

# Resiliencia y liderazgo integral

El propósito de este curso es que los docentes comprendan la importancia de la resiliencia como una capacidad para responder a la incertidumbre y adversidad, así también cómo esta se relaciona con el desarrollo del liderazgo desde su práctica docente en la educación a distancia.

## Unidad 2: La resiliencia en mi rol docente en la educación a distancia

## Curso

# Resiliencia y liderazgo integral

---

## Unidad 2

# La resiliencia en mi rol docente en la educación a distancia

*“Un educador que activa su resiliencia será capaz de poner en marcha un proceso dinámico que le permitirá redescubrir el significado del evento amenazante con la finalidad de transformarlo en una valiosa oportunidad de aprendizaje, crecimiento personal y profesional”.*

**Milagros Gonzales<sup>1</sup>**

**Universidad Antonio Ruiz de Montoya**

<sup>1</sup> Milagros Gonzales. Directora de la Escuela de Posgrado de la Universidad Antonio Ruiz de Montoya. La resiliencia del educador en tiempos del covid. Diario Oficial del Bicentenario. El Peruano 9 de Julio 2020.  
<https://elperuano.pe/noticia-la-resiliencia-del-educador-tiempos-del-covid-99387.aspx>

## Presentación

### **Estimada(o) docente:**

Bienvenida(o) a la Unidad 2: “La resiliencia en mi rol docente en la educación a distancia”.

Comenzamos la primera unidad abordando los desafíos de la educación en el siglo XXI, caracterizados por la necesidad de preparar al estudiante para las nuevas demandas laborales en el mundo de hoy. Para ello es necesario formar estudiantes creativos con pensamiento crítico, seguros de sí mismos, con capacidad de resolver problemas, formados para ser ciudadanos responsables y con otros rasgos propuestos en el currículo nacional. Esto implica que el docente, como mediador del aprendizaje, debe estar preparado para el desarrollo de competencias, así como para animar, motivar y cultivar la práctica de valores en los estudiantes. También desarrollamos las definiciones y conceptos claves sobre la incertidumbre y la adversidad; cómo la pandemia nos reta a pensar otra forma de educación, replanteándonos la manera cómo habitualmente se realizaban las actividades pedagógicas, dando lugar a la innovación en la práctica docente. Finalmente, se cierra la unidad 1 con el tema de la resiliencia del docente, como capacidad para responder a la adversidad e incertidumbre.

En esta segunda unidad desarrollaremos 2 sesiones: los factores de riesgo y de protección en su rol docente, y cómo se percibe la resiliencia específicamente en el contexto actual de la educación a distancia, a fin de comprender los factores de riesgo y protección en la comunidad educativa para educar en y para la resiliencia. Las sesiones están organizadas en 3 momentos: identifica, para recoger sus saberes previos e iniciar el proceso de reflexivo; analiza, donde se expondrán los principales conceptos y/o fundamentos teóricos; y comprueba, donde se busca lograr la integración y síntesis de lo desarrollado en las sesiones sobre la base de casos y situaciones prácticas vinculadas a tu propia experiencia.

**¡Estamos listas/os para comenzar!**

## Sesión 1

# Factores de riesgo y protección en la educación a distancia

---



Observa la imagen:



**Te invitamos a reflexionar en torno a las siguientes preguntas:**

1. ¿Qué tienen en común y de diferente las formas cómo afrontan estas personas la misma situación?
2. ¿Qué relación puedes establecer entre lo que transmite esta imagen y la forma cómo tú y los miembros de tu comunidad educativa vienen asumiendo la educación a distancia?



## 1. El contexto actual: factores individuales y factores sociales

El 31 de marzo de este año, el presidente Vizcarra anunció las medidas para dar continuidad al servicio educativo a través de la estrategia Aprendo en casa. El docente como mediador del aprendizaje tuvo que virar de la modalidad presencial a la modalidad a distancia y, junto a ella, el uso de recursos comunicacionales masivos como la radio, TV y la internet, asumidos como medida para sostener los programas y actividades pedagógicas, además de buscar el apoyo en las familias para el logro de los aprendizajes de los estudiantes, razón de ser del servicio educativo que brindan los docentes. En este escenario, los docentes han dado grandes pasos para responder a la educación a distancia con el uso de dispositivos tecnológicos y el manejo del entorno virtual, incluso sin que varios contaran con preparación o experiencia previa en este aspecto.

Reconocemos que, al inicio, muchos docentes, en medio de la emergencia sanitaria y aislamiento social, se preguntaron “¿cómo vamos a hacer? ¿Con qué recursos personales vamos a responder cuando todos estamos expuestos en este contexto de riesgo?”. Lo cierto fue que, de manera gradual, los docentes fueron respondiendo a la nueva demanda dando muestras de la capacidad para encontrar una serie de estrategias para mantenerse comunicados con las familias y los estudiantes. Todas estas acciones fueron desarrolladas en un contexto de un creciente número de personas infectadas o fallecidas por el COVID-19.

En ese sentido, y pese a este escenario, los datos del reporte de docentes de Aprendo en Casa tomados del Escale<sup>2</sup> (Estadística de la Calidad Educativa) nos permite corroborar la capacidad individual de los docentes para afrontar esta situación e iniciar un proceso de adaptación a la nueva realidad educativa, observada en algunos aspectos como el uso de recursos y la comunicación con los padres y madres de familia, así como con los estudiantes. A continuación, se podrán observar los datos del reporte de docentes de la estrategia Aprendo en casa – AeC al mes de junio, 2020.

2 <http://escale.minedu.gob.pe/>

Acceso a recursos	Comunicación con familias	Comunicación con estudiantes
83.5 % de docentes ingresaron a la plataforma Aprendo en Casa - AeC	El 97.9 % de docentes se comunicó la semana pasada con las familias a su cargo <sup>3</sup> .	El 96.6 % de docentes se comunicó la semana pasada con los estudiantes de las secciones a su cargo <sup>4</sup> .
El medio más usado es la TV, seguido por la web.	Los medios más usados son el WhatsApp y el celular.	Los medios más usados son el WhatsApp (54 %) y el celular (40.9 %).
El 93 % de docentes genera sus propios recursos.	El 75.1 % de docentes hablaron con los padres sobre dar apoyo para el acompañamiento a sus hijos.	78.4 % de docentes se comunicaron con sus alumnos para absolver dudas
El 83 % de docentes manifiesta estar satisfecho con AeC.	El 57.8 % de docentes se comunicó con los padres para absolver sus dudas.	El 62.7 % de comunicación fue para revisar los avances de los estudiantes.

Los datos mostrados evidencian que, ante las dificultades y adversidades presentes en toda nuestra vida, las personas muestran capacidad para resistir y superarlas; sin embargo, no basta con resistir o superar, sino aprender de aquellas experiencias que se van constituyendo en recursos internos para saber responder ante futuras situaciones similares o nuevas. Stefan Vanistendael (2018) nos dice que la resiliencia es un proceso de (re)construcción de la vida, y para ello la persona necesita apoyarse en un punto positivo que, aunque sea pequeño, le ayude a dar sentido a su vida, aun estando inmerso en alguna dificultad (p. 53).



