

## ARZOLA, C. Y CALVANESE, N. (EDS) (2018). LA PRÁCTICA COTIDIANA DE LA RESILIENCIA.

Recuperado de <https://svpsicologiapositiva.com/descarga-nuestro-sexto-libro-la-practica-cotidiana-de-la-resiliencia>

La capacidad de aprender y superar adversidades podría considerarse una de las mayores exigencias de estos tiempos; la conflictividad vivenciada en diversos contextos impulsa a la persona a generar estrategias para aceptar, enfrentar y aprender. De esta forma, la resiliencia ocupa uno de los primeros lugares cuando se habla de los recursos personales a desarrollar, en miras del crecimiento personal. En tal sentido, la Sociedad Venezolana de Psicología Positiva ofrece en su 6° publicación un amplio abordaje de la práctica resiliente en distintos ámbitos del ejercicio profesional.

El texto inicia con el prólogo del Dr. Santiago Vásquez, Director del Instituto de Liderazgo del Tecnológico de Monterrey (México), afirmando que “los autores nos trasladan las conclusiones de sus investigaciones llevadas a cabo desde planteamientos científicos” para comprender la incesante búsqueda de ser feliz a través del desarrollo de habilidades personales que permitan gestionar pensamientos y emociones.

La conciencia social y la responsabilidad en el bienestar del Otro es un elemento que de forma transversal está presente en cada una de las temáticas abordadas, con una mirada global frente a fenómenos que están generándose en el ciudadano del mundo.

Tomando en consideración las principales áreas temáticas de la psicología, las compiladoras: Prof. Nicolina Calvanese y Prof. Carmen Rosa Arzola proponen el enfoque positivo en las dimensiones: social, salud y organizacional. Los aportes fueron otorgados por un equipo de profesionales dedicados activamente a la promoción del bienestar. Desde la psicología social se exponen propuestas relacionadas con sociedades saludables y envejecimiento poblacional, bienestar y comunicación conciliadora, desarrollo positivo adolescente y un movimiento psicoeducativo en una comunidad neoespartana. El área de salud contiene aspectos relacionados con resiliencia familiar ante la enfermedad crónica pediátrica, la importancia de vivir en positivo y el valor de la coherencia, así como los beneficios de la risa y la respiración en la salud. Por último, el bloque organizacional expone casos de transformaciones exitosas desde la resignificación y la ecología laboral y bienestar en el trabajo.

La invitación es a la lectura cuidadosa del presente texto, que resulta fuente de inspiración para todo aquél que se sienta motivado a generar entornos favorables para el desarrollo “humano” del hombre moderno.

Victoria Tirro  
Psicóloga / Psicogerontóloga  
Miembro de la Sociedad Venezolana de Psicología Positiva.  
Investigadora-docente del Instituto de Psicología de la UCV