

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Resiliencia en estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa
Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bachiller Aurea Violeta Chávez Solís

Lima – Perú

2018

Dedicatoria

A mis queridos padres por haber sido la base de mi formación dejando su ejemplo a seguir y ahora desde el cielo cuida de mí. A mi hijo y hermanas por su apoyo incondicional que me han brindado.

Agradecimiento

En primer lugar, a Dios quien permite que este con vida por ser el que me acompaña en mí día a día.

A mi madre por enseñarme la importancia del trabajo y sacrificio, ahora desde el cielo vela por.

A mi hijo y hermanas por permanecer a mi lado en todo momento.

A mi amiga Bertha por su apoyo incondicional y por formar parte de mi vida.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado:

En cuanto al cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N°003-FPS, y TS-2017, me es grato poder presentar mi trabajo de investigación titulado “Resiliencia en Estudiantes de nivel Secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte 6041 San Juan de Miraflores Lima” bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que el presente trabajo de investigación sea debidamente evaluado y aprobado.

Atentamente.

Aurea Violeta Chávez Solis

INDICE

Dedicatoria:	II
Agradecimiento:.....	III
Presentación.....	IV
Índice.....	V
Índice De Tablas.....	X
Índice De Figuras	XI
Resumen	XII
Summary	XIII
Introducción	XIV
Capitulo I: Planteamiento Del Problema	15
1.1. Descripción de la realidad problemática	15
1.2. Formulación del problema	19
1.2.1. Problema general	19
1.2.2. Problemas específicos.....	19
1.3. Objetivos.....	20
1.3.1. Objetivo general.	20
1.3.2. Objetivo específico.	20
1.4. Justificación del estudio.....	21
Capitulo II: Marco Teórico Conceptual	22
2.1. Antecedentes:.....	22
2.1.1 Internacional:	22

2.1.2	Nacionales:.....	24
2.2.	Bases Teóricas:.....	27
2.2.1	Resiliencia resumen	27
2.2.2	Reseña Histórica	31
2.2.2.1.	Orígenes del concepto resiliencia.....	32
2.2.3.	Características de la resiliencia:	34
2.2.4.	Importancia de la resiliencia:	38
2.2.5.	Tipos de resiliencia:	41
2.2.5.1.	Resiliencia individual	41
2.2.5.2.	Resiliencia grupal	42
2.2.5.3.	Resiliencia social	42
2.2.5.4.	Resiliencia familiar.....	43
2.2.6.	Factores de la resiliencia	43
2.2.6.1.	Factor disposicional.....	43
2.2.6.2.	Factor relacional	43
2.2.6.3.	Factor situacional	44
2.2.6.4.	Factor filosófico	44
2.2.7.	Dimensiones de la resiliencia:	44
2.2.7.1.	Confianza en sí mismo.	45
2.2.7.2.	Perseverancia:.....	45
2.2.7.3.	Ecuanimidad.....	45
2.2.7.4.	Aceptación de uno mismo.	45

2.2.7.5.	Sentirse bien solo	45
2.2.8.	Escuela de la resiliencia:	45
2.2.8.1.	Escuela Anglosajona	45
2.2.8.2.	Escuela Europea	46
2.2.8.3.	Escuela Latinoamericana	47
2.2.9.	Teorías y Modelos que Explican la Resiliencia.....	48
2.2.9.1.	Modelo Ecológico de Urie Bronferbrenner.....	48
2.2.9.2.	Sistemas del modelo ecológico:	50
2.2.9.3.	Modelo Psicosocial:.....	53
2.2.9.4.	El modelo explicativo	54
2.2.9.5.	Modelo Wolin y Wolin.	56
2.2.9.6.	Modelo de la casita de Vanistendael (1994).....	59
2.2.10.	Definición Conceptual.....	62
2.2.10.1.	Resiliencia	62
2.2.10.2.	Confianza en sí mismo.....	62
2.2.10.3.	Perseverancia	63
2.2.10.4.	Ecuanimidad	63
2.2.10.5.	Aceptación de uno mismo.....	64
2.2.10.6.	Sentirse bien solo.....	65

Capítulo III: Metodología	66
3.1 Tipo y diseño de investigación.....	66
3.1.1 Tipo de la investigación	66
3.1.2 Diseño de la investigación	67
3.2 Poblacion y Muestra	67
3.2.1 Población.....	67
3.2.2 Muestra.....	68
3.2.3 Criterios de selección.....	68
3.3 Identificación de la variable y su operacionalización	69
3.4 Técnicas E Instrumentos De Evaluacion Y Diagnóstico	72
3.4.1 Confiabilidad.....	73
3.5. Validez.....	75
3.6. Elaboracion De Baremos.....	76
Capitulo IV:Presentación, Procesamiento y Análisis de los resultados	79
4.1. Procesamiento de los resultados.....	79
4.2 Presentación de Resultados.....	79
4.3 Análisis de discusión de los resultados	95
4.4 Conclusiones	99
4.5. Recomendaciones	100
Capítulo V: Programa De Intervención	102
“Potencializando mi Felicidad”	102

5.1.	Descripción Del Problema:	102
5.2.	Justificación Del Problema:	102
5.3.	Objetivos.....	106
5.3.1.	Objetivo General.....	106
5.3.2.	Objetivos Específicos.....	104
5.4.	Alcance.....	104
5.5.	Metodología.....	107
5.6.	Recursos	107
5.6.1	Recursos Humanos:	107
5.6.2	Recursos Materiales:	107
5.6.3	Recursos Financieros	108
5.7.	Conograma De Actividades	109
Bibliografía.....		126
ANEXOS		133
Anexo 1.	Matriz de consistencia.....	130
Anexo 2.	Escala de Resiliencia Wagnil y Young	132
Anexo 3.	Solicitud N° 1664-2018-DFPTS	134
Anexo 4.	Historia de un anciano.....	135

INDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Matriz de Saavedra.....	54
Tabla 2.	Estadística de Resiliencia en Alumnos.....	77
Tabla 3.	Medidas Estadísticas Descriptivas Dimensión Resiliencia...	78
Tabla 4.	Nivel de Resiliencia en Alumnos.....	80
Tabla 5.	Nivel de Confianza en Sí Mismo.....	82
Tabla 6.	Nivel de Ecuanimidad.....	84
Tabla 7.	Nivel de Perseverancia.....	86
Tabla 8.	Nivel de Satisfacción Personal.....	88
Tabla 9.	Nivel de Sentirse Bien solo.....	90

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Modelo Ecológico.....	49
Figura 2. Los Siete Pilares de la Resiliencia.....	57
Figura 3. Modelo de la casa de Vanistendael.....	60
Figura 4. Nivel Total de Resiliencia.....	81
Figura 5. Nivel de Confianza en Sí Mismo.....	83
Figura 6. Nivel de Ecuanimidad.....	85
Figura 7. Nivel de Perseverancia.....	87
Figura 8. Nivel de Satisfacción Personal.....	89
Figura 9. Nivel de Sentirse Bien Solo.....	91

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo determinar en qué nivel de resiliencia se encuentran los estudiantes de la I. E. Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores. El diseño experimental fue de corte transaccional de tipo descriptivo. El instrumento que se utilizó: Escala de resiliencia de Wagnild & Young, el cual mide resiliencia que consta de 5 dimensiones: confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal, sentirse bien solo, la muestra estuvo conformado por 50 estudiantes, los resultados fueron que el nivel de resiliencia que es bajo, con un 38% mientras que en las dimensiones tales como confianza en sí mismo se ubica en un nivel medio (46%), ecuanimidad alcanzó un nivel medio (50%), Perseverancia comparte un nivel medio y alto (42%), Satisfacción personal se establece en un nivel bajo (36%) por ultimo sentirse bien solo con un nivel alto (44%).

Palabras claves: Resiliencia, confianza, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción

SUMMARY

This research aimed to determine at what level of resilience are the students of the I. E. Alfonso Ugarte No. 6041, San Juan de Miraflores. The experimental design was transactional descriptive cutting. The instrument used was the scale of resilience of Wagnild & Young, which measures resilience which consists of 5 dimensions: self-confidence, fairness, perseverance, personal satisfaction, feel good only, the sample was comprised of 50 students, the results reported that the level of resilience that students have is low, with a 38% while that in dimensions such as self-confidence is located in a middle level (46%), equanimity achieved a level half (50%), perseverance shares Middle and upper level (42%), personal satisfaction is set to low (36%) finally feel good only with a high level (44%).

Key words: resilience, confidence, perseverance, fairness, satisfaction.

INTRODUCCIÓN

En los Últimos tiempos la coyuntura social (violencia doméstica, inseguridad ciudadana, inestabilidad económica etc.) promovió los estudios en resiliencia, para poder descubrir el potencial de este concepto se logrará intervenir en el ámbito social y educativo, para promover una salud mental saludable y fortalecer la capacidad de afrontamiento de las adversidades o situaciones estresantes que presentan los procesos educativos.

Identificando en la evolución teórica en dos momentos: En el primer momento analizamos factores individuales y preventivos en segundo momento, donde la persona se desenvuelve como factores de protección que interactuara con los individuos. Bronfenbrenner (1981).

La presente investigación está encausada a conocer el nivel de la resiliencia en alumnos de 4° año de secundaria.

Capítulo I Planteamiento del problema se describe la problemática.

Capítulo II Se tomaremos en cuenta el Marco Teórico de la presente investigación.

Capítulo III, se detalla la metodología que se empleó la presente investigación donde se determina su tipo, diseño, población y muestra.

Capítulo IV se presenta el procesamiento, análisis y presentación del resultado, como también las recomendaciones y conclusiones.

Capítulo V Propuesta del programa de prevención e intervención.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

En la última década la sociedad ha atravesado eventos traumáticos y estresantes y esto ha conllevado a que las personas no se desarrollen en condiciones favorables de bienestar, haciendo que las circunstancias en las que se encuentra provoquen daños tanto en el desarrollo psicológico, biológico y social. Pero se ha observado que existen individuos que han superado los eventos traumáticos y estresantes en su vida, mostrando así su nivel de resiliencia en cuanto a superar cualquier problema; no solo los adultos son afectados por la violencia; hay una diversidad de tipos de violencia que enfrentan estos, como son: El embarazo en adolescente, violencia familiar, acoso escolar, pandillaje, abandono familiar o familias disfuncionales etc. Y esto afecta su vida de forma directa o indirectamente.

Internacionales:

En la estadística internacional encontramos que, en Estados Unidos, la dinámica familiar ha variado en los últimos años observando que el porcentaje de familias nucleares ha disminuido a un 46% mientras que las familias monoparentales han aumentado a un 34% (Livingston, 2014).

Según UNICEF Primera edición, Ciudad de Panamá. Mayo, 2013 Gestiones de riesgos y desastres en los sectores de protección a nuestra niñez y juventud, requiere el conocimiento de los elementos que inciden en los riesgos de desastres, ello debe entender que los fenómenos de la naturaleza son una amenaza, sean éstos de origen natural o relativo (de carácter tecnológico o social) e identificar y evaluar la inseguridad a las que están expuestos niños, adolescentes y jóvenes. Por lo cual es necesario

saber cuáles son los efectos en un tiempo determinado ya sea en corto o largo plazo de los desastres sobre el desarrollo de esta población.

Se define como la destreza de una persona, comunidad, sociedad expuestos a una amenaza para resistir, asimilar, adecuarse y recuperarse de su pérdida de manera adecuada y valiente. La restauración significa que pueden hacer las personas y comunidad con mayor empeño mayor énfasis por sí mismas y cómo pueden mejorar sus capacidades y respuesta oportuna y afectiva, antes que concentrarse en su debilidad frente al peligro o sus carencias en una emergencia. La ONG Internacional Bullying Sin Frontera, realizado en 18 países del continente, en el tema acoso escolar muestra que cada 7 de 10 niños en Latinoamérica son víctimas de este hostigamiento que comienza muchas veces con una simple burla y acaba con un desenlace fatal para muchos adolescentes. Según esta investigación mueren alrededor de 200 escolares al año a consecuencia del acoso escolar en América Latina. También hace referencia que, en E.E.U.U. (2017), el reporte de cifras divulgados por el Departamento de Justicia el 78% de los estudiantes entrevistados mencionan haber sido acosados, verbal o psicológicamente y más de 2 millones de niños y adolescentes son desertores escolares por este motivo.