<sup>3</sup> Datos al 17 de junio 2020

<sup>4</sup> idem

Ejemplo:

Thomás, docente de una zona rural, se enteró de que su padre se encontraba delicado de salud y que debido al aislamiento social no podía verlo, más aún con la suspensión de los vuelos. La noticia le causó tristeza y frustración; sin embargo, se apoyó en dos estrategias: recordó eventos personales cruciales en los que su padre había sido muy significativo, y lo segundo fue agradecerle por cada uno de ellos. Thomás escribió cada recuerdo diariamente y se los enviaba a su hermano por WhatsApp para que se los leyera a su padre. Thomás no se quedó en la pena, sino que se dio cuenta de que, ante las limitaciones del contacto físico, logró decirle a su padre aquello que nunca antes había expresado. Al mes tuvo 30 motivos de agradecimiento, los cuales fueron compilados como parte de un paquete de recursos para el desarrollo personal.

Es así como a partir de los problemas se generan recursos creativos y de esperanza para darle sentido y nuevos propósitos a la vida.

## 1.1 Factores de riesgo y protección

“Los factores protectores son aquellos que reducen los efectos negativos de la exposición a riesgos y al estrés, de modo que algunos sujetos, a pesar de haber vivido en contextos desfavorecidos o de sufrir experiencias adversas, llevan una vida normalizada (Benard, 2004; Rutter; 2007; Uriarte, 2006). También se trata de recursos internos y externos que modifican el riesgo” (Fraser, Kirby & Smokowski, 2004 como se citó en Aguiar y Acle-Tomasini, 2012, p. 55).

“Los factores de riesgo, por otro lado, son definidos como variables que denotan riesgo biológico o psicosocial y que aumentan la probabilidad de una consecuencia negativa en el desarrollo” (Werner 1989, Durlack, 1998, citado en Panez & Silva 2000, p. 19). Los factores de riesgo incrementan la probabilidad de que un problema de comportamiento se produzca en un momento posterior en la vida de una persona. La presencia de un factor de riesgo no garantiza que un resultado negativo como el fracaso escolar se produzca inevitablemente, pero sí que se incremente la probabilidad de que ocurra (Benard, 2004; Jenson & Fraser, 2011).



Teniendo en cuenta estas definiciones, veamos los siguientes ejemplos:

Rosa es una maestra con años de experiencia en la docencia y el aprovechar los últimos cursos desarrollados por su UGEL respecto a la evaluación formativa, le permitió desde el año pasado desarrollar habilidades para la retroalimentación permanente a sus estudiantes, también para el recojo de evidencias, aprendió a hacerlo de manera oral pero también escrita de tal manera que las familias puedan leerlas; esto le está permitiendo ahora en la modalidad a distancia, tener claro el recojo de evidencias de aprendizaje y no tiene dificultad ya que las familias también apoyan, lo hace de manera escrita y también oral (de acuerdo a los medios que utilizan sus estudiantes); sin embargo, sus estudiantes han empezado, de manera frecuente, a contarle que tienen algún integrante de la familia contagiado de Covid-19, frente a esto siente angustia de que pronto sean sus estudiantes los contagiados y no sabe cómo responder y qué consejos dar. Ha pedido a los padres que llamen a las líneas de ayuda médica que implementó la Municipalidad y ellos, no lo hacen porque tienen temor y algunos vergüenza. Si bien las habilidades y estrategias que tiene Rosa para brindar retroalimentación clara a sus estudiantes y que las familias estén relacionadas con esto le permite organizarse y hacer un seguimiento permanente para garantizar que sus estudiantes aprendan (factor protector), la falta de respuesta de las familias al no apoyarse en la línea de ayuda médica podría aumentar el clima de tensión para el desarrollo de su trabajo docente e impedir que sus estudiantes estén sanos y aprendan (factor de riesgo). Esta situación lleva a Rosa a reflexionar sobre los recursos personales con los que cuenta (internos) y otros que pueden estar en el medio que le rodea (externos) para poder apoyarse; es decir, ser consciente de los factores protectores y desarrollar alguna nueva habilidad o estrategia para hacer frente al factor de riesgo.

Pedro es un profesor que ha dedicado 10 años a la docencia con mucha entrega y pasión por sus estudiantes de una comunidad de la selva. Durante este tiempo contó con el acompañamiento de su director, quien siempre lo motivó a prepararse y esto fue un aliciente a mejorar y a usar todo su potencial. Este factor protector de contar con el acompañamiento de su director cambió cuando dejó la escuela y fue reemplazado por un nuevo director cuyo acompañamiento estuvo caracterizado por observaciones y críticas poco constructivas al desempeño de Pedro y de sus colegas. Esta situación se convirtió en un riesgo y afectó la motivación y desempeño de Pedro y otros docentes.

En este caso podemos ver cómo los factores externos pueden ser sinónimo de protección o poner en riesgo la motivación de Pedro.

Frente a esto, Pedro recordó experiencias de su etapa universitaria, cuando sus profesores tenían diversas formas y estilos de enseñar, algunos más cercanos, otros más distantes; sin embargo, algo que le resultaba era frecuentar al delegado de su aula para pedir ayuda ante algo que no comprendía, y hasta propiciaba en algunos casos el desarrollo de las tareas de manera grupal. Actualmente, ante las situaciones de diversos estilos de liderazgo de sus directores, él se apoya en colegas y, en algunos casos, hace de apoyo a otros.

## 1.2 Factores protectores desde la escuela

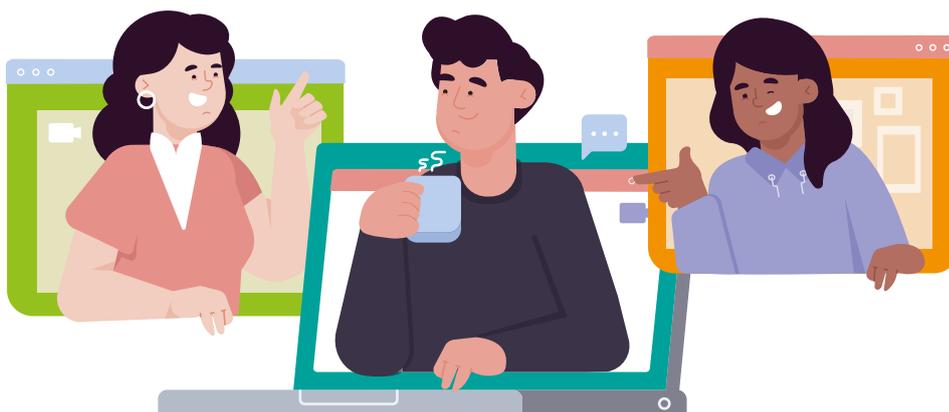
Juan de Dios Uriarte (2006) señala que “los factores de protección son aquellos que reducen los efectos negativos de la exposición a riesgos y al estrés, de modo que algunos sujetos, a pesar de haber vivido en contextos desfavorecidos y sufrir experiencias adversas, llevan una vida normalizada”. En ese sentido, “la protección se entiende como un proceso que modifica, mejora o altera la respuesta de una persona a algún peligro y que predispone a un resultado adaptativo” (p.14).

Además, el autor señala la importancia del papel activo de la escuela, en la cual, los docentes sean receptivos y sensibles se constituye un factor protector de los niños frente a situaciones de riesgo familiar, social o cultural.

Ejemplos:

En la IE hay docentes que en las reuniones mensuales promueven, de manera espontánea, espacios para escuchar a los estudiantes y/o padres de familia con respeto algunas necesidades de índole personal o grupal para ser atendidas oportunamente.

El papel que cumple el trabajo colegiado de una IE cuyos integrantes promueven la ayuda mutua, acciones de solidaridad y celebración de cumpleaños (por ejemplo), siendo un soporte también socioemocional para cuando uno de los docentes acude al grupo. Todos sus integrantes han desarrollado confianza y comparten sus buenos y malos momentos.



