

Primera Infancia: resiliencia y ternura en los primeros años de vida

**Dra. Livia García Labandal
Mg. Elena Santa Cruz**



Livia García Labandal



Dra. en Psicología Universidad de Buenos Aires. Mg. en Psicología Educativa UBA. Lic. en Psicología. Facultad de Psicología. UBA. Profesorado Universitario ISALUD.

Prosecretaria Académica. Facultad de Psicología UBA.

Profesora Regular en Didáctica Especial y Práctica de la Enseñanza. Profesorado de Psicología. UBA. JTP en Psicología Educativa UBA. Profesora en Posgrados en Universidad de Belgrano, ISALUD y Universidad Abierta Interamericana.

Directora Programa UBANEX - *Andamiaje de las prácticas docentes en el Nivel Medio: dispositivos situados para la formación y resignificación de competencias didácticas*

Directora Programa de Extensión UBA. *Promoción de dispositivos cooperativos de construcción y abordaje didáctico de la Psicología en el Nivel Medio.*

Directora del PROINPSI. UBA. *El desarrollo de Competencias Didácticas, Evaluativas y Metacognitivas en Profesores de Psicología en formación.*

livialabandal@gmail.com

Elena Santa Cruz

- Magíster en Familia .Licenciada en Educación Inicial. Profesora de Educación Inicial. Profesora de Actividades Prácticas. Catequista. Profesora de Francés. **Titiritera (Discípula de Mane Bernardo y Sarah Bianchi).**
- **Desempeño profesional:**-Docente en Nivel Inicial, primaria, Terciario, Pos Grados y Universitario en Cátedras relacionadas a Títeres, Educación y Salud.
- **Directora de la Diplomatura** “El arte y los vínculos afectivos como puentes mediadores a aprendizajes significativos” USI .Universidad de San Isidro 2019.
- **Investigadora** del grupo GIRA: Grupo de Investigación en Resiliencia Aplicada (Directora Dra. Mabel Munist)
- **Titiritera del Programa de Violencia** desde su creación, durante 17 años.
- **Autora y coautora** de 20 libros, mas artículos para revistas educativas y de salud.
- **Expositora en Jornadas y Congresos** en el país y en el Exterior (España, Colombia, México, Ecuador, Uruguay, Chile, Cuba).
- **Voluntaria** en hospitales, hogares, comunidades y centros de atención desde 1976

babataky@yahoo.com.ar



Frente a los sucesos respecto del Covid-19



Alerta Internacional

Tras el brote que estalló en Wùhan (China) en diciembre de 2019, el jueves 30 de enero de 2020, el Director General de la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** declaró que el brote de SARS-CoV-2 como una emergencia de salud pública de importancia internacional (ESPII)

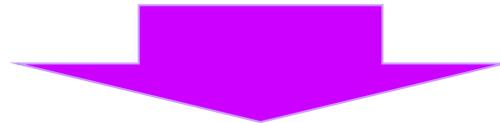
Dos aspectos a considerar

Una presencia real

Pandemia de Covid-19
instalada en el mundo

Una presencia discursiva

Hablar todo el tiempo de un
virus invisible y
deslocalizado



Frente a esto
que atemoriza y plantea una
escena de salida imposible
Hay otra escena simbólica que
abre ventanas o puertas



Único recurso:
Lazo Social
Dar momentos
de cobijo y refugio
Las palabras nos acercan

Factores de Riesgo y de Protección

Factores de Riesgo

Cualquier característica o cualidad de una persona y/o de su entorno que aumenta la probabilidad de generar un desajuste psico-social



Factores de Protección

Fortalezas del individuo y/o de su entorno que aumentan su capacidad para afrontar las adversidades y transformarlas en circunstancias fortalecedoras a través de estrategias de afrontamiento exitosas

Las características de las **personas** (demográficas y de personalidad), las de la **situación** de crisis y las del **contexto** (ambiente físico, familiar y social) permiten situar la capacidad **resiliente**

Resiliencia

Resiliencia es la capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad

La palabra resiliencia no es un término común en ciencias sociales, dado que se ha tomado de la física. En ésta ciencia resiliencia es el número que caracteriza la fragilidad de un cuerpo, o sea su resistencia a los choques. La fragilidad es tanto menor cuanto mayor es la resiliencia. La resiliencia es una propiedad de algunos materiales, como el acero, que consiste en la capacidad de recuperar su forma primitiva cuando se deja de ejercer presión sobre él. Es, en cierto sentido, asimilable a la elasticidad.