Nacional

Según los resultados del INEI (Censo de Población y Vivienda del 2007), en el país existen 160 mil 258 madres cuyas edades oscilan entre 12 a 19 años de edad. Lo que nos indica que muchas de ellas están en edad escolar y necesitaran de factores personales como por ejemplo la resiliencia para poder superar estas dificultades. Por otra parte, en el Perú también se observa adolescentes que hayan sufrido violencia, como lo muestran el Programa nacional Contra la violencia hacia la mujer que reportaron el año 2017 el 13 % fueron adolescentes entre los 12- 17 años de un total de 86

317 casos reportados y entre enero y mayo del 2018 ya están en un 11.8% de un total de 43 367 lo que nos indica que para poder superar las dificultades es muy necesario ver el nivel de resiliencia de los estudiantes. Así mismo los datos estadísticos presentados por el programa SISEVE desde el 15/09/2013 al 31/05/2018 nos dejan un total 18 277 casos denunciados de los cuales un 84 % son de instituciones públicas y 16% de privadas y un 56% de nivel secundario, en lo concerniente a violencia en instituciones educativas.

Cabe agregar que desde los setenta se ha enfrentado el interés por conocer aquellas características del ser humano, que aún en situaciones de vulnerabilidad o riesgo, pueden desarrollar competencias que les ayude a liberarse de las posibles psicopatologías que podrían causar en su entorno, por lo tanto referirse a resiliencia los autores sostienen que es una transformación que no elimina los riesgos del entorno en que las personas se encuentran, sino que permite que el individuo pueda manipular de una manera segura (Rutter, 1987).

Local

Según el diario el peruano enero del 2018: La capacidad que tiene una población , ciudad para sobreponerse a los peligros eventuales que generan los desastres causados por daños naturales al medio ambiente se ha vuelto una herramienta para asegurar que una población, familia está preparado para cualquier adversidad de la naturaleza, resiliencia es un término que consigna la capacidad de sobreponerse a una tragedia y como estas han logrado la reducción de riesgo de desastre y asistencia del medio ambiente en especial en aquellas zonas periurbanas, rurales y amazónicas.

Las familias organizadas de una población se unen a los acuerdos de las autoridades para poder proteger y conservar los bosques del medio ambiente afectados por los desastres de la naturaleza, deforestación y

sobre explotación de recursos, así mismo han desarrollado esa habilidad de sobreponerse a las diferentes adversidades que se presentan.

En los últimos años la sociedad ha demostrado su adaptación y superación a las consecuencias de los desastres para poder resistir y restaurar su vida y el de su familia.

La organización y el esfuerzo compartido entre autoridades y comunidad en general son indispensables para la reconstrucción y salir adelante ante los desastres en el Perú tenemos amplia experiencia ante los de fenómenos naturales y situaciones de emergencia que perjudicaron los ecosistemas. De esas condiciones desfavorables, las personas y sus familias aprendieron a comenzar, levantarse y sobre todo prevenir. Según la sala de prensa del 2016, resiliencia la capacidad de sobreponerse a los problemas, todo los seres humanos en algún momento podemos enfrentar a problemas que sobre pasan nuestros límites y son capaces de dejarnos sumidos a la desesperación, tristeza y al borde del suicidio a su vez tenemos la aptitud a sobreponernos ante la adversidad de rehacer nuestra vida, para superar circunstancias traumática es necesario tener conductas de responsabilidad en situaciones que pueden ser complicados, esto puede afectar grandemente aunque para la otra persona no le afecta debe tener presente que todo problema tiene solución, cada individuo tiene un proceso para poder recuperarse.

Se observa que algunos estudiantes adolescentes en edades promedios entre 15 y 17 años provenientes de diferentes departamentos, están expuestos a situaciones vulnerables como pandillajes acoso, o expuestos al consumo de sustancias, a su vez enfrentan situaciones estresantes por su condición socioeconómica, género y etnia.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel de resiliencia en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel de resiliencia en la dimensión satisfacción personal en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima?
- ¿Cuál es el nivel de resiliencia en la dimensión ecuanimidad en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima?
- ¿Cuál es el nivel de resiliencia en la dimensión sentirse bien solo en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima?
- ¿Cuál es el nivel de resiliencia en la dimensión confianza en sí mismo en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima?
- ¿Cuál es el nivel de resiliencia en la dimensión perseverancia en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima?

1.3. Objetivos.

1.3.1. Objetivo general.

Determinar el nivel de resiliencia en los estudiantes de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.

1.3.2. Objetivo específico.

- Determinar el nivel de resiliencia en la dimensión satisfacción personal en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.
- Determinar el nivel de resiliencia en la dimensión ecuanimidad en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.
- Determinar el nivel de resiliencia en la dimensión sentirse bien solo en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.
- Determinar el nivel de resiliencia en la dimensión confianza en sí mismo en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.
- Determinar el nivel de resiliencia en la dimensión perseverancia en los estudiantes del 4to año de secundaria de la institución

educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.

1.4. Justificación del estudio

Debido a que los estudiantes en edad adolescente encuentran y tienen mayores dificultades que afrontar se tiene la necesidad de aportar nuevo conocimiento sobre la resiliencia en la evolución del adolescente. Además, esta investigación contribuirá en brindar conocimientos científicos para el constructo psicológico de la resiliencia. Y así mismo se tratará de identificar la diferencia que existen entre los adolescentes varones y mujeres y contrastar nuestros datos con otras investigaciones.

En el nivel práctico permitirá que los docentes como los padres puedan conocer el nivel de resiliencia que tienen los estudiantes debido a eso se podrá concientizar la importancia del soporte familiar con la finalidad de lograr fortalecer la resiliencia la que nos permite tener mayor comprensión de las capacidades que aportan a la adaptación y resolución de eventos traumáticos o estresantes. Y a su vez se busca asistir a la institución educativa que ayuda con la investigación ofreciéndole datos concretos que exponen la realidad que viven los estudiantes para poder utilizar varias estrategias para mejorar el nivel de resiliencia en ellas y desafiar mejor las condiciones estresantes.

Finalmente, el presente trabajo busca determinar y contrastar el nivel de resiliencia según el grado académico 4° año de educación secundaria en estudiantes de la institución educativa Alfonso Ugarte N° 6041 ,San Juan d Miraflores proporcionando bases científicas para futuras investigaciones y auxiliar en desarrollo de propuestas estratégicas que puedan fortalecer las estrategias de intervención en los estudiantes.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes:

2.1.1. Internacional:

Cárdenas, V. (2017) México, desarrolló la investigación “Resiliencia en la escuela secundaria”. Un estudio comparativo. Tuvo como objetivo realizar un diagnóstico diferencial para establecer el estímulo de resiliencia en las escuelas. El método utilizado fue descriptiva, transversal de corte cuantitativo. La muestra está conformada por dos escuelas secundarias públicas localizadas en la ciudad de la Paz, con 319 estudiantes y la otra escuela en Iztacalco de la CDMX con 351, estudiantes. El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Problemas en Adolescentes (POSIT), (Mariño, González-Forteza, Andrade Medina-Mora, 1997), Escala de Resiliencia para Jóvenes (Cárdenas, Cruz, 2013), Conclusiones, permite conocer los problemas de consumo de sustancias psicoactivas, pobreza, consumo, se presentan en la escuela, donde se vive en condiciones sociales más adversas podemos concluir que las personas menos resilientes son las que presentan mayores factores de riesgo.

Rodríguez, C. & Velásquez D. (2017) Ecuador. Realizaron la investigación “Capacidad de resiliencia en estudiantes de 12 a 16 años. Cuenca-ecuador”, cuyo objetivo fue instaurar el nivel de resiliencia de los adolescentes, también establecer cuáles son las características resilientes de los adolescentes e identificar la correlación. El método utilizado fue una investigación cuantitativa, de diseño descriptivo, el muestreo fue probabilístico. La muestra conformada por 402 estudiantes, distribuidos en varones y mujeres.

El instrumento utilizado, fue el Instrumento de Medición de Resiliencia Adolescente de Wagnild y Young (1988). Conclusiones: el 84% tienen un nivel alto de resiliencia y el 16% tienen un nivel medio, el área con mayor puntaje fueron confianza en sí mismos y el área menos fortalecida es el sentimiento de soledad. La mayoría de adolescentes considera que la familia y la unión familiar son factores positivos en su vida.

Villalta, M. & Ecurra, L.& Saavedra, E. Chile (2015). Hicieron la investigación "Factores de resiliencia en estudiantes secundarios. Tuvo como objetivo: Fomentar un modelo conceptual sobre la resiliencia en jóvenes estudiantes de la VII Región, el método utilizado fue una investigación cuantitativa de tipo descriptivo-correlacional, La población estuvo formado por 92 Estudiantes; el instrumento utilizado fue la medición de los factores se aplicó la Escala de Resiliencia CD-RISC (Connors, Davison, 2003), CD-RISC SV-RES60 (Saavedra y Villalta, 2007). Se llegó a la siguiente conclusión el cuestionario SV-RES60 presenta apropiada participación psicométrica de eficacia y confiabilidad para medir la resiliencia.

Quinto, A.& Jabela, J. & Crocha, M. & Serna, A. (2015). desarrollaron la investigación "La resiliencia en adolescentes de 13 a 15 años y jóvenes de 16 a 18 años privados de la libertad del centro de reclusión Luis A. Rengifo en Ibagué - Colombia" su objetivo fue conocer y analizar la influencia de las condiciones vulnerables en la capacidad resilientes, utilizando un método de tipo descriptivo con enfoque cualitativo, con el cuestionario "A.R.A", la muestra consta de 49 individuos divididos en dos grupos: adolescentes entre 13-15 años y jóvenes de 16- 18 años, instrumentos utilizados escala de

resiliencia de Wagnild y Young (1993). Conclusiones pueden ser resilientes y sobreponerse.

Fuentes, P. (2013) En Guatemala, realizó la investigación "Resiliencia en los adolescentes entre 15 y 17 años de edad que asisten al juzgado de primera instancia de la niñez y adolescencia del área metropolitana" El objetivo principal es conocer el nivel de resiliencia de los adolescentes, determinar las características resilientes. De tipo no probabilístico o dirigida. La muestra está conformada 25 adolescentes, 13 mujeres y 12 varones, entre las edades de 15 a 17 años. Para la medición de la prueba se utilizó la Escala de Resiliencia construida por Wagnild y Young en 1988, y revisada por los mismos autores en 1993 fue hallada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.89.con una confiabilidad de 0.84. Además, con el método test re-Conclusiones: Se evidenció un nivel de resiliencia alto.

2.1.2 Nacionales:

Jordán, J. (2017) Ica. Realizó la investigación "Resiliencia y rendimiento académico en escolares de 4to y 5to de secundaria en sectores vulnerables del distrito de Pueblo Nuevo, chincha 2017", objetivo: relacionar el nivel de resiliencia con el rendimiento escolar en estudiantes del colegio nacional "Horacio Zevallos Gámez" localizado en el Distrito de Pueblo Nuevo de Chincha, una zona altamente vulnerable, el diseño es no experimental-cuantitativo, y transversal-correlacional, la muestra está constituido por 360 alumnos del nivel secundario, la muestra fue 90 estudiantes de 4to y 5to grado. Los instrumentos usados fueron la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild, G. y Young H. para medir el nivel de resiliencia. Conclusiones se encuentra en un nivel alto con 83,3%; a pesar de

presentar una alta vulnerabilidad social, los resultados que arrojaron fue un nivel alto de resiliencia.