En estos ejemplos podemos apreciar interacción de factores protectores que hacen significativa la relación que se establece entre el docente y docente o docente - director y entre docente-estudiante. La resiliencia se construye en la relación con el otro, durante la infancia y adolescencia, la figura del profesor y, en general las experiencias escolares, se convierten en constructores especiales de resiliencia. (Cyrulnick, 2002, citado en Uriarte, 2006, p.14)

### 1.3 Los factores de riesgo

Son aquellas condiciones o variables que pueden predisponer a una consecuencia negativa en el desarrollo de la persona. Son de naturaleza externa, pero también interna.

Ejemplos:

Felipe Rodríguez es un docente de educación primaria, hace 2 años trabaja en una IE en Piura. La semana pasada el Poder Judicial lo notificó para comparecer por estar implicado en un acto delictivo. Felipe, un poco enfadado, pero muy seguro de que se trata de una homonimia, acudió a su director y al colegiado para explicar esta situación y justificar su inasistencia a la reunión semanal. Pidió permiso al director, mientras que algunos de sus colegas, luego de enterarse, empezaron a mostrarse distantes y desconfiados.

El no contar con la confianza de sus colegas en este momento podría poner en riesgo la autoestima, el autoconcepto de Felipe, con la posibilidad de que las relaciones interpersonales se afecten posteriormente.

Julia es una docente con 15 años de experiencia profesional. Es muy expresiva con sus estudiantes y tanto ellos como sus familias la reconocen como un ejemplo; sin embargo, cuando tiene problemas con su familia, suele desbordar y todo le parece abrumador. Siente que cae en un hoyo sin salida y, cada vez que se encuentra ante situaciones como estas, recurre a tomar sedantes que la tranquilicen (se automedica). Incluso, en algunas oportunidades reconoce que se ha excedido a tal punto de quedarse profundamente dormida lo que impide que al día siguiente pueda iniciar la comunicación con sus estudiantes de manera puntual. Esto se ha vuelto como un círculo vicioso, en donde las pastillas son una alternativa para relajarse y, al no estar siendo prescritas por un médico, esta situación se convierte en un factor de riesgo que la hace vulnerable.

## 1.4 Equilibrio entre riesgo y protección

Vanistendael (2018) pone el ejemplo de un padre alcohólico, que puede significar un factor de riesgo para un niño, y de una madre amorosa como factor de protección; sin embargo, advierte que “el riesgo y la protección no siempre se distinguen claramente en la realidad. Por ejemplo, resultaría peligroso olvidar que un padre, aunque sea alcohólico, sigue siendo un padre. ¿Cómo proteger al niño de los riesgos que plantea el alcoholismo de su padre? Si el niño lo considera como su padre y siente apego por él, ¿cómo mantener esta relación?” (p. 55).

En el contexto educativo, esto se puede evidenciar en el siguiente ejemplo:

Una red de docentes de una comunidad se mantuvo muy activa el año pasado, lo que significó un factor protector para sus integrantes; sin embargo, debido al estado de emergencia, a la situación de aislamiento y al fallecimiento de algunos líderes e integrantes, los docentes sienten que la red quedará solo como un buen recuerdo y que no podrá ser sustituida por el Zoom.

Kotliarenco (1997) nos dice que hay “tres posibles fuentes de factores que, en su calidad de protectores, promueven comportamientos resilientes. Estos son los atributos personales, los apoyos del sistema familiar y aquellos provenientes de la comunidad [...], pero el carácter protector que adquieren estos factores se los otorga la interacción que cada uno de ellos tiene con el medio que rodea a las personas en momentos determinados. En cambio, si actúan en forma independiente, no resultan ser lo suficientemente protectores. Es así como los factores protectores pueden dejar de ser tales bajo determinadas circunstancias ambientales, como también en diferentes momentos, estados o etapas de la vida de las personas” (p. 47).

Según Vanistendael (2018), nuestras acciones deben estar orientadas a disminuir los factores de riesgo, buscando un equilibrio entre estos. Nos pone el ejemplo de que “después de un terremoto, hay que proteger a los niños en lo físico, psicológico y reforzar sus vínculos con su familia [...], pero “si llevamos la lógica de protección de manera demasiado unilateral, nos arriesgamos a sobreproteger a los niños, lo que no favorece el desarrollo de su resiliencia. Y la vida real, incluso sin catástrofes, siempre es una mezcla entre el riesgo y la protección” (p.50).

Ejemplo:

Las condiciones de pobreza que limitan que los niños o sus familias no cuenten con una computadora para el desarrollo de sus actividades escolares podría significar un riesgo de que el niño no cumpla con los trabajos o que disminuya su motivación para los estudios. No obstante, esto puede convertirse en un factor protector si el docente mantiene la motivación en el niño y si en lugar de la computadora le propone usar otros recursos, como grabar sus respuestas oralmente o escribirlas en su cuaderno, y la familia lo apoya enviando las evidencias de su trabajo a su profesor, además de brindarle tranquilidad y afecto.

Entre los factores de riesgo que un docente podría experimentar en el actual contexto de la educación a distancia puede estar el sentirse desmotivado o no poder manejar el estrés por no estar actualizado con el uso de la tecnología, lo cual no solo afectaría el desarrollo de sus actividades pedagógicas, sino que también sentirá insatisfacción o molestia consigo mismo, desmotivación o su autoestima se vería afectada. No obstante, esta condición puede ser un factor protector en la medida en que el docente se sienta seguro de sí mismo y de lo que sabe, por ejemplo, si tiene la habilidad para hacer adecuada la retroalimentación, por lo que aprender a usar la plataforma se convierte en un desafío y destina horas adicionales para practicar hasta dominarla. Así, una variable tecnológica que pudo desalentar al docente se convierte en un reto y tiene consecuencias positivas en su vida y para seguir haciendo retroalimentación a sus alumnos. Además, el docente es capaz de buscar ayuda y aprovecha el estar rodeado de colegas y de otros profesionales que le pueden ayudar en el manejo de la tecnología.

## 2. Presencia de factores individuales y sociales en la comunidad educativa

Para iniciar, recordemos el caso de Stephen Hawking, quien debido a una enfermedad degenerativa que padeció por treinta años quedó paralizado de pies a cabeza, lo que le hizo llevar una vida en silla de ruedas. Además, debido a una traqueotomía que dañó sus cuerdas vocales le fue imposible comunicarse a través de la voz. Viajó por muchos años por el mundo para dar conferencias, fue profesor y formó una familia. Se comunicaba a través de un procesador de palabras que estaba incorporado a su silla de ruedas; luchó por ser positivo a pesar de las circunstancias y cumplir sus sueños. Esto nos remite a revisar cómo desde la escuela podríamos educar en factores protectores y de promoción del desarrollo de la resiliencia en los estudiantes para que, ante situaciones difíciles que se les presenten en la vida, no vean truncados sus sueños.

Vanistendael (2018) nos hace recordar la película de Billy Elliot, basada en la vida real del bailarín del Royal Ballet, Philip Mosley. Esta persona tuvo la valiosa oportunidad de contar con una profesora de baile cuya calidad humana, realista y profesional ayudó a que Billy desarrolle esa pasión por el baile que llevaba dentro (p.39). Esto nos remite a revisar el papel de los docentes y de la escuela como factores protectores y de la promoción del desarrollo de la resiliencia en los estudiantes.

