Especial: resiliencia y el sentimiento de ser importantes

escrito por Sergio Miralles, Cristina Pérez-Manglano y Luis Miralles | 25 de diciembre de 2025



Estos **dos artículos** abordan, desde la evidencia científica internacional, dos pilares estrechamente relacionados del desarrollo humano desde la primera infancia: la resiliencia y el sentimiento de ser importantes (*mattering*). Ambos conceptos ponen el foco en algo clave y a menudo olvidado: **no se trata de cualidades innatas que "se tienen o no", sino de capacidades que se construyen** a través de experiencias, relaciones y contextos educativos y sociales de calidad. A partir de investigaciones recientes del Centro de Desarrollo Infantil de la Universidad de Harvard, los textos analizan cómo las interacciones significativas con personas adultas de referencia, los entornos seguros y las actuaciones educativas basadas en el diálogo y la participación activa contribuyen de manera decisiva a la salud, el bienestar emocional y el aprendizaje a lo largo de la vida.

Juntos, ofrecen un marco riguroso para reflexionar sobre el papel que desempeñamos las personas adultas —en la escuela, la familia y la comunidad— en la creación de oportunidades reales para que niños y niñas puedan afrontar adversidades y crecer sintiéndose valiosos y capaces de aportar a los

demás.

Guía de Harvard sobre resiliencia

Sentirse importantes desde la primera infancia

Imagen: Freepik