

RESILIENCIA ORGANIZACIONAL

Keila Y. Rojas Gutierrez



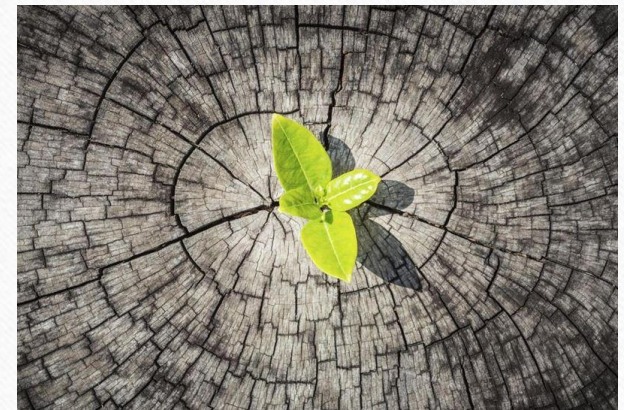
Las especies que sobreviven no son las más fuertes, ni las más rápidas, ni las más inteligentes; sino aquellas que se adaptan mejor al cambio

(Charles Darwin)

aklfrases.com

DEFINICIÓN

Proviene del inglés resilient: Describe a personas que aunque viven en condiciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y socialmente exitosos.





DEFINICIÓN

- En física la capacidad de un material para recuperar su forma original después de ser sometido a altas presiones

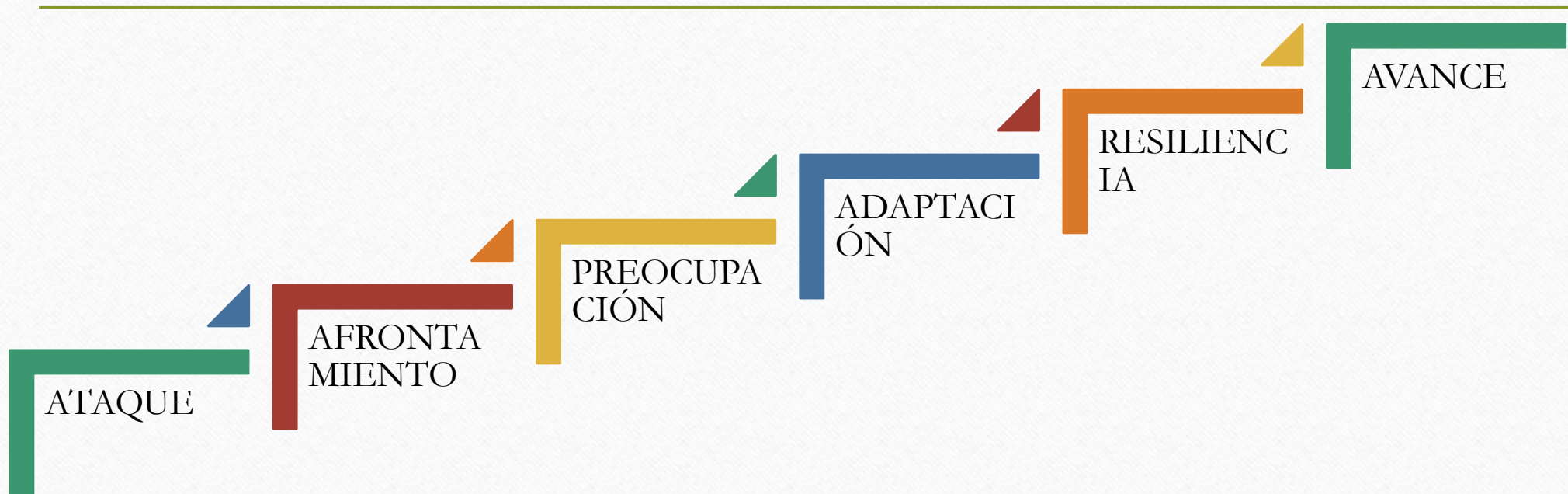


NUEVO ENFOQUE

- La resiliencia es más que preservar la integridad en situaciones difíciles, es la aptitud de reaccionar positivamente a pesar de las dificultades y tener la capacidad de usar esta experiencia y proyectarla en situaciones a futuro.