### 2.1 Factores individuales

Dada la naturaleza compleja y multidimensional del concepto de resiliencia, diferentes autores refieren que tanto la autoestima, creatividad, autonomía, humor, entre otros; se conciben como factores individuales, cualidades o variables para promover la resiliencia.

En esta sección se ha tomado algunas variables que Panez y Silva (2000, pp. 20-32) ha utilizado para promover la resiliencia en los niños del ande peruano en el marco de los proyectos operativos peruanos que llevaron a cabo en Huancavelica, Apurímac y Ayacucho, auspiciados por la Fundación Bernard Van Leer.

- a) Autoestima y autoconcepto
- b) Autoeficacia
- c) Creatividad
- d) Autonomía
- e) Sentido del humor

**a) La autoestima** está definida como la valoración que se tiene sobre uno mismo y que se construye en la relación con el entorno. Es el núcleo de la personalidad relacionado con el auto concepto. Autoconcepto y autoestima se constituyen en el núcleo cognitivo emocional presente como recurso personal para afrontar las adversidades (p.20, 21).

**b) La autoeficacia** está asociada al sentimiento de “poder”, cuando se logra responder de manera satisfactoria los retos que se presentan en la vida (p. 20).

**c) La creatividad** está caracterizada por la capacidad para transformar, construir lo que se conoce en algo nuevo o innovar (p. 24).

**d) La autonomía** es la capacidad de realizar de manera independiente acciones de acuerdo a las necesidades (p. 27).

**e) El sentido de humor** es la capacidad de aceptar los fracasos de forma madura, ayuda a aceptar las propias fallas, y resta dramatismo y amenaza a la adversidad (p. 30).

Estas y otras características individuales asociadas a la resiliencia no son innatas, sino que proceden de la educación y, por lo tanto, pueden aprenderse (Higgins, 1994, como se citó en Uriarte 2006, p. 14).



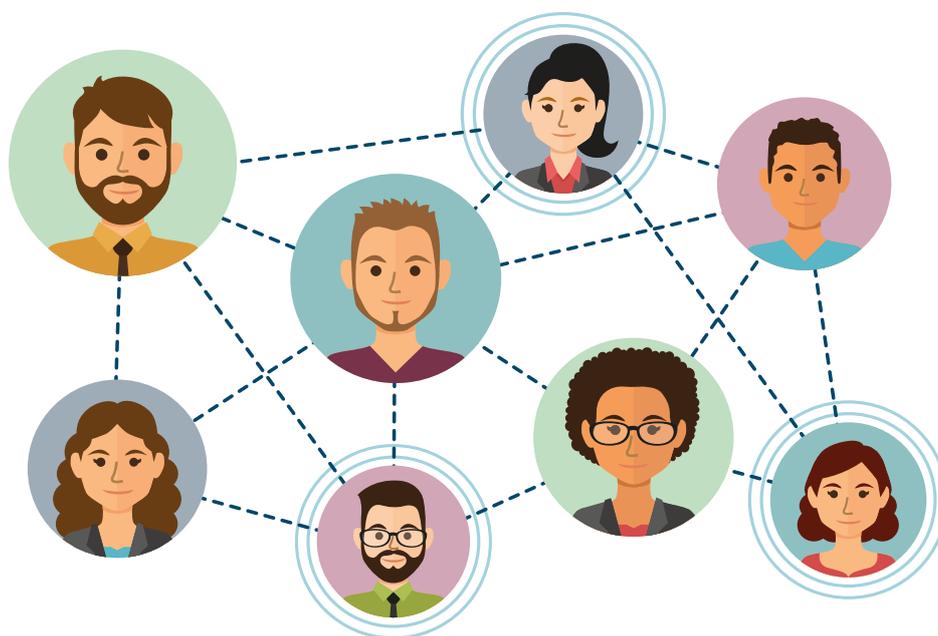
## 2.2 Factores sociales: la escuela y el colectivo

El factor de resiliencia social está referido a la capacidad de una comunidad o de un país para enfrentar las adversidades y salir fortalecidos.

Con “una escuela capaz de resistir acontecimientos adversos o perturbadores y que se transforma en una escuela personalizada” (Hopkins, 2009 como se citó en Saavedra, 2015, p. 164) nos referimos a una escuela que crea condiciones de oportunidad, en la que cada estudiante aprende que puede desarrollar al máximo su potencial, expresado no solo en las calificaciones, sino en su desarrollo integral (Saavedra, Salas, Cornejo y Morales, 2015 p. 164). La escuela se constituye en una oportunidad para establecer vínculos afectivos de protección y estabilidad cuando los padres por diferentes razones no lo han creado en su entorno familiar (Uriarte, 2006, p. 14); de allí la importancia del rol docente en la vida de los estudiantes.

Podemos decir que la escuela se convierte en ente protector de los docentes mediante las reuniones colegiadas, institucionalizadas en el sistema educativo peruano mucho antes de declarada la emergencia sanitaria que llevó a la medida de aislamiento social. En ese sentido, el trabajo colegiado se afianza como factor protector. Desde la experiencia en las II.EE. de nuestro país, se reconoce que el trabajo colegiado aumenta la coherencia de la actividad institucional, permite el desarrollo de actividades pedagógicas, y favorece las actitudes de colaboración y apoyo mutuo para el cumplimiento de las actividades individuales y colectivas.

En el contexto actual, el trabajo colegiado y el sentido de comunidad puede convertirse en el espacio donde se exponen las inquietudes, miedos, inseguridades y se reflexiona sobre las lecciones aprendidas que sirven de apoyo para quienes se resisten al cambio. Asimismo, es el espacio en que se pueden compartir las experiencias más dolorosas en un clima de confianza y respeto, siendo una oportunidad de aprendizaje tanto para quien las expone como para quien las escucha. Mediante el colegiado se logra la empatía, se promueve la resiliencia, se asume el problema de uno como el de todos y se apuesta por una salida común y conjunta.



## Ideas fuerza

1

Los factores de riesgo son variables que denotan riesgo biológico o psicosocial y que aumentan la probabilidad de que se presente una consecuencia negativa en el desarrollo de las personas.

2

Los factores de protección son aquellos que reducen los efectos negativos de la exposición a riesgos y al estrés, de modo que algunos sujetos, a pesar de haber vivido en contextos desfavorecidos y sufrir experiencias adversas, llevan una vida normalizada.

3

Los factores individuales, variables o cualidades que facilitan la resiliencia son: la autoestima y el autoconcepto, la autoeficacia, la creatividad, la autonomía y el humor.

4

El factor social en relación con el rol de la escuela significa que en ella se crean las condiciones de oportunidad para que cada estudiante aprenda que puede desarrollar al máximo su potencial, expresado no solo en el logro de los aprendizajes esperados sino en el desarrollo integral.

5

La escuela se constituye en una oportunidad para establecer vínculos afectivos protectores y estables para los estudiantes cuando sus padres por diferentes razones no los han creado en su entorno familiar; sin embargo, también la comunidad educativa y sus interacciones saludables pueden tener el mismo efecto protector en los docentes.

6

El factor social está referido a la capacidad de una comunidad o de un país para enfrentar las adversidades saliendo fortalecidos.



Después de haber leído y reflexionado sobre lo presentado en esta sesión, te invitamos a resolver el cuestionario de autoevaluación.