En el plano psicosocial es entendida como la posibilidad de recuperarse frente a situaciones adversas. Ese es el uso que nos interesa darle y que justifica la importancia del concepto. Se presenta como polaridad con el concepto de Vulnerabilidad que indica la imposibilidad o dificultad de recuperación frente a una situación que ejerce presión.

Se trata de un proceso dinámico que supone una combinación de factores (riesgo y protección) que permiten a un sujeto, grupo o comunidad, afrontar y superar las adversidades

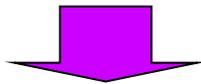


Resiliencia

Capacidad emocional, cognitiva y sociocultural de las personas que les permite reconocer, enfrentar y transformar en forma constructiva situaciones adversas que amenazan su desarrollo

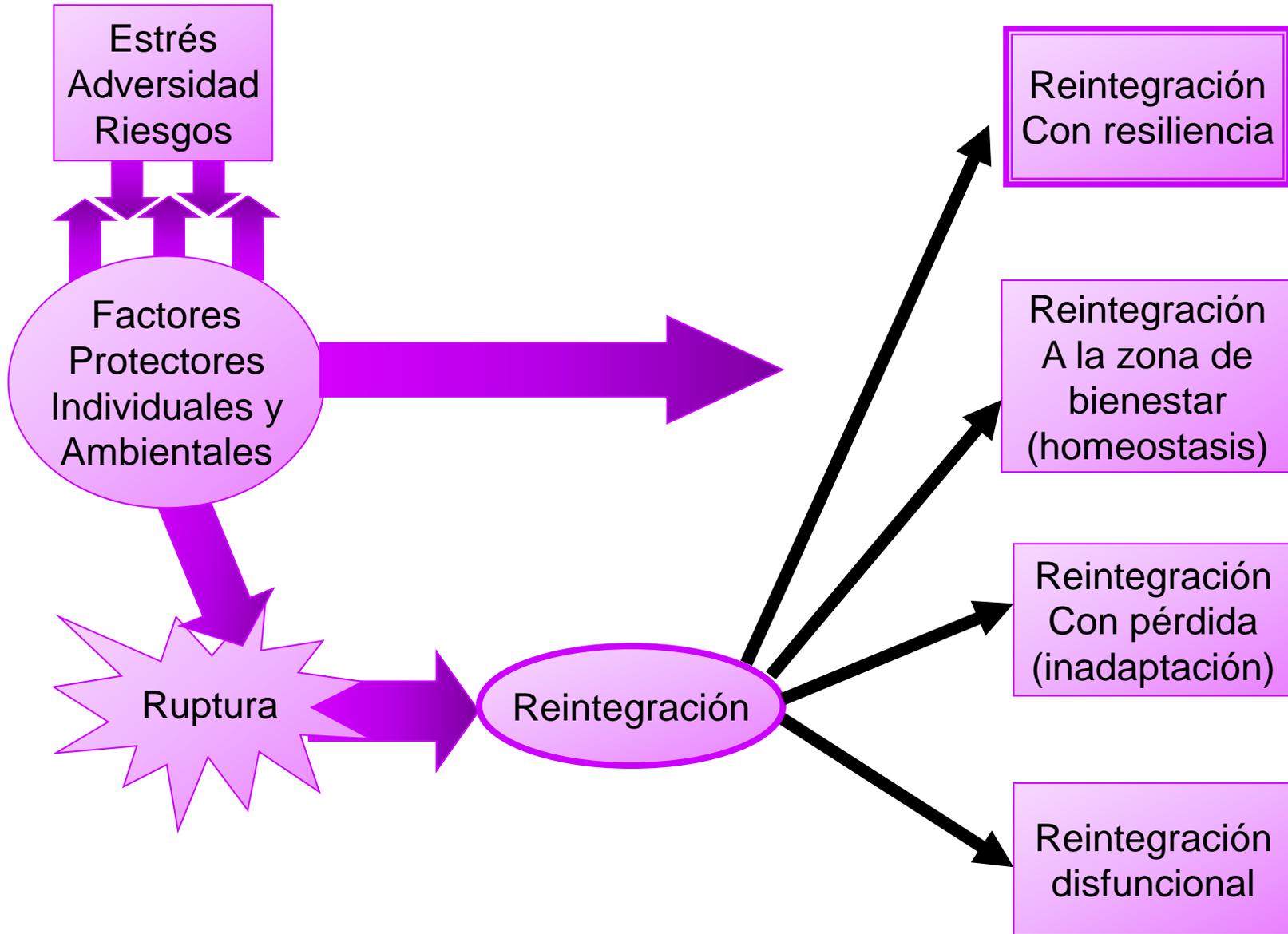


Apunta a la promoción de la calidad de vida y a la protección en relación al desarrollo del autocuidado y cuidado de los otros.



