



RESILIENCIA

Próxima generación: en línea

4 De Octubre de 2021 al 12 de Abril de 2022

DIPLOMADO FACILITADOR IBEROAMERICANO ESPECIALISTA RESILIENCIA

facilitando posibilidades a partir de adversidades





¡Bienvenidas y bienvenidos!

Para la Asociación Mexicana de Resiliencia (AMERSE) es un gusto y honor poder darte la bienvenida a este Diplomado en línea y en español, de facilitadores especialistas de resiliencia. El cual está dirigido a todos aquellos profesionales o interesados en generar consideraciones de desarrollo humano y organizacional en entornos vulnerables, de crisis, de oportunidad o cambio.

Podemos anticiparte que será una experiencia amigable de aprendizaje, pero a la vez, implicará un reto personal, intelectual y emocional, en la búsqueda de juntos conocer, romper y re construir nuestro conocimiento acerca del tema, pero además y sobre todo, de identificar y relacionar tu interés personal y profesional, con la capacidad de facilitar condiciones de resiliencia en otras personas e instituciones.

Juntos caminaremos un proceso de cambio, transformación y construcción que nos permita, trazar una línea de entendimiento, definición y aplicabilidad de la resiliencia, acorde a la realidad personal y profesional que estés viviendo, considerando también hacia la que te quieres dirigir.

Buscaremos y seremos congruentes con el hecho de generar un espacio de igualdad e intercambio de información, conocimientos y experiencias, constructivas, que nos faciliten el proceso de enseñanza-aprendizaje, pero sobre todo que nos ayuden a crear puentes personales de colaboración.

De este modo, te damos la más cordial bienvenida a la posibilidad realista de juntos generar condiciones para superar y evolucionar a partir de la adversidad!

Reciban un gran saludo,

FherAviles

Lic. Fernando Hernández Avilés
Presidente
Asociación Mexicana de Resiliencia



OBJETIVOS

1. Informar, sensibilizar y capacitar en el conocimiento y aplicación de la resiliencia, en los diferentes sectores personales y sociales, en beneficio del desarrollo y crecimiento individual e institucional, ante situaciones de crisis y desafío.

2. Generar redes de apoyo formales e institucionales para el desarrollo personal y profesional de sus estudiantes, que sirva además de plataforma de desarrollo y crecimiento.

3. Motivar la colaboración entre especialistas y cursantes de diferentes profesiones, experiencias y posiciones, que estarán aprendiendo, compartiendo y creando, experiencias, conocimientos, técnicas y recursos, para construir una realidad sostenible que le permita a las personas e instituciones de sus diferentes poblaciones, superar los diferentes escenarios de adversidad y desafío.

4. Abordar integralmente la resiliencia, desde una mirada multipropósito que abarque y aborde las siguientes áreas, temas, casos de éxito y recursos de trabajo:

- Salud, medicina, enfermería y psicología clínica
- Seguridad, políticas públicas, violencia y derechos humanos
- Educación, pedagogía, maestros y escuelas resilientes
- Desarrollo infantil, familiar y de pareja
- Desarrollo organizacional, empresarial y emprendimiento
- Poblaciones vulnerables y en desarrollo, así como trabajo social
- Medio ambiente y desastres naturales

5. Incentivar la creación de proyectos que aborden a través de propuestas sostenibles e innovadoras, escenarios de crisis, desafío y oportunidad, de la realidad inmediata, actual o futura que puedan tener los asistentes.





Además tiene como finalidad desafiar, retar y evocar en cada participante el desarrollo de una visión y propuestas innovadoras a partir de un alto sentido de cambio, en relación con la resiliencia misma.

Se generaran escenarios de crisis, oportunidad y de cambio, que permitan e inviten a todos a crear al mismo tiempo que cursan, nuevos recursos enfocados en desarrollar su capacidad resiliente y la de su entorno. Buscando cumplir con las siguientes metas.

