

A small green seedling with three leaves is growing out of a patch of cracked, dry, brown earth. The background is a close-up of the cracked soil, with the seedling positioned slightly to the right of the center.

Protagonismo Adolescente e Implementación de Prácticas Restaurativas

Un enfoque desde la resiliencia

Claire de Mézerville López

Plan para nuestro tiempo juntos

- Círculo de Saludo.
- Reflexiones generales en torno a la resiliencia.
- Adolescencia y algunas investigaciones.
- Estatuas vivas: ¿cómo son las relaciones intergeneracionales?
- Experiencia de Costa Rica.
- Círculos como herramienta para fortalecer ambientes resilientes.
- Resiliencia y adversidad como enfoque.



CÍRCULO DE SALUDO

A photograph of a small, vibrant green seedling with three leaves growing out of a patch of parched, cracked earth. The background is a vast expanse of dry, cracked soil, symbolizing resilience and growth in adversity.

Reflexiones generales en torno a la resiliencia

ACES y Enfoques Sensibles al Trauma

Adverse
Childhood
Experiences



Experiencias
Adversas en la
Infancia



De vez en cuando, dar un paso atrás nos ayuda a tomar una perspectiva mejor.

No podemos hacerlo todo y, al darnos cuenta de ello, sentimos una cierta liberación.

Ella nos capacita a hacer algo, y a hacerlo muy bien.

Regamos semillas ya plantadas, sabiendo que son promesas de futuro.

Es posible que no veamos nunca los resultados finales.

Los efectos de la levadura que proporcionamos van más allá de nuestras posibilidades.

–Monseñor Oscar Romero

¿Qué significa ser Resiliente?



Vanistendael (1994) distingue:



Resiliencia como resistencia frente a la destrucción. La capacidad de proteger la propia integridad bajo presión.



Resiliencia como capacidad para construir un conductismo vital positivo pese a circunstancias difíciles.

Modelo YO TENGO + YO SOY + YO ESTOY + YO PUEDO

YO TENGO:

- Personas que me quieren y en quienes confío.
- Personas que me ponen límites.
- Personas que me modelan, con su comportamiento, cómo proceder.
- Personas que quieren que yo sea autónomo/a.
- Personas que me ayudan cuando lo necesito.

YO SOY:

- Una persona amada.
- Feliz al expresar afecto.
- Respetuoso hacia los demás y hacia mí mismo/a.

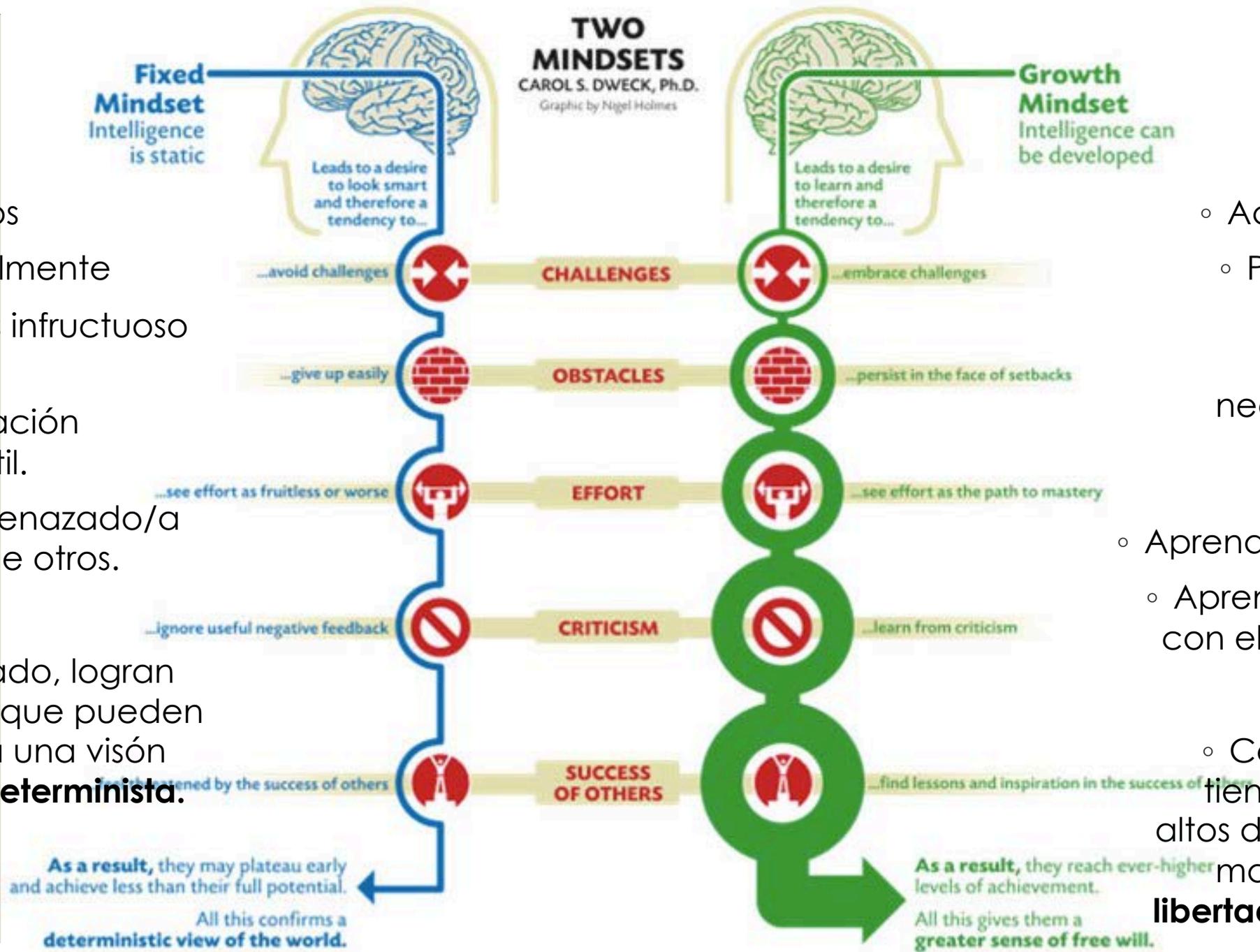
YO ESTOY:

- Dispuesto/a a asumir la responsabilidad por mis acciones.
- Seguro/a de que las cosas saldrán bien.

YO PUEDO:

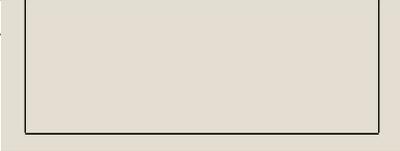
- Hablar sobre las cosas que me asustan o avergüenzan.
- Buscar cómo resolver mis problemas.
- Controlarme cuando quiero hacer algo peligroso o incorrecto.
- Buscar el momento apropiado para hablar o actuar sobre algo importante.
- Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.

Kotliarenco (1996).



- Evitar desafíos
- Rendirse fácilmente
- El esfuerzo es infructuoso
- Se ignora la retroalimentación negativa y útil.
- Se siente amenazado/a por el éxito de otros.
- Como resultado, logran menos de lo que pueden y obedece a una visión del mundo **determinista**.

