judicis de valors que poden sorgir en una anàlisi superficial de l'univers psicoafectiu d'aquell que participa en el procés psicomotor.

Lapierre, a més d'admetre que la formació del psicomotricista ha estat un repte innovador a l'àrea psicopedagògica, afirma que: «jugar, pel psicomotricista, no es només

un treball, ha de ser un plaer, un acte en el que implica la seva persona, el seu ésser i no només el seu personatge» (Lapierre, 2005, p. 24).

D'acord amb aquesta formació, el psicomotricista ha de passar per aquest procés, alhora que ha de tenir incorporat en la seva pràctica la comprensió i la valoració de paràmetres o pautes que caldria que fossin observades en el grup, per així plantejar un procés de desenvolupament psicomotriu ajustat a les necessitats i demandes dels participants. Així doncs, sorgeixen les següents estratègies:

#### *Interacció amb els participants del grup*

D'acord amb la seva mirada perifèrica, el psicomotricista ha de plantejar estratègies d'intervenció, respectant les necessitats afectives i emocionals dels participants, considerant les demandes i les característiques individuals de cadascun. En aquest moment, el professional ha d'estar preparat personalment per actuar de forma eficaç, és a dir, les preferències personals són aspectes que no han de quedar reflectits en la relació del psicomotricista i els participants: el professional ha d'estar pel grup o intentar aproparse a cada participant considerant les necessitats psicoafectives que són expressades mitjançant el joc.

#### *Capacitat d'escolta*

La formació personal del psicomotricista, a banda de valorar el plaer de jugar del futur professional, també fomenta l'escolta i comprensió de les seves pròpies emocions per a poder escoltar i entendre als demés i amb això intervenir de la manera més adequada en l'espai del joc.

#### *Expressivitat en el joc*

L'expressivitat del psicomotricista està connectada amb el plaer de jugar, actitud que convida als participants del joc a participar en aquesta vivència del joc en l'espai psicomotor. És la satisfacció d'estar en aquell espai, amb aquell grup determinat jugant, relacionant-se i gaudint d'aquell moment de llibertat i comunicació.

#### *Utilització dels mediadors*

El professional ha d'establir una relació propera amb els participants del procés, utilitzant diferents estratègies de comunicació.

#### *Capacitat per a utilitzar les diferents estratègies*

La capacitat d'utilització de diferents estratègies és individual i personal de cada psicomotricista, això dependrà de la capacitat d'observació i de la preparació de cadascun.

#### *Mantenir la seguretat del grup*

El psicomotricista ha de transmetre confiança i seguretat als participants del grup, això exigeix una preparació professional i personal per part de l'adult. Les pors, les angoixes i els fantasmes del professional en psicomotricitat no han de ser transmesos als participants del grup mitjançant el joc. El que ha de ser transmès és l'atenció, la confiança i la seguretat d'un adult que els mira, els observa i els adverteix dels aspectes que han de ser considerats en el moment de joc, per a que no hi hagi possibles danys ni accidents.

*Intervenció en el ritual d'entrada*

El primer moment d'una sessió de psicomotricitat es coneix com el ritual d'entrada el qual consisteix en deixar alguns minuts perquè els participants es puguin centrar en el nou espai en el que estan i així tranquil·litzar-se i preparar-se pel joc sensoriomotor i simbòlic. És un moment ràpid però necessari ja que, a partir d'aquí, el participant comença a experimentar un espai de plaer i comunicació: el psicomotricista, a la vegada, és qui garanteix i transmet confiança especial a cada participant del grup, mirant a cada un als ulls, escoltant-los i valorant la presència de cada participant i el que porta cada un dels ambients aliens a l'espai psicomotor. S'ha de poder garantir als participants el bon funcionament del seu projecte de sessió, incitant a tots a participar i a gaudir del joc.

*Intervenció en els jocs sensoriomotors*

El psicomotricista és un educador que assumeix una postura propera i que, mitjançant el joc i les relacions que el nen, la nena, l'adolescent i l'adult mantenen, afavoreix una major comunicació entre els dos. En diversos moments del desenvolupament del joc sensoriomotor, sorgeix l'oportunitat d'apropament corporal i amb això pot realitzar intervencions que en altres espais educatius és difícil de realitzar. En aquest moment l'adult és company de joc a la vegada que és qui posa les normes, intentant conquerir la confiança dels participants del grup i poder intervenir de forma eficaç considerant l'univers emocional de cada participant.

*Intervenció al final de la sessió*

Quan s'acaba el joc sensoriomotor i simbòlic, la sessió ja s'apropa al final i per a tranquil·litzar el grup i calmar el to muscular, és necessari un moment de baixa intensitat i d'estimulació motriu. El psicomotricista pot fer servir una estratègia de relaxació per a facilitar la finalització del procés.

*Competències per a elaborar de manera creativa i ajustada diferents escenaris per a la pràctica psicomotriu*

La pràctica psicomotriu és un ventall de coneixements que engloba continguts fisiològics, psicològics, cognitius i lúdics que proporciona al professional de la psicomotricitat una gamma de coneixements que enriqueixen el seu treball en termes pràctics. Una sessió de psicomotricitat pot significar una sorpresa per als participants, depenent sobretot de la manera creativa i ajustada en què el psicomotricista elabora el seu projecte educatiu. La sistematització d'una sessió de psicomotricitat és quelcom que qualsevol professional pot realitzar, però la manera com es desenvolupa el procés i com cada sessió és realitzada dependrà de la persona que condueix el procés.

**Disseny metodològic****Objectius de la investigació**

En el present article es presenta un estudi a fons d'un dels tres objectius generals plantejats en una recerca de caràcter més global. Així doncs, aquests objectius es defineixen en:



1. Analitzar les actituds de l'educador que desenvolupen el vincle amb l'adolescent des de la pràctica psicomotriu.
2. Analitzar els factors resilients emergents en el vincle entre els adolescents i l'adult (psicomotricista) dins l'espai psicomotor.
3. Proposar orientacions per a la promoció de la resiliència establerta en la relació entre adolescents i educadors socials.

