

Cómo construir resiliencia a través de la solución creativa de problemas académicos

Elizabeth Gianulis, Directora de MTSS

Resiliencia

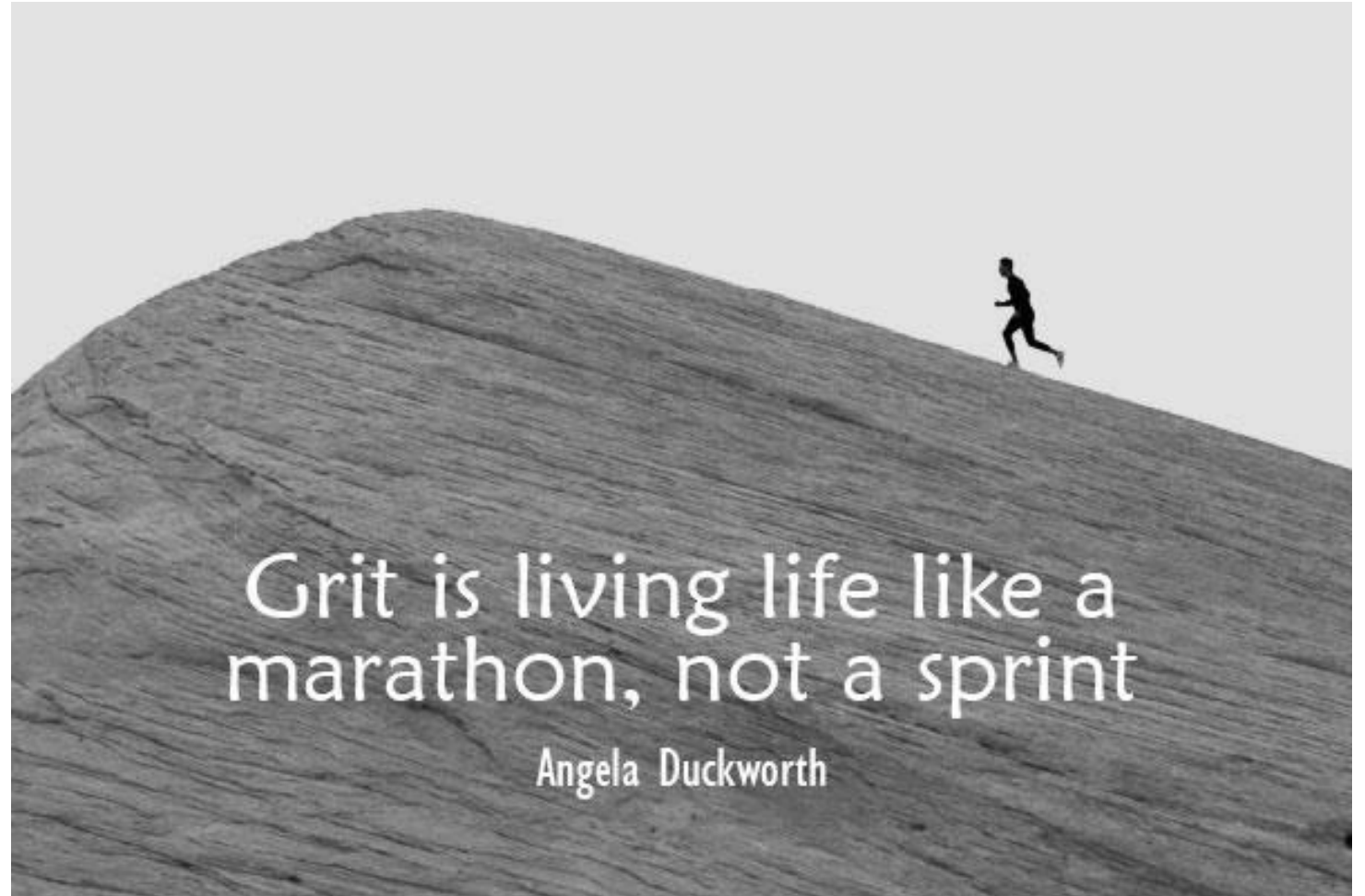
La capacidad de enfrentar la adversidad y surgir más fuerte que antes.



Perseverancia

Pasión y perseverancia por objetivos a largo plazo.

- Mantener interés y esfuerzo.
- Persistir y perseverar cuando enfrentas desafíos por cosas que te apasionan.



