***Lesly Paola Pérez López***

***Informe***

***Resiliencia***

*Entendí que la resiliencia es la capacidad de un individuo o grupo para recuperarse de la adversidad con el fin de seguir prediciendo el futuro. A veces, las situaciones difíciles y los traumas permiten el desarrollo de recursos potencialmente desapercibidos.*

*Es bien sabido que los niños que se respetan a sí mismos crecen para ser adultos resilientes y están listos para superar todos los obstáculos que encuentran a lo largo de su vida. La instrucción eficiente en una etapa temprana de la vida es importante para que los niños desarrollen habilidades de afrontamiento constructivas. Se enfrentan a una variedad de situaciones posibles y están activamente motivados para lidiar con ellas sin mucho daño.*

*La resiliencia no significa que la persona no esté experimentando dificultades o sufrimiento. El dolor emocional y la tristeza son comunes en personas que han experimentado grandes adversidades y traumas en sus vidas. De hecho, el camino hacia la resiliencia puede estar lleno de obstáculos que afectan nuestro estado emocional. La resiliencia no es una característica que las personas tengan o no tengan. Incluye acciones, pensamientos y acciones que cualquiera puede aprender y desarrollar.*

***Participación Ciudadana***

*La participación ciudadana es la implicación activa de nosotros los ciudadanos en los procesos públicos de toma de decisiones que afectan a nuestras vidas. Esto se reconoció legalmente en nuestro país y se hizo cumplir la ley sobre la participación de las asociaciones y los ciudadanos en la administración. La ley establece: “El Estado reconoce el derecho de los ciudadanos a participar en sus políticas, planes y programas. Acciones para participar*”. Hoy en día, existe una tendencia creciente a fomentar la participación pública en comunidades de todos los tamaños. Y es fácil dar por sentado que los beneficios de la participación ciudadana ya son conocidos por todos. Esto puede permitir que algunos municipios implementen políticas relevantes sin comprender la relevancia y desarrollar un verdadero compromiso. Antes de embarcarse en una iniciativa de participación cívica, es importante comprender por qué está fomentando una mayor participación y cómo esto puede ayudar a mejorar la ciudad a largo plazo.

***“La participación ciudadana es la implicación activa de los ciudadanos en los procesos públicos de toma de decisiones que afectan a sus vidas”***

