

EQUIPOS DE TRABAJO RESILIENTES

Fernando Hernández Avilés

Asociación Mexicana de Resiliencia / GeneraCambios.org



Lograr una **cohesión y colaboración** entre los compañeros, a partir de un liderazgo resiliente situacional.

Brindar herramientas enfocadas a personal docente y facilitador de entornos educativos, que permitan al personal, **identificar, manejar y empoderar** sus emociones en situaciones de estrés, generar condiciones de adaptación al cambio, empoderar sus habilidades personales y profesionales, para hacer frente y superar los momentos adversos, así como aprovechar las oportunidades de desarrollo.

Facilitar **experiencias y casos de éxito**, que sirvan de ejemplo y guía para el empoderamiento grupal, ante la resistencia al cambio y la capacidad de aplicar resiliencia ante los momentos críticos.

A Incentivar la participación de los estudiantes a través de que propongan ideas novedosas para la solución de problemas específicos

B Establecer nuevas formas de comunicar nuestro contenido e información de acuerdo a sus perfiles generacionales

C Generar experiencias y promesas de aprendizaje que les permitan visualizar la aplicabilidad de lo aprendido en un futuro

D Reforzar mis buenas prácticas y diferenciadores profesionales que evoquen de mí un liderazgo natural y ventajas competitivas para su desarrollo



“La tarea del líder es llevar a la gente desde donde están,
hasta donde no han estado”

Henry Kissinger



“Si seguimos creyendo en lo que siempre hemos creído, seguiremos pensando como siempre hemos pensado, seguiremos haciendo lo que siempre hemos hecho y seguiremos obteniendo lo que siempre hemos obtenido”

Marilyn Ferguson

PRESENTACIÓN

3 no verdades

2 verdades

Vegetariano

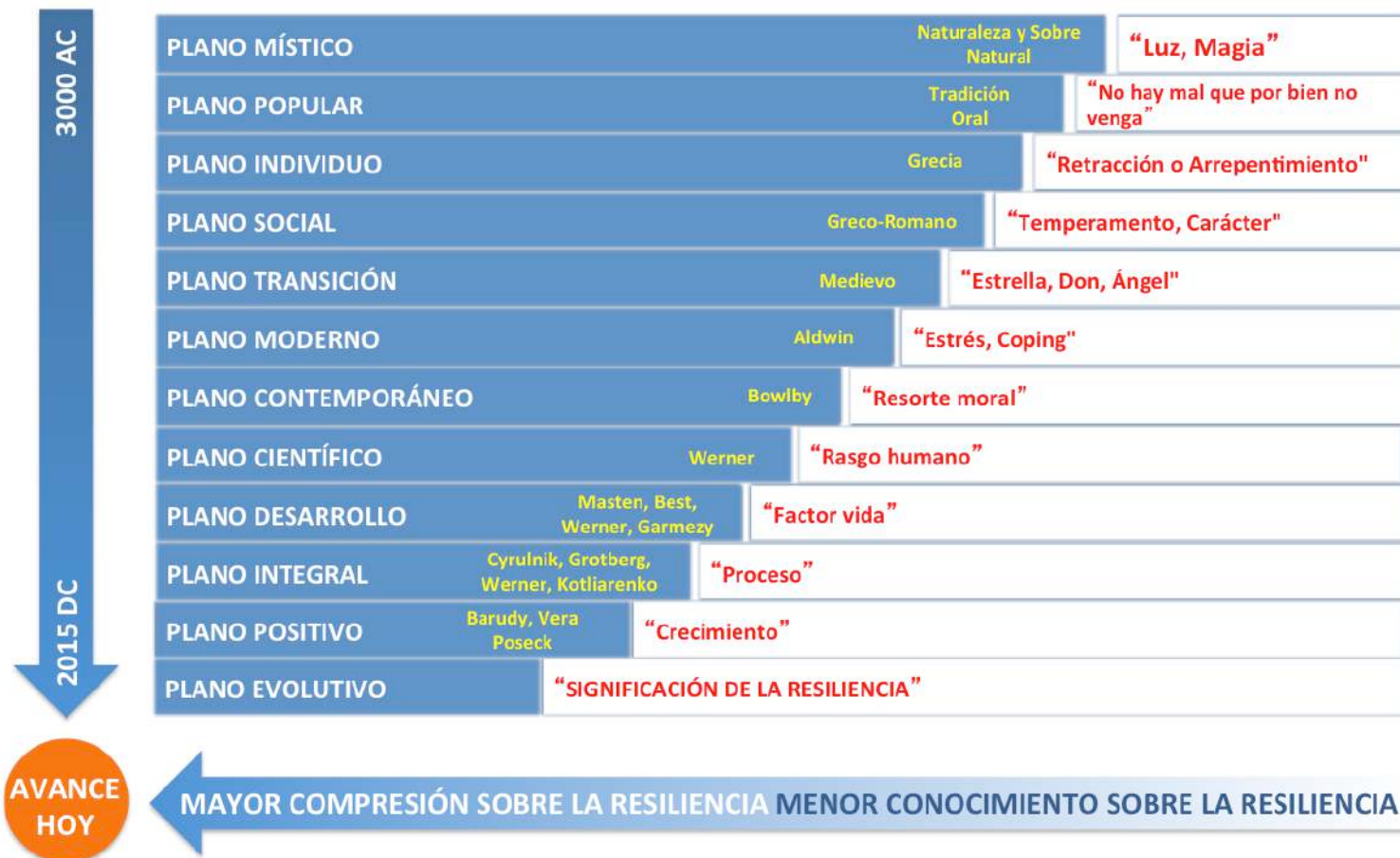
Bailador

Soltero

28 años

Miedo a las alturas

1. Algo Blanco
2. Interesante
3. Exitosa/o
4. Guapa/o
5. Desesperada/o
6. Entusiasmada/o
7. Feliz
8. Algo Azul
9. Con la “camiseta puesta”
10. Nombre con “M”
11. Con experiencia
12. Intrépida/o
13. Linda sonrisa
14. Astuta/o
15. Ojos hermosos
16. Líder
17. Seria/o
18. Puede ser amistad
19. Confío en ella/el
20. Quiero ser como ella/el







1592 – 1612 - 1714

Galileo / Santorio / Fahrenheit



Francis BACON

- Observación
- Inducción
- Hipótesis
- Experimentación
- Antítesis
- Tesis



Sir Francis Bacon
1561-1626



危機

CRISIS

PELIGRO Y OPORTUNIDAD

Japonés



Teoría de los complementos

NADA ES PERMANENTE TODO MUTA, CAMBIA Y EVOLUCIONA,
SE COMPLEMENTA

ΚΡΙΣΗ



危

機

危機

AMENAZA / OPORTUNIDAD / CRISIS



Migración de FUERZA A OTRA FUERZA

Panteón Nahua - Mexica



Prozess der Krise



Aplicación TOTAL y ESTRATÉGICA de recursos
para enfrentar la crisis

VOLVER IMPULSADO DE UN SALTO HACIA ATRÁS

RESILIO

REBOTE DE LO **DESFAVORABLE**

PODER DE CONTRARESTAR

ANTIDOTO EFICAZ

ADVERSITAS

ADVERSIDAD

LATIN MEDIEVAL

EN LA ADVERSIDAD SALE A LA LUZ LA VIRTUD

VIRTUD ES LO CONTRARIO A VICIO

VICIO ES AQUELLO QUE NOS LASTIMA

VIRTUD AQUELLO QUE NOS ENALTECE, HACE MEJORES
NOS AYUDA A SUPERAR

Latín: resilio. Saltar hacia atrás, volver a saltar, rebotar, tomar impulso

Inglés: resiliency. resalto, elasticidad, plasticidad

RESILIENCIA

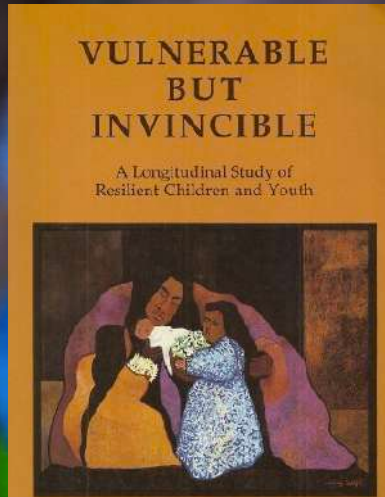
Ingeniería: propiedad de la materia que se opone a la rotura aún bajo altas presiones