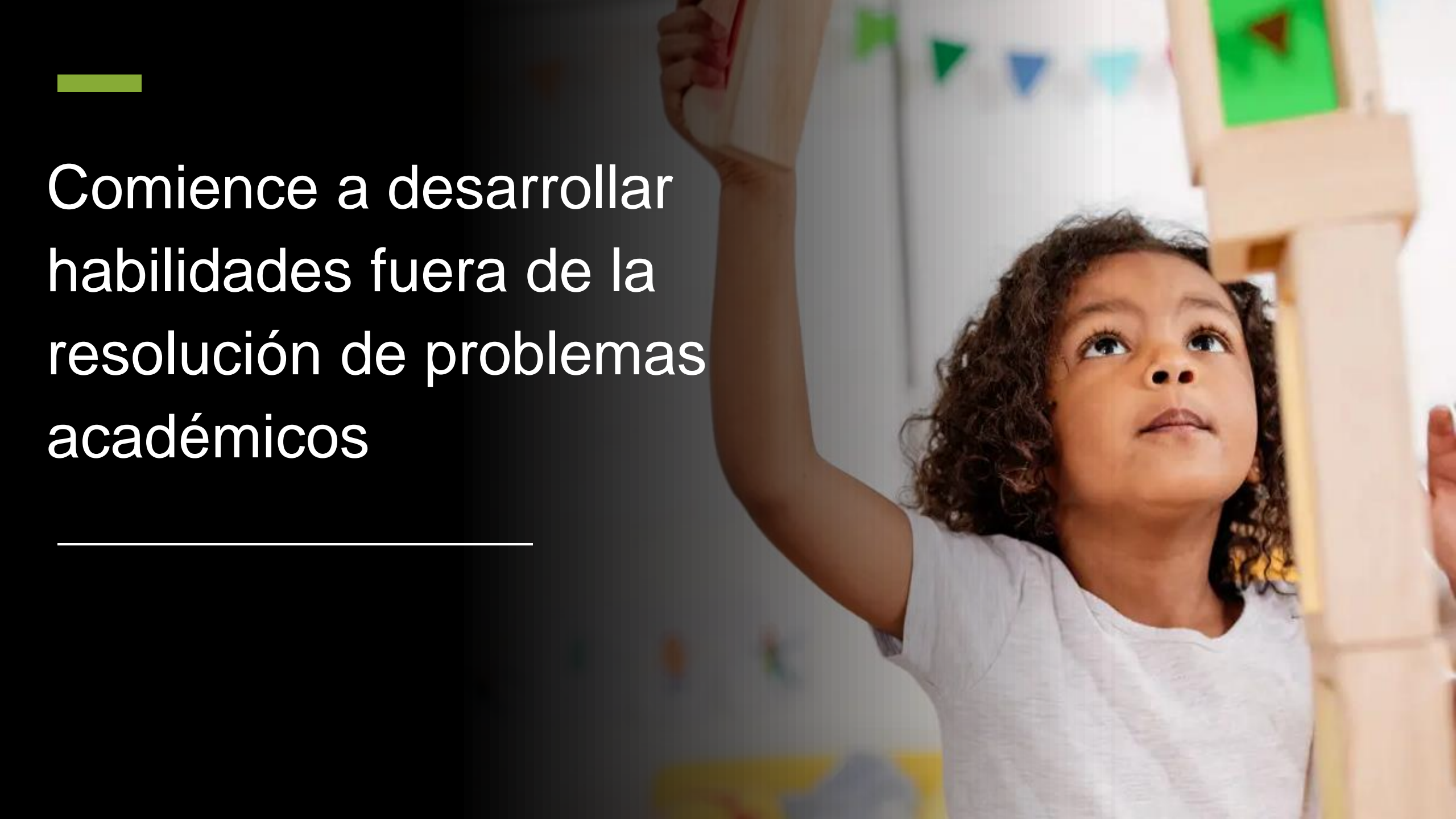
Mentalidad de crecimiento

La creencia que las habilidades más básicas incluyendo la inteligencia se pueden desarrollar a través de la dedicación y trabajo duro.




—
Cómo construyo
resiliencia a través
de la solución
creativa de
problemas
académicos





Comience a desarrollar
habilidades fuera de la
resolución de problemas
académicos



ENCUENTRE AL MENOS UNA ACTIVIDAD
EXTRACURRICULAR QUE LE INTERESE
Y A LA CUAL SE PUEDA DEDICAR SU
HIJO A LARGO PLAZO

COMPARTA HISTORIAS DE PERSONAS QUE HAN PERSEVERADO

- 5,127 = Número de prototipo fallido de aspiradoras creadas por James Dyson
- 10,000 = Número de intentos fallidos por Thomas Edison para crear el foco eléctrico



Construya una mentalidad de crecimiento

Ayude

Ayude a los niños a comprender que el cerebro funciona como un músculo.

Evite

Evite decirle a su hijo/a que él/ella es "inteligente".

- Sea específico con sus elogios.

