

| Escuela **evangelizadora** para el siglo **xxi**



CNEP
CONFEDERACIÓN NACIONAL
DE ESCUELAS PARTICULARES



Resiliencia y cambio

Erika Urueta Quiroz, Psicóloga

Jessica Urueta Quiroz, Estudios Sociales



¿Qué es la resiliencia?

¿Qué es la resiliencia?

- Origen latín “resilio” que significa resaltar, rebotar o volver de un salto.
- En física: cualidad de los materiales a resistir la presión flexibilidad y recobrar su forma original. Capacidad de resistencia al choque.

- Boris Cyrulnik (1937)

Podríamos decir en una frase
que la resiliencia hace que
"NINGUNA HERIDA SEA UN DESTINO"



Bolwvy (1992) adopta el término desde la Física como:

“Resorte moral, cualidad de una persona que no se desanima, que no se deja abatir”

Aplicable a individuos, comunidades y sociedades. Ejemplo: Desastres naturales

Educación



Es un proceso dinámico que tiene la capacidad de volver hacia adelante, resistir y reconstruirse.

En un ámbito escolar, la resiliencia se reforma y se aprende.

Tendencias alrededor del concepto (Henderson, 2003)



- La resiliencia está ligada al desarrollo y crecimiento humano (género y edad).
- Promover factores de resiliencia requiere diferentes estrategias.
- El nivel socioeconómico y la resiliencia no están relacionados.
- La resiliencia es diferente a los factores de riesgo y los factores de protección.

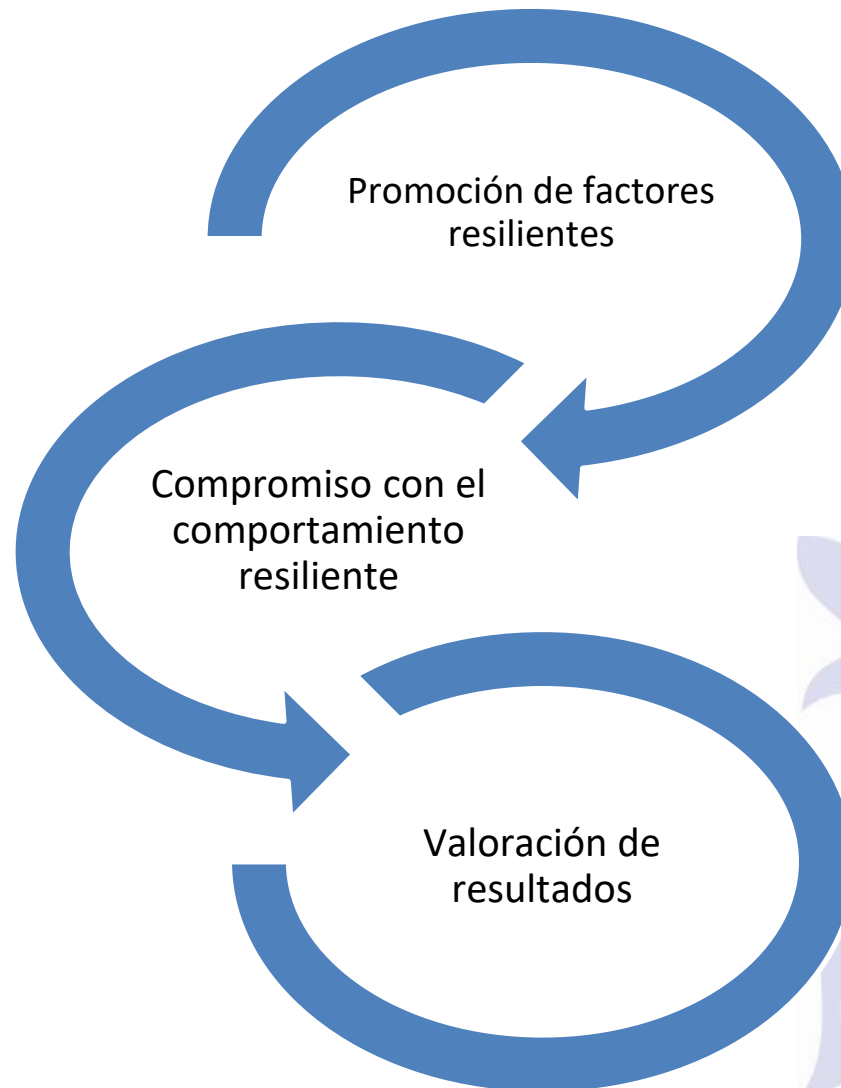
Tendencias (cont.)