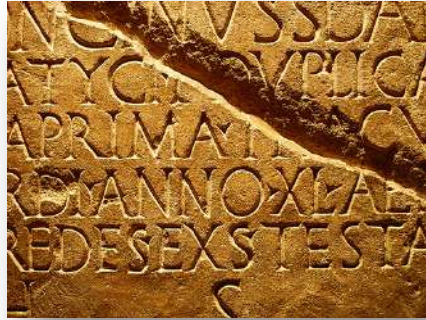
Francés: resilire. salir otra vez, intentarlo de nuevo

1ª ETAPA Cualidades de resiliencia ETAPA BRONCE	Descripciones fenomenológicas de cualidades resilientes de individuos y sistemas de apoyo que predicen el éxito personal y social.	Lista de cualidades, valores o factores de protección que ayudan a las personas a crecer a través de la adversidad (autoestima, autoeficacia, sistemas de apoyo, autodescubrimiento, etcétera).
2ª ETAPA El proceso y la teoría de la resiliencia ETAPA PLATA	Resiliencia como el proceso de poder identificar y trabajar con elementos estresantes, con la adversidad, cambio y oportunidad, de manera que los resultados produzcan una identificación, fortalecimiento y enriquecimiento de los factores de protección y crecimiento	Describe los procesos de disrupción y reintegración en la adquisición de las cualidades de resiliencia descritas en la 1ra etapa. Un modelo que enseña a usuarios y profesionales a elegir entre reintegración resiliente, reintegración cómoda (vuelta a la zona de confort) o re integración con pérdida.
3ª ETAPA Fuerzas motivacionales y resiliencia innata ETAPA ORO	Se basa en la identificación multidisciplinaria del pensamiento postmoderno y cree en las fuerzas motivacionales dentro de los individuos y grupos, así como en la creación de experiencias que adoptan la activación y utilización de esas fuerzas.	Ayuda a los usuarios y a los profesionales a descubrir y aplicar la fuerza que conduce a las personas hacia la auto-actualización y hacia la reintegración resiliente de las dificultades y obstáculos de la vida.

Capacidad Los 80's	Qué distingue a aquellos individuos que se adaptan a pesar de las predicciones de riesgo. • Énfasis en la capacidad humana • Interpretación pos-hoc (posterior) Se “es” resiliente
Proceso Los 90's	Cuál es la dinámica entre factores que permite una adaptación positiva. • Énfasis en la promoción • Búsqueda de factores protectores • Énfasis en el proceso • Énfasis en el contexto social Se “está” resiliente y se “aprende”
Paradigma Los 2000	Cuál es el marco que nos explica que la respuesta resiliente no es la excepción a la norma, sino la habitual • Énfasis en el cambio de mirada • Énfasis en la elaboración de modelos de aplicación Se “construye” resiliencia

“invulnerable child” Emmy Werner





PALABRA Y SIGNIFICADO

FACULTAD Y DERECHO



APA: 10 formas de construir resiliencia

1. Conectarnos y hacer redes
2. Evitar ver las crisis como problemas insuperables
3. Aceptar el cambio como parte de la vida
4. Moverse hacia las metas
5. Tomar acciones decisivas
6. Buscar oportunidades de auto descubrimiento
7. Alimentar una visión positiva de uno mismo
8. Mantener un panorama de ayuda
9. Auto cuidado





“Una guía para el protector justo”
Desiderius Erasmus,
1501

6 cualidades de las personas resilientes

1. Optimismo, fé
2. Integridad
3. Apoyo y participación social
4. Decisivo, tomar la responsabilidad
5. Perseverancia, tenacidad
6. Practicar el auto control

Instituto Internacional de
Ciencias en Resiliencia



“El arte de la guerra”
Sun Tzu, IV A. C.

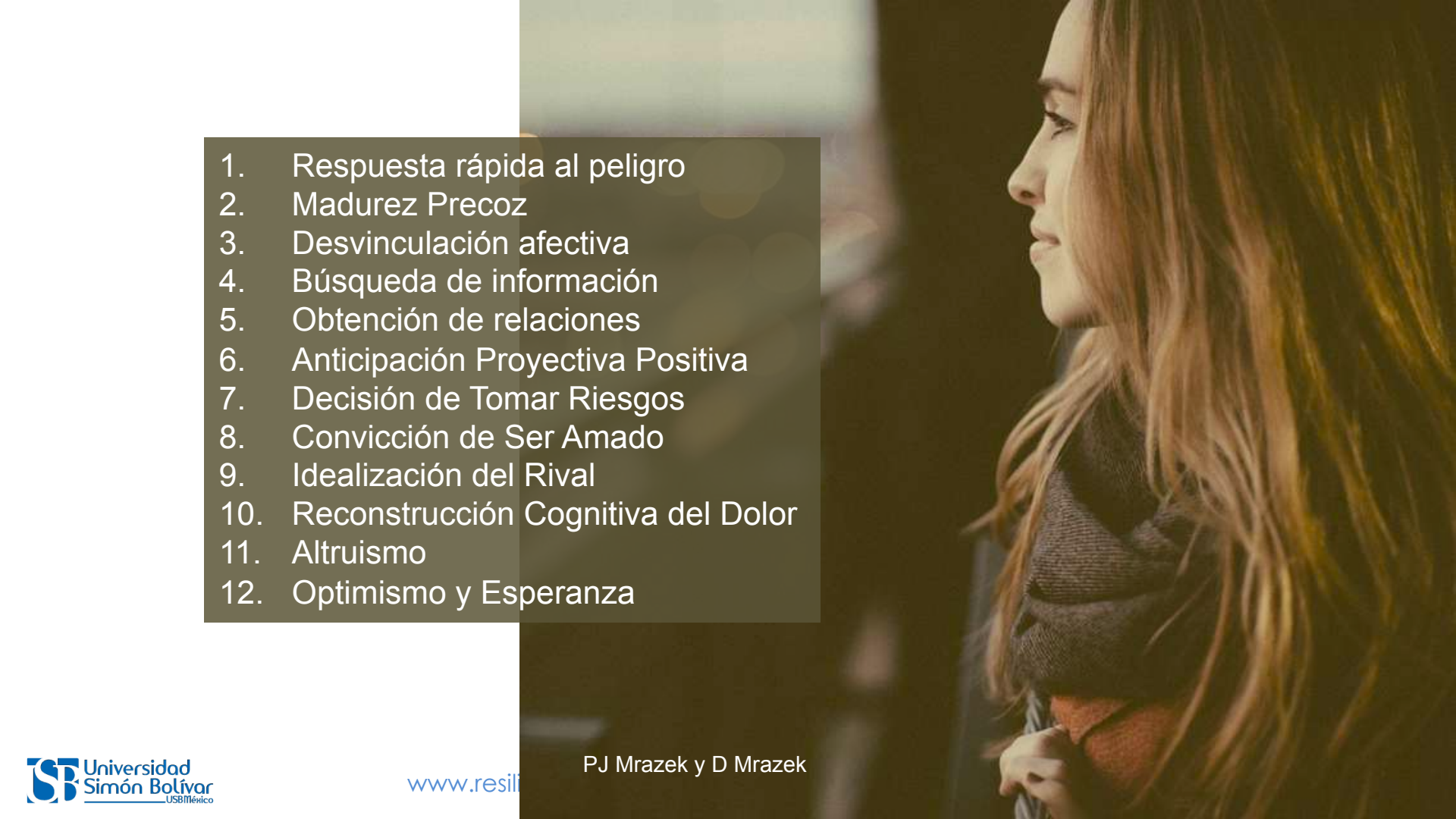
Escala de Resiliencia Wagnild y Young

1. Confianza en sí mismo
2. Ecuanimidad
3. Perseverancia
4. Satisfacción Personal
5. Sentirse bien sólo

Cuatro Escenarios de Vanistendael

1. Existencia de redes sociales informales
2. Sentido a la vida
3. Autoestima Positiva
4. Presencia de Aptitudes y Destrezas



- 
1. Respuesta rápida al peligro
 2. Madurez Precoz
 3. Desvinculación afectiva
 4. Búsqueda de información
 5. Obtención de relaciones
 6. Anticipación Proyectiva Positiva
 7. Decisión de Tomar Riesgos
 8. Convicción de Ser Amado
 9. Idealización del Rival
 10. Reconstrucción Cognitiva del Dolor
 11. Altruismo
 12. Optimismo y Esperanza



Boris Cyrulnik, Stanislaw Tomkiewicz,
Tim Guénard, Stefan Vanistendael,
Michel Manciaux y otros