Implica generar relaciones de afecto mutuo y que todos los actores sociales tengan oportunidades de participación significativas

Modelo de Resiliencia





1-Yo tengo

3-Yo puedo

2-Yo soy

Factores de Protección

1-Yo tengo

Afectos-Normas-
Autonomía-Cuidados

2-Yo soy

Identidad-autoestima-
Responsabilidad-
Optimismo-Esperanza

3-Yo puedo

Comunicación-
Socialización-
Seguridad -Confianza



¿Qué pueden hacer las Familias?

Los procesos de superación y adaptación familiares pueden moderar el estrés y ayudan a afrontar situaciones adversas prolongadas para dejar atrás momentos de crisis

Será posible en tanto puedan:

- ✓ Promover Vínculos estrechos
- ✓ Valorar y alentar la educación
- ✓ Emplear un estilo de interacción cálido y no crítico
- ✓ Fijar y mantener límites claros (reglas, normas y leyes)
- ✓ Fomentar relaciones de apoyo con muchas otras personas afines
- ✓ Alentar la actitud de compartir responsabilidades, prestar servicios a otros y brindar ayudas
- ✓ Brindar acceso a recursos para satisfacer necesidades básicas de vivienda, trabajo, salud, atención y recreación.
- ✓ Expresar expectativas de éxito elevadas y realistas.
- ✓ Promover el establecimiento y el logro de metas.
- ✓ Fomentar el desarrollo de valores prosociales (como el altruismo) y estrategias de convivencia (como la cooperación)
- ✓ Proporcionar liderazgo, adopción de decisiones y otras oportunidades de participación significativa
- ✓ Apreciar los talentos específicos de cada miembro de la familia.



Algunas sugerencias

(American Academy of Pediatrics, 2020)

Poner en
palabras los
Temores de los
niños

Establecer y
sostener Rutinas
saludables

Practicar
Actitudes
positivas

Propiciar tener
un Tiempo
individual

Poner en palabras los Temores de los niños

- ✓ Los niños confían en sus padres como fuente de seguridad, tanto física como emocional. Es importante tranquilizar a sus hijos; dídeles que cuentan con ellos para ayudarlos y que su familia va a poder superar todo esto estando unida.
- ✓ Responda las preguntas sobre la pandemia de manera simple y honesta. Hable con los niños sobre cualquier noticia que los atemorice. Pueden hablar sobre la gente que se enferma, pero hablen también sobre seguir las reglas, como lavarse las manos y quedarse en casa para ayudar a que la familia se mantenga sana.
- ✓ Valide los sentimientos de su hijo. Por ejemplo, diga tranquilamente: "Veo que estás molesto porque no pueden venir tus amigos a jugar". Las preguntas de guía pueden ayudar a los niños mayores y a los adolescentes a resolver los problemas ("Sé que es decepcionante no poder reunirte con tus amigos en este momento. ¿Cómo crees que puedes mantenerte en contacto con ellos?").
- ✓ Manténgase en contacto con sus seres queridos. Puede que los niños se preocupen por un abuelo o abuela que viva solo o un familiar o amigo con más riesgo de contraer COVID-19. Las videollamadas pueden ayudar a aliviar esa ansiedad.
- ✓ Dé el ejemplo de cómo manejar los sentimientos. Hable sobre cómo está manejando usted sus propios sentimientos ("Estoy preocupada por la abuela, ya que no puedo ir a visitarla. Lo mejor que puedo hacer es llamarla por teléfono con más frecuencia. Puse una nota en el teléfono para recordar llamarla por las mañanas y por las tardes hasta que termine esta epidemia").
- ✓ Avise a su hijo antes de salir de casa a trabajar o para hacer mandados esenciales. Con voz calma y tranquilizadora, díglele a dónde va, cuánto tardará, cuándo regresará y que está tomando las medidas necesarias para cuidarse.
- ✓ Miren al futuro. Dídeles que los científicos están trabajando muchísimo para descubrir cómo ayudar a las personas que se enferman y que las cosas van a mejorar.
- ✓ Ofrezca más abrazos y diga "te quiero" con más frecuencia.

