

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Importancia de la resiliencia en la educación primaria

Trabajo Académico.

Para optar el Título de Segunda Especialidad profesional en Psicopedagogía

Autor:

Wilmer Javier Luna Tandazo

Tumbes - Perú.

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Importancia de la resiliencia en la educación primaria

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (presidente)

.....

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

.....

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

.....

Tumbes - Perú.

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Importancia de la resiliencia en la educación primaria

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido
y forma.

Wilmer Javier Luna Tandazo. (Autor)


.....

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva (Asesor)


.....

Tumbes - Perú.

2020



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Tumbes, a doce días del mes de agosto del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Aplicación José Antonio Encinas, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Oscar Calixto la Rosa Feijoo, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueras Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: "*Importancia de la resiliencia en la educación primaria*", para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Psicopedagogía. (a) LUNA TANHAZO, WILMER JAVIER.

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de **18**.

Por tanto, LUNA TANDAZO, WILMER JAVIER, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Psicopedagogía.

Siendo las trece horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.


Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Presidente del Jurado


Dr. Andy Figueras Cárdenas
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

DEDICATORIA.

A mis Hijos...

ÍNDICE

DEDICATORIA.	5
ÍNDICE.	6
RESUMEN	7
INTRODUCCIÓN	8
CAPÍTULO I RESILIENCIA	9
1.1. Capacidad de resiliencia	10
1.2. La Resiliencia	10
1.3. Pilares de la Resiliencia	17
CAPÍTULO II: DIMENSIONES Y FACTORES DE LA RESILIENCIA	20
2.1. Dimensiones de resiliencia.	20
2.2. Factores de la Resiliencia	22
2.3. Factores Positivos.	22
2.4. Factores de Riesgo	24
2.5. Factores Fortalecedores	27
2.6. Factores Protectores:	29
CAPÍTULO III: LA PERSONA RESILIENTE	30
3.1. Perfiles de la persona resiliente	30
3.2. Características de un individuo resiliente	31
3.3. Psicología Positiva y Salud Mental:	32
3.4. La Resiliencia en el Plano Educativo.	33
3.5. Prevención y Promoción de Salud	33
CONCLUSIONES	34
RECOMENDACIONES	35
REFERENCIAS CITADAS	36

RESUMEN

La resiliencia es la capacidad emocional, cognitiva y sociocultural que desarrolla el ser humano y que le permite reconocer, enfrentar y transformar su vida en forma constructiva frente a situaciones adversas que amenazan su desarrollo. Las dimensiones de resiliencia son la habilidad para manejar aspectos perturbadores, la habilidad para afrontar creativamente los problemas, habilidad de resistir y liberarse de estigmas negativas, habilidad de establecer amistades duraderas, basadas en el cuidado y apoyo mutuo. Un individuo resiliente se caracteriza por su gran sentido de compromiso, una fuerte sensación de control sobre los acontecimientos, están más abiertos a los cambios en la vida, tienden a interpretar las experiencias estresantes y dolorosas como una parte más de la existencia.

Palabras clave: emocional, resiliencia, perturbaciones.

ABSTRACT

Resilience is the emotional, cognitive and sociocultural capacity that human beings develop and that allows them to recognize, face and transform their lives in a constructive way in the face of adverse situations that threaten their development. The dimensions of resilience are the ability to handle disturbing aspects, the ability to creatively face problems, the ability to resist and free oneself from negative stigmas, the ability to establish lasting friendships based on mutual care and support. A resilient individual is characterized by a great sense of commitment, a strong sense of control over events, they are more open to changes in life, they tend to interpret stressful and painful experiences as just another part of existence.

Keywords: emotional, resilience, disturbances.

INTRODUCCIÓN

Los problemas sociales, económicos y culturales pueden afectar el temperamento de un padre o madre y tener un gran impacto en el desarrollo bio-psico-social de los estudiantes, y con frecuencia observamos a niños y adolescentes siendo víctimas de violencia y abuso, negligencia, abuso, agresión, frustración. En su caso, algunas personas que desarrollaron resiliencia con éxito se fortalecieron o transformaron y triunfaron en la vida, mientras que otras que no lograron desarrollarla fracasaron.

La elasticidad es un término utilizado en metalurgia para referirse a la capacidad de un metal para resistir un impacto y luego recuperar su estructura, acuñado en las ciencias sociales alrededor de 1960.

Según Groberg (1997) indica La resiliencia es la mejora o transformación de la capacidad de un ser humano para enfrentar y salir de la adversidad de la vida. La resiliencia no es algo que surja o se adquiera naturalmente en el desarrollo, sino que depende de ciertas cualidades del proceso de interacción sujeto-humano. Somos educadores, agentes de cambio, empoderando a los niños a través de los medios adecuados. Los seres humanos necesitamos ser amados, personas que puedan satisfacer nuestras necesidades básicas y hacernos sentir únicos, útiles e importantes.