Del Águila, G. (2017). Lima realizó la investigación “Nivel de resiliencia en pacientes que reciben tratamiento oncológico en el Hospital Central de Policía Luis N. Sáenz”. Su objetivo: Determinar el nivel de resiliencia que presentan los pacientes oncológicos. La investigación es descriptiva, lo cual permite ser específicos con las propiedades y características de nuestra poblacional a investigar permitiendo realizar una descripción de situaciones y eventos de la población con respecto a un suceso en particular, La muestra fue de 233 pacientes diagnosticados con cáncer en fase no terminal. El instrumento utilizado: Escala de Resiliencia de Wagnild Young. En tanto que el objetivo primordial establecer el nivel de resiliencia en pacientes que están reciben tratamiento oncológico en el Hospital Central de Policía”, es admitida, en tanto que más de la mitad de las personas evaluadas proporcionaron como resultado nivel de resiliencia bajo, por lo cual indica que, en cuanto a menor nivel de resiliencia, mayor es el grado de conflicto o riesgo.

Nuja, M. (2016) realizó la investigación “Propiedades psicométricas de la escala de resiliencia en estudiantes de institutos técnicos superiores de la ciudad de Trujillo”. Objetivo: determinar las Propiedades Psicométricas de la Escala de Resiliencia en estudiantes de los Institutos “Pablo Casals” y “Luis Pasteur”, conseguidos a través del muestreo no probabilístico, por conveniencia. La muestra fue de 429 estudiantes de distintas carreras Técnicas. El instrumento empleado para la presente investigación es la Escala de Resiliencia de Gail M. Wagnild y Heather M. Young, (1988). Adaptado por Novella (2002). Se mostró paradójico al hecho de relacionar determinadas situaciones como

inseguridad o defensa, ya que estas diferencias solo pueden ser formadas al estudiar los procesos específicos que manejen en situaciones definidas con efectos exclusivos.

Salluca L., Cusco (2016) realizó la investigación “Nivel de resiliencia y personalidad en estudiantes del 5to grado de secundaria de la I.E. 50707 Simón Bolívar, Picchu Alto, Cusco”. Su objetivo principal: Identificar la relación entre el nivel de resiliencia y los tipos de personalidad, Esta investigación tomo en cuenta los lineamientos dados por el método cuantitativo, Individual o colectiva (Sánchez y Reyes, C. 1991). La población muestra fue conformado por 66 estudiantes que cursan el 5to de secundaria de dos secciones “A” y “B”. El instrumento para medir se utilizó la variable 1 - Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young y variable 2, Inventario de Personalidad – Eysenck forma B, para adultos (EPI), a las conclusiones: existe relación específica entre la Resiliencia y los tipos de personalidad entre nivel de resiliencia, factor, competencia personal y aceptación de uno mismo.

Bolaños, L. & Jara, J. (2016) Tarapoto efectuaron la investigación “Clima Social Familiar y Resiliencia en los estudiantes del segundo al quinto año del nivel secundario de la Institución Educativa”. Su objetivo: Determinar si existe relación significativa entre clima social familiar y resiliencia. El estudio fue de tipo correlacional descriptivo de corte transversal, no experimental; la muestra fue representada por 280. Se utilizó la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young, y la escala de Clima social familiar (FES) de Moos y Trickett,, conclusiones el clima social familiar se relaciona con la resiliencia.

Palacios, L.& Sánchez, Y. (2016) realizaron la investigación “Funcionamiento familiar y resiliencia en alumnos de 2º a 5º de

secundaria de una institución educativa pública de Lima-Este, 2015” el objetivo fue determinar si existe relación entre funcionamiento familiar y resiliencia, La investigación tiene un alcance correlacional de diseño no experimental de tipo cuantitativo correlacional y de corte transversal, con una muestra de 143 entre los 12 y 17 años de ambos sexos que estudian en una institución pública de Lima Este, los instrumentos que se usaron fueron, la Escala de Resiliencia ER de Wagnild, G Young, H; Escala de evaluación de Cohesión y Adaptabilidad familiar (FACES III) de Olson y. Conclusiones: existe relación frágil entre la resiliencia y los espacios del funcionamiento familiar.

2.2. Bases Teóricas:

2.2.1. Resiliencia resumen

Henderson (2003) propone que la resiliencia es centrarse en uno mismo como alguien único; demanda resaltar los recursos personales que acceden a contrarrestar situaciones desfavorables y surgir mejorado, e incluso de estar expuesto a altos agentes de riesgo. Lo que nos da la idea a una proyección a futuro. El termino resiliencia desde una perspectiva novedosa nos habla sobre el desarrollo humano, en contra posición al determinismo genético y social, que expone esa condición humana universal que se encuentra en todos los seres humanos y en situaciones difíciles y contextos desfavorables que nos permite enfrentar a las adversidades y salir airoso de las experiencias negativas (Vanistaen del 2002). No es innato, sino un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que facilitan tener una vida sana en un medio insano (Rutter, 1990). En este desarrollo la escuela cumple un rol fundamental. El centro educativo es un espacio trascendental donde el individuo aprende a desenvolverse y mejorar sus cualidades (cognitivas, emocionales,

sociales). Así mismo, como parte de la sociedad, puede atravesar situaciones estresantes y difíciles de hecho, en las aulas, los alumnos y docentes se encuentran con esta realidad, por ello se convierte en un área relevante para el desarrollo de la resiliencia. En la escuela se viven situaciones que originan reacciones resilientes ante circunstancias adversas, así como también enfoques educativos, programas de prevención e intervención y currículum adecuados para ampliar factores protectores es de destacar que dentro de la escuela cobran una especial importancia los maestros, por su papel como posibles tutores o guías que ayuden a desarrollar y mejorar la resiliencia (Cyrulnik, 2007), uno de los modelos de enseñanza que se aplica en el Perú es el modelo conductista y los maestros llevan estos enfoques a los alumnos y refuerzan los procesos de resiliencia. La resiliencia tiene diferentes enunciados que se modifican de acuerdo a la conceptualización de cada autor para la presente investigación se ha tomado como referencia la enunciación de varios autores algunos de ellos revisando la bibliografía del tema de resiliencia.

Resiliencia se entiende como la capacidad que tienen los seres humanos para desarrollarse psicológicamente y re-adaptarse con normalidad, a pesar de vivir en situaciones de riesgo, como puede ser entornos de pobreza, pobreza extrema, violencia doméstica, estrés prolongado, centros de internamiento, entre otras situaciones. Se refiere a grupos familiares como a los individuos o escolares que tienen la capacidad de disminuir y reanimarse a los efectos perniciosos de los contextos desfavorables y privados socioculturalmente (Uriarte, 2005). Se entiende por lo que dice el autor que a nivel académico los niños y adolescentes atraviesan situaciones de estrés, debido a que influyen positiva o negativamente varios actores en su vida como es la familia (familias disfuncionales),

sus pares (las pandillas), los medios de comunicación (a nivel de la moda impuesta por estos) y estos se ve reflejado muchas veces en su rendimiento académico o la deserción escolar; la presión que pueden recibir estos niños y adolescentes hace que estos muestren sus capacidades de resiliencia para afrontar estos factores estresantes.

Manciaux (2003). La resiliencia se entiende como la disposición de uno o varios individuos para seguir con proyección al futuro pese a sobrevenir de acontecimientos desestabilizadores que les tocó vivir una vida difícil y de traumas donde demostraron tener una capacidad de resistir, levantarse y evolucionar según las situaciones adversas que existen en el mundo y que se producen o modifican como es el daño psicológico.

El contenido que resulta de un proceso dinámico, progresivo, en que la importancia de un evento amenaza a una persona que constituye una posible causa de riesgo o perjuicio para alguien o algo afectando profundamente el bienestar o la vida de un individuo, como también puede superar los recursos del sujeto, la resiliencia se encuentra en una corriente de Psicología positiva que experimenta de manera científica las bases del bienestar psicológico y de la felicidad, así como de las fortalezas y virtudes humanas de fomento de la salud mental y considera una contexto de veracidad o exactitud confirmada por muchísimas personas que, aun habiendo vivido un suceso traumática han conseguido aceptar una situación molesta o desagradable de determinada manera y seguir desenvolviéndose y viviendo, inclusive, a menudo en un nivel excelente, muy bueno como si el trauma vivido y asumido hubiera perfeccionado en ellos recursos escondidos y sorprendentes

Grotberg, E. (1998) opina que la resiliencia es la disposición para enfrentar las adversidades, instruirse, superarlas, e ir evolucionado positivamente, Resiliencia proviene del latín resilio, que significa volver al estado original. Encontramos que las personas sometidas a circunstancias de peligro sufren enfermedades o dificultades de algún tipo ante este problema como recuperarse de las situaciones traumáticas tras una enfermedad, trauma o escenarios impactantes y desfavorables continuar adelante de modo positivo para uno mismo y la sociedad, vivir de la mejor manera dejando atrás todo lo negativo para seguir adelante y construir un futuro mejor. En la actualidad vivimos sometidos a numerosas circunstancias, acontecimientos estresantes y traumáticos; que va incrementándose a diario, con ello también se han incrementado los casos de depresión, suicidio, enfermedades biológicas y enfermedades psíquicas; que nos imposibilitan vivir en situaciones de prosperidad. Sin embargo, no estamos expuestos, existe la forma de afrontar estas situaciones desfavorables. La resiliencia es la para resistir y afrontar las diferentes amenazas, eventos traumáticos, de tal forma que las experiencias adversas que afrontan los hace cada vez más fuerte; la persona tiene mayor confianza en sí mismo así, como en los otros; también son más perceptivos al padecimiento que otras personas que estén experimentando situaciones adversas, así como dispuesto para hacer algo positivo como organizar cambios y minimizar o suprimir las fuentes originaria del problema que produce el estrés o el trauma.

Quienes se han dedicado a investigar en forma más profundo y amplio el estudio, plantean la existencia de varios componentes de resiliencia, se asocian en tres clases: lo que obtengo (soportes externos de familiares y amigos, tipos de conducta o valores colectivos de resguardo social); lo que soy (soportes internos

sacados de los elementos positivos de nuestro carácter, y lo que puedo ser (habilidad para interactuar y solucionar inconvenientes habituales). Podemos decir que la atención al buen tratamiento de estos tres elementos favorece la resiliencia.

Rutter (1990) se entiende que la resiliencia como un fenómeno multidisciplinario que permiten a los seres humanos superar y afrontar los problemas y las desgracias incluye componentes ambientales y personales no debe ser deducida como la alentada privación de las experiencias traumáticas de la vida, sufrimientos huellas heridas que dejo marcado de donde se saca experiencia, habilidad para seguir adelante dejando atrás todo lo malo que le toco vivir como la lesión o daño de un hecho existente, a pesar de las heridas vulneradas, para muchos el trauma también ha sido muy importante para solucionar inconvenientes, se han descubierto un imponente cambio en la manera como las personas responden a la situación contraria o poco favorable de la conducta humana en su aspecto social o relacionado con ella, aún con experiencias pavorosas, se puede encontrar que una cantidad considerable de personas no sufre consecuencias graves. Durante los últimos 20 años se ha facilitado más atención a este fenómeno que entraña la perspectiva de una prevención placentera, es un conocimiento con un enorme potencial para todos aquellos profesionales que trabajamos sobre el terreno, accediendo normalizar y poner en práctica aquello que descubrimos de forma habitual o usual para la dicha de nuestros infantes, no puede ser considerado como una propiedad con el que nacen los niños, ni que alcanzan durante su proceso de crecimiento, sino que se trataría de un proceso participativo entre éstos y su medio es conjunto de conocimientos sociales e intra psíquicos que facilita tener una vida saludable, viviendo en un medio insalubre.