- Acoger desafíos.
- Persiste ante los obstáculos.
- El esfuerzo es necesario para el desarrollo de destrezas.
- Aprende de la crítica.
- Aprende y se inspira con el éxito de otros.
- Como resultado, tienen niveles más altos de logro. Tienen mayor sentido de **libertad y autonomía**.



¿CÓMO SE APLICA A
COMUNIDADES
EDUCATIVAS?

Suárez
Ojeda (2001)

Resiliencia
Comunitaria.



Identidad Cultural

Costumbres, tradiciones,
símbolos.



Solidaridad

Conexión. Unidad.



Honestidad estatal.

Confianza en el liderazgo.



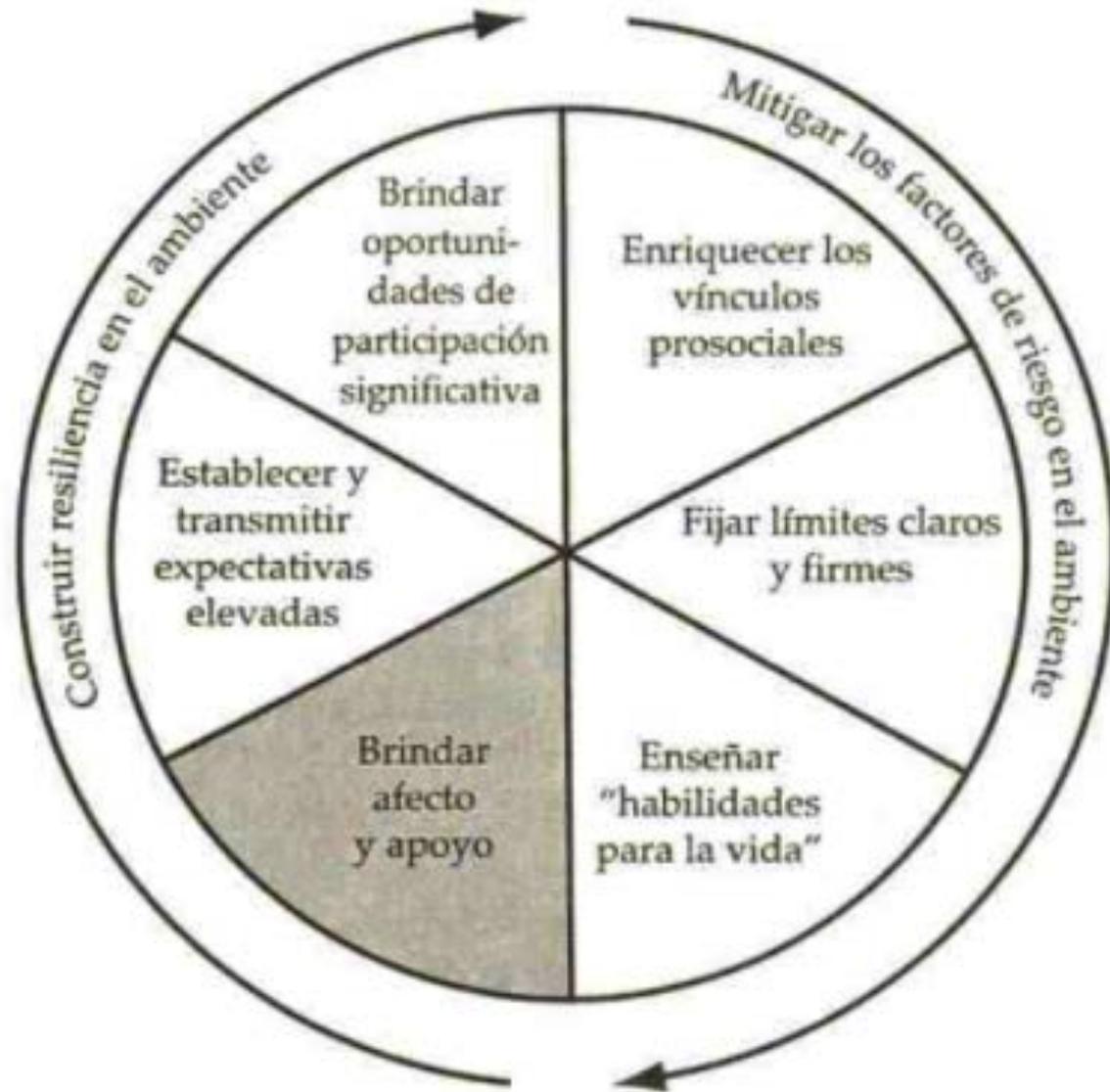
Humor social.

Capacidad para expresarse
cómicamente sobre los hechos.
Efecto tranquilizador.