En el cas que ens ocupa, l'objectiu treballat a fons és el tercer.

Identificant les demandes dels adolescents en situació de vulnerabilitat envers l'adult referent del procés d'ajuda psicomotriu es pretenia donar una visió sobre les necessitats emocionals que són emergents en aquesta població, descrivint i analitzant conductes que podien exemplificar la cerca pel suport o escolta d'una persona significativa en aquesta fase del desenvolupament humà.

Segons la demanda emocional de l'adolescent en l'espai de joc, l'educador o l'educadora-psicomotricista respon d'acord a les seves constants observacions envers el participant, davant d'això es produeixen un conjunt d'actituds que podran ser analitzades com a estratègies per comprendre l'univers emocional de l'adolescent que es troba en situació de risc personal i social.

La importància de vincle establert entre l'adolescent i l'adult referent genera factors que poden ser resilients o no. En la present investigació es pretenia diagnosticar els factors considerats resilients per destacar la importància dels bons tractes els quals contempen la comprensió, l'escolta i l'afecte desenvolupats per un professional de l'educació i psicomotricista, actuant en una institució d'atenció social.

La pràctica psicomotriu, a més a més, de treballar amb el joc, el cos i el moviment, també contempla altres dimensions de les esferes educatives i psicològiques de l'ésser humà, sobretot quan es realitza sota un projecte específic dins d'un grup reduït on es valora l'ajuda, el suport i el vincle.

Per últim, destacar que el punt clau i les orientacions originades dels estudis de resiliència i psicomotricitat, proporcionarà un material que potenciarà que es desenvolupin futures accions que afavoreixen la construcció del vincle entre adolescents i educadors.

## **Metodologia**

El desenvolupament de l'estudi empíric realitzat va ser estructurat a partir de la metodologia observacional. Aquest procés ofereix diferents possibilitats d'anàlisi, permetent una major flexibilitat i grau de naturalitat de la situació que està sent investigada. Sens dubte, és un procés complex per intentar seqüenciar de forma lògica les perspectives qualitatives, delimitant de forma quantitativa i especificant el punt que està sent valorat (Anguera, 2005).

El perfil de la metodologia observacional, a més de complir satisfactòriament les etapes d'un mètode científic, encaixa en els estudis de conductes espontànies perceptibles que passen en espais quotidians de la persona. Això és recomanable en l'avaluació de programes de baixa intervenció (Anguera, 1989; 1999; 2003; 2005). D'acord

amb aquests fonaments, es va definir el nostre disseny metodològic: *Seguiment / Idiogràfic / Multidimensional (S/I/M)*. *Seguiment* pel fet de plantejar un procés continu d'observació mitjançant una sèrie de sessions de psicomotricitat, la qual té com a major objectiu el fet de centrar-se en la interacció i en el vincle adolescent i educadora-psicomotricista. *Idiogràfic* perquè s'observa l'acció d'un grup reduït d'adolescents considerant que la relació entre iguals contribueix a la convivència i desenvolupament educatiu, social i psicològic. *Multidimensional* perquè s'observen diferents dimensions en la relació establerta entre adolescents i l'educadora-psicomotricista, generant dades de multievent (Anguera, Blanco i Losada, 2001; Anguera, 2003).

La recerca s'ha desenvolupat a partir de diferents fases que es concreten en:

- *Primera fase*: Revisió i construcció del marc teòric i definició del disseny metodològic observacional.
- *Segona fase*: Implantació, desenvolupament i avaluació del projecte de psicomotricitat en el Centre Obert Don Bosco-Barcelona dirigit a nens i nenes en situació de vulnerabilitat.
- *Tercera fase*: Implantació, desenvolupament i avaluació del projecte de psicomotricitat en el Centre Obert Don Bosco-Barcelona, dirigit a adolescents, grup participant del procés d'investigació.
- *Quarta fase*: Revisió del marc teòric i del marc metodològic.
- *Quinta fase*: Anàlisi de les dades i conclusions.
- *Sisena fase*: Finalització i entrega de l'informe.

### **Context i participants**

Els participants formen part d'un grup reduït d'adolescents en risc social on cadascun es distingeix per diferents graus d'incidència de factors de risc, o sigui, les vivències en els escenaris conflictius es diferencien d'acord amb l'univers de cadascun dels participants. Es tracta d'un grup que participa en una institució d'atenció social, Centre Obert Dom Bosco de Barcelona; unitat pertanyent a la Plataforma d'Educació Social dels Salesians de Catalunya, localitzat al Barri de Navas de Barcelona i que ha participat en un projecte de psicomotricitat educativa de grup d'ajuda, en considerar la pràctica psicomotriu com una eina de suport socioafectiu per a l'atenció de nens, nenes i adolescents en risc personal i social.

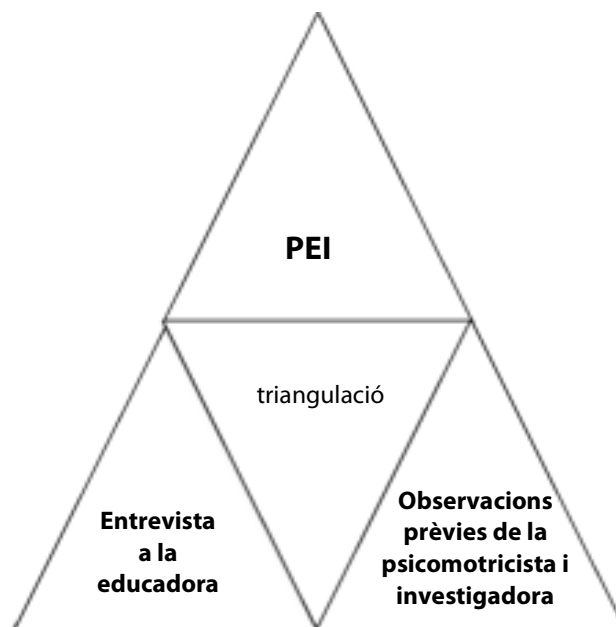
El grup participant estava format per 13 adolescents. El grup A el formaven 7 participants. En aquest grup hem realitzat les gravacions que a posteriori van ser analitzades. El grup B era format per 6 participants; aquest grup va ser gravat només una vegada i les imatges de la sessió realitzada van ser també analitzades per servir de prova pilot del format de camp elaborat per la investigació.

