

Fecha: sábado 4, 11, 18 y 25 de agosto de 2018

Horario: 10:00 a 12:00 horas

Perfil del público al que va dirigido: público en general

**Entrada libre**

**Cupo limitado**

## Resiliencia del Mexicano en la Adversidad

**Coordina: Fernando Hernández Avilés**

Presidente de la Asociación Mexicana de Resiliencia. Psicólogo por la UNAM, Especialista en Dirección Estratégica por la Universidad Complutense de Madrid, y en Pensamiento Creativo por el Tec de Monterrey. Premio Nacional Juvenil de Ciencia y Tecnología área Social, Distinción para obtener el Premio Nacional de Desarrollo Social y el Premio Nacional de Ciencias y Artes. Especialista sobre Resiliencia y Desarrollo Humano para la UNAM, el Tec, DIF, Gobierno Federal y Estatales, ONU, ISSSTE, IMSS, Radio UNAM, Canal 11.

### Objetivo y relevancia de la actividad

En este curso conoceremos e identificaremos a la resiliencia, como una característica, habilidad y herramienta que tenemos y desarrollamos las personas y grupos para poder hacer frente y superar las adversidades que se nos presentan en la vida. Desde desafíos personales a retos sociales y respuesta ante desastres naturales.

Podremos entender y analizar el proceso de su construcción y generación, a partir de nuestras emociones, nuestro aprendizaje, nuestro desarrollo neuro-psicológico, nuestros sistemas sociales y personales de creencias, y la forma en que interactuamos y participamos hacia la superación de las adversidades que se nos presenten.

Reforzando y destacando la construcción de resiliencia a partir de nuestra cultura e identidad como mexicanos, cómo entendemos, enseñamos, afrontamos y superamos las dificultades diarias, de quién aprendemos, como nos relacionamos y trabajamos con lo que nos reta y duele, pero también lo que nos alegra y empodera.

Cuál es nuestra actitud y aptitud ante lo adverso, nuestras creencias, nuestros héroes, nuestros personajes y mitos, pero también nuestras leyendas y realidades.

## Sesiones

### **1. sábado 4 de agosto. Resiliencia: la capacidad del ser humano de superar lo adverso.**

- Conocer y responder ¿qué es la resiliencia?, ¿cómo se define y construye?, ¿cuál es su origen?, ¿todos podemos ser resilientes?, su aplicación e importancia en nuestra vida, como herramienta para fortalecer nuestro crecimiento personal y social ante las adversidades.

### **2. Sábado 11 de agosto. Psicología del mexicano: sus personajes, cultura, gente, héroes, creencias y mitos, lo que le duele, lo que le motiva y lo que lo hace feliz.**

- Identificar los principales rasgos, características e indicadores que nos definen y enmarcan como cultura, ante lo que nos vulnera y lastima, pero también lo que nos alegra y empodera. Rasgos que como personas y grupo, nos ayudan a siempre salir delante de lo adverso.

### **3. Sábado 18 de agosto. ¿Cómo se construye y desarrolla una personalidad y grupo resiliente?**

- Conocer las características, oportunidades y momentos, en la construcción y fortalecimiento de una persona y grupo resiliente, en el marco de sus emociones, su aprendizaje neuro-psicológico, su sistema de creencias, y desarrollo e interacción social.

### **4. Sábado 25 de agosto. El mexicano ante lo adverso, ¿Cómo aprende, enseña, comunica y hace frente a los desafíos que se presentan en su vida?**

- Identificar y conocer creencias, ideas, métodos y momentos que usamos para enseñarnos y usamos para superar las dificultades de la vida, desde la crianza familiar, hasta el reforzamiento social. Desde la colonia o barrio, hasta la escuela y el trabajo. Así como nuestra respuesta en situaciones de crisis personal, social, y natural.

## Bibliografía

- Barudy, J. (2012). *Hijas e hijos de madres resilientes*. México: Gedisa.
- Cyrulnik, B. (2014). *De cuerpo y alma*. España: Gedisa.
- Gianfrancesco, A. (1999). *La resiliencia del mito a la realidad*. Barcelona: Gedisa.

- Girard, G. (2004). *Adolescencia: riesgo y Protección en resiliencia*. [Online], 19 Párrafos. Disponible en: <http://www.interpsiquis.com> [22 febrero 2004]
- Grotberg, E. (1995a). *A guide to promoting resilience in children*. La Haya: Bernard van Leer Foundation
- Grotberg, E. (1995b). *Fortaleciendo el espíritu humano*. La Haya: Fundación Bernard van Leer.
- Guénard, T. (2003). *La encarnación de la resiliencia*. En: Cyrulnik, B., Tomkiewicz, S, Guénard, T., Vanistendael y Manciaux, M. (2003). *El realismo de la esperanza*. Barcelona: Gedisa.
- Heller, S. S., Larriev, J.A., D'Imperio, R. & Boris, N.W.(1999) *Research on resilience to child maltreatment: Empirical considerations*. Child Abuse & Neglect, 23(4). p. 321-338
- Rubio, J.L. y Puig, G. (2010). *Manual de resiliencia aplicada*. España: Gedisa.
- Rubio, J.L. y Puig, G. (2014). *Tutores de resiliencia*. España: Gedisa.
- Schwalb, V. (2012). *Todos somos resilientes*. Argentina: Paidós.
- Schwalb, V. (2015). *Todos podemos ser felices*. Argentina: Paidós.

**Se entrega constancia de participación con el 80% de asistencia**

### **IMPORTANTE**

Queda estrictamente prohibido la reproducción total o parcial de este programa sin previa autorización por escrito del(a) coordinador(a) del programa.