Establecer y sostener Rutinas saludables

- ✓ Durante la pandemia, es más importante que nunca respetar la hora de ir a la cama y las demás rutinas. Ayudan a crear orden en el día lo que ofrece seguridad en tiempos muy inciertos. Todos los niños, inclusive los adolescentes, se benefician de rutinas predecibles pero flexibles como para satisfacer las necesidades individuales.
- ✓ Estructure el día. Con el cambio en las rutinas habituales, establezca horarios diarios nuevos. Divida en partes el trabajo escolar cuando sea posible. Los niños mayores y los adolescentes pueden ayudar con los horarios, pero deben seguir un orden general, por ejemplo:
 - ✓ Rutinas para levantarse, vestirse, desayunar y jugar activamente un rato en la mañana, seguidas de juegos más tranquilos y un bocadillo para la transición a la hora del trabajo escolar.
 - ✓ Almuerzo, tareas de la casa, ejercicio, algo de tiempo de socialización en línea con amigos y luego tareas escolares en la tarde.
 - ✓ Hora familiar y lectura antes de dormir.

Algunos comentarios sobre la hora de irse a dormir

- ✓ A los niños les resulta difícil respetar la hora de irse a dormir durante cualquier período estresante. Intente mantener las rutinas normales de la hora de irse a dormir, como por ejemplo libro, cepillada de dientes, cama para los niños pequeños. Ponga una foto de la familia junto a la cama para tener un poco de "amor extra" hasta la mañana. Se puede cambiar un poco la hora de irse a dormir de los niños mayores y los adolescentes, pero es buena idea mantenerla en un rango razonable para que no se desajuste el ciclo de sueño y vigilia. Dormir muy poco hace que sea más difícil aprender y manejar las emociones. Recuerde apagar los celulares y demás dispositivos móviles una hora antes de irse a dormir.

Practicar Actitudes positivas

Todos estamos más ansiosos y preocupados durante la pandemia. Es posible que los niños pequeños no tengan palabras para describir lo que sienten. Es más probable que se porten mal para exteriorizar su estrés, su ansiedad o su miedo a través de la conducta (lo que, a su vez, puede alterar a los padres, en particular si ya están estresados). Es posible que los niños mayores y los adolescentes estén particularmente irascibles ya que echan de menos el tiempo con sus amigos y se han cancelado los eventos especiales.

Algunas maneras en las que puede ayudar a sus hijos a manejar sus emociones y conductas:

- ✓ Redirija la mala conducta. Algunos niños se portan mal porque están aburridos o no saben hacer otra cosa. Búsqueles otra cosa para hacer.
- ✓ Proponga Juegos creativos. Sugiera a sus hijos que hagan dibujos de las formas en las que se está cuidando su familia. Hagan un montaje y cuélguelo para recordarlo a todo el mundo. O construyan un fuerte o castillo dentro de la casa para mantener alejados a los gérmenes, guardando adentro a los animales de peluche o juguetes favoritos.
- ✓ Dirija su atención. La atención, para reforzar buenas conductas y desestimular otras, es una herramienta poderosa. Note el buen comportamiento y destáquelo, elogiando el éxito y los buenos intentos. Explicar claramente las expectativas, en particular a los niños más grandes, puede ayudar en este aspecto.
- ✓ Emplee recompensas y privilegios para reforzar las buenas conductas (terminar las tareas de la escuela o las tareas de la casa, llevarse bien con los hermanos, etc.) que normalmente no daría en épocas menos estresantes.
- ✓ Sepa cuándo no responder. Siempre y cuando su hijo no esté haciendo nada peligroso y llame la atención por cosas positivas, ignorar la mala conducta puede ser una forma eficaz para que deje de hacerlo.
- ✓ Use las pausas obligadas. Esta herramienta de disciplina funciona mejor al advertir a los niños que, si no dejan de hacer lo que están haciendo, tendrán que hacer una pausa obligada. Recuérdeles lo que hicieron mal en muy pocas palabras y con la más mínima emoción que le sea posible. Luego, apártelos de la situación durante un período previamente dispuesto (1 minuto por año de edad es una buena guía de referencia).

Propiciar tener un Tiempo individual

- ✓ Incluso con toda la familia junta en la casa, las 24 horas, los 7 días de la semana, aparte un tiempo especial para estar con cada uno de sus hijos. Usted elija el momento y permita que su hijo elija la actividad. Solo 10 o 20 minutos de atención exclusiva, aunque solo sea de vez en cuando, significarán muchísimo para su hijo. Apague los celulares o póngalos en silencio para no distraerse.
- ✓ Cuide de sí mismo. Los cuidadores también deben cerciorarse de tomar tiempo para cuidarse ellos mismos físicamente: comer saludablemente, hacer ejercicio y dormir lo suficiente. Busque formas de desestresarse y tomar descansos. Si hay más de un padre en casa y si fuera posible, túrnense para cuidar a los niños.
- ✓ Recuerde parar y respirar hondo. Además de acudir a los demás para obtener ayuda, es recomendable que los padres que se sientan agobiados o muy estresados se tomen unos segundos y se pregunten:
- ✓ ¿El problema representa un peligro inmediato?
- ✓ ¿Cómo me sentiré mañana respecto a este problema?
- ✓ ¿Esta situación es permanente?
- ✓ En muchos casos, las respuestas reducirán el pánico y el impulso de descargarse física o verbalmente con los niños.