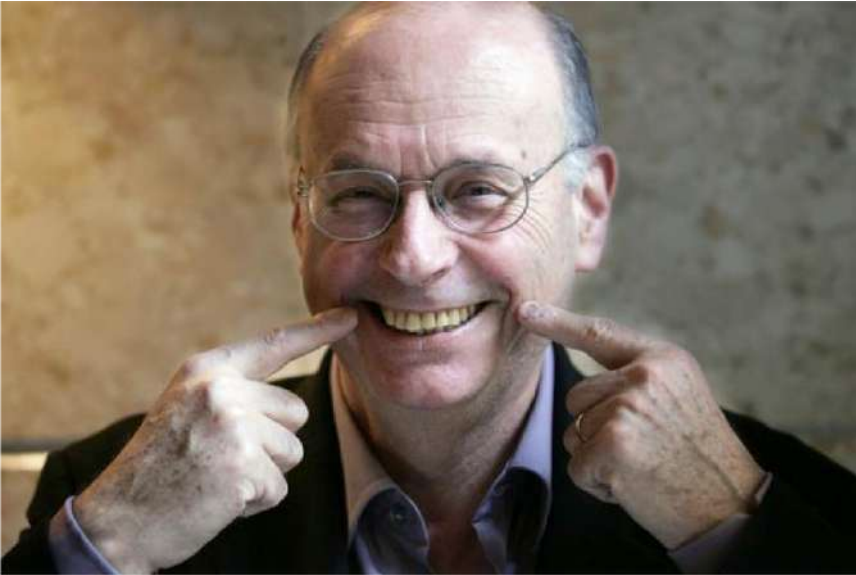
El realismo de la **esperanza**

Testimonios de experiencias profesionales
en torno a la resiliencia



La capacidad resiliente como fenómeno no consiste en una persona que posee previamente esa capacidad para atravesar las adversidades de la vida...

...son estas mismas circunstancias adversas las que producen en él condiciones subjetivas creadoras, que enriquecen sus posibilidades prácticas de actuar sobre la realidad en la cual vive , y transformarla o transformarse.



Boris Cyrulnik

La resiliencia se define como:

“la capacidad de los seres humanos sometidos a los efectos de una adversidad, de superarla e incluso salir fortalecidos de la situación, en donde el elemento principal es la crisis como adversidad y oportunidad”.

Algunos fundamentos psicológicos del concepto de resiliencia de Cyrulnik, se justifica el desarrollo de los pilares de la resiliencia (Edith Grotberg) desde una perspectiva psicológica, **puntualizando la necesidad del "otro" humano para que todos y cada uno de los pilares se construyeran en la trayectoria histórica del sujeto.**

Esto facilita la comprensión de lo qué significa la promoción de esos pilares centrados en la experiencia, es necesario facilitar condiciones para vivir esas experiencias.



El modelo lo presenta ya desarrollado en 1995 en A guide to promote resilience in children: strengthening the human spirit. La Haya, Holanda:

The International Resilience Project., Bernard Van Leer Foundation

TENGO

- Personas alrededor en quienes confío y quienes me quieren incondicionalmente.
- Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas.
- Personas que me muestran por medio de su conducta la manera correcta de proceder.
- Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo.
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro o cuando necesito aprender.

SOY

- Una persona por la que los otros sienten aprecio y cariño.
- Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto.
- Respetuoso de mí mismo y del prójimo.
- Capaz de aprender lo que mis maestros me enseñan.
- Agradable y comunicativo con mis familiares y vecinos.

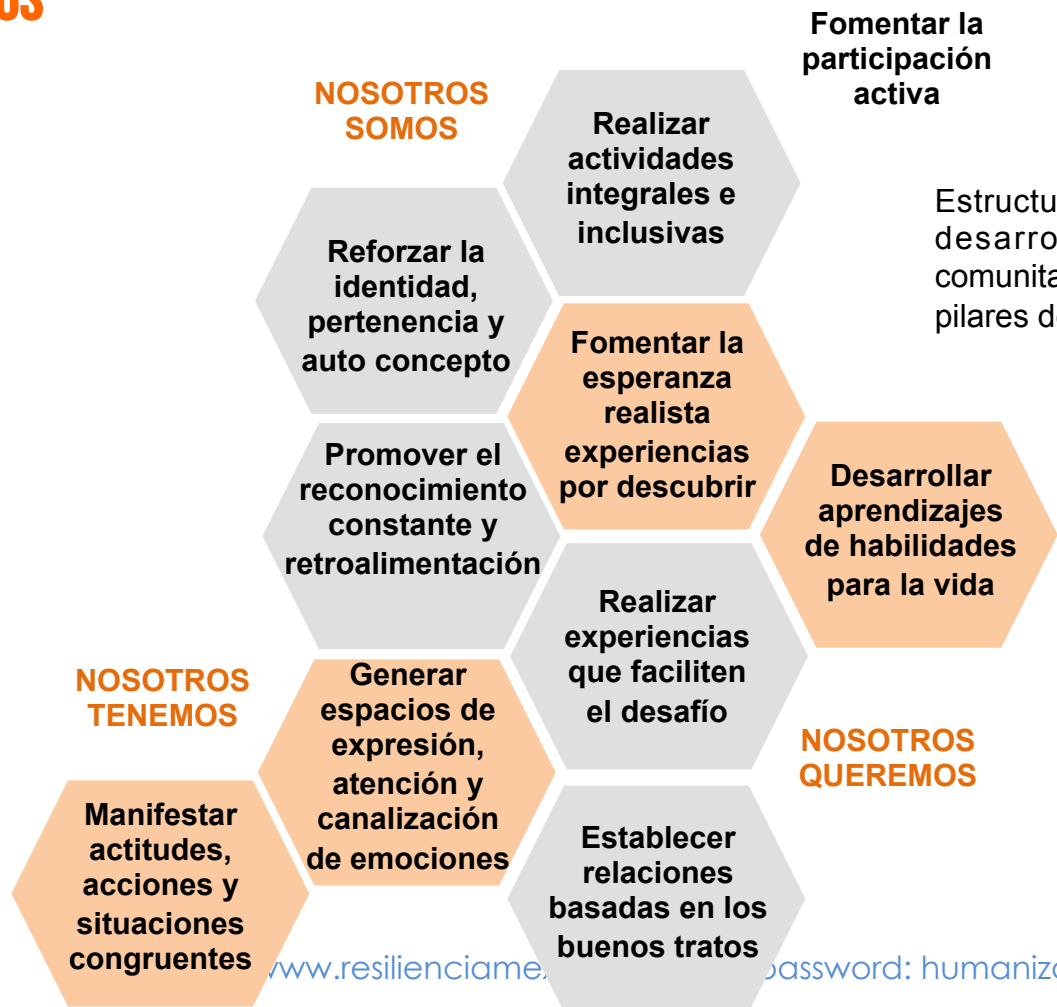
ESTOY

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

PUEDO

- Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan.
- Buscar la manera de resolver mis problemas.
- Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien.
- Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o para actuar.
- Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.
- Equivocarme y hacer travesuras sin perder el afecto de mis padres.
- Sentir afecto y expresarlo.

www.resilienciamexico.org/usb (password: humanizar)



Estructura de auto sostenibles para el desarrollo de la participación activa comunitaria, basada originalmente en los pilares del yo, trabajo de Grotberg.



Tal-Ben Sahar

- Clase de psicología positiva de la universidad de Harvard
- Clase de ciencias de la felicidad en universidad de Berkeley
- Ciencias de la felicidad
- Evoluciona junto con Martin Seligman el desarrollo de la inteligencia emocional

Sobre la resiliencia, la experiencia y la educación

Idealmente, los políticos y los educadores deberían reunirse y replantearse la educación moderna, incorporando la primera lista:

- Relaciones
- Significado
- Felicidad
- Resiliencia

Sin embargo, incluso en una clase tradicional un profesor puede cambiar muchas cosas.

Antes de nada, si mi profesor o profesora realiza algo significativo para él o para ella, es más probable que yo también busque algo que sea significativo.

Si mi profesor se permite a sí mismo ser humano, y habla de sus fallos, sus decepciones, eso es enseñar dando ejemplo, será más probable que yo me permita ser humano.

Esta es la primera regla de la buena enseñanza, del buen liderazgo y de la facilitación.