Grup A: format per 2 noies i 4 nois amb edats entre 13 i 15 anys

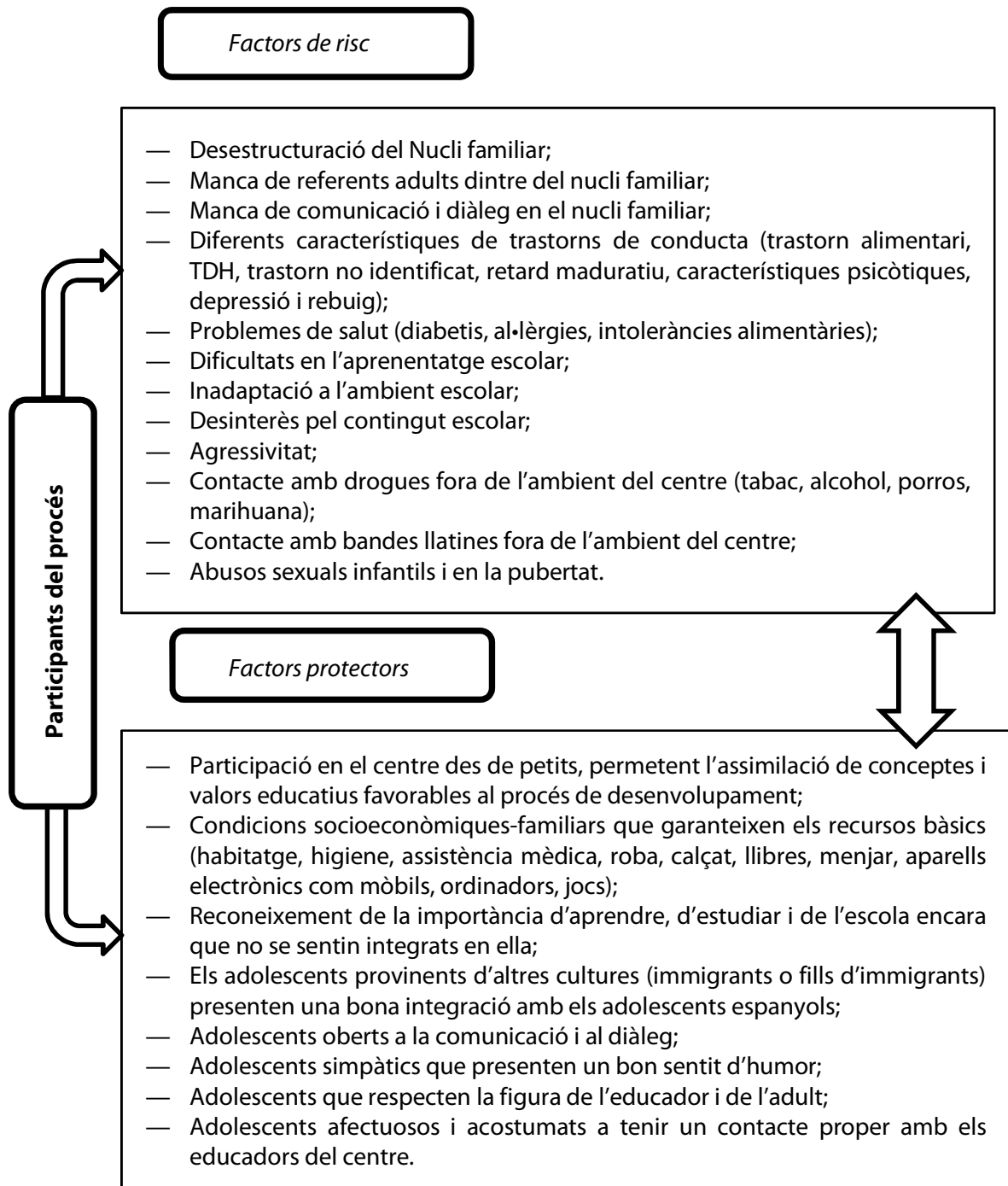
Grup B: format per 1 noia i 5 nois amb edats entre 13 i 15 anys

D'acord amb el procés de triangulació d'informacions (Bartolomé, 1994; Bartolomé i Anguera, 1990; Bartolomé i Sandín, 2001) obtingudes a partir d'una entrevista (no estructurada) amb l'educadora responsable del grup, més informacions procedents del PEI (Pla Educatiu Individual) de cada participant i d'observacions dutes a terme per la investigadora, que també ha fet d'educadora-psicomotricista del procés, hem realitzat un diagnòstic inicial del grup.

**Taula 3. Triangulació pel diagnòstic inicial de les necessitats dels adolescents participants**



En aquest procés s'han valorat punts rellevants i significatius de cada participant del procés, amb l'objectiu de plantejar un projecte educatiu capaç de ser coherent amb les demandes cognitives, físiques i emocionals dels participants, despertant interès als adolescents del centre en participar de les sessions de psicomotricitat al període previst de l'organització de les activitats del centre i del desenvolupament de la present recerca. El resultat d'aquesta triangulació ha donat origen a un quadre orientatiu dels factors de risc i dels factors protectors (Rutter, 1990) sobre els participants del procés (taula 4).