Conformar equipos de trabajo internacionales para la realización de metas y objetivos

Crear proyectos de acreditación que transformen una realidad concreta de forma sostenible



Innovación y Creatividad

Promover la innovación y creatividad aplicada para los escenarios adversos, de crisis y oportunidad



Cooperación Internacional



Visión Integral e Inclusiva

Abordar la resiliencia desde múltiples enfoques, enriqueciendo su abordaje



Proyectos de Transformación



Realidad Local, Impacto Global

Considerar la realidad local de cada participante y vincularla con la realidad global actual



CONDECORACIONES

Desafíos

Una de los desafíos del Diplomado es llevar al máximo nivel la capacidad facilitadora de los diplomantes, de tal forma que en cada actividad tengan la oportunidad de aprender y conocer más de ellos mismos y de cómo ponerlo al servicio de otras personas.

Innovación

A la par de que realizan análisis, propuestas y acciones enfocadas en innovar, ser disruptivos y cambiar las reglas del juego, sin importar si se encuentran en una situación o escenario de oportunidad o crisis, siempre tienen oportunidad de reinventarse.



Condecoraciones especiales

- **Promedio más alto:** se otorgará a las personas que alcancen el promedio más alto en tareas, exámenes y ensayos.
- **Mención honorífica:** se otorgará a quien además del punto anterior, entregue en tiempo o antes, las actividades y tareas. Y además reciba las notas y comentarios más sobresalientes de los especialistas participantes.
- **Alto compromiso de innovación y desarrollo:** se otorgará a quienes realicen actividades que destaquen por su capacidad de propuesta, acción y participación social, innovación y realización en campo de una o varias actividades.
- **Alta colaboración en equipos de alto desempeño:** se otorgará a los miembros del equipo que alcancen los puntos más altos en las actividades grupales.
- **Distinción iberoamericana:** se otorgará a quien alcance las calificaciones más altas en los puntos anteriores.



MÓDULOS Y TEMAS

Módulo 1. VIAJE DE PARTIDA

- 1.1 Nuestro acercamiento con lo adverso: la vida en sí misma
- 1.2 ¿Qué estamos sintiendo?: ESO que sentimos, a veces sin nombre
- 1.3 Estamos equipados: Para superar lo adverso
- 1.4 Evolucionamos: De la adaptación a la apropiación
- 1.5 Puntos de quiebre: Infelicidad y felicidad
- 1.6 Primeros pasos: Nuevos caminos a reinventarnos
- 1.7 Una mano: identificar y organizar eso que estamos sintiendo
- 1.8 Una historia: expresar lo que estoy pasando

Módulo 2. CONCEPTUALIZACIÓN, CONTEXTUALIZACIÓN Y APLICABILIDAD

- 2.1 ¿Qué significa resiliencia?
- 2.2 ¿Qué sabemos sobre resiliencia?
- 2.3 ¿Qué es y qué no es resiliencia?
- 2.4 ¿Qué estamos haciendo como especialistas para promoverla? Aspectos de la personalidad que debemos fomentar
- 2.5 Grupos resilientes
- 2.6 ¿Qué debemos trabajar para su desarrollo y fortalecimiento? ¿Cuáles son las áreas de acción e incidencia?
- 2.7 De la significación social
- 2.8 Momentos conceptuales y de evolución
- 2.9 Escenarios, contextos y líneas de investigación

Módulo 3. REALIDAD Y MARCO SOCIAL DE LA POBLACIÓN Y SOCIEDAD

Realidad y marco social estadístico

- 3.1 Ciclos de cambio y vida: Felicidad, estrés y desarrollo
- 3.2 Trabajo, empleos y profesiones: Perspectivas de desarrollo
- 3.3 Competencias de la juventud: Perspectivas de desarrollo en América Latina
- 3.4 Justicia, Paz y Tranquilidad: ¿Cómo estamos?
- 3.5 Violencia: Hacia las niñas, niños y adolescentes
- 3.6 Percepción de la población: Sobre indicadores clave de realidad
- 3.7 Realidades que impactan: Otras tendencias a considerar