ESTRUCTURA DE LA RESILIENCIA



CARACTERISTICAS DE LA RESILIENCIA

Instrospección

Capacidad para examinarse internamente, plantearse preguntas difíciles y responder honestamente



Independencia

Capacidad para mantener distancia física y emocional con respecto a los problemas sin caer en el aislamiento.



Interacción

Capacidad para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas.



Iniciativa

Capacidad para hacerse cargo de los problemas y ejercer control sobre ellos.



Creatividad

Capacidad para crear orden, belleza y objetivos a partir del caos y del desorden.



Sentido del humor

Predisposición del espíritu a la alegría, permite alejarse del foco de tensión, relativizar y ser positivo.



Conciencia moral

- Valores internalizados por cada persona a través de su desarrollo, echar mano de los principios para sobreponerse.



Construcción de la resiliencia



← Entretecho

← Segundo piso

← Primer piso

← subsuelo

← cimientos

FACTORES PROTECTORES

Evite ver la crisis como obstáculos insuperables

Trate de mirar más allá del presente y piense que en el futuro las cosas mejorarán.



Acepte que el cambio es parte de la vida

Es posible que como resultado de una situación adversa no le sea posible alcanzar ciertas metas.



Muévase hacia sus metas

En vez de enfocarse en tareas que parecen que no puede lograr, pregúntese cada día que es lo que hizo para acercarse a su objetivo.



Lleve a cabo acciones decisivas

Llevar a cabo acciones decisivas es mejor que ignorar los problemas y las tensiones, y desear que desaparezcan.



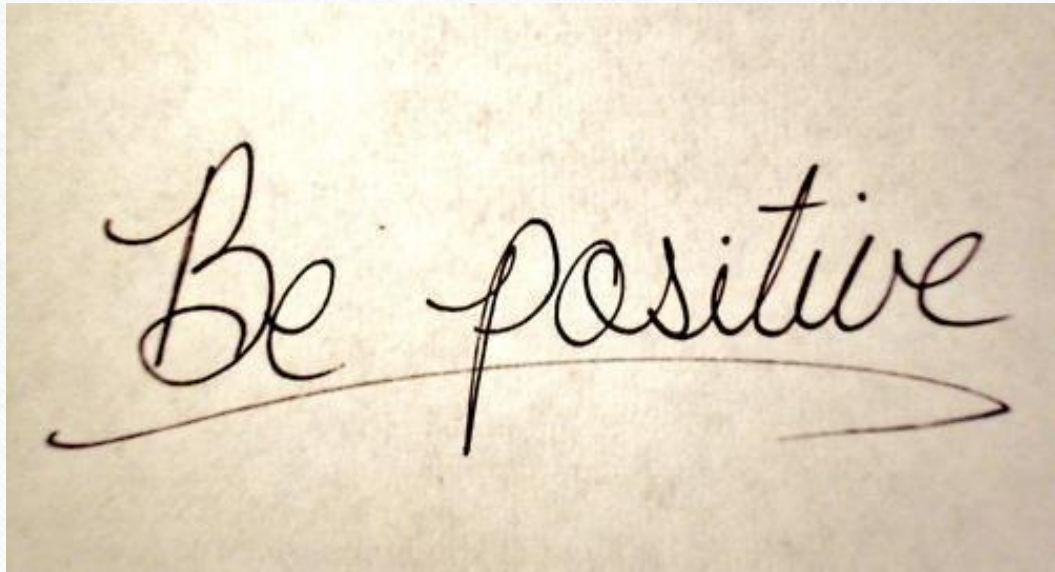
Busque oportunidades para descubrirse a sí mismo

Aprenda sobre sí mismo.



