



UNIVERSIDAD
DE PIURA

REPOSITORIO INSTITUCIONAL
PIRHUA

MEDIDA DE LA RESILIENCIA EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE
PRIMER CICLO DE LA ESCUELA
PROFESIONAL DE
ADMINISTRACIÓN Y NEGOCIOS
INTERNACIONALES DE LA
FACULTAD DE CIENCIAS
EMPRESARIALES DE LA
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS

Pilar Velásquez-Acosta

Lima, agosto de 2017

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

Maestría en Educación con Mención en Teorías y Gestión Educativa

Velásquez, P. (2017). *Medida de la Resiliencia en estudiantes universitarios de primer ciclo de la Escuela Profesional de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas* (Tesis de Maestría en Educación con Mención en Teorías y Gestión Educativa). Universidad de Piura. Facultad de Ciencias de la Educación. Lima, Perú.



Esta obra está bajo una licencia

[Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

[Repositorio institucional PIRHUA – Universidad de Piura](https://repositorio.institucional.pirhua.edu.pe/)

PILAR DANITZA VELÁSQUEZ ACOSTA

**MEDIDA DE LA RESILIENCIA EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE PRIMER CICLO DE LA ESCUELA
PROFESIONAL DE ADMINISTRACIÓN Y NEGOCIOS
INTERNACIONALES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
EMPRESARIALES DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS**



**UNIVERSIDAD DE PIURA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN
MENCIÓN EN TEORÍAS Y GESTIÓN EDUCATIVA**

2017

APROBACIÓN

La Tesis titulada “Medida de la Resiliencia en estudiantes universitarios de primer ciclo de la Escuela Profesional de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas”, presentada por Pilar Danitza Velásquez Acosta en cumplimiento con los requisitos para optar el Grado de Magister en Educación con mención en Teorías y Gestión Educativa, fue aprobada por el asesor Dr. Pablo Pérez Sánchez y defendida el..... de de 2017 ante el Tribunal integrado por:

.....
Presidente

.....
Informante

.....
Secretario

AGRADECIMIENTOS

A Dios por brindarme la posibilidad de seguir adelante en mis propósitos.

A mis padres que me han dado la existencia, por sus buenos consejos, su apoyo incondicional para superarme, construir y formar la persona que ahora soy.

A mi hermana por su apoyo y motivación en el desarrollo de mi investigación.

ÍNDICE

	Pag.
INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO	1
1.1. Formulación del Problema	3
1.2. Hipótesis.....	3
1.2.1. Hipótesis General	4
1.2.2. Hipótesis Específicas	4
1.3. Delimitación de Objetivos	4
1.3.1. Objetivo General.....	4
1.3.2. Objetivos Específicos	4
1.4. Justificación de la Investigación	6
1.5. Limitaciones de la Investigación.....	6
1.6. Antecedentes de la Investigación	7
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO	15
2.1. Definiciones y aspectos investigados sobre la Resiliencia	15
2.2. Características de Resiliencia.....	20
2.3. Características de jóvenes resilientes	25
2.4. Componentes de la Resiliencia	25
2.5. Resiliencia en Adolescentes.....	29
2.6. Resiliencia y Estilos de Afrontamiento.....	30
2.7. Pilares de la Resiliencia	31
2.8. ¿Cómo se relaciona la Resiliencia y el Psicoanálisis?	33
2.9. Relación entre Resiliencia y Logoterapia	36
2.10. La Resiliencia y La Educación	36

2.11. Otros conceptos de Resiliencia y su relación con la Salud Mental.....	37
2.12. La Resiliencia: Hacia un Modelo Conceptual.....	39
2.13. Resiliencia, factores de riesgo y factores protectores	41
2.14. Ambientes que favorecen la Resiliencia	41
2.15. Resiliencia y Familia.....	43
2.16. Estrategias Familiares para Fomentar la Resiliencia	45
2.17. Resiliencia y Rendimiento Académico	45
2.18. Resiliencia y Sexualidad	49
2.19. Personalidad Resiliente	51
2.20. Planos principales de la Resiliencia	51
2.21. Formas de mejorar la Resiliencia.....	52
2.22. Importancia de la Resiliencia	53

CAPITULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....55

3.1. Tipo de Investigación	55
3.2. Diseño de la Investigación.....	55
3.3. Población y Muestra del Estudio	55
3.4. Variables	57
3.5. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos.....	57
3.5.1. Instrumento de Recolección de Datos	57
3.5.1.1. Criterios de Construcción.....	58
3.5.1.2. Descripción General	58
3.5.1.3. Administración del Inventario.....	60
3.5.1.4. Calificación del Inventario	60
3.5.2. Validez y Confiabilidad del Estudio.....	61
3.5.3. Procedimiento de Recolección de Datos y Procesamiento de Datos	63
3.6. Resultados.....	64

CAPITULO IV: DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....71

4.1 Interpretación y/o Discusión de Resultados	71
--	----

CONCLUSIONES.....77

RECOMENDACIONES.....81

BIBLIOGRAFÍA83

ANEXOS	95
Anexo N° 1. Escala de Resiliencia	97
Anexo N° 2. Validez y confiabilidad del estudio	112

LISTA DE TABLAS

	Pag.
Tabla 1. Variables sociodemográficas de la muestra de Alumnos	56
Tabla A. Confiabilidad por consistencia interna de las versiones de la escala de Resiliencia, así como de las sub-escales de competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida.....	63
Tabla 2. Distribución de estudiantes según niveles de Resiliencia	65
Tabla 3. Distribución de estudiantes por niveles de Resiliencia según turnos de estudio.....	65
Tabla 4. Distribución de estudiantes por niveles de Resiliencia según sexo.....	66
Tabla 5. Distribución de estudiantes según niveles de Competencia Personal	66
Tabla 6. Distribución de estudiantes por niveles de Competencia Personal según turnos de Estudio	67
Tabla 7. Distribución de estudiantes por niveles de Competencia personal según sexo	68
Tabla 8. Distribución de estudiantes según niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida.....	68
Tabla 9. Distribución de estudiantes por niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida según turnos de estudio	69
Tabla 10. Distribución de estudiantes por niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida según sexo	69

INTRODUCCIÓN

La población juvenil representa más de la cuarta parte de la población peruana, debido a las características de dicha etapa evolutiva es donde se empiezan a fijar y consolidar proyectos a futuro que constituye un importante potencial humano.

Existen muchos ejemplos de porcentajes en el ámbito mundial y nacional, que han demostrado que pese a circunstancias adversas en las que han vivido: pobreza, violencia familiar, falta de acceso a la educación, etc. han sabido enfrentar estas situaciones, no solo surgiendo de ellas, evitando que le afecte esta realidad de manera negativa, sino que salen fortalecidos y con mayor capacidad para enfrentar situaciones difíciles.

Esta realidad nos permite hacernos muchas interrogantes sobre los factores que intervienen en este proceso de resistencia a la adversidad.

La resiliencia, es motivo de análisis e investigación por diversos profesionales de área salud y educativa, quienes han hecho estudios, tomando en cuenta las variables protectoras, tanto individual como del entorno, contraponiéndose a los estudios que toman en cuenta la psicopatología, partiendo de factores de riesgo a la que los individuos y grupos están sometidos.

Esta situación fue la que motivó la realización de la presente investigación, en base al estudio psicométrico de la Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Los resultados encontrados facilitarán el trabajo preventivo-promocional en jóvenes que recién empiezan su carrera universitaria, implementando talleres de desarrollo que permitan promover la clarificación de la intencionalidad de sus vidas y llegar a etapas posteriores con condiciones optimizadas para un adecuado bienestar y cuyos resultados se reportan en páginas siguientes.

De esta manera se pretende resaltar la importancia del análisis de los niveles de resiliencia que están presentando los jóvenes estudiantes universitarios, esperando que los datos obtenidos y la utilidad práctica que se otorgue al presente estudio, sirva como elemento para establecer la toma de decisiones y medidas correctivas en caso de vislumbrar niveles bajos en algunas de las áreas que componen la resiliencia.

En el primer capítulo se plantea el problema de la investigación, se destaca la significatividad de la misma y se delimita su alcance. Así mismo se plantean las hipótesis, los objetivos generales y específicos, se señalan los antecedentes del trabajo y se manifiestan las limitaciones del estudio.

El segundo capítulo se centra en el marco teórico relacionado con el tema, el cual se ocupa de las generalidades, conceptos, características y teorías acerca de la resiliencia en jóvenes.

El tercer capítulo se ocupa del método empleado, es decir del tipo y diseño de la investigación, de la población y muestra, de las variables de estudio, de las técnicas e instrumento utilizado, el procesamiento de los datos y la presentación de los resultados.

En el cuarto capítulo se discuten los resultados. Así mismo se presentan las conclusiones y recomendaciones del estudio. Por último figuran las citas bibliográficas y los anexos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Formulación del problema

La resiliencia es un conjunto de atributos y habilidades innatas para afrontar adecuadamente situaciones adversas, como factores estresantes y situaciones riesgosas.

Algunos autores definen a la resiliencia como la capacidad de respuesta inherente al ser humano, a través del cual se generan respuestas adaptativas frente a situaciones de crisis o de riesgo. Esta capacidad deriva de la existencia de una reserva de recursos internos de ajuste y afrontamiento, ya sean innatos o adquiridos. De este modo la resiliencia refuerza los factores protectores y reduce la vulnerabilidad frente a las situaciones riesgosas (abuso de drogas, suicidio, embarazo temprano, fugas de hogar, entre otros).

En nuestro país se observa que a los estudiantes universitarios de primer ciclo de la mayoría de las universidades, se les hace difícil adaptarse a la nueva vida universitaria, ya que existe un quiebre en el estilo educativo escolar y el universitario, por lo que se considera importante medir los niveles de resiliencia en estos jóvenes para ayudarlos a adaptarse a los cambios y exigencias de su “nueva vida”.

Se considera importante trabajar con este grupo de estudiantes de la Universidad Alas Peruanas, ya que, existe gran interés por parte de las autoridades de tener información en este aspecto para trabajar con los alumnos y evitar la deserción universitaria.

Esto nos lleva a plantearnos la siguiente pregunta de investigación:
¿Qué niveles de resiliencia presentan los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas?

1.2. Hipótesis

1.2.1. Hipótesis general

“Existen niveles bajos de resiliencia en los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas”.

1.2.2. Hipótesis específicas

- a. “Existen niveles bajos de competencia personal en los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas”.
- b. “Existen niveles bajos de aceptación de uno mismo y de la vida en los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas”.

1.3. Delimitación de objetivos

1.3.1. Objetivo general

Identificar los niveles de resiliencia que presenten los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas.

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar el porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas

Peruanas que presenten niveles bajos de resiliencia según turnos de clase.

- Determinar el porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas que presenten niveles bajos de resiliencia según sexo.
- Determinar el porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas que presenten niveles bajos de competencia personal.
- Determinar el porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas que presenten niveles bajos de competencia personal según turnos de clase.
- Determinar el porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas que presenten niveles bajos de competencia personal según sexo.
- Determinar el porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas que presenten niveles bajos de aceptación de uno mismo y de la vida.
- Determinar el porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas que presenten niveles bajos de aceptación de uno mismo y de la vida según turnos de clase.

- Determinar el porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas que presenten niveles bajos de aceptación de uno mismo y de la vida según sexo.

1.4. Justificación de la investigación

El fenómeno de la resiliencia cobra importancia en el proceso educativo, porque está demostrado que después de la familia, la universidad es un ambiente clave, fundamental para que los jóvenes adquieran las competencias necesarias para salir adelante, gracias a su capacidad para sobreponerse ante la adversidad. Estas competencias proveen esperanza y fuerzas nuevas a una sociedad compleja y desalentada por sus múltiples factores de riesgo y continuas adversidades.

La resiliencia es un concepto que puede ayudar para que la educación cumpla con uno de sus objetivos fundamentales: formar personas libres, seguras, emocionalmente estables y responsables consigo mismo, su familia y su comunidad.

Por lo que se considera de suma importancia conocer los niveles de resiliencia de nuestros alumnos de educación superior para brindarles herramientas que les permitan desarrollar esta capacidad de tal forma que puedan enfrentarse a los nuevos retos de su vida universitaria.

1.5. Limitaciones de la investigación

Las limitaciones que se han encontrado para esta investigación son las siguientes:

La poca disposición de algunos alumnos para responder el inventario por el poco tiempo disponible para la resolución de los mismos, ya que debían retornar a sus aulas de clase.

La presión por la que estuvieron pasando algunos alumnos, puesto que por esos días se estaban realizando las evaluaciones correspondientes a los exámenes parciales.

1.6. Antecedentes de la investigación

En la década de los años 60 R. Spitz analizó la dimensión patogénica del hospitalismo y la institucionalización temprana de la infancia. Posteriormente J. Bowlby, al presentar la primera teoría elaborada del apego, fue sin pretenderlo uno de los pioneros científicos de la resiliencia. Desde entonces se han publicado numerosas investigaciones que confirman la importancia de tal vínculo y sus repercusiones en el ajuste personal y social.

Pero el trabajo que dio origen a este nuevo concepto fue el de E. E. Werner (1992), quien estudió la influencia de los factores de riesgo, los que se presentan cuando los procesos del modo de vida, de trabajo, de la vida de consumo cotidiano, de relaciones políticas, culturales y ecológicas, se caracterizan por una profunda inequidad y discriminación social, inequidad de género e inequidad etno-cultural que generan formas de remuneración injustas con su consecuencia. Es un estilo de enfrentamiento de las personas con las situaciones de riesgo, que hace que una misma circunstancia pueda resultar en factor de daño o estímulo al desarrollo (Rutter, 1992). La persona resiliente percibe eficazmente el peligro y puede rescatar el desarrollo frente a la adversidad y el riesgo. Contar con resiliencia en el enfrentamiento de los cambios, el stress y las situaciones adversas se hace cada vez más importante en la época actual. Werner siguió durante más de treinta años, hasta su vida adulta, a más de 500 niños nacidos en medio de la pobreza en la isla de Kauai. Todos pasaron penurias, pero una tercera parte sufrió además experiencias de estrés y/o fue criado por familias disfuncionales por peleas, divorcio con ausencia del padre, alcoholismo o enfermedades mentales. Muchos presentaron patologías físicas, psicológicas y sociales, como desde el punto de vista de los factores de riesgo se esperaba. Pero ocurrió que muchos lograron un desarrollo sano y positivo: estos sujetos fueron definidos como resilientes.

Como siempre que hay un cambio científico importante, se formuló una nueva pregunta que funda un nuevo paradigma: ¿por qué no se enferman los que no se enferman? Primero se pensó en cuestiones genéticas (“niños invulnerables” se los llamó), pero la misma investigadora miró en la dirección adecuada. Se anotó que todos los sujetos que resultaron resilientes tenían, por lo menos, características innatas, una persona (familiar o no) que los aceptó en forma

incondicional, independientemente de su temperamento, su aspecto físico o su inteligencia. Necesitaban contar con alguien y, al mismo tiempo, sentir que sus esfuerzos, su competencia y su autovaloración eran reconocidos y fomentados, y lo tuvieron. Eso hizo la diferencia. Werner dice que todos los estudios realizados en el mundo acerca de los niños desgraciados, comprobaron que la influencia más positiva para ellos es una relación cariñosa y estrecha con un adulto significativo. O sea que la aparición o no de esta capacidad en los sujetos depende de la interacción de la persona y su entorno humano.

El vocablo resiliencia tiene su origen en el idioma latín, en el término “resilio” que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. El término fue adaptado a las ciencias sociales para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos (Rutter, 1993).

Según Rutter (1993) el interés por estudiar la resiliencia procedía de tres áreas de investigación. En primer lugar, los estudios iniciados por Koupernick y Anthony sobre los factores de riesgo en la década de 1970 evidenciaron las diferencias individuales en cuanto a la vulnerabilidad. Posteriormente empezaron a ser evidentes casos de sujetos invulnerables a pesar de vivir en entornos de riesgo psicosocial. Estos hechos llevaron a los investigadores a establecer categorías en las personas dentro de la dimensión vulnerable-invulnerable en relación a los factores de riesgo y los mecanismos de protección.

La fase juvenil es la etapa donde con mayor intensidad son cruciales las interacciones de los recursos personales y grupales con las opciones y características del entorno. Se incrementa la necesidad de los adolescentes y jóvenes de encontrar los elementos para organizar su comportamiento y dar sentido a su relación presente con el mundo (Krauskopf, 1994).

Como señala Liebel (1994), los y las adolescentes “pueden ser los mejores protagonistas de su propia causa, siempre y cuando tengan la oportunidad de defenderla”. Para promover la resiliencia la participación juvenil no solo requiere ser entendida desde su relación de empoderamiento respecto del sector adulto, sino que deben reconocerse las formas propias de empoderamiento que construyen y las

transformaciones que se han dado en los contenidos de la participación juvenil.

Fergusson & Lynskey (1996) constataron que aquellos niños y niñas que eran más pobres en la población, tenían alta probabilidad de llegar a ser adolescentes con problemas múltiples en comparación con niños de clases sociales más elevadas. Además, los autores dan cuenta de una serie de factores que actúan en calidad de protectores y, por tanto, pueden proteger o mitigar los efectos de la privación temprana, promoviendo a su vez los comportamientos resilientes en niños que viven en ambientes considerados de alto riesgo.

Entre estos factores se encuentran: inteligencia y habilidad de resolución de problemas.

Se ha observado que los adolescentes resilientes presentan una mayor inteligencia y habilidad de resolución de problemas que los no resilientes. Según los autores, esto significa que una condición necesaria aunque no suficiente para la resiliencia es poseer una capacidad intelectual igual o superior al promedio. Además, los autores señalan que aquellos que en la actualidad presentaban características resilientes habían sido catalogados como niños fáciles y de buen temperamento durante su infancia. Al respecto, investigaciones que se desarrollaron con niñas que se criaron en orfanatos, encontraron que aquellas que tenían una buena capacidad para elegir pareja y planificar el matrimonio, tuvieron una menor tasa de embarazo adolescente.

Los mismos autores mostraron además que hay algunos factores que distinguen entre un adolescente que se comporta en forma resiliente de aquel que no lo hace. Así, indican que en la etapa de la adolescencia, la diferencia entre ambos radica en que aquellos que a la edad de los ocho años han estado menos expuestos a la adversidad familiar, tenían mejor rendimiento escolar, mostraban menor cantidad de relaciones con pares que hubiesen realizado actos delictivos y, según las entrevistas, con menor frecuencia a los 16 años de edad buscaban participar en actos novedosos que pudieran implicar algún tipo de riesgo. Así mismo, le daban gran importancia a la protección contra la adversidad familiar (*Revista Colombiana de Psicología N°16 2007 ISSN 0121-5469*).

El concepto se profundizó al trascender al conductismo, por ejemplo, las investigaciones del etólogo Boris Cyrulnik, quien amplió el concepto de resiliencia observando a los sobrevivientes de los campos de concentración, los niños de los orfanatos rumanos y los niños en situación de calle bolivianos cuentan su proceso personal de resiliencia de la siguiente manera, se escapó de los campos de exterminio alemán mientras que su familia murió en la cámara de gas. Posteriormente necesitó refugiarse en la imaginación y transformar su rabia en ayuda a los demás. Innumerables casos como éste son los antecedentes de la resiliencia. El propio Cyrulnick (2001) pone ejemplos de personas famosas de todos los ámbitos sociales: Maria Callas, Goerge Brassens, Edith Piaf, C. Andersen, Marilyn Monroe, Bill Clinton, Una biografía reciente del poeta Gil de Biedma nos refleja también cómo canalizó en la poesía el sufrimiento padecido por los abusos sexuales durante su infancia (Dalamau, 2004). Son referencias de personas que han padecido carencias afectivas, que han estado en centros de acogimiento, que han sufrido abusos y maltrato, y a pesar de ello han salido adelante y han podido llevar una vida productiva.

Cyrulnick (2004) afirma que 65% de los niños son capaces de vincularse afectivamente de manera positiva cualquiera que sea su ambiente familiar y cultural. La necesidad de afecto del niño es tan grande que es capaz de transformar experiencias objetivamente negativas en positivas.

La discusión a este concepto continuó en el campo de la psicopatología, (estudio de las enfermedades mentales) dominio en el cual se constató con gran asombro e interés, que algunos de los niños criados en familias en las cuáles uno o ambos eran alcohólicos y que lo habían sido durante el proceso de desarrollo de sus hijos, no presentaban carencias en el plano biológico, ni psicosocial, sino por el contrario, alcanzaban una “adecuada” calidad de vida.

De la misma manera, Peterson, Park y Seligman (2005), refieren que según la edad, la apreciación de la belleza puede variar. Se encuestaron más de 1500 adultos y jóvenes en los Estados Unidos, demostrando que en los adolescentes, es más común la esperanza, el trabajo en equipo y el entusiasmo. Mientras que la apreciación de la belleza, autenticidad, liderazgo, y el desinterés fueron más comunes entre los adultos.

De otro lado, Ahern (2006), en una revisión sobre su tema de tesis doctoral, encontró alrededor de 20 investigaciones con otro tipo de muestras no clínicas que hacían referencia a adolescentes afroamericanos y a otros grupos minoritarios con amplio énfasis en factores transculturales asociados con la resiliencia. En otros contextos, la resiliencia en sí misma ha sido ampliamente estudiada desde sus orígenes en poblaciones marginales desde la infancia en Centroamérica y Suramérica fundamentalmente.

Por su parte, Edith Barinaga y Livia García Labandal (2008), en el Tercer Encuentro Iberoamericano de Psicología Positiva “Las Psicoterapias y sus distintos abordajes”, realizado en Argentina, Buenos Aires, presentaron su investigación sobre la incidencia de la percepción de fortalezas en estudiantes de primer año de la carrera de nutrición de la Universidad de Buenos Aires, aplicando el Cuestionario de fortalezas VIA, a 60 estudiantes, de ambos sexos. Su objetivo fue identificar y categorizar las fortalezas percibidas por los estudiantes. Al realizar el estudio estadístico de las fortalezas y la consistencia del cuestionario, tomando como punto de corte entre la percepción o no de las fortalezas los puntajes mayor a 7 o menor a 7, pudieron observar diferencias significativas en los siguientes ítems; En la virtud sabiduría y conocimiento existen diferencias en el promedio de respuestas para las fortalezas inteligencia social y perspectiva. En la virtud valor, se muestra que los estudiantes tienen muy baja percepción de perseverancia como fortaleza. Las fortalezas de amor que responden a la virtud de humildad y amor alcanzan un promedio muy alto, lo cual les permitió inferir que las mencionadas fortalezas, están relacionadas con la carrera elegida de ayuda a los demás en el ámbito de la alimentación.