2.2.2. Reseña Histórica

2.2.2.1. Orígenes del concepto resiliencia

Si bien los estudios científicos de la resiliencia comenzaron hace apenas tres décadas, muchos años antes se ha observado cómo algunas personas, al enfrentar dificultades, consiguen afrontar y superar, fortaleciéndose ante los eventos adversos vividos, de esta manera, desarrolla su formación personal integral. El origen del vocablo Resiliencia proviene del idioma latín Resilio, Resilire que significa saltar hacia atrás, rebotar. En psicología, la definición de la resiliencia de los individuos es la capacidad de sobreponerse (recuperarse) al dolor emocional para continuar con la vida. El surgimiento de la resiliencia para la investigación en campo se vio previsto por los conceptos de hacer frente, asumir los episodios traumáticos y/o las desgracias.

La perspectiva de resiliencia aparece en los años 70 por los esfuerzos por vislumbrar las causas de la psicopatología, donde se advertía que un conjunto de niños no desarrollaba dificultades psicológicas a pesar de ciertas predicciones de los investigadores (Masten, 2001; Grotberg, 1999; citado en García y Domínguez, 2012). Primero se obtuvo que este grupo de pequeños se adaptaban puesto que eran "invulnerables" (Koupernik, en Rutter, 1991 citado en García y Domínguez, 2012) que indicaría que podrían resistir a la adversidad. Luego, se propuso la significación de resiliencia, considerando que ésta puede ser promovida, mientras que la "invulnerabilidad" es considerada como un rasgo intrínseco en el sujeto (Rutter, 1987). Vanistendaal (1994) citado en García y Domínguez (2012), señala que la resiliencia distingue dos componentes el primero la resistencia frente a la destrucción y el segundo que sería la capacidad para cimentar una conducta positiva

frente a contextos adversos. Grotberg (1995) consideraba que la resiliencia sería dinámica y que permitiría trabajar para poder potenciarla y reforzarla es decir que en efecto la resiliencia sería la capacidad que permite advertir o disminuir los hechos perjudiciales de la adversidad. Las conductas resilientes obtienen promover el incremento personal del nivel de su funcionamiento actual o responder conservando el sosiego y el desarrollo normal, incluso pasando por circunstancias adversas. En este propósito si se habla de enunciaciones sobre resiliencia se podría considerar asimismo una historia de adaptaciones con éxito ante factores biológicos de riesgo (Werner, 2001; Luthar y Zingler, 2006; Masten y Smith, 1982; citado en García y Domínguez, 2012). Comparativamente como se observa la persona resilientes está en la búsqueda de vencer el obstáculo en su vida e ir más allá del momento del percance. Luthar y Cushing (1999), se entiende por resiliencia un proceso dinámico que lleva a un proceso de adaptación positiva en escenarios de gran peligro. Silva (1999) se entiende que la resiliencia es la capacidad que tiene toda persona para resistir ante los contextos adversos y poder recuperarse, desarrollando así paulatinamente herramientas situadas hacia un ajuste, tanto psicológico y social. Desde la perspectiva de Luthar (2006) la resiliencia se construye con dos diferentes dimensiones que serán la adversidad significativa y adaptación positiva, desde su perspectiva, la resiliencia nunca sería directamente medida, pero estaría inmerso en estas dos dimensiones. En síntesis, se podría decir que las distintas definiciones siempre destacan la capacidad de adaptación y las conductas positivas frente a situaciones estresantes o adversas que permite a estas personas superarlas.

2.2.3. Características de la resiliencia:

Olsson, Bond, Burns, Vella, y Sawyer (2003), aplican hechos o cualidades a una persona al término de resiliencia, entre las características consideramos desde el aspecto de un individuo que logre beneficios posteriores después de haber pasado por problemas desfavorables, asumiendo que posee las siguientes habilidades: de adecuación exitosa como firmeza, forma, dureza y capacidad para lograr una interacción dinámica entre los conocimientos de inseguridad y de protección, tanto externos como internos.

Wolin y Wolin (1993) en efecto por su parte propuso los siete pilares de la resiliencia fundamentados al igual que los autores anteriores en la persona resilientes; dichos pilares serían las 7 características nucleares de todo ser resilientes, las cuales son:

- **Introspección:** Se considera al análisis que una persona hace sobre su propia conciencia o de su estado de ánimo para reflexionar sobre ellos también considerado como la visión real de uno mismo, que sale a partir de la evaluación de los actos, emociones, pensamientos y limitaciones; con el único propósito de obtener una mejor identificación de situaciones difíciles.
- **Independencia:** Sin tomar en consideración lo que se dice para adoptar una determinada decisión o hacer algo que se ha decidido también considerada como la capacidad de constituir límites físicos y emocionales entre uno mismo y el conjunto de recursos externos, como puede ser el ambiente y las personas más próximas, sin caer en el aislamiento.

- La capacidad de relacionarse: se entiende como la destreza para relacionarse positivamente con los demás, formando lazos esenciales y satisfactorios.
- Iniciativa: Idea que se encarga de iniciar algo. Considera que al ser resiliente la persona se convierte en alguien idóneo de ocupar voluntaria y continuamente nuevos retos que lo sometan a un avance progresivo, responsabilizándose de los problemas que surgen a lo largo del desarrollo.
- Humor: es aquella cualidad donde presenta estado de alegría o buena destreza de superar tanto los problemas como también obstáculos, con gracia y humor.
- Creatividad: Capacidad o facilidad para inventar o crear descubrimiento y belleza a partir del desorganizaciones y caos.
- Moralidad: considera acciones que son correctas o buenas y cuales no lo son siendo malas o incorrectas como las costumbres y normas que se consideran buenas para juzgar o dirigir el comportamiento de las personas con una conciencia moral y el compromiso de los valores sociales en medio a lo bueno y lo malo.

Con el tiempo Suarez (2004) realizaría una actualización y progreso de los pilares propuestos por Wolin y Wolin (1993), generando 4 elementos, los cuales son:

- Competencia social: conformada por experiencias pro sociales y sociales, está compuesto por la autoestima, empatía, humor y adaptables a los cambios, creatividad y optimismo.
- Resolución de problemas (iniciativa), Considerando como la habilidad para investigar opciones de solución utilizando el pensamiento reflexivo y modos flexibles.
- Autonomía: Facultad de la persona que puede obrar según su criterio, con libertad de la opinión o el deseo de otro ligado al sentido de la propia identidad y la independencia ejercida con observación y expectativas positivas de futuro: visión alentadora asentada en la precaución, coherencia y anticipación

(Álamo, Caldera, Cardozo, 2012) En efecto durante la investigación sobre: Resiliencia en Alumnos de secundaria describe que las características de conductas Resilientes según Manciaux, (2003), considera que forman parte de un escenario de riesgo, la resiliencia es una característica determinante para el éxito de las personas, no obstante, pasan inadvertidas. Todo hombre tiene capacidad de promover conductas de sus experiencias y utilizarlas para enfrentar cualquier desafío. Como también el autor manifiesta que estas conductas se amplían, de acuerdo a las características especiales y del entorno de quien trae sus propios recursos, es decir que en su investigación Polk (1997) elaboró 26 características, los cuales se redujeron a seis: Propiedades psicosociales, roles, físicos, relaciones, solución de problemas y creencias filosóficas. A su vez los caracteres psicosociales y físicos fueron tratados, implantando una clasificación de cuatro modelos para la resiliencia:

El esquema y habilidades se describen como el patrón de las propiedades físicas y a los atributos psicológicos relacionados con el ego. Las propiedades psicosociales contienen la capacidad personal y un sentido del sí mismo; psicología, los atributos físicos son los componentes constitucionales y genéticos que admiten el desarrollo de la resiliencia. Estos factores físicos incluyen la salud, inteligencia y el temperamento.

El esquema relacional se describe a las características de los roles y relaciones que influyen la resiliencia. Como también este esquema contiene los aspectos intrínsecos y extrínsecos se entiende como el valor de la próxima dependencia de seguridad de una extensa red social. Asimismo, a nivel intrínseco se facilita el sentido a las experiencias para tener habilidades en identificar y relacionarse con patrones positivos y poseer buena voluntad para investigar a alguien en quien confiar.

El esquema situacional se describe a la proximidad de la característica, escenarios o estresores y se muestra como habilidades de valoración cognitiva, habilidades de solución de problemas, y atributos que enseñan un contenido para el trabajo frente a una realidad. El esquema situacional contiene la habilidad de formar una valoración realista de la propia capacidad para proceder y de las expectativas o resultados de esa acción. También considera un conocimiento donde se puede lograr la capacidad de describir metas más limitadas, para descubrir cambios en el mundo, para utilizar el afrontamiento encaminado a los problemas activos y para recapacitar sobre nuevas realidades, perseverancia, Flexibilidad y disponer de recursos son elementos que ayudan en este aspecto del patrón de resiliencia, como obtener un locus de examen interno. Posteriormente, el esquema situacional además se manifiesta en la

investigación de curiosidad, novedad naturaleza exploratoria y creatividad.

El esquema filosófico, se presenta por las creencias personales. La creencia da el autoconocimiento y la deliberación sobre uno mismo como también los acontecimientos son importantes, porque ayudan a este esquema. Tal como se observan una ideología que comenzara inmediatamente buenos tiempos y la creencia en hallar un significado positivo en las experiencias. Esto es, que la vida tiene un propósito, y cada persona tiene un camino que recurrir en la vida y es único por lo tanto es importante conservar una figura equilibrada de la propia vida. Harvey (1996) menciona una serie de características de la resiliencia cuya integridad o privación mostraban la capacidad de resilientes: 1. análisis del proceso de recuerdo de las experiencias traumáticas; 2. unión de la memoria y los afectos; 3. organización de los afectos en relación al trauma; 4. dominio de la sintomatología; 5. autoestima; 6. conexión interna (pensamientos, apegos y acciones); 7. sociedad de vínculos seguros; 8. Visión del impacto del trauma, y 9. Elaboración de un significado positivo (Cabaynes Truffino, 2010).

Las características del medio ambiente consiguen gran calidad en el desarrollo personal y el bienestar familiar ayudando a la edificación de la capacidad resilientes. Tal como se ha visto estas características sobresalen las situaciones de salud, la estabilidad de la resiliencia, la objetividad de modelos positivos y los recursos formales e informales (Cabaynes Truffino, 2010).

2.2.4. Importancia de la resiliencia:

Esta investigación es importante porque servirá para desarrollar el conocimiento, sobre la influencia que conseguiría tener los niveles

de resiliencia con los paradigmas de personalidad en estudiantes que cumplen su vida escolar, también servirá de base teórica para futuras investigaciones relacionadas al tema, cabe mencionar que resulta de suma relevancia para recoger información sobre las causas profundas que determinan la calidad del servicio educativo.

También reconocer y evaluar el nivel de Resiliencia de los escolares y los aspectos vulnerables de la de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte No 6042 San Juan de Miraflores Lima, debemos tener en cuenta el contexto socio-económico en el que se encuentran en un escenario de alto riesgo porque son más vulnerables en caer en los males sociales como la delincuencia, pandillaje, drogadicción entre otros vicios, debido a que muchos estudiantes no cuentan con la comprensión y apoyo de los padres de familia o tutores responsables del estudiante ; esto les ocasiona una impresión habitual de inconformidad e insatisfacción, considerando en el contexto en el que viven y con los vicios sociales actuales; igualmente es importante identificar de qué manera tratan su realidad; las habilidades y recursos que manejan para sobrellevarlos o superarlos, porque depende de estas los conocimiento que tengan de la realidad, el sentido que le da a sus vidas

Henderson y Milstein, (2003) "la institución educativa puede ofrecer un ambiente y las condiciones que originen la resiliencia en los jóvenes de hoy. Para obtener el éxito tanto académico como personal" el autor considera que la basa de la capacidad de resiliencia se encuentra en la familia ya que es un soporte muy importante y después de ella se encuentra la escuela. La escuela es el lugar de formación integral, y en esa integridad ocupa un lugar específico que es la resiliencia.

Por lo tanto, tenemos otro motivo que sobresale por su importancia o significación relevante para nuestra investigación, que es la familia, podemos observar que muchos jóvenes y niños enfrentan situaciones difíciles en sus hogares que esto repercute en su desarrollo personal; es por ello la importancia de la escuela debido a que los docentes son muchas veces el motivador para que estos jóvenes y niños sean resilientes.