Con demasiada frecuencia, como educadores, nos sentimos impotentes ante los problemas de nuestros alumnos: baja autoestima, bajo rendimiento, problemas familiares y sociales; aquellos que no saben sobresalir y fracasan porque no han desarrollado resiliencia. Es por esto que es necesario implementar una estrategia para el desarrollo y aplicación efectiva del diseño curricular nacional, que incluya un enfoque positivo y pasos para desarrollar competencias básicas

Para Kilpatrick, uno de los maestros más icónicos de la educación norteamericana, las escuelas existen ante todo para enseñar a pensar y actuar de manera inteligente y libre, podemos decir: resilientes, por lo que el currículo y los métodos de la escuela deben ser abiertos, críticos y basados en la experiencia más que en el dogma.

En el actual momento de crisis que atraviesa nuestro país, es necesario convencernos de la necesidad de invertir en la aplicación de estrategias, métodos y educación para

desarrollar y desarrollar competencias, habilidades, actitudes y valores; así mismo, creamos en su impacto en la productividad, Los efectos positivos del desarrollo humano y social como la salud, la protección del medio ambiente, la planificación familiar, y cómo pueden cambiar la vida cultural y socioeconómica de nuestro país.

Los tumbesinos se dedican principalmente a los negocios y la agricultura, por lo que los niños y jóvenes pasan la mayor parte del tiempo solos y/o en establecimientos comerciales o fincas. Además, según informes de prensa, somos el segundo sector, solo superado por Lima y Callao en consumo de alcohol, la prostitución, la drogadicción y la delincuencia también son bastante grandes.

Objetivo General

- Describir la importancia de la resiliencia en la educación primaria

Objetivos Específicos

- Explica la definición de resiliencia
- Mencionar las dimensiones y factores de la resiliencia.
- Analizar sobre la persona resiliente.

Estos son los flagelos más destacados que azotan a nuestra población, si no tenemos niños, jóvenes, por qué no decir adultos resilientes, nuestro sector seguirá siendo subdesarrollado y prácticas antivalor

CAPÍTULO I

RESILIENCIA: ACERCAMIENTO A LA DEFINICIÓN

1.1. Capacidad de resiliencia

Es un conjunto de habilidades que permiten a los humanos fortalecerse, crecer e incluso tener éxito frente a la adversidad. Como educadores, funcionamos como guías y facilitadores de aprendizajes importantes, y la resiliencia es una manera fácil para que un niño, joven o adulto se sienta empoderado para alcanzar las metas establecidas. Si nuestros profesores brindan un ambiente óptimo, con tecnología, método y humanismo, lograremos que los estudiantes se sientan cómodos y puedan ver una sensación de realización personal en su trabajo diario.

1.2. La Resiliencia

Las competencias emocionales, cognitivas y socioculturales necesarias para el desarrollo humano que le permitan percibir, afrontar y cambiar su propia vida de manera constructiva frente a situaciones adversas que amenazan su desarrollo. La resiliencia no es innata ni adquirida naturalmente, y su desarrollo depende de ciertas cualidades del proceso de interacción sujeto-humano.

Algunas definiciones de resiliencia propuestas por varios autores: Teniendo en cuenta lo que dice Rutter (1992), la resiliencia se describe como un conjunto de procesos sociales y psicológicos que hacen posible llevar una vida “saludable” en un ambiente no saludable.

- Estefan Vanistendael (1994). La resiliencia distingue entre dos componentes: la capacidad de resistir la interrupción, la capacidad de proteger la propia integridad bajo estrés y la capacidad de trascender la resistencia para desarrollar comportamientos de vida positivos independientemente del

entorno. Dificultad, por lo que el programa tiene como objetivo desarrollar comportamientos en los estudiantes que puedan resistir la presión del grupo.

- A continuación, se presentan algunas definiciones del concepto de resiliencia. Para Rutter, M, (1985), la resiliencia no debe entenderse como una negación positiva de las experiencias difíciles de la vida, el dolor y las cicatrices: es la capacidad de seguir adelante a pesar de ello. Afirmó en 1992 que la resiliencia es un fenómeno multifacético, que incluye factores ambientales y personales. "descrito como un conjunto de procesos sociales y psicológicos que hacen posible que las personas lleven vidas saludables en ambientes insalubres.
- Estos procesos se dan en el tiempo, brindándose afortunadas combinaciones entre los atributos del niño y su entorno familiar, social y cultural. Por lo tanto, la resiliencia no puede pensarse como un atributo con el que un niño nace o se adquiere a medida que se desarrolla, sino como un proceso que caracteriza a los sistemas sociales complejos en un momento determinado.
- Para Masten y Garmezy (1988) La resiliencia es el proceso, la capacidad o el resultado de adaptarse con éxito a situaciones desafiantes y amenazantes. Para Garmezy (1994), la resiliencia se refiere a las habilidades, destrezas, conocimientos, percepciones (introspección) que se acumulan con el tiempo a medida que las personas se esfuerzan por superar la adversidad y enfrentar los desafíos. Este es un grupo de energía y habilidades en constante evolución que se puede usar en las batallas de hoy.
- Para Edith Grotberg La resiliencia es la capacidad de un ser humano para enfrentar la adversidad de la vida y salir fortalecido o transformado de ella. Para hacer eso, necesita a alguien en quien confiar y confiar en él. El coaching y la orientación educativa resultantes son muy útiles para promover su desarrollo.