**Taula 4. Quadre orientatiu dels factors de risc/factors protectors dels participant****Recollida de les dades**

La recollida de les dades s'ha fet mitjançant l'observació participant i l'observació sistemàtica. En aquest treball l'educadora-psicomotricista ha sigut la investigadora del procés. Una vegada el projecte ja estava en funcionament, totes les sessions realitzades van ser enregistrades de forma sistemàtica mitjançant un diari de camp compost per una síntesi descriptiva de la sessió i fitxes d'observacions basades en les pautes ofertes per Sánchez i Llorca (2008) i pels pilars de la resiliència de Melillo, Estamatti i Cuesta (2002); en aquests indicadors també s'inclouia l'autoregulació com un pilar resilient

d'acord amb Fergus i Zimmerman (2005) i García i Días (2007). Les síntesis descriptives van ser analitzades mitjançant el programa informàtic ATLASTI, versió 5.2.

Una vegada definit el disseny, vam elaborar l'instrument d'observació.

#### *Instrument ad hoc*

L'instrument elaborat *ad hoc* significa que la seva construcció ha sigut realitzada d'acord amb les necessitats del procés, és a dir, cada estudi observacional presenta característiques específiques, a partir d'aquests aspectes, l'investigador elabora l'instrument que va permetre l'observació de l'objecte d'estudi desitjat (Anguera, 2003).

En el cas que ens ocupa, s'ha elaborat el format de camp considerant que el nostre objecte d'estudi, es tracta del vincle entre adolescents i educadora-psicomotricista i del resultat d'aquesta relació: la promoció de la resiliència. Amb això vam obtenir un format de camp, flexible i adaptable, compost per tres punts on cada un dels quals van funcionar com mòduls autònoms denominats *macrocriteri*. Cada *macrocriteri*, estava compost per una llista que va ser posteriorment codificada. Per enfocar el tercer objectiu de la investigació, hem dedicat una major atenció al *macrocriteri 3* que es refereix a l'observació de l'acció de l'educadora-psicomotricista, elaborat a partir de les pautes d'observació de Sánchez i Llorca (2008).

#### *Gravacions analitzades i codificades*

La pràctica psicomotriu portada a terme amb els adolescents va ser desenvolupada mantenint un rigor metodològic observacional. Va ser realitzada en 20 sessions, 10 de les quals van ser gravades amb el grup A i 1 sessió amb el grup B per ser utilitzada com a sessió pilot. Així doncs, es van enregistrar un total d'11 sessions. D'acord amb el pacte establert amb els grups, van haver sessions que no van ser gravades per a preservar la intimitat dels participants en l'espai psicomotor. Posteriorment aquestes gravacions van ser analitzades i registrades en el diari de la psicomotricista i després codificades mitjançant el format de camp, compost per les pautes de les fitxes d'observacions presents en el diari. Les codificacions van ser realitzades mitjançant el programa SDIS-GSEQ, versió 4.1.3 (Bakeman; Quera, 1996).

## **Resultats**

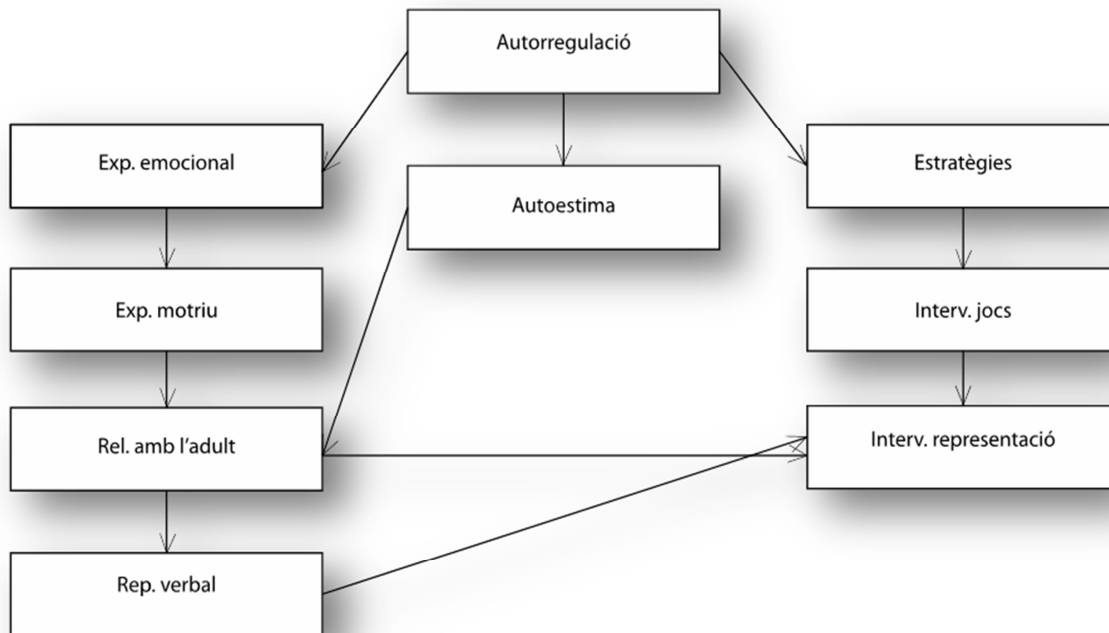
A través de l'anàlisi del diari de la psicomotricista i de les gravacions dutes a terme, així com de les fitxes d'observació que, posteriorment, van ser transformades en *macrocriteris* han sigut extrets aquells aspectes més rellevants de tot el procés.

En les primeres sessions l'acció de l'educadora-psicomotricista ha estat contundent en la *capacitat per a utilitzar les diferents estratègies*, en les *intervencions en els jocs sensoriomotors* i en les *intervencions en la representació verbal*.

