

# Redes de apoyo



UNIVERSIDAD DE  
GUADALAJARA  
Red Universitaria de Jalisco

 UDGVIRTUAL®

# Redes de apoyo

Las personas de todas las edades son más felices en ambientes donde la comunicación asertiva es el medio idóneo para facilitar la sana convivencia.

Las redes de apoyo funcionan como peldaños para la realización óptima de las capacidades de resiliencia de las personas.



# Beneficios de las redes de apoyo

- Facilitan la escucha sin emitir juicios o condenas
- Sus integrantes se apoyan en sus decisiones –aunque dejen en claro que no siempre las aprueban
- Confían en su palabra y capacidades
- Se motivan e impulsan a superarse y alcanzar sus objetivos estimulando la imaginación y la creatividad
- Juegan, ríen
- Son libres de ser ellas mismas sin sentirse sometidas, obligadas o controladas



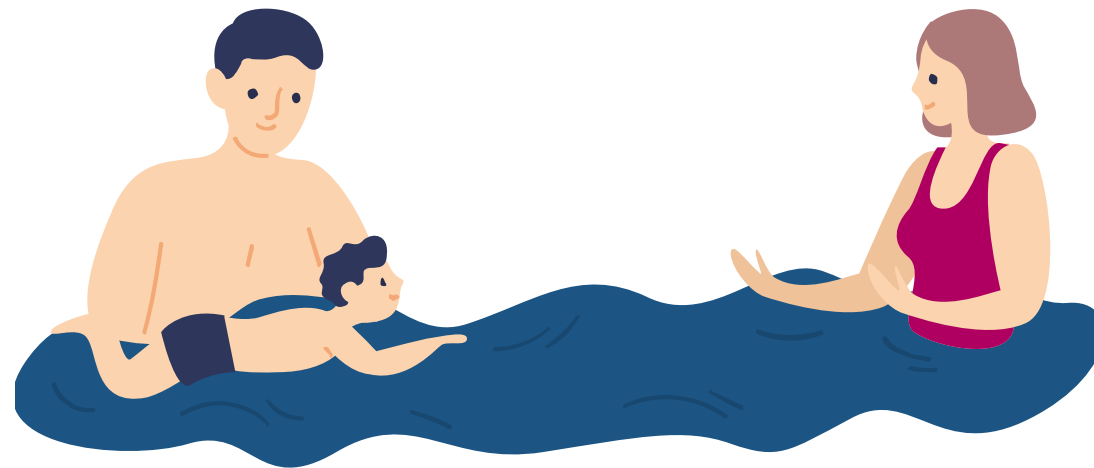
# La familia

Según Grau y La familia es el eje principal del desarrollo infantil; es el microcosmos donde se reciben las primeras lecciones acerca de lo que está bien o mal, de lo que puede hacer o no y sobre su valía y la importancia que tienen sus acciones (Grau y Valero, 2009, citado por García-Alandete, 2016).



La relación más importante en la vida de un niño es el apego a su cuidador primario, en el caso óptimo, la madre.

Un apego saludable, construido de experiencias de vínculo repetitivas durante la infancia, provee una base sólida para futuras relaciones (Fiorentino, 2008).



Greenspan (1996), citado por Fiorentino (2008), enumera una serie de condiciones familiares que favorecen la resiliencia entre los niños y jóvenes:

1. Estructura y reglas claras dentro del hogar.
2. Apoyo entre los cónyuges.
3. Estrategias familiares de afrontamiento eficaces.
4. Prácticas de cuidado y crianza efectivas.
5. Interacción y apego entre padres e hijos (cálida, nutricia y de apoyo, protege o mitiga los efectos nocivos de un medio adverso).



6. Expectativas positivas de los padres sobre el futuro de sus hijos.
7. Responsabilidades compartidas en el hogar.
8. Apoyo de los padres en las actividades escolares de los hijos.
9. Redes familiares fuertemente extendidas y redes de apoyo externas (por ejemplo, amigos, vecinos, etcétera).
10. Participación de la familia en actividades extra familiares (iglesia, clubes, escuelas, entre otros).
11. Oportunidades de desarrollo y responsabilidades extrafamiliares.



# Las escuelas

La escuela debe ser el lugar donde el personal docente y el estudiantado interactúan y socializan, dialogan con fluidez, confianza y se sienten en ambientes de enseñanza-aprendizaje sanos.





La función de las y los docentes es ser verdaderos transformadores y formadores de vida, que generen en las instituciones educativas ambientes de tolerancia, respeto, humor (alegría, juegos, deporte, ocio).



Se debe motivar la risa, creatividad y comunicación asertiva, estableciendo normas institucionales claras y flexibles que promuevan el libre y sano desenvolvimiento del personal docente y estudiantado, además de coadyuvar en la potencialización de todas sus capacidades, aptitudes, actitudes y habilidades, valorando y trabajando en su inteligencia.



“La educación es un principio de igualdad, participación, autonomía y calidad de vida, debe ser impulso hacia la libertad y autorrealización” (Cerón, Garcera, Morales, & Moreno, 2017).





UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

Red Universitaria e Institución Benemérita de Jalisco



#### Referencias:

Fiorentino, M. T. (marzo de 2008). La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. *Suma Psicológica*, 15(1), 95-113.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134212604004>

García-Alandete, J. (2016). Afrontando la adversidad. Resiliencia, optimismo y sentido de la vida. Tenerife: Sociedad Latina de Comunicación Social.  
[https://www.researchgate.net/publication/311861820\\_Afrontando\\_la\\_adversidad\\_Resiliencia\\_optimismo\\_y\\_sentido\\_de\\_la\\_vida\\_SPANISH](https://www.researchgate.net/publication/311861820_Afrontando_la_adversidad_Resiliencia_optimismo_y_sentido_de_la_vida_SPANISH)

Morales, S. A. (2009). Cómo afecta la violencia en el proceso de aprendizaje.  
[https://www.researchgate.net/publication/271767551\\_Como\\_Afecta\\_la\\_Violencia\\_en\\_el\\_Proceso\\_de\\_Aprendizaje](https://www.researchgate.net/publication/271767551_Como_Afecta_la_Violencia_en_el_Proceso_de_Aprendizaje)

Cerón, E., Garcera, J., Morales, M., & Morales, E. (2017). Proyecto Pedagógico de Aula para Fomentar la Resiliencia en Estudiantes del Grado Sexto. *Quindío*.

Síntesis elaborada por : Mtra. Rosa Angélica Sandoval López. Julio, 2020.