



Título: Riesgo, Perseverancia, y Estrategias para tener Éxito en la Vida

Autor: Por Paul Jacobs, Ph.D

(Traducida por Myriam Tena con permiso de la revista *Volta Voices* de la organización Alexander Graham Bell, 2009.)

Seamos normoyentes o tengamos pérdida auditiva, el pensamiento proactivo y las habilidades sociales son elementos cruciales para nuestra vida diaria. Con pérdida auditiva profunda desde los 5 años, mi supervivencia social, académica y profesional ha dependido siempre de tácticas y cualidades psicosociales proactivas. Pero ¿Qué habilidades usan las personas con pérdida auditiva para maximizar su potencial social y profesional? ¿Son estas habilidades similares o diferentes de las que utilizan las personas normoyentes? A través de las futuras ediciones de la revista *Volta Voices* y mi online blog en www.agbell.org podré dialogar acerca de estas preguntas y proveer de un marco de referencia para ayudar a las personas sordas a maximizar su potencial social y profesional.

Investigación Previa

Primeramente exploré acerca de estas cuestiones en mi autobiografía “Neither-Nor: A Young Australian’s Experience with Deafness” (2007), en el que se documentaban desafíos sociales relacionados con la deficiencia auditiva experimentados por mi mismo y por otros. Mi investigación doctoral fue más allá y estudié como las personas resuelven y se manejan con éxito afrontando estos desafíos sociales.

Hice mi investigación en la Universidad de Melbourne con 49 participantes, incluyendo a 30 adultos sordos y a 19 adultos normoyentes de todo el mundo. Todos ellos han maximizado su potencial profesional en áreas como la enseñanza, periodismo, moda y diseño, medicina, arquitectura, educación, odontología, legislación, administración de empresas y tecnologías de la información.

Para mi trabajo de investigación utilicé un marco de ocho temas psicosociales utilizados previamente en Reiff, Gerber y Ginsberg’s (1995) - estudio de campo de individuos exitosos con alguna discapacidad en el aprendizaje. Sin embargo mi investigación añadía un tema adicional, el noveno – la Maximización del Potencial Psicosocial: el resultado de la ejecución con éxito de los ocho temas anteriores.

“Psicosocial “ combina dos significados en una misma palabra. “*Psico*” viene del griego “*alma*” y explica también los procesos del pensamiento. La palabra “social” define la relación con numerosas personas y entornos. Por lo tanto la “Maximización del Potencial Psicosocial” es la potenciación al máximo de nuestra capacidad social y de las posibilidades de tener éxito en nuestras carreras profesionales.

Los hallazgos fueron muy notables. La información reunida era rica y detallada, y las habilidades eran simples, prácticas y numerosas. Pero sobre todo hubo dos hallazgos principales. Primero, los participantes sordos utilizan similares o idénticos atributos cognitivos proactivos e idénticas tácticas sociales que los participantes normoyentes. Segundo los participantes sordos usan habilidades añadidas para dominar desafíos sociales relacionados con la sordera. Todas estas habilidades requieren competencia, riesgo y perseverancia. Por lo tanto la “Maximización del Potencial Psicosocial” no tiene sentido sin riesgo ni perseverancia. Asumir riesgos estratégicos nos permite aprender acerca de nuestras propias capacidades y comprender el mundo que nos rodea. Además con perseverancia controlamos gradualmente nuestras habilidades psicosociales.

Aplicación a la vida real

Vivir con pérdida auditiva ha requerido que yo mismo desarrolle habilidades específicas en la vida. Pero hasta hoy no existía un marco de habilidades prácticas para triunfar en la vida. Es ahora cuando entendemos como las personas sordas puedan maximizar su potencial social y las posibilidades de tener éxito en sus carreras profesionales.

Este conocimiento recientemente encontrado estará explicado en mi próxima columna de *Volta Voices*. Está diseñado para familias, profesionales, educadores, y personas con pérdida auditiva. Demostraré en escenarios de la vida real y ejemplos prácticos de estos temas para ayudar a las personas sordas a maximizar sus potenciales capacidades. El propósito de este artículo, sin embargo, es destacar el marco que iremos explorando en esta columna a lo largo de los próximos meses.

Control – Control es capacitación, dominio de las habilidades sociales a lo largo del tiempo en determinadas circunstancias. Le mostraré como identificar los momentos de control y no control. Se resumirán también las estrategias.

Deseo- Deseo es poner en marcha la motivación. Aquí pondré de relieve como reconocer de forma sensata y práctica algunos atributos del Deseo de hacer algo.

Orientación hacia el objetivo – Orientación hacia el objetivo es la persecución del propósito de objetivos a corto y largo plazo. La preparación previa es primordial. Demostraré como la Orientación a Objetivos puede operar en una situación diaria. También se abordará la planificación de la carrera profesional a largo plazo.

Reformular- Reformular significa cambiar el esquema de referencia para desafiar al proceso de pensamientos negativos. Les enseñaré como reconocer creencias negativas y reformularlas de forma positiva. Reformular el esquema de pensamiento crea comportamientos positivos.

