María del Carmen G. Fornaro, Especialista Nacional sobre Resiliencia Infantil
Taller Nacional sobre Resiliencia Infantil
27 de marzo de 2007

RESILIENCIA:

- LOGRAR SOBREPONERSE A LAS ADVERSIDADES Y CONSTRUIRSE COMO PERSONAS LA POSIBILIDAD DE FUTURO
- TRAMITAR LA ADVERSIDAD ELABORANDO UNA ALTERNATIVA DE LOGRO

COMPONENTES:

1. ADVERSIDAD
2. ADAPTACIÓN POSITIVA
    a. "Lo normal para la cultura"
    b. Los distintos àmbitos del desarrollo humano
    c. Estabilidad a lo largo del desarrollo
3. PROCESO
    a. Nutriente: conciencia de èxitos

MODELO DE VIDA RESILIENTE: (Modelo Pedagogía de la resiliencia)

"Debemos pasar de un modelo de RIESGOS basado en **las necesidades y la enfermedad,** a un MODELO de PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN basado en ***las potencialidades y los recursos*** que el ser humano individual tiene ***en sì mismo y a su alrededor" Francisca Infante HARVARD, B OPS, Wash***

DESARROLLO : IDEAS CLAVES en la actualidad

1. Está ligada al desarrollo y al crecimiento humanos con sus diferencias etarias y de género
2. Promover factores de resiliencia y tener conductas resilientes requieren diferentes estrategias
3. El nivel socioeconómico y la resiliencia no están ligados
4. La resiliencia es diferente a factor de riesgo y factor de protección
5. Puede ser medida y es parte de la salud mental y la calidad de vida
6. Las diferencias culturales disminuyen si los adultos son capaces de valorar ideas nuevas y efectivas para el desarrollo humano aún cuando éstas rompan con lo que tienen cultural o psicológicamente incorporado en su modo de proceder como adultos Ej.: La cultura de la sobreprotección no permite el crecimiento en la resiliencia y frustra la felicidad del niño-joven
7. Prevención y promoción son algunos de los conceptos en relación con la resiliencia
8. Es un proceso, en el que hay
    a. Factores de resiliencia
    b. Comportamientos resilientes
    c. Resultados resilientes

EJES	IMPLICANCIAS	CASOS
1. Ligada al desarrollo y crecimiento humanos	Ej. Estrategias de promoción en base a las etapas según Eric Erikson a. desarrollo de confianza básica 0-1 b. de autonomía 2-3 c. de iniciativa 4-6 d. del sentido de industria 7-12 e. de identidad 13-19 En cada una promover los factores básicos que	

	apoyen los siguientes. Idea clave: "SOS CAPAZ DE LIDIAR POR VOS MISMO CON LA ADVERSIDAD" "SOMOS PRESCINDIBLES A MEDIDA QUE CREZCAS, PERO POR ESO NO NOS DESVINCULAREMOS. QUEREMOS QUE CREZCAS"	
2.- Factores y conductas RES tienen diversas estrategias LA CONDUCTA RESILIENTE EXIGE PREPARARSE , VIVIR Y APRENDER DE LAS EXPERIENCIAS DE ADVERSIDAD EL APRENDIZAJE NO ES MÁGICO, DEBO EMPEZAR HOY A SER COMO QUIERO LLEGAR A SER MAÑANA	YO TENGO : personas o Con las que cuento sí o sí o Que me ponen límites sin miedo porque debo aprender los cauces sociales o Quieren y me enseñan a autogestionarme en todo lo de mi vida o Me contienen si estoy enfermo y me exigen si estoy sano YO SOY o Una persona apreciada por otros o Feliz cuando hago algo bueno para otros y demuestro mi afecto o Respetuoso de mí y de mi próximo: no manipulo, no uso, no abuso, no "chupo" la sangre por conveniencia, porque soy conciente de mi libertad y no aplasto la libertad del otro con mi dominio YO ESTOY o Dispuesto a responsabilizarme de mis actos aunque me resulte costoso y pierda los beneficios del paternalismo o maternalismo en la consecución de mis satisfacciones o Seguro de que lo que emprendo solo y por mis propios aunque casi nulos recursos, me va a salir bien. YO PUEDO o Hablar sobre lo que me asusta o Buscar CON MIS EXCLUSIVOS MEDIOS la solución a mis problemas o Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo que sè que no está bien o que sé que me inmadura o Buscar el momento apropiado para hablar y no molestar a los demás CUANDO A MI SE ME OCURRE QUE DEBE ESCUCHARME, Puedo superar mis antojos ya que son de mi infancia o Salir a buscar por mí mismo y encontrar alguien que me ayude cuando lo necesito sin depender siempre de la misma persona ni esperar que otro me encuentre la ayuda	
3.-Nivel socio económico no está ligado a la resiliencia	Cohortes han demostrado la independencia del nivel socioeconómico para el desarrollo de la resiliencia. En casos es exactamente al revés y en otros ayuda. No se es resiliente o no por el nivel que se viva.	
4. Factor de riesgo y de protección son distintos de la	o La protección que se ejerce para resguardar a otra persona del riesgo NO ES FORMADORA DE RESILIENCIA pues no le enseña	