Elogie

Elogie el proceso, esfuerzo, trabajo duro, **resolución creativa de problemas**

Aliente

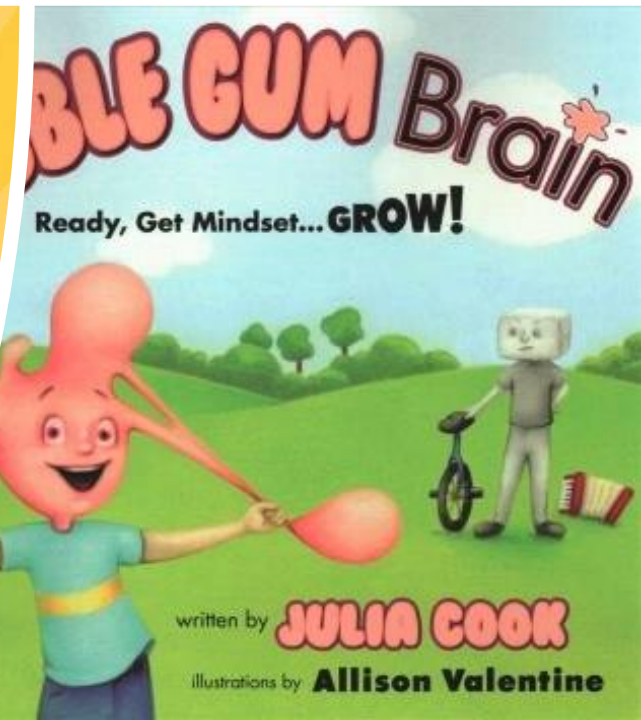
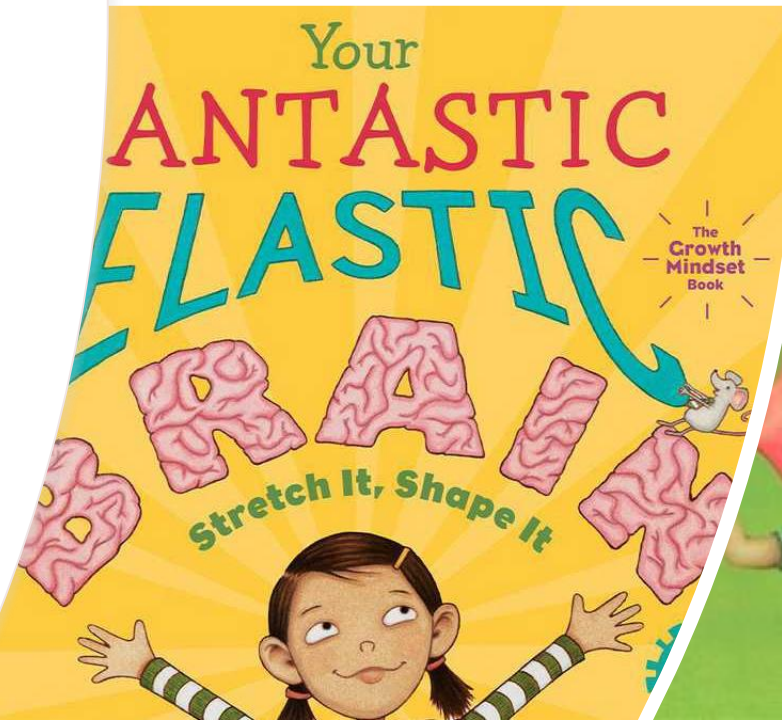
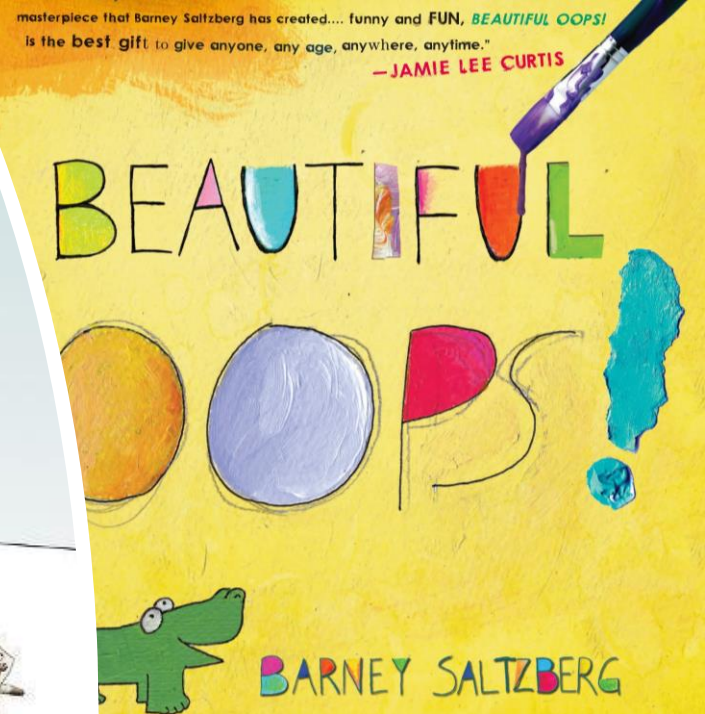
Fomente una actitud positiva ante el fracaso y el desafío.

