

Taller: Fortalecer la Resiliencia frente al desastre y el conflicto armado
Equipo de emergencia de Brahma Kumaris

El presente Taller tiene como objetivos:

1. Facilitar el reconocimiento de las fortalezas personales y de la comunidad, las cuales son indispensables para un manejo apropiado de las situaciones de emergencia.
2. Promover la reflexión sobre los retos personales y de la comunidad para enfrentar situaciones de desastres con el fin de implementar planes de fortalecimiento personal y de las redes de apoyo.

Temas:

1. Descubrir la resiliencia personal frente a los desastres y conflictos armados.
2. Fortalezas y debilidades personales y de la comunidad frente a los desastres
3. Recursos para fortalecer al ser y el servicio con la comunidad.

Metodología:

La metodología del taller es participativa en base a la educación popular, donde lo que se busca es alentar la conversación en base al conocimiento de cada persona, reconociendo sus propias experiencias sobre la materia en cuestión.

Por lo tanto, el papel de la persona facilitadora, se trata más de guiar las reflexiones individuales y colectivas, sin la intención de dar soluciones acabadas.

hora	actividad	requerimiento	responsable
10m	• Bienvenida-Presentación del equipo objetivos hacia los que trabaja • Objetivo del taller • Dinámica de presentación interactiva	Música	
5m	Ejercicio de Relajación Física y Mental	Música	
1 hora	Compartir sus experiencias de desastres y hacer las siguientes reflexiones, primero individualmente y luego en parejas o tríos: Recuerde alguna situación, ya sea de desastre natural, o algún conflicto armado, etc. que le haya tocado vivir. 1. Cual fue su primera reacción? 2. Que lo ayudo a mantener o recuperar su estado interior? 3. Cuáles fueron las acciones de auto servicio y servicio a los demás, que		

	llevo a cabo? (sólo responder si hizo alguna acción) Se comparten las respuestas en tríos o parejas, promoviendo la escucha activa, y el no juzgar u aconsejar.		
15 m	Receso		
15 m	Panel o puesta en común con el resto del grupo las reflexiones planteadas.		
5 m	En el mundo cada país es vulnerable de afrontar algún u otro tipo de calamidad. El carácter inesperado y masivo de un desastre natural quiebra drásticamente el curso normal de la vida de las personas. Sin embargo, al encontrarnos debidamente preparados, podremos hacerle frente respondiendo con precisión y calma; desarrollar los medios para superarla; recuperarnos y poder ayudar a otros y así se reducen los riesgos. Mediante un dibujo colectivo o collage reflexionar en grupos de cuatro: Cada uno puede reflexionar individualmente por unos minutos, y luego se comparte en el grupo para hacer el collage con el aporte de todos y todas. 1. Cuál es una necesidad que usted considera que debe satisfacer ahora, a fin de reforzar la resiliencia? 2. Cómo se podrían reforzar las redes de apoyo tanto familiar como comunitarias?		
	Exposición de cada subgrupo.		
30	Elaboración de planes personales para suplir las necesidades encontradas y el aporte que se puede dar a la comunidad o familia.		
10 m	Se hace un cierre donde se comparten los sentimientos que les dejó el taller, nuevas propuestas, etc.		
10m	Ejercicio de relajación física y mental		