## Referencias bibliográficas

- Aguiar E, & Acle-Tomasini, G. (2012). *Resiliencia, factores de riesgo y protección en adolescentes mayas de yucatán: elementos para favorecer la adaptación escolar*. Acta Colombiana de Psicología, 15(2),53-64. <https://www.redalyc.org/pdf/798/79825836002.pdf>
- Kotliarenco, M., Cáceres I. Fuentecilla, M. (1997) Estado de arte en resiliencia. Organización Panamericana de la Salud, Oficina Sanitaria Panamericana, Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud.
- Ministerio de Educación del Perú. (2014). *Marco del Buen Desempeño Docente Para mejorar tu práctica como maestro y guiar el aprendizaje de tus estudiantes*. Lima: Minedu.
- Panez, R., Silva, G., y Silva, M. (2000). *Resiliencia en el ande, un modelo para promoverla en los niños*. Lima: P&S Ediciones.
- Saavedra, E., Salas, G., Cornejo, C.y Morales, P. (2015). *Resiliencia y calidad de vida. La Psicología Educacional en diálogo con otras disciplinas*. Universidad Católica del Maule (1ra. edición).
- Uriarte, J. (2006). Construir la resiliencia en la escuela. *Revista de Psicodidáctica*, 11(1),7-23. [fecha de Consulta 24 de Julio de 2020]. ISSN: 1136-1034. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17514747002.pdf>
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10, (2), 61-79. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea Vitoria-Gazteis, España. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
- Vanistendael, S. (2018) Hacia la puesta en práctica de la resiliencia. La casita: una herramienta sencilla para un desafío complejo. Oficina Internacional Católica de la Infancia (BICE). Recuperado de <https://bice.org/app/uploads/2020/04/La-Casita-es.pdf>
- Vanistendael, S., Gaberan, F., Humbeeck, B., Lecomte, J., Manil, P. y Rouyer, M. (2013). *Resiliencia y humor* (primera edición). Barcelona: Gedisa.

## Sesión 2

# La resiliencia en la educación a distancia

---



Observa el video sobre la experiencia del profesor Vicente desde Cusco.



<https://www.facebook.com/mineduperu/videos/273401743727699>

### Síntesis del video:

El docente Vicente Quispe, de la región Cusco, nos cuenta cómo, ante la emergencia sanitaria, ha implementado un laboratorio matemático en su casa, con la idea de impulsar un aprendizaje vivencial, experimental y práctico en sus estudiantes, generando una actitud favorable frente al área.

### Reflexiona:

- ¿Qué relación identificas entre ser un maestro en primera línea y la resiliencia?
- ¿Cuáles son los factores individuales o sociales que influyeron en la perspectiva del profesor Vicente para adecuar su enseñanza?
- ¿Qué logros has identificado en tu práctica pedagógica en la educación a distancia?



## Analiza

# 1. El rol mediador del docente en la educación a distancia

Las condiciones para que el docente desempeñe su rol de mediador del aprendizaje actualmente han cambiado sustancialmente. La pandemia trajo consigo mayor incertidumbre, adversidad y cambios en todos los aspectos de nuestras vidas, incluido el sistema educativo. Una de las drásticas medidas, pero necesarias, fue determinar el cierre de las escuelas e implementar el aislamiento social. Ante esta situación, contar con estrategias de aprendizaje en la modalidad a distancia era lo urgente. Por ello, Aprendo en casa se constituye en una de las medidas decretadas por el Gobierno para responder a la necesidad de continuidad del servicio educativo para los miles de estudiantes en el Perú. Uno de los cambios que ha marcado el rol actual del docente es ser mediador del aprendizaje en la modalidad a distancia.

## 1.1 ¿Listos para la educación en la modalidad a distancia?

Llevar a cabo una educación a distancia no es lo mismo que un curso en línea. La educación a distancia implica el uso de medios de comunicación, como la radio televisión, medios digitales, los aplicativos como el WhatsApp, mensajes de texto y plataformas para acercar los contenidos pedagógicos, y lo que implica el proceso de enseñanza-aprendizaje con los estudiantes, tal como lo señala Ander Alonso-Pastor (2020)<sup>5</sup>.

Todo esto implica conocer y manejar la tecnología, los contenidos y actividades pedagógicas, y manejar estrategias para la orientación y articulación con los padres de familia. No obstante, la realidad es que este cambio de modalidad de la presencialidad a la de distancia de manera inesperada ha puesto al descubierto las necesidades formativas de varios docentes respecto al uso de la tecnología e, inclusive, sobre el uso de los aplicativos, que por la manera repentina en que se dio, produjo diferentes formas de actuar en los docentes frente a este desafío.

Cuando nos preguntamos ¿cuál es el rol del docente hoy en la educación a distancia y en medio de la pandemia? aparecen varios desafíos para el docente que no se agotan solo en el plano pedagógico y tecnológico. El reciente diagnóstico rápido en 5 zonas de intervención de la confluencia de IPEDEHP, EDUCA y CREA (2020) señala que la modalidad a distancia a través de la estrategia Aprendo en casa pone en evidencia la necesidad del desarrollo de competencias digitales y que, además, como parte de su labor, se añade la necesidad de atención socioemocional, como se señala en el estudio mencionado: “[...] manifiestan que vienen brindando soporte emocional a sus estudiantes, y a padres y madres de familia, muchas veces con algún apoyo del

<sup>5</sup> Coordinador del Observatorio de la Educación Peruana. Es docente, investigador y coordinador de proyectos en el Instituto de Investigación y Políticas Educativas de la Universidad Antonio Ruiz de Montoya. <https://obepe.org/covid-19/estrategias-de-educacion-a-distancia-en-respuesta-al-cierre-de-las-escuelas-por-el-covid-19-parte-1/>

Ministerio de Educación; sin embargo, la fuerte carga emocional y laboral que deben encarar requiere que trabajen sus propias emociones, las reconozcan y sepan cómo manejarlas positivamente” [...], y el desafío mayor es en zonas rurales (Revista TAREA, julio 2020, p. 97).

## 1.2 ¿Cuáles son los principales desafíos que esta realidad presentó al docente?

Veamos algunos testimonios de docentes de diversas regiones, los cuales están organizados de acuerdo a los rubros en los que han identificado estos desafíos:



*“Los principales desafíos fueron el manejo de las herramientas tecnológicas. Algunos estudiantes no cuentan con internet ilimitado; solo recargan sus celulares y esto dificulta el uso del WhatsApp. Aún se tienen ciertas dificultades en el manejo de estrategias de retroalimentación y en el manejo de la tecnología: uso del Zoom, Google Meet, Drive, etc. De otro lado, algunos padres de familia no tienen la misma accesibilidad de los diferentes medios para que puedan ingresar a las clases. Por tal motivo, se demoran en entrar”.*

**Landis Sánchez Armas**

**IE 0063, UGEL Picota, región San Martín**



*“Los principales desafíos que me ha planteado la modalidad a distancia han sido el uso de las herramientas tecnológicas. No conocía el uso de aplicativos como Jitsi Meet, Zoom, Google Meet, Classroom, etc, pero conocía lo básico del WhatsApp y ahora se ha convertido en la principal herramienta para el acompañamiento y retroalimentación con mis estudiantes y colegas. Y aún hay muchos aplicativos que me falta utilizar y conocer. Otro de mis principales desafíos es utilizar estrategias que logren que mis estudiantes aprendan matemática en esta modalidad”.*

**Nely Luisa Zárate Castro**

**IE San Miguel, UGEL Churcampa, región Huancavelica**

Los desafíos propuestos por las profesoras Landis y Nely se relacionan con:

- a) La necesidad de preparación tecnológica y la búsqueda de ayuda en el proceso de implementación de la estrategia Aprendo en casa.
- b) Cómo establecer y sostener el vínculo con las familias (padres, madres y estudiantes) y, de otro lado, sus limitaciones para acceder a internet y/o equipos.