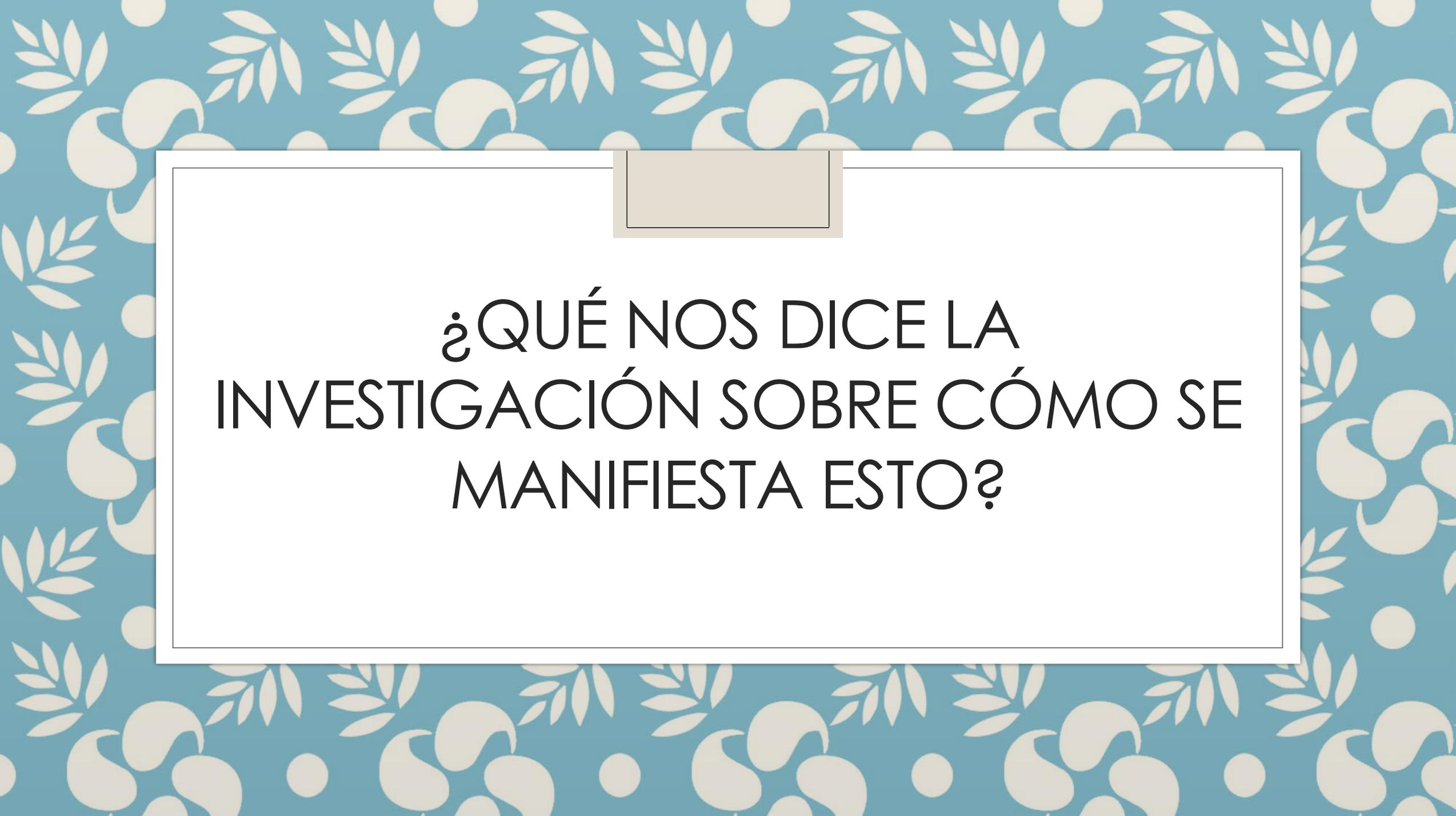


**Autoestima
Colectiva.**

Sentido de pertenencia.



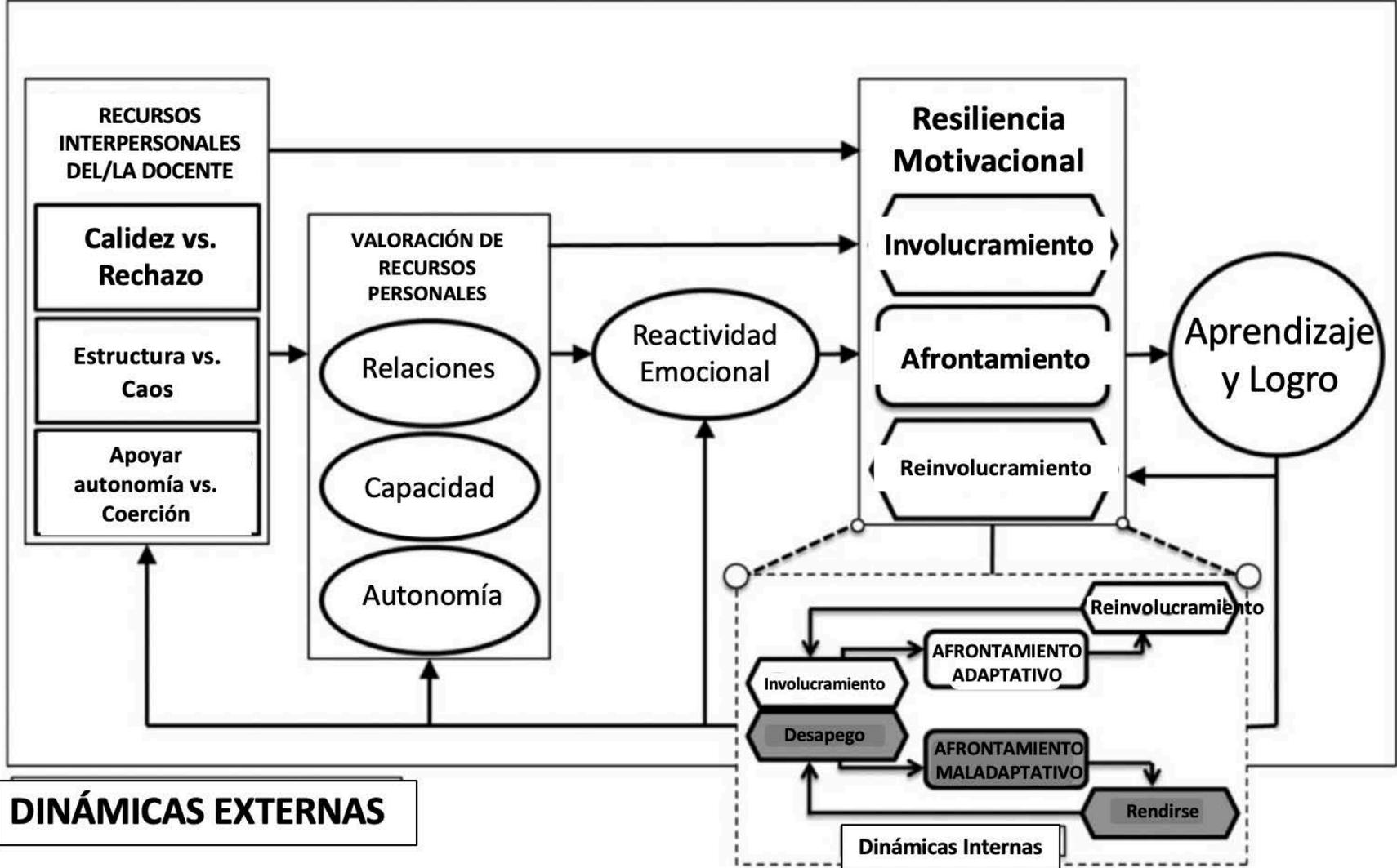
HENDERSON
& MILSTEIN
(2003).



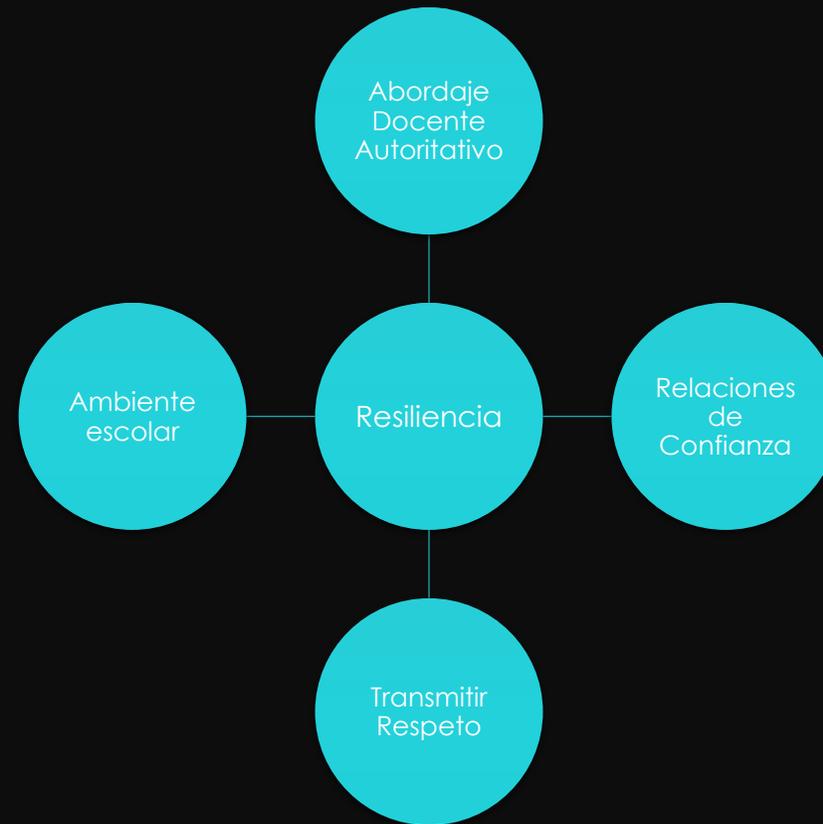
¿QUÉ NOS DICE LA
INVESTIGACIÓN SOBRE CÓMO SE
MANIFIESTA ESTO?

