



Ciencias de la  
Familia y del  
Consumidor



*Creando Familias Saludables y Sustentables*

# Resiliencia comunitaria: Transformando las fortalezas de todos

Día Internacional del Profesional de Ciencias de la Familia y del Consumidor

Dra. Wanda I. Figueroa Fuentes

13 de abril de 2018

# Resiliencia

- Es un proceso multidimensional.
- Las relaciones del individuo con su familia y la comunidad representan un factor de protección para sostener su capacidad de enfrentar los riesgos.

Garcia-Vesga, M. C. & Dominguez-de la Ossa, E. (2013)

# Proceso de la Resiliencia

- ✓ Promueve la sustentabilidad
- ✓ Fortalece los recursos que tiene cada persona
- ✓ Es un proceso dinámico
- ✓ Requiere adaptación
- ✓ Las emociones son el motor de acción



Individuo



Familia



Comunidad

Relaciones

# Clasificaciones - Resiliencia



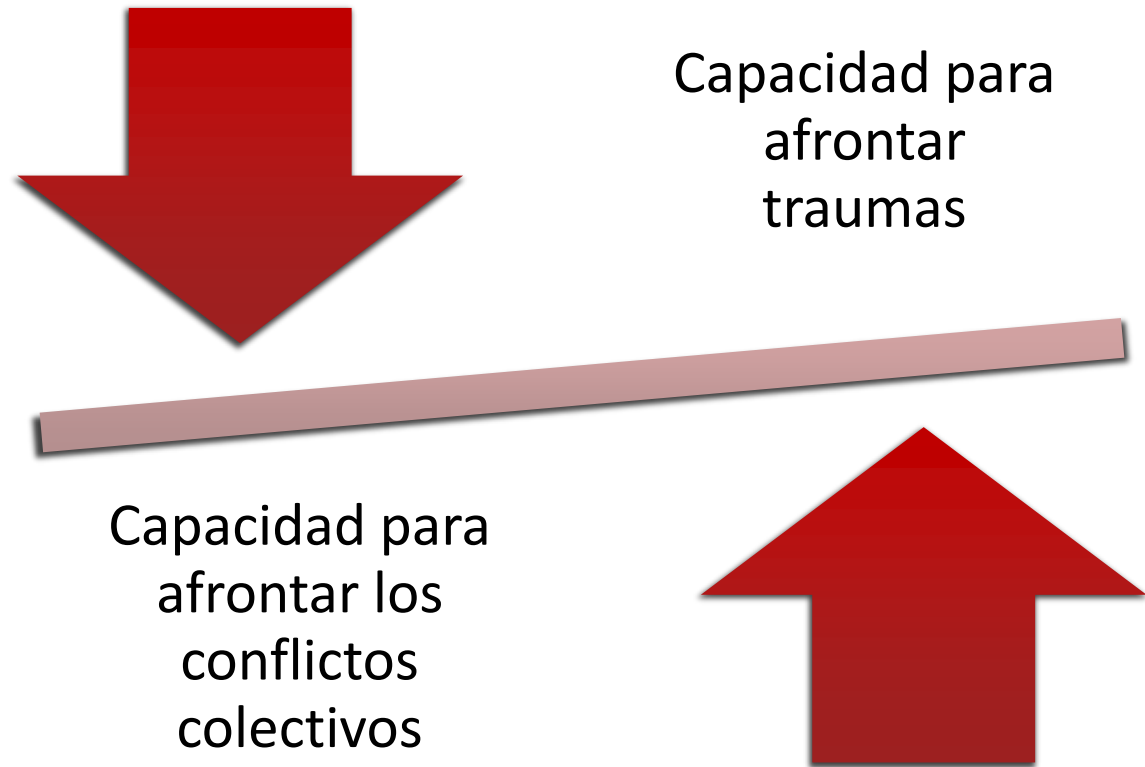
# Características Resilientes - Individuo

- Busca solución a los problemas
- Ve los errores como un reto a superar
- Motivado a aprender
- Posee percepción positiva de si – Autoestima
- Tiene sentido de esperanza
- Buen sentido del humor
- Posee metas claras y realistas
- Logra lo que se propone
- Demuestra empatía
- Establece relaciones positivas con otros
- Busca ayuda

# Características Resilientes - Familia

- Crianza autoritativa / democrática
- Establecen límites
- Las reglas son consistentes
- Ambiente del hogar es organizado y consistente
- Existe afirmación de un sistema de creencias/valores
- Aceptan las situaciones difíciles y trabajan juntos para superarlas
- Apertura a una buena comunicación
- Investigan y obtienen servicios o recursos formales que aportan al bienestar de la familia
- Los miembros de la familia se adaptan a nuevos roles
- Creen que pueden superar los obstáculos que enfrenten

# Resiliencia Comunitaria



## Capacidad para enfrentar traumas

Es la capacidad que tiene un sistema social (grupo de personas, barrio, pueblo) para enfrentar y sobreponerse ante una adversidad.