Sobre la resiliencia, la experiencia y la educación

1. En primer lugar, todo está basado en investigaciones. Aprenden con las investigaciones más actuales y las mejores en el área de la psicología en general. Esa es una cosa.
2. En segundo lugar, yo enseño dando ejemplo. Es decir, todo lo que yo enseño lo probaba yo mismo. Si hablaba sobre gratitud, les mostraba mi diario de la gratitud. Si hablaba de ejercicio físico, ellos sabían que iba al gimnasio porque a menudo me veían allí. Si les hablaba sobre escribir diarios, les decía que yo escribía un diario y a veces compartía con ellos cosas de mi diario. Todo se basa en el ejemplo.
3. En tercer lugar, a través de las historias. Yo creo mucho en las historias. La investigación científica es necesaria, pero luego hay que buscar una historia que contar.

Sobre la resiliencia, la experiencia y la educación

Del hermoso enemigo a la hermosa adversidad

“hermoso enemigo” viene de un texto de Ralph Waldo Emerson, que fue un filósofo estadounidense del siglo XIX.

Lo que escribió en su ensayo sobre la amistad es que en un amigo él no busca un montón de concesiones, una persona que le dé la razón en todo lo que diga.

Lo que busca es una persona que le desafíe, que le presione, que sea un hermoso enemigo que le ayude a alcanzar la verdad. ¿Qué buscas en un amigo? ¿Buscas a alguien que te diga sí a todo? A veces necesitamos una palmadita, alguien que nos diga que somos geniales a pesar de todo.

Pero a largo plazo, queremos a alguien real. Que nos diga cuando no está de acuerdo, que nos desafíe, que nos ayude a alcanzar la verdad, a ser mejores personas, a tener más éxito, a ser más felices. Ese es el amigo de verdad, no una persona que nos da la razón a todo lo que decimos.

En la última década se ha desarrollado considerablemente la citada noción de resiliencia definida clásicamente como **“la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad”**.

La idea de ‘transformación’ hace que esta condición no constituya solamente la mejoría de los recursos de afrontamiento de las situaciones adversas. En realidad, este constructo se convierte en una evolución de la vulnerabilidad. Grotberg, Melillo, Soriano, Mendez y Pinto, 2004



CASTIA DE LA RESILIENCIA

EQUIPOS DE TRABAJO RESILIENTES

Stefan Vanistendael



DESVÁN: Otras
EXPERIENCIAS por
DESCUBRIR

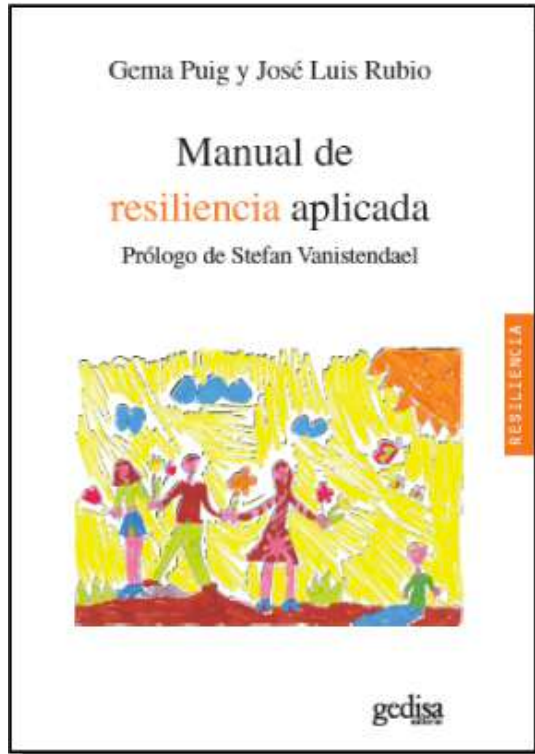
1ER PISO:
Capacidad de DESCRUBRIR
un SENTIDO, una
COHERENCIA en la VIDA.
AUTOESTIMA
APTITUDES
COMPETENCIA
HUMOR

PLANTA BAJA: Redes de
contacto: la FAMILIA
primero, luego los AMIGOS,
VECINOS, COMPAÑEROS

CIMENTOS: ACEPTACIÓN
fundamental de la persona
(no del comportamiento)

SUELO: Salud,
Alimentación, Sueño, etc.





Aplicar los recursos con los que cuento en escenarios que no necesariamente son esperados, es justamente el primer paso para expandir la posibilidad realista de reinventarme y evolucionar ante lo adverso.

Vivir e identificar interna y externamente como están constituidos esos recursos, habilidades y pilares en nuestra relación con los otros, ayuda a establecer estructuras sostenibles a lo largo del tiempo, como lo es la casita de la resiliencia.



En 2007 en Mar del Plata, Argentina, Roberto SIVAK y equipo ganan el Premio APSA.

El premio se otorga gracias a la investigación, resultados y postulados de “Desarrollo Resiliente y Redes Vinculares”

(1) La resiliencia, pensamos que se trata de un término que intenta recubrir algo existente desde siempre, que alude a la posibilidad de un “**proceso dinámico, evolutivo... que varía según las circunstancias, la naturaleza de la situación, el contexto y la etapa de la vida y que puede expresarse de modos muy diversos según la cultura, pero que incluyen un componente repetitivo de vinculación con el otro**” (Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, 2004).

(2) Muchas de las personas que viven una experiencia desafiante experimentan al principio manifestaciones disfuncionales que no deben ser considerados como aversivas, sino como **reacciones normales ante situaciones fuera de su normalidad**.

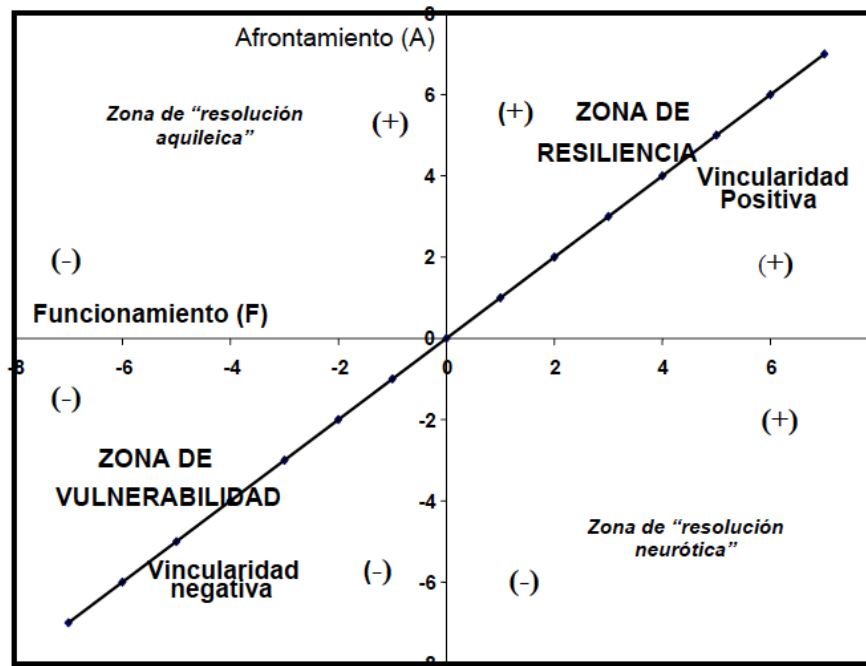
(3) **El ser humano se reconoce como tal a partir de la relación con los otros, ya que es un ser social en encuentro permanente.**

En este encuentro con otros el individuo se construye y reconstruye, crea subjetividad, se crea como sujeto.

Esta instancia es tan importante y relevante que sería imposible de desestimar, ya que el sujeto es en función de la existencia de otro y la relación que se produce entre ellos.

La vincularidad incluye tres elementos: 2 polos y un conector (la experiencia que están viviendo).

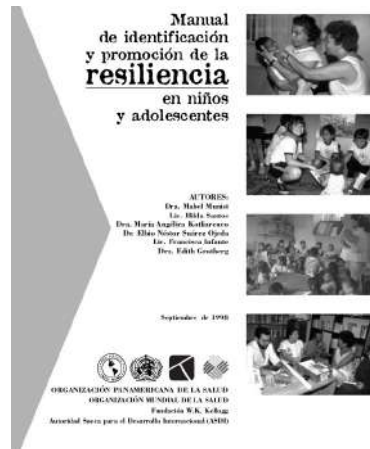
Sobre adaptación
(exceso de auto
validación)



Normalidad
(mis condiciones)

Sobre la facilitación de la resiliencia Dra. María Angélica Kotliarenko...