Resiliencia	sobreponerse sino a esconderse bajo el manto ajeno o La protección vacuna, hace que la persona NO SIENTA EL RIESGO, o La RES HACE QUE LA PERSONA SIENTA EL RIESGO, LA ADVERSIDAD, Y APRENDA A SOBREPONERSE A ELLA POR SÌ. o NO PROTEGE : **FORTALECE**	
5. La resiliencia puede ser medida, es parte de la salud mental y la calidad de vida	▪ Es una característica de la salud mental y en estos tiempos, especialmente resaltante ▪ **"Desarrollar la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y de ser fortalecido e incluso transformado por las experiencias de adversidad"** ▪ Comenzar desde pequeños, y si no, en el momento en que nos damos cuenta de que la resiliencia falta. Nunca es tarde para ayudar verdaderamente a ser sano y feliz ▪ El adulto debe ser árbitro de las experiencias negativas, NO PAPA NOEL CAPAZ DE = MÁS SALUD MENTAL: ❖ enfrentar estresores y adversidades ❖ reducir la intensidad del estrec ❖ producir el decrecimiento de signos emocionales negativos (ansiedad, depresión, rabia, uso de personas como talismanes, sobrecargar a los adultos como proveedores imprescindibles, etc) ❖ producir el aumento de curiosidad, autoactividad, autobúsqueda, autosostén, alternativas no palaciegas, populares, ❖ construir una insuperable sensación de logro: YO PUEDO, YO SOY, YO VALGO. ❖ Reconocer a la larga que "el corte del chorro" o el "corte de víveres" fue para un logro del estado de bienestar ❖ Evitar la agriera o sensación de frustración que produce la paradoja de confrontar los almanaques vividos con el aún no logrado destete real: a. "Tengo todo lo que quiero pero como persona nada logro por mí" b. "Tengo todo lo que quiero, pero soy un ser mantenido como un bebé"	
6. Las diferencias culturales disminuyen si la mente se abre a nuevas ideas aunque cueste cambios de paradigmas	▪ El freno al cambio depende de la seguridad y del miedo a perderla ▪ Criterios que es necesario ABRIR: a. LIBERTAD DE RIESGO b. CONSECUENCIAS DE SUS ACTOS ASUMIDAS POR SÍ c. SISTEMA DE ESTÍMULOS O MOTIVOS DE CORRECCIÓN d. GRADO DE CONTROL O AUTONOMÍA e. EDAD ESPERADA PARA LA	

	AUTORESOLUCIÓN DE VIDA f. GRADO Y TIPO DE APOYO g. MODO DISCIPLINAR h. ORGANIZACIÓN DE LA CONVIVENCIA i. DERECHOS Y DEBERES DE TODOS	
7. Prevenir y promover son diferentes	❖ Prevención: modelo epidemiológico: evitar los desórdenes de lo saludable y el mal, y su impacto en uno y en los demás PROMOCIÓN: ❖ Focalizada y comprometida con la maximización del potencial y del bienestar entre los individuos en el camino de la vida que tiene adversidades y riesgos ❖ CONSTRUÍR FACTORES POR LOS QUE DESDE YA APRENDAMOS A TRAMITAR EL DOLOR, LA ANGUSTIA, LA ADVERSIDAD, LOS DUELOS, LAS DISCREPANCIAS ENTRE EL DESEO Y EL LOGRO ❖ ACRECIENTA EL BIENESTAR Y LA CALIDAD DE VIDA	
8.-La resiliencia es UN PROCESO no es magia ni milagro: ES APRENDIZAJE Y PARA ELLO NECESITAMOS QUE NOS AYUDEN	1.- PROMOVER FACTORES RES ❖ Es imprescindible pues son factores que se precisan para las conductas: deben ser promovidos en las etapas de desarrollo: NUNCA ES TARDE 2.-COMPROMISOCON CONDUCTAS RES ❖ Yo tengo, yo soy, yo estoy, yo puedo ❖ Identificar la adversidad ❖ Seleccionar nivel y clase de respuesta: o Evolutivo: gradual o Planificada , prever o Practicada o representada o Inmediata o reactiva 3.-VALORAR RESULTADOS DE RES ❖ Beneficios que nos da la RES ❖ Aprender de la experiencia: reflexionar la práctica propia y la ajena: análisis de modelos y personas ❖ Estimar el impacto sobre otros: el egoísmo del niño con Papá Noel, no debe mantenerse con los años. Enseñar que no debemos ser consumidores o mamíferos eternos sino que debemos ser productores y amamantadores o nutrientes de los demás para lo cual debemos producir el espacio de frustración necesario ❖ Reconocer el aumento del sentido de bienestar y mejora de la calidad de vida.	
MAYOR EMPATÍA, ALTRUISMO, SERVICIO, ACTIVIDAD DE AYUDA POR LOS OTROS, SON LOS MAYORES BENEFICIOS DE LA RESILIENCIA QUE HACEN FELICES A LOS INDIVIDUOS EN MEDIO DE CUALQUIER SITUACIÓN: A SER ASÍ SE APRENDE.		