Hagamos estatuas.

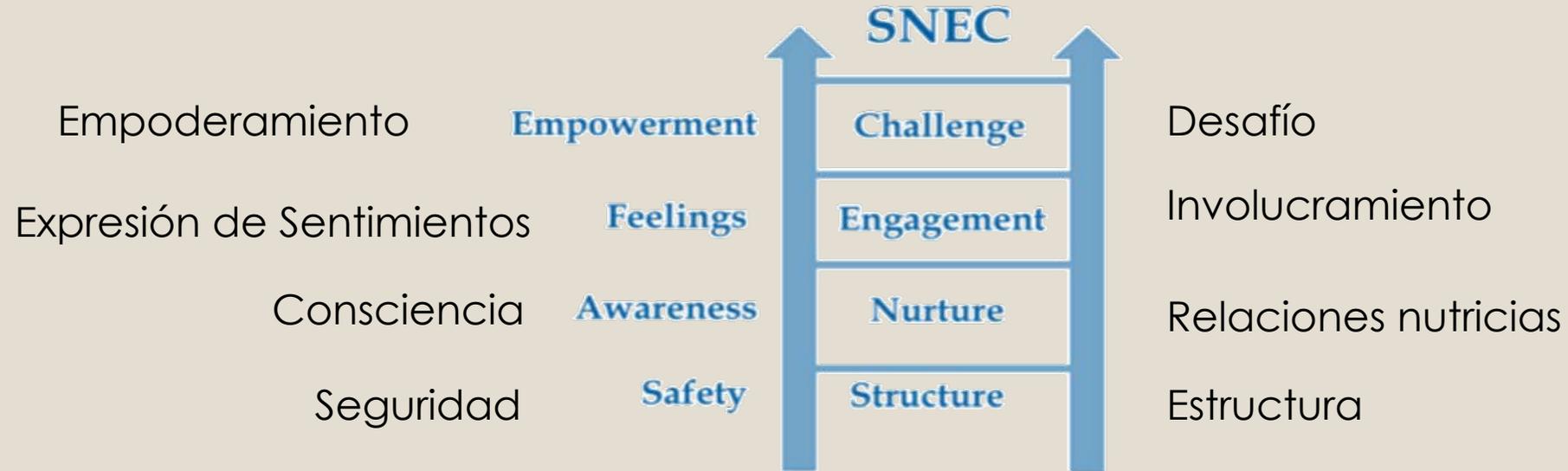
Modelos de dinámicas internas y externas de la motivación a la resiliencia (Pitzer y Skinner, 2016).



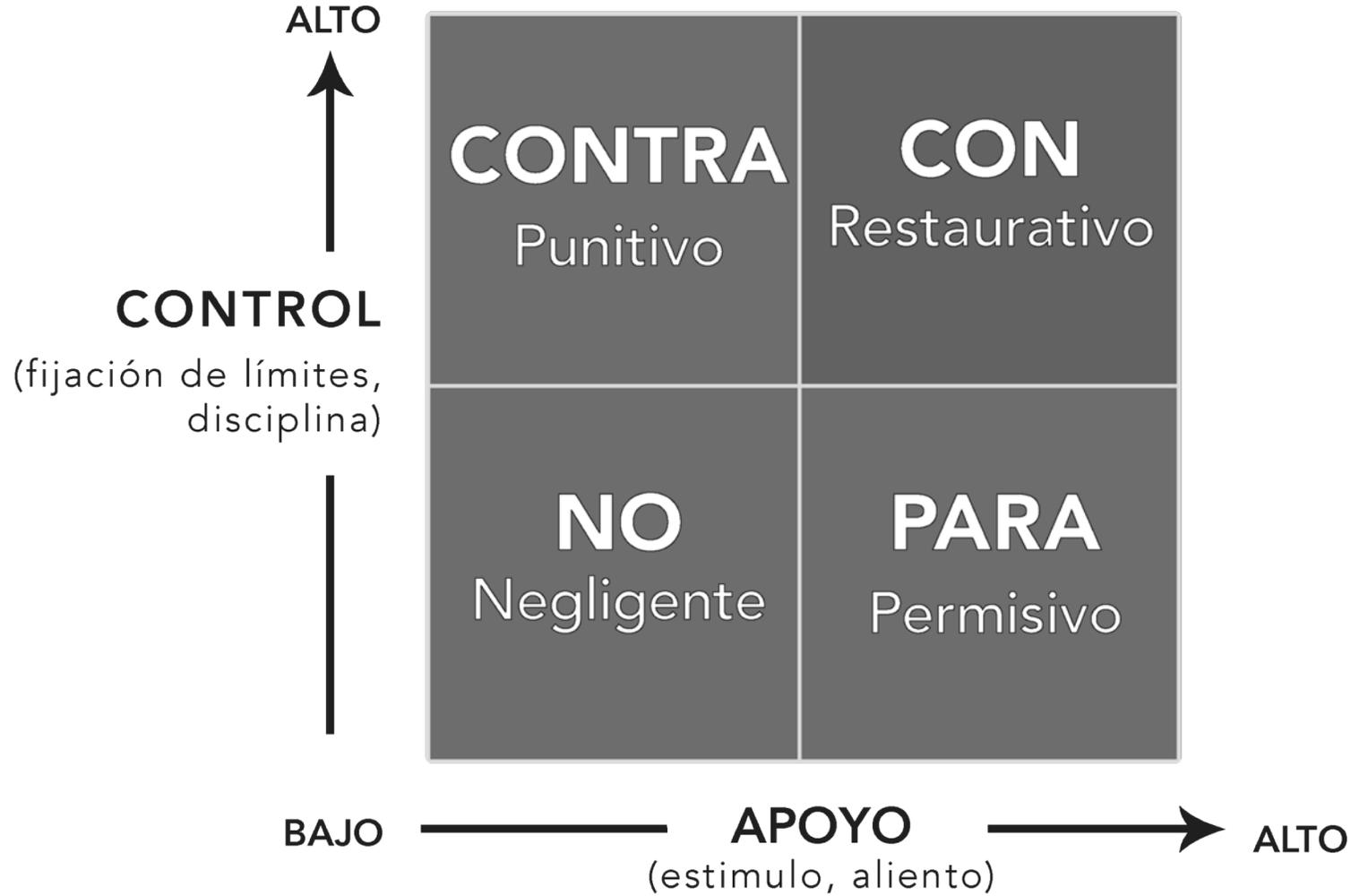
Factores docentes que promueven resiliencia (Allen, et. Al., 2016)



Involucramiento y Apoyo



1. Relational Care Ladder. Adapted from Rundell, F. (2018). Co-creating change within traumatized child & family. IIRP World Conference Strengthening the Spirit of Community: IIRP & Black Family Development.