Persistencia – Persistencia es relacionar la tenacidad con la adversidad. Explicaré como se activa la persistencia. El resultado del comportamiento supone contar con estrategias de autoafirmación y respaldo en estrategias conversacionales.

Encaje Adecuado- Encaje Adecuado supone la elección de entornos sociales que encajan con los fortalezas personales y evitan o minimizan situaciones en que el éxito es poco probable. Mostraré estrategias sociales diseñadas para maximizar el potencial social y profesional.

Creatividad Aprendida – Creatividad Aprendida consiste en el uso creativo de las habilidades aprendidas. Demostraré una serie de tácticas relacionadas con el subtitulado TV/DVD y las comunicaciones en texto (correos electrónicos, mensajes de texto) para mejorar las habilidades conversacionales incluido el humor.

Las Ecologías Sociales- Las Ecologías Sociales están relacionadas con el uso de los contactos y las redes sociales. Detallaré como individuos con pérdida auditiva pueden emplear la ayuda de sus colegas normoyentes sin ser dependientes.

Maximización del potencial – La habilidad individual de accionar estos ocho temas eleva al máximo su potencial. La columna final proveerá de un escenario de la vida real mostrando estos ocho temas a tratar: *en acción*.

Como mi investigación ha demostrado, el grado de pérdida o no pérdida auditiva no tiene nada que ver con las estrategias cognitivas o resultados de comportamiento (Jacobs, 2009). Algunas personas sordas pueden tener éxito en áreas que mucha gente normoyente no puede. Ya sean normoyentes o no, la “Maximización del Potencial Psicosocial” depende de como el individuo utiliza estrategias cognitivas y tácticas sociales para crear resultados positivos tanto sociales como profesionales. El rechazo a correr riesgos y falta de perseverancia limita de forma severa los potenciales psicosociales.

Personas con deficiencia auditiva que tienen éxito utilizan también habilidades específicas para controlar las dificultades relacionadas con la falta de audición. Mi trabajo ha consistido en descubrir y comprender como funcionan esas habilidades y mi experiencia ofrece una fuente de investigación y experiencia personal.

Cada uno de mis artículos futuros terminarán con un ejercicio práctico, una pregunta y una frase. Están diseñados para ampliar su conocimiento de los atributos cognitivos pro-activos y tácticas sociales relacionadas con la pérdida auditiva. Conserve los artículos y vuelva sobre ellos si es preciso. Los temas están relacionados entre sí y las actividades se pueden poner en práctica.

A continuación adjunto una pregunta, un ejercicio práctico y una frase relacionada con el artículo del próximo mes: El **Control**

Pregunta

¿Ha tenido recientemente algún episodio desagradable relacionado con la pérdida auditiva de su hijo/a?

Ejercicio Práctico

Lea algún relato autobiográfico de una persona con pérdida auditiva y ponga atención en los asuntos de tipo social o relacionados con la carrera profesional.

Algunas sugerencias de libros (en inglés y en orden alfabético):

“Wired for Sound: A Journey Into Hearing” by Beverly Biderman, “Voices of the Oral Deaf: Fourteen Role Models Speak Out” by Jim Reisler, “Hear Again – Back To Life With A Cochlear Implant” by Arlene Romoff, “The Unheard: A Memoir of Deafness and Africa” by Josh Swiller, and “Deafness: An Autobiography” by David Wright.

Una Frase

“Parece paradójico pero la persona con pérdida auditiva – hasta ahora apartada con casi total seguridad - frecuentemente está en una posición psicológicamente fuerte.....aunque esto solo es cierto en aquellos que han conseguido dominar y no simplemente aceptar la discapacidad. Toda discapacidad ofrece la misma alternativa: O te domina o tú la dominas.....cuando se domina una discapacidad, ésta cesa, realmente deja de ser una deficiencia y cobra valor, se convierte en un arma.”

David Wright, *Deafness: An Autobiography*. (1994). New York, NY: Harper Perennial Publishing.

Referencias

Jacobs, P.G. (2009). The psychosocial attributes and tactics of vocationally and socially successful who are deaf: A Pragmatist study. Doctorate dissertation. University of Melbourne, Melbourne, Australia.

Jacobs, P. G. (2007). *Neither-Nor: A young Australian's experience of deafness*. Washington DC: Gallaudet University Press.

Reiff, H.B., Ginsberg, R., & Gerber, P.J. (1995). New perspectives on teaching from successful adults with learning disabilities. *Remedial and Special Education*, 16(1), 29-37.

Nota del Editor de Volta Voices: La columna del Doctor Jacobs se complementa con un blog online disponible en www.agbell.org . (en inglés). La próxima edición de su columna “Control” se publicará en Octubre 2009 exclusivamente en AG Bell Web y traducida al español en la web www.t-oigo.com. AGBell le anima a dialogar esta y futuras columnas con el Dr. Jacobs a través de la comunidad online AGBell.

Nota de Directora de t-oigo.com: Si quieres enviar una pregunta a Doctor Jacobs en español, envíala a t-oigo.com y se lo enviaremos en inglés.