1. Promover la resiliencia es reconocer la fortaleza más allá de la vulnerabilidad, pero sobre todo más allá de la persona.
2. Apunta a mejorar la calidad de vida de las personas a partir de sus propios significados, según ellos perciben y se enfrentan al mundo, y cómo lo comparten con los otros.
3. Nuestra primera tarea es reconocer aquellos espacios, cualidades y fortalezas que han permitido a las personas enfrentar positivamente experiencias estresantes asociadas a la pobreza.
4. Estimular una actitud resiliente implica potenciar esos atributos incluyendo a todos los miembros de la comunidad en el desarrollo, la aplicación y la participación activa, centrada en la acción.
5. La resiliencia es un llamado a centrarse en cada individuo como alguien único, es enfatizar las potencialidades y los recursos personales que permiten enfrentar situaciones adversas y salir fortalecido, a pesar de estar expuesto a factores de riesgo, y se convierte en un estado de arte en el momento en que sirve a otra persona.



La Dra. Henderson junto con Milstein, establecen dos factores clave en la construcción de resiliencia:

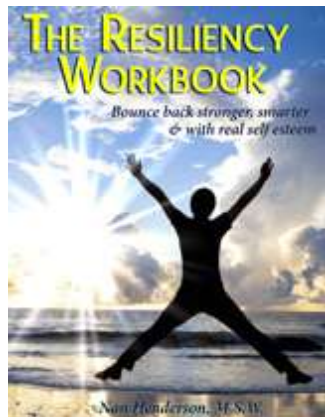
1. la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión (negativo) y
2. la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a circunstancias difíciles (positivo).

Ambos se engranan en lo que se llama rueda de la resiliencia.

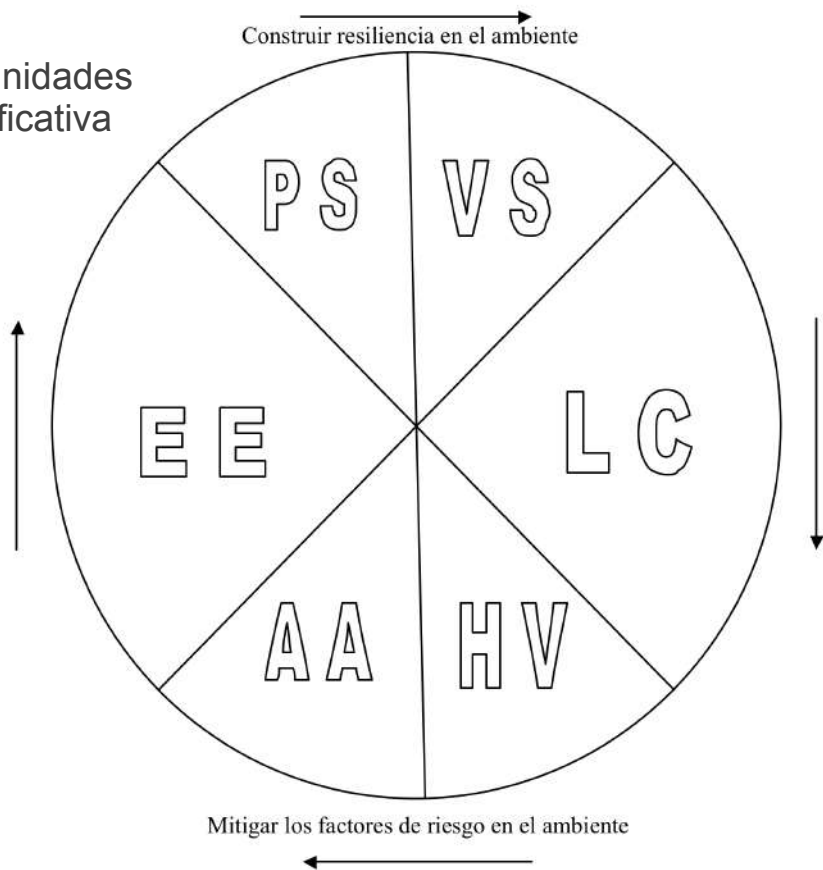


En la rueda se define al **niño y joven resiliente como aquel que trabaja bien, juega bien y tiene buenas expectativas**. Sus atributos más importantes serían:

1. **Competencia social:** en la medida en que estos niños responden más al contacto con otros seres humanos y generan más respuestas positivas en las otras personas; están listos para responder a cualquier estímulo, se comunican con facilidad, demuestran empatía y afecto, y tienen comportamientos prosociales.
2. **Resolución de problemas:** en cuanto habilidad para pensar en abstracto reflexiva y flexiblemente, y la posibilidad de intentar soluciones nuevas para problemas tanto cognitivos como sociales. Los estudios hechos con personas resilientes encuentran repetidamente la presencia de capacidades para la resolución de problemas en la infancia.
3. **Autonomía:** la habilidad para poder actuar independientemente y controlar algunos factores del entorno (familias, alcoholismo, vandalismo, drogas etc).
4. **Sentido de propósito y de futuro:** expectativas saludables, dirección hacia objetivos, orientación hacia la consecución de los mismos (éxito en lo que emprenda), motivación para los logros, fe en un futuro mejor, y sentido de la anticipación y de la coherencia. Este último factor parece ser uno de los más poderosos predictores de resultados positivos en cuanto a resiliencia.



(1) **PS:** Brindar oportunidades de Participación Significativa



Construir resiliencia en el ambiente

PS: Brindar oportunidades de Participación Significativa

VS: Enriquecer los Vínculos Pro Sociales

EE: Establecer y transmitir Expectativas Elevadas

LC: Fijar Límites Claros y Firmes

AA: Brindar Afecto y Apoyo

HV: Enseñar Habilidades para la Vida

1. No considerar a la disciplina como separada o aparte del resto del proceso de enseñanza.
2. **Demostrar auténtico interés en todos los alumnos y acentuar lo positivo.**
3. Tener reglas bien definidas (anunciadas) respecto de lo que se espera de los niños.
4. **Guardar coherencia en todos los aspectos (presentación de materiales, cumplimiento de las reglas, etc.) para que los niños sepan qué se espera de ellos.**
5. Hacer hincapié en el respeto por los demás: docentes, alumnos, adultos, bienes, etc.
6. **Comunicar a otros las cosas que los niños están haciendo bien (a los padres, directivos, otros docentes y otros niños, les gusta enterarse y participar de los éxitos de nuestros alumnos).**
7. Aplicar el programa de disciplina (preventiva) cooperativa para toda la escuela:
8. **Se emplea la mediación de conflictos.**
9. La escuela participa en programas de Asistencia al Alumno.
10. **Los alumnos que no reciban advertencias por infracciones en un período de 9 semanas obtendrán un premio.**
11. Se entregan vales a los alumnos que se portan bien, los cuales pueden canjearse por una entrada al cine o un libro.

El modelo Kit Carson de no negociables implementado a principios del 2000, trasciende la aplicación de la resiliencia basada en el modelo de Henderson, modelo que apuntalan gracias a los siguientes puntos:

Tengo 61 años. Nací en Chile y vivo en Vilanova i la Geltrú. Estoy casado por segunda vez, tengo tres hijos de mi primer matrimonio y una niña adoptada que tiene 5 años: lo más placentero de mi vida es educarla y estar con ella. Soy de izquierdas y agnóstico

“Al niño se le hace creer que sus deseos son sus derechos”



El desafío

Fue uno de los 80.000 torturados por Pinochet. Cuando se exilió a Bélgica fundó la ONG EXIL, para la atención médico-psicosocial de las víctimas de violaciones de derechos humanos, y el Instituto de Formación e Investigación sobre la Violencia (IFIV), pero la mayor parte de su bibliografía está dedicada a la infancia. Su último título

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



DIF
Nacional

"Una propuesta es sólida, clara y coherente cuando aborda. Cuando aborda el ser pero los puntos de la realidad no se ignoran"

"El DIF Nacional es el pilar de los derechos de la infancia, la infancia es la responsabilidad que tenemos todos con los que tenemos en la infancia de la infancia"

<http://www.dif.gob.mx/comunicacion/comunicacion-familiares.html>

Editorial: PUEBLO PARA LA DEMOCRACIA (PUEBLO DE LA FAMILIA)
2013

DESARROLLO DE HABILIDADES DE BUEN TRATO EN LA FAMILIA

Manual del Facilitador del Taller Interactivo





Jorge Barudy

*Los buenos tratos
predicen una buena salud
emocional*



APEGO Y AMOR

Comprende el ejercicio del amor, basado en la aceptación, sentido de pertenencia al entorno, capacidad para relacionarse positivamente.



IDENTIDAD

Construcción del concepto de sí mismo.