- Infante (1997) La resiliencia es una respuesta global en la que entran en juego mecanismos de protección que no son la comprensión de la valencia opuesta de los factores de riesgo sino que permiten a los individuos salir fortalecidos de la adversidad y respetar las características individuales en cada dinámica de situación específica, es por ello que el programa genera factores de protección: positivo, arriesgado y reforzador.

Salgado (2005) La resiliencia es una característica de las personas mentalmente sanas y exitosas a pesar de haber nacido y vivir en entornos de alto riesgo. La resiliencia también se puede describir como un conjunto de procesos sociales intrínsecos que permiten una vida saludable en circunstancias adversas.

Eduardo Galeano (S/F), Resume dos aristas filosóficas de la teoría de la elasticidad. Primero, la luminosidad, la resiliencia se construye sobre la zona luminosa del ser humano, desarrollándose a partir de sus fortalezas, asumiendo el potencial de cada uno. En segundo lugar, la idea de una diversidad de diferencias en las respuestas a entornos adversos crea presión para justificar desequilibrios y barreras para que algunos individuos sucumban a las circunstancias y otros se desarrollen con éxito a pesar de la adversidad. Entonces la resiliencia es como una chispa con la que nacemos, pero es necesario inspirarla para desarrollarla hasta que se convierta en un fuego que pueda encender los momentos oscuros de la vida y superar cualquier adversidad.

En el Libro de los Abrazos de Eduardo Galeano, hay una hermosa descripción de la resiliencia como generadora de luz y claridad: cada una brillando con su propia luz. No hay dos fuegos iguales, hay fuegos grandes y fuegos pequeños y fuegos de todos los colores. Las personas con fuego silencioso ni siquiera entienden el viento, las personas con fuego están llenas de chispas. Unos tontos fuegos que ni encienden ni queman; pero otros queman la vida con tal fervor que no los puedes ver sin pestañear, y los que se acercan a ellos encienden.

Un enfoque de resiliencia puede contribuir en gran medida al cultivo de una esperanza realista porque centra la atención en las fortalezas y el potencial humano que se pueden explotar sin negar el problema.

Más que un retiro, la verdadera esperanza revela un potencial genuinamente positivo, pero escondido en una visión superficial y pesimista de los valores humanos. Esto se aplica a los individuos, pero también a las sociedades, las naciones y la humanidad en su conjunto.

Los adjetivos resilientes están tomados del inglés Resilient y expresan las características de las personas resilientes. La elasticidad es un concepto bien conocido en mecánica e ingeniería que describe ciertas cualidades de los materiales.

En metalurgia, esto se entiende como la capacidad de un metal para resistir el impacto y restaurar su estructura interna. Buscando el origen de la palabra, encontramos que se ha utilizado en el campo de la medicina en ortopedia para denotar la capacidad de un hueso para crecer en la dirección correcta después de una fractura.

Esto es exactamente lo que significa en el campo del desarrollo psicosocial humano. Esta es la capacidad humana para recuperarse de la adversidad. Esta definición es la más aceptada hoy en día: habla de una combinación de factores que le permiten a un niño, a una persona, enfrentar y superar los problemas y adversidades de la vida. (Suárez Ojeda, 1993).

Para Cyrulnik, Boris (2004) La resiliencia se construye a través de la estructura de enlace. Esta habilidad se desarrolla antes del nacimiento con el padre, la madre o un sustituto (llamado tutor del desarrollo), lo que da como resultado un niño o niña seguro de sí mismo.

Cyrulnik enfatiza que es la organización del entorno lo que inicia una característica de estabilidad interna en un niño o una niña a medida que aprende a ser vulnerable. Agregó que los mecanismos de resiliencia dependen de las consecuencias de la influencia de un niño o niña en su propio discurso y discurso social. Así, la

interacción permanente entre factores intrínsecos y extrínsecos teje el destino de la vida de las personas.

Si una persona se ve afectada por la adversidad, la cual hierde al sujeto y le provoca algún tipo de dolor, el sujeto desarrolla una respuesta resiliente que le permite superar la adversidad.