Adaptado por Paul McCold y Ted Wachtel de Glaser, 1969

“Los resultados indican que **las prácticas de apoyo**, no las punitivas, son las que se asocian con menos acoso homofóbico y mayor sentido de conexión en el centro educativo. **Las prácticas de apoyo también son un factor de protección para estudiantes que han experimentado acoso escolar homofóbico.** Adicionalmente, los estudiantes en escuelas con menos prácticas de apoyo y que no han experimentado acoso homofóbico, reportan niveles bajos de conexión en la escuela, en comparación con estudiantes que han sido acosados. Se discuten implicaciones para políticas escolares relacionadas con apoyar a estudiantes en riesgo de ser acosados y sobre desconexión escolar.”

Day, J. K., Snapp, S. D., & Russell, S. T. (2016, August 29). Supportive, Not Punitive, Practices Reduce Homophobic Bullying and Improve School Connectedness. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*.



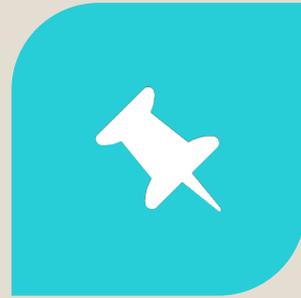
Pertenencia



Significancia



EL DESARROLLO CEREBRAL ES
GRADUAL: VA DE LO CONCRETO
A LO ABSTRACTO.



ZONA DE DESARROLLO PRÓXIMO.



¿TENEMOS LA INFORMACIÓN Y
SENSIBILIZACIÓN NECESARIA
PARA COMPRENDER LAS
CARACTERÍSTICAS PROPIAS DE
CADA ETAPA DEL DESARROLLO?

Cerebro y aprendizaje



ADOLESCENCIA

Adolescencia: La clave son los pares

- El cerebro adolescente es especialmente sensible a la interacción con sus pares
- Participar activamente en grupos ofrece a la persona adolescente una mejor satisfacción ante la vida y mayor afecto positivo (Chen & Vander Weele, 2018)
- Los circuitos de la recompensa son muy sensibles durante el desarrollo adolescente: (Siegel, 2014).
 - *Impulsividad*
 - *Susceptibilidad a la adicción relacionada con la liberación de dopamina*
 - *Hiperracionalidad (pesa más el beneficio calculado que el posible riesgo).*

¿Cómo se ve ésto?



PROTAGONISMO ADOLESCENTE EN COSTA RICA





LIDERAZGO ADOLESCENTE Y ABORDAJES INTERGENERACIONALES

- *Empoderando a la juventud*
- *Relaciones docente-estudiantes*
- *Mejora del clima escolar*
- *Involucramiento*
- *Su opinión sobre implementar PR*



Empoderamiento y sensibilización

- Alfabetización emocional: ¿Cómo te sentís hoy?
- ***“Queríamos hacer un círculo en mi clase porque teníamos mucho que estaba pasando: peleas, drogas y muchas cosas. Así que queríamos hacer algo pequeño porque la clase es muy corta, pero tuvimos tiempo de expresarnos y que nos oyeran.” J. 15 años.***

Relaciones Docentes-Estudiantes

- ***"Fue muy raro porque normalmente los profesores nos hablan a nosotros y fue muy interesante porque yo pude explicarles como, ejemplos del grupo porque había profes que no nos estaban poniendo atención y pudimos decirles que eso no era respetuoso. Pero se los dijimos de buena manera. Pero lo pudimos decir y decirles que ellos quieren que los respetemos pero pues nosotros también. Pero me gustó mucho ese día porque nos pusieron atención y hasta querían aprender más."*** JR. 15 años.

Mejorar el clima escolar

- ***“Pues haríamos esto para mejorar las actitudes de estudiantes y profesores y hacer espacios en los que la gente se sienta segura, como dije antes, que puedan hablar sin temor a que los juzguen o los señalen. Porque mucha gente es grosera porque no pueden encontrar un lugar para expresar cómo se sienten.” I, 15 años.***

Involucramiento

- ***“Para mí, una de las grandes lecciones aprendidas es que tenemos que comenzar CON los estudiantes. Los estudiantes son quienes motivan a los profesores a hacer círculos” – Martin.***

¿Qué piensan los y las jóvenes sobre cómo implementar PR?

- Quieren que hagamos círculos regularmente
- Quieren que tengamos conversaciones directas
- Quieren aprender a hablar sobre sus sentimientos
- Quieren que estemos ahí (ellos y ellas saben que están distraídos).
- Quieren poder descubrir quiénes son.

UNA HERRAMIENTA:
USO DE CÍRCULOS EN EL
AULA.

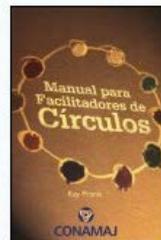


Título: En Círculo construimos la protección de nuestra niñez y adolescencia

Año: 2010

Autor: Conamaj

Para bajar folleto haga clic [aquí](#).



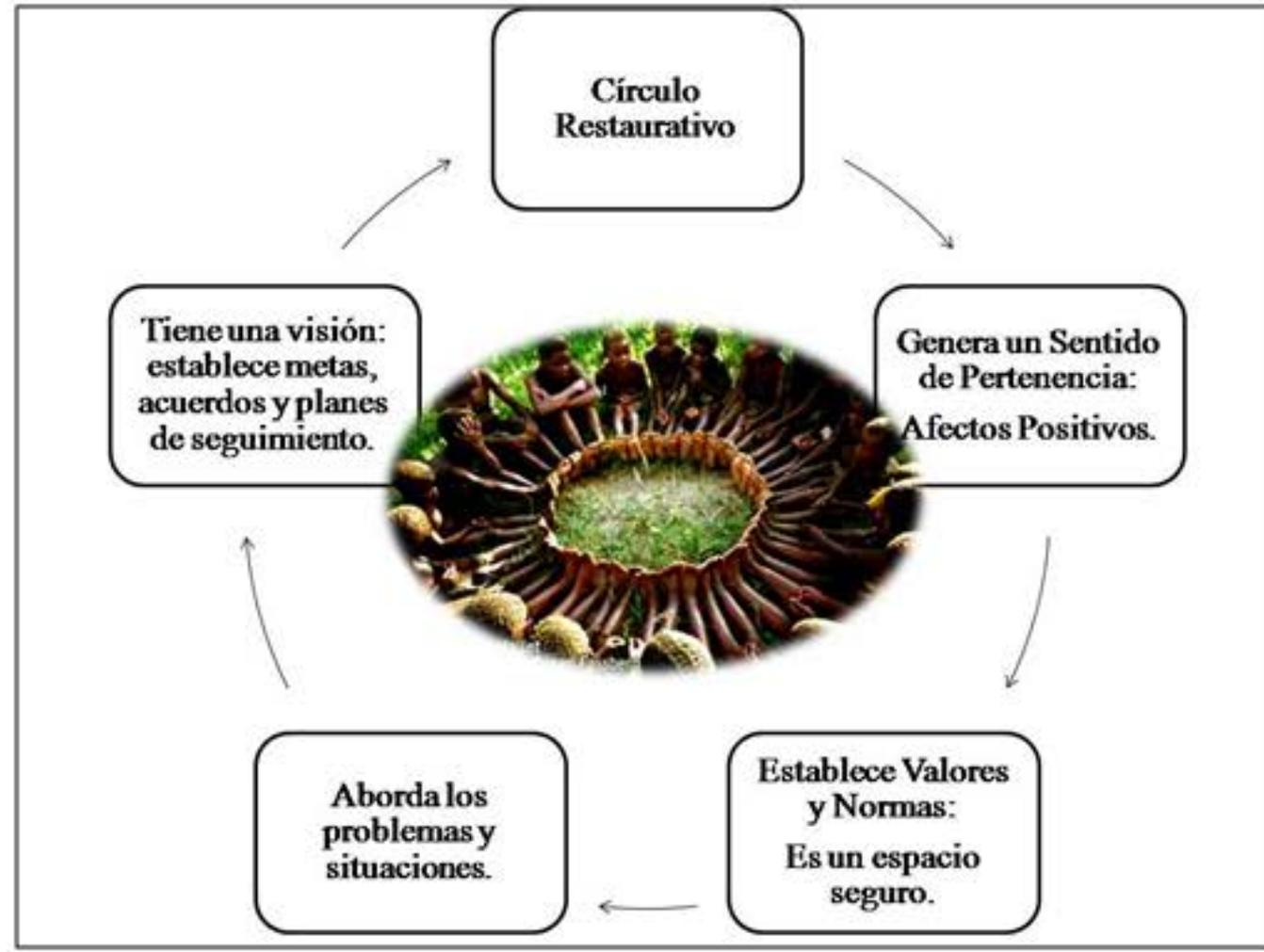
Título: Manual para facilitadores de Círculos de Paz