Los resultados de la virtud justicia, muestra como significativo que la percepción de civismo es alta y en cambio no se percibe como fortaleza la posibilidad de ejercer liderazgo. Esta es una fortaleza importante a desarrollar a 18 través de la carrera para ejercer mejor el rol profesional. En la virtud templanza encontraron que los estudiantes no perciben el autocontrol, la prudencia y la humildad como fortalezas. En este caso sugieren que los profesores deben estimular estas fortalezas en los estudiantes para lograr un cambio. En cuanto a la virtud trascendencia, observaron que la espiritualidad y gratitud son la fortalezas con puntajes más altos percibidas por los estudiantes.

Concluyen el estudio señalando que identificar fortalezas abre posibilidades de nuevas formas de enseñar y nuevas formas de aprender.

Otra investigación fue la realizada por Méndez y León del Barco (2009), con el objetivo de conocer las relaciones entre el burnout y las fortalezas y virtudes, en función del género y de los años de docencia, en una muestra de 46 profesores no universitarios.

En España, Giménez (2010), realizó una investigación sobre la medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes (VIA-Youth): relación con clima familiar, psicopatología y bienestar psicológico, en una muestra de 1049 adolescentes madrileños de Educación Secundaria en edades comprendidas entre los 12 y los 18 años. El objetivo general del estudio fue conocer la vertiente más positiva del adolescente a través de la evaluación de variables como las fortalezas humanas, la satisfacción con la vida, el optimismo y la autoestima. El resumen de sus resultados señala que; las fortalezas con medias más altas son: gratitud, intimidad/amor, generosidad, civismo y humor.

Las fortalezas con medias más bajas: liderazgo, espiritualidad, prudencia y autorregulación. Se constata una relación positiva entre la mayoría de las fortalezas y diferentes variables asociadas al bienestar y una relación negativa con variables psicopatológicas. Existen diferencias significativas en función del sexo: las chicas puntúan más alto en la mayoría de las fortalezas incluidas en los factores: fortalezas de empatía, fortalezas cognitivas y fortalezas transcendentales. Los chicos puntúan más alto en humor y optimismo. En cuanto a la edad, los preadolescentes presentan puntuaciones significativamente más altas en 13 fortalezas. Las buenas relaciones con los padres correlacionan significativa y negativamente con problemas psicopatológicos y de manera positiva con autoestima, optimismo y diferentes medidas de satisfacción con la vida.

Candás, Mariñelarena-Dondena y Martínez (2011), en Argentina, investigaron las virtudes y fortalezas en un grupo de 50 estudiantes de psicología y ciencias de la educación de ambos sexos, de la Universidad Nacional de San Luis, aplicando el Inventario de Virtudes y Fortalezas abreviado (Cosentino & Castro Solano, 2009) señalan como resultados los siguientes; las fortalezas bondad e integridad fueron las más representativas y la virtud más característica fue la humanidad y la justicia. Las/os estudiantes de ciencias de la educación presentan un

mayor número de fortalezas (curiosidad, perspectiva, valentía, persistencia, vitalidad, amor, bondad, inteligencia social, liderazgo, clemencia, prudencia, apreciación, esperanza, humor y espiritualidad) respecto de las/os estudiantes de psicología (creatividad, apertura mental, integridad, ciudadanía, equidad, humildad, autorregulación y gratitud), solo en una de las 24 fortalezas se presentaron puntajes iguales (amor al conocimiento). Y en lo referido a las virtudes, las/os estudiantes de ciencias de la educación presentaron mayor puntaje en: trascendencia, coraje, sabiduría y conocimiento, humanidad y templanza y las/os estudiantes de psicología mayor puntaje en justicia.

Los trabajos sobre resiliencia han sido desarrollados en diversos contextos (Börkan, Erkman & Serbest, 2016; Schofield, O'Halloran, Mclean & Forrester-Knauss, 2016 y Wang, Chen, Gong & Yan, 2016), poblaciones, ámbitos de estudio e incluso en distintas etapas de la vida humana. Tan solo en los últimos años, estudios como los de Morelato (2014); Quezada, González y Mecott (2014) y Vera y López (2014), por mencionar algunos ejemplos, han enfatizado sobre dicho constructo en población infantil frente a situaciones desfavorables. En adultos mayores, resaltan los estudios de Pimentel y Pinho (2015), así como los de Portella y Liberaless (2015), quienes consideran a la satisfacción económica, la longitud de la jubilación y la planificación como aspectos asociados a una mayor resiliencia en la vejez.

Sin embargo, es notable que las investigaciones se centran en mayor medida sobre adolescentes y jóvenes, como muestran los recientes trabajos de Álvarez, Alonso y Guidorizzi (2014); Gutiérrez y Romero (2014); Morales y González (2014); Rozemberg, Avanci, Schenker y Pires (2014); Quiceno, Mateus, Villareal y Vinaccia (2013); y Gaxiola, González y Gaxiola (2013). Estas investigaciones vinculan la resiliencia con el consumo de drogas, bienestar psicológico, autoestima y variables sociodemográficas, principalmente en el ámbito escolar.

Las investigaciones arriba mencionadas nos muestran el interés de estos autores sobre el tema y su especial énfasis en el estudio de la resiliencia en niños y jóvenes de niveles socio-económicos promedio y bajo, ya que el hecho de estar expuestos a situaciones difíciles, puede hacer que la persona genere mecanismos o recursos para salir adelante de situaciones adversas, poniendo a prueba su inteligencia, valores, tolerancia y otras capacidades, lo que apoyaría las conclusiones del

presente estudio en función a la posibilidad de no encontrar niveles bajos de resiliencia en los jóvenes que conforman la muestra, puesto que son jóvenes que trabajan y estudian a la vez, con motivaciones claras de seguir adelante en la vida, mejorar su condición económica para no pasar las dificultades que pasaron sus padres quienes no contaron con una “profesión” que les genere mayores posibilidades y oportunidades de desarrollo.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1. Definiciones y aspectos investigados sobre la resiliencia

En este capítulo se pretende dar a conocer algunos estudios previos realizados sobre la resiliencia especialmente en jóvenes, ya que son el grupo con quienes se trabajó la presente investigación. Estos estudios nos brindan luces sobre la importancia de analizar y trabajar esta capacidad especialmente en estudiantes, así mismo se plantean conceptos y características de la resiliencia desde el punto de vista de estos autores con el fin de brindar una visión más completa del tema.

Por otra parte, veremos también, desde la mirada de los autores, los componentes de la resiliencia, los estilos de afrontamiento, su relación con las corrientes psicológicas como el psicoanálisis y la logoterapia. La relación de la resiliencia con la educación, sus factores protectores y factores de riesgo, los ambientes que la favorecen, su relación con la familia, estrategias para fomentarla, la relación entre resiliencia y rendimiento académico, la relación entre resiliencia y sexualidad, características de la personalidad resiliente, formas de mejorarla y su importancia.

Los estudiosos de la resiliencia, en la actualidad, refieren que es un concepto que se aporta al desarrollo de los seres humanos en el siglo XXI. En las últimas décadas del siglo XX una nueva dimensión irrumpió en los enfoques de atención de la niñez. La inspiración la dio una propiedad observada en la resistencia de los materiales, la resiliencia. Ello impulsó una exitosa metáfora que dio origen a la búsqueda de las

fortalezas de las personas frente a la adversidad. La resiliencia fue relacionada con una multitud de factores que promueven respuestas positivas del ser humano, en diversas situaciones. Su principal aplicación es el énfasis en los factores de avance de la salud y el desarrollo, para desplazar la mirada “patologizante” del funcionamiento humano, que buscaba más bien erradicar las disfuncionalidades.

Según la American Psychological Association (2016) La resiliencia es el proceso de adaptarse bien a la adversidad, a un trauma, tragedia, amenaza, o fuentes de tensión significativas, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud o situaciones estresantes del trabajo o financieras. Significa "rebotar" de una experiencia difícil, como si uno fuera una bola o un resorte.

La investigación ha demostrado que la resiliencia es ordinaria, no extraordinaria. La gente comúnmente demuestra resiliencia. Un ejemplo es la respuesta de las personas en los Estados Unidos a los ataques terroristas del 11 de septiembre de 2001 y sus esfuerzos individuales para reconstruir sus vidas.

Ser resiliente no quiere decir que la persona no experimenta dificultades o angustias. El dolor emocional y la tristeza son comunes en las personas que han sufrido grandes adversidades o traumas en sus vidas. De hecho, el camino hacia la resiliencia probablemente está lleno de obstáculos que afectan nuestro estado emocional. La resiliencia no es una característica que la gente tiene o no tiene. Incluye conductas, pensamientos y acciones que pueden ser aprendidas y desarrolladas por cualquier persona.

Se trata, como dice Manciaux (2003), de la posibilidad de resistir y rehacerse. Es, por lo tanto, una modalidad de ajuste que “permite tolerar, manejar y aliviar las consecuencias psicológicas, fisiológicas, conductuales y sociales provenientes de experiencias traumáticas sin una mayor desviación del curso del desarrollo, con la comprensión adecuada de la experiencia y sus subsecuentes reacciones”

"[...] y se la entiende como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas" (Edith Grotberg, 1998).

Como señala Beck (1998), las sociedades contemporáneas se han constituido en sociedades de riesgo. Ello se debe a que los peligros producidos socialmente sobrepasan la seguridad, el impacto de la brecha social lleva a que la riqueza se acumule en los estratos más altos, mientras que los riesgos se acumulan en los más bajos y en todos los niveles, es necesario que los individuos se apoyen más en sus capacidades personales y dependan menos de las instituciones. La aceleración de los cambios, producto de la modernización y la globalización, también demanda nuevas estrategias de enfrentamiento de las situaciones. El fomento de la resiliencia, por lo tanto, responde cada vez, de modo más crucial, a las nuevas exigencias de la vida contemporánea, si bien no es una estrategia suficiente para el combate de la exclusión, la inequidad y la pobreza.

Es un estilo de enfrentamiento de las personas con las situaciones de riesgo, que hace que una misma circunstancia pueda resultar en factor de daño o estímulo al desarrollo (Rutter, 1992). La persona resiliente percibe eficazmente el peligro y puede rescatar el desarrollo frente a la adversidad y el riesgo. Contar con la resiliencia en el enfrentamiento de los cambios, el stress y las situaciones adversas se hace cada vez más importante en la época actual.

El nuevo concepto: en el marco de investigaciones de epidemiología social se observó que no todas las personas sometidas a situaciones de riesgo sufrían enfermedades o padecimientos de algún tipo, sino que, por el contrario, había quienes superaban la situación y hasta surgían fortalecidos de ella. A este fenómeno se lo denomina en la actualidad resiliencia.

Podemos considerar la resiliencia como la configuración de capacidades y acciones que se orientan a la lucha por rescatar el sentido de vida y el desarrollo frente a la adversidad. (Pynoos, 1984, p. 84). El fomento de la resiliencia en la adolescencia encuentra condiciones diferentes a la niñez. Simplificando la real complejidad de los hechos, podemos decir que el ámbito social es a la fase juvenil, lo que la familia es a la niñez. Las opciones sociales son tan importantes en la adolescencia como lo es en la niñez el medio familiar. Este último adquiere un nuevo rol fundamental: ser firme y sabio trampolín para el despegue social. La etapa fundante y, por lo tanto, de mayor receptividad y posibilidad de consolidación de los modos de interacción con el medio,

son la infancia y la niñez, con gran influencia del “micromundo” que forma el contexto para el desarrollo de los seres humanos en ese período. Lógicamente ha sido también el período que más intensamente ha sido estudiado para identificar las formas de expresión de la resiliencia, así como las modalidades que fomentan su fortalecimiento. Es importante destacar que existe una exposición diferencial a la adversidad entre niños y adolescentes. A medida que se avanza en edad, durante las etapas de crecimiento, el medio familiar, escolar, comunitario, laboral, los comportamientos emergentes, las nuevas interacciones sociales, los espacios de exploración e inserción, ofrecen diversas posibilidades de riesgos y enriquecimiento psicosocial. Los y las adolescentes, deben confrontar su pasado y su futuro, asumir los cambios biológicos que los llevan a hacer frente a un nuevo rol social. Son las condiciones sociales y culturales las que modulan la relevancia de la dependencia durante el período juvenil.

Las condiciones para la resiliencia en los adolescentes contemporáneos. En el contexto de los cambios sociales, la fase juvenil es el período clave de oportunidad, capacidad y aporte que potencia las posibilidades para la realización de cambios en la dirección de la vida. La adolescencia es un período del ciclo vital, durante el cual los individuos toman una nueva dirección en su desarrollo, requieren elaborar la identidad y se plantean el sentido de su vida, de su pertenencia, responsabilidad social y metas orientadoras. Los cambios biológicos, sociales y psicológicos llevan una segunda individuación que moviliza procesos de exploración y diferenciación del medio familiar para resignificar la definición personal y social (Krauskopf, 1994). Las capacidades cognitivas alcanzadas en la adolescencia, como son la simbolización, la generalización y la abstracción introducen visiones más amplias y diversas de los acontecimientos. Los cambios biológicos también impulsan el interés por nuevas actividades y emerge la preocupación por su inserción social. Se hace necesario dejar atrás modalidades de ajuste propias de la niñez y responder al impulso de aumentar las identificaciones que permitirán responder durante la vida juvenil. Es fundamental la exploración de capacidades personales y la construcción de cosmovisiones en la búsqueda de la autonomía, el reconocimiento personal, la valoración grupal y el posicionamiento social. Es un terreno fértil para el fomento de la resiliencia. La modernización ha traído la rápida obsolescencia tecnológica, la prolongación de la esperanza de vida, la globalización del mundo. La

globalización favorece las migraciones, la interacción cultural de las sociedades y la diseminación, tanto de los avances como de las tendencias destructivas de la civilización. La moderna prolongación de la vida cambia la potencialidad de un proyecto fijo y predeterminado, puesto que los cambios acelerados no permiten pronosticar con certidumbre, que ocurrirá en las etapas venideras del ciclo vital. Ello da mayor sentido a inserciones sociales con potencial innovador.

Las condiciones existenciales actuales llevan a enfrentar muchas dificultades en distintos momentos del ciclo vital, el proyecto de vida más efectivo no tiene características rígidamente predeterminadas y las biografías se han hecho flexibles y diversificadas. Lütte observa que “La rapidez de los progresos técnicos y científicos obligan a los adultos... a una formación permanente...por lo tanto, cada vez es menos posible distinguir la adolescencia de la edad adulta en función de la preparación para la vida” (1991:64). En la cultura juvenil actual opera la alta velocidad con las nuevas estructuras de pensamiento y concentración. La búsqueda del ser y el sentido de vida, el énfasis en lo visual, afectivo, sensorial debilita el poder socializador tradicional. Las estrategias derivadas del paradigma del futuro esperable (encarnado en la adultez actual), como foco orientador de la preparación de la juventud, ven reducida su efectividad ante la falta de predictibilidad que se desprende de la interacción rápida de factores a escala mundial. Existe dificultad para percibir un horizonte global que estimule la “deposición” de la vida en el futuro adulto. La imprevisibilidad que de ello deriva, contribuye a la priorización del presente para ir proyectando el futuro.

Las acciones juveniles procuran actualmente cambiar en el presente las actitudes individuales con autonomía e identidad para derivar de allí el cambio social. Se prioriza la acción inmediata, la búsqueda de la efectividad palpable de su acción. El respeto a la diversidad y las individualidades se constituye en el centro de las prácticas. De allí que las organizaciones donde el individuo queda “anulado” en pro de lo colectivo masificado han dejado de ser de interés para las nuevas generaciones. Las redes de jóvenes buscan fungir como facilitadoras y no como centralizadoras” (Serna, 1998:50). La participación protagónica rompe con el “adultocentrismo”; toma en consideración la exclusión; da voz a los y las adolescentes; crea espacios para la expresión de las capacidades de los jóvenes; da asesoría y herramientas para la autoconducción (Krauskopf, 2003).

La dependencia infantil deriva de las condiciones biológicas, no así la dependencia en la adolescencia y juventud (Ausubel, 1954) que deriva más bien de factores sociales, culturales y económicos. Una importante evidencia son los cambios en la comprensión de la adolescencia en el curso de la historia. Por ello haremos a continuación un repaso de las diversas perspectivas, de las que deriva gran parte de las modalidades y contradicciones con que actualmente se aborda el período juvenil.

2.2. Características de Resiliencia

Como indican Olsson et al. (2003) El término resiliencia se ha utilizado para describir una sustancia de cualidades elásticas, la capacidad para la adaptación exitosa en un ambiente cambiante, el carácter de dureza e invulnerabilidad y, más recientemente, un proceso dinámico que implica una interacción entre los procesos de riesgo y protección, internos y externos al individuo, que actúan para modificar los efectos de un evento vital adverso. El concepto de resiliencia no implica tanto una invulnerabilidad al estrés sino la habilidad de recuperarse de eventos negativos (Garmezy, 1991). Así, Fonagy et al. (1994) describen la resiliencia como «el desarrollo normal bajo condiciones difíciles» (p. 233) y Masten (2001) como «un fenómeno común que surge de los procesos adaptativos humanos ordinarios» (p. 234). Para su estudio, uno de los mayores problemas es que no existe una teoría unificada de la resiliencia que permita guiar claramente a qué nos referimos y qué podemos hacer para potenciarla (Luthar, Cicchetti y Becker, 2000), aunque se han dado pasos importantes en este sentido en los últimos años (ej., Kumpfer et al, 1998). Para Olsson et al. (2003) ha existido una importante confusión cuando se habla de resiliencia, bien nos refiramos al resultado de la adaptación, bien al proceso de adaptación, que con frecuencia se han utilizado de modo intercambiables. Concretamente, como indican estos autores «la resiliencia puede ser definida como un resultado caracterizado por patrones particulares de conducta funcional a pesar del riesgo. Los primeros esfuerzos del estudio sobre la resiliencia se centraron sobre las cualidades personales del «niño resiliente», tales como la autonomía o la alta autoestima (ver Masten y Garmezy, 1985). Esto llevó a encontrar que hay tres grupos de factores implicados en el desarrollo de la resiliencia: 1) atributos de los propios niños; 2) aspectos de su familia, y 3) características de su amplio ambiente social (Masten y Garmezy, 1985; Wermer y Smith, 1992). Hoy

el interés está en conocer como estos factores pueden contribuir a un resultado positivo (Luthar et al, 2000).

En su revisión Polk (1997) elaboró 26 características, los cuales redujo a seis: atributos psicosociales, atributos físicos, roles, relaciones, características de solución de problemas y creencias filosóficas. A su vez los atributos psicosociales y físicos fueron combinados, así como los roles y relaciones, creando una clasificación de cuatro patrones para la resiliencia: el disposicional, relacional, situacional y el filosófico. La combinación de ellos apresaría completamente el constructo de resiliencia. El patrón disposicional se refiere a los atributos del físico y a los atributos psicológicos relacionados con el ego. Los atributos psicosociales incluyen la competencia personal y un sentido del self; los atributos físicos son los factores constitucionales y genéticos que permiten el desarrollo de la resiliencia. Estos factores físicos incluyen la inteligencia, la salud y el temperamento. El patrón relacional se refiere a las características de los roles y relaciones que influyen la resiliencia. Este incluye tanto los aspectos intrínsecos como extrínsecos definidos como el valor de la cercana relación de confianza como de una amplia red social. También, a nivel intrínseco, darle sentido a las experiencias, tener habilidades en identificar y relacionarse con modelos positivos y tener buena voluntad para buscar a alguien en quien confiar. Igualmente, en tener una profunda confianza en las relaciones y el desarrollo de la intimidad personal. El patrón situacional se refiere a la aproximación característica a las situaciones o estresores y se manifiesta como habilidades de valoración cognitiva, habilidades de solución de problemas, y atributos que indican una capacidad para la acción frente a una situación. Incluye también la habilidad de hacer una evaluación realista de la propia capacidad para actuar y de las expectativas o consecuencias de esa acción. Un conocimiento de que puede y no puede lograrse y la capacidad de especificar metas más limitadas, para percibir cambios en el mundo, para usar el afrontamiento orientado a los problemas activo y para reflexionar sobre nuevas situaciones. Flexibilidad, perseverancia, y disponer de recursos son elementos que contribuyen a este aspecto del patrón de resiliencia, como tener un locus de control interno. Finalmente, se manifiesta en la búsqueda de novedad, curiosidad, naturaleza exploratoria y creatividad.