*“Entre los principales desafíos que me ha planteado la modalidad a distancia ha estado el lograr involucrar a la mayoría de mis estudiantes en la sesión de aprendizaje a través del WhatsApp. Para ello, tuve que indagar sobre sus números de teléfono y realizarles varias llamadas, tanto a los estudiantes como a sus padres, para incluirlos en el grupo de trabajo correspondiente, adecuar y contextualizar la estrategia de Aprendo en casa, organizar y planificar las actividades de aprendizajes, acompañar y monitorear los aprendizajes de los estudiantes en forma personalizada mediante la comunicación vía WhatsApp o llamadas telefónicas, y ser soporte emocional en estos momentos que vienen atravesando”.*

**Nancy Luz Hinostroza Muñoz**

**IE Chinchaysuyo, UGEL Huancayo, región Junín**



*“Entre los principales desafíos que he afrontado con la modalidad a distancia están el participar en las reuniones colegiadas virtuales, consensuar horarios para la realización de las reuniones, lidiar con los padres de familia pesimistas para que apoyen a sus hijos en las clases virtuales, saber cómo abordar el caso de los estudiantes que hasta la fecha no han recibido clases por motivos de conectividad, y no tener dispositivos para llevar a cabo las clases virtuales y para realizar la retroalimentación pertinente”.*

**Humberto Coronado Asenjo**

**IE 00790, UGEL Moyobamba, región San Martín**



*“Lo difícil fue adaptarme a la modalidad a distancia en un principio, ya que las de mi generación no somos expertas en cómputo. Mis hijos se volvieron mis maestros; ellos que me guiaban en el uso de algunas herramientas para mejorar mis trabajos. Ahora ellos se convirtieron en mis ayudantes, pues colaboran conmigo para grabarme, etc. También fue posible gracias a los colegas que también estaban prestos a orientarnos, al igual que el director Richard Cervantes Juro, quien de inmediato buscó la manera para que nos capaciten. Empezaron con todo un abanico de herramientas que finalmente debíamos aplicar y adaptar sobre todo a la situación de*

*nuestros estudiantes. Busqué maneras de trabajar con ellos y si todos tenían acceso y facilidad con el WhatsApp; desde allí empecé a mejorar mis trabajos con ellos. Las actividades que envía Aprendo en casa son muy amplias y había que adaptarlas, y resultó muy bueno, ya que mis estudiantes no contaban con sus libros de trabajo. Supe que muchos padres de familia salían a imprimir y decidí adaptar el trabajo a algo más simple para ayudar a nuestros niños”.*

**Vilma Alicia Prada Barrientos**

**IE Juan Pablo Vizcardo y Guzmán,**

**UGEL 03 - región Lima**

Teniendo en cuenta los testimonios de Nancy, Humberto y Vilma, podemos considerar también los siguientes desafíos:

- a) Conocer y adecuar la estrategia Aprendo en casa a la realidad de los estudiantes.
- b) Atender necesidades socioemocionales de estudiantes y familias.
- c) Organizar y participar del trabajo colegiado. Buscar soluciones en equipo a partir del trabajo colegiado, tanto en la planificación como en la atención de las necesidades de aprendizaje y emocionales de los estudiantes (RVM N.º 093-2020-MINEDU).

No obstante, también podemos tener otra mirada sobre el rol docente hoy frente a lo inédito que estamos viviendo, ya que estamos en un contexto donde todos estamos aprendiendo y no solamente es un reto del docente.

León Trahtemberg (2020), conocido educador en el Perú, habla en una entrevista sobre los beneficios que ha generado la educación a distancia<sup>6</sup>. En este contexto de la no presencialidad, señala que lo que está haciendo la educación a distancia es “llenar un vacío para darle una continuidad al vínculo de los estudiantes con la escuela, con los compañeros, con el currículo [...] en un contexto distinto, con tecnología distinta; es una realidad que le ha tocado migrar al mundo virtual. Todo esto es preferible a cero”. Asimismo, señala que “todo el mundo ha aprendido algo [...]. Los docentes están aprendiendo a utilizar

<sup>6</sup> Radio exitosa. Entrevista a León Trahtemberg (7 de junio 2020) Los beneficios que ha generado la educación a distancia. [https://www.youtube.com/watch?v=YYxulmT3qhl&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=YYxulmT3qhl&feature=emb_logo)

las plataformas virtuales. El volumen de creatividad e iniciativa es enorme [...], a todos les está costando aprender. le cuesta a los niños, le cuesta a los padres, le cuesta a los empresarios, les cuesta a los ingenieros, le cuesta a todo el mundo porque estamos en una migración imprevista, no planificada, una situación que nadie esperó. Entonces ¿por qué aislar la dificultad del profesor respecto a toda la población? Él está viviendo las mismas experiencias que tenemos todos nosotros de aprender a adaptarnos a un contexto; está ensayando, equivocándose; lo mismo está pasando con los alumnos [...]. Todo el mundo está aprendiendo y están poniendo su dosis de adaptación, incluyendo los maestros”.

El docente hoy es el profesional y persona que desempeña una valiosa y compleja tarea para una realidad compleja e incierta, cumpliendo, además, como agente de cambio mediante sus palabras y acciones para formar al ciudadano del futuro.

## 2. Educar desde y para la resiliencia en la educación a distancia

Recordemos que la resiliencia es la capacidad que tienen las personas de hacer frente a las dificultades y adversidades de la vida, logrando superarlas de manera positiva (Grotberg, 1995, Vanistendael 2011); esto ocurre como un proceso dinámico y adaptativo. Además, la resiliencia es fruto de la interacción entre procesos personales y contextuales, tanto próximos (familia, iguales, escuela) como extensos (comunidad).

- Esta capacidad varía; es decir que, ante las experiencias difíciles, las personas responden de diferentes maneras. No es constante ni permanente. Una persona puede ser resiliente en algún área y en algún momento.
- Esta capacidad no es absoluta.
- Esta capacidad se genera en la interacción dinámica de las personas con su entorno.
- La resiliencia reside principalmente en un equilibrio de fuerzas que dependen de los factores de protección (internos o externos) para responder ante una situación de peligro presente en el ambiente afectivo y social (Aguaded y Almeida Pires 2016 p. 169).

Ser resiliente no quiere decir que estemos libres del dolor o sufrimiento; se trata de que, a pesar de ello, uno se sobreponga, se adapte de manera positiva y salga fortalecido.



## 2.1 ¿Cómo afrontamos la adversidad?

Veamos el siguiente testimonio de resiliencia de una docente.