Aquí es donde entra el concepto de paradoja de Cyrulnik, que describe la división de los objetos lesionados por un trauma, lo que permite avanzar en la construcción de la resiliencia, lo que le da un lugar... en el mecanismo de defensa mental, por lo tanto, aborda los efectos de los sujetos que superan las condiciones. Esta paradoja revela el contraste de una persona, una persona que recibe un gran golpe y se adapta dividiéndose.

Una parte de la persona maltratada sufre y desarrolla necrosis, mientras que la otra parte, mejor protegida, todavía sana pero más reservada, recoge en energía desesperanzada todo lo que puede seguir dando un poco de alegría y sentido de esperanza. (Cyrulnik, 2001)

Se refiere no solo a la capacidad de un individuo para resistir, sino también a la capacidad de un individuo para construir activamente, responder de manera adaptativa y crecer en entornos difíciles.

La resiliencia no está fijada en el tiempo, significa un efecto duradero, una ingeniería de vida, por eso hay que cultivarla.

Nunca es absoluto, completo y realizado para siempre, porque es un proceso dinámico y evolutivo de habilidad. Depende de las condiciones específicas en las que se produce el evento estresante: rasgos de personalidad, estado de salud (función del sistema nervioso, aspectos genéticos sociales, etc.), etapa del ciclo vital, factores protectores o de riesgo de un entorno específico.

El valor del concepto de resiliencia es que nos permite reconocer que las respuestas a eventos negativos no son linealmente proporcionales.

Así, se enfatiza que la respuesta a un supuesto evento traumático es desproporcionada al trauma, no necesariamente lineal a su contenido.

Esto sugiere que ciertas características del ser humano le confieren diferentes potencialidades para hacer frente a la adversidad. Un mismo evento crítico puede tener diferentes efectos sobre una misma persona o grupo, dados los factores protectores o de riesgo del momento.

Como tal, varía según la situación, la naturaleza del trauma, el contexto y la etapa de la vida, pudiendo expresarse de formas muy diferentes según la cultura.

Depende de la interacción del hombre y su entorno humano (estructura de enlace).

Para promover la resiliencia en niños y niñas, es necesario realizar acciones para acceder a recursos internos (confianza, respeto).

1.3. Pilares de la Resiliencia

Según las investigaciones realizadas, se ha considerado ocho pilares de la resiliencia, tomando como referencia a diversos estudiosos, tales como Melillo, Werner, Smith e Isidora Jesusi.

Autoestima consistente

José Navasr (1991) Expresar autoestima es cómo las personas se sienten y piensan sobre sí mismas y sobre los demás, lo que a su vez les permite experimentar confianza, valor y respeto.

La autoestima consistente es el resultado del cuidado emocional constante hacia el niño, niña o adolescente por parte de un adulto significativo (padre, madre, abuelo, tío, maestro) y es la base de los demás pilares.

Creatividad

Es la capacidad de crear, ordenar y embellecer. Significa alcanzar metas en el caos y el desorden, cambiar e innovar la propia realidad, generar ideas y novedades.

Iniciativa

Es una tendencia a exigirse y ponerse a prueba en situaciones cada vez más complejas.

Capacidad de Relacionarse

La capacidad de formar conexiones e intimidad con los demás para equilibrar la propia necesidad de afecto con una actitud de devoción hacia los demás.

Capacidad de Encarar los Problemas con Esperanza

Para que esto suceda, debe existir al menos una persona a quien se le brinde afecto, admiración y orientación o estímulo; las llamadas redes de apoyo o contención, que son vínculos que impiden que las personas se sientan en contextos importantes.

Capacidad de Juego

No tome las cosas tan en serio que el miedo no pueda encontrar una solución, mantenga una distancia relativa del conflicto para evitar la frustración.

Auto sostén

El mensaje de la persona para sí mismo: me amo, creo en mí mismo, puedo sostenerme en la vida, tengo lo que se necesita para sobresalir.

Humor

Una combinación de horror y belleza, la adversidad sonrío, encontrando la comedia en la propia tragedia para superarla.

Moralidad

Conciencia moral y capacidad de comprometerse con valores y distinguir entre el bien y el mal. Esta es la base de ser amable con los demás.

Capacidad de pensamiento crítico

Es un pilar, resultado de la combinación de otros pilares, que permite analizar críticamente las causas y responsabilidades de las situaciones adversas que sufre, proponiendo caminos para enfrentarlas y cambiarlas.

CAPÍTULO II

DIMENSIONES Y FACTORES DE LA RESILIENCIA

2.1 Dimensiones de resiliencia.

Según el estudio realizado por las autoras, y teniendo en cuenta los estudios realizados por, Isidora Jesusi, Kobasa y Maddi; hemos considerado nueve dimensiones de la resiliencia.

Habilidad para manejar aspectos perturbadores.

Capacidad para hacer frente a situaciones frustrantes como la ira, el dolor, el engaño para evitar consecuencias negativas.