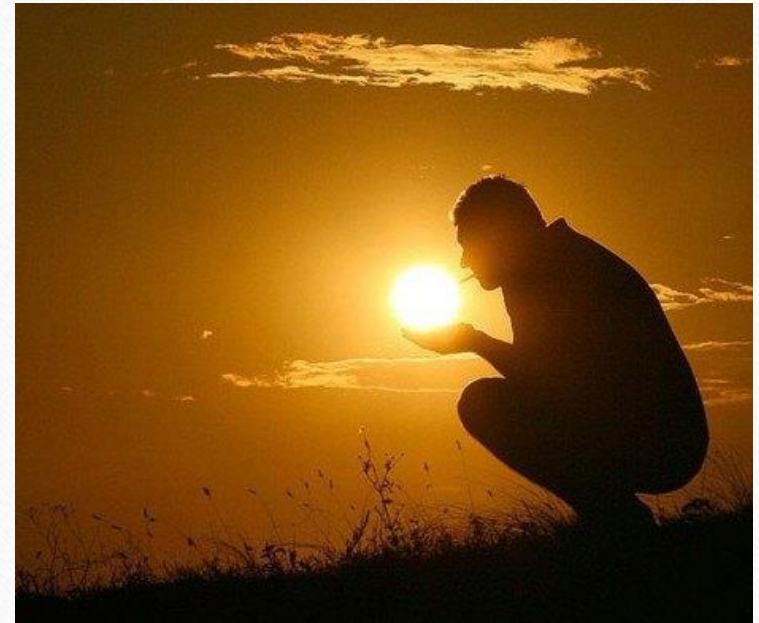
Cultive una visión positiva

Desarrolle confianza



Mantenga las cosas en perspectiva

Evite agrandar el evento fuera de su proporción.

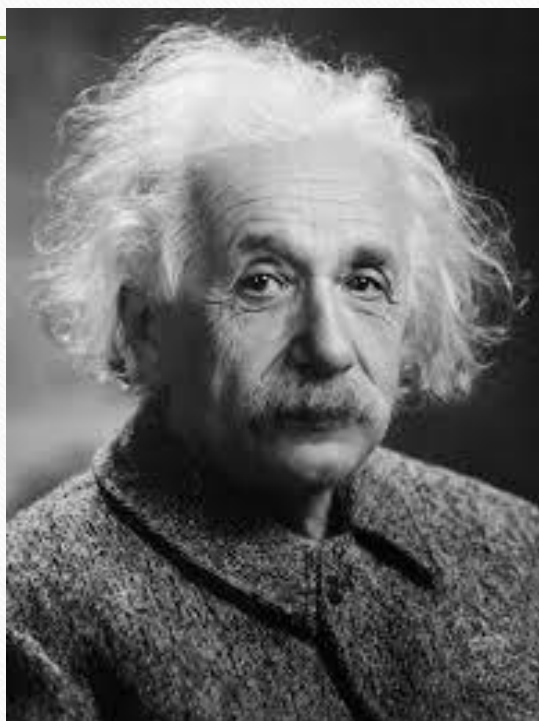


Nunca pierda la esperanza

Una visión optimista le permite esperar que ocurran cosas buenas en su vida.