RECONOCIMIENTO

Derecho que tienen los seres humanos de ser reconocidos como personas que se les otorgue el derecho a ser escuchadas, vistas en los aspectos positivos para garantizar un proyecto de vida propio en consonancia con el entorno social.



COMUNICACIÓN EFECTIVA

Formas que desarrollan las personas para decir lo que quieren, sienten, desean, esperan y viven. Abarca el sentido que las personas le dan a la información que reciben y que quieren expresar a otros de manera clara y constructiva, lo que permite tomar conciencia y conocer su realidad familiar y social por muy dura que ésta sea y buscar modos alternativos.



CONVIVENCIA PACÍFICA

Capacidad para relacionarse con el otro, donde quienes interactúan puedan verse y reconocerse. Implica respeto y posibilidades de construcción social basada en el ejercicio de derechos y responsabilidades sociales especialmente de los niños, niñas y adolescentes así como el respeto por la naturaleza.



RELACIONES INTERPERSONALES

Habilidad para analizar y comprender las relaciones al mejorar la capacidad de resolver conflictos y la negociación en los desacuerdos.



NEGOCIACIÓN

Capacidad de resolver los desacuerdos y llegar a acuerdos a partir de un interés compartido, encontrar la solución pacífica a los problemas a través de diferentes formas de expresión, participación, opinión, discusión y concentración; además que implica un nivel de responsabilidad individual.



ACTITUD PROSOCIAL

Mayor cooperación, ayuda y actitud más democrática en el buen trato con los demás.



TOLERANCIA

Capacidad para reconocer y entender las diferencias individuales, aceptarlas y construir comunidades partiendo de las diferencias.



SENTIDO ÉTICO

Construir un sistema de valores, con conocimiento y razonamiento.



SENTIDO DEL HUMOR

Capacidad de aceptar los propios errores, confiar en el futuro, ser creativo, imaginar, tomar distancia de los hechos que abruma y ser capaz de reírse de sí mismo gana libertad y fuerza interior.



SENTIDO DE VIDA

Forma de comprender la realidad con mayor profundidad, es dar mayor importancia a la formación filosófica.

*Castañeda

***Interpreta
ción***

***Integra
ción***

***Institucion
alización***

PERSONA

ORGANIZACIÓN

Frente a la adversidad reaccionan con conductas y acciones de

Características de la resiliencia ciencias naturales

Características para una organización resilientes

1. Vulnerabilidad frente a la situación.

1. La **cantidad** de cambio o transformaciones **que** un sistema complejo **puede soportar** manteniendo las mismas propiedades funcionales y estructurales.

1. Capacidad de crear y disolver estructuras.

2. Permanecen indiferentes o con ausencia de reacción frente a la situación.

2. El grado en el que el sistema es **capaz de auto-organizarse**.

2. Proporcionar seguridad (no necesariamente estabilidad) en medio del cambio.

3. Resisten las adversidades, logrando alcanzar una adecuada calidad de vida.

Resilientes. *Saavedra

3. La habilidad del sistema complejo para desarrollar e incrementar la **capacidad de aprender, innovar y adaptarse**. *Calvete

3. Gestionar las consecuencias emocionales de la transformación continua y el cambio: la ansiedad y el dolor.



SEGURIDAD PSICOLÓGICA CONFIANZA CLARIDAD Y ESTRUCTURA SENTIDO IMPACTO

“¡Quién está en un equipo es menos importante, que **cómo los miembros del equipo interactúan**, la estructura de su trabajo, y ver sus contribuciones!”

+ DESARROLLO + EVOLUCIÓN

EQUIPO (INTERACCIÓN) + **COLABORACIÓN** (IDEAS)

SEGURIDAD + **CONFIANZA** + **CLARIDAD** + **SENTIDO** + **IMPACTO**

re:Work

practices, research, and ideas to [#makeworkbetter](#)

www.resilienciamexico.org/usb (password: humanizar)

+ MOTIVACIÓN + PERTENENCIA

DESAFÍOS + ACCIONES + RESULTADOS

ORGULLO + TRABAJO PROPOSITIVO + PROPÓSITO * COMUNICACIÓN



construir
RESISTENCIA
inmunidad

mejorar
RESILIENCIA
re establecimiento

velocidad de
RECUPERACIÓN
facilitación



JOHNS HOPKINS
UNIVERSITY



**Michael
Bloomberg**



**Woodrow
Wilson**



**Ben
Carson**



**John
Dewey**



**Rachel
Carson**

La resiliencia como capacidad, proceso y sistema de evolución a partir del descubrimiento, conocimiento y generación de nuestros propios recursos y escenarios, deben facilitar condiciones de evolución, no sólo ante situaciones críticas, sino también hacia el descubrimiento, aprovechamiento y creación de oportunidades.

Dr. Ender Carrasquero Carrasqueo
Investigador Prometeo
Presidente de RELICAR



PROMETEO
Investigación Formación Desarrollo

Secretaría de
**Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación**

1. **Adaptabilidad estratégica** - dándole la capacidad de gestionar las distintas circunstancias que se puedan presentar con éxito, incluso si esto significa alejarse de su negocio principal.
2. **Liderazgo ágil** - lo cual les permite asumir riesgos que han sido valorados previamente con confianza y responder rápida y adecuadamente a una oportunidad o a una amenaza.
3. **Gobierno firme** - demostrando gobernabilidad a través de las estructuras de la organización, basado en una cultura de la confianza, la transparencia y la innovación, lo que garantiza que se mantengan fieles a su visión y valores.



¿Cuál es la clave para ser inmune al estrés?

25% Actitud positiva

39% Entrenamiento

28% Estilo de vida saludable

¿Cuál es la clave para recuperarse del estrés excesivo?

24% Actitud positiva

37% Tener un hobby (algo en lo que soy bueno)

32% Redes de apoyo, superiores

¿Cuál es tu mayor fortaleza, clave para tener éxito?

30% Ética laboral

29% Tenacidad

22% Actitud positiva

Si la mayoría de la gente tiene una debilidad que los hace vulnerables al excesivo estrés, ¿cuál es?

41% Falta de tenacidad o preparación

24% Actitud negativa

¿Cuál es la clave para motivar a la gente para ayudarla a ser exitosa?

44% Liderazgo generar valor sostenible

22% Guiar con el ejemplo

18% Entrenamiento y experiencia

www.resilienciamexico.org/usb (password: humanizar)



Promoting
Psychological Resilience
in the U.S. Military

1. Intervención temprana (prevención) / 2. Recuperación



Promoting
Psychological Resilience
in the U.S. Military

TESTIGOS
SIN PODER

SEGUIDORES
PASIVOS

TESTIGOS
DESINTERESADOS

TESTIGOS
AMENAZADOS

VICTIMA

ACOSADOR

TESTIGO

POSIBLES
DEFENSORES

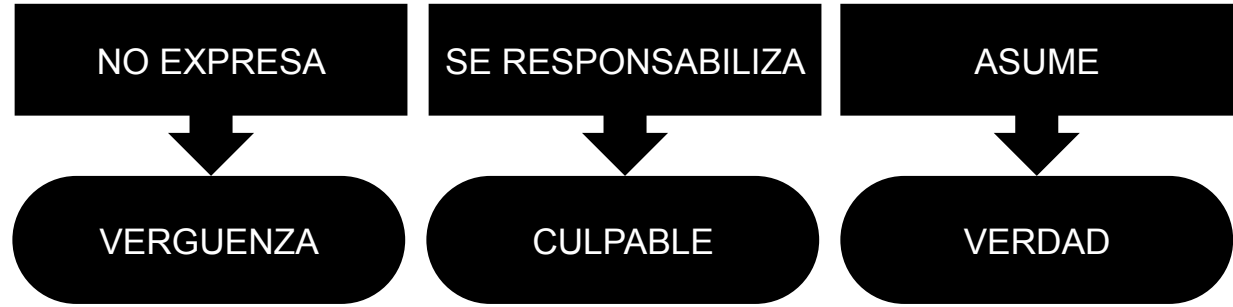
AGRESORES
PASIVOS

NEGLIGENTES

DEFENSORES

SEGUIDORES Y
ADEPTOS

TESTIGOS
SOBORNADOS



Bullying escolar

Conducta de persecución y agresión física, psicológica o moral, que realiza un alumno o grupo de alumnos sobre otro, con desequilibrio de poder y de manera reiterada (es escolar por el lugar y la comunidad en donde se desarrolla)