Las creencias personales, la creencia de que el autoconocimiento y la reflexión sobre uno mismo y los eventos son importantes, contribuyen a este modelo. Hay también una convicción de que posteriormente vendrán buenos tiempos y la creencia en hallar un significado positivo en las experiencias. Además, una creencia de que la vida vale la pena y tiene significado, y la convicción en el valor de las propias contribuciones son inherentes en la manifestación de este esquema. Esto es, que la vida tiene un propósito, que cada persona tiene un camino en la vida que es único y que es importante mantener una perspectiva equilibrada de la propia vida. Otros autores indican varias características que tiene el concepto de resiliencia. Así, Garmezy (1993) considera que en una situación vital estresante hay tres factores principales en relación con los individuos. El primero sería el temperamento y los atributos de personalidad del individuo, donde incluye el nivel de actividad, la capacidad reflexiva cuando afronta nuevas situaciones, las habilidades cognitivas y la responsabilidad positiva hacia otros. El segundo se encuentra en las familias, especialmente en las más pobres, como cariño, cohesión y presencia de algún cuidado de un adulto, como un abuelo o abuela que asume un rol parental en ausencia de padres responsivos o cuando hay problemas maritales entre los padres. Y, el tercero, la disponibilidad de apoyo social en sus múltiples formas, como una madre sustituta, un profesor interesado, una agencia que le ayuda, una institución que proporciona cuidados o los servicios de una iglesia, etc. En la revisión de Kumpfer y Hopkins (1993) considera que son siete los factores que componen la resiliencia en los jóvenes: optimismo, empatía, insight, competencia intelectual, autoestima, dirección o misión, y determinismo y perseverancia. Estas características estarían asociadas con habilidades de afrontamiento específicas, que adquirirían los niños que desarrollan resiliencia, a través de su interacción con el ambiente. Estas habilidades serían de varios tipos: emocionales, de manejo, interpersonales, sociales, intrapersonales, académicas, de trabajo, de reestructuración, de planificación y habilidades para la vida y de solución de problemas. Aplicado al campo del abuso de drogas, por ejemplo, se entiende que el concepto de resiliencia puede definirse por las siguientes capacidades de los niños (Kumpfer et al., 1998): 1) la capacidad de recuperarse de eventos de vida traumáticos, como la muerte de un padre, el divorcio de sus padres, abuso sexual, estar sin hogar o un evento catastrófico, y otros tipos de adversidades para llegar a un eventual restablecimiento o mejora del funcionamiento competente; y, 2) la habilidad para resistir el estrés crónico, como la pobreza crónica, padres alcohólicos, enfermedad

crónica, o violencia doméstica o por el barrio donde vive, y para sostener un funcionamiento competente a pesar de las continuas condiciones de vida adversas.

Saavedra (2004), afirma que una persona con características resilientes es aquella que es capaz de establecer relaciones sociales constructivas, tiene un sentido de sí mismo positivo, dimensiona los problemas, tiene sentido de esperanza frente a las dificultades, extrae significado de las situaciones de estrés, desarrolla iniciativa y se fija metas posibles de alcanzar. Esta persona presenta una serie de factores internos que actúan como protectores, a saber. Presta servicio a los otros o a una causa. Emplea estrategias de convivencia, es asertivo, controla sus impulsos. Es sociable. Tiene sentido del humor. Tiene un fuerte control interno frente a los problemas. Manifiesta autonomía. Ve positivamente el futuro. Es flexible. Tiene capacidad para aprender y conectar los aprendizajes. Capacidad para auto motivarse. Percibe competencias personales. Hay confianza en sí mismo.

También existen factores ambientales que apoyan y favorecen las características resilientes. El ambiente promueve vínculos estrechos. El entorno valora y alienta a las personas. Se promueve la educación. Ambiente cálido, no crítico. Hay límites claros. Existen relaciones de apoyo. Se comparten responsabilidades. El ambiente es capaz de satisfacer las necesidades básicas de las personas. El entorno expresa expectativas positivas y realistas. Promueve el logro de metas. Fomenta valores pro-sociales y estrategias de convivencia. Hay liderazgos claros y positivos. Valora los talentos específicos de cada persona.

Claramente no se espera que todos estos elementos estén presentes en el sujeto o su ambiente para que se favorezca la aparición de conductas resilientes, pero es deseable que gran parte de ellas estén total o parcialmente desarrolladas. Además tiene estrategias de afrontamiento activo frente a la adversidad y capacidad de manejar la respuesta emocional, puede tomar las más diversas formas, algunas de ellas muy constructivas para la propia persona y la sociedad. Resiliencia tiene que ver con sentido común, con la racionalidad para entender que las cosas son como son y no que hayan sido enviadas. Es sobre todo en los momentos críticos, es uno de los rasgos comunes, en las personas adultas. Cuando algo hace que la persona se sienta nerviosa, con un gran miedo, y que salga del propio ser, ahora se es maduro y fuerte para otros,

por lo que será la misma persona quien sepa tranquilizarse, darse ánimos, es más que confiar en los propios recursos que consiste en la verbalización de unos propósitos que actúan a modo de autosugestión. Saber hablarse a sí mismo de la forma adecuada, tiene mucho que ver con la calidad de vida, y por eso conviene, cuanto antes, tomar las riendas de los pensamientos negativos y estar en guardia de cierto tipo de ideas con las que el pensamiento consigue desviar a la persona de lo que realmente tiene importancia. La vida en ocasiones toma un giro desagradable y la persona se encuentra en ese sitio, solamente con la voz interna, sin saber muy bien si creer o no, que se escapa de la razón pero es culpable de la desgracia. Es también cuando se observa alrededor y la persona se compara, ve que los problemas de los demás son menores, o bien mayores y que puede dejar los propios problemas sin mayor significado. Cuando estos debates internos comienzan a entrar en los círculos de las preocupaciones irracionales y perniciosas que acaban es creer todo cuanto se dice a sí mismo. Desde el punto de vista del ser humano, y si bien no tiene por qué tener más razón, si se recuerda que lo más importante es que la persona no es el centro del mundo, que así no está solo. Que solamente es una pequeña partícula en este gran proyecto que es el planeta y que a su vez gira.

Otro defecto del diálogo interno, es el de creer como cuando se era niño, que todo gira en torno a su alrededor y no al contrario, y que gira con el mundo, repleto de otros tantos seres que pierden a sus padres, el trabajo, sus esposos y esposas, que están solos o pierden la ilusión de la vida. El mundo interior cumple esa función de ser un hogar, y como todo hogar debe ser construido. Es un espacio donde se encuentra refugio cuando los vientos crecen, que puede ayudar para que la persona se relaje ante la tempestad, reflexionar, busca la mejor interpretación a cuanto ocurre, la más beneficiosa a los objetivos, y por último ayuda a sentir a la persona segura y pase lo que pase, este en una cárcel o encerrado en el propio cuerpo ante una enfermedad, podrá estar libre. La percepción de la casa, del hogar interno, tiene tanto que ver con la esfera espiritual donde ese refugio de las agresiones externas, como desde poder proyectar al exterior a través de las cosas que se hace y dice, gracias a ese don que la espiritualidad concede en forma de sabiduría, bondad y humanidad.

2.3. Características de jóvenes resilientes

Loesel (1999) establece que los seres humanos nacen con la capacidad de hacer frente a las demandas del ajuste de su medio, de desarrollar habilidades sociales y comunicativas, una conciencia crítica, autonomía y propósitos para el futuro. El desarrollo y el reforzamiento de la misma requieren de la estimulación contextual, familiar y ambos. Los jóvenes muestran también una serie de características que se asocian directamente con la capacidad de afrontar adecuadamente los problemas cotidianos, las cuales se relacionan con el propio desarrollo personal. Los jóvenes resilientes presentan, entre otras características comunes: Adecuado control de emociones en situaciones difíciles o de riesgo, demostrar optimismo y persistencia ante el fracaso. Habilidad para manejar de manera constructiva el dolor, el enojo, la frustración y otros aspectos perturbadores. Capacidad de enfrentar activamente los problemas cotidianos. Capacidad para obtener la atención positiva y el apoyo de los demás, establecer amistades duraderas basadas en el cuidado y apoyo mutuo. Competencia en el área social, escolar y cognitiva; lo cual les permite resolver creativamente los problemas. Mayor autonomía y capacidad de auto observación. Gran confianza en una vida futura significativa y positiva, con capacidad de resistir y liberarse de estigmas negativos. Sentido del humor flexibilidad y tolerancia.

2.4. Componentes de la Resiliencia

Cuando un adolescente se sienta seguro de sí mismo, con control sobre las cosas que le suceden, con la autoestima fortalecida y con clara conciencia de los valores personales que posee, su motivación de logro y triunfo serán más altas y se inclinará por hacer su mayor esfuerzo, tratando de hacer las cosas tan bien como le sea posible. Resulta entonces fundamental que el adolescente adquiera independencia y autonomía al construir su proyecto de vida, pero, para ello, requiere de la existencia de un contexto que no limite el desarrollo de su capacidad crítica, creativa y productiva, es decir, que no obstaculice su proceso de crecimiento en la búsqueda de su identidad individual y social.

Los estudios han podido identificar condiciones de resiliencia, las cuales se han categorizado y agrupado en cuatro componentes principales considerados como elementos básicos que constituyen el perfil de un adolescente resiliente (Rodríguez, 2009):

- *Competencia Social.* Este componente incluye cualidades como la de estar listo para responder a cualquier estímulo, comunicarse con facilidad, demostrar empatía y afecto, y tener comportamientos pro-sociales. Los adolescentes resilientes responden más al contacto con otros seres humanos, estableciendo relaciones positivas con las demás personas, son más activos, flexibles y adaptables. En los adolescentes, la competencia social se expresa, especialmente, en la interrelación con los propios pares y en la facilidad para hacer amigos de su edad.
- *Resolución de Problemas.* Esta capacidad incluye la habilidad para pensar en forma abstracta, reflexiva y flexiblemente, y la posibilidad de intentar soluciones nuevas para problemas tanto cognitivos como sociales.
- *Autonomía.* Distintos autores han usado diferentes definiciones para este término. Algunos se refieren a un fuerte sentido de independencia, otros destacan la importancia de tener un control interno y un sentido de poder personal, y otros se refieren a la autodisciplina y el control de impulsos. Esencialmente, se están refiriendo al sentido de la propia identidad, la habilidad para poder actuar independientemente y el control de algunos factores del entorno.
- *Sentido de Propósito y Futuro.* Está relacionado con el sentido de autonomía y el de autoeficacia, así como con la confianza que uno puede tener sobre algún grado de control sobre el ambiente. Dentro de esta categoría entran varias cualidades, entre las que se encuentran expectativas saludables, objetivos claros, orientación hacia la consecución de objetivos propuestos, éxito en lo que emprenda, motivación para los logros, fe en un futuro mejor y sentido de la anticipación y de la coherencia. Éste último parece ser uno de los más poderosos predictores de resultados positivos en cuanto a resiliencia.

Sin embargo, si a los cambios propios de la adolescencia se suma la experiencia de vivir en una institución, es muy probable que las características de ésta repercutan en el desarrollo, influyendo no sólo en sus condiciones de vida, sino también en los proyectos que los adolescentes elaboren para el futuro (Bergna, 1963, Levi, 1985, Pereira & Valer, 1990, Pérez, 1988, Pezo del Pino, 1981, Raffo, 1994, Ugarte, 1987, en Carcelén & Martínez, 2008). Cuando los adolescentes pasan parte de su desarrollo en instituciones de protección, pueden ver retrasados sus procesos de pensamiento, particularmente, el desarrollo del lenguaje y el nivel de funcionamiento intelectual. Sin embargo, no se ha logrado definir si estos retrasos son debidos a la privación afectiva, es decir, a la ausencia de la figura de un adulto significativo, o a la privación de estímulos propia del ambiente de la institución en que se encuentran insertos los adolescentes (Fernández, 1992, en Carcelén & Martínez, 2008). Respecto al desarrollo afectivo, la sobrepoblación que reside, frecuentemente, en estas instituciones y el escaso personal con el que cuentan, hacen que el cuidado se realice de manera masificada, priorizándose la satisfacción de necesidades de auto-conservación y dejando de lado la formación de la personalidad. Por ello, no siempre se pueden cubrir las necesidades afectivas de los niños y adolescentes que allí residen. Además, puede que su estadía se prolongue por muchos años y en varios casos sin recibir visitas de personas significativas y sin poder establecer un vínculo sustitutorio, ya que el personal que los atiende varía con frecuencia (Pérez, 1988, Ugarte, 1987, en Carcelén & Martínez, 2008).

Todo esto dificulta la formación de una seguridad básica y la construcción de una identidad, ya que es la presencia de un cuidador significativo la que ayuda al adolescente a construir ese sentido de seguridad que requiere para enfrentarse a los posteriores retos de la vida. Asimismo, es muy probable que la adquisición de un sentido de individualidad se vea dificultado, ya que dentro de una institución es difícil que cada niño y adolescente sea considerado en su singularidad (Kaes, 1998, en Carcelén & Martínez, 2008).

Las deficiencias que pueden presentar los adolescentes institucionalizados en su desarrollo psicológico podrían repercutir al momento de desarrollar un proyecto de vida futuro, ya que les resultaría complicado establecer compromisos a largo plazo en las distintas áreas de su vida, de esta forma, a diferencia de los adolescentes que han podido

concluir esta etapa del desarrollo adecuadamente y que poseen una orientación hacia el futuro, estos adolescentes podrían estar, principalmente, orientados hacia el presente (Florenzano, 1993, en Carcelén & Martínez, 2008). No obstante, si se encuentran próximos al egreso de la institución, no sólo deberán atravesar un duelo, pues estarán desligándose del que fue su hogar, sino también deberán reflexionar acerca de lo que esperan cuando salgan de dicha institución y de lo que implica construir su vida dentro de la sociedad.

Se ha señalado que los adolescentes institucionalizados suelen presentar dificultades para imaginarse realizando ocupaciones que impliquen un compromiso a largo plazo (Carrillo, Luengo & Romero, 1994, Ynoub & Veiga, 2002, en Carcelén & Martínez, 2008) y que las metas en torno a la constitución de una familia propia se ven influidas por el temor a repetir la historia de vida propia, así como por la poca esperanza de contar con los recursos necesarios para ofrecer educación y afecto a sus hijos (Ynoub & Veiga, 2002, en Carcelén & Martínez, 2008). De aquí surge lo importante que es para el adolescente poder seguir desarrollándose emocional y socialmente. Para ello requiere de personas que lo ayuden a poner palabras y dar un sentido a lo que le está sucediendo, que le ayuden a hilar su historia con la situación actual.

Es necesario considerar que las experiencias de vida sufridas por la gran mayoría de los adolescentes que residen en un Centro de Protección han dejado en ellos profundas heridas, que se vuelven constitutivas de su vida emocional y pueden generar consecuencias perturbadoras en la construcción de su identidad. Es por ello que cuando las instituciones asumen el compromiso de protección de niños y adolescentes se requiere de adultos que los acompañen en su cotidianidad y que logren reconocerlos en su singularidad, trascendiendo su labor de acompañamiento, ya que, si bien la satisfacción de necesidades básicas (alimentación, vivienda, salud, educación) resultan fundamentales para la supervivencia, no garantizan que superen las secuelas que dejan a nivel emocional y cognitivo la experiencia de abandono, el sentimiento de ser víctimas y de ser sujetos desempoderados (Obando, Villalobos & Arango, 2010).

Colmenares (2006, en Obando, Villalobos & Arango, 2010) plantea que la Resiliencia no nace del golpe como tal, sino como posibilidad del sujeto de entretejer en relación con la conservación de su identidad, sus valores, sentimientos y sueños. Es este proceso el que le permite conservarse en un lugar de dignidad, desde el cual puede desvictimizarse.

Al centrar la mirada en los niños y adolescentes en situación de medida de protección, emerge la pregunta acerca de los recursos intrínsecos con los que cuentan para asumir la continuidad de su desarrollo.

Si bien los aportes de los autores de la perspectiva ecológica permiten profundizar sobre el concepto y aclarar el significado de diferentes factores personales y sociales en la comprensión del fenómeno resiliente, se comparte la conclusión de Soares de Souza y de Oliveira (2006, en Obando, Villalobos & Arango, 2010) acerca de la pertinencia de develar los recursos y las construcciones psicológicas que realiza la persona para constituirse en un sujeto resiliente ante un evento traumático, es decir, de revisar los elementos endógenos de este proceso.

2.5. Resiliencia en Adolescentes

La mayoría de las investigaciones realizadas en el presente proyecto sobre la resiliencia, se basa en la edad Adolescente. El término *adolescente* proviene del latín *Adolescentem* que quiere decir empiezo a crecer, edad en la cual todavía se crece entre la pubertad y la juventud (Cortellazzo, et. al. 2004).

Para Piaget (2001), la adolescencia es una etapa del ciclo vital donde hay retos y obstáculos significativos para él y que se ve enfrentado al desarrollo, primero, de su identidad y a la necesidad de adquirir la independencia de la familia conservando al mismo tiempo la unión y la pertenencia al grupo. En segundo lugar, da la transición de la infancia a la edad adulta que se manifiesta con los cambios fisiológicos correspondientes así como el desarrollo cognitivo a nivel de operaciones formales, representado por la habilidad para pensar más allá de la realidad concreta y por la capacidad de manejar a nivel lógico, enunciados verbales y proposiciones, en vez de objetos concretos únicamente.

Por otro lado, Callabed (2006), menciona que el adolescente se ve comprometido a cumplir roles sociales en relación con sus compañeros y miembros del género opuesto, al mismo tiempo que se ve enfrentado a conseguir buenos resultados escolares y a tomar decisiones sobre su futuro. Cada una de estas fases del desarrollo requiere de una capacidad para el afrontamiento, es decir, estrategias conductuales y cognitivas para lograr una adaptación y una transición efectivas.

Ahora bien, Morales (2011) justifica que durante la adolescencia, la resiliencia juega un papel relevante ya que, como fue puntualizado anteriormente, es precisamente durante esta etapa, cuando se requiere de un ajuste continuo, no sólo debido a los cambios internos, sino a las demandas externas que exigen al adolescente asumir una conducta orientada a metas y de preparación para su rol adulto.

Melillo, et al. (2011) afirman que el adolescente tiene que construir conscientemente su propia Resiliencia, potenciar las posibilidades y recursos existentes para encaminar alternativas de resolución de las diferentes situaciones, y sobre todo lograr desarrollar factores resilientes para superar las situaciones adversas en su devenir cotidiano. Es más un protagonista que un receptor y debe lograr el conocimiento y aceptación de sus capacidades y limitaciones, desarrollar creatividad y ejercer una autonomía responsable que le permita contar con habilidades para enfrentar eficazmente situaciones específicas. Es así como el concepto de Resiliencia ha dejado atrás su connotación característica individual para empezar a ser descrita como un proceso dinámico de aprendizaje e interacción de la persona con su entorno.

2.6. Resiliencia y Estilos de Afrontamiento

Folkman & Lazarus (1985) mencionan que la resiliencia está relacionada con el afrontamiento, entendido éste último término como el conjunto de estrategias con las cuales encaramos el estrés propio de la cotidianidad, hay maneras positivas y negativas de manejar ese estrés; las positivas conducen a bienestar percibido, la cohesión social, el sentido del humor, el optimismo y la salud en general. Por el contrario, las maneras negativas generan mayores niveles de estrés que debilitan las redes interpersonales y contribuyen a la aparición de problemas asociados a la salud.

Por oposición de términos, las personas que presentan ansiedad en sus relaciones interpersonales, tristeza constante, pesimismo no se muestran pasivos ante las situaciones desafiantes, suelen ceder ante la adversidad e incorporan conductas de riesgo que producen perjuicios a nivel personal y colectivo.

La resiliencia constituye el producto del afrontamiento pero a la vez el proceso mediante el cual esos estilos positivos devienen en las condiciones favorables, esto significa según Beasley, et al. (2003), que las personas que suelen responder a los problemas serenamente, buscando alternativas y generando un plan de acción para llevar a cabo la mejor opción, tienen a su vez un comportamiento más resiliente ante la adversidad.

2.7. Pilares de la Resiliencia

Pilares de la resiliencia: a partir de esta constatación se trató de buscar los factores que resultan protectores para los seres humanos, más allá de los efectos negativos de la adversidad, tratando de estimularlos una vez que fueran detectados. Así se describieron los siguientes:

- **Autoestima consistente.** Es la base de los demás pilares y es el fruto del cuidado afectivo consecuente del niño o adolescente por un adulto significativo, “suficientemente” bueno y capaz de dar una respuesta sensible.
- **Introspección.** Es el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta. Depende de la solidez de la autoestima que se desarrolla a partir del reconocimiento del otro. De allí la posibilidad de cooptación de los jóvenes por grupos de adictos o delincuentes, con el fin de obtener ese reconocimiento.
- **Independencia.** Se definió como el saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas; la capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento. Depende del principio de realidad que permite juzgar una situación con prescindencia de los deseos del sujeto. Los casos de abusos ponen en juego esta capacidad.

- **Capacidad de relacionarse.** Es decir, la habilidad para establecer lazos e intimidad con otras personas, para balancear la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros. Una autoestima baja o exageradamente alta producen aislamiento: si es baja por autoexclusión vergonzante y si es demasiado alta puede generar rechazo por la soberbia que se supone.
- **Iniciativa.** El gusto de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes.
- **Humor.** Encontrar lo cómico en la propia tragedia. Permite ahorrarse sentimientos negativos aunque sea transitoriamente y soportar situaciones adversas.
- **Creatividad.** La capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. Fruto de la capacidad de reflexión, se desarrolla a partir del juego en la infancia.
- **Moralidad.** Entendida ésta como la consecuencia para extender el deseo personal de bienestar a todos los semejantes y la capacidad de comprometerse con valores. Es la base del buen trato hacia los otros.
- **Capacidad de pensamiento crítico.** Es un pilar de segundo grado, fruto de la combinación de todos los otros y que permite analizar críticamente las causas y responsabilidades de la adversidad que se sufre, cuando es la sociedad en su conjunto la adversidad que se enfrenta. Y se propone modos de enfrentarlas y cambiarlas. A esto se llega a partir de criticar el concepto de adaptación positiva o falta de desajustes que en la literatura anglosajona se piensa como un rasgo de resiliencia del sujeto (Melillo, 2002).
- **Las fuentes interactivas de la resiliencia:** De acuerdo con Edith Grotberg (1997), para hacer frente a las adversidades, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado, los niños toman factores de resiliencia de las fuentes que se visualizan en las expresiones verbales de los sujetos (niños, adolescentes o adultos) con características resilientes.

2.8. ¿Cómo se relaciona la Resiliencia y el Psicoanálisis?

Si decimos que un pilar de la resiliencia es la autoestima y sabemos que ésta se desarrolla a partir del amor y el reconocimiento del bebé por parte de su madre y su padre, es en ese vínculo que empieza a generarse un espacio constructor de resiliencia en el sujeto. Por supuesto que pueden ocurrir distintos procesos, más o menos favorables, que van trazando diferentes destinos.

Este primer pilar de la resiliencia está en la base del desarrollo de todos los otros: creatividad, independencia, introspección, iniciativa, capacidad de relacionarse, humor y moralidad.