# Capacidad para enfrentar los conflictos colectivos

Las personas se identifican como un colectivo en el que se desarrollan y fortalecen los recursos con los que cuenta la comunidad.

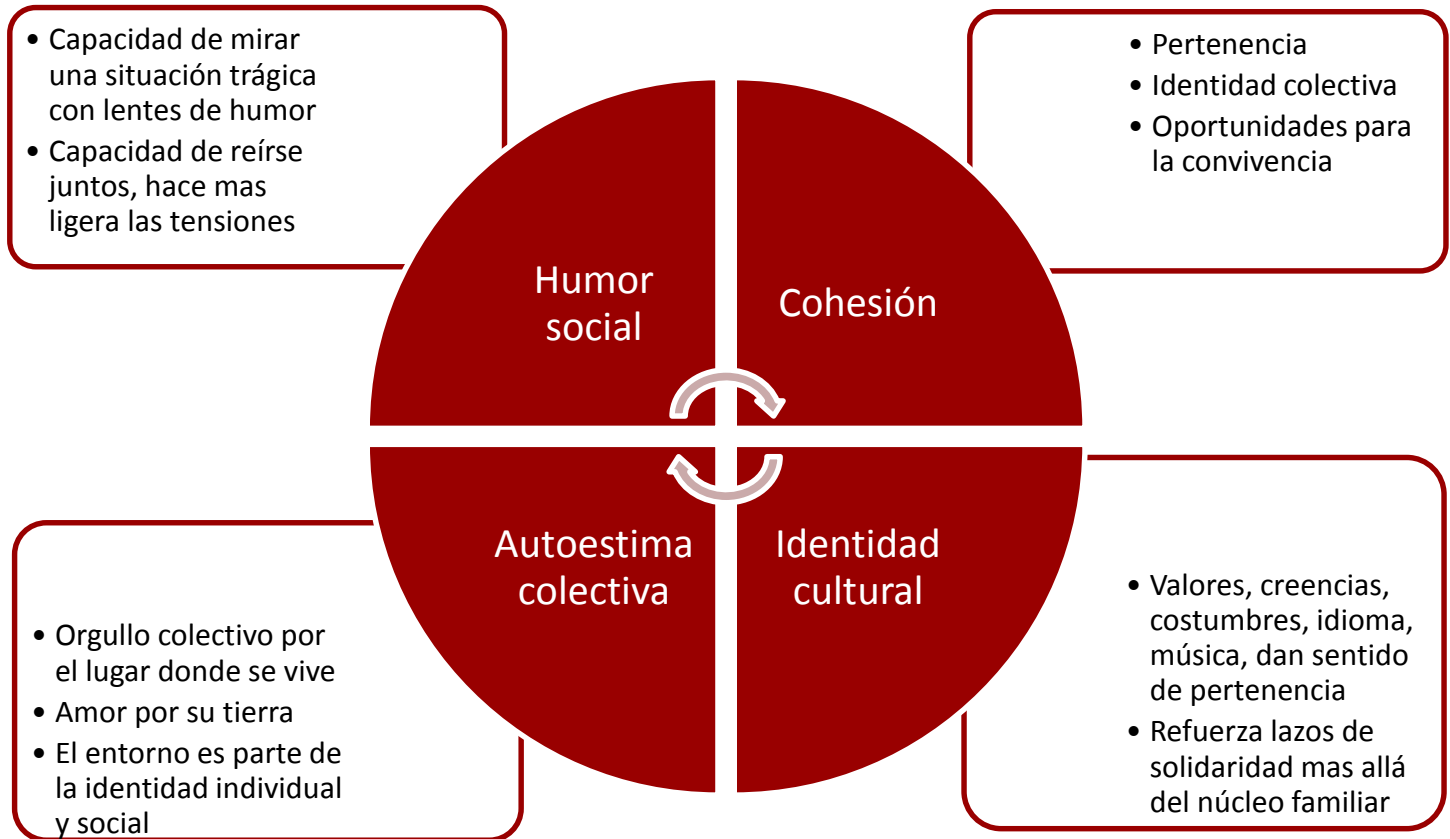
- a) Recursos tangibles
- b) Recursos intangibles



**Un buen ejercicio para el corazón  
es inclinarse para ayudar a otros  
a levantarse**



# Pilares para la resiliencia comunitaria:







**Hoy, deajo fluir la vida con  
todo lo bueno y lo malo.  
Tomo únicamente aquello  
que me haga ser mejor y  
aprender...**

# Referencias y Bibliografía

- García-Vesga, M. C. & Domínguez-de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 11(1), 63-77.
- Uriarte Arciniega, J. D. (2013). La perspectiva comunitaria de la resiliencia. *Psicología Política*, 47, 7-18.
- Villalba Quesada, C. (2004). El concepto de resiliencia. Aplicaciones en la intervención social. Departamento de Trabajo Social y Ciencias Sociales. Universidad Pablo de Olvide. Sevilla.