En aquesta fase inicial, l'autoregulació apareix associada com a resultat de la *capacitat d'establir diferents estratègies* per part de l'educadora-psicomotricista; l'adolescent respon a aquestes accions amb l'alliberament de l'*expressivitat emocional* i de l'*expressivitat motriu*. L'inici del procés ha estat marcat per l'elaboració de les regles de la sessió; educadora i adolescents entren en comú acord per establir el contracte de convivència del grup, és a dir, el procés ha sigut iniciat sota l'estímul de la regulació del

grup en les sessions corroborant la promoció de l'*autoregulació* dels participants. En aquestes sessions l'educadora-psicomotricista ha mantingut una posició de recordar sempre les regles de la sessió, això ha fet estimular en els participants el sentit de l'*autoregulació*. A banda de les estratègies comunes de psicomotricitat l'educadora-psicomotricista ha utilitzat la pròpia sistemàtica de la sessió per regular el ritme del treball i fer que els adolescents s'acostumin a un procés autoregulator.

Mitjançant el joc i les converses establertes en la representació verbal, l'educadora-psicomotricista ha tingut un apropament amb els participants del grup, això ha propiciat el desenvolupament de l'*autoestima* dels participants.



Analitzant el contingut queda evidenciada la intensificació de les intervencions de l'educadora-psicomotricista en l'espai del joc enduint el factor relació amb l'adult en cada sessió realitzada. En conseqüència es va veure augmentada l'*expressivitat emocional*, l'*expressivitat motriu*, la *representació verbal* i la *capacitat de relacionar-se dels participants*.

Destaquem que amb l'enfortiment del vincle establert entre educadora-psicomotricista i adolescents, es va veure augmentada també la comunicació verbal dels participants, alhora que també es va millorar l'ús de la paraula per part de l'adult que, de forma espontània, va trencar les barreres existents entre la figura d'un adult referent i d'adolescents, proporcionant un major apropament entre els dos.

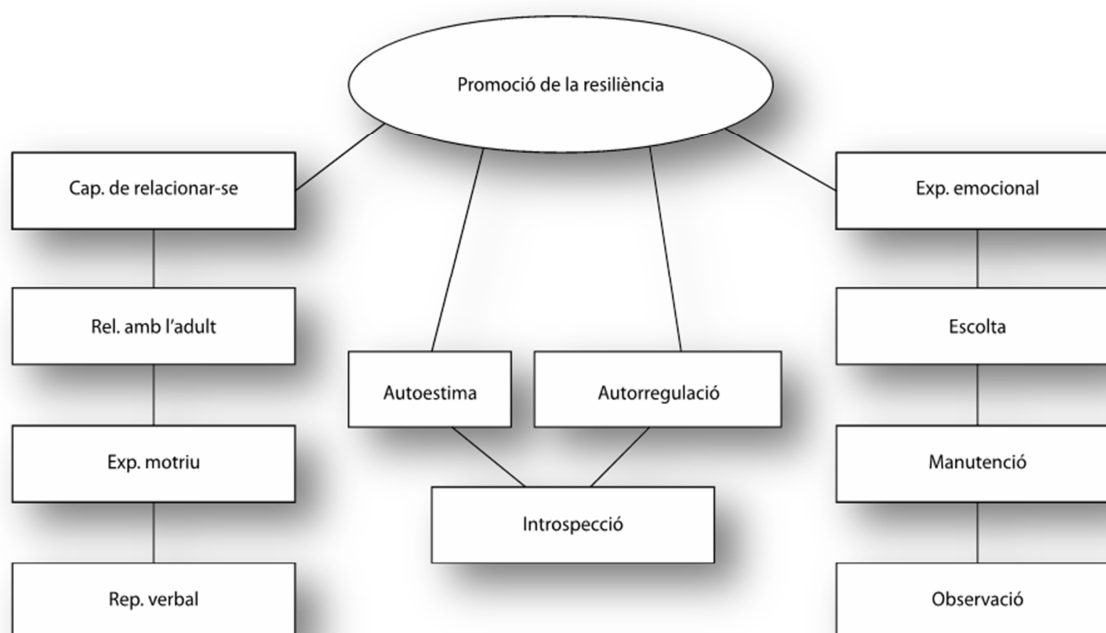
En la fase final del procés, es destaca la *promoció de la resiliència*, ja que els pilars resilients observats han estat identificats en l'espai de joc.

Encapçalant la llista tenim l'*autoestima consistent*, fet justificat pel principi actiu del joc que defensa que al posar el cos en moviment incentiva que la persona confii en les seves possibilitats i posi a prova els seus límits desenvolupant així la seguretat de si mateix. Il·lustrant aquest concepte destaquem que els participants del procés van ser

constantment estimulats per l'educadora-psicomotricista a reaccionar en el joc i a demostrar seguretat en si mateix a través d'accions i paraules. Tal dinàmica ha estat realitzada d'acord amb un procediment característic de la pròpia pràctica psicomotriu, el qual organitza i regula l'espai psicomotor, incentivant l'autoregulació en els participants.

La introspecció ha estat estimulada en les sessions per la utilització del racó de pensar; estratègia utilitzada per l'educadora-psicomotricista i que ha consistit en un espai, un racó dins de la sala de psicomotricitat reservat per a que els participants poguessin observar el joc dels demés i tenir l'hàbit de parar i pensar en les seves pròpies actituds.