Luego describimos una suerte de síntesis superior de todos ellos en la capacidad de pensamiento crítico, que representa algo así como un retorno del sujeto singular a la trama social en que vive, lo lleva a constituir grupos con una identidad determinada, que al comienzo puede ser de oposición para luego transformarse en hegemónica. Este proceso opera a través del sistema conductual de afiliación (afiliación a grupos) de Bowlby (Marrone, 2001).

Boris Cyrulnik (2001) ha realizado aportes sustantivos sobre las formas en que la adversidad hiera al sujeto, provocando el estrés que generará algún tipo de enfermedad y padecimiento. En el caso favorable, el sujeto producirá una reacción resiliente que le permite superar la adversidad. Su concepto de "oxímoron", que describe la escisión del sujeto herido por el trauma, permite avanzar aún más en la comprensión del proceso de construcción de la resiliencia, a la que le otorga un estatuto que incluimos entre los mecanismos de desprendimiento psíquicos. Éstos, descritos por Edward Bibring (1943), a diferencia de los mecanismos de defensa, apuntan a la realización de las posibilidades del sujeto en orden a superar los efectos del padecimiento. "El oxímoron" revela el contraste de aquel que, al recibir un gran golpe, se adapta dividiéndose. La parte de la persona que ha recibido el golpe sufre y produce necrosis, mientras que otra parte mejor protegida, aún sana pero más secreta, reúne, con la energía de la desesperación, todo lo que puede seguir dando un poco de felicidad y sentido a la vida" (Cyrulnik, 2001).

Por eso, si bien hay autores que han traducido resiliencia como “elasticidad”, en nuestro actual concepto nada de eso se mantiene; la resiliencia no supone nunca un retorno ad integrum a un estado anterior a la ocurrencia del trauma o la situación de adversidad: ya nada es lo mismo.

La escisión del yo, no se sutura, permanece en el sujeto compensada por los recursos yoicos que se enuncian como pilares de la resiliencia. Con algo de todo eso, más el soporte de otros humanos que otorgan un apoyo indispensable, la posibilidad de resiliencia se asegura y el sujeto continúa su vida. Podríamos decir que el concepto de oxímoron es del mismo orden que el concepto de Freud de la escisión del yo en el proceso defensivo.

Algunos psicoanalistas afirman que el concepto de resiliencia es o puede ser contradictorio con un modelo psicoanalítico de la vida psíquica. Claramente no es así cuando se considera el modelo freudiano de la segunda tópica o la tercera tópica que especifica Zuckerfeld (2002). En el caso de la segunda tópica, la consideración del yo como instancia que debe "pilotear" las relaciones del sujeto con sus deseos conscientes e inconscientes, los requerimientos de su conciencia moral (superyó) y de sus ideales (ideal del yo), y los del mundo externo, es decir la relación con su entorno, pone en evidencia los beneficios de estimular los pilares de la resiliencia, clara e íntimamente ligados a las capacidades del yo. En este modelo psicoanalítico, la fortaleza del yo facilita la tramitación por parte del sujeto de los requerimientos de las otras instancias: es a la vez resultado y causa del proceso de la cura psicoanalítica y del desarrollo de las capacidades resilientes. El trauma puede ser el punto de partida de una estructuración neurótica o psicótica, pero también un punto de llegada en cuanto a generar una fuerte y útil estructura defensiva.

La resiliencia se teje: no hay que buscarla sólo en la interioridad de la persona ni en su entorno, sino entre los dos, porque anuda constantemente un proceso íntimo con el entorno social. Esto elimina la noción de fuerza o debilidad del individuo; por eso en la literatura sobre resiliencia se dejó de hablar de niños invulnerables. Tiene contactos con la noción de apuntalamiento de la pulsión. Como dice Freud (1929) "[...] la libido sigue los caminos de las necesidades narcisistas y se adhiere a los objetos que aseguran su satisfacción". La madre, que es la primera

suministradora de satisfacción de las necesidades del niño, es el primer objeto de amor y también de protección frente a los peligros externos; modera la angustia, que es la reacción inicial frente a la adversidad traumática, en grado o medida aún mínima.

Va constituyendo un sustrato de seguridad, lo que Bowlby y Ainsworth llaman una relación de apego seguro (Marrone, 2001), derivado de una base emocional equilibrada, posibilitada por un marco familiar y social estables. Son los padres o cuidadores sustitutos, como mediadores con el medio social, los que ayudan a su constitución a través de una acción neutralizadora de los estímulos amenazantes. Si bien esta condición inicial del sujeto sigue existiendo toda la vida, siempre será fundamental un otro humano para superar las adversidades mediante el desarrollo de las fortalezas que constituyen la resiliencia.

En síntesis, el proceso de apuntalamiento de la pulsión lleva al otro humano y evita el atrapamiento en el mortífero solipsismo narcisista. La autoestima, con la ayuda y la mirada de los demás, puede ser reorganizada y reelaborada por medio de nuevas representaciones, acciones, compromisos o relatos.

Recurrimos al poco usado concepto de mecanismos de desprendimiento del yo, introducido por E. Bibring (1943), que “no tienen por finalidad provocar la descarga (abreacción) ni hacer que la tensión deje de ser peligrosa (mecanismo de defensa). Sin negar que durante el proceso se producen fenómenos de abreacción en pequeñas dosis”, se trata de operaciones yoicas que apuntan a dispersar las tensiones dolorosas en otros complejos de pensamientos y emociones con efectos compensatorios; o bien que, como en el trabajo de duelo, generen el desprendimiento de la libido del objeto perdido para transferirla a otros. Un tercer modo es la familiarización con el peligro para poder superarlo en forma contrafóbica. Para el psicoanálisis serían mecanismos más propios de la cura que de la enfermedad; desde el punto de vista de la resiliencia constituyen la posibilidad de una continuidad de la vida en aceptables condiciones de salud mental. Freud afirmaba que el largo camino del psicoanálisis se debía a lo difícil que puede ser cambiar las circunstancias del sujeto. Si esto fuera posible, se podría ahorrar tan prolongado esfuerzo. Pues bien, el desarrollo de la resiliencia requiere justamente un cambio en las circunstancias del sujeto si se le permite contar con el auxilio de un otro humano que genera y/o estimula las

fortalezas de su yo, favoreciendo sus defensas y capacidad de sublimación. Si el mundo externo produjo una implosión traumática en el sujeto, el auxilio exterior de un otro puede restituir la capacidad de recuperar el curso de su existencia. La resiliencia representa el lado positivo de la salud mental.

2.9. Relación entre Resiliencia y Logoterapia

La Logoterapia propone acompañar al hombre en búsqueda de sentido y ayudarlo a que viva de acuerdo a una escala de valores propia que le dé seguridad, coherencia, autoestima y un proyecto de vida auto trascendente. La logoterapia y la resiliencia tienen en común el reconocimiento de los factores protectores, y la transformación de los comportamientos negativos en nuevas posibilidades. La resiliencia requiere un marco moral o de valores que la logoterapia promueve y favorece al acompañar a la persona a descubrir los valores espirituales más allá de lo biológico y de lo psicológico. El nuevo paradigma de la salud es el mejoramiento de la calidad de vida a través de los sistemas preventivos resilientes y logoterapéuticos. Desde este enfoque la familia y la comunidad asumen un rol protagónico. Lo que se busca restituir corazones heridos y darles la posibilidad de emprender un proceso de rehumanización a los niños de la calle, a los refugiados, a las mujeres mal tratadas, a los grupos que han vivido situaciones traumáticas y dolorosas, para la formación de familias resilientes impulsadas por promotores sociales, de salud, voluntarios, expertos en educación y en desarrollo. En las comunidades pobres los desafíos que enfrenta la familia no se relacionan únicamente con la comida o los recursos básicos sino también con lo espiritual, la construcción de un sentimiento de dignidad y de futuro en grupos familiares que, debido a su desesperación, han renunciado a su sentido de vida y su autovaloración. En estos casos el optimismo y la esperanza factores resilientes exigen sensibilidad social para poder mejorar la situación y las perspectivas de la familia.

2.10. La Resiliencia y La Educación

Resiliencia y educación: la cuestión de la educación se vuelve central en cuanto a la posibilidad de fomentar la resiliencia de los niños y los adolescentes, para que puedan enfrentar su crecimiento e inserción social del modo más favorable (Melillo, Rubbo y Morato, 2004).

Lamentablemente, en las escuelas (como ocurre también en salud) habitualmente se pone el mayor empeño en detectar los problemas, déficit, falencias, en fin, patología, en lugar de buscar y desarrollar virtudes y fortalezas. Por eso y para empezar, una actitud constructora de resiliencia en la escuela implica buscar todo indicio previo de resiliencia, rastreando las ocasiones en las que tanto docentes como alumnos sortearon, superaron, sobrellevaron o vencieron la adversidad que enfrentaban y con qué medios lo hicieron.

El Informe Delors de la UNESCO de 1996 especificó como elementos imprescindibles de una política educativa de calidad, la necesidad de que ésta abarque cuatro aspectos: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir con los demás y aprender a ser.

Proceso determinado histórica y culturalmente en cada sociedad. Se preserva y mejora por un proceso de construcción social. Parte del reconocimiento de la persona en su integridad bio-psico-socio-cultural y de las mejores condiciones posibles para su desarrollo físico, intelectual y afectivo.

2.11. Otros conceptos de Resiliencia y su relación con la Salud Mental

Conjunto de procesos sociales e intra-psíquicos que posibilitan acceder al bienestar psicofísico a pesar de las adversidades. Depende de cualidades positivas del proceso interactivo del sujeto con los otros humanos, responsable en cada historia singular de la construcción del sistema psíquico humano.

Estas coincidencias nos llevan a pensar que lo que se entiende como promoción de la resiliencia en el marco de una comunidad, al producir capacidad de resistir las adversidades y agresiones de un medio social sobre el equilibrio psicofísico de los componentes de una comunidad, niños, adolescentes y adultos, produce salud mental (Melillo, Soriano, Méndez y Pinto, 2004).

Resiliencias relacionales: familiar y grupal: Froma Walsh (1998) “[...] propone una concepción sistémica de la resiliencia, enmarcada en un contexto ecológico y evolutivo, y presenta el concepto de resiliencia familiar atendiendo a los procesos interactivos que

fortalecen con el transcurso del tiempo tanto al individuo como a la familia [...] La resiliencia relacional puede seguir muchos caminos, variando a fin de amoldarse a las diversas formas, recursos y limitaciones de las familias [y los grupos] y a los desafíos psicosociales que se les plantean”. En este sentido se pueden señalar: reconocer los problemas y limitaciones que hay que enfrentar; comunicar abierta y claramente acerca de ellos; registrar los recursos personales y colectivos existentes y organizar y reorganizar las estrategias y metodologías tantas veces como sea necesario, revisando y evaluando los logros y las pérdidas. Para esto es necesario que, en las relaciones entre los componentes del grupo familiar, se produzcan las siguientes prácticas: actitudes demostrativas de apoyos emocionales (relaciones de confirmación y confianza en la competencia de los protagonistas); conversaciones en las que se compartan lógicas (por ejemplo, acuerdos sobre premios y castigos) y conversaciones donde se construyan significados compartidos acerca de la vida, o de acontecimientos perjudiciales, con coherencia narrativa y con un sentido “dignificador” para sus protagonistas.

En síntesis, los elementos básicos de la resiliencia familiar serían: Cohesión, que no descarte la flexibilidad; comunicación franca entre los miembros de la familia; reafirmación de un sistema de creencias comunes, y resolución de problemas a partir de las anteriores premisas.

Existen diversas definiciones de la palabra “resiliencia” propuestas por diversos autores, como: Habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva.

- Capacidad de ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformado por ellas.
- La resiliencia distingue dos componentes: la resiliencia frente a la destrucción es decir la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión; por otra parte más allá de la resistencia, es la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a circunstancias difíciles.
- La resiliencia se ha caracterizado como un conjunto de procesos sociales e intra psíquicos que posibilitan tener una vida sana en un medio insano. Estos procesos se realizan a través del tiempo, dando

afortunadas combinaciones entre los atributos del niño y su ambiente familiar, social y cultural. Así la resiliencia no puede ser pensada como un atributo con que los niños nacen o que los niños adquieren durante su desarrollo, sino que se trata de un proceso que caracteriza un complejo sistema social, en un momento determinado del tiempo.

- La resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos.
- Concepto genérico que se refiere a una amplia gama de factores de riesgo y su relación con los resultados de la competencia. Puede ser producto de una conjunción entre los factores ambientales y el temperamento y un tipo de habilidad cognitiva que tienen algunos niños aun cuando sean muy pequeños.
- Capacidad de un organismo o cuerpo para recuperarse, retroceder o reasumir su tamaño y forma original después de ser comprimido, doblado o estirado, recuperación con facilidad de la situación de fatiga y depresión.
- En física se utiliza para referirse a la resistencia de un cuerpo a la rotura por golpe, donde la fragilidad del cuerpo decrece mientras aumenta la resistencia. En ciencias sociales se ha adaptado este concepto para caracterizar a aquellas personas que pese a vivir y crecer en condiciones riesgosas, se desarrollan psicológicamente sanas y exitosas.
- Palabra inglesa que alude a la propiedad de los cuerpos elásticos de recobrar su forma original, liberando energía cuando son sometidos a una fuerza externa, algo como capacidad de rebote; en el caso del ser humano se pone énfasis en los factores positivos.

2.12. La Resiliencia: Hacia un Modelo Conceptual

El término resiliencia aparece en la literatura especializada de la salud mental como una hipótesis explicativa de la conducta saludable en condiciones de adversidad o alto riesgo. Es Así como la resiliencia se relaciona a otros términos como: factores protectores, factores de riesgo y vulnerabilidad, los cuales describen los elementos predisponentes del

sujeto, y aquellos del entorno que influyen en el comportamiento saludable.

La forma en cómo se vinculan estos términos es variable, y ha llevado a la discusión sobre el carácter personal o contextual del concepto de resiliencia. En la actualidad la mayoría de los autores comparte una perspectiva interaccional o constructivista del concepto de resiliencia. En tal sentido, la resiliencia es un rasgo propiamente humano, en tanto este se constituye en la interacción social (Saavedra, E. 2005).

Asimismo, los diversos estudios en la perspectiva arriba señalada, reconocen que la resiliencia supone una combinación de factores personales y contextuales (Kotliarenco, M.A. 1999). En tal sentido, los estudios producen información que enriquece los factores tanto personales como de contexto que componen en concepto resiliencia, pero no hay acuerdo en un modelo conceptual que los vincule de tal forma de explicar el comportamiento en contexto de adversidad. La resiliencia que vincula los factores contextuales y personales sobre los cuales hay consenso entre los especialistas para describir diversos niveles o aspectos de resiliencia.

Diversos estudios coinciden en señalar que la resiliencia resulta de factores protectores como: autoestima consistente, introspección, independencia, capacidad para relacionarse, iniciativa, humor, creatividad, moralidad y pensamiento crítico (Kotliarenco, M.A. 1997 A).

En tal sentido, la resiliencia es un rasgo personal cultivado a lo largo de la historia del sujeto, y que posiblemente, se ha constituido como vínculo temprano siendo condición para el desarrollo de una particular apropiación de los sucesos de la vida, es decir, aquello que el sujeto tiene como rasgo distintivo ha sido aprendido en relación a otros. Siendo esto así, -aprendido- puede cambiar, o está en constante proceso de interpretación. Esto lleva al siguiente aspecto que los autores señalan como fuentes interactivas de la resiliencia.

Las fuentes interactivas de la resiliencia tienen que ver precisamente con la forma en como el sujeto se apropia de la realidad a través del habla y que abre posibilidad al comportamiento saludable o de superación de los eventos traumáticos.

2.13. Resiliencia, factores de riesgo y factores protectores

Fernández, (2007) señala que los adolescentes resilientes poseen:

Capacidad proactiva, flexibilidad, sociabilidad, control, optimismo y persistencia al fracaso. Del mismo modo, desarrollan habilidad para manejar el dolor, el enojo, la frustración y otras perturbaciones, capacidad para conseguir atención y apoyo de los demás, amistades duraderas, competencia en el área social escolar y cognitiva, autonomía y capacidad de auto observación, confianza en una vida futura positiva, capacidad para resistir y liberarse de estigmas, con sentido del humor.

Estos atributos junto a un ambiente social, educativo, familiar nutriente emocionalmente, son propicios para el proceso de adquisición de la resiliencia.

Por tanto, se necesitan ambientes adecuados, flexibles y favorables a la resiliencia.

2.14. Ambientes que favorecen la Resiliencia

- La familia, los amigos y profesores.
- La estimulación al conocimiento de sí mismos, al desarrollo de características de su personalidad y de su experiencia de vida.
- Otro medio es el desarrollo y existencia de factores protectores definidos como: “Condiciones capaces de favorecer el desarrollo de los individuos o grupos y en muchos casos, reducir los efectos de circunstancias sumamente desfavorables”. (Kotliarenco, Cáceres et al, 1996). Entendiéndolos como influencias que modifican, mejoran o alteran la respuesta de una persona ante algún peligro o dificultad que predispone a un resultado no adaptativo, se refiere a las características que existen en los distintos ambientes que parecen revertir circunstancias potencialmente negativas.
- La condición de resiliencia no sería solo la suma de factores protectores, sino que además, la posesión de atributos en la personalidad que posibilitarían elaborar un sentido positivo ante las circunstancias adversas de la vida, los atributos son: factores personales, factores psicosociales de la familia y factores socioculturales.

- Las áreas de la resiliencia que sintetizan la diversidad y que serán claves al momento de entender el funcionamiento de los factores protectores son:
- Autoestima y auto concepto, vínculo afectivo, humor y creatividad, red social y de pertenencia, ideología personal y voluntad de sentido.
- Factores de riesgo, estos se refieren a “cualquier característica o cualidad de una persona o comunidad que se sabe unida a una mayor probabilidad de daño a la salud física o emocional” (Munist et al, 1998). De acuerdo a lo señalado, existirían personas que han concentrado los factores de riesgo, o sea buscan situaciones riesgosas a través de comportamientos que posibilitan las probabilidades de padecer daños.
- Analizando la interacción entre factores de riesgo, factores protectores y resiliencia se debe ampliar el concepto para entender el ínter juego con las variables sociales y comunitarias.

Greenspan (2000), enumera una serie de condiciones familiares que favorecen el desarrollo de la resiliencia en niños y jóvenes, dentro del sistema familiar, normas, reglas claras y respeto a las jerarquías. Apoyo entre los miembros de la familia como costumbres, estrategias familiares de afrontamiento y eficacia. Práctica de un estilo de crianza, donde el adecuado uso del tiempo libre, la internalización de valores, al amor y el respeto enmarcan el estilo de vida de los hijos. Expectativas positivas de los padres sobre el futuro de los hijos. Responsabilidades compartidas en el hogar. Apoyo de los padres en las actividades escolares de los hijos. La presencia de adultos accesibles, responsables y atentos a las necesidades de niños y jóvenes. Pueden ser padres, tíos, abuelos, maestros u otras personas que muestren empatía, capacidad de escucha y actitud cálida. Además es importante que expresen su apoyo de manera que favorezca en los niños y jóvenes un sentimiento de seguridad y confianza en sí mismos. La existencia de expectativas altas y apropiadas a su edad, comunicadas de manera consistente, con claridad y firmeza que le proporcionan metas significativas, lo fortalezcan y promueven su autonomía, y le ofrezcan oportunidades de desarrollo. La apertura de oportunidades de participación los adultos protectores son modelo de competencia social en la solución de problemas, poder proporcionar oportunidades para que los niños y adolescentes participen y en conjunto, aprendan de los errores y contribuyan al bienestar de los otros, como parte de un equipo solidario y participativo.

Kalbermatter (2006) afirma que la resiliencia es considerada actualmente como un componente de la salud mental, su función es desarrollar la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido y transformado por las experiencias de adversidad, la adversidad puede estar presente en las distintas clases sociales, esto se refiere a los mecanismos de riesgo tales como, familia disfuncionales, en las que existen en déficit en la comunicación, falta de preocupación y control. Abandono emocional o moral comparaciones desfavorables, maltrato físico o emocional, necesidades básicas insatisfechas, desocupación, miembros de la familia con enfermedades psiquiátricas entre otros. Modelos de conducta desviados y aceptados por el entorno, tales como, progenitores u otros familiares con antecedentes judiciales, presencia de adicciones, alcohol, cigarrillo u otras drogas, fracaso escolar y desertión. Ausencia de grupos de amigos saludables. Tiempo libre desperdiciado de forma no creativa. Ausencia de diálogo con otros adultos significativos ajenos a las familias. Personalidad muy influenciada. Las fuentes de resiliencia, que promueven actitudes que favorecen el desarrollo de habilidades que permiten enfrentar las situaciones de adversidad, y a la vez, posibilita a los sujetos salir fortalecidos, residen en tres amplios conjuntos de factores. La disponibilidad de sistemas de apoyo externos, que alienten refuercen los intentos de adaptación de los sujetos. El medio familiar y social. Las características de la personalidad.

2.15. Resiliencia y Familia

El modelo teórico de Flach sobre “familia resiliente” plantea que la familia comprende muchas fases que implican acontecimientos y dificultades perturbadoras dadas la naturaleza dinámica de la vida familiar. La capacidad de la familia para enfrentar esos sucesos “puntos de bifurcación” y conseguir su reintegración, nos daría una medida de su resiliencia. Según este autor, los puntos de bifurcación permiten el crecimiento y enriquecimiento de las relaciones familiares, pero también son capaces de causar su disolución.

La familia resiliente la define como: aquella que logra entender que los sucesos de la vida son parte de un proceso continuo y constructivo de perturbaciones y de consolidaciones.

Según este modelo, las características atribuidas al niño resiliente se asocian a la unidad familiar, la competencia, la flexibilidad, la capacidad para resolver problemas y las habilidades de comunicación.(Manciaux, 2003).

Patricia Ares, (2004) Doctora en Psicología de la Universidad de La Habana conceptualiza a la familia y establece tres formas de interpretarla:

Entre las funciones psicosociales que distingue podemos citar: la reproducción de la población, satisfacción de necesidades básicas de subsistencia y convivencia familiar, satisfacción de necesidades afectivas y red de apoyo social, contribución a la formación y desarrollo de la personalidad individual, formación de valores éticos, morales y de conducta social y la transmisión de experiencia histórico-social y los valores de la cultura.