Rueda de la Resiliencia



En la Rueda de la Resiliencia, los tres primeros pasos hacen referencia a estrategias que permiten mitigar el efecto del riesgo, y los tres siguientes a aquellos que permiten construir resiliencia en el ambiente, en las Instituciones Educativas (García Labandal, 2020)

Desafíos: Repensar la enseñanza con tecnologías: hacia escenarios híbridos de aprendizaje

La **tarea de educar no se suspendió**, muy por el contrario, se continuó con ella asumiendo el enorme desafío que implicó e implica

En el marco de la **pandemia** hemos asistido a un cambio radical en los modos de vincularnos con los otros y con el aprendizaje. Hoy más que nunca aplicamos a diversos contextos, nuevos y cambiantes, nuestros saberes previos.

Respecto de **las prácticas de enseñanza, en pocos meses fue necesario realizar una adaptación de nuestra cultura docente para permanecer conectados con las y los estudiantes y garantizar la continuidad pedagógica**. El lenguaje audiovisual y los recursos y plataformas digitales se convirtieron en herramientas clave en el actual contexto de confinamiento y pandemia.

¿Qué pueden hacer las Instituciones Educativas?

¿Qué cuestiones deberían tenerse en cuenta, entonces, para que en medio de la pandemia la educación a distancia sea efectiva y potenciadora?

- ✓ Considerar que el niño está en un contexto emocional endeble, es decir, que esto no es solo educación virtual sino que se atraviesa una situación que a veces complica los procesos de enseñanza y aprendizaje.
- ✓ Reducir los niveles de incertidumbre, ansiedad y expectativas desmedidas resulta fundamental en las actuales condiciones de emergencia
- ✓ Los educadores deberían chequear y verificar de manera casi constante que los niños están siguiendo la clase.
- ✓ Los docentes deben revisar continuamente sus metodologías. Si algo pone de manifiesto la tecnología es que para aprender en línea hay que apostar por la innovación metodológica.
- ✓ Los tiempos deben ser más breves, con videos de todo tipo: teóricos, de demostraciones, de prácticas; lecturas orientadas, ejemplos ilustrativos, consignas claras y donde los estudiantes tengan una participación activa, aunque resulte imposible suplantar las dinámicas y aprendizajes que se dan en las clases presenciales

Para los niños y niñas la escuela es representada como un lugar distintivo que les permite el encuentro con otros, principalmente con sus docentes y compañeros/as. Para los estudiantes el sentido esencial de la escuela es poder aprender colaborativamente con otros, así como también establecer relaciones afectivas con los miembros de la comunidad educativa. De esta manera, el bienestar de los niños y niñas en la escuela está asociado a compartir y a divertirse con su grupo de pares así como también a sentirse constantemente acompañados, cuidados y apoyados por los profesores. Por tanto, desde la perspectiva de los estudiantes no basta con asegurar tan sólo la entrega de contenidos, sino que un pilar fundamental es también mantener las relaciones interpersonales y vínculos relevantes con la escuela.

Alternativas de intervención desde el Enfoque de la Resiliencia

- ✓ La **resiliencia** permite generar programas de intervención preventiva, fomentando los recursos de las personas para afrontar situaciones adversas con las herramientas necesarias que permitan solucionar los problemas.
- ✓ Promover la **resiliencia** es un llamamiento a:
 - ✓ Relacionarse con un individuo en su totalidad
 - ✓ Trabajar con un enfoque interdisciplinario.
 - ✓ Llevar a la práctica el concepto bio-psico-social, donde los aspectos biológicos, psíquicos y sociales están en constante interacción.
 - ✓ Utilizar una aproximación dinámica con un enfoque integral y participativo



“En tiempos de cambio, quienes estén abiertos al aprendizaje se adueñaran del futuro, mientras aquellos que creen saberlo todo, estarán bien equipados para un mundo que ya no existe”.

Eric Hoffer (escritor y filósofo estadounidense 1902-1983)

Livia y Elena