- La resiliencia puede ser medida, además es parte de la salud mental y la calidad de vida.
- Es un proceso: hay factores, comportamientos y resultados resilientes.
- Prevención y promoción son conceptos relacionados con la resiliencia.



Proceso de Resiliencia



Factores

- Redes de apoyo
- Aceptación y sentido crítico
- Sentido de la vida
- Espiritualidad
- Amor propio
- Sentido del humor
- Responsabilidad





Comportamientos resilientes (Grotberg, 2002)



- “Yo soy”
- “Yo estoy”
- “Yo tengo”
- “Yo puedo”

Identificar la adversidad

Encontrar la respuesta adecuado (inmediata,
practicada o planificada)



- ¿Qué se aprendió?
- ¿Qué factores necesito fortalecer?
- ¿Qué impacto tuvo para los demás?
- ¿Cómo mejora mi calidad de vida y bienestar?





Resiliencia en la Escuela

“El mejor espacio para trabajar la resiliencia es la escuela”

Boris Cyrulnik, 2003

A decorative graphic in the bottom right corner featuring stylized floral and scrollwork patterns in shades of light blue and yellow.

La casita de Vanistendael



Vanistendael (1994)

1. Enriquecer los vínculos sociales

Da ejemplo de buenas conductas y propicia un clima positivo.

Ejemplo: involucrar a los padres, generar opciones para el desarrollo integral con artes o deportes, actividades comunitarias.

2. Fijar normas y límites claros

Respeto de la libertad, creatividad y desarrollo, dentro de parámetros éticos.

Ejemplo: charlas sobre inteligencia emocional, normas basadas en estímulos positivos, no castigos.



3. Enseña habilidades para la vida

Promueve la relación entre la inteligencia académica y el aprendizaje individual para enfrentar el cambio.

Ejemplo: Promueve trabajo en equipo, autoconocimiento y autonomía, resolución sana de conflictos



4. Brinda afecto y apoyo

Incentiva la solidaridad y cooperación

Ejemplo: conoce a sus estudiantes y sus intereses (como individuos, no número), fomenta contacto con familias con reuniones para padres.

5. Establece y transmite expectativas elevadas


El éxito es alcanzable: para docentes y alumnos

Ejemplo: Alentar crecimiento académico y profesional docente, establece procedimientos de evaluación y retroalimentación constructiva, celebra logros: NO LIMITA OPCIONES DE CRECIMIENTO.

6. Estimula a evasivos

Integra a TODOS sus elementos

Ejemplo: Escucha a los estudiantes y a los profesores, reconoce los valores y aptitudes de cada persona.

A decorative floral pattern in the bottom right corner, featuring stylized leaves and flowers in shades of blue and yellow.

Elementos educativos fundamentales para fomentar la resiliencia



1. Conocer la realidad
2. Avanzar hacia la independencia y autonomía
3. Ampliar las posibilidades para conectar y tener una relación positiva con el entorno
4. Potenciar la capacidad de explorar el entorno
5. Mantener la capacidad de jugar y el sentido del humor
6. Educar la capacidad del sentido crítico

Competencia Social

- Responden al contacto con los demás.
- Son empáticos/as.
- Son afectuosos.
- Responden rápidamente a estímulos.
- Se comunican fácilmente.



Resolución de problemas

- Encuentran soluciones
- Destreza

Autonomía


- Actúan independientemente
- Autodisciplina



Sentido de propósito y de futuro

- Metas
- Aspiraciones educacionales
- Fé en un futuro mejor





¿Qué hacer para fortalecer la resiliencia en los niños/as según la etapa de desarrollo?

Niños/niñas (3 a 7 años)

- Ofrecer amor incondicional
- Expresión del afecto
- Enseñarle a expresar sus emociones
- Establecer límites
- Reforzar conductas positivas
- Enseñarle a ser empático/a
- Darle consuelo o aliento



Niños/as (8 a 11 años)



- Explicar normas y expectativas
- Elogiar logros
- Expresar afecto de manera física
- Alentar la comunicación
- Educar sin miedo
- Plantear consecuencias
- Promover la confianza
- Enseñarle a pedir ayuda



Niños/as (12 a 16 años)



- Reforzar conceptos de la sexualidad
- Reconocer logros y esfuerzos
- Confiar en sí mismos y en los otros



¡Contáctenos!



Erika Urueta

Psicoterapeuta

La Casa Mandarina y CEPCOVI A.C.

erikaurueta@gmail.com

Jessica Urueta

Consultora de Educación Internacional

EduLynks

jessica.urueta@edulynks.com