**Taula 5. Elements que afavoreixen la promoció de la resiliència des de la pràctica psicomotriu**

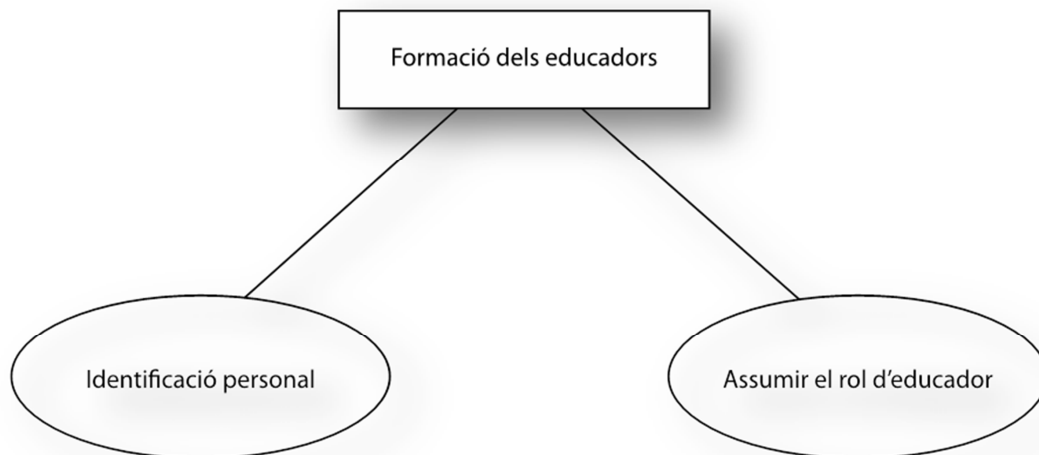


D'acord amb el que ha estat investigat, queden clars els aspectes que apunten la intersecció entre resiliència i pràctica psicomotriu educativa (grup d'ajuda), així com els aspectes que poden contribuir al desenvolupament del vincle establert entre adolescents i educadors.

Pel que fa a les orientacions de la promoció de la resiliència en la relació establerta entre adolescents i educadors socials, aquestes estan dirigides específicament a l'adult que acompanya el procés. En aquesta situació, l'educador assumeix el paper de tutor de resiliència i té en compte que tal postura pot ser facilitada mitjançant la comprensió dels seus propis pilars resilientes que estan presents en les actituds visualitzades i observades en la relació establerta amb l'altre.

Destaquem que, moltes d'aquestes actituds, no estan escrites en cap aprenentatge teòric, essent formes d'actuar que sorgeixen en el quotidià, que funcionen i que de manera espontània ajuden a establir un vincle segur amb l'adolescent que guardarà en el seu calaix el record dels moments inoblidables i significatius viscuts al costat d'un adult que un dia va ser un referent en la seva vida. Això ens reporta a dos punts claus

que generen orientacions per a la promoció de la resiliència: *la formació dels educadors socials i la identificació personal en assumir el rol d'educador.*



La formació dels educadors consisteix en una formació teòrica i una formació pràctica. La formació es concreta amb una formació personal que li prepari per desenvolupar una funció que exigeix el coneixement d'aspectes afectius d'un mateix i de l'altre; són professionals destinats a treballar amb una població que presenta necessitats educatives especials.

Ressaltem que la proposta d'investigació ha estat realitzada sota la referència d'una educadora-psicomotricista professional que a banda de tenir la formació en pedagogia, l'experiència pràctica com educadora social, també ha passat per la formació en psicomotricitat, procés que engloba la formació teòrica, la formació personal i la formació pràctica. Per tant, es pot concloure que si no hi ha la formació personal dins dels cursos preparatoris d'educació social, és necessari que l'educador assumeixi el seu procés de creixement personal de forma individualitzada, amb ajuda d'altres professionals o no, ja que el potencial de la resiliència d'un pot convertir-se en un aspecte auto terapèutic (Cyrulnik, 2005), ajudant a la persona a sentir-se capaç de plantejar posicionaments promotors de resiliència mitjançant el reconeixement del seu propi potencial resilient. La persona ha d'identificar-se amb la funció desenvolupada i reconèixer l'existència del seu propi potencial. D'aquesta manera, podrà ajudar a promoure la resiliència en els demés, ja que ser referent i ser tutor de resiliència és servir d'exemple per a aquells que necessiten afrontar obstacles per seguir endavant.

Les orientacions que podem transmetre als educadors i educadores després de realitzar la recerca es concreten en:

1. Primer observar i després actuar.
2. Escoltar, entendre i dialogar amb l'adolescent.
3. Assumir el rol d'agent regulador i autoregulador del procés.
4. Flexibilitzar les regles quan s'escaigui.
5. Ser capaç d'utilitzar diferents estratègies d'acció de forma creativa.



6. Ser constant en actituds, tenint en compte que el discurs ha de ser coherent amb la pràctica dins de la relació establerta.
7. Mantenir un bon sentit de l'humor.
8. Ser pacient.
9. Fer un exercici d'introspecció i reconèixer els aspectes resilents propis per ajudar a promoure la resiliència en l'adolescent.

## Cloenda

Promoure la resiliència en els adolescents a través de la pràctica psicomotriu educativa i d'ajuda en grup ens ha dut a confirmar de nou i de forma pràctica la rellevància del tema en el quotidià de joves en risc social.

El *vincl*e ha estat un dels aspectes més importants en la recerca, així com alhora complicat, ja que comprendre tal paraula és entendre el significat de transmetre afecte de forma segura sense apressar l'altre i sense apressar-nos. Creiem que aquest és el punt crucial que duu a la superfície de l'educació social qüestions relacionades amb el que està al voltant de l'educació i preparació emocional dels educadors i les educadores.

Sens dubte, promoure la resiliència en adolescents a través de la pràctica psicomotriu educativa i d'ajuda en grup, ens ha donat l'oportunitat de descobrir el nostre potencial de tutor de resiliència. El marc teòric ens ha donat les eines necessàries per observar. Amb l'estudi empíric hem tingut la comprovació de les dades de forma qualitativa i quantitativa on els resultats es complementaran. El que ha quedat clar és el valor d'haver compartit l'espai de joc amb adolescents i la tasca que hem desenvolupat a favor de la promoció de la resiliència.

Per obrir un ventall de possibles debats envers el tema, afirmem que treballar amb atenció social no ha de significar tenir por de pronunciar les paraules *vincl*e, afecte, emoció i estima. Ser educador és tenir l'oportunitat de ser un tutor de resiliència i, per això, cal identificar-se amb el rol d'ajudar, acompanyar i orientar persones que necessiten estímuls per ser al món, en tot el sentit de la paraula.