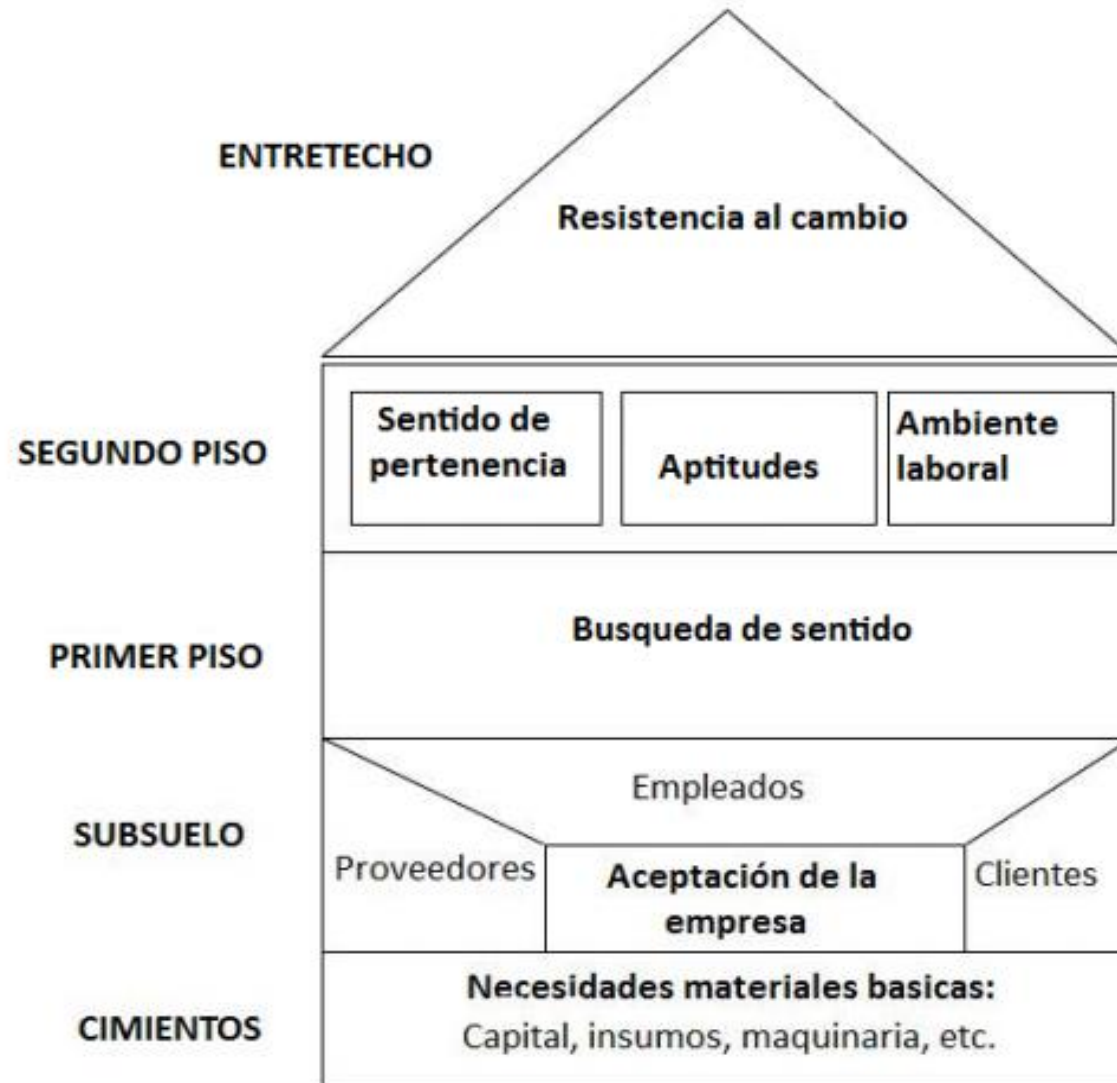


RESILIENCIA EN INDIVIDUOS





RESILIENCIA EN ORGANIZACIONES







amazon



CONCLUSIÓN



BIBLIOGRAFIA

- ASSOCIATION, A. P. (2016). *APA*. Obtenido de <http://www.apa.org/centrodeapoyo/resiliencia-camino.aspx>
- AVENDAÑO, B. M. (2010). *SLIDESHARE*. Obtenido de <http://es.slideshare.net/marte03/resiliencia-9648300>
- DEF. (2008). *WORDPRESS*. Obtenido de <http://definicion.de/informacion/>
- HERNÁNDEZ, J. (2012). *BLOG*. Obtenido de <http://blog.hostalia.com/empresas-que-cambiaron-el-chip-y-mejoraron-sus-negocios/>
- LEON, P. A. (JULIO de 2013). *REPOSITORY*. Obtenido de <http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/4568/1020743140-2013.pdf?sequence=1>
- MONTERO, F. V. (2011). *NEWFIELD*. Obtenido de <http://www.newfield.cl/newsletters-antiguos/resiliencia-organizacional>
- NAVARRO, M. C. (2014). *SLIDESHARE*. Obtenido de <http://es.slideshare.net/lisabeth1601/power-resiliencia>