Según Casassus, (2002) el modelo de familia hoy, ya no es el de ayer, pues hoy coexisten diversos modelos familiares: monoparentales, nucleares, bi-parentales, extensas, hogares unipersonales, familias “rejuntadas”, multi-parentales, y varias otras combinaciones, donde predomina la biparental nuclear, que no alcanza a ser el 50% de los casos. Estos cambios no son endógenos, sino exógenos, porque Chile está cada vez más inserto en una dinámica de cambio integrada con el mundo y las transformaciones en diferentes áreas repercuten casi simultáneamente en nuestro país. Los cambios están ocurriendo y producen inestabilidad en todos los planos.

Actualmente su intensidad y velocidad han aumentado, lo que ha influido en la precariedad de la existencia cotidiana, y la familia no está exenta de los cambios, la inestabilidad y la precariedad actuales.

El medio familiar en que nace y crece una persona, determina las características culturales, económicas que pueden limitar o favorecer su desarrollo personal y educativo. Para muchos expertos, la familia es un factor significativo en el rendimiento académico de un joven.

La familia se menciona como factor protector o de riesgo relevante en la resiliencia, siendo entendida como: *“el espacio donde se genera la habilidad para enfrentar y sobreponerse a los desafíos vitales*

disruptivos, implica una adaptación positiva en un contexto de adversidad trascendiendo la victimización, luchar remontando obstáculos y vivir plenamente” Walsh, (2004).

2.16. Estrategias Familiares para Fomentar la Resiliencia

Estimular y fomentar la expresión del interés y amor dentro del grupo familiar, favorece el conocimiento de las personas y permite identificar vivencias alegres, tristes, laborales, estudiantiles, amorosas, de salud, entre otras. Así mismo, fomentar actividades familiares, capacidad de autocrítica, aceptar los errores y virtudes, la capacidad de escucha y aprendizaje, fomentar confianza en cada uno en situaciones de estrés, reflexionar soluciones, escuchar opiniones y evaluar resultados, fomentar la discusión, escuchar y conocerse, plantear argumentos, defender ideas, debatir creando espacios de habilidades nuevas para la vida; se transforman en estrategias que fomentan resiliencia en el grupo familiar, según lo demostrado en las investigaciones Ausloos (1998).

“Lo que favorece la resiliencia familiar es la parentalidad eficaz, el ambiente familiar de apoyo, un buen nivel de conexión con otros adultos y la familia extensa, la resiliencia familiar va variando de acuerdo a los recursos y restricciones de la familia según los desafíos que enfrenten”. Ausloos (1998).

Los patrones de organización que favorecen la resiliencia son, la flexibilidad para aceptar los cambios, reorganizarse, mantener la estabilidad ante las crisis, capacidad de reparar vínculos, prestar apoyo, colaborar y comprometerse.

2.17. Resiliencia y Rendimiento Académico

Según Peggí Giordano (2010), en la etapa adolescente los pares son los principales referentes de comportamientos. En esta etapa se está buscando una identidad propia, lo que lleva a alejarse de las figuras paternas; los estudios concluyen que esa interacción también se da a nivel escolar, las actitudes en torno al estudio y las calificaciones de los amigos influyen en el rendimiento del adolescente al punto que la preocupación de los padres no se relaciona con mejores notas, si lo hacen los amigos y la pareja, por ello, diversos autores incorporan en los jóvenes a los amigos como parte del capital social de un alumno, los amigos predicen

el aprendizaje así como las parejas, incluso pueden ser las más influyentes. Estudios recientes muestran que el enamoramiento influye significativamente en el rendimiento académico, ya que el rendimiento de uno influye en el otro, los hombres son los que más varían su rendimiento “las mujeres tienen mejores habilidades comunicativas y de relación y guían la relación de pareja. Y como ellas casi siempre tienen mejores notas, ellos se esfuerzan por aparecer como un buen prospecto ante sus ojos”.

Durante el enamoramiento se ponen en juego habilidades sociales y ayuda a los adolescentes a mejorar habilidades no cognitivas como la capacidad de comunicación, negociación y empatía. El enamoramiento también mejora la resiliencia, al terminar la relación los jóvenes aprenden a recuperarse y eso indica persistencia y constancia.

Los estudios indican que los alumnos buscan parejas que tengan rendimiento similar al de ellos, les importa el rendimiento, porque sobre todo a las chicas les importa más el futuro.

Una preocupación importante de las familias, los estudiantes y las instituciones educativas; es el rendimiento académico deficiente, por el alto costo, la deserción, el abandono y la prolongación de los estudios, las repercusiones económicas, familiares, sociales y personales que conlleva para el estudiante y su familia.

El rendimiento académico tiene la característica de ser multidimensional, en él inciden muchas variables como la motivación, el desinterés, el estudio sin método y falta de hábitos, las crisis familiares, los problemas económicos, y los atributos propios del individuo.

Según Redondo (1997) “El rendimiento educativo sintetiza la acción del proceso educativo, no sólo en el aspecto cognoscitivo logrado por el estudiante, sino también el conjunto de habilidades, destrezas, aptitudes, ideales, intereses. Con esta síntesis están los esfuerzos de la familia, la sociedad, el profesor y el rendimiento enseñanza-aprendizaje”.

El rendimiento educativo es considerado como el conjunto de transformaciones operadas en el educando, a través del proceso enseñanza- aprendizaje, que se manifiesta mediante el crecimiento de la

personalidad en formación. Desde otro ámbito, se refiere a la serie de cambios conductuales expresados como resultado de la intervención educativa, por lo tanto, no está limitado a los dominios de la memoria y se ubica en el campo de la comprensión y sobre todo en los que se hallan implicados los hábitos, destrezas, habilidades, entre otros.

Las organizaciones y la educación en general pueden ser importantes constructoras de resiliencia en los jóvenes después de la familia, es el lugar más propicio para que los alumnos vivan las condiciones que promueven la resiliencia.

La bibliografía sobre las escuelas eficaces plantea dos elementos centrales para la construcción de la resiliencia en los alumnos: el afecto y la personalización. El primero de ellos, la escuela construye resiliencia a través de crear un ambiente de relaciones personales afectivas estas requieren docentes que posean una actitud, que transmitan esperanzas y optimismos es una actitud de confianza en el alumno es donde las relaciones se caracterizan por centrarse en los puntos fuertes de los alumnos, las fortalezas de un alumno son las que lo harán pasar de una conducta de riesgo a la resiliencia, así mismo el encasillamiento es un proceso desmotivador del cambio y para ello las personas deben creer y confiar en que poseen la fortaleza y la capacidad de hacer cambios positivos para cada estudiante el elemento más importante para construir su resiliencia es una relación confianza aunque sea con un solo adulto.

Cada docente en su aula puede crear espacios de construcción de resiliencia, ambientes que también se asocian estrechamente con el éxito académico, pero para eso ellos mismos deben ser resilientes.

Según Villasmil (2010), al construir el proceso del auto-concepto académico en estudiantes universitarios resilientes de alto rendimiento los factores externos del auto-concepto están asociados al proceso educativo, y en segundo lugar al núcleo familiar de origen. El estudiante resiliente se encuentra comprometido con sus responsabilidades académicas, y la confianza en las capacidades académicas personales es el punto de partida para establecer una relación comprometida con su rendimiento.

Otro elemento importante son las relaciones interpersonales asertivas en el medio académico. La institución educativa debiera estar preparada para promocionar rasgos resilientes en los estudiantes, permitir la posibilidad de fomentar y actuar en función de la toma de decisiones de su propia vida, la planificación y construcción de un proyecto de vida. El fomento de la iniciativa es otro elemento para estimular la exploración y el descubrimiento del mundo circundante, así como es importante tener además, una definición de las metas académicas esperadas, para fomentar el compromiso de los estudiantes con su logro. Prevalece el rol de actores claves de relaciones interpersonales con adultos significativos tanto en la institución como fuera de ella. La experiencia educativa en los jóvenes debe construirse en espacios participativos promoviendo rasgos de salud mental, para promocionar rasgos resilientes enfatizando las fortalezas y cualidades transformación positiva del entorno y de las cualidades personales.

Según Bueno (2007), algunos estudiantes independientes de su inteligencia superan las dificultades familiares, los problemas de ajustes a la universidad, las exigencias académicas, pero otros no. La probable respuesta es que se debe a la resiliencia que se define como un conjunto de atributos que proveen al individuo fortalezas para enfrentar los obstáculos que se le presentan en la vida. La forma como el individuo interactúa es uno de los factores importantes, mientras que el auto-concepto y la inteligencia son algunos factores personales importantes que apoyan al desarrollo de la resiliencia y que esta evoluciona con el tiempo. Quienes tienen más experiencia para identificar a los estudiantes con mayor resiliencia son los profesores.

Cita una encuesta de Sagor (1996), quien realizó una encuesta entre profesores quienes indicaron que los estudiantes resilientes son:

Sociables, optimistas, cooperadores, inquisitivos, atentos, enérgicos, puntuales y altamente responsables, estas son características que la literatura describe en la motivación y en la alta autoestima, la motivación es una combinación de factores: Metas, emociones, actitudes, autoestima y auto-concepto, esto crea la ecuación de motivación. La motivación positiva está ligada a sentimientos de entusiasmo, confianza y perseverancia, los cuales son factores emocionales importantes para confrontar los contratiempos.

Por otra parte los estudiantes resilientes son los que reciben mayor apoyo psicosocial de su familia, los grupos de pares, la institución educativa y la comunidad. Con el apoyo psicosocial los estudiantes enfrentan mejor los exámenes académicos, combaten la soledad, aumentan el sentido de bienestar, disminuyen la tensión, mejoran las relaciones de familia y tienen menor riesgo de fracaso académico.

Cuando se brinda apoyo emocional tangible de información y orientación por parte de profesores padres y el grupo de pares los resultados indican que a mayor apoyo psicosocial, mejor rendimiento académico y a menor apoyo, menor rendimiento.

Los grupos psicosociales son considerados los mejores facilitadores de apoyo a los estudiantes los necesitan para crecer y fortalecerse emocionalmente. La experiencia grupal propicia en el estudiante la reflexión con sus pares y aprende a resolver sus problemas que el solo no podría, aquí se requieren destrezas de comunicación asertiva ya que el dialogo es fundamental. La interacción grupal permite: desarrollar la capacidad de escuchar, comunicarse y desarrollarse, da oportunidades para el desarrollo y crecimiento personal, manejar las tensiones, encontrar soluciones a sus problemáticas, aprende a fortalecer sus destrezas, en el grupo experimenta como se siente y como lo ven los demás, tiene mayor visión de sí mismo, desarrolla la habilidad de dar y recibir afecto, mayor apertura, mayor grado de aceptación de los otros y mayor comunicación, desarrolla empatía.

Todos los estudiantes poseen características innatas para desarrollar la resiliencia y es responsabilidad de los profesores y profesionales capacitarlos y facilitarles las redes de apoyo psicosocial, de esa manera aportan a cumplir con la misión de la educación superior de preparar hombres y mujeres que aporten en la sociedad y que alcancen su autorrealización.

2.18. Resiliencia y Sexualidad

En el trabajo de Grotberg (2003), relacionando este tema con violencia plantea que los varones son percibidos más violentos que las mujeres, lo que se refleja en el estigma y en expectativas sociales hacia el varón. Hay varios estereotipos asociados a los adolescentes varones: conforman las pandillas juveniles, juegan videojuegos violentos, tienden

a pelear para solucionar conflictos, las expectativas sociales es que sean agresivos que actúen con violencia como respuesta al miedo o la vulnerabilidad que escondan sus sentimientos y que no lloren.

Sin embargo, la sociedad no es sensible a la realidad de los jóvenes sobre lo que sienten y quieren hacer, citando a Luis Rojas (2010) aparece la tensión entre las expectativas y el estigma a “hacerse hombre”, y los sentimientos y expectativas de ellos, estas expectativas de ser macho y ser hombre fuerte son considerados uno de los factores de riesgo más importantes asociados a la violencia, para no ser considerado débil, los adolescentes ejercen violencia con otros hombres en forma de pandillas y de género contra mujeres.

Por otra parte las diferentes expectativas por ser varón y por ser mujer se dan de la siguiente forma:

- Los adolescentes varones reciben menor apoyo de profesores y familia que las mujeres, y que los varones deben saber lidiar con las adversidades de forma independiente y sin apoyo.
- Los jóvenes sienten que los padres protegen más a las mujeres y castigan a los hombres, al no cumplir con las expectativas de ser hombre.
- Es más difícil crecer para los varones que para las mujeres dada las expectativas sociales de ser fuerte, hacer deportes, estar probando su masculinidad y capacidad continuamente, por ejemplo en actividades “masculinas” como; fútbol.
- Los jóvenes sienten que tienen que responder con violencia al ser desafiados y que solo pueden mostrar sentimientos asociados a rabia, agresión y venganza.
- Los jóvenes requieren mayor comprensión y apoyo para hacer lo que ellos quieren y no lo que marcan las expectativas, sus padres, pares y mujeres.

¿Existe una lectura de la resiliencia según sexo? Luis Rojas (2010) lo afirma, en este estudio que realizó durante ocho años, con la finalidad de saber, por qué hay tantas y tantos que luchan y sobreviven, según

Rojas los expertos identifican seis rasgos distintivos de las personas con más resiliencia y éstos son: A) Poseen conexiones afectivas (una clave para sobrevivir a una desgracia fue pensar en una persona con fuertes lazos afectivos). B) Posee funciones ejecutivas, autocontrol, introspección, capacidad de tomar decisiones. C) Control interno, control sobre la vida, y no depositar esperanzas solo en la suerte, fuerzas espirituales u otras personas. D) Autoestima, E) Pensamiento positivo, F) Motivos para vivir (pasión).

2.19. Personalidad Resiliente

Las habilidades que caracterizan la personalidad resiliente son tanto innatas y educacionales, como desarrolladas durante las fases de padecimiento. Por ejemplo, una interpretación positiva de la realidad, disposición para ponerse en la situación de los otros, independencia afectiva o serenidad, son conductas que pueden haber sido inculcados por padres y educadores. Muchos son los escritores, artistas, incluso presidiarios, a los que la reclusión o la enfermedad les han llevado a ser grandes personajes conocidos. Los recursos intelectuales y afectivos, incluidas distintas labores artísticas, o el propio sentido del humor, pueden ser producto de un escape, una sublimación de las penas, descubrir en el ser humano algunas facetas desconocidas o recursos que pueden a su vez, dar lugar, a que de la desgracia se consiga extraer éxitos e ideales más altos.

2.20. Planos principales de la Resiliencia

La adquisición de recursos internos que se impregnan en el temperamento, desde los primeros años, en el transcurso de las interacciones precoces, explica la forma de reaccionar ante las agresiones de la existencia, ya que pone en marcha una serie de guías de desarrollo más o menos sólidas. La estructura de la agresión explica los daños provocados por el primer golpe, la herida o la carencia. Sin embargo, será el significado que ese golpe haya de adquirir más tarde en la historia personal de la persona y en su contexto familiar y social lo que explique los devastadores efectos del segundo golpe, el que provoca el trauma. Por último, la posibilidad de regresar a los lugares donde se hallan los afectos, las actividades y las palabras que la sociedad dispone en ocasiones alrededor del herido, ofrece las guías de resiliencia que habrán de permitirle proseguir un desarrollo alterado por la herida.

2.21. Formas de mejorar la Resiliencia

Actitud positiva. Establecer relaciones con familiares cercanos, amistades y otras personas. Aceptar ayuda y sostén de personas que le quieren y le escuchan fortalecen la Resiliencia. Algunas personas encuentran que estar activo en grupos de la comunidad, organizaciones basadas en la fe, u otros grupos locales le proveen sostén social y le ayuda a reclamar la esperanza. Ayudar a otros que le necesitan también puede ser de beneficio. Evitar ver las crisis como obstáculos insuperable, no es posible evitar que ocurran eventos que producen mucha tensión, pero se puede cambiar cómo se interpreta y se reacciona a ellos. Tratar de mirar más allá del presente y pensar que en el futuro las cosas mejorarán. Observar si hay alguna forma sutil en que se sienta mejor mientras se enfrenta a las situaciones difíciles. Aceptar que el cambio es parte de la vida, es posible que como resultado de una situación adversa no es posible alcanzar ciertas metas. Aceptar las circunstancias que no se puede cambiar puede ayudar a enfocar en las circunstancias que puede alterar. Desarrollar algunas metas realistas, hacer algo regularmente aunque parezca que es un logro pequeño que permite llegar hacia las metas. Llevar a cabo acciones decisivas es actuar en situaciones adversas lo mejor que se pueda. Llevar a cabo acciones decisivas es mejor que ignorar los problemas y las tensiones y desear que desaparezcan. Buscar oportunidades para descubrirse a sí mismo, las personas a veces aprenden algo sobre su persona y puede que se den cuenta de que han crecido en alguna forma como resultado de su lucha con la adversidad.

Muchas personas que han experimentado tragedias y situaciones difíciles han informado mejoría en sus relaciones, la sensación de mayor fuerza personal aun cuando se sienten vulnerables, la sensación de que su auto-valía ha mejorado, una espiritualidad más desarrollada y una aumentada apreciación de la vida. Cultivar una visión positiva de la persona, el desarrollar confianza en las habilidades para resolver problemas y confiar en los instintos ayuda a construir la resiliencia. Mantener las cosas en perspectiva aun cuando se enfrente a eventos bien dolorosos, tratar de considerar la situación que causa tensión en un contexto más amplio y mantener una visión a largo plazo. Evitar agrandar el evento fuera de proporción. Nunca perder la esperanza, una visión optimista permite esperar que ocurran cosas buenas en la vida. Tratar de visualizar lo que se quiere en vez de preocuparse por los temores existentes. Cuidar de sí mismo, prestar atención a las propias

necesidades y deseos. Interesarse en actividades que se disfrute. El cuidar de sí mismo ayuda a mantener la mente y el cuerpo listos para enfrentarse a las situaciones que requieren resiliencia.

2.22. Importancia de la Resiliencia

Wolin y Wolin (1993) sostienen que la resiliencia es importante cuando se desarrolla dependiendo de la etapa de evolución de la persona, pues hace individuos más fuertes y consistentes a medida que atraviesan diferentes ciclos en su vida. Además no consideran el desarrollo de la resiliencia en singular, sino en plural, pues identifican siete factores significativos para formar una persona resiliente, tales como insight, independencia, interacción, iniciativa, humor, creatividad y moralidad. Además, Baldwin (1992) señala la importancia que tiene la resiliencia para los hogares que se desenvuelven en ambientes de alto riesgo. Señala también que la iglesia, como grupo de apoyo social, refuerza las políticas parentales de crianza y provee influencias con pares que refuerzan los valores familiares, constituyéndose por tanto, un elemento relevante dentro del desarrollo positivo.

Por otro lado, Meyer (1957) refiere que la Resiliencia es una característica que se desarrolla en relación a su importancia, puesto que en las personas, se puede observar las distintas formas en que éstas enfrentan las situaciones de vida, así como las experiencias claves o los momentos de transición. Debido a esto, muchas de ellas logran alcanzar su desarrollo y sobre todo su satisfacción personal. De igual manera, Werner (1989) plantea que el tema de la resiliencia resulta importante, en tanto que a partir de su conocimiento, es posible diseñar políticas de intervención. Según esta autora, la intervención desde un punto de vista clínico puede ser concebida como un intento de ayudar a la persona a encontrar el equilibrio en medio de condiciones que tienden hacia la vulnerabilidad.

Mayormente, las personas nos adaptamos y superamos las dificultades que se nos presentan en la vida, con la ayuda del tiempo y la “aceptación” como proceso propio del ser humano pero es importante desarrollar la resiliencia, ya que el desarrollo de esta capacidad hará que podamos adaptarnos a situaciones complicadas de manera más rápida y eficaz, sin dañarnos a nosotros mismos o a las personas que nos rodean.

Para muchas personas, no es fácil reconocer, desarrollar y utilizar sus propios recursos de ayuda por lo que es importante recurrir a fuentes de información o la orientación de un especialista que nos encamine a construir nuestra capacidad de resiliencia.

CAPÍTULO III METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipos de Investigación

El paradigma en que se enmarca esta investigación es positivista.

La metodología es cuantitativa, ya que se utilizó una escala tipo Likert para la evaluación de los niveles de resiliencia de los alumnos participantes, la que se procesó mediante una base de datos validada.

3.2 Diseño de la Investigación

El diseño de la investigación es de tipo descriptiva simple. Este diseño puede ser diagramado o esquematizado de la siguiente forma:

M ----- O

Donde:

- “M” Representa a la muestra con quienes hemos realizado el estudio
- “O” Representa la información relevante o de interés que recogimos de la mencionada muestra.

3.3. Población y Muestra del Estudio

La población del estudio está conformada por todos los alumnos de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas que conforman 525 en total, mientras que la muestra en la que se basa el presente estudio es de tipo no probabilístico, intencional (Hernández et

al., 2010) y está conformada por 139 estudiantes del primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la misma universidad, de ambos sexos y cuyas edades se encuentran entre 18 y 38 años.

En la tabla 1 se observa la conformación de la muestra de los estudiantes según sexo, secciones y turnos. En este sentido, se puede apreciar la mayoría de los estudiantes participantes son hombres (70.5%).

La distribución de estudiantes por sección se muestra en la tabla 1. De esta forma la sección 302 posee la mayor cantidad de estudiantes por sección.

Por otro lado, el turno mañana es el que posee la mayor cantidad de estudiantes matriculados; mientras que el turno noche muestra un menor número de estudiantes.

Tabla1. Variables sociodemográficas de la muestra de alumnos

Variables sociodemográficas		F	%
Sexo	Hombre	98	70.5
	Mujer	41	29.5
Secciones	03	21	15.1
	301	24	17.3
	302	42	30.2
	303	28	20.1
	9	24	17.3
Turnos	Mañana	66	47.5
	Tarde	49	35.3
	Noche	24	17.3

Fuente: Elaboración propia.