Habilidad para afrontar creativamente los problemas

Asumir activamente las dificultades que se presenten en la vida, verlas como parte del desarrollo humano, trabajar en ellas y sobresalir.

Autonomía y Capacidad de Autoobservación

Es la capacidad de tomar con confianza tus propias decisiones y valorarte a ti mismo, reconociendo tus fortalezas y debilidades.

Sentido del Humor, flexibilidad y Tolerancia

Capaz de ser un buen amigo que es armonioso y fácil de entender.

Confianza en la Vida Futura Significativa y Positiva

Fe y seguridad en el logro de objetivos con éxito.

Habilidad de Resistir y Liberarse de Estigmas Negativas

Se fortalece el poder de salir ileso de una situación desfavorable y salir de una situación difícil.

Competencia en el Área Social, Escolar y Cognitiva

Capacidad para sobresalir en la sociedad, la escuela y el rendimiento académico.

Habilidad de Establecer Amistades Duraderas, Basadas en el Cuidado y Apoyo Mutuo.

La capacidad de dar y recibir amor incondicional, ayuda y protección.

Adecuado control de Emociones, Demostrando Optimismo y Persistencia ante el Fracaso

La capacidad de no fallar ante la desgracia y de volver a empezar felizmente hasta alcanzar los objetivos marcados.

2.2. Factores de la Resiliencia

Son influencias que modifican, mejoran o alteran una respuesta de una persona frente a algún peligro, revirtiendo circunstancias negativas, según el estudio realizado por las autoras y tomando como referencia a Edith Grotberg y Suarewz Ojeda, se ha considerado los siguientes factores:

Factores Positivos.

Relaciones afectuosas.

Son una combinación de amor, sensibilidad, comprensión, respeto e interés, unidos por el ejemplo, y brindan seguridad y confianza.

Acciones en el hogar y en la escuela:

- Tener una relación afectiva con al menos un miembro de la familia o de la escuela.
- Crear una atmósfera educativa abierta con límites claros.
- Indicar responsabilidades sociales asumidas y logros requeridos.
- Enseñar estilos de afrontamiento saludables y positivos para afrontar el estrés.
- Proporcionar apoyo social fuera del hogar.
- Proporcionar un modelo social que estimule respuestas constructivas.
- Crear oportunidades para desarrollar la autoconfianza y la autoestima.

Expectativas de las personas

Ya sea dentro del hogar o en la escuela, es imperativo anticipar direcciones sólidas, estructuras y metas a seguir, identificando las fortalezas y fortalezas de las personas en lugar de descubrir sus problemas y defectos.

Oportunidades de participación y contribución

Asumir responsabilidades importantes, tomar decisiones, escuchar y usar habilidades personales para beneficiar a otros, resaltar fortalezas, revisar fortalezas, comprender y evaluar fortalezas, comprender cómo desarrollar mejor las fortalezas.

Proyectos para vivir genuinamente

Queremos dar un salto cualitativo de la pobreza en todos los niveles a la no pobreza, que es diferente a la palabra riqueza. Primero, debemos reconocernos como personas con valores y potencial, y en ese espejo también ver a los demás con una mirada holística que apunte al crecimiento interior y al desarrollo de la autoestima.

Proyecto de vida

Cada estudiante debe autoevaluarse y analizar continuamente su DAFO, visión personal y misión para alcanzar sus metas personales, académicas y profesionales.

Factores de Riesgo

Así se denominan las acciones que pueden poner en peligro la salud o la vida de las personas. No son precisamente negativos, ya que se pueden controlar o incluso utilizar de forma activa:

En lo personal

- **Egocentrismo:** Cuando una persona desea desproporcionadamente ser el centro de atracción de los demás, se involucra en una serie de comportamientos que no son del todo beneficiosos para su vida, sin embargo, cuando estos comportamientos no nos perjudican a nosotros ni a los demás, sí ayuda a mejorar.
- **Vulnerabilidad:** Los propios adolescentes están en desventaja emocional, explotando el trance entre la niñez y la juventud para actuar como un niño o un adulto joven a su conveniencia. Las experiencias positivas y negativas que atraviesa un adolescente en esta etapa de su vida sirven a su desarrollo emocional.
- **Vitalidad:** Los estudiantes suelen tener una abundancia de energía, debemos saber usarla positivamente, por ejemplo, deportes, lectura, teatro, música, pintura, de lo contrario, usarán esta energía de manera negativa, por ejemplo, pandillas y otros vicios.
- **Depresión:** La mayoría de los adolescentes son más susceptibles a las emociones y sentimientos, tienden a asumir problemas familiares que no se pueden resolver, muchas veces caen en depresión, que puede llegar incluso a la muerte si no se trata. muerte, pero es en esta etapa

que los grandes poetas, escritores, artistas se cultivan en una orientación confiada precisamente debido a su hipersensibilidad.

