



COMUNICACIÓN

PROMOCIÓN DEL BIENESTAR EMOCIONAL Y DE LA RESILIENCIA EN NIÑOS Y NIÑAS A TRAVÉS DE LA LITERATURA INFANTIL

Noemí Lamas Martínez, psicóloga, ASACI

Ana Sainero Rodríguez, psicóloga, ASACI

María Martínez Hernández, psicóloga, ASACI

Datos de contacto:

C/Foncalada 5, piso 1º oficina 3. Oviedo – Asturias. 985 760 765 / 618 092 283

www.asaci.es asaci@fapmi.es

Resumen/Abstract.

El bienestar emocional puede definirse como un estado de regulación y ajuste en el funcionamiento de las personas y en la relación con las demás. Las personas adultas podemos proporcionar recursos a los niños y niñas que les ayude a conseguir este equilibrio.

Conocer y manejar las propias emociones e identificar los sentimientos en los demás, se considera como un factor de protección ante situaciones de riesgo y, por tanto, favorecer la promoción de la resiliencia (entendida como la capacidad de superar las situaciones adversas, incorporando la experiencia como un logro personal positivo).

Los álbumes ilustrados son un medio propicio y sencillo para enseñar a los niños y las niñas estrategias y recursos de utilidad para abordar situaciones vitales positivas y negativas de su propia realidad. Con esta propuesta dirigida principalmente a niños y niñas entre los 7 y los 9 años, las familias pueden favorecer el desarrollo de distintos aspectos: identificación del repertorio emocional, su expresión y una resolución socialmente adaptada, el abordaje de experiencias vitales que pueden generar malestar, la tolerancia ante las distintas realidades, diferencias personales y sociales, y el constituir una red de personas adultas referentes protectoras.





Palabras Clave / Keywords.

Gestión emocional, bienestar emocional, álbumes ilustrados, literatura infantil y juvenil, resiliencia, factor de protección.

Referencias bibliográficas / Webgrafía.

Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Higgitt, A., y Target, M. (1994). The theory and practice of resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 35(2), 231-257.

Gilligan, R. (1997). Beyond permanence? The importance of resilience in child placement practice and planning. *Adoption and Fostering*, 21(1), 12-20.

Grotberg, E. (1997). *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit*. Netherlands: UNESCO.

Organización Mundial de la Salud (2003). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Washington, D.C.: Organización Panamericana para la Salud.

Cláusula relativa al uso de los datos de carácter personal:

En cumplimiento de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de Diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que los datos personales facilitados van a ser incluidos en un fichero de datos de carácter personal, con la titularidad de la Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil (FAPMI), con domicilio en C / Delicias, nº. 8, entreplanta. 28045, Madrid, entidad destinataria de la información facilitada.

De conformidad con el Art. 6.1 de la LOPD, le comunicamos que los datos solicitados serán utilizados por FAPMI para la difusión de sus actividades y, con su firma, Ud. autoriza la cesión de dichos datos a otras entidades colaboradoras de la Federación o con fines análogos y complementarios. Ud. tiene derecho a acceder, modificar y cancelar los datos contenidos en nuestro fichero dirigiéndose a la dirección antes mencionada, a la atención de la Secretaría de la FAPMI.