Podem dir que el procés realitzat va evidenciar els factors resilents dels adolescents desenvolupats en l'espai psicomotor. D'acord amb la metodologia utilitzada en el procés hem observat que la promoció dels pilars de resiliència apareix a través d'interrelació i interacció entre adolescent i educadora-psicomotricista. El procés va ser actiu i dinàmic, les accions dels participants es van teixir en l'espai de joc, i d'acord amb el *vincl*e establert va augmentar la capacitat d'observació i la capacitat d'introspecció del grup. La capacitat de relacionar-se consta com a pressupost de la pràctica psicomotriu educativa i d'ajuda terapèutica i aquest factor resilient va ser desenvolupat a través del joc contribuint a la relació entre iguals. Tot això va ajudar el desenvolupament dels pilars d'independència i d'autonomia, com també de la capacitat de desafiar els límits a través del joc per part dels participants del procés. En aquest sentit el pilar d'iniciativa també va ser observat, ja que en la mesura que la persona desafia els seus límits, és capaç de resoldre problemes en la relació amb l'altre. L'autoestima consistent va ser

observada d'acord amb el desenvolupament d'introspecció, de la capacitat de relacionar-se, d'independència i d'iniciativa. L'humor es va viure a través del joc i en la mesura del desenvolupament del vincle establert entre iguals, i amb l'adult referent del procés hem tingut somriures, bromes i actituds gracioses. La creativitat va ser observada en moments puntuals de manipulació d'objectes. La moralitat ha guanyat forma a través de la intensificació de les converses desenvolupades entre participants i educadora-psicomotricista. L'autoregulació va ser un factor clau pel desenvolupament del procés. La pròpia sistematització d'una sessió de psicomotricitat ja estimula el procés d'autoregulació per part de l'adult que autoregula les seves actituds, regula el ritme de treball realitzat i estimula els participants a autoregular-se en el moment en el que se'ls convida a conviure amb les regles del joc, així com reconèixer i analitzar les seves pròpies actituds.

D'acord amb la promoció de l'autoregulació i dels pilars de resiliència en la pràctica psicomotriu educativa i d'ajuda terapèutica, podem concloure tot afirmant que la resiliència pot ser promoguda a l'espai psicomotor per presentar diferents aspectes que s'entrellacen quan hi ha un adult orientat per valorar els vincles establerts en el procés educatiu.

## Referències

- Anguera, M.T. (1989) «Innovaciones en la metodología de evaluaciones de programas». *Anales de Psicología*, 5, p. 13-42.
- (1999) *Hacia una evaluación de la actividad cotidiana y su contexto: ¿Presente o futuro para la metodología?* Barcelona, Real Academia de Doctores.
- (2003) «La observación», a C. Moreno Rosset (ed.) *Evaluación psicológica: Concepto, proceso y aplicación en las áreas del desarrollo y de la inteligencia*. Madrid, Sanz y Torres, p. 278-308.
- (2005) *Posición de la metodología observacional en el debate entre las opciones metodológicas cualitativa y cuantitativa ¿Enfrentamiento, complementariedad, integración?* Barcelona, Edicions Universitat de Barcelona.
- Anguera, M.T., Blanco, A.; Losada, J.L. (2001) «Diseños observacionales, cuestión clave en el proceso de Metodología Observacional». *Metodología de las Ciencias del Comportamiento*, 3. Barcelona, AEMCO, p. 135-161.
- Aucouturier, B. (2004) *Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz*. Barcelona, Graó.
- Bakeman, T.; Quera, V. (1996) *Análisis de la interacción: Análisis secuencial con SDIS y GSEQ*. Madrid, Ra-Ma.
- Bartolomé, M. (1994) «Investigación cooperativa», a García Hoz, V. (dir.) *Problemas y métodos de investigación personalizada*. Madrid, Rialp.
- Bartolomé, M.; Anguera, M. T. (1990) *La investigación cooperativa: vía para la innovación en la Universidad*. Barcelona, PPU.
- Bartolomé, M.; Sandín, M. P. (2001) *Metodología cualitativa en educación. Programa de Doctorado Calidad Educativa en un Mundo Plural*. Universitat de Barcelona, MIDE.
- Bernard, B. (1999) «Applications of resilience: Possibilities and promise», a Glantz, M.; J. Jonson. *Resilience and Development: Positive Life Adaptations*. Nova York, Plenum Publishers, p. 269-277.