Módulo 4. MODELOS Y CASOS DE ÉXITO

Referencia y revisión de más de 40 modelos clave, por ejemplo:

- Biodiversidad y Biofilia: Edward Osborne Wilson
- Project Resilience – Genética: Stephen Friend – Súper héroes genéticos
- Resiliencia Evolutiva Medicina: Universidad John Hopkins EEUU
- Resiliencia Ben Carson: Universidad John Hopkins EEUU
- Martin Seligman: Del conductismo a la psicología positiva
- Buenos Tratos: Jorge Barudy
- Resiliencia y Ambiente: Universidad John Hopkins Dra. Carson
- Centro de Resiliencia de Estocolmo: Suecia
- 100 Ciudades Resilientes: The Rockefeller Foundation USA
- Resiliencia Organizacional: British Standards Institution
- IBM: Resiliency Services
- Proyecto Aristóteles: Google
- Ruby Bridges: La resistencia y la resiliencia del racismo
- Pacto mundial para la migración segura, ordenada y regular: UNICEF ONU
- El Retorno a la Alegría: Unicef y Cruz Roja
- Resiliencia y Educación: Universidad John Hopkins Dr. Dewey
- Nan Henderson: Resiliencia en acción
- Modelo Chimalli: De INEPAR
- Modelo de Componentes de Riesgo: Sergio Vasconcelos de Luna
- Desarrollo Resiliente y Redes Vinculares: Roberto Sivak, Argentina
- Psicología Militar US Military: Resiliencia en operaciones militares
- + (más)

Módulo 5. PRINCIPALES INDICADORES Y SECTORES DE APLICACIÓN DE LA RESILIENCIA

- 5.1 Agenda 2030. Aplicación en planes y programas públicos: PNUD
- 5.2 Habilidades transversales en América Latina y el Caribe en el siglo XXI: BID
- 5.3 Antecedente Macro indicadores: Ejes rectores de aplicación de la resiliencia
- 5.4 Antecedente Micro indicadores: Datos duros de la vulnerabilidad global

Módulo 6. INDUCCIÓN DE RESILIENCIA APLICADA

- 6.1 Facilitar, roles y tipos de facilitador
- 6.2 Pilares de facilitación
- 6.3 Modelo de espacio natural
- 6.4 Esquema de competencias de facilitación
- 6.5 Trazado de siete puntos
- 6.6 Valores
- 6.7 Escalas
- 6.8 Factores resilientes
- 6.9 Resignificar
- 6.10 Esquema de consejeros y facilitadores de abordaje
- 6.11 Niveles de cambio
- 6.12 Rutas de resiliencia



Módulo 7. SOLUCIÓN DE CASOS: REALIDADES Y NUEVAS NORMALIDADES

- 7.1 Estrés, ansiedad y resiliencia (NOM035)
- 7.2 Violencia contra la mujer, niñas, niños y adolescentes
- 7.3 Resiliencia en ambientes educativos
- 7.4 Resiliencia organizacional
- 7.5 Resiliencia y familia
- 7.6 Resiliencia y ambientes médicos
- 7.7 Desafíos hacia la Nueva Normalidad

Materiales complementarios. HERRAMIENTAS DIGITALES DE FACILITACIÓN Y PROYECTO DE ACREDITACIÓN

- HF. Recursos digitales para la facilitación de escenarios de resiliencia
- PA. Proyecto de acreditación, elementos para su realización.
- MA. Matriz de acreditación y sostenibilidad.





Duración recomendada:

Total de horas: 80 horas virtuales:

- De las cuales aproximadamente son 4 horas a la semana, 1:30 horas en vivo y 2:30 horas de trabajo virtual.
- Adicional se realizarán sesiones en vivo complementarias para revisar proyectos, dudas o nuevas estrategias, (las cuáles son opcionales).
- A impartirse en 7 módulos durante cinco meses.
- Las actividades, contenido, revisiones y sesiones se irán liberando cada mes.