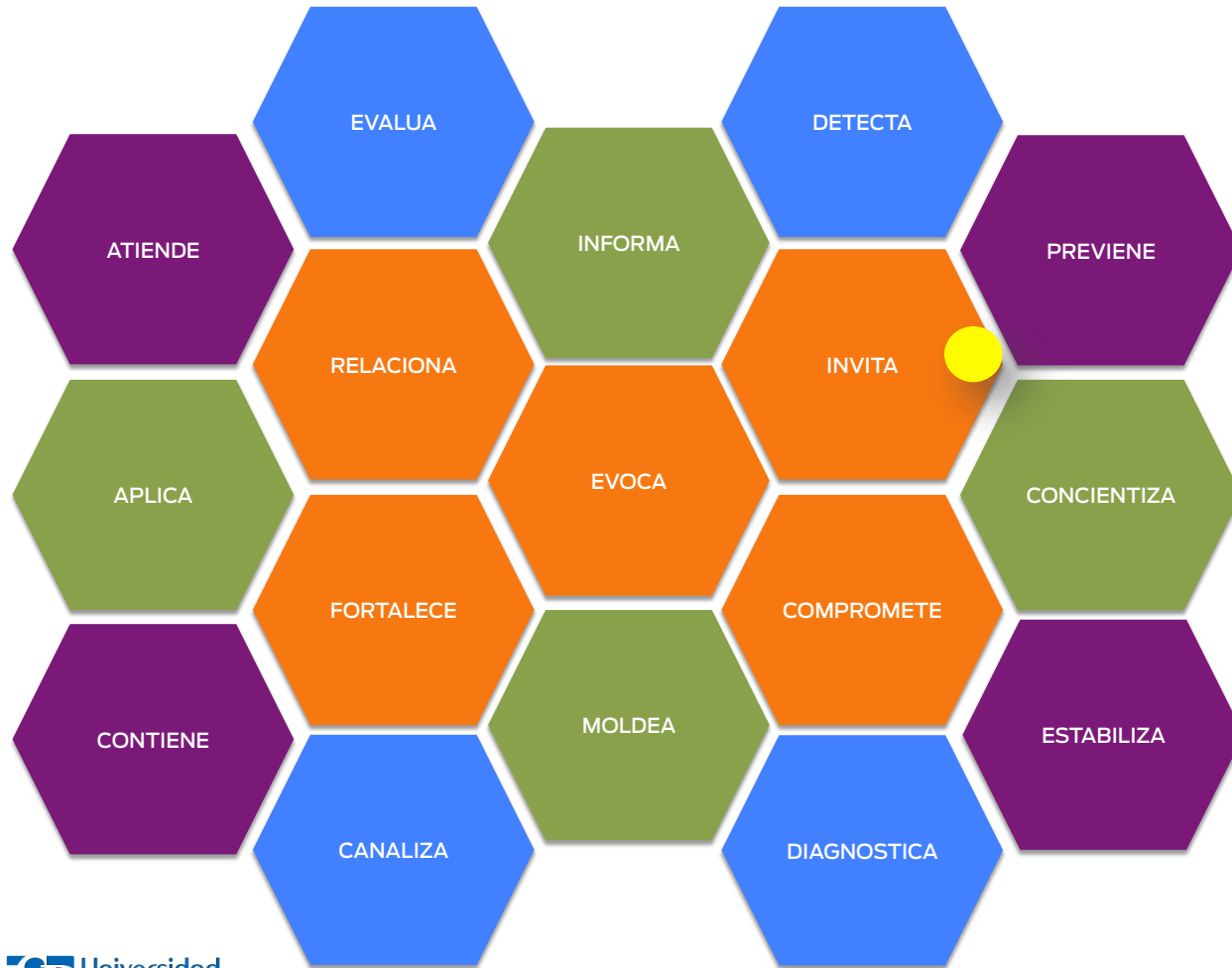
Conducta antisocial

Cualquier conducta que infrinja las reglas sociales y/o sea una acción contra los demás (todo delito es una conducta antisocial, pero no toda conducta antisocial es un delito)

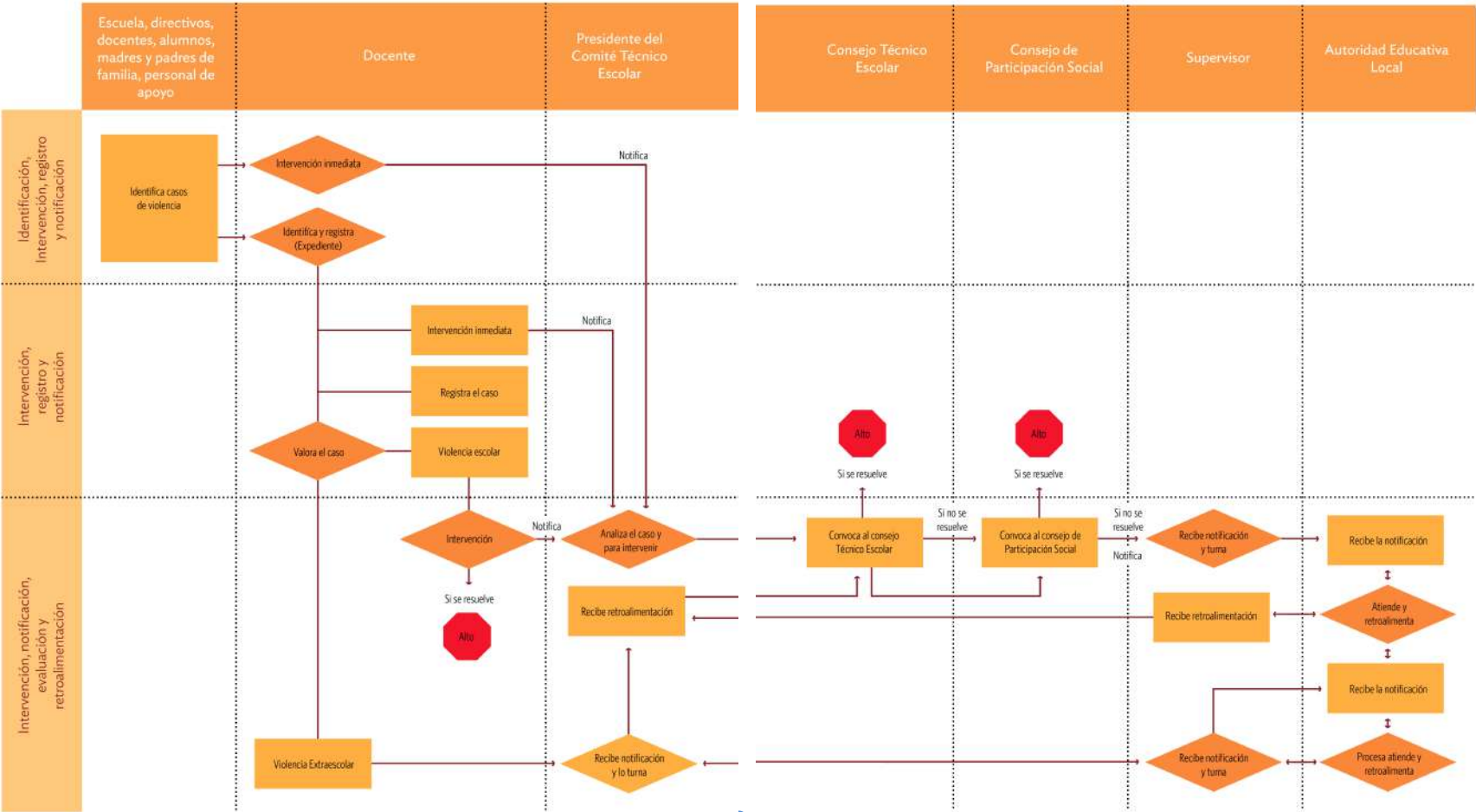
Violencia escolar

Cualquier tipo de violencia que se da en contextos escolares (instalaciones, al rededores y extracurriculares)

TIPIFICACIÓN
SSP, PGJ, SENADO,
DEFENSA NACIONAL



- NIVEL TÉCNICO
- NIVEL INTERPERSONAL EMOCIONAL
- NIVEL INTERMEDIO DE CONTENCIÓN Y ATENCIÓN
- NIVEL INICIAL DE CONTACTO E IDENTIFICACIÓN



Docentes y personal de apoyo deberán identificar y notificar al director cualquier manifestación de violencia entre los alumnos.





