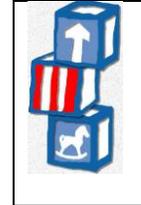




Northern Virginia Family Service
Early Childhood Division
Head Start/ Early Head Start



Boletín de Salud Mental DICIEMBRE 2018

¡Sea resiliente y protector!

¡RESILIENCIA es la capacidad de un individuo para superar los desafíos! ¡Claramente, es un objetivo de los programas Early Head Start y Head Start promover la resiliencia!

- **Dato:** ¡un adulto interesado y atento puede ayudar a un niño a ser resistente!
- **Hecho:** los niños que adquieren y retienen habilidades de resiliencia tienen más éxito que aquellos que no están expuestos a esto.
- **Hecho:** ¡Nunca es demasiado tarde para aprender a ser MÁS resistente!

Factores de RESILIENCIA:

- **Habilidades sociales:** interactuar de manera sana y positiva con uno mismo y con los demás.
- **Resolución de problemas:** capacidad, voluntad y coraje para encontrar soluciones.
- **Sentido de autoestabilidad** para ver a uno como individuo participante y parte del mundo.
- **Factores de protección:** factores ambientales y relacionales que pueden respaldar la resiliencia.

Factores de protección que fomentan la resiliencia:

Adultos comprensivos y comprensivos, expectativas de éxito, participación significativa, oportunidades para tomar decisiones, reconocer y reforzar un ambiente positivo, seguro, predecible y estable, mensaje claro de no consumir drogas y mensaje claro de no violencia

FACTORES DE RIESGO:

Factores de riesgo: adicción y vínculo genético, interacciones agresivas o negativas tempranas y generalizadas con otros, antecedentes familiares, violencia, inconsistencias disciplinarias, padres autoritarios o permisivos, bajas aspiraciones educativas para los niños, vínculo familiar bajo, fracaso escolar temprano, privación económica y social, Disponibilidad y accesibilidad de drogas, normas de violencia y drogas.

DESAFÍO: ¡Crea un objetivo para ti mismo para identificar un factor en el que te gustaría que crezcan tú o tu familia!