MODULOS



Recursos Adicionales: Herramientas de Facilitador (HF) y Proyecto de Acreditación (PA)

Esquema de trabajo:

- Tendremos sesiones en vivo cada lunes de las 21:00 a las 22:30 horas (Hora CDMX), México.
- Dos sesiones en vivo al mes son revisión del contenido, las otras dos son con especialistas invitados.
- Las sesiones complementarias, se liberan a partir del tercer mes.
- Desde el principio se realizan actividades por parejas y por equipos.

Evaluación:

- Evaluación final (5%)
- Actividades y tareas a realizar durante el desarrollo del diplomado (20%).
- Actividades en equipo (20%)
- Acción de servicio social o apoyo a la Asociación Mexicana de Resiliencia como miembro facilitador (5%)
- Presentación de una propuesta o proyecto de acreditación (idea o proyecto) sobre resiliencia en su trabajo o área de interés actual (50%)



1. Cada estudiante activo tiene un **registro** digital que lo acredita como parte del Diplomado y de la Asociación Mexicana de Resiliencia (AMERSE)
2. Al momento de acreditarse, el ahora facilitador, obtiene su **certificado** que lo acredita cómo parte especialista de AMERSE
3. Adicional a su certificado, la o el facilitador estará registrado en la plataforma de facilitadoras/es.



El certificado tiene una validez de un año, y deberá renovarse anualmente, para ello necesita actualizar su examen de conocimientos y el estatus de su proyecto de acreditación. (La revalidación no tiene costo)





Para acreditar el diplomado es necesario plantear o implementar una idea o proyecto de acreditación, que tenga como base lo revisado y aprendido en el Diplomado. Para ello te sugerimos que te apoyes en la siguiente guía de trabajo, que ayudará a organizar mejor tu idea y proyecto.

¿Qué vamos a lograr y por qué?

1. Qué deseas lograr
2. En dónde quieres impactar o beneficiar
- 3.Cuál es tu objetivo y/o metas
4. Tienes claro por qué es importante para ti
5. Te hace sentir bien la idea o proyecto

¿Soporte del proyecto?

1. Es sostenible en el tiempo, se puede realizar en más de una ocasión y es susceptible de mejora
2. De dónde partes, por qué tu idea o proyecto y no otro
3. Cómo justificarías tu proyecto
4. A quién va a beneficiar
5. Por qué va a beneficiar
6. Tiene elementos de resiliencia
7. Qué esperas como resultado de tu idea o proyecto

¿Con qué lo vas a realizar?

1. Qué necesitas para llevarlo a cabo
2. Qué recursos, habilidades o materiales necesitas
3. Tienes algún tipo de apoyo
4. Qué otra cosa debes considerar para poder iniciarlo y terminarlo

¿Cómo lo vas a realizar?

1. Tienes ya un plan de trabajo
- 2.Cuál es tu paso 1, y cuál es el último paso
3. Cómo vas a medir el avance de realización de tu idea o proyecto
4. Cuántas fases o etapas tiene el proyecto
5. Es continuo, o sólo de una ocasión

¿Después del proyecto?

1. Puede replicarse
2. Puede continuar
3. Se hace un resumen o conclusiones del proyecto
4. Qué sigue



¿Qué es?

El programa Real Resiliencia Road – 3R está orientado en dar seguimiento, fortalecimiento y profesionalización a las acciones que realicen las y los facilitadores de resiliencia egresados de la Asociación.

Tanto las acciones que ellos realicen, como aquellas que realiza la asociación en favor de socializar, comunicar y aplicar la resiliencia en diferentes escenarios.

Se desarrollará con principios establecidos y probados con éxito por la Asociación, y la participación es libre pero acorde a los lineamientos establecidos por la misma Asociación.



Beneficios

A. Respaldo institucional:

Respaldar institucionalmente el trabajo, obra, servicios y productos de las y los facilitadores.

B. Comunicación y divulgación:

Facilitar espacios de socialización masiva del trabajo de facilitadores y facilitadoras, así como socializar el quehacer de AMERSE.