- Ansiedad: La desesperación de una persona que tiene que conseguir algo, en su ansia puede resultar herido, y si ocurre en un momento determinado y se controla, incluso puede ayudarnos a salir del peligro.
- Ansiedad: Falta de paz interior, no aceptando con decisión su realidad, ante peligros desconocidos, el estado emocional doloroso inherente a las personas genera una serie de reacciones en el organismo que, cuando ocurre en el momento adecuado, pueden ayudarnos a salir adelante. fuera de peligro.

En lo social

- Violencia: Vivimos en una sociedad llena de conflictos de todo tipo que derivan en violencia por la injusticia, la desigualdad, la falta de empleo.
- Drogadicción: Este flagelo humano golpea a todos y los daña gravemente.
- Embarazo temprano: Los padres adolescentes generalmente se sienten frustrados e incapaces de cumplir con su verdadero papel como padres porque no están preparados, física, física o socialmente. Para evitar esto, la dirección correcta es necesaria.
- Deportes de Aventura: Estos deportes provocan innumerables accidentes, y aunque son peligrosos en algunos aspectos, generan resiliencia porque quienes los practican son los que pueden arriesgarse para lograr sus objetivos, y tienen mucha confianza.
- Vicios: Los estudiantes viven en una forma de ser tentados a involucrarse en el consumo de alcohol, drogas, máquinas tragamonedas, juegos de azar, pornografía que atente contra su integridad física, mental y emocional.

- Medios de comunicación: Nuestros alumnos están llenos de contravalores, y los medios de comunicación difunden y atacan indiscriminadamente su salud emocional en situaciones que se afanan en reproducir.
- Lugares de diversión: Existen lugares de diversión que ponen en peligro la salud de los jóvenes, como discotecas, night clubs, cigarrillos, drogas, alcohol, trastrochar y violencia.
- Libertinaje: Los padres modernos, principalmente por motivos de trabajo, dejan a sus hijos al cuidado de otros, por lo que los adolescentes crecen sin una imagen autoritaria que limite y guíe su comportamiento y comienzan a abusar de su libertad, arriesgando su salud.

Factores Fortalecedores

Son condiciones que favorecen el desarrollo individual y reducen el impacto de un entorno insalubre. Estos factores pueden ser internos o externos.

Internos

- Liderazgo: La capacidad de guiar el comportamiento social, apoyándolos para trabajar con entusiasmo para lograr objetivos comunes.
- Empatía: La capacidad de ponerse en el lugar del otro y comprender sus sentimientos y emociones.
- Confianza: la capacidad de expresar adecuadamente nuestros sentimientos, opiniones e ideas en el momento adecuado sin negar y considerando los derechos de los demás.
- Autoconocimiento: Es la capacidad de conocerse a uno mismo, de conocer la esencia, las características positivas y negativas.
- Autoestima: la capacidad de reconocerse y apreciarse como alguien importante.
- Creatividad: La capacidad de crear orden y belleza a partir del caos para lograr objetivos.

- Seguridad: confianza en los propios recursos y en la posibilidad de utilizarlos correctamente.

Externos

- Juego: El espacio psicológico de interacción y cooperación lúdica durante el desarrollo, especialmente en la dimensión socioemocional.
- Socialización: Desarrollo de las características personales según el modelo social dominante.
- Trabajo en equipo: Organizarse en equipo permite un trabajo eficaz.

Factores Protectores

Basadas en los estudios de Henderson, Milstein, Werner, Breilh, Greenspan, las investigadoras hemos considerado los factores que a continuación mencionamos.

- Construir relaciones entre las personas.
- Descubrir los aspectos positivos de cada persona.
- Predicar con el ejemplo y adoptar una actitud de respeto, solidaridad y comprensión.
- Recuerda que las necesidades, dificultades y expectativas de cada uno son diferentes.
- Favorecer el desarrollo de las habilidades de escucha, expresión y comunicación verbal y no verbal.
- Dentro del sistema familiar, establecer normas y reglas claras y respetar la jerarquía.
- Hacer un uso adecuado del tiempo libre para practicar la crianza.
- Expectativas positivas de los padres sobre el futuro de sus hijos.
- Compartir responsabilidades en casa.
- Apoyo de los padres en las actividades escolares de los niños.

CAPÍTULO III

LA PERSONA RESILIENTE

3.1. Perfiles de la persona resiliente

Se identificó la imagen de la persona resiliente como la imagen que queríamos lograr en nuestros estudiantes.

Con base en la investigación realizada por los autores, y con referencia a la investigación de Isidora Jesús, identificamos un perfil de personas resilientes.

