

De la resiliencia infantil a contextos que se transforman

escrito por DF Diario Feminista. | septiembre 20, 2023



pexels

La resiliencia es un concepto del cual parece hablarse últimamente muy a menudo. En el campo del desarrollo infantil, al menos, ha sido ampliamente estudiado y respaldado por la investigación científica ganando reconocimiento y relevancia en las últimas décadas. La resiliencia es la capacidad que tenemos las personas para enfrentar y superar adversidades, adaptarse a situaciones desafiantes y desarrollarse de manera saludable a pesar de

las circunstancias difíciles que puedan presentarse. Así pues, es importante que las niñas y los niños vayan adquiriendo progresivamente esta capacidad por el bien de su futuro bienestar y en el caso de quienes sufren situaciones de abuso y/o violencia, aún más, si cabe, jugará un papel crucial.

El [Centro de Desarrollo Infantil de Harvard](#) destaca tres factores clave que contribuyen a la resiliencia en la infancia:

Relaciones estables y apoyo: Los vínculos afectivos sólidos con las personas cuidadoras y otros adultos de confianza son esenciales para que puedan desarrollar esta competencia. Las niñas y los niños que tienen relaciones estables y de apoyo tienen más probabilidades de desarrollar la confianza en sí mismos así como la capacidad para regular sus emociones, de ahí que cultivar el sentimiento de amistad profunda y sincera desde las escuelas sea tan importante.

Entorno cognitivamente estimulante: Las niñas y los niños necesitan entornos y expectativas altas que desafíen sus habilidades cognitivas y promuevan el aprendizaje.

Habilidades de Autorregulación y estrategias de afrontamiento: La resiliencia implica la capacidad de gestionar el estrés y las emociones de manera constructiva. Las niñas y los niños necesitan aprender a autorregularse y desarrollar estrategias saludables para enfrentar situaciones difíciles. Esto lo hacen con ayuda de los iguales, cuando es el grupo el que a través del diálogo igualitario pone o quita atractivo a determinadas actitudes.

Podemos ayudar e impulsar el desarrollo de la resiliencia de muchas formas; fomentando las relaciones de calidad,

solidarias de amistad, proporcionando estimulación y aprendizaje, modelar la resiliencia pues los adultos podemos ser modelos al enfrentar desafíos con actitudes positivas y adaptativas, confiando en su capacidad de aprendizaje y animándoles a tomar decisiones así como asumir responsabilidades adecuadas a su edad.

Sin embargo, todas estas estrategias se aúnan a través de la construcción de contextos seguros y libres que previenen de la violencia mediante la implementación de Actuaciones Educativas de Éxito en las aulas. Los centros educativos que son [Comunidad de Aprendizaje](#) están transformando no sólo las aulas y el centro sino las comunidades de manera que en su mejora, sean éstas también las que se conviertan en esos contextos resilientes, de tolerancia cero a la violencia y construyan un futuro más sólido y esperanzador para las generaciones venideras.