Como también en las visitas de observación efectuadas, se ha entrevistado a los profesores, ellos manifestaron que dentro de la institución educativa la vida de los estudiantes es normal, de la misma manera que se fomenta el respeto mutuo entre, educandos y educadores, así como con las demás personas que se encuentran en su entorno conforman la comunidad educativa. Esto viene a ser un punto a favor, porque se da en otros y muchos casos que los alumnos disconformes con sus calificaciones o reclamaciones de asistencia, puntualidad, aseo, actitudes y otros motivos, se enfrentan a los docentes e incluso llegan a consecuencias mayores como a una agresión física.

Wolin y Wolin (1993) en consecuencia sostienen que la resiliencia es significativa cuando se desarrolla dependiendo de los periodos de evolución de la persona, pues se hace individuos más fuertes y sólidos a medida que traspasan diferentes ciclos en su vida. Asimismo, no consideran el desarrollo de la resiliencia en singular, sino en plural.

Además, Baldwin (1992) también señala la importancia que tiene la resiliencia para los hogares que se despliegan en lugares de alto riesgo del mismo modo indica que la iglesia, como grupo de apoyo social, fortifica las políticas parentales de crianza y proporciona influencias con entendidos que fortalecen los valores

familiares, constituyéndose un componente relevante dentro del desarrollo social.

De la misma manera, Werner (1989) proyecta que el tema de la resiliencia resulta significativo, en tanto que, a partir de su conocimiento, es probable crear políticas de intervención. Según esta autora, la intromisión desde un punto de vista clínico puede ser imaginada como un intento de ayudar a la persona a localizar el equilibrio en medio de contextos que tienden hacia la vulnerabilidad.

Resiliencia y adolescencia.

La adolescencia es una etapa de cambio continuo, rápido desarrollo, adquisición de nuevas capacidades y lo más principal es que empieza a elaborar un proyecto de vida y fortalecer la Resiliencia, Por lo tanto, es un momento adecuado para fortalecer el desarrollo, fomentar los factores preservadores y prevenir conductas de riesgo.

2.2.5. Tipos de resiliencia:

Si bien se saben tomar conceptos de resiliencia pueden Ser diferentes o distintos de otro en asunto o materia de uso que se le da al término. En industrias, el concepto que se maneja de resiliencia es otro al que se usa en aspectos sociales y psicológicos. Por tal motivo, las características de resiliencia se modifican dependiendo la actitud en el ambiente psicológico. Lorenzo (como se citó en Estefó, 2011) habla sobre los tipos que existe en la resiliencia y se desarrolla de diferentes niveles en cada persona.

2.2.5.1. Resiliencia individual

La resiliencia individual es poder enfrentar esa fatalidad de forma positiva, adaptarse con resistencia y salir

consolidado de los sucesos traumáticos se crea como parte del grupo y reconoce que necesita de él para su desarrollo, trata sobre aspectos propios descritos problemáticos de un problema. Este paradigma, es totalmente personal, no involucra aspectos relacionales en el trabajo de la resiliencia. Se ve inmerso la personalidad, habilidades, cogniciones, factores de riesgos propios, entre otros.

2.2.5.2. Resiliencia grupal

Se da cuando un conjunto de personas desarrolla estructuras de igualdad, de pertenencia y de unión desplegando distintas maneras de contraponerse ante situaciones que han puesto en peligro a sus integrantes, como la familia, círculos de amistad o grupos en la que se consideren identificados. La resiliencia grupal comprende la intervención mutua de la sociedad a la vez involucrando a las personas para poder sobreponerse ante dificultades.

2.2.5.3. Resiliencia social

Viene a ser la capacidad de afrontar la adversidad. Desde la Neurociencia considerando que las personas más resilientes tienen mayor mesura emocional frente a los escenarios de estrés, sobrellevando mejor la presión se enfoca en la población que han sufrido alguna crisis en contexto propios, que promueven la participación continua para poder resistir la situación problemática que abrumba la nación y así poder dar medidas de solución. Es una intervención en conjunto en las que se agarran actitudes diferentes de poder corregir el problema se llevan a un consenso (Estefó, 2011).

2.2.5.4. Resiliencia familiar

La resiliencia significa entonces la capacidad de afrontar situaciones que suponen un reto de dificultad personal considerada también como una sumisión e identificación de los acontecimientos difíciles ahora se llevan a cabo por la familia en el cual deben interponerse como un equipo constituyendo así la autoestima familiar.

2.2.6. Factores de la resiliencia

Se han expuesto factores que pueden aportar a la resiliencia o pueden verse envuelto en la función que cumple el fenómeno estudiado. Becoña (2006) menciona que la resiliencia puede tener aportes de diferentes áreas, desde el desarrollo, hasta la adultez; pero, en su aporte sobre los factores o patrones son los siguientes:

2.2.6.1. Factor disposicional

Es decir, este factor habla sobre aspectos internos y externos de uno mismo. En el sentido que los atributos del físico benefician la apreciación de la persona e incrementa su confianza. Es cuando, el aspecto interno (psicológico) abarca una parte esencial en el reforzamiento de la resiliencia. Se involucra aspectos como: inteligencia, salud y personalidad.

2.2.6.2. Factor relacional

Es decir, este factor o patrón surge en relación a las funciones de roles y de relaciones que influyen el desarrollo de la resiliencia. Además, los niveles de relación establecen que una persona puede generar confianza experiencias nuevas, establecer habilidades para diferenciar modelos positivos que benefician el desarrollo personal y desarrollar la

capacidad de encontrar personas en la que se pueda confiar y generar vínculos de cercanía, al punto de involucrarse en situaciones que demanden compromiso.

2.2.6.3. Factor situacional

Se hace referencia a la capacidad del sujeto para procesar información y buscar soluciones en circunstancias donde se ocasionen inconvenientes. Son las habilidades de un individuo para afrontar contextos con éxito, realizar evaluaciones reales de la propia capacidad, evalúa los aspectos positivos y negativos, utiliza el afrontamiento para los problemas que emergen en diversas situaciones. Características como la flexibilidad, perseverancia brindan soporte a las características generales de la resiliencia.

2.2.6.4. Factor filosófico

Son las creencias personales, la reflexión de las situaciones, Que forjan el factor filosófico. Se abarca por un aspecto de esperanza, manteniendo la perspectiva de que luego de la tempestad todo irá mejor. Da un significado a la vida con las proyecciones del futuro que se plantea. Por tal motivo, permite que la resiliencia florezca y se establezca firme en las metas que se propone un individuo, ya que priorizará más que el dolor que vive (Becoña, 2006).

2.2.7. Dimensiones de la resiliencia

Según el modelo teórico de Wagnild y Young (1993), se describe a continuación las 4 dimensiones emergentes de la composición de los factores presentados (Castilla, 2013).

2.2.7.1. Confianza en sí mismo

Es el creer en sus capacidades, y habilidades que se posee, depender de nosotros mismos saber reconocer las fortalezas y debilidades que se tiene.

2.2.7.2. Perseverancia:

Se conoce como la estabilidad, constancia y resistencia ante situaciones complicadas o concertadas impulsado por un deseo impetuoso de beneficio y auto conducta en la manera de ser o de obrar.

2.2.7.3. Ecuanimidad

Se considera que obra con rectitud, justicia e imparcialidad o está dotado de ellas, hace referencia a una visión estabilizada de la vida y la práctica conseguida a lo largo de la misma, ocupando con ecuanimidad los acontecimientos y modificando conductas frente al peligro.

2.2.7.4. Aceptación de uno mismo.

La aceptación también llamado satisfacción personal es el primer paso para empezar a construir una vida correcta de crecimiento personal, consiste en alcanzar y comprender el significado de la existencia para lo cual cada persona contribuye a esta.

2.2.7.5. Sentirse bien solo

Se refiere a saber establecer límites claros entre uno mismo y el ambiente; a su vez, es la posibilidad de ser independientes y poder tomar decisiones por uno mismo, al margen de los deseos del otro.

2.2.8. Escuela de la resiliencia:

Según se ha visto desarrollos relacionados acerca de la Resiliencia a través de distintas escuelas a nivel mundial.

2.2.8.1. Escuela Anglosajona

Según Hernández (2010) la Academia Anglosajona está fraccionada en dos épocas que se desarrollan en Estados Unidos e Inglaterra. Para empezar esta generación inicia en la década del setenta y se orienta en concebir e ingresar para poder intervenir a los adolescentes que viven en condiciones de riesgo social, qué se distingue de aquellos que logran vencer las adversidades de los que no logran.

Werner y Smith (1992) esto se dio en la isla de Kawai, Hawai, estudiaron 505 personas por 32 años, desde el período prenatal, hasta la etapa de la adultez. Por lo tanto, la investigación trató de identificar, a un conjunto de individuos viendo que se encuentran en situaciones de peligro, pudiendo identificar los factores que diversificaban a los que se adaptaban positivamente a la sociedad para luego estudiar los elementos del entorno, como familia, sociedad e interrelaciones, diseñando un modelo que organiza los integrantes en 2 grupos importante de riesgo y protección

De esta manera la primera generación empezó interesándose exclusivamente en las cualidades específicas de las personas para seguir adelante superando cualquier obstáculo y caminó a orientar a los componentes externos de la persona, tales como niveles económicos, familia y representación de un adulto específico.

En consecuencia, la segunda generación se orienta en pensar cual es la dinámica entre los componentes que admiten una adaptación positiva. Esto es muy significativo en la actualidad, en la que se puede orientar que si se puede aprender a ser resilientes.

2.2.8.2. Escuela Europea

Es Con respecto a la cuela Europea se extiende en la última década del siglo XX, Cyrulnik (2001) uno de los más importantes exponentes de esta escuela, considera la Resiliencia como una procedencia, dándole especial importancia al relato personal del trauma como instrumento terapéutico para sanar.

De la misma manera plantea que en la vida del individuo se encuentra presente la Resiliencia, pero requiere desarrollarse para poder manifestarse. La incompatibilidad principal con la escuela anglosajona radica en que el sujeto es protagonista en la elaboración de su propia Resiliencia (Gil, 2010).

Vanistendael (2003) despliega la comparación de La Casita de Resiliencia, en la que propone que los cimientos son las necesidades elementales de las personas, el primer piso incluye la interacción periódica con la familia, amistades y redes de apoyo, tres habitaciones: autoestima y valores; desarrollo de aptitudes y capacidades para la vida; el sentido del humor y creatividad.

Con respecto a esta escuela es considerado por la resiliencia como el producto de la interacción entre el individuo

y su entorno, Hernández (2010), siendo el hombre el intérprete de esta interacción.

2.2.8.3. Escuela Latinoamericana

Por otro lado, la Escuela Latinoamericana se expande en la época de los 90 y está orientada especialmente en la resiliencia comunitaria. Hernández (2010) al mismo tiempo tiene especial protagonismo en el desarrollo de esta escuela y descubre el sustento en las difíciles circunstancias de vida y desarrollo en Latinoamérica.

De la misma manera los pilares de la resiliencia a partir la representación Latinoamericana radican en autoestima colectiva, cultural, identidad, social, humor, honestidad estatal y solidaridad (Melillo, 2004).

En conclusión, se ha podido observar que va más allá del enfoque individual de la resiliencia y lo realza al plano comunitario, ubicando a la comunidad como el motor de la recuperación, tanto grupal como individual.