Cabe resaltar que como muestra de la investigación se eligió a los alumnos de primer ciclo porque son ellos quienes al estar cursando esta primera etapa de sus estudios, se encuentran acoplándose a un nuevo sistema, así como a nuevos horarios de actividades que pueden generar cambios, que si bien es cierto pueden o no desestabilizar su estado

emocional y por ende demostrar su capacidad de resiliencia, lo que es justamente el objetivo de nuestra investigación.

3.4. Variables

Las variables de la investigación son las siguientes:

Variables de control: Sexo (masculino y femenino) y los turnos (mañana, tarde y noche) de estudio de los alumnos.

Variables de estudio: La capacidad de resiliencia, los niveles de competencia personal y de aceptación de uno mismo y de la vida.

3.5. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

3.5.1. Instrumento de Recolección de Datos

El instrumento utilizado para esta investigación fue la Escala de Resiliencia (ER).

Nombre del instrumento	:	Escala de Resiliencia (ER)
Autores	:	Gail M. Wagnild & Heather M. Young
Año	:	1993
Objetivo	:	Identificar el grado de resiliencia individual, considerando como una característica de personalidad positiva que permita la adaptación al individuo.
Áreas/Factores/ Dimensiones	:	Competencia personal y aceptación de uno mismo y de su vida.
Dirigido a	:	Adolescentes y adultos.
Adaptado por	:	Mónica del Águila (2003).

3.5.1.1. Criterios de Construcción

Wagnild & Young (1993) desarrollaron y evaluaron psicométricamente la Escala de Resiliencia (ER). Describieron la evolución y la evaluación inicial de los 25 ítems de la escala de resiliencia en una muestra de 810 adultos del género femenino residentes de comunidades, aunque como lo señalan los autores también puede ser utilizado con la población masculina y con un amplio alcance de edades (Citado por Del Águila, 2003).

El análisis de los principales factores componentes de la Escala fue llevado a cabo siguiendo una rotación oblínica, indicando que la estructura de estos factores era representativa de dos componentes: Competencia Personal y Aceptación de sí mismo y de la vida.

3.5.1.2. Descripción General

La Escala consta de 25 reactivos, respecto de los cuales las personas deben indicar el grado de aprobación o desaprobación y está conformada por dos factores, cada uno de los cuales refleja la definición teórica de la resiliencia.

- **Factor I: Competencia personal**
Indicaban-auto-confianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.
Comprende 17 ítems
- **Factor II: Aceptación de uno mismo y de la vida**
Representan adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de la vida estable. Estos ítems reflejan aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad.
Comprende 8 ítems

Estos dos factores toman en consideración las siguientes características de resiliencia:

- **Ecuanimidad**: Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y “esperar tranquilo” y tomar las cosas como vengan; por ende se moderan respuestas extremas ante la adversidad.
- **Perseverancia**: Está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo y permanecer involucrado, así como practicar la autodisciplina.
- **Confianza en sí mismo**: Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.
- **Satisfacción personal**: Está referida a comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.
- **Sentirse bien solo**: Referida a la comprensión de que la senda de la vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo; el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.

Según Pense, Assis, Santos & Carvalhaes de Oliveira (2004) es uno de los pocos instrumentos usados para medir niveles de adaptación psicosocial positiva frente a eventos importantes de la vida.

Todos los ítems se califican sobre una escala de 7 puntos; a partir de 1 “Estar en desacuerdo”, hasta el 7 “estar de acuerdo”. Están redactados en forma positiva y reflejan con exactitud las declaraciones hechas por los examinados. Los posibles resultados varían desde 25 hasta 175 en donde a mayor puntaje se considera que existe una mayor resiliencia.

3.5.1.3. Administración del Inventario

El cuestionario consiste en 25 ítems en los cuales hay que marcar en una escala de 1 a 7, desde donde 1 es en desacuerdo y 7 es completamente de acuerdo con lo indicado en cada afirmación.

No hay un tiempo determinado pero se da un promedio de media hora para la administración de la prueba, la cual puede ser de manera individual o grupal. En el caso de la investigación, se realizó de manera grupal, considerando las aulas a la que pertenecían cada grupo de los evaluados.

3.5.1.4. Calificación del Inventario

A continuación se presentan las normas totales de la escala de resiliencia, los cuales se expresan en percentiles:

Pe	Total
99	81
95	77
90	76
85	74
80	72
75	71
70	70
65	69
60	68
55	67
50	66
45	64
40	62
35	61
30	59
25	57
20	56
15	56
10	53
5	45

A continuación se muestra la distribución considerando los puntajes de los percentiles, bajo la siguiente categorización:

Percentil	Categoría
1-5	Bajo
5-25	Inferior al promedio
25-75	Promedio
75-95	Superior al promedio
95-100	Alto

Para obtener los resultados por grupos, se pasa a una base de datos en Excel y luego al sistema SPSS que es un programa estadístico informático muy usado en las ciencias sociales y aplicadas, donde se obtuvieron los resultados finales para luego proceder a la realización de las tablas con los resultados que se presentan más adelante.

3.5.2. Validez y Confiabilidad del Estudio

En el presente estudio, se realizaron los análisis de confiabilidad con el método de consistencia interna Alfa de Cronbach y dos mitades con corrección Spearman– Brown; así como los análisis de evidencias de validez respecto a la estructura interna a través de las correlaciones ítem-test (Alarcón, 2004) para los puntajes alcanzados por la muestra de 139 estudiantes en la escala de resiliencia. Los puntajes de la escala de resiliencia logran un coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach de .87 y un coeficiente de confiabilidad Spearman-Brown de .89.

La sub-escala de competencia personal alcanza un coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach de .88 y un coeficiente de confiabilidad Spearman – Brown de .89.

Por otro lado, la sub-escala aceptación de uno mismo en la vida evidencia puntajes cuyo coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach y Spearman – Brown fueron de .50 y .53, respectivamente.

El ítem 7 evidencia una correlación negativa con el puntaje total corregido de la escala de resiliencia; mientras que los ítems 5, 11 y 20 poseen correlaciones con el puntaje total corregido por debajo de .21 que es el mínimo esperado. Similar patrón se observa en la sub-escala de competencia personal con los puntajes de los ítems 5 y 20; así como; en los puntajes de los ítems 7 y 11 de la sub-escala de aceptación de uno mismo en la vida. De esta forma, se excluyen los ítems 5, 7, 11 y 20 según la sugerencia de Del Águila (2003), con lo que se obtienen coeficientes de confiabilidad Alfa de Cronbach de .90 y un coeficiente Spearman –Brown de .88 para la escala de resiliencia. Asimismo, en los puntajes que arroja la sub-escala de competencia personal poseen coeficientes de confiabilidad Alfa de Cronbach y Spearman – Brown de .90; mientras que en la sub-escala de aceptación de uno mismo y de la vida los puntajes muestran coeficientes de confiabilidad Alfa de Cronbach de .58 y un coeficiente de confiabilidad Spearman – Brown de .62. Según Morales (2007), los coeficientes de confiabilidad que se ubican entre .60 y .85, son valores aceptables para la descripción de grupos, investigación teórica e investigación en general, mientras que valores por debajo de .60, son aceptables únicamente en la investigación teórica. En este sentido, tanto la escala de resiliencia como las sub-escalas poseen evidencias de confiabilidad por consistencia interna.

Finalmente, con respecto a las evidencias de validez respecto a la estructura interna, evaluadas a través de las correlaciones entre el puntaje del ítem y el puntaje de los totales corregidos, se observa que los ítems que se conservaron en la versión final del instrumento, poseen coeficientes de correlación de Pearson con el total corregido de la escala y sub-escalas que varían entre .21 y .67, lo cual indica que la información que aportan los resultados de los ítems contribuyen a la medición del constructo resiliencia, competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida (ver anexos).

Tabla A: Confiabilidad por consistencia interna de las versiones de la escala de resiliencia, así como de las sub-escalas de competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida

Escalas	Versión inicial			Versión final		
	N° de ítems	Alfa	Spearman - Brown	N° de ítems	Alfa	Spearman - Brown
Resiliencia	25	.87	.89	21	.90	.88
Competencia personal	17	.88	.89	15	.90	.90
Aceptación de uno mismo y de la vida	8	.50	.53	6	.58	.62

Fuente: Elaboración propia.

3.5.3. Procedimiento de Recolección y Procesamiento de Datos

Para la realización de la presente investigación se dieron los siguientes pasos:

En primer lugar se planteó el problema a estudiar, luego se concretaron los objetivos, se formularon las hipótesis, se investigaron los tratados previos relacionados con este estudio y se determinó la población y muestra del mismo.

A continuación, se eligió el instrumento para medir los niveles de resiliencia de los participantes.

Posteriormente se procedió a administrar el cuestionario de forma manual, a la muestra de los 139 estudiantes, divididos en grupos por turnos y aulas a las que pertenecen.

Aplicados los cuestionarios se procedió a pasar cada una de las 25 respuestas, de cada uno de los 139 cuestionarios resueltos, a una base de datos en EXCEL de acuerdo a las variables de estudio.

Los datos se exportaron al programa SPSS-21, obteniendo las cantidades y porcentajes de acuerdo a las mismas variables.

Se realizaron los procedimientos estadísticos para observar la existencia de diferencias de acuerdo a las hipótesis planteadas.

Obtenidos los resultados estadísticos se procedió a la descripción de los mismos para lo que se emplean las tablas correspondientes.

Posteriormente, se realizó la discusión de los resultados, la elaboración de las conclusiones y se plantean las recomendaciones.

3.6. Resultados

A continuación, se presentan los resultados que responden a los objetivos planteados en la investigación.

Las tablas que se muestran, incluyen la distribución de frecuencias y porcentajes de los alumnos del primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas de acuerdo a los niveles de la escala de resiliencia. Asimismo, estos resultados se contrastan según turnos de clase y sexo. De similar forma se presentan los resultados logrado por los alumnos en las sub-escala de competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida.

Esta clasificación de niveles se basa en puntos de corte establecidos desde la máxima posible puntuación hasta la mínima que podría arrojar el test.

Se ha decidido no tomar en consideración la clasificación que propone Del Águila (2003) debido a que dichos baremos fueron extraídos de una muestra con características diferentes a la muestra del presente estudio.

De esta forma, la tabla 2 muestra la distribución de los alumnos cuyos puntajes de resiliencia se ubican en los niveles alto, promedio y bajo. De esta forma, el 23.0% (32) de los alumnos evaluados alcanzan un nivel alto. El 74.1% (103) de los alumnos logra un nivel promedio, mientras que solo el 2.9% (4) obtiene un nivel bajo.

Tabla 2: Distribución de estudiantes según niveles de resiliencia

Resiliencia	n	%
Alto	32	23.0
Promedio	103	74.1
Bajo	4	2.9

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 3 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la escala de resiliencia los ubica en los niveles alto, promedio y bajo según los turnos de clase. En este sentido, el 3% (2) de los alumnos que estudian en el turno mañana evidencian un nivel bajo de resiliencia. El 81.8% (54) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 15.2% (10) logra un nivel alto de resiliencia.

De los alumnos que estudian en el turno tarde, el 4.1% (2) evidencia un nivel bajo de resiliencia. El 71.4% (35) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 24.5% (12) logra un nivel alto de resiliencia.

Aquellos alumnos que estudian en el turno noche no evidencian niveles bajos de resiliencia. El 41.7% (10) de los alumnos que estudian en turno noche logra un nivel alto, mientras que el 58.3% (14) obtiene un nivel promedio de resiliencia.

Tabla 3: Distribución de estudiantes por niveles de resiliencia según turnos de estudio

Resiliencia	Mañana		Tarde		Noche	
	n	%	n	%	n	%
Alto	10	15.2	12	24.5	10	41.7
Promedio	54	81.8	35	71.4	14	58.3
Bajo	2	3.0	2	4.1	0	0.0

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 4 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la escala de resiliencia los ubica en los niveles alto, promedio y bajo según sexo. En este sentido, el 2% (2) de los varones evidencia un nivel

bajo de resiliencia. El 74.5% (73) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 23.5% (23) logra un nivel alto de resiliencia.

En el caso de las mujeres, el 4.9% (2) evidencia un nivel bajo de resiliencia. El 73.1% (30) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 22.0% (9) logra un nivel alto de resiliencia.

Tabla 4: Distribución de estudiantes por niveles de resiliencia según sexo

Resiliencia	Hombre		Mujer	
	n	%	n	%
Alto	23	23.5	9	22.0
Promedio	73	74.5	30	73.1
Bajo	2	2.0	2	4.9

Fuente: Elaboración propia.

En relación a los resultados de la evaluación con la sub-escala de competencia personal, la tabla 5 muestra la distribución de los alumnos cuyos puntajes de competencia personal se ubican en los niveles alto, promedio y bajo. De esta forma, el 43.2% (60) de los alumnos evaluados alcanza un nivel alto. El 54.0% (75) de los alumnos logra un nivel promedio, mientras que solo el 2.9% (4) obtiene un nivel bajo.

Tabla 5: Distribución de estudiantes según niveles de Competencia personal

Competencia personal	n	%
Alto	60	43.2
Promedio	75	54.0
Bajo	4	2.9

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 6 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la sub-escala de competencia personal los ubica en los niveles alto, promedio y bajo según los turnos de clase. En este sentido, el 3% (2) de los alumnos que estudian en el turno mañana evidencia un nivel bajo de competencia personal. El 57.6% (38) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 39.4% (26) logra un nivel alto de competencia personal.

De los alumnos que estudian en el turno tarde, el 4.1% (2) evidencia un nivel bajo de competencia personal. El 59.2% (29) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 36.7% (18) logra un nivel alto de competencia personal.

Aquellos alumnos que estudian en el turno noche no evidencian niveles bajos de competencia personal. El 66.7% (16) de los alumnos que estudian en turno noche logra un nivel alto, mientras que el 33.3% (8) obtiene un nivel promedio de competencia personal.

Tabla 6: Distribución de estudiantes por niveles de Competencia personal según turnos de estudio

Competencia personal	Mañana		Tarde		Noche	
	n	%	n	%	n	%
Alto	26	39.4	18	36.7	16	66.7
Promedio	38	57.6	29	59.2	8	33.3
Bajo	2	3.0	2	4.1	0	0.0

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 7 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la sub-escala de competencia personal los ubica en los niveles alto, promedio y bajo según sexo. En este sentido, el 2% (2) de los varones evidencia un nivel bajo de competencia personal. El 55.1% (54) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 42.9% (42) logra un nivel alto de competencia personal.

En el caso de las mujeres, el 4.9% (2) evidencia un nivel bajo de competencia personal. El 51.2% (21) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 43.9% (18) logra un nivel alto de competencia personal.

Tabla 7: Distribución de estudiantes por niveles de Competencia personal según sexo

Competencia personal	Hombre		Mujer	
	n	%	n	%
Alto	42	42.9	18	43.9
Promedio	54	55.1	21	51.2
Bajo	2	2.0	2	4.9

Fuente: Elaboración propia.

En relación a los resultados de la evaluación con la sub-escala de aceptación de uno mismo y de la vida, la tabla 8 muestra la distribución de los alumnos cuyos puntajes de aceptación de uno mismo y de la vida se ubican en los niveles: Alto, promedio y bajo. De esta forma, el 2.2% (3) de los alumnos evaluados alcanza un nivel alto. El 90.6% (126) de los alumnos logra un nivel promedio, mientras que solo el 7.2% (10) obtiene un nivel bajo.

Tabla 8: Distribución de estudiantes según niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida

Aceptación de uno mismo y de la vida	n	%
Alto	3	2.2
Promedio	126	90.6
Bajo	10	7.2

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 9 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la sub-escala de aceptación de uno mismo y de la vida los ubica en los niveles alto, promedio y bajo según los turnos de clase. En este sentido, el 9.1% (6) de los alumnos que estudian en el turno mañana evidencia un nivel bajo de aceptación de uno mismo y de la vida. El 87.9% (58) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 3.0% (2) logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida.

De los alumnos que estudian en el turno tarde, el 8.2% (4) evidencia un nivel bajo de aceptación de uno mismo y de la vida. El 89.8% (44) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 2.0% (1) logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida.

Aquellos alumnos que estudian en el turno noche no evidencian niveles bajos ni altos de aceptación de uno mismo y de la vida. El 100.0% (24) de los alumnos que estudian en turno noche logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida.

Tabla 9: Distribución de estudiantes por niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida según turnos de estudio

Aceptación de uno mismo y de la vida	Mañana		Tarde		Noche	
	n	%	n	%	n	%
Alto	2	3.0	1	2.0	0	0.0
Promedio	58	87.9	44	89.8	24	100.0
Bajo	6	9.1	4	8.2	0	0.0

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 10 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la sub-escala de aceptación de uno mismo y de la vida los ubica en los niveles alto, promedio y bajo según sexo. En este sentido, el 8.2% (8) de los varones evidencian un nivel bajo de aceptación de uno mismo y de la vida. El 89.8% (88) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 2.0% (2) logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida. En el caso de las mujeres, el 2.4% (1) evidencia un nivel bajo de aceptación de uno mismo y de la vida. El 92.7% (38) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 4.9% (2) logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida.

Tabla 10: Distribución de estudiantes por niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida según sexo

Aceptación de uno mismo y de la vida	Hombre		Mujer	
	n	%	n	%
Alto	2	2.0	1	2.4
Promedio	88	89.8	38	92.7
Bajo	8	8.2	2	4.9

Fuente: Elaboración propia.

CAPÍTULO IV DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1. Interpretación y/o Discusión de Resultados

A continuación se procederá al análisis de los resultados presentados en el capítulo anterior, los cuales serán interpretados de acuerdo a los objetivos y las hipótesis formuladas.

La presente investigación se propuso responder a la siguiente pregunta:

¿Qué niveles de resiliencia presentan los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas?

De acuerdo a esto y teniendo en cuenta los resultados obtenidos podemos decir que se encontró que el **nivel de resiliencia** que presentan los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas, **en su mayoría (74.1%), se encuentran en el nivel promedio**, seguido de un 23% que se encuentran en un nivel alto y un 2.9% en un nivel bajo.

Estos resultados se pueden deber a que la gran parte de los alumnos de esta universidad pertenecen a un nivel socio-cultural “emergente”, que habitan en los llamados “conos” de Lima cuya capacidad de constancia y el hecho de salir delante de las dificultades que se presentan en su día a día son parte de su vida, ya que lo han visto de sus padres, muchos de

ellos personas que han venido de provincias a buscar mejores oportunidades de desarrollo en la capital, empresarios emprendedores pero con un nivel cultural bajo que quieren para sus hijos un “mejor futuro” y los estudios universitarios que ellos no tuvieron, razón por la cual, sus hijos, estos jóvenes universitarios tienen interiorizado el deseo de superación que los hace madurar de una forma más rápida que la de otro cualquier joven de condición socio-cultural más alto que no logra darle valor al dinero que sus padres pueden invertir en sus estudios.

Podemos decir entonces, en relación a nuestra hipótesis general planteada, **que no existen niveles bajos de resiliencia** en los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas.

Ahora bien, en relación a las variables de estudio, sexo y turnos de clase, así como en los subcomponentes de la prueba, los cuales se dividen en competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida, podemos decir que:

La tabla 3 nos mostraba la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la **escala de resiliencia** los ubica en los niveles alto, promedio y bajo **según los turnos de clase**. En este sentido, el 3% (2) de los alumnos que estudian en el turno mañana evidencian un nivel bajo de resiliencia. El 81.8% (54) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 15.2% (10) logra un nivel alto de resiliencia.

De los alumnos que estudian en el turno tarde, el 4.1% (2) evidencia un nivel bajo de resiliencia. El 71.4% (35) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 24.5% (12) logra un nivel alto de resiliencia.

Aquellos alumnos que estudian en el turno noche no evidencian niveles bajos de resiliencia. El 41.7% (10) de los alumnos que estudian en turno noche logra un nivel alto, mientras que el 58.3% (14) obtiene un nivel promedio de resiliencia.

Cabe resaltar en este cuadro del nivel de **resiliencia por turnos de clase, que el puntaje mayor lo obtienen los alumnos del turno noche** con 41.7% en el puntaje alto y 58.3% en el puntaje promedio. Pudiendo

deberse este resultado a que los estudiantes de este turno son mayores en edad, trabajan durante el día, por lo que tenderían a valorar más el dinero que ganan y el cual invierten en sus estudios, así mismo por la edad que tienen serían más maduros y responsables, desarrollando así su capacidad de constancia y deseos de superación.

La tabla 4 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la **escala de resiliencia** los ubica en los niveles alto, promedio y bajo **según sexo**. En este sentido, el 2% (2) de los varones evidencia un nivel bajo de resiliencia. El 74.5% (73) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 23.5% (23) logra un nivel alto de resiliencia.

En el caso de las mujeres, el 4.9% (2) evidencia un nivel bajo de resiliencia. El 73.1% (30) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 22.0% (9) logra un nivel alto de resiliencia.

En los resultados de nivel de resiliencia según sexo, si bien es cierto, no habría gran diferencia en los resultados entre hombres y mujeres, ya que ambos reflejan puntajes altos y promedios. **Existe una leve ventaja en el puntaje de resiliencia de los hombres**, pudiendo deberse estos resultados a que muchos de ellos tienen familia e hijos, motivo más que suficiente para tratar de superar las dificultades y lograr sus objetivos de desarrollo personal que repercutan favorablemente en el desarrollo de sus familias.

En relación a los resultados de la evaluación con la sub-escala de **competencia personal**, la tabla 5 muestra la distribución de los alumnos cuyos puntajes de competencia personal se ubican en los niveles alto, promedio y bajo. **De esta forma, el 43.2% (60) de los alumnos evaluados alcanza un nivel alto. El 54.0% (75) de los alumnos logra un nivel promedio**, mientras que solo el 2.9% (4) obtiene un nivel bajo.

Si bien es cierto solamente un 2.9% de los alumnos, obtiene puntaje bajo en el área de competencia personal, cabe resaltar que el puntaje alto y promedio de la mayoría, pudiera deberse a la creencia en sí mismos y en sus capacidades, así como a la perseverancia que es la capacidad que han visto de sus padres por salir adelante en la vida a pesar de las adversidades y limitaciones económicas que pudieran tener, lo que hace que mantengan sus metas claras y trabajen en función a ellas.