- Introspección: Es el arte de cuestionarse a uno mismo siendo capaz de dar una auto-respuesta honesta y constructiva (autocomprensión).
- Independencia: Capacidad de establecer límites entre uno mismo y las circunstancias adversas a través de la distancia emocional y física sin aislarse de los demás (autonomía).
- Competencias asociativas: las competencias sociales (compasión y habilidades de ayuda) para formar conexiones internas y satisfactorias con los demás.
- Iniciativa: dispuesto a exigirse, ponerse a prueba en las tareas, hacerse cargo de los problemas, tomar el control de los problemas (iniciativa).
- Humor: Capaz de encontrar la comedia en la tragedia, actitud positiva ante el absurdo y el horror (optimismo).
- Creatividad: La capacidad de crear orden, belleza y propósito en el caos y el desorden. Se manifiesta en la creatividad y el juego para superar la soledad y el miedo, la ira y la desesperación (ingenio).
- Moralidad: Conciencia y deseo de tener una vida personal rica y satisfactoria. Comprometerse a distinguir entre buenos y malos valores (juicio moral).

3.2. Características de un individuo resiliente.

- Fuerte sentido de compromiso.
- Fuerte sentido de control sobre los eventos.
- Están más abiertos a los cambios de vida.
- Tienden a interpretar las experiencias estresantes y dolorosas como una parte más del ser.

Hay factores intrínsecos como la autoestima, el optimismo, la confianza en sí mismo, el sentido de la responsabilidad y la capacidad de elegir o cambiar las habilidades cognitivas.

Por lo tanto, además de desarrollar factores internos, también es importante fortalecer el apoyo externo. Pero si la autoestima es baja o no coincide con las habilidades sociales, y si se elimina el apoyo externo del individuo, se derrumba nuevamente.

3.3. Psicología Positiva y Salud Mental:

Un estudio pionero de Wortman y Silver (1989) Los datos empíricos recopilados sugieren que esta suposición es incorrecta: la mayoría de las personas que experimentan una pérdida irreparable no se deprimen, las fuertes respuestas de duelo no son inevitables y su ausencia no implica necesariamente que existan o existirán barreras; son las personas las que a menudo resisten los estragos. de la vida con una fuerza inesperada, incluso frente a eventos extremos, un gran porcentaje de personas muestran una fuerte resistencia y están mentalmente ilesas o mínimamente dañadas en un estado de trance (Avia y Vásquez, 1998, Bonanno, 2004).

La psicología positiva nos recuerda que los humanos tienen una gran capacidad para adaptarse y comprender las experiencias traumáticas más terribles, una capacidad que la psicología ha descuidado durante muchos años.

La resiliencia y el crecimiento postraumático emergen con fuerza en psicología para resaltar la enorme capacidad que tenemos los humanos para resistir y recuperarnos de

las adversidades de la vida. Se entiende que la persona es positiva y fuerte, capaz de superar la adversidad a medida que desarrolla resiliencia.

3.4. La Resiliencia en el Plano Educativo.

Hoy es necesario fortalecer la fuerza interior de los niños para que puedan resistir las dificultades de este difícil mundo globalizado, que se llama primario. Fortalécelos e infórmalos, capacítalos, apoya la experiencia de cada etapa de crecimiento, física y mental, en lugar de apresurarte a aprender sobre sus fortalezas y rasgos mentales, y acércalos a través de una variedad de formas y técnicas de autoconciencia. Queremos que nuestros alumnos sean conscientes de su identidad y utilidad para que puedan tomar decisiones, fijarse metas y creer en un futuro mejor, satisfaciendo sus necesidades básicas de afecto, relación, respeto, propósito, poder y sentido, que es una tarea diaria que involucra diferentes lugares sociales, desde el hogar y diferentes instituciones.

3.5. Prevención y Promoción de Salud.

Los proyectos más ambiciosos en la investigación de la resiliencia son las aplicaciones al desarrollo infantil, la dinámica familiar, las emociones escolares, el desarrollo comunitario, la comprensión de las características familiares y escolares y los entornos comunitarios que promueven la resiliencia. Desarrollar esta resiliencia en personas, familias e instituciones que no la tienen.

CONCLUSIONES

- PRIMERA.** - Las competencias emocionales, cognitivas y socioculturales son necesarias para el desarrollo humano, permitiéndole reconocer, enfrentar y cambiar su vida de manera constructiva frente a situaciones adversas que amenazan su desarrollo.
- SEGUNDA.** - Las dimensiones de la resiliencia son la capacidad de lidiar con aspectos perturbadores, la capacidad de enfrentar los problemas de manera creativa, la capacidad de resistir y escapar del estigma negativo, y la capacidad de construir amistades duraderas basadas en el cuidado y el apoyo mutuos. Además, los factores de resiliencia son: factores positivos, factores de riesgo, factores de refuerzo, factores de protección.
- TERCERA.** - Una persona resiliente se caracteriza por un fuerte sentido de compromiso, un fuerte sentido de control sobre los eventos, está más abierta a los cambios de la vida y tiende a interpretar las experiencias estresantes y dolorosas como otra parte del ser.