Año: 2006

Autor: Kay Pranis

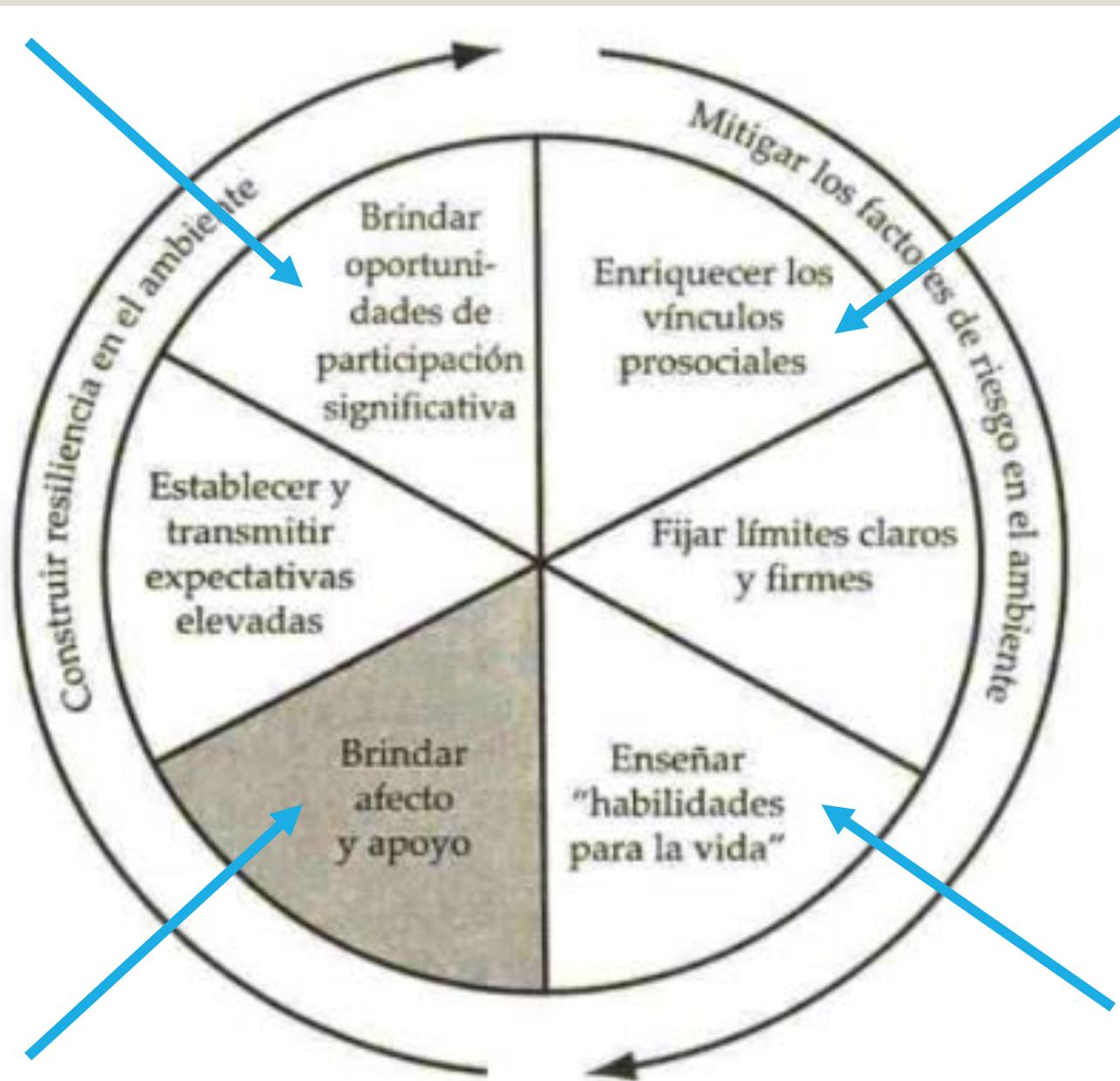
Para bajar libro haga clic [aquí](#).

PUBLICACIONES
DISPONIBLES EN
LÍNEA



Fuente: De la autora, basado en el texto de [Kay Pranis \(s.F.\) Circle's Keepers](#).

Henderson & Milstein (2003).