C. Formación permanente:

Espacios de formación permanente, orientado a la capacitación constante y profesionalización de las y los facilitadores.

D. Visibilidad y representación:

Aumentar la visibilidad institucional de las y los facilitadores. Así como la representación para actividades clave.

E. Responsabilidad social:

Apoyar y convocar en la realización de acciones de responsabilidad social en favor de poblaciones prioritarias.

F. Participar en las acciones de formación remuneradas:

Ser considerados dentro del staff de la Asociación para acciones de formación, así como para implementar talleres o diplomados.



Dentro de los más de 300 programas institucionales creados y realizados, se destacan:

- ✓ Premio de Ciencia y Tecnología: Área Social (único en su tipo)
- ✓ Desarrollo de Especialidad en Resiliencia Organizacional para el Tec de Monterrey
- ✓ Participación en la Elaboración del Plan de Gobierno en Materia de Desarrollo Humano y Seguridad, Estado de México
- ✓ Programa del Buen Trato para el DIF Nacional
- ✓ Programa de Liderazgo y Gobernanza para el IPN
- ✓ Programa de Atención Psicológica para pacientes y familiares del IMSS CMN Siglo XXI
- ✓ Propuesta de Ley en Materia de Bullying en el Senado
- ✓ Programa Seguridad Integral y Promoción del Desarrollo Social Resiliente para el Gobierno de Colima
- ✓ Participación como Especialistas en OnceTV México, Televisión Educativa, Radio Anáhuac, IMER, ABC Radio, Radio UNAM, Excelsior, Radiofórmula, Radio Simi y Selecciones
- ✓ Programa de Seguridad y Participación Ciudadana para el Gobierno del Estado de México
- ✓ Programa de Liderazgo Resiliente para Carl Zeiss Vision y organizaciones Top 10 Forbes
- ✓ Programa de Conferencias y Cursos para el Museo Memoria y Tolerancia
- ✓ Fundadores la iniciativa internacional Ciudades y Ciudadanos Resilientes, con la realización de la primera Cumbre en México en mayo de 2018
- ✓ Creador de la Propuesta Nacional de Desarrollo Sostenible en el Marco del Desarrollo Humano ante la Adversidad para PNUMA ONU
- ✓ Creador del Programa de Servicio Social Externo en Resiliencia para la Facultad de Psicología de la UNAM
- ✓ Programa de Padres, Familias y Estudiantes Resilientes para el Tec de Monterrey
- ✓ Programa de Desarrollo de Jóvenes y Escuelas Resilientes para el Sistema Salesiano de México
- ✓ Programa de formación y acompañamiento para funcionarios de fuerzas federales de la Policía Federal
- ✓ Programa de capacitación en resiliencia para la Universidad Internacional de la Paz
- ✓ Programa de empoderamiento de la mujer para el ISSSTE

Así como más de 1,000 conferencias, cursos y talleres para organizaciones, empresas, dependencias e instituciones líderes en Iberoamérica. Siendo referentes internacionales del tema.





Costo total del Diplomado

1. El costo normal es \$4,800 MXN ó \$240 USD, a cubrirse en 6 pagos (1 inscripción y 5 mensualidades)

Costo con BECA

1. La BECA brinda un descuento del 35% del valor total.
- 2. El costo con BECA es de \$3,120 MXN ó \$156 USD, a cubrirse también en 6 pagos (1 inscripción y 5 mensualidades).**

¿Cómo obtener la BECA?

1. Ser mayor de edad
2. Ser estudiante o, trabajar en las áreas de salud (psicología, medicina, enfermería, etc), trabajar en las áreas de educación, acompañamiento o desarrollo social (administrativo, docente, cuidador, trabajo social, etc).
3. En todos los casos, así como aquellos que no cumplan con el punto dos, puedes solicitar tu BECA en una carta indicando las razones para obtenerla, en caso de seas de otras profesiones o de que desees mejorar las condiciones de vida personales y de tu entorno.
4. Comprometerte a realizar alguna actividad sin costo en beneficio de alguna población vulnerable o en desarrollo (de tu elección), desde y con el apoyo de AMERSE. Puede ser una plática en línea, un material informativo, una donación, una campaña de comunicación, un podcast, etc.