*“El principal desafío que me ha planteado la modalidad a distancia ha sido el uso de las TIC, pues he tenido que buscar nuevas formas de interactuar con mis niños y niñas, plantearme materiales y recursos adecuados para poder llegar y motivar a mis estudiantes. Para esto me ha ayudado mi vocación de maestra, la perseverancia, mi creatividad para llegar a mis estudiantes y mi estado emocional de enfocarme de manera positiva ante la adversidad. También me ayuda mucho el uso del internet para fortalecer mis habilidades tecnológicas, así como el apoyo de los padres de familia. Considero que no*

*soy la misma docente que antes: ahora tengo más fortaleza que antes porque asumo los cambios repentinos que se nos plantean, cambios que motivan a emprender nuevos retos en beneficio de la educación. El cambio que ha experimentado mi práctica docente es el medio para interactuar con mis estudiantes. Finalmente, para mí la resiliencia es ser positivo ante las adversidades, y sí considero que soy una docente resiliente porque he manejado de manera positiva el cambio de una educación presencial a una virtual. Además, considero que la educación virtual nos plantea retos para innovar”.*

**Marybi Yhajaira Choque Mestas**

**I.E.I. 307 Conrado Kretz Lenz, UGEL SAN ROMÁN, región Puno**

Sobre la base de este testimonio, y tomando ideas de algunos autores (Molina 2017, Uriarte 2006), notamos que la adversidad se puede afrontar a partir de lo siguiente:

- a) Aceptar la realidad. Aceptar el cambio inesperado de pasar de la modalidad presencial a la de distancia ha constituido una situación adversa; sin embargo, fue asumiéndose como parte de la vida, pero la perspectiva fue desde el aprendizaje y el crecimiento.
- b) Tener una actitud positiva al cambio.
- c) Tomar como oportunidad para seguir creciendo.
- d) Tener seguridad en sus capacidades y alta autoestima.
- e) La creatividad para encontrar soluciones a las dificultades.
- f) Tener empatía.
- g) Tener buen sentido del humor.

Veamos el testimonio de otra docente.



*“Los principales desafíos que me planteó la modalidad a distancia fueron probarme a mí misma poder hacer frente al cambio, aprender y transmitir nuevas formas de ser maestra, reinventarme desarrollando nuevas capacidades para brindar a mis niños y niñas una nueva forma de aprender, cerrar las brechas de comunicación e integrar no solo a mis niños, sino también integrarnos entre colegas, incentivando el interaprendizaje. Mi pasión por la carrera docente me ha ayudado y me está ayudando a responder estos desafíos. Esto me ha llevado a indagar sobre recursos y aprender el uso de las redes sociales con fines educativos, así como buscar asesoría de*

*especialistas en este campo. Yo sigo siendo la misma docente apasionada de siempre, pero con algunos cambios, con nuevas capacidades y habilidades que me van ayudar a realizar y complementar de manera más eficaz mi labor de orientadora educativa. Hoy tengo más recursos para explotar y ser una mejor profesional para mis niños. Me considero una maestra resiliente porque he aprendido a sacar y valorar lo mejor de esta experiencia. Nunca pensé que exploraría campos muy distintos al mío y seguir descubriendo tantas cosas que solo vivo a consecuencia de esta penosa situación. De esto han surgido grandes experiencias para mí y para los niños que dependen de mí. Esto me fortalece como educadora, pues soy más segura de mí misma y consciente de que tengo muchas cosas más que aprender, pero siempre comprometida a mi labor de maestra”.*

**Ingrid Ontiveros Llancari**

**IE 5130 - 3 Víctor Raúl Haya de la Torre, UGEL Ventanilla, región Callao**

El testimonio de Ingrid ilustra algunas dimensiones de la resiliencia, como la presencia de la red de colegas, el sentido de vida por su compromiso, la seguridad y ser conocedora de sus capacidades. Joaquín García (2016) cita a Vanistendael (1997) para señalar las (05) CINCO dimensiones de la resiliencia:

(1) existencia de redes sociales informales; (2) sentido de la vida, la trascendencia; (3) autoestima, amor propio; (4) presencia de aptitudes y destrezas, sentido de dominio de la propia vida; y (5) sentido del humor (García-Alandete, J. 2016, p.55).

En los testimonios podemos identificar “factores protectores que promueven conductas resilientes, los cuales proceden de tres posibles fuentes: (1) atributos personales —por ejemplo, inteligencia, autoestima, capacidad para resolver problemas o competencia social—, (2) apoyos del sistema familiar, y (3) apoyo social derivado de la comunidad” (García, J. 2016 p. 55).



*“Entre los principales desafíos que me planteó la modalidad a distancia están el buscar las formas de contactarme con todos los estudiantes, debido a los pocos recursos tecnológicos, aprender el uso de herramientas digitales como el Zoom, formulario de Google, entre otros, y que todos los estudiantes respondan a las actividades propuestas, haciéndoles el seguimiento para el cumplimiento del envío de evidencias de aprendizaje. Para responder a estos desafíos, me ayudó planificar la forma de interactuar en la educación no presencial, hacer seguimiento a los alumnos diariamente, la colaboración y compromiso de los padres y madres de familia, la participación de los estudiantes, mi compromiso como docente y mi*

*capacidad de respuesta ante cualquier dificultad que presenten mis estudiantes. Puedo decirles que no soy la misma docente de antes. Esta modalidad exige mayor tiempo y dedicación, pues ahora se trabaja de manera individual de acuerdo a la realidad de cada uno de los estudiantes, enviándoles muchos mensajes y llamadas por contestar una y otra vez durante el día, muchas veces tensionada por clasificar las evidencias por cada estudiante y otras con frustración, porque algunos no entienden y no respetan los criterios dados. Creo que sí soy una docente resiliente. Todas las personas pasamos por momentos difíciles, nos adaptamos y buscamos otras alternativas de ayuda”.*

**Rosalín Leslye Pacheco Saldaña**

**IE Fe y Alegría 14, UGEL Santa, región Áncash**

La forma de responder a la adversidad no es evitándola, sino afrontándola, usando la capacidad de respuesta, búsqueda de alternativas y adaptándose a los cambios.

Uriarte (2006, p.16) nos recuerda que un docente resiliente es aquel que:

- Busca expresamente el desarrollo integral de todos los alumnos.
- Es emocionalmente estable, con alta motivación de logro, buena tolerancia a la frustración, de espíritu animoso e identificado con su trabajo.
- Conoce los aspectos relevantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje y particularmente, el desarrollo emocional y social de los estudiantes a su cargo.
- Es empático.
- Tiene actitud optimista y es de pensamiento positivo.
- Persiste en el logro de los objetivos. No teme a las dificultades, sino que las considera como retos a superar.

## 2.2 ¿Cómo educar para el desarrollo de la resiliencia?

Como personas únicas y diferentes, respondemos de distintas maneras ante una misma situación adversa. Algunas personas podrán sentir que el mundo se les vino encima y se quiebran, y otros, por el contrario, aprenderán y saldrán fortalecidos. Lo que para algunos es una simple dificultad, para otros es una tormenta; lo que es adverso para unos, como una pérdida de trabajo en este contexto de pandemia, otros lo pueden sobrellevar al tener soporte en su red familiar o en otro recurso interno.

Con esto se quiere decir que no hay un guion igual para todos, pero lo que se puede hacer es promover aquellos recursos personales que facilitan el desarrollo de comportamientos resilientes, por ejemplo, que se tenga mejor autocontrol de las emociones, se muestre optimismo y con esperanza de contar con alternativas, o se tenga buen sentido de humor para bajar la tensión causada por una situación dolorosa, entre otros (Benard, 2004; Masten & Powell, 2007; Luthar, 2007; Uriarte, 2006). Estos, según Aguiar y Acle-Tomasini (2012), son susceptibles de ser enseñados y, por lo tanto, de poder ser aprendidos en el seno familiar o escolar (p. 54).