LA RESILIENCIA COMO ENFOQUE

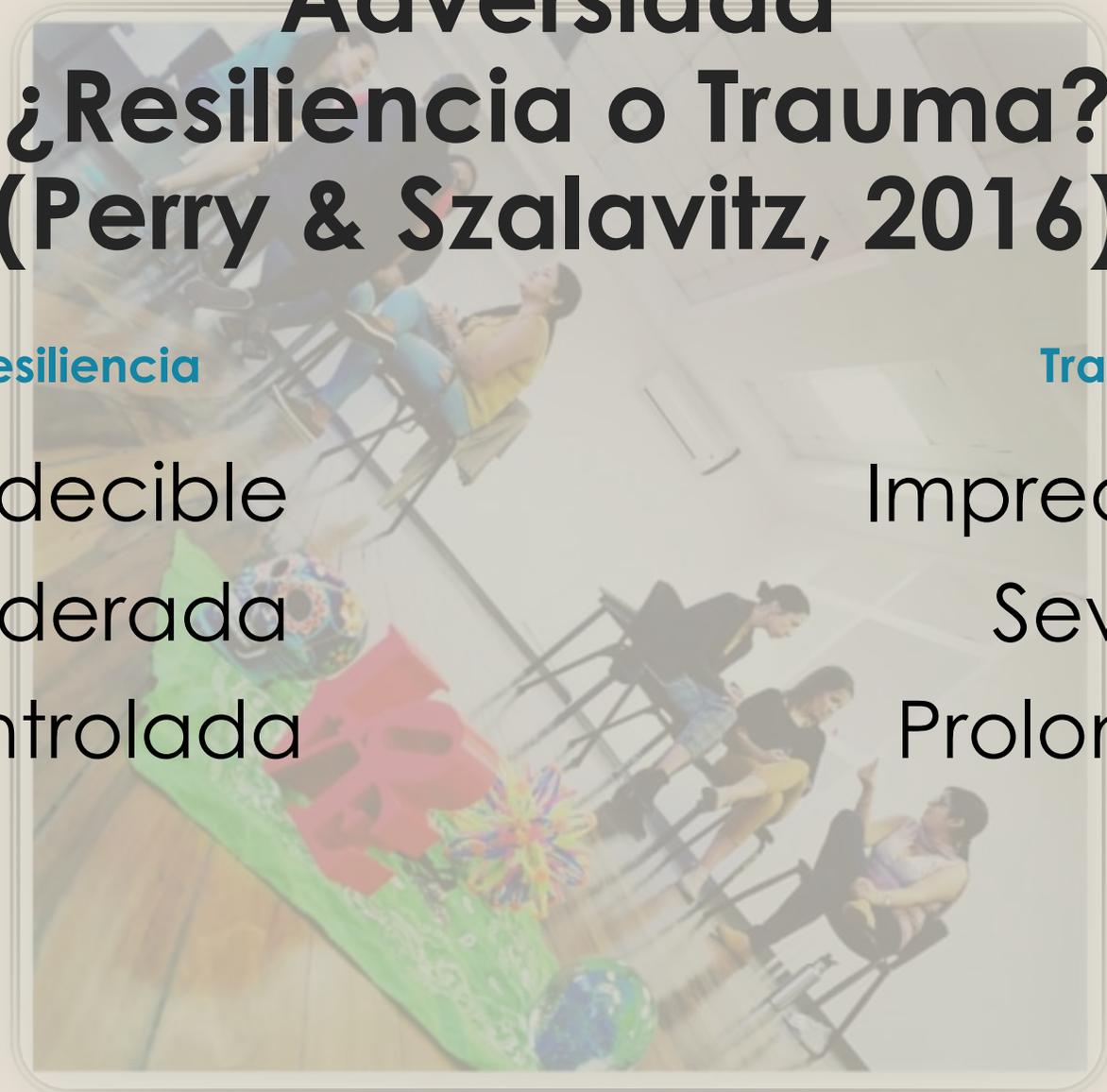
Adversidad ¿Resiliencia o Trauma? (Perry & Szalavitz, 2016)

Resiliencia

Predecible
Moderada
Controlada

Trauma

Impredecible
Severa
Prolongada



Necesitamos transformar la pregunta

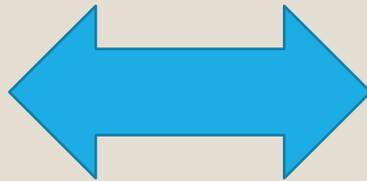
◦ ¿Cómo controlar la adversidad?



¿Cómo enfrentamos la
incertidumbre en un ambiente
de conexión y pertenencia?

¿Qué hacemos con esto? (Brown, 2015)

- Incertidumbre
- Autocuestionamiento
- Vergüenza
- Reconocer las brechas



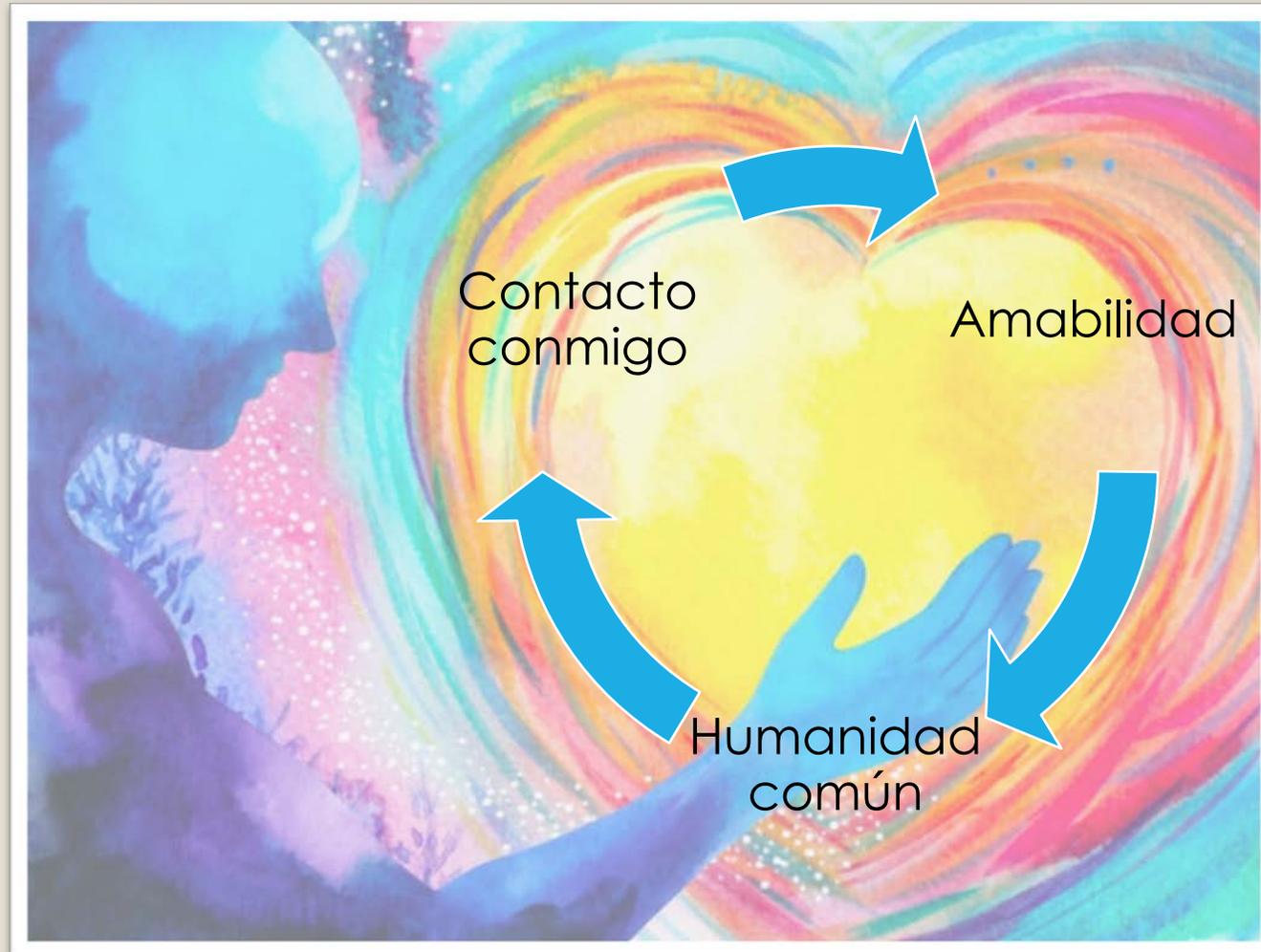
- Valentía
- Compasión Personal
- Empatía
- Abrazar la vulnerabilidad