2.2.9. Teorías y Modelos que Explican la Resiliencia

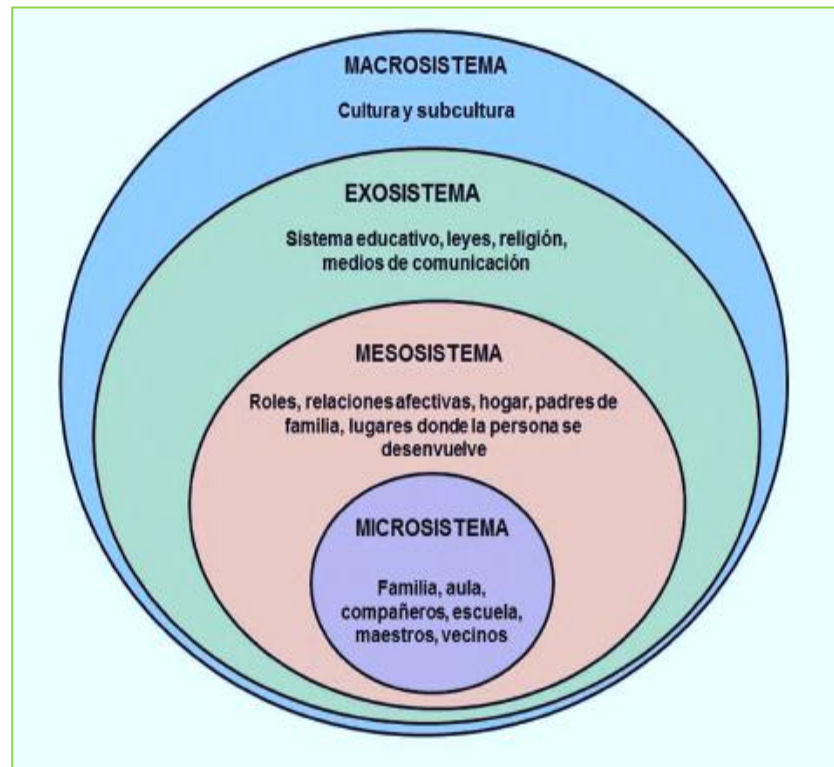
2.2.9.1. Modelo Ecológico de Urie Bronfenbrenner (1979-1992)

Sin embargo, el productor de la teoría ecológica donde, muestra el desarrollo humano mediante la interacción de métodos, a lo largo de ésta. El fundamento primordial del modelo ecológico en el que propone Bronfenbrenner empieza a exponer que el desarrollo humano crea el continuo ajuste equitativo entre un ser humano activo, que se descubre en el transcurso del desarrollo, las participaciones cambiantes de los medios adyacentes en los que se encuentra es sujeto en

desarrollo, vive en una adaptación equitativa que se promueve a través de un proceso continuo como también se va afectando por la relaciones que se establecen entre los distintos ambientes en los que participa el adolescente en desarrollo.

Suárez Relinque (2014), De la misma manera indica un intervalo de resúmenes del desarrollo y propagación de la persona en su medio ambiente. Como se considera en esta representación los diferentes entornos en los que participan las personas en su cambio y el desarrollo cognitivo, moral y relacional. Esta es la teoría que es la más admitidas en psicología evolutiva moderna.

Figura 1. Modelo Ecológico de Urie Bronfenbrenner (1979) citado en (Ramírez Ramírez, y otros, 2014)



Se considera que es el sistema que da mayor escala a los factores ambientales del individuo como también las propiedades genéticas que se desarrollan en función al acercamiento con el entorno que efectúa el individuo. Como consecuencia de la concordancia entre la genética y el entorno.

Por consiguiente, el modelo ecológico postuló un enfoque más completo, sistémico y naturalista del desarrollo psicológico, unido al ambiente que forma la principal fuente de dominio sobre la conducta humana. Puesto que estas estructuras ingresan en relación con las personas a partir de su nacimiento y les conducen durante toda su vida.

2.2.9.2. Sistemas del modelo ecológico:

De manera que entre los sistemas que conforman el modelo ecológico tienen cuatro enunciados que son: microsistema, mesosistema, exosistema y macrosistema.

- **Microsistema:** se considera que el microsistema establece el nivel más próximo a la persona, en el que contiene los comportamientos, roles y relaciones habituales en la que se desarrolla el individuo, como son la vivienda, trabajo, colegio, relaciones con los jefes, amigos, los centros hospitalarios, médicos, enfermeras. El hombre es preparado para poder interactuar y perdurar durante la mayor parte de su tiempo en el lugar. Por lo cual hay momentos que consiguen cambiar e impresionar de forma directa al individuo como la formación de una nueva familia, puesto de trabajo, cambio de escuela, divorcio, sufrimiento de alguna enfermedad que demande hospitalización, cambio de amigos.
- **Mesosistema:** El mesosistema entiende las recomendaciones de dos o más entornos en las que participa activamente la persona en dos ambientes, como por ejemplo la Correspondencia o relación mutua entre la familia y el trabajo o, la vida social y los amigos. El hombre desarrolla el papel que posee una gran capacidad para transmitir a los demás sus opiniones y conectar con las demás personas con las que se relacionan como es la familia, el trabajo, los amigos.
- **Ecosistema:** Aun cuando se entiende que el entorno ecológico en el que nos desarrollamos no es favorable para

el desarrollo humano, sino que lo condiciona. En el que no se puede entender el desarrollo de la persona sin considerar el entorno donde vive. Lo importante del entorno no es lo que nos rodea, sino cómo percibimos lo que nos rodea. Considera a la persona en desarrollo como colaborador activo, en los cuales se originan hechos que impresionan a lo que ocurre en el entorno que alcanza a la persona en desarrollo, o que se ven impresionados por lo que ocurre en ese entorno (como en el trabajo, grupos de amigos de la pareja, profesionales de la salud.) Bronfenbrenner, (1979)

- Macro sistema: Por consiguiente, viene a ser la estructura más externa que está compuesta por un complejo de temas de ideal político, social, legal, económico, religioso que son propios de una cultura y que intervienen sobre el sujeto en desarrollo. Asimismo, refiere la cultura y la sub cultura en el que se desarrollan la persona, la clase social, las costumbres sociales el grupo étnico la religión, las normas socio-culturales quienes determinan el desarrollo individual de cada individuo y la forma de sus relaciones. En cuanto mayor es las diferencias culturales entre regiones, mayores diferencias se pueden observar en el desarrollo individual de sus constituyentes. Mientras que cada persona nace con una parte biológica que establece su desarrollo y ascenso, asimismo los elementos genéticos suelen ser crecidamente vulnerables al ambiente, asimismo parecen jugar un papel relevante en el desarrollo de la personalidad y las características originales de los sujetos. (Gratacós, 2017)

- **Cronosistema:** En consecuencia, se considera al microsistema, mesosistema, exosistema y macrosistema que varían en función al tiempo histórico.

2.2.9.3. Modelo Psicosocial:

Edith Grotberg en 1996, posteriormente después de un amplio estudio que realizó, concluye su investigación determinando 4 fuentes participativas de la resiliencia para hacer frente a los desastres, superarlas y salir de ellas consolidado e incluso transformado:

“Yo tengo”, Mas concerniente en mi entorno social, a las personas en las que confío y me aprecian sin reserva ni condiciones; individuos que se preocupan por mí y me colocan límites para evitar peligros posteriores; personas que me ayudan cuando lo necesito brindándome su apoyo, cariño y comprensión para poder salir adelante por mis propios medios.

“Yo soy” y “yo estoy”, Especificar que se describe la fortaleza intrapsíquicas y circunstancias propias. Yo soy una persona por quien los otros sienten estimación y cariño, soy feliz cuando comparto lo bueno que tengo de mí soy considerado conmigo y con las personas. Yo estoy preparado de hacerme responsable de mis actos y estoy convencido que todo saldrá bien.

“Yo puedo”, Detallar algo con cierta solemnidad o formalidad para que se sepa sobre mis temores miedos e intranquilidades; solucionar mis problemas, evitar los peligros, ser sensato al momento de expresarme de algo, buscar ayuda cuando lo necesite.

2.2.9.4. El modelo explicativo

Eugenio Saavedra en 2003, establece las siguientes categorías:

1.1-Respuesta Resilientes: representa una acción orientada a metas,

1). Visión del problema: En tanto que en este propósito se toma en consideración las circunstancias desde el punto de vista abordable,

2). Visión de uno mismo: A los efectos de esta investigación de uno mismo con sensibilidad y cognición positiva y proactiva ante la resolución de los conflictos, y problemas existentes.

3). Condiciones de Base: Tal como se ha visto la seguridad básica que demuestra la operación específica y los resultados que determinan el procedimiento de reconocimientos y relaciones sociales del sujeto.

El modelo de Saavedra, Según se ha visto una forma complementaria al de Grotberg para experimentar aquello en la que todos los casos o elementos posibles han sido tomados en cuenta los diferentes niveles de constitución de la Resiliencia, así como también las expresiones de lo propia en el idioma del sujeto. Esto es así ya que Saavedra y Villalta (2008) expone que la Resiliencia es una forma de demostrar y actuar ante los problemas que es repetido en la historia del sujeto, y que el lenguaje, representa la historia del mismo, al tiempo que la evolución es la combinación de ambos surge un modelo conjunto planteado por Saavedra, representado por la siguiente matriz:

Tabla 1.

	CONDICIONES DE BASE	VISIÓN DE SI MISMO	DE VISIÓN DEL PROBLEMA	RESPUESTA RESILIENTE
Yo soy,	F1:	F2:	F3:	F4:
Yo estoy	Identidad	Autonomía	Satisfacción	Pragmatismo
Yo tengo	F5: Vínculos	F6: Redes	F7: Modelos	F8: Metas
Yo puedo	F9: Afectividad	F10: Auto eficacia	F11: Aprendizaje	F12: Generatividad

Fuente de la tabla Modelo explicativo, tomado de: Saavedra y Villalta, 2008

F1: Identidad: (Yo soy/Yo estoy-Condiciones de Base) En efecto se describe a juicios habituales tomados de los valores culturales que concretan al sujeto de una forma relativamente firme. Representaciones específicas de demostrar los hechos de una manera constante en la historia de la persona.

F2: Autonomía: (Yo estoy /Yo soy -Visión de sí mismo) como también se consideran reflexiones que describe el vínculo que

el sujeto constituye consigo mismo para especificar su participación personal a su entorno sociocultural.

F3: Satisfacción. (Yo soy/Yo estoy-Visión del problema) Tal como se observa refiere la sensatez que revelan la forma específica en como el sujeto demuestra un escenario inseguro.

F4: Pragmatismo (Yo soy, respuesta resiliente) tal como refiere describe juicios que revelan la forma de interpretar los trabajos que se realiza.

F5: Vínculos: (Yo tengo-condiciones de base) Juicios que colocar en un lugar a una persona de relieve el valor de la socialización primaria y redes sociales con raíces en la historia propia.

F6: Redes (Yo tengo Visión de sí mismo) Según se ha citado Juicios que representan al vínculo expresivo que constituye la persona con su entorno social adyacente.

F7: Modelos (Yo tengo-Visión del problema) Según se ha considerado Juicios que describe a la persuasión del papel de las redes sociales contiguas para apoyar la distinción de circunstancias inseguras.

F8: Metas: (Yo tengo, respuesta resiliente) Según se ha considerado Juicios que describen el valor contextual de metas y redes sociales por sobre el escenario inseguro.

F9: Afectividad (Yo puedo-Condiciones de base) Según se ha considerado Juicio que relata la contingencia sobre sí mismo y el vínculo con el medio.

F10: Auto eficacia (Yo puedo-Visión de sí mismo) Según se ha considerado Juicio sobre las posibilidades de superación que la persona examina en sí mismo ante un ambiente equivocado.

F11: Aprendizaje: (Yo puedo-Visión del problema) Según se ha considerado Juicios que describen y enseña a valorar una realidad equívoca como un evento de enseñanza.

F12: Generatividad (Yo puedo, respuesta resiliente) Según se ha considerado Juicios que describen a la posibilidad de pedir apoyo a otras personas para arreglar circunstancias problemáticas.