- Bronfenbrenner, U. (1987) *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona, Paidós.
- Cyrułnik, B. (2001) *La maravilla del dolor*. Barcelona, Granica.
- (2003) *El murmullo de los fantasmas*. Barcelona, Gedisa.
- (2005) *Bajo el signo del vínculo*. Barcelona, Gedisa.
- Cyrułnik, B.; Elkaïm, M. (2009) *Entre résilience et résonance*. París, Éditions Fabert.
- Ehrensaft, E.; Tousignant, M. (2003) «Ecología humana y social de la resiliencia», a Manciaux, M. (comp.) *La resiliencia: resistir y rehacer*. Barcelona, Gedisa.
- Fergus, S.; Zimmerman, M. A. (2005) «Adolescent resilience: A framework for Understanding Healthy Developmet in the Face of Risk». *Annual Review of Public Health*, 26, p. 399-419.
- García, J. A.; Días, P. (2007) «Análisis relacional entre los factores de protección, resiliencia, autorregulación y consumo de drogas». *Revista Salud y Drogas*, 7(2). p. 309-332.
- Grotberg, E. (2008) «Nuevas tendencias en resiliencia», a Melillo, A.; Suárez Ojeda, N. (comp.) *Resiliencia: descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires, Paidós.
- Higgins, G. O. (1994) *Resilient Adults: Overcoming a cruel past*. San Francisco, Jossey-Bass.
- Lapierre, A. (1977) *Educación psicomotriz en la escuela maternal*. Barcelona, Editorial Científico-Médica.
- (2005) «La formación personal en psicomotricidad». *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*, 19, p. 21-26.
- Melillo, A., Estamatti, M.; Cuesta, A. (2008) «Algunos fundamentos psicológicos del concepto de resiliencia», a Melillo, A.; Suárez Ojeda, N. *Resiliencia: descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires, Paidós, p. 83-102.
- Moreno, A. (2011) *La promoción de la resiliencia en el vínculo establecido entre adolescentes y educadores en la práctica psicomotriz educativa*. Barcelona, Universitat de Barcelona. Tesis doctoral (Departament de Mètodes d'Investigació i Diagnòstic en Educació).
- Moreno, A.; Pastor, C. (2012) «Resiliencia, vínculo y psicomotricidad». *Entre Líneas*, 29, p. 14-18.
- Munist, M.; Santos, H.; Kotliarenko, M. A.; Suárez Ojeda, N.; Infante, F.; Grotberg, E. (1998) *Manual de identificación y promoción de la resiliencia*. Washington D. C., Organización Panamericana de la Salud.
- Richardson, G. E.; Neiger, B. L.; Jenson, S.; Kumpfer, K. L. (1990) «The resiliency model». *Health Education*, 21, p. 33-39.
- Rutter, M. (1985) «Resilience in the face of adversity». *British Journal of Psychiatry*, 147, p. 598-611.
- (1990) «Psychosocial resilience and protective mechanisms», a Rolf, J.; Cicchetti, D.; Nuechterlein, K.; Weintraubs, S. *Risks and protective factors en the development of psychopathology*. Nova York, Cambridge University Press, p. 181-214.
- Sánchez, J.; Llorca, M. (2008) *Recursos y estrategias en psicomotricidad*. Málaga, Algibe.
- Suárez Ojeda, N. (2008) «Una concepción latinoamericana: la resiliencia comunitaria», a Melillo, A.; Suárez Ojeda, N. *Resiliencia: descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires, Paidós, p. 67-82.

- Vanistendael, S. (1995) *Algumas chaves geradoras de resiliencia*. Ginebra, Oficina Internacional Católica da Infancia.
- Walsh, F. (2004) *Resiliencia Familiar*. Buenos Aires, Amorrortu.
- Werner, E.; Smith, R. (1992) *Overcoming the odds: high risk children from birth to adulthood*. London, Cornell University Press.
- Wolin, S. J.; Wolin, S. (1993) *The resilience self*. Nova York, Villard Books.

## *Resiliencia y psicomotricidad. Orientaciones para la promoción de la resiliencia desde la práctica psicomotriz educativa*

*Resumen:* El estudio que se presenta forma parte de uno más amplio «La promoción de la resiliencia en el vínculo establecido entre adolescentes y educadores en la práctica psicomotriz educativa»; investigación realizada usando la metodología observacional. Se apoya en una experiencia teórica y práctica basada en los presupuestos de los estudios de la resiliencia, del vínculo y de la práctica psicomotriz educativa a través de la vivencia con un grupo reducido de adolescentes en riesgo personal y social. El proceso de investigación ha sido estructurado a partir de tres objetivos. Aquí nos centraremos en el tercer objetivo que se concreta en proponer orientaciones para la promoción de la resiliencia en la relación entre adolescentes y educadores y educadores. Nuestra intención ha sido destacar el punto clave y las orientaciones originadas de los estudios de resiliencia y psicomotricidad y con ello producir un material incentivador para futuras acciones que favorezcan la construcción del vínculo entre adolescentes y educadores y educadores.

*Palabras clave:* resiliencia, psicomotricidad educativa, vínculo adolescentes-educadores, adolescencia en riesgo personal y social

## *Résilience et psychomotricité. Orientations pour la promotion de la résilience depuis la pratique psychomotrice éducative*

*Résumé:* La réflexion présentée s'inscrit dans une étude plus vaste, «La promotion de la résilience dans le lien établi entre adolescents et éducateurs dans la pratique psychomotrice éducative». Cette recherche a été réalisée en utilisant la méthodologie observationnelle. Elle est recueillie dans une expérience théorique et pratique basée sur les présupposés des études de la résilience et du lien avec la pratique psychomotrice éducative au travers du vécu dans un groupe réduit d'adolescents en risque personnel et social. Le processus de recherche est structuré à partir de trois objectifs, mais nous nous centrons dans cet article sur l'analyse de l'un d'entre eux, le troisième, qui est concrétisé dans la *proposition d'orientations pour la promotion de la résilience dans la relation entre adolescents et éducateurs et éducatrices*. Notre intention a été de distinguer le point clé ainsi que les orientations créées par les études de résilience et de psychomotricité et de produire, grâce à cela, un matériel motivateur pour de futures actions visant à favoriser la construction du lien entre adolescents et éducateurs et éducatrices.

*Mots clés:* résilience, psychomotricité éducative, lien adolescents-éducateurs, adolescence en risque personnel et social

## *Resilience and psychomotor activity. Guidelines for promoting resilience through psychomotor education*

*Abstract:* This study is part of a wider project entitled "Promoting resilience through the bond formed between adolescents and teachers in psychomotor education", which was carried out using the observational method. It is supported by theoretical and practical experience – based on the premises of resilience studies – of the bond formed in psychomotor education through the experience of a small group of adolescents at personal and social risk. The research process was based on three objectives, but in this paper we only analyse the third of these: to propose guidelines for promoting resilience in the relationship between adolescents and teachers. Our aim is to highlight a key point and guidelines drawn from studies of resilience and psychomotricity, and to use this to produce motivating material for future actions to promote the formation of a bond between adolescents and teachers.

*Key words:* resilience, psychomotor education, teacher-student bond, adolescents at personal and social risk