¿Cómo mantener la BECA?

1. Cumpliendo en tiempo y forma con tus pagos.
2. Realizando tus actividades en tiempo.
3. Participando activamente en las actividades del Diplomado.
4. Realizando tu actividad en beneficio de alguna población donde apliques lo aprendido.

¿Cómo nos ayuda tu participación en el Diplomado a fortalecer poblaciones en desarrollo?

1. Cada mes realizamos diferentes actividades sin costo con la intención de acompañar, facilitar o informar a poblaciones en desarrollo, tenemos programas permanentes de donación, mujeres resilientes, docentes, entre otros, tu participación nos ayuda a continuar realizando estas actividades sin costo.
2. También te puedes sumar a estas y otras actividades, una vez que hayas pasado los dos primeros meses de diplomado.





INSCRIPCIÓN CON BECA

Ingresa a www.resilienciamexico.org/diplomadoresiliencia

1. Paso 1: Llena el formato de registro en línea, que se encuentra en la página de arriba.
2. Paso 2: Recepción de tu registro en línea con tu confirmación de inscripción al número whatsapp: (52) 55-2573-1200.
3. Paso 3: Envía tu carta de motivos para BECA.
4. Paso 4: Te confirmamos tu registro y recepción de carta, así como aceptación, para que realices el pago de \$520 MXN (\$26 USD), por concepto de inscripción.
5. Paso 4: Envía tu comprobante de pago y copia de tu identificación oficial para realizar tu alta al whatsapp (52) 5525731200 ó a contacto@generacambios.org

Costo total con BECA por persona: \$3,120 pesos MXN o \$156 USD, a cubrir en 6 pagos de la siguiente forma:

Inscripción: \$520 pesos MXN / \$26 USD

Mes 1: \$520 pesos MXN / \$26 USD

Mes 2: \$520 pesos MXN / \$26 USD

Mes 3: \$520 pesos MXN / \$26 USD

Mes 4: \$520 pesos MXN / \$26 USD

Mes 5: \$520 pesos MXN / \$26 USD

PROMOCIONES ADICIONALES A LA BECA

- A. GRUPOS: En caso de que se inscriban cinco o más personas, no pagan inscripción. Siempre y cuando se mantengan activas durante el diplomado.
- B. PAGO PERSONAL COMPLETO: En caso de realizar el pago completo al inicio, recibe un 10% adicional sobre el costo de BECA.



*FORMAS Y CONSIDERACIONES DE PAGO

1. Para MANTENER la BECA deberá solicitarla y cumplir en tiempo y forma con las actividades del Diplomado, indicadas aquí y en el formato de registro.
2. El TOTAL con BECA (subvencionado por la AMERSE) es \$3,120 MXN (México) ó \$156 USD (Fuera de México).
3. Una vez LLENADO el registro en línea, así como realizado el pago, enviar foto del mismo al whatsapp (+521) 5525731200 y/o a contacto@generacambios.org
4. Pago en MÉXICO MXN: HSBC: Cuenta 6453219200 / CLABE 021180064532192004 / No. De Tarjeta para OXXO: 4213 1661 3219 1754
5. Pago INTERNACIONAL en USD, a través de PayPal: Recibirá enlace personalizado a su correo, podrá pagar con Tarjeta de Crédito, Débito y formas de pago PayPal.
6. En caso de requerir factura (sólo MX), se emite por la Asociación Mexicana de Resiliencia y es necesario agregar al valor total el monto de IVA (16%).

Próxima generación: en línea
4 de octubre de 2021 al 12 de abril de 2022

Inscripciones abiertas
Cupo y becas limitadas

www.resilienciamexico.org/diplomadoresiliencia