Use

Use la palabra "aún".

Lea y hable de libros sobre mentalidad de crecimiento y resolución creativa de problemas.

- *Your Fantastic Elastic Brain: Stretch It, Shape It* de JoAnn Deak, Ph.D
- *Bubble Gum Brain* de Julia Cook
- *The Most Magnificent Thing* de Ashley Spires
- *Beautiful Oops!* de Barney Saltzberg



PERMITA QUE
SU HIJO LUCHE
Y TOME
RIESGOS



Aliente y elogie la resolución creativa de problemas



Permita que su hijo tenga dificultades con el apoyo.



Aliéntelo a pensar o probar otras opciones.



Elogie el esfuerzo y los intentos de elegir otras soluciones.



Proporcione orientación según sea necesario.



Mantenga la calma y ofrezca descansos según sea necesario.

Preguntas para reflexionar sobre el crecimiento y la resolución creativa de problemas

1. ¿Qué aprendiste de esta tarea? ¿De qué manera fue difícil?
2. ¿Cometiste errores? ¿Qué aprendiste de ellos?
3. Si tuvieras que volver a empezar, ¿Qué harías diferente?
4. ¿Qué consejo le darías a otro niño que apenas va a comenzar esta tarea?

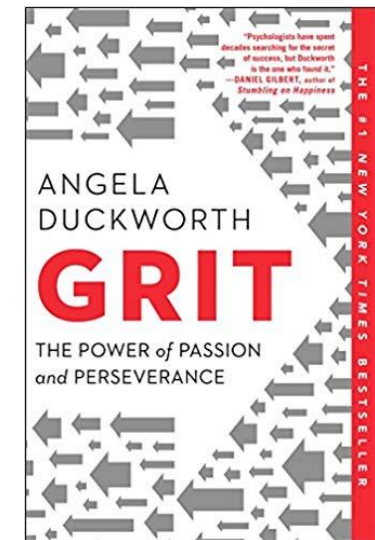
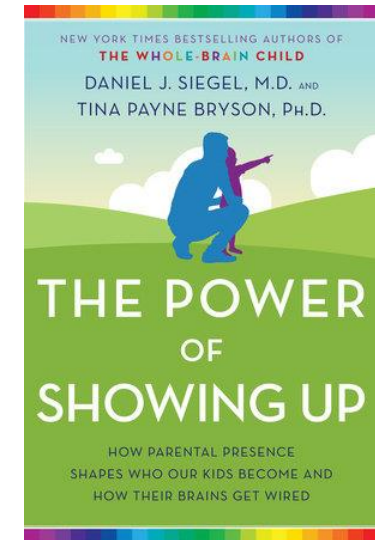
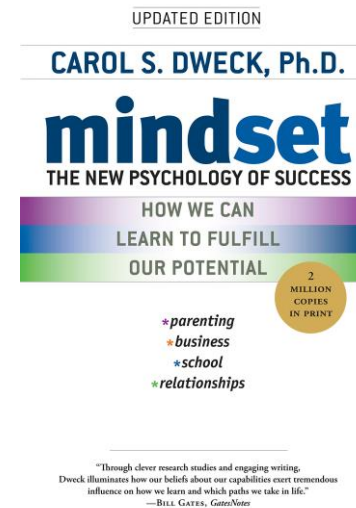
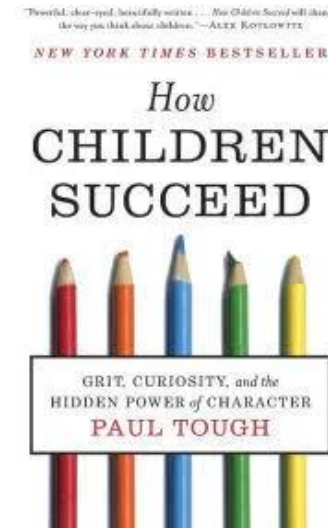
- Carol Dweck (2015)



Libros recomendados

(versiones en inglés)

- *How Children Succeed: Grit, Curiosity, and the Hidden Power of Character* de Paul Tough
- *Mindset: The New Psychology of Success* de Carol Dweck
- *The Power of Showing Up* de Daniel Siegel y Tina Payne Bryson
- *Grit* de Angela Duckworth



—

¿Preguntas?