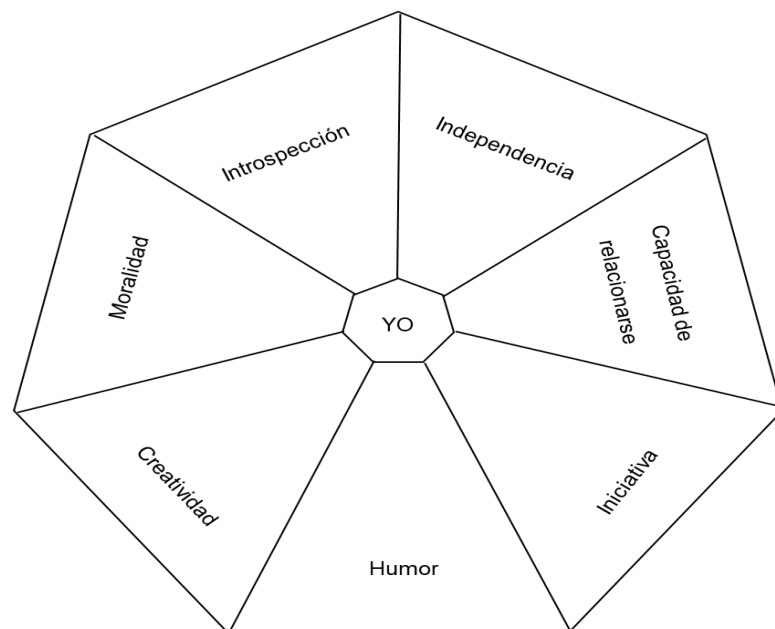
Comenzando con esta representación, se considera que la Resiliencia es la capacidad de sobresalir de etapas de dolor emocional y situaciones adversas del individuo, se alcanza especial relevancia y que están establecidas en los cambios o dificultades que especifican a un grupo de personas en una edad determinada de un contexto socio histórico determinado (Villalta, 1996). La resistencia de estas crisis es vital para el sujeto una preferencia al proceso de potencialidades, o bien al estacionamiento, siendo la primera de las iniciativas una respuesta resiliente. Loseba Iraurgi Castillo, Alberto Blánquez, Ana Estévez, Susana Gorbeña, Begoña Matellanes, Sara San Nicolás (2012).

2.2.9.5. Modelo Wolin y Wolin.

Los investigadores (Wolin, Wolin, 1993) De manera que nos exponen los siete pilares que forman métodos resilientes que ayudan a las personas

mediante la elaboración de una figura llamada «manda la de la resiliencia»

Figura 2. Siete pilares de la resiliencia (Wollin y Wollin, 1993).



- **Introspección:** Se hace referencia a la investigación de nuestros pensamientos, actos y emociones. Por el cual, conseguimos una visión efectiva de lo que somos ampliando la capacidad de tomar decisiones, de saber de buena fuente nuestras capacidades y restricciones. Cuanto mejor conocimiento tenemos mejores enfrentamientos positivo tendremos ante situaciones difíciles que se nos presentan.
- **Independencia:** Capacidad de constituir límites entre uno mismo y los ambientes adversos de las personas más próximas de nuestro entorno, manifiesta la capacidad de

conservar avance emocional y físico, sin llegar a aislarse de los demás.

- La capacidad de relacionarse: Por consiguiente, se hace una reseña de la experiencia para establecer lazos subjetivos y placenteros con otras personas. Aquí localizaríamos caracteres como la empatía o las habilidades sociales.
- Iniciativa: Reivindicar y ponerse a prueba en trabajos más rigurosos. Se describe a la capacidad de hacerse cargo de las complicaciones y tener el control sobre ellos.
- Humor: manifiesta a la capacidad de localizar lo extravagante en la tragedia. El humor ayuda a salir adelante y superar los obstáculos que se presenta (Jauregui, 2007).
- Creatividad: capacidad de establecer orden, belleza a partir de la desorganización y el desorden. En la niñez se habla con la creación de juegos, que son los caminos para pronunciar la soledad, el miedo, la rabia y el desaliento ante situaciones desfavorables.
- Moralidad: En tanto que se describe a la conciencia moral, al contenido de comprometerse de acuerdo a valores sociales y de excluir entre lo bueno y lo malo.

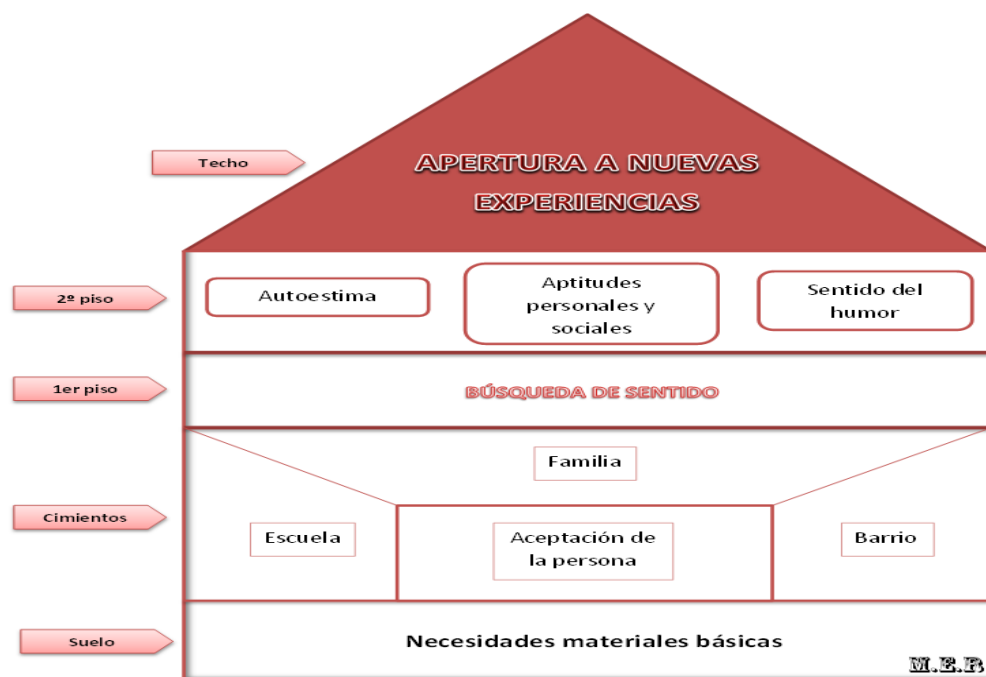
La evolución de estos pilares la realiza Suárez (2004) al recoger las características de la resiliencia individual de Wolin y Wolin (1993) En tanto que abarcar cuatro componentes. De esta manera se detalla mejor los caracteres que incluyen cada uno de ellos y nos aporta una mayor concreción para el fortalecimiento de las mismas. Asimismo, destaca 4 pilares:

1. Competencia social: En tanto que las habilidades sociales, empatía autoestima, humor, flexibles y adaptables a los cambios, moralidad, optimismo, creatividad. Habilidades pro sociales.
2. Resolución de problemas (iniciativa): En efecto la habilidad para pensar en abstracto reflexiva y flexiblemente y la posibilidad de buscar soluciones alternativas.
3. Autonomía (independencia, autodisciplina locus de control interno): se refiere al sentido de la propia identidad, la habilidad para poder proceder libremente y a la observación de elementos del propio ambiente.
4. Expectativas positivas de futuro atenciones, autoeficacia, saludables, orientación hacia objetivos, no obstante, el sentido de la evolución y de la coherencia, fe en un futuro mejor y capacidad de pensamiento examinador. (Mateu Pérez, García Renedo, Gil Beltrán, Caballer Miedes, 2009)

2.2.9.6. Modelo de la casita de Vanistendael (1994).

“Una casa, como un individuo resiliente, Aun cuando no posee una organización disciplinada ha sido edificada, tiene su tradición, y requiere recibir cuidados y hacer compromisos para las mejoras oportunas. Las diferentes habitaciones se comunican con escaleras y puertas, lo que representa que los diferentes elementos que promueven la resiliencia están entrecruzados.”

Figura 3. Modelo de la casita de Vanistendael, tomado de “Mi Espacio” Resiliente (Sáenz, 2013)



Por consiguiente, el suelo establece el dispositivo primordial y fundamental de toda construcción. Por lo tanto, son las necesidades básicas como materiales para la edificación (alimento, vivienda ropa) con las que debemos contar para que la construcción de la resiliencia pueda comenzar tenemos

que considerar los minutos sin ellos no se puede avanzar, pero como es evidente techo y comida no basta.

- El cimiento de nosotros responde la edificación en la confianza alcanzada a través de las experiencias vividas con las más contiguas. Sin embargo, el parentesco que nos une a la familia, amigo, sentirnos comprendidos, aceptados, es fundamental para la construcción de resiliencia.
- Escalando al primer piso, por consiguiente, nos localizamos con la necesidad de organizar y dar sentido a lo que nos ocurre. Tenemos que ser competentes de reconocer al “para qué” nos ocurren las cosas, transmitir así el significado de las cosas cultivando, la importancia del aprendizaje que nos transporta más allá del “por qué”.
- En el segundo piso, De manera que es otras experiencias, se considera otros elementos como las capacidades personales y sociales, autoestima, e incluso el sentido del humor, estos elementos son primordiales en la resiliencia.
- Finalmente, en **el techo** ocupa el comienzo a las nuevas experiencias. A reunir diferentes elementos que ayuden en la construcción de la resiliencia.

2.2.10. Definición Conceptual

2.2.10.1. Resiliencia

Se entiende que la resiliencia viene a ser la capacidad del individuo de superar circunstancias dificultosas o peligrosas e inclusive salir restablecido del infortunio que le toco vivir. Durante nuestra existencia se dan diversas desgracias como también circunstancias traumáticas donde

surge el interés de ser resiliente, actualmente que es trascendental enfrentar de la mejor manera todo el acontecimiento, por ejemplo, el fallecimiento de un familiar muy querido por una circunstancia de accidente o muerte inesperada cuando a la persona le toca vivir un caso de esto y logra salir adelante sin ningún problema y todavía más fortalecido.

2.2.10.2. Confianza en sí mismo

Componente importante en el desempeño de la persona. Hay muchos factores que pueden influir en el hecho de que una persona tenga o no confianza en sí misma, sin embargo, hay uno que es primordial: Es el modo como fue criada la persona. En la infancia es en esta etapa donde se echan las primeras raíces y cuando sea adulta es muy difícil que pueda cambiar el rumbo que le fue marcado en su infancia. Esto es así porque la infancia es la etapa en donde la mente del infante es más flexible e influenciable, porque recibe con mayor intensidad la influencia de lo que lo rodea como son el medio ambiente, también a la acción de la familia, escuela, sociedad, esto es así porque la infancia es la etapa en donde la mente del infante es más manejable e influenciable, porque recibe con mayor intensidad la influencia de lo que lo rodea como son el medio ambiente, también a la acción de la familia, escuela, sociedad. Si deliberamos a cerca de este tema, se define como la capacidad para realizar tareas, conseguimos darnos cuenta de las diversas formas en que puede desarrollar la auto-confianza de una persona. Como pueden ser experiencias casuales, adquisición de nuevos conocimientos que permiten al individuo tomar conciencia de

que es capaz de llevar a cabo una tarea para la que pensaba no poder realizar. También hay una manera gradual para llegar a tener fe en la capacidad de uno, radica en ir acercándose a la meta esperada por etapas sucesivas. Se comienza por lo más fácil y de a poco se va acrecentando la dificultad. Y, por último, existe un método que pareciera mágico, pero en realidad tiene fundamentos neurológicos.

2.2.10.3. Perseverancia

Esto nos hace referencia a la constancia en cada tarea o trabajo que tengamos, aun cuando las situaciones sean adversas. Como la casuística nos muestra, el éxito es consecuencia de la perseverancia en la mayoría de los emprendimientos. Se debe tener un objetivo claro, meta que justifique la energía y dedicación en un período de tiempo. La frustración es una de las peores adversidades de todo emprendedor; para evitar auto-convencerse de que los esfuerzos no serán retribuidos y continuar esforzándose, es esencial estar preparado para los intentos fallidos, que son tan naturales como los triunfos. Es bueno saber reconocer los propios fracasos como parte integral de la vida y transfórmalos en experiencia provechosas. Es fundamental tener claro que el éxito no se puede alcanzar si se transita indefinidamente un camino que nos haya conducido al fracaso. En otros términos, perseverar no radica en intentar lo mismo una y otra vez, sino en mejorar los métodos, en probar cosas distintas, sin miedo.