RECOMENDACIONES

- Se sugiere dar a conocer que la resiliencia no es innata ni adquirida naturalmente, su desarrollo depende de ciertas cualidades del proceso de interacción sujeto-humano.
- Se recomienda informar que existen factores intrínsecos como la autoestima, el optimismo, la confianza en uno mismo, el sentido de la responsabilidad y la capacidad de elegir o cambiar las habilidades cognitivas

REFERENCIAS CITADAS

- Ander y Egg, E (1987) Técnicas de la Investigación Social Humanistas, Buenos AIRES (21 Edición)
- Aside, Amauta. (2002). Habilidades Sociales. Tumbes. Ediciones ASIDE Amauta.
- Avia y Vásquez. (1998). Optimismo inteligente. Alianza. Editorial Barcelona.
- Bandura, Albert. (1982). Teoría del Aprendizaje Social. Calpe, Madrid. Ediciones Espasa.
- Bonanno. (2004). Pérdida, Traumas y Resiliencia Humana. Tendremos nosotros la suficiente capacidad humana para prosperar después de acontecimientos sumamente adversos. Psicología, Americana.
- Febres, Consuelo (1999). Investigación Educativa. La Habana. Editorial Educación y Desarrollo.
- Galeano, Eduardo. (s/f) Citado por Habilidades Sociales Programa de Formación Continua de Docentes en Servicio. Tumbes. Ediciones ASIDE Amauta.
- Grotberg, Edith. (1997). La resiliencia en acción, trabajo presentado en el Seminario Internacional sobre Aplicación del Concepto de Resiliencia en Proyectos Sociales, Universidad Nacional de Lanús, Fundación Van Leer,
- Grotberg, Edith (1998) Manual de Identificación y Promoción de la Resiliencia en niños y Adolescentes. Organización Panamericana de la Salud. OMS.
- Hernández, R. y Otros. (2001) Metodología de la Investigación. México. Mc Graw - Hill.
- Piaget, Jean (1979) Desarrollo de la Noción del Tiempo en el Niño. Barcelona España Editorial LAJA.
- kobasa Y MADI (1972): Psicología Positiva-Resiliencia. Recuperado de www.psicología-positiva.com/resiliencia.html-36k
- Melillo, Aldo y Suares, Néstor (2001) Resiliencia Descubriendo las Propias Fortalezas. Buenos Aires, Paidós
- Melillo, Aldo. (2002). Resiliencia y subjetividad - Los ciclos de la vida” (en prensa).

- Melillo, Aldo. (2004). Proyecto de construcción de resiliencia en las escuelas medias, presentado en la Secretaría de Educación de la Ciudad de Buenos Aires.
- Meza, Aníbal. (2002). Fundamentos de psicología educativa. Lima Facultad de Teología Pontificia y Civil de Lima.
- Navars, José. (1991). Citado por Habilidades Sociales Programa de Formación Continua de Docentes en Servicio. Tumbes. Ediciones ASIDE Amauta.
- OIT - IPEC. (2005). Guía para Maestros y Maestras. Costa Rica. Editorial OIT.
- Pineda, Angélica. (1993). Evaluación del aprendizaje. México. Editorial Trillas.
- Ramos, María Teresa (2002) Psicología Cognitiva. Facultad de Teología Pontificia y Civil de Lima.
- Rodriguez, Walabonso,(2002) investigación Aplicada a la Educación. Lima. Facultad de Teología Pontificia y Civil de Lima.
- Vanistendael, Stefan. Citado por Habilidades Sociales Programa de Formación Continua de Docentes en Servicio. Tumbes. Ediciones ASIDE Amauta.
- Vanistendael Stefan y Leconte, Jacques (2002) La Felicidad es Posible. Barcelona. Gedisa.
- Werner y Smith. (1992). Citado por Habilidades Sociales Programa de formación Continua de Docentes en Servicio. Tumbes. Ediciones ASIDE Amauta.
- Werner y Smith. (1992). Factores Ambientales Protectores. Recuperado de [www.iin.oca.org/cursos-a-distancia/ley.Lectura 17. resiliencia.pdf](http://www.iin.oca.org/cursos-a-distancia/ley.Lectura%2017.resiliencia.pdf)
- Wortman y Silver. (1998). La Experiencia Traumática desde la Psicología Positiva: Resiliencia y crecimiento postraumático. Anuario de Psicología Clínica de la Salud. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Universidad de Sevilla.

Importancia de la resiliencia en la educación primaria

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	2%
2	docplayer.es Fuente de Internet	1%
3	Submitted to Universidad de Córdoba Trabajo del estudiante	1%
4	theabc.typepad.com Fuente de Internet	1%
5	www.3ciencias.com Fuente de Internet	1%
6	www.venumperu.com Fuente de Internet	<1%

Excluir citas Activo

Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words Activo

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
Asesor.