El castigo físico y psicológico
El acoso
La violencia sexual y de género
La violencia externa

EQUIPOS DE TRABAJO RESILIENTES

1. Abogar por un enfoque integral que involucre a los estudiantes, el personal de la escuela, los padres de familia y la comunidad
2. Lograr que sus estudiantes se involucren con usted en la prevención de la violencia Integre e involucre
3. Utilizar técnicas y métodos de disciplina constructivos
4. Ser un factor activo y eficaz para poner fin al acoso
5. Fomentar la capacidad de adaptación de los estudiantes y ayudarlos a afrontar los retos de la vida de modo constructivo
6. Ser un modelo de conducta positivo denunciando la violencia sexual y por razones de género
7. Promover los mecanismos de seguridad escolar
8. Brindar espacios seguros y acogedores para los estudiantes
9. Adquirir aptitudes de prevención de la violencia y resolución de conflictos y transmitirlas a los estudiantes
10. Reconocer la violencia y la discriminación principalmente contra los estudiantes discapacitados y los procedentes de comunidades indígenas o minoritarias y otras comunidades marginadas



15 - 24 años
Alta variación en
un mismo país de
la experiencia de
“ser joven”

260 estilos de
personalidad
normados
socialmente

Participación de los jóvenes

(Aprovechar la misma inercia juvenil de los jóvenes)

Acuerdos de colaboración

(Ninguna institución puede por sí misma sostener acciones de atención, prevención y desarrollo)

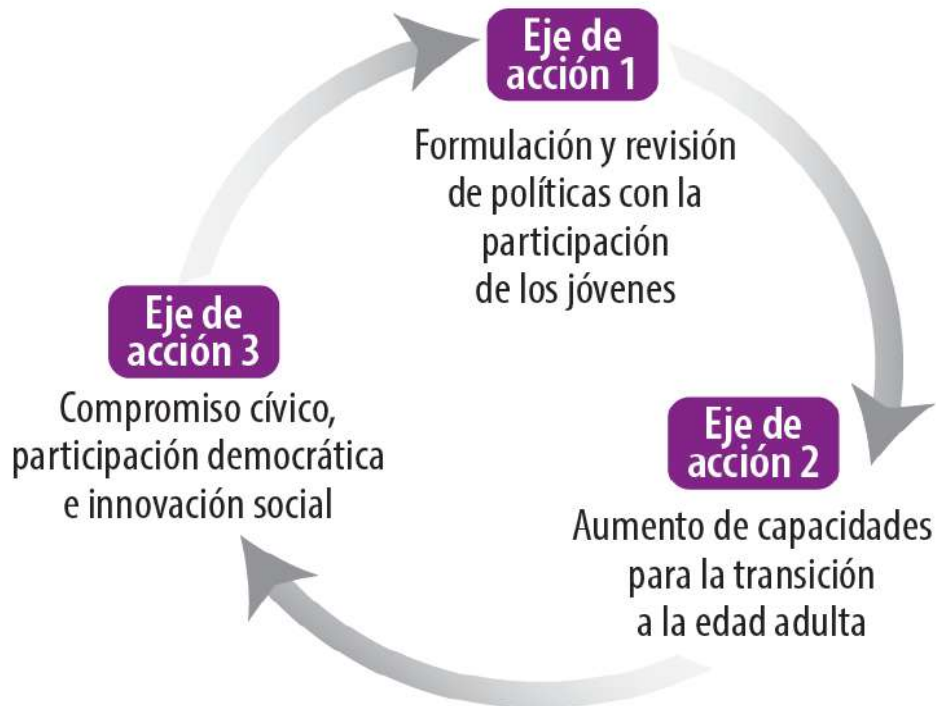
Integración de las preocupaciones y expectativas de los jóvenes (Generar inteligencia)



UNESCO

Protocolos de acercamiento y formación
de liderazgos juveniles

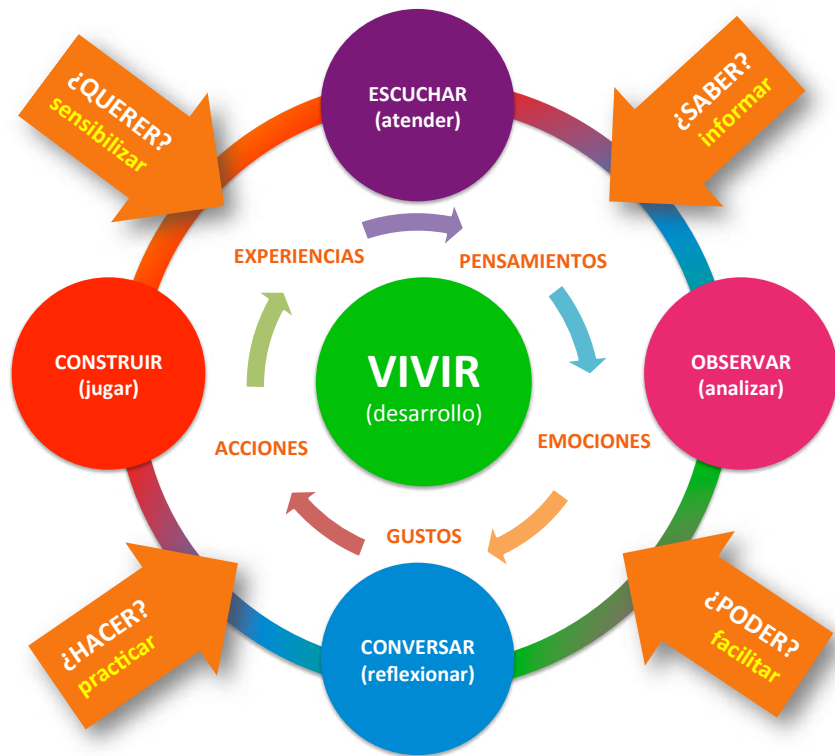
EQUIPOS DE TRABAJO RESILIENTES



Estrategia
operacional
de la UNESCO
sobre la **juventud**
(2014-2021)

1. Tener unas normas claras, bien establecidas y que se vean claramente en el aula.
2. Si se trabaja con un cuadro de comportamiento, darle prioridad incluso antes que al contenido académico.
3. Tener unas expectativas reales y razonables en el alumno.
4. Evitar las competiciones para evitar las confrontaciones.
5. Reducir la posibilidad de contacto con posibles víctimas de agresión por parte del alumno.
6. Estar siempre atento al comportamiento del alumno sin que se dé cuenta pero darle señales y recordatorios verbales siempre que sea necesario.
7. Igual que puede tener consecuencias negativas por un mal comportamiento, se deben dejar claros los refuerzos positivos y las recompensas por un buen comportamiento (como realizar una actividad deseada).
8. Mantener una entrevista con los padres y los profesionales necesarios de forma periódica para buscar soluciones también en los demás contextos.





Pienso



Siento



Digo



Hago

¿En qué piensas cuando sientes que ya no puedes más?

1. Todo pasará, las cosas siempre cambian
2. En dios
3. Familia
4. No puedo rendirme
5. Ya quiero salir de aquí
6. Si puedo con el problema
7. Qué habré hecho para que esto me pase a mí

¿Qué te hace sentir vulnerable?

1. Escenarios laborales
2. Personas tóxicas
3. Pensamientos negativos
4. Perdas importantes
5. Amores y desamores
6. Estrés ambiental
7. Soledad

¿Qué sientes cuando tienes que enfrentar algo para lo que no te sientes preparada/o?

1. Tristeza
2. Estrés
3. Preocupación y Ansiedad
4. Malestares físicos
5. Soledad
6. Logro
7. Incomprensión

¿Situaciones, escenarios que te estresan?

1. Inseguridad, violencia, maltrato
2. Gente tóxica
3. No tener el control
4. Tiempo
5. Enfermedad o muerte
6. Problemas en el trabajo
7. Pareja
8. Dinero
9. Familia

¿Cuándo las cosas se ponen complicadas, yo?

1. Me detengo a pensar un poco, para ver que hago después
2. Identifico las herramientas que tengo
3. Busco ayuda
4. Las enfrento de inmediato

El **Wabi-sabi** es un término que se originó en el taoísmo durante la dinastía Song en China (960 -1279) y luego se transmitió al budismo zen.

En donde a los diferentes objetos que ya han agotado su vida “útil” y “estética”, se les da una segunda oportunidad de vida y utilidad, para crear algo nuevo que incluso puede ser más hermoso y funcional que lo que era antes. Aprovechando la condición actual del objeto. Como ejemplo está la maceta, que aún y con el paso del tiempo y sin importar cómo se encuentre, puede seguir dando vida y luz a su huésped y entorno.