La tabla 6 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la sub-escala de **competencia personal** los ubica en los niveles **alto, promedio y bajo según los turnos de clase**. En este sentido, el 3% (2) de los alumnos que estudian en el turno mañana evidencia un nivel bajo de competencia personal. El 57.6% (38) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 39.4% (26) logra un nivel alto de competencia personal.

De los alumnos que estudian en el turno tarde, el 4.1% (2) evidencia un nivel bajo de competencia personal. El 59.2% (29) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 36.7% (18) logra un nivel alto de competencia personal.

Aquellos alumnos que estudian en el turno noche no evidencian niveles bajos de competencia personal. El 66.7% (16) de los alumnos que estudian en turno noche logra un nivel alto, mientras que el 33.3% (8) obtiene un nivel promedio de competencia personal.

De acuerdo a estos resultados podemos decir que el alto puntaje obtenido en la sub-escala de competencia personal de los alumnos del turno noche, se puede deber a la experiencia de estos alumnos en el campo de la administración, ya que muchos de ellos se encuentran laborando en las diferentes empresas del país por lo que la experiencia en el campo los hace conocedores en la práctica de los temas tratados en cada uno de los cursos que llevan durante la carrera, lo cual demuestran en su desenvolvimiento durante las sesiones de clase y en las diferentes exposiciones que realizan durante las mismas.

La tabla 7 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la sub-escala de **competencia personal** los ubica en los niveles alto, promedio y bajo **según sexo**. En este sentido, el 2% (2) de los varones evidencia un nivel bajo de Competencia personal. El 55.1% (54) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 42.9% (42) logra un nivel alto de competencia personal.

En el caso de las mujeres, el 4.9% (2) evidencia un nivel bajo de competencia personal. El 51.2% (21) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 43.9% (18) logra un nivel alto de competencia personal.

De acuerdo a estos resultados podemos apreciar que según sexo, no existen diferencias significativas en la escala de competencia personal, ya que tanto hombres como mujeres presentan niveles entre alto y promedio en esta área, puesto que ambos se consideran capaces de desarrollarse y tener la mismas oportunidades de realización personal sin que el género tenga que ver o siquiera pensar en la posibilidad de que hombres o mujeres sean más competentes uno a diferencia del otro.

En relación a los resultados de la evaluación con la sub-escala de **aceptación de uno mismo y de la vida**, la tabla 8 nos muestra la distribución de los alumnos cuyos puntajes de aceptación de uno mismo y de la vida se ubican en los niveles alto, promedio y bajo. De esta forma, el 2.2% (3) de los alumnos evaluados alcanza un nivel alto. El 90.6% (126) de los alumnos logra un nivel promedio, mientras que solo el 7.2% (10) obtiene un nivel bajo.

En función a los resultados de esta sub-escala, podemos decir que la mayoría (90.6%) de los alumnos evaluados en función a **aceptación de uno mismo y de la vida se encuentran en los niveles promedio**, lo que denotaría la capacidad del grupo para adaptarse a situaciones nuevas o retos que se les puedan presentar, manteniendo la flexibilidad a los cambios a pesar de la adversidad, pudiéndose deber todo esto a la experiencia de vida que mantienen, de haber pasado por situaciones difíciles y carencias que los han hecho aprender y sobreponerse rápidamente y aceptar la vida como “complicada” pero no imposible de “salir adelante” y lograr sus objetivos.

Cabe resaltar que existe un 7.2% con el que habría que trabajar a manera de apoyo mediante talleres de desarrollo personal que se puedan coordinar con el Dpto. Psicopedagógico de la Universidad, para brindarles estrategias de afronte a las adversidades y por ende fijarse un proyecto de vida que los lleva a la culminación de sus objetivos.

La tabla 9 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la sub-escala de **aceptación de uno mismo y de la vida** los ubica en los niveles alto, promedio y bajo **según los turnos de clase**. En este sentido, el 9.1% (6) de los alumnos que estudian en el turno mañana evidencia un nivel bajo de aceptación de uno mismo y de la vida. El 87.9% (58) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 3.0% (2) logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida.

De los alumnos que estudian en el turno tarde, el 8.2% (4) evidencia un nivel bajo de aceptación de uno mismo y de la vida. El 89.8% (44) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 2.0% (1) logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida.

Aquellos alumnos que estudian en el turno noche no evidencian niveles bajos ni altos de aceptación de uno mismo y de la vida. El 100.0% (24) de los alumnos que estudian en turno noche logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida.

En cuanto al nivel de aceptación de uno mismo y de la vida en relación a los turnos de estudio, podemos decir que, los tres turnos: Mañana, tarde y noche presentan un nivel promedio de aceptación o que no existen variaciones significativas entre ellos, lo que demostraría que el turno en el que estudian los alumnos no determina su nivel de aceptación de la vida y de sí mismos.

Es importante rescatar que existe un grupo de alumnos de los turnos mañana y tarde que presentan un nivel bajo en este aspecto y con quienes se debe trabajar para potenciar sus expectativas de aceptación de sí mismos y de la vida.

La tabla 10 muestra la distribución de los alumnos cuyo puntaje en la sub-escala de **aceptación de uno mismo y de la vida** los ubica en los niveles alto, promedio y bajo **según sexo**. En este sentido, el 8.2% (8) de los varones evidencian un nivel bajo de aceptación de uno mismo y de la vida. El 89.8% (88) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 2.0% (2) logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida.

En el caso de las mujeres, el 2.4% (1) evidencia un nivel bajo de aceptación de uno mismo y de la vida. El 92.7% (38) se encuentra en un nivel promedio, mientras que el 4.9% (2) logra un nivel alto de aceptación de uno mismo y de la vida.

Si bien es cierto, ambos grupos, tanto de **hombres como mujeres** presentan un nivel, en su mayoría, **promedio** en relación a la aceptación de sí mismos y de la vida, cabe resaltar que los hombres presentan un 8.2% en el nivel bajo a diferencia de las mujeres que mantienen un 4.9% en este nivel, lo que podría significar que las mujeres tendrían mayor capacidad de aceptar las situaciones difíciles de la vida sin ser este resultado muy relevante en la diferencia entre géneros.

CONCLUSIONES

A continuación se presentan las conclusiones de la Investigación:

CONCLUSIONES GENERALES

1. Los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas, **en su mayoría (74.1%), presentan un nivel promedio de resiliencia**, seguido de un 23% que se encuentran en un nivel alto y un 2.9% en un nivel bajo.

Por lo que podemos decir que:

2. **No existen niveles bajos de resiliencia** en más de la mitad de los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas”.

CONCLUSIONES ESPECÍFICAS

- a. No existen niveles bajos de **competencia personal** en más de la mitad de los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas.

- b. No existen niveles bajos de **aceptación de uno mismo y de la vida** en más de la mitad de los alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas.

Es decir:

- a. El mayor porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas presentan **niveles promedio de resiliencia según turnos de clase.**
- b. El mayor porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas presentan **niveles promedio de resiliencia según sexo.**
- c. El mayor porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas presentan **niveles promedio de competencia personal.**
- d. El mayor porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas presentan **niveles promedio de competencia personal según turnos de clase.**
- e. El mayor porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas presentan **niveles promedio de competencia personal según sexo.**
- f. El mayor porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas presentan **niveles promedio de aceptación de uno mismo y de la vida.**

- g. El mayor porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas presentan **niveles promedio de aceptación de uno mismo y de la vida según turnos de clase.**
- h. El mayor porcentaje de alumnos de primer ciclo de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas presentan **niveles promedio de aceptación de uno mismo y de la vida según sexo.**

RECOMENDACIONES

1. Se considera importante la realización de estudios como este, en donde se pueda obtener información sobre los niveles de resiliencia que presentan los estudiantes, especialmente los del primer ciclo de las diferentes universidades del país, ya que los cambios que se pueden dar en esta primera etapa de sus estudios, en función a la adaptación a su nueva vida estudiantil, puede ser chocante, especialmente cuando muchos de ellos trabajan y estudian, por lo que tomar medidas, luego de obtener los resultados de sus niveles de resiliencia, se consideran de vital importancia para ayudarlos a sobrellevar dicha etapa.
2. En la actualidad, los directivos de las universidades particulares de nuestro país están tomando conciencia de la importancia de trabajar los niveles de resiliencia en sus estudiantes, especialmente de los primeros ciclos, puesto que quieren evitar lo que se llama la “deserción universitaria”, es decir que los alumnos abandonen sus estudios universitarios, lo cual se observa en la gran diferencia que existe en la cantidad de alumnado que ingresa al primer ciclo y de los pocos que pasan al segundo ciclo y ni qué decir de la mínima cantidad de alumnos que terminan la carrera en relación a la cantidad que iniciaron en el primer ciclo. Es por esto que las universidades solicitan este tipo de estudios para tomar medidas en los primeros ciclos, fomentando las actividades de convivencia, actividades deportivas y otras que hagan que los alumnos logren identificarse con su “alma mater” y generar lazos que eviten la deserción, así como la realización de conferencias, talleres y otras actividades que se puedan coordinar en conjunto, las diferentes

facultades y los Departamentos Psicopedagógicos de estos centros de estudio.

3. Cabe resaltar que si bien es cierto, en la presente investigación, no existe una gran cantidad de alumnos con bajo nivel de resiliencia, es importante apoyar a aquellos que presentan niveles bajos mediante un plan de acciones que permitan analizar su situación y poder determinar la manera de ayudarlos respetando su problemática individual de tal forma que logren su adaptación a la vida universitaria y el esfuerzo que demande esta etapa.

BIBLIOGRAFÍA

LIBROS Y REVISTAS:

- Alchourrón, M., Daverio, P., Moreno, E. y Piattini, J. (2002). Promoción de la resiliencia en adolescentes de una escuela semirural. En A. Melillo y E. Suarez. (comp.). Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires, Argentina: Paidós, 169 – 184.
- Allport, G. (1962). La naturaleza del prejuicio. Buenos Aires, Argentina: Eudeba.
- Allport, G. (1970). Desarrollo y cambio (2da Ed.). Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Allport, G. (1986). La personalidad: su configuración y desarrollo (8va Ed.). Barcelona, España: Herder.
- Ardila, R. (1981). Psicología fisiológica (2da Ed.). México: Trillas.
- Ávila, A. (1996). Aproximación psicológica a los patrones de personalidad y estilos de afrontamientos del estrés: perspectivas conceptuales y técnicas de evaluación. En Casullo, M. (1996). Evaluación psicológica en el campo de la salud. Buenos Aires, Argentina: Paidós Ibérica.
- Aviles, P., García, R. y Cárdenas, C. (2000). Un modelo de promoción de resiliencia andina. En R. Panez y G. Silva (comp.). Resiliencia en el ande. Un modelo para promoverla en los niños. Lima, Perú: P&S ediciones, 13 – 36.

- Baron, R. (1996). *Psicología* (3ro Ed.). México: Prentice Hall Hispanoamericana.
- Batelman, E. (2001). Prólogo a la edición castellana. En C. Jung. (1949). *Psicología y religión*. Barcelona, España: Paidós Ibérica.
- Bernard, B. (1998). Las bases del paradigma de resiliencia. En *Boletín Foro Alcoholismo y otras Farmacodependencias*, Asociación Uruguaya para la prevención del alcoholismo y la farmacodependencia Optar. Montevideo, Uruguay, año 14 N°38, 5 – 7.
- Bolles, R. (1990). *Teoría de la motivación. Investigación experimental y evaluación* (2da. Ed.). México: Trillas.
- Buhler, C. (1965). *Psicología del desarrollo*. México: MacGraw Hill Interamericana.
- Casullo, M. y Cayssials, A. (1996). *Proyecto de vida y decisión vocacional*. Buenos Aires, Argentina: Paidós
- Cloninger, S. (2003). *Teorías de la personalidad* (3ra. Ed.). México: Pearson Educación.
- CONAJU (2006). *Índice de desarrollo juvenil*. Lima, Perú: Autor.
- Craig, G. y Baucum, D. (2001). *Desarrollo psicológico* (8va. Ed.). México D.F., México: Pearson Educación.
- Cyrlunik, B. (2002). *Los patitos feos. La resiliencia. Una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa.
- De Armas, G. (1957). *La adolescencia también es parte. Trabajo de Graduación*, Centro Regional de Educación Fundamental Para la América Latina, Michoacán, México.
- De Bartolomeis, F. (1978). *La psicología del adolescente y la educación*. México D.F., México: Ediciones Roca.

- Drakeford, J. (1980). *Psicología y Religión*. Buenos Aires, Argentina: Bautista Publicaciones.
- Etchegaray, A. (1996). Prólogo. En M. Kotliarenco, I. Cáceres y C. Álvarez (1996). *Resiliencia. Construyendo en Adversidad*. Santiago de Chile, Chile: Ceamin, 11 – 20.
- Farkas, C. (2003). Utilización de Estrategias Mágicas para el Manejo de Situaciones Estresantes en Estudiantes Universitarios/as. *Revista Interamericana de Psicología*, 37 (1), 109 – 143.
- Frankl V. (1984). *Psicoterapia y Humanismo* (2da. Ed.). México D.F., México: Fondo de Cultura Económica.
- Frankl V. (2003). *El hombre en busca de sentido*. (22va. Ed.). Barcelona, España: Herder.
- Freud, S. (1977). *Tótem y Tabú* (7ma. Ed.). Madrid, España: Alianza Editorial.
- Fromm, E. (1947). *Ética y psicoanálisis*. México: Fondo de cultura económica.
- Garret, H. (1974). *Estadística en psicología y educación* (3ra. Ed.). Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Garrido, S. (1996). *Psicología de la motivación*. Madrid, España: Síntesis.
- Griffa, M. y Moreno, J. (1999). *Claves para una psicología del desarrollo*. Buenos Aires, Argentina: Lugar editorial.
- Grotberg, E. (2002). Nuevas tendencias en resiliencia. En A. Melillo y E. Suarez (comp.). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires, Argentina: Paidós, 19 – 30.
- Henderson, N (2003). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (1998). Metodología investigativa (2da. Ed.). México: Mc Graw Hill.
- Infante, F. (2002). La resiliencia como proceso: Una revisión de la literatura reciente. En A. Melillo y E. Suarez (comp.). Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires, Argentina: Paidós, 31 – 54.
- Jiménez, F., y Arguedas, I. (2004). Rasgos de sentido de vida del enfoque de resiliencia en personas mayores entre los 65 y 75 años. (Resumen). Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación, 4 (2), 1 – 28.
- Kalawski, J. (2003). Y... ¿dónde está la resiliencia?: una reflexión conceptual. (Resumen). Revista Interamericana de Psicología, 37 (2), 365 – 372.
- Katz, R. y Katz, I. (1960). Manual de psicología. Madrid, España: Morata.
- Kerlinger, F. (1988). Investigación del comportamiento (3ra.Ed.). México: MacGraw Hill Interamericana.
- Lamas, H. (2004). Sobre la intervención del psicólogo en el campo de la salud. (Resumen). Colegio de Psicólogos del Perú, Boletín 2005, 22 – 36.
- Lazarus, R., Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona, España: Martínez Roca.
- Llobet, V. (2005). La promoción de resiliencia con niños y adolescentes. Entre la vulnerabilidad y la exclusión. Buenos Aires, Argentina: Novedades educativas.
- Madsen, K. (1967). Teorías de la motivación. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Manciaux, M. (2003). La resiliencia. Resistir y rehacerse. Barcelona, España: Gedisa.

- Melillo, A. (2002). Algunos fundamentos psicológicos del concepto de resiliencia. En A. Melillo y E. Suarez (comp.). Descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires, Argentina: Paidós, 83 – 192.
- Melillo, A. (2004). Sobre la necesidad de especificar un nuevo pilar de la resiliencia. En A. Melillo y E. Suarez y D. Rodríguez (comp.). Resiliencia y subjetividad. Buenos Aires, Argentina: Paidós, 77 – 90.
- Ministerio de Salud (2005). Informe final de la encuesta basal de prácticas saludables del programa de promoción de la salud en instituciones educativas 2003. (Resumen). Lima, Perú: MINSA.
- Moradela, M. (1999). Psicología del desarrollo. Infancia, adolescencia, madurez y senectud. Buenos Aires, Argentina: Alfaomega.
- Papalia, D. y Wendkor, S. (1992). Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia. Bogotá, Colombia: McGraw Hill.
- Puerta, M. (2002). Resiliencia. La estimulación del niño para enfrentar desafíos. Buenos Aires, Argentina: Lumen.
- Reeve, J. (2003). Motivación y emoción (3ra.Ed.). México: MacGraw Hill Interamericana.
- Sarafino, E. (1988). Desarrollo del niño y del adolescente. México: Trillas.
- Silva, G. (1999). Resiliencia y violencia política en niños. Buenos Aires, Argentina: Universidad Nacional de Lanús.
- Vanistendael, S. y Lecomte, J. (2004). Resiliencia y sentido de vida. En A. Melillo y E. Suarez y D. Rodríguez (comp.). Resiliencia y subjetividad. Buenos Aires, Argentina: Paidós, 91 – 102.
- Wagnild, G. y Young, H. (1993). Desarrollo y evaluación psicométrica de la escala de resiliencia. Revista de Nursing Measurement. 2(1).

INVESTIGACIONES:

- Agüero, R. (1972). Estudio sobre objetivos vitales en menores en situación irregular. (Resumen). Tesis para obtener el grado de Bachiller, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Caldera, J. (2016). Resiliencia en estudiantes universitario. Un estudio comparado entre carreras. (Resumen). Universidad de Guadalajara, Guadalajara, México.
- Coz, C. (1977). Objetivos vitales en trabajadores-estudiantes de nivel socioeconómico bajo. (Resumen). Tesis para obtener el grado de Bachiller en Psicología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Díaz, P. (2000). Fundamentos teóricos y prácticos de la resiliencia de niños. (Resumen). Monografía para optar el título profesional de Licenciada en Psicología, Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima, Perú.
- Escudero, J. (2007). Relación entre resiliencia y sentido de vida (religiosidad intrínseca y objetivos vitales) en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria. Tesis para obtener el título profesional de Licenciado en Psicología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Espinoza, S. (1988). Objetivos vitales e intereses ocupacionales en trabajadores del hogar – estudiantes de Lima Metropolitana. (Resumen). Tesis para optar el título profesional de psicólogo, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Jabela, J., Rocha, M. y Serna. A. (2015). La resiliencia en adolescentes de 13 a 15 años y jóvenes de 16 a 18 años privados de la libertad del centro de reclusión Politécnico Luis a. Rengifo. Tesis para optar el título de psicología, Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD, Tolima, Colombia.

Novella, A. (2002). Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes. (Resumen). Tesis para obtener el grado de Magister en Psicología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Salgado, A. (2005). La Ciencia y su respuesta frente a la adversidad. Estudios desde la perspectiva de la resiliencia. (Resumen). Universidad de San Martín de Porres, Lima. Perú.

Tomkiewicz, S. (2004). El surgimiento del concepto. En Cyrulnik, B (comp). El realismo de la esperanza. (Resumen). Testimonios de experiencias profesionales en torno al concepto de resiliencia. Barcelona, España: Gedisa.

Vinaccia Stefano (2007). Resiliencia en Adolescentes. Universidad de Buenaventura-Medellín-Colombia.