Ante la Incertidumbre con valentía

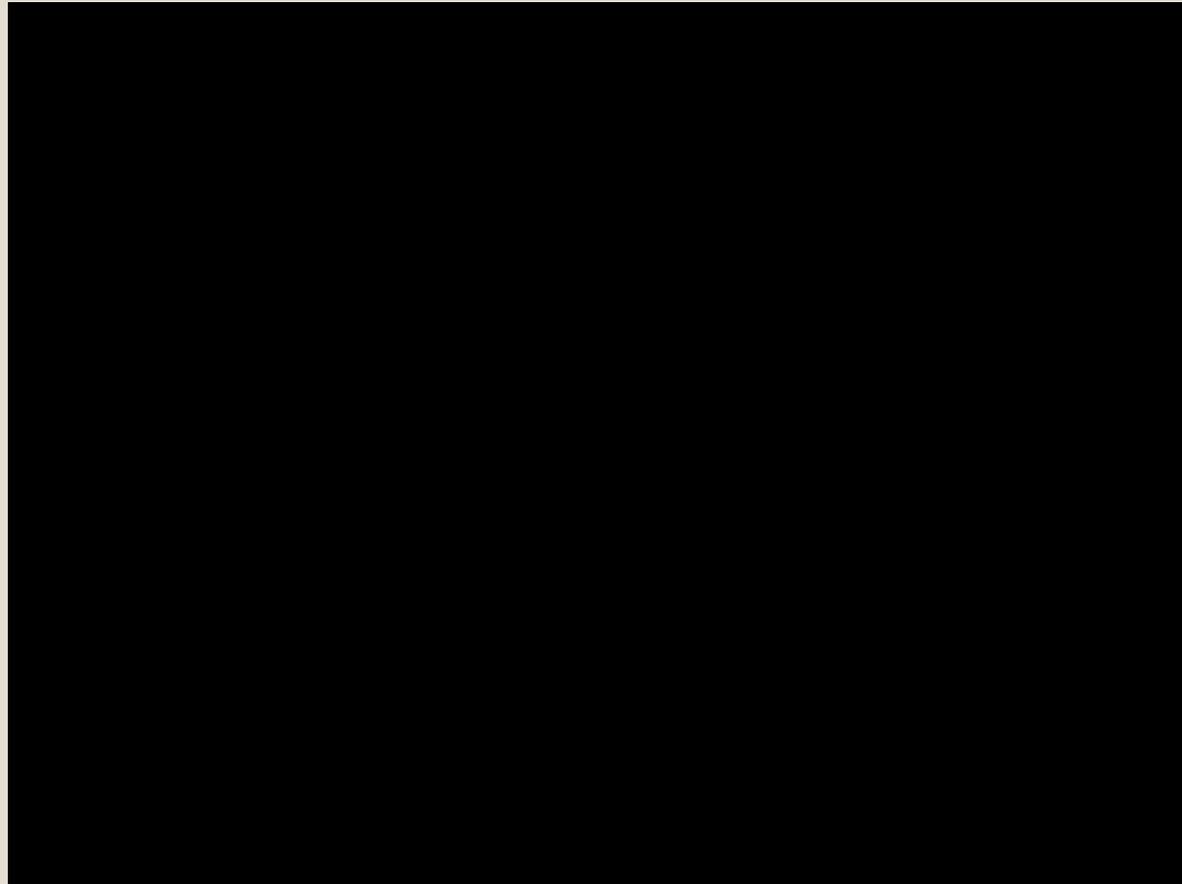


*Tener la valentía
de dar lo mejor y
dejarnos ver como
realmente somos.*

Autocuestionamiento vs. Compasión personal (Neff, 2014)



El antídoto de la vergüenza es la
empatía



**Reconocer las
brechas**

**Abrazar la
vulnerabilidad**



No podemos dar
lo que no
tenemos

*Estamos
sembrando,
nos percatemos
o no.*





¿Y LA ADVERSIDAD?

Con esperanza
Con conexión
Con valentía

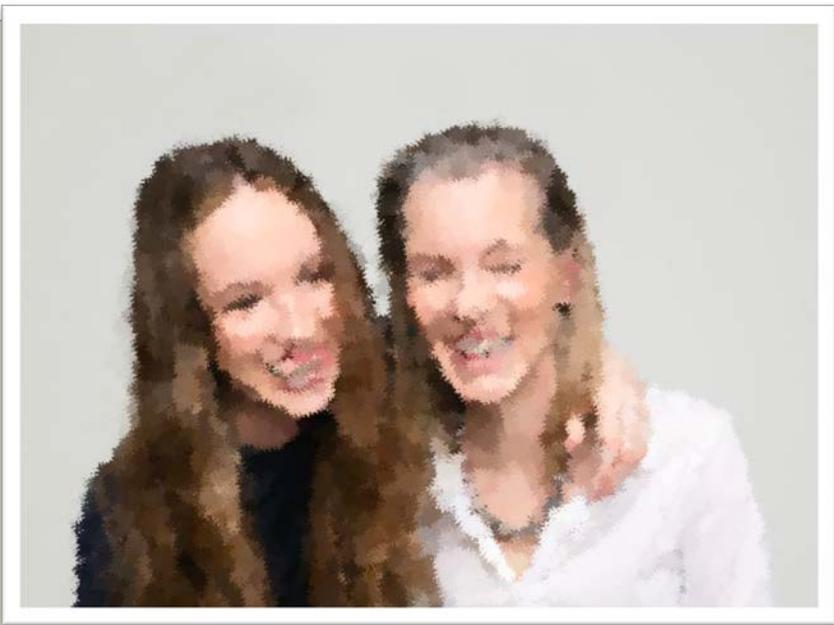
Esperanza (Brown, 2015).

1. Tengo la habilidad para establecer una meta realista: **Sé dónde quiero ir.**
2. Sé cómo alcanzar esa meta, incluyendo la habilidad para ser flexible y desarrollar rutas alternas: **Sé cómo llegar, soy perseverante, puedo tolerar la decepción e intentarlo de nuevo.**
3. Creo en mí: **¡Puedo hacer esto!**



Conexión: ¿Pertener o Encajar?





Conexión:

¡Necesitamos
jugar!



Valentía



Para terminar

Adversidad como herramienta

Enfrentar la incertidumbre con valentía y autenticidad.

Aliviar la vergüenza con empatía y con el “soy suficiente”.

Reconocer las brechas juntos y trabajar duro por la integridad.

Cultivar esperanza, conexión y valentía.

Cultivar en mí la persona adulta en la que quiero que se conviertan.

**Por sobre todo: dejarles
inventar nuevos caminos.**

Gracias.