Para educar sobre nuestra capacidad de resiliencia, Grotberg (1995) propone estas tres preguntas:

- 1) ¿Qué apoyo creen que pueden recibir? (Yo tengo...).**
- 2) ¿Cuáles son sus fortalezas intrapsíquicas y condiciones internas? (Yo soy..., yo estoy...).**
- 3) ¿Cuáles son sus habilidades para relacionarse y resolver problemas? (Yo puedo...).**

Respecto a cómo ayudar a desarrollar esta capacidad, citamos a Molina, C. (2017):

- a) Relacionándonos; esto es contar con un grupo de personas amigas o familiares que sean de soporte o bien relacionarnos con quienes necesitan de apoyo; esto nos ayuda a desarrollar esta capacidad de resiliencia.
- b) Pensando de manera constructiva y positiva. Veamos la dificultad como una oportunidad para el desarrollo personal.
- c) Aceptando el cambio como parte de nuestras vidas, poniendo atención a aquello que se puede cambiar. Esto incluye ser perseverantes y pacientes a la vez.
- d) Poniéndonos metas reales que se puedan lograr; esto es que, si nos acercamos al objetivo, se gana confianza, y hay que hacerlo regularmente, por más pequeño que sea.
- e) Actuando de forma decisiva, perdiendo el temor a tomar decisiones y llevando la acción, así los resultados no sean los que uno esperaba o demoren en llegar. Lo importante es tomar decisiones firmes.
- f) Descubriéndonos a partir de la búsqueda de nuevas oportunidades; ello permitirá identificar fortalezas o potencial.

- g) Siendo optimistas, sin fantasear; confiando en nuestras capacidades, pero centrados en nuestra realidad.
- h) Viendo las cosas desde otra perspectiva.
- i) Aprendiendo de los problemas, tomándolos como oportunidades de aprendizaje.
- j) No perdiendo la esperanza ni la fe en que las cosas mejorarán.
- k) Autocuidándonos, atendiendo nuestros deseos y necesidades, y mimándonos para estar relajados cuando enfrentemos la adversidad.

Por lo expuesto, se requiere que los educadores en la modalidad a distancia sean resilientes, con decisión y seguridad de afrontar las adversidades y las dificultades, sin que afecte su calidad de vida. Formarse para afrontar los retos incluye prestar atención y reforzar la autoestima, la creatividad, la iniciativa y el sentido del humor; desarrollar la empatía, el pensamiento positivo y el optimismo, fortaleciendo aquellas habilidades que permitan cambiar las actitudes negativas de uno y de los demás (Uriarte, 2006, p. 20).

Veamos en el siguiente testimonio:



*“Los principales desafíos de la educación a distancia fueron desarrollar sistemas tecnológicos que permitan elaborar materiales y recursos con altos niveles de interactividad para los estudiantes, recursos con los cuales realmente es posible convertir una comunidad científica. Entre los factores que me han ayudado a responder estos desafíos están el ponerme de acuerdo con las familias o padres de mis alumnos la hora de comunicarme con ellos, acordar la hora que deben comunicarse mis alumnos, haber establecido mediante consenso los acuerdos de convivencia, al momento de comunicarme con mis estudiantes interesarme por su estado emocional,*

*dialogar por la situación que están viviendo en casa y orientarlos para superar la situación. También, dialogar fluidamente con algunos padres de familias y adecuar las sesiones de aprendizaje para enviar a los estudiantes y hacer el uso óptimo de los medios de comunicación (llamadas telefónicas, mensajes de texto, WhatsApp). Puedo decirles que no soy el mismo docente de antes porque tengo que planificar y ejecutar teniendo en cuenta las clases, con estrategias remotas. Considero que sí soy un docente resiliente porque tengo la capacidad de afrontar la adversidad de mis estudiantes y padres de familia, tengo el equilibrio emocional frente a las situaciones de estrés y soporto mejor la presión, porque la resiliencia es la capacidad que tiene una persona para superar circunstancias traumáticas, como la muerte de un ser querido debido a un accidente”.*

**Armando Rengifo**

**IE 0238 Manco Cápac, UGEL Bellavista,  
región San Martín**

## Ejercicio de aplicación

Observa el video sobre la experiencia del profesor José Luis desde Amazonas.



<https://www.facebook.com/mineduperu/videos/717691175690257>

### Síntesis del video:

El docente José Luis, de la región Amazonas, nos cuenta cómo, al notar que algunos de sus estudiantes se mostraban tristes y desmotivados, organiza el Club del pensamiento positivo, donde promueve el uso de un cuaderno para expresar sentimientos en estos días de cuarentena. Generando así, un ambiente propicio para el logro de los aprendizajes.

### Reflexiona y responde:

1. ¿Qué aspectos observas en el docente José Luis que te ayuden a mejorar tu práctica como docente?

## Ideas fuerza

1

La resiliencia es la capacidad que tienen las personas para hacer frente a las dificultades y adversidades de la vida, logrando superarlas de manera positiva.

2

Las cinco dimensiones de la resiliencia son:

- 1) existencia de redes sociales informales;
- 2) sentido de la vida, la trascendencia;
- 3) autoestima, amor propio;
- 4) presencia de aptitudes y destrezas, sentido de dominio de la propia vida; y
- 5) sentido del humor.

3

Los desafíos del rol docente hoy están centrados en:

- Necesidad de preparación tecnológica
- Establecer y sostener el vínculo con las familias
- Conocer y contextualizar la estrategia Aprendo en casa
- Atender necesidades socioemocionales
- Buscar soluciones en equipo a partir del trabajo colegiado, para responder a las necesidades de los estudiantes.

4

Somos resilientes cuando asumimos como una oportunidad de aprendizaje migrar de la educación presencial a la educación a distancia.

5

Las características individuales asociadas a la resiliencia no son innatas, sino que proceden de la educación y, por lo tanto, pueden aprenderse.

6

Formarse para ser resiliente incluye:

- Prestar atención y reforzar la autoestima, la creatividad, la iniciativa y el sentido del humor;
- Desarrollar la empatía, el pensamiento positivo y el optimismo, fortaleciendo aquellas habilidades que permitan cambiar las actitudes negativas de uno y de los demás.



Después de haber leído y reflexionado sobre lo presentado en esta sesión, te invitamos a resolver el cuestionario de autoevaluación.

**Agradecimientos:**

Agradecemos a los docentes que son mencionados en esta sesión por haber compartido sus testimonios sobre experiencias en la modalidad a distancia.

## Referencias Bibliográficas

- Alonso-Pastor, A. (2020) *Estrategias de educación a distancia en respuesta al cierre de las escuelas por el COVID-19-Parte1*. Observatorio de la Educación Peruana. Recuperado de <https://obepe.org/covid-19/estrategias-de-educacion-a-distancia-en-respuesta-al-cierre-de-las-escuelas-por-el-covid-19-parte-1/>
- Aguaded Gómez, M. Almeida Pires, N. (2016). *La resiliencia del docente como factor crucial para superar las adversidades en una sociedad de cambios*. Universidad de Huelva. *Tendencias Pedagógicas*, 28, 167-180
- García-Alandete, J. (2016). *Afrontando la adversidad. Resiliencia, optimismo y sentido de la vida* (Col. Cuadernos de Psicología 04). La Laguna (Tenerife): Latina. Recuperado de <http://www.cuadernosartesanos.org/Psicologia/2016/cdp04.pdf>
- Gonzales, M. (2020). *La resiliencia del educador en tiempos del covid*. Diario Oficial del Bicentenario. El Peruano 9 de Julio 2020. Recuperado de <https://elperuano.pe/noticia-la-resiliencia-del-educador-tiempos-del-covid-99387.aspx>
- Molina, C. (2017) *Emociones expresadas, emociones superadas. Una guía para lograr el equilibrio psicológico a través de la gestión de nuestras emociones* (primera edición 2013). España: Planeta.
- Uriarte, J. (2006). Construir la resiliencia en la escuela. *Revista de Psicodidáctica*, 11, (1) 7-23. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea; Vitoria-Gazteis, España