PÁGINAS DE INTERNET:

Amar, J. (2003). Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar. Colombia: Revista del Centro de Investigaciones en Desarrollo Humano. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2783>

Antezana, M. (2013). Experiencia de Resiliencia. Argentina. Recuperado de <http://www.amnypdelsur.org/experiencia-de-resiliencia-por-maria-esther-antezana/>

Bach, K. (2016). Relación entre clima social familiar y resiliencia en los estudiantes del primer y segundo ciclo de la carrera profesional de psicología de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote-Piura 2015. Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/717/CLIMA_SOCIAL_FAMILIAR_QUINDE_SANCHEZ_KATERIN_RUTH.pdf?sequence=1

- Becoña, E. (2006). Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología. España: Universidad de Santiago de Compostela. Recuperado de <http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/4024/3878>
- Bustos, M. (2012). Revista de Psicología UVM. Chile: Universidad Viña del Mar. Recuperado de <http://sitios.uvm.cl/revistapsicologia/revisita-detalle.php/4/24/contenido/factores-de-resiliencia-en-adolescentes-residentes-en-un-centro-de-proteccion-de-valparaiso>
- Carballo, A. (1998). El proyecto de vida desde la perspectiva de los y las adolescentes. Costa Rica: Universidad de Costa Rica. Recuperado de <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/tfglic/tfg-l-1998-07.pdf>
- Castro, G. (2014). Clima social-familiar y resiliencia en adolescentes de cuarto año de secundaria de la institución educativa estatal en Chiclayo 2013. Perú: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Recuperado de http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/348/1/TL_CastroCruzadoGlory_MoralesRoncalAngelica.pdf
- Colop, V. (2011). biblio3.url.edu.gt. México: Universidad Rafael Landívar. Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2011/05/22/Colop-Vilma.pdf>
- Diario El País (2002). La Metamorfosis del Patito Feo. España. Recuperado de https://elpais.com/diario/2002/01/13/domingo/1010897560_850215.html
- Fuentes, P. (2013). biblio3.url.edu.gt. Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Fuentes-Paola.pdf>
- Gómez, B. (2015). Resiliencia Individual y Familiar. Francia: Servicio Integral de Apoyo a Adolescentes. Recuperado de <http://www.gaztedi.eus/files/Resilencia-individual-y-familiar.pdf>
- Gonzales, J. (2016). American Psychological Association. Estados Unidos de América: Recuperado de <http://psicologojesusgonzalez.weebly.com/psicologiaclinica-837906/concepto-de-la-semana-resiliencia>

- Krauskopf, D. (2007). Raguirrebello.com. Argentina: Paidós. Recuperado de <http://www.raguirrebello.com/anillojuventudes/sites/default/files/AJ0000069.pdf>
- Mantilla, V. (2016). Diez formas de construir resiliencia. España. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/323939501/DIEZ-FORMAS-DE-CONSTRUIR-RESILIENCIA-docx>
- Melillo, A. (2005). Perspectivas Sistémicas: El pensamiento de Boris Cyrulnik. Argentina. Recuperado de <http://www.redsistemica.com.ar/melillo.htm>
- Melillo, A. (2004). Revista: Psicoanálisis ayer y hoy. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <http://www.elpsicoanalisis.org.ar/old/impnumero1/resiliencia1-doc.htm>
- Morales, P. (2009). Upcomillas. España: Universidad Pontificia Comillas. Recuperado de <http://www.upcomillas.es/personal/peter/estadisticabasica/Fiabilidad.pdf>
- Muñoz, V. (2005). Educar para la Resiliencia: Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social. España: Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/viewFile/RCED0505120107A/16059>
- Murillo, C. (2014). Resiliencia en Adolescentes Varones y Mujeres de una Institución Educativa Estatal del Distrito de La Esperanza – Trujillo. Perú: Universidad Privada Antenor Orrego. Recuperado de http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1791/1/RE_PSI COLOGIA_RESILENCIA.ADOLESCENTES.GENERO_TESIS.pdf
- Obando, O. (2010). Resiliencia en niños con experiencias de abandono. Colombia: Universidad del Valle. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552010000200013

- Osorio, R. (2001). Orden, sentido y significado como indicador de resiliencia en el juego de niños institucionalizados de Lima. Perú. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos13/sesin/sesin.shtml>
- Palomino, L. (2010). La Resiliencia. Perú: Universidad Enrique Guzmán y Valle. Recuperado de <http://www.une.edu.pe/dev/pel.pdf>
- Pinto, J. (2015). Factores de resiliencia presentes en adolescentes expuestos a situaciones de alto riesgo al vivir en el relleno sanitario de la zona tres. Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/42/Pinto-Jose.pdf>
- Ponce, A. (2016). American Psychological Association. Estados Unidos de América: Recuperado de <https://www.blog.alexponce.com/11-de-septiembre-resiliencia-a-toda-prueba>
- Pulgar, R. (2010). Cybertesis. Chile: Universidad del Bío Bío. Recuperado de http://cybertesis.ubiobio.cl/tesis/2010/pulgar_1/doc/pulgar_1.pdf
- Reñones, N. (2012). La Resiliencia. Perú. Recuperado de <http://aterapeuticonorarenones.blogspot.pe/2012/06/condiciones-personales-para-ser-un.html>
- Rivas De Mora, S. (2012). Fortalezas de Carácter y Resiliencia en Estudiantes de Medicina de la Universidad de los Andes. Mérida, Venezuela. España: Universidad Autónoma de Madrid. Recuperado de https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/11241/56139_rivas_sileny.pdf?sequence=1
- Saavedra, E. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. Chile: Universidad Católica del Maule. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-4827200800010000&script=sci_arttext

- Tañski, N. (2010). La Resiliencia de los empresarios en el sector foresto industrial de la provincia de Misiones. Argentina: Universidad de Misiones. Recuperado de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-87082010000200006
- Uriarte, J. (2005). Redalyc.org. España: Redalyc. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/175/17510206/>
- Villarroel, F. (2015). Resiliencia: Fortaleza después de la adversidad. Bolivia: Universidad de Cochabamba. Recuperado de http://www.academia.edu/15062430/Resiliencia_-_Fortaleza_despu%C3%A9s_de_la_adversidad_

**ANEXOS
DE LA INVESTIGACIÓN**

ANEXO N° 1. ESCALA DE RESILIENCIA

I. DATOS GENERALES

Nombre del instrumento	: Escala de Resiliencia (ER)
Autores	: Gail M. Wagnild & Heather M. Young
Año	: 1993
Objetivo	: Identificar el grado de resiliencia individual, considerado como una característica de personalidad positiva que permite la adaptación del individuo.
Areas/Factores/Dimensiones	: Competencia personal y aceptación de uno mismo y de su vida
Dirigido a	: Adolescentes y adultos
Adaptado por	: Mónica Del Aguila (2003)

II. ASPECTOS TEORICOS

No se han encontrado datos disponibles.

III. CRITERIOS DE CONSTRUCCION

Wagnild & Young (1993) desarrollaron y evaluaron psicométricamente la Escala de Resiliencia (ER). Describieron la evolución y la evaluación inicial de los 25 ítems de la escala de Resiliencia en una muestra de 810 adultos del género femenino residentes de comunidades, aunque como lo señalan los autores también puede ser utilizado con la población masculina y con un amplio alcance de edades (Citado por Del Aguila, 2003).

El análisis de los principales factores componentes de la Escala fue llevado a cabo siguiendo una rotación oblimin, indicando que la estructura de estos factores era representativa de dos factores: Competencia Personal y Aceptación de Sí Mismo y de la vida.

IV. DESCRIPCION GENERAL

La Escala consta de 25 reactivos, respecto de los cuales las personas deben indicar el grado de aprobación o desaprobación y está conformada por dos factores, cada uno de los cuales refleja la definición teórica de resiliencia.

Factor I:

Competencia personal

Indicaban- auto-confianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio, y perseverancia

Comprende 17 ítems.

Factor II:

Aceptación de uno mismo y de la vida

Representan adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable. Estos ítems reflejan aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad.

Comprende 8 ítems.

Estos dos factores toman en consideración las siguientes características de resiliencia:

- Ecuanimidad: Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y "esperar tranquilo" y tomar las cosas como vengan; por ende se moderan respuestas extremas ante la adversidad.
- Perseverancia: Está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de un mismo y permanecer involucrado, así como practicar la autodisciplina.
- Confianza en sí mismo: Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender en uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.
- Satisfacción personal: Está referida a comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.
- Sentirse bien solo: Referida a la comprensión de que la senda de vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo; el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.

Según Pesce, Assis, Santos, & Carvalhaes de Oliveira (2004) es uno de los pocos instrumentos usados para medir niveles de adaptación psicosocial positiva frente a eventos de vida importantes.

Todos los ítems se califican sobre la base de una escala de 7 puntos; a partir del 1 "estar en desacuerdo", hasta el 7 "estar de acuerdo". Están redactados en forma positiva y reflejan con exactitud las declaraciones hechas por los examinados. Los posibles resultados varían desde 25 hasta 175 en donde a mayor puntaje se considera que existe una mayor resiliencia.

V. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE LA VERSIÓN ORIGINAL

Validez concurrente:

Las correlaciones positivas en la adaptabilidad (salud física, mental y satisfacción por la vida) y una correlación negativa de depresión justificaron, concurrentemente la validez de la Escala.

CONFIABILIDAD

Wagnild & Young hallaron la consistencia interna de esta escala, a través del alpha de Cronbach, encontrando un valor de 0.94 para toda la escala y de 0,9 para el Factor I de Competencia personal y de 0,8 para el Factor II de Aceptación de sí mismo y de su vida (Citado por Jaramillo, Ospina, Cabarcas & Humphreys, 2005).

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD EN NUESTRO PAIS

En nuestro país, Del Aguila (2003) halló la validez, la confiabilidad y percentiles para la Escala de Resiliencia.

Estudio Piloto

Inicialmente Del Aguila (2003) procedió a la adaptación lingüística del instrumento, para lo cual entregó la escala a un experto para que realice los cambios pertinentes. Según las consideraciones de este último, sólo fueron necesarios modificar los ítems 2, 3, 4, 5, 7 y 25.

Una vez determinado el formato, se procedió a realizar una prueba piloto, con un grupo de 118 adolescentes: varones y mujeres de 4to. y 5to. año de secundaria de 3 colegios privados y uno estatal, correspondientes a los tres niveles socioeconómicos (2 de clase alta, 1 de clase media y 1 de clase baja) en Lima Metropolitana.

Con esta muestra se estableció la validez y confiabilidad del instrumento, así como también se establecieron los percentiles.

VALIDEZ

Validez de Contenido:

La validez del contenido de la Escala de Resiliencia se efectuó por análisis de correlación de ítem-test, utilizando el coeficiente producto-momento de Pearson corregido efectuado en la muestra de estandarización, donde se observa que los ítems evaluados contribuyen al constructo para la medición de la Resiliencia, excepto los ítems 7 (-0,0524), 11 (0,0435), 20 (-0,0484) y 22 (0,1675), tal como se observa en la Tabla 1.

Tabla 1
Correlación de Item-Test de la Escala de Resiliencia

ITEMS	R
1	0,3427**
2	0,2004*
3	0,2762**
4	0,2855**
5	0,2306**
6	0,2682**
7	-0,0524
8	0,3118**
9	0,3919**
10	0,5158**
11	0,0435**
12	0,2427**
13	0,2892**
14	0,2387**
15	0,3175**
16	0,3373**
17	0,5119**
18	0,2960**
19	0,3885**
20	-0,0484
21	0,3728**

22	0,1675
23	0,5080**
24	0,5036**
25	0,2138*

** Correlación significativa al 0.01

También se evaluó la contribución de los ítems al constructo resiliencia, por factores. Los resultados obtenidos para el Factor I se expresan en la Tabla 2, en la cual se puede observar que los ítems 2 (0,1633), 6 (0,1702) y 20 (-0,1023) presentan un valor no significativo, por lo que Del Aguila analizó la posibilidad de excluirlos del instrumento.

Tabla 2
Correlación Item Factor I: Competencia Personal

ÍTEMS	R
1	0,4198**
2	0,1633
3	0,2834**
4	0,2772**
5	0,2404**
6	0,1702
9	0,4627**
10	0,5029**
13	0,3381**
14	0,2587**
15	0,2558**

17	0,5091**
18	0,2507**
19	0,4096**
20	-0,1023
23	0,5260**
24	0,4665**

**Correlación significativa al 0.01

Asimismo, se procedió a analizar la relación de los ítems que contribuyen al Factor II, hallándose tal y como se puede apreciar en la Tabla 3, que los ítems 7 (-0,0886), 8 (0,1521), 11 (-0,0051), 12 (0,1437), 22 (0,0631) y 25 (0,0576) no correlacionan significativamente, por lo que posiblemente según Del Aguila (2003) no deban ser considerados en la Escala.

Tabla 3
Correlación de Ítems del Factor II: Aceptación de uno mismo y de la vida

ITEMS	R
7	-0,0886
8	0,1521
11	-0,0051
12	0,1437
16	0,3262**
21	0,2721**
22	0,0631
25	0,0576

** Correlación significativa al 0,01

Validez de Constructo:

Como se observa en la tabla 4 se procedió a hacer un análisis factorial para explorar el análisis de la validez del instrumento, obteniéndose un puntaje Kaiser-Meyer-Oklín (KMO) de ,639 y resultados en el Test de Bartlett altamente significativo ($p < ,001$).

Tabla 4
KMO y Test de Bartlett

Adecuación de la medida de Muestreo Kaiser Meyer Olkin (KMO)	Test de Bartlett (aprox. X ²)	p
0,639	743,352***	,000

*** Altamente significativo ($P < ,001$)

La Tabla 5 expresa los resultados porcentuales del análisis confirmatorio de los componentes de la prueba, observándose que los 2 componentes del instrumento aportan en un 25,02%.

Tabla 5
Análisis factorial de la Escala de Resiliencia total de las varianzas explicadas

Componente	Extracción de la suma de los componentes		
	Total	% de varianza	% Acumulativo
1	4,410	17,639	17,639
2	2,095	8,378	26,017

En la Tabla 6 se explica la matriz de componentes y la manera como se agrupan los ítems según los componentes encontrados en el análisis factorial. Del Aguila (2003) empleó la misma metodología seguida por los autores. El método de extracción fue el de componentes principales, con rotación oblimin y normalización de Kaiser. La rotación convergió en 20 interacciones. Se eliminaron ítems con cargas factoriales inferiores a 0,40 y que saturaban de manera ambigua; es decir, obtenían cargas aceptables en el factor que no les correspondía.

De este modo el factor II, se redujo considerablemente a tres ítems, confirmando lo hallado en el análisis de ítems, sin embargo, se rescató el ítem

20 que obtuvo una carga factorial muy alta. Para el factor I se siguió el mismo procedimiento.

Tabla 6
Análisis factorial de la Escala de Resiliencia matriz de componentes

Ítems	Componentes	
	1	2
1	0,656	—
2	—	—
3	0,444	—
4	—	—
5	—	—
6	—	—
7	—	—
8	—	—
9	0,688	—
10	0,608	—
11	—	—
12	—	—
13	0,582	—
14	—	—
15	—	—
16	—	0,625
17	0,716	—
18	—	—
19	0,426	—

20	—	—
21	—	0,33
22	—	—
23	0,620	—
24	0,413	—
25	—	0,602

CONFIABILIDAD

La confiabilidad de la Escala fue determinada por consistencia interna, del método Alpha de Cronbach, obteniendo un coeficiente de 0,7622, y un coeficiente Spearman Brown de 0,5825, en la prueba total, lo cual indica un moderado grado de confiabilidad.

En la tabla 7 se aprecia la confiabilidad obtenida de acuerdo a los factores de la Escala.

Tabla 7
Niveles de confiabilidad de la Escala de Resiliencia, según factores

FACTORES	ALFA	Spearman Brown
Factor I Competencia Personal	,7816	,7220
Factor II Aceptación de uno mismo y de la vida	,3797	,3740
TOTAL	,7622	,5825

Como se observa al analizar la confiabilidad por factores encontramos que el Factor I presenta un Alfa de ,7816 y un coeficiente de Spearman Brown de ,7220. Esto significa buen grado de confiabilidad.

En relación al Factor II se halló un Alfa de ,3797 y un coeficiente de Spearman Brown ,3740, lo que significa un bajo grado de confiabilidad, por lo cual Del Aguila (2003) realizó un análisis factorial para determinar su aporte, el cual fue confirmado.

De acuerdo a Del Aguila (2003) dicho resultado en el Factor II se puede deber a que la traspolación de las muestras de otras realidades culturales distintas a las peruanas motivan en algunas circunstancias discrepancias en la confiabilidad, debido a la traducción, diferencias de la población y realidad cultural, hecho que probablemente se ha presentado.

PERCENTILES

En la Tabla 8 se presentan las normas totales de la Escala de Resiliencia, los cuales se expresan en percentiles.

Tabla 8
Percentiles totales de la Escala de Resiliencia

Pe	Total
99	81
95	77
90	76
85	74
80	72
75	71
70	70
65	69
60	68
55	67
50	66
45	64
40	62

35	61
30	59
25	57
20	56
15	56
10	53
5	45

Distribución por categorías

La tabla 9 muestra la distribución considerando los puntajes percentilares bajo la siguiente categorización:

Tabla 9
Tabla de Categorías

Percentil	Categoría
1 - 5	Bajo
5 - 25	Inferior al promedio
25 - 75	Promedio
75 - 95	Superior al promedio
95 - 100	Alto

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Del Águila, M. (2003). *Niveles de resiliencia en adolescentes según género y nivel socio-económico*. Tesis de Magíster no publicada, Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Lima, Perú.
- Jaramillo, D., Ospina, D., Cabarcas, G. & Humphreys, J. (2005). Resiliencia, Espiritualidad, Aflicción y Tácticas de Resolución de Conflictos en Mujeres Maltratadas. *Revista de Salud pública. (on line)*. Vol.7, No.3. pp.281-292.

Recuperado el 15 Abril del 2006 de
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642005000300004&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Pesce, R., Assis, S., Santos, N. & Carvalhaes de Oliveira, R.(2004). Risco e proteção: em busca de um equilíbrio promotor de resiliência¹. *Psicologia: Teoria e Pesquisa (On line)*, Vol.20, No.2 pp.135-143. Recuperado el 16 de Abril del 2006 de http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-37722004000200006&script=sci_arttext

Wagnild, G. & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), pp.165-178.

PROTOCOLO DEL INSTRUMENTO

No.	ITEMS	Estar en desacuerdo Estar de acuerdo						
1	Cuando planeo algo lo llevo a cabo.	1	2	3	4	5	6	7
2	Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo.	1	2	3	4	5	6	7
3	Me siento capaz de mí mismo(a) más que nadie.	1	2	3	4	5	6	7
4	Para mí, es importante mantenerme interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5	En caso que sea necesario, puedo estar solo(a).	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7	Tomo las cosas sin mucha importancia.	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
9	Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez.	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto de que se trata algo.	1	2	3	4	5	6	7
12	Tomo las cosas día por día.	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo sobrellevar tiempos difíciles, por que ya he experimentado lo que es la dificultad.	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo auto disciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16	Por lo general encuentro de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17	Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima.	1	2	3	4	5	6	7
18	Las personas pueden confiar en mí en una emergencia.	1	2	3	4	5	6	7
19	Puedo ver una situación desde							

PROTOCOLO DEL INSTRUMENTO

No.	ITEMS	Estar en desacuerdo Estar de acuerdo						
1	Cuando planeo algo lo llevo a cabo.	1	2	3	4	5	6	7
2	Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo.	1	2	3	4	5	6	7
3	Me siento capaz de mí mismo(a) más que nadie.	1	2	3	4	5	6	7
4	Para mí, es importante mantenerme interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5	En caso que sea necesario, puedo estar solo(a).	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7	Tomo las cosas sin mucha importancia.	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
9	Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez.	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto de que se trata algo.	1	2	3	4	5	6	7
12	Tomo las cosas día por día.	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo sobrellevar tiempos difíciles, por que ya he experimentado lo que es la dificultad.	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo auto disciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16	Por lo general encuentro de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17	Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima.	1	2	3	4	5	6	7
18	Las personas pueden confiar en mí en una emergencia.	1	2	3	4	5	6	7
19	Puedo ver una situación desde							

	diferentes puntos de vista.	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no lo deseo.	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene un sentido.	1	2	3	4	5	6	7
22	No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23	Puedo salir airoso(a) de situaciones difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25	Acepto el que existan personas a las que no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

* Con ítems modificados lingüísticamente por Del Aguila (2003) para la muestra peruana

ANEXO N° 2. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL ESTUDIO

```

CROSSTABS
  /TABLES=niv_acep BY sexo
  /FORMAT=AVALUE TABLES
  /STATISTICS=CHISQ
  /CELLS=COUNT ROW COLUMN
  /COUNT ROUND CELL
  /BARChart.
  
```

Tablas cruzadas

Notas		23-AUG-2016 20:29:12
Salida creada		
Comentarios		
Entrada	Datos	C:\Users\jbeja_ca\Google Drive\Tesis de competencias emocionales en docentes\Tesis de resiliencia\Base de datos de resiliencia.sav
	Conjunto de datos activo	Conjunto_de_datos1
	Filtro	<ninguno>
	Ponderación	<ninguno>
	Segmentar archivo	<ninguno>
	N de filas en el archivo de datos de trabajo	139
Manejo de valor perdido	Definición de ausencia	Los valores perdidos definidos por el usuario se tratan como perdidos.
	Casos utilizados	Las estadísticas para cada tabla se basan en todos los casos con datos válidos en los rangos especificados para todas las variables en cada tabla.
Sintaxis		CROSSTABS /TABLES=niv_acep BY sexo /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CHISQ /CELLS=COUNT ROW COLUMN /COUNT ROUND CELL /BARChart.
Recursos	Tiempo de procesador	00:00:00.25
	Tiempo transcurrido	00:00:00.21
	Dimensiones solicitadas	2
	Casillas disponibles	131029

Resumen de procesamiento de casos

	Casos		
	Válido		Perdido
	N	Porcentaje	N

Niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida * sexo	139	100.0%	0
--	-----	--------	---

Niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida*sexo tabulación cruzada

			sexo
			Hombre
Niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida	Bajo	Recuento	8
		% dentro de Niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida	80.0%
		% dentro de sexo	8.2%
	Promedio	Recuento	88
		% dentro de Niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida	69.8%
		% dentro de sexo	89.8%
	Alto	Recuento	2
		% dentro de Niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida	66.7%
		% dentro de sexo	2.0%
Total		Recuento	98
		% dentro de Niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida	70.5%
		% dentro de sexo	100.0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	.481 ^a	2	.786
Razón de verosimilitud	.515	2	.773
Asociación lineal por lineal	.428	1	.513
N de casos válidos	139		

a. 3 casillas (50,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,88.

Tabla 7: Confiabilidad por consistencia interna de las versiones de la escala de resiliencia, de los factores de competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida

Escala	Versión inicial			Versión final	
	Nº de ítems	Alfa	Spearman - Brown	Nº de ítems	Alfa
Resiliencia	25	.87	.89	21	.90
Competencia personal	17	.88	.89	15	.90
Aceptación de uno mismo y de la vida	8	.50	.53	6	.58

así como	Escala de Resiliencia Total $\alpha = .87$ y $\rho = .89$		Escala de Competencia personal $\alpha = .88$ y $\rho = .89$	
	Items	Correlación elemento-total corregida	Items	Correlación elemento-total corregida
Spearman - Brown .88 .90 .62	item01	.520	item01	.573
	item02	.628	item02	.614
	item03	.546	item03	.531
	item04	.493	item04	.533
	item05	.219	item05	.208
	item06	.585	item06	.589
	item07	-.099	item09	.456
	item08	.489	item10	.615
	item09	.432	item13	.519
	item10	.618	item14	.588
	item11	.160	item15	.595
	item12	.282	item17	.631
	item13	.535	item18	.561
	item14	.575	item19	.653
	item15	.572	item20	.031
	item16	.253	item23	.557
	item17	.604	item24	.66
	item18	.584		
	item19	.589		
	item20	.060		
	item21	.622		
	item22	.274		
	item23	.562		
	item24	.673		
	item25	.358		

^a n= 139

^a n= 139

^bEstos ítems evidencian una baja capacidad discriminativa. Asimismo, fueron eliminados por tener una correlación por debajo a .21

^bEstos ítems evidencian una baja capacidad discriminativa. Asimismo, fueron eliminados por tener una correlación por debajo a .21

Aceptación de uno mismo y
de la vida $\alpha = .50$ y $p = .53$

Ítem	Correlación elemento-total corregida
Ítem07	.033
Ítem08	.310
Ítem11	.133
Ítem12	.285
Ítem16	.222
Ítem21	.328
Ítem22	.351
Ítem25	.206

^a n = 139

^b Estos ítems evidencian una baja
capacidad discriminativa.
Asimismo, fueron eliminados por
tener una correlación por debajo
a .21