2.2.10.4. Ecuanimidad

Expresa un enfoque balanceado de la propia vida y experiencias, tomar las cosas sosegadamente y templando

sus actitudes ante el infortunio. También es una poderosa energía de precisión, cordura, armonía y equilibrio ante los acontecimientos o adversidades, ante el elogio o el insulto, la ganancia o la pérdida, lo agradable y lo desagradable. Es necesario infundir en los niños y adolescentes, la búsqueda del bien y el servicio al prójimo. Pasos para desarrollar la ecuanimidad.

- a. Conocerme: Formulo las siguientes preguntas: ¿Cuál es mi estado de ánimo frecuente? ¿Estoy normalmente triste o alegre, pesimista u optimista? ¿Las variaciones de humor influyen en mi comportamiento?
- b. Aceptarme tal como soy. Aceptar equivocaciones y límites con humildad, mis habilidades, cualidades y virtudes con sencillez, buscando que cada día sea mejor.
- c. Superarme, cumplir con mi deber y no según como me encuentro emocionalmente. Esto me ayudara a cumplir a pesar de cómo me sienta y vivir sin tomar en cuenta el aspecto positivo o negativos.

2.2.10.5. Aceptación de uno mismo

Según estudios la satisfacción es un estado, donde las diferentes regiones del cerebro compensan su potencial energético, atribuyendo la sensación de plenitud e inapetencia. Cuando es acompañada a la seguridad racional de haberse hecho lo que estaba dentro de su alcance, con cierto grado de éxito. La mayor o menor sensación de satisfacción, dependerá de la optimización del consumo energético que haga el cerebro. Cuanto mayor sea la capacidad de neurotransmitir,

mayor facilidad de lograr la sensación de satisfacción. La insatisfacción produce inquietud o sufrimiento al individuo. Es el sentimiento de estar completamente a gusto y gozoso con lo que hemos logrado por nosotros mismos a tal punto que en ese momento crees que no tienes necesidad de nada en la vida; creo que este sentimiento se da únicamente cuando no sólo hemos logrado algo, sino que nos hemos convertido en algo.

2.2.10.6. Sentirse bien solo

Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes es saber constituir y ponernos límites claros hacia uno mismo y el medio ambiente que nos rodea.

CAPÍTULO III

METODOLOGIA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de la investigación

Como la investigación es compleja, el estudio se presenta desde un nivel básico, debido a que contribuye en el recojo, recopilación y sistematización de la información para ir edificando el conocimiento y adquiriendo nueva información y actualizando la disponible sobre la realidad del distrito y concretamente de la institución educativa. De esta manera se podrá contribuir en futuras investigaciones, dado que registrará una base para la resolución de la problemática que busca averiguar e identificar, y como resulta en el individuo y el desarrollo social.

Según Hernández, Fernández y Baptista (2010): se entiende como la investigación descriptiva ya que va a recolectar y establecer antecedentes entre las dimensiones numerosas y aspectos, en los objetivos del investigador residen.

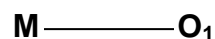
En constituir contextos, fenómenos, eventos y situaciones esto es, especificar cómo son y se muestran. Los estudios descriptivos examinan las propiedades, las características y perfiles de personas que se sometan a un tratado. Es decir, solamente pretenden medir o

recoger información de manera independiente o contigua sobre los conceptos o las variables a las que se representan, el objetivo no es indicar cómo se relacionan en este estudio que presenta un alcance descriptivo, ya que en la descripción se realiza la variable y su conducta sobre el individuo y las interacciones que logra obtener, es transversal porque se ejecuta en un único instante temporal. Dado que las variables se miden de forma paralela o en un corto tiempo. Las variables estudiadas deben ser sencillamente medibles a través de cuestionarios, ya que se estudia una muestra de la población. Los estudios descriptivos son aquellos que estudian contextos que ocurren en condiciones naturales.

3.1.2. Diseño de la investigación

El propósito de esta investigación, de acuerdo con los objetivos establecidos, el diseño es no experimental de corte transaccional descriptivo; Hernández et al (2006) recolectan datos en un solo momento, del tiempo. Dentro del análisis es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado, como no para después examinarlo.

El diagrama del diseño es el siguiente:



Dónde:

O₁ = Observación de la resiliencia

M = Muestra

3.2. Población y Muestra

3.2.1. Población

Según Hernández, Fernández y Baptista una población viene a ser el conjunto de temas que reflexionan antes de tomar una decisión con una serie de especificaciones. La población que se investiga esta constituye por 50 estudiantes de cuarto de secundaria. Estudio años de edad dividido entre varones y mujeres respectivamente de la Institución educativa Alfonso Ugarte 6045 San Juan de Miraflores Lima.

3.2.2. Muestra

Según Hernández, Fernández y Baptista (2010), Tal como se ha visto para observarse la muestra consigue puntualizarse en una unidad de análisis o grupo de personas, contextos, eventos, sucesos, comunidades, sobre la cual se tendrán que recoger datos. La muestra es de tipo censal, porque se va a evaluar el 100% de la población.

Tamayo, (2006), En referencia las instrucciones que se utiliza para optar una muestra su objetivo principal es alcanzar la máxima confianza o posibilidad cabe decir que la muestra represente los elementos interpretativos de la población, y el resultado de selección de la muestra y esto dependerá para Establecer la publicación y ver la finalidades del investigador, así mismo También, especifica el autor lo que, según se conoce que el censo poblacional, al mismo tiempo accede experimentar en su mayoría los elementos informantes que constituyen la población. Especifica también aun cuando para la muestra ingresan con todos los integrantes de una determinada población por consiguiente es el más representativo, y

una población determinada como también asequible puesto que, se conoce que cantidad de individuos constituyen.

3.2.3. Criterios de Selección

- **Criterio de Inclusión:** Estudiantes que cursen el 4to año de educación secundaria de la I. E. N° 6041 Alfonso Ugarte.
- **Criterio de Exclusión:** Estudiantes que cursen otros grados.
- **Criterio de Eliminación:** Estudiantes que contesten de manera incorrecta la prueba.

Año	N° alumnos
4° Secundaria	50

3.3. Identificación de la variable y su operacionalización

La variable a investigar es la Resiliencia y podemos decir que es propia de la personalidad que provoca a los individuos a la adaptación y regula el efecto negativo del estrés en situaciones complejas. Ello implica vigor emocional; esta palabra también se usó para describir a las personas que muestran adaptabilidad y valentía ante adversidades o fatalidades que se presenta en la vida. (Wagnild y Young, 1993).

Operacionalización de la variable “resiliencia” mediante el instrumento Escala de Resiliencia de Wagnild Young

Variable	Dimensiones	Peso	N° de ítems	Indicadores	Niveles
Resiliencia Es propia de la personalidad que provoca a los individuos a la adaptación y regula el efecto negativo del estrés en situaciones complejas. Ello implica vigor emocional; esta palabra también se usado para describir a las personas que muestran adaptabilidad y	Confianza en sí mismo Es creer en sí mismo y en las capacidades y habilidad que tiene cada persona. Comprende el bienestar que genera la liberación y el saber que se es único y significativo.	28	7	Confianza en sí mismo (6,9,10,13,17,18, 24)	Alta Media alta Media Media baja Baja
	Ecuanimidad Se considera que obra con rectitud, justicia e imparcialidad o está dotado de ellas, hace referencia a una visión estabilizada de la vida y la práctica conseguida a lo largo de la misma, ocupando con equidad los acontecimientos y modificando conductas frente al peligro	16	4	Ecuanimidad (7,8,11,12)	Alta Media alta Media Media baja Baja

<p>valentía ante adversidades o fatalidades que se presenta en la vida. (Wagnild y Young, 1993).</p>	<p>Perseverancia</p> <p>Se conoce como la estabilidad, constancia y resistencia ante situaciones complicadas o concertadas impulsado por un deseo impetuoso de beneficio y auto conducta en la manera de ser o de obrar.</p>	28	7	Perseverancia (1,2,4,14,15,20,23)	
	<p>Satisfacción personal</p> <p>La aceptación también llamado satisfacción personal es el primer paso para empezar a construir una vida correcta de crecimiento personal, consiste en alcanzar y comprender el significado de la existencia para lo cual cada persona contribuye en esa.</p>	16	4	Satisfacción Personal (16,21,22,25)	Alta Media alta Media Media baja Baja
	<p>Sentirse bien solo</p> <p>Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes es saber constituir y ponernos límites claros hacia uno mismo y el medio ambiente que nos rodea.</p>	12	3	Sentirse bien solo (3,5,19)	

3.4. Técnicas e Instrumentos de Evaluación y Diagnóstico

Las técnicas que se emplean son:

a) Métodos como recolectar la información indirecta: Se ejecuta mediante recolección de información existente, tanto como en fuentes estadísticas, como en fuentes bibliográficas; donde se recurre las fuentes originales, las cuales pueden ser libros, periódicos, escritos, revistas, investigaciones anteriores etc.

b) Métodos de como recolectar información directa: esta información se obtiene mediante la aplicación de encuestas en muestras de la población citada; asimismo, de la observación directa.

En esta investigación se utilizó la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993) adaptada en el Perú por Novella (2002).

Escala de resiliencia de Wagnild y Young

Ficha técnica

Nombre: Escala de Resiliencia (ER)

Autores: Wagnild, G. y Young, H. (1993)

Adaptación peruana: Novella (2002)

Administración: Individual o colectiva

Duración: Aproximadamente de 10 a 20 minutos

Aplicación: Adolescentes y adultos 4

Significación: La escala evalúa las subsiguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción. Asimismo, considera una escala Total.

Esta escala fue procesada para identificar el nivel de resiliencia de adolescentes y adultos. Consta de 25 reactivos los cuales son determinados en una escala de formato tipo Likert de 1 al 7, donde 1 es completamente en desacuerdo y 7 totalmente de acuerdo, todos los ítems se califican positivamente, oscilan los puntajes entre 25 y 175. Son cinco áreas de la resiliencia: Satisfacción personal (cuatro ítems), ecuanimidad (cuatro ítems), sentirse bien solo (tres ítems), confianza en sí mismo (siete ítems) y perseverancia (siete ítems),

En el Perú, la Escala original fue adecuada y analizada psicométricamente por Novella (2002), que uso una muestra de 324 alumnas del Colegio Nacional de Mujeres “Teresa Gonzales de Fanning” entre 14 a 17 años, Jesús María. Utilizó la misma técnica de factorización y de rotación.

3.4.1. Confiabilidad

Se entiende como la categoría en el que un elemento promueve derivaciones permanentes y coherentes. La confiabilidad de la dimensión piloto que se ejecutó del experimento estuvo medida por medio del procedimiento de la permanencia interna con el factor de Alfa de Cronbach de 0.89. En este procedimiento ha sido manejado en diferentes investigaciones, algunos de ellos señalados por Wagnild y Young (1993), nos muestra la confiabilidad entregada por este técnico estuvieron de 0.85 en un modelo encargados a cuidar a pacientes con Alzheimer; 0.86 y 0.85 en dos modelos de investigación que estuvo a cargo uno de mujeres profesionales; 0.90 otro en mamás principiantes post-parto y 0.76 en vecindarios de

hospedajes públicos. Por otra parte, además se apreció la confidencialidad bajo la técnica de test-retest por todos los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas, antes y después del parto. La escala de resiliencia se aplicó a mujeres durante el tiempo de 18 meses (durante el embarazo y 1, 4, 8, 12 meses durante el post-parto), y se obtuvieron correlaciones de 0.67 a 0.84, cantidades que son respetables y demuestran que la resiliencia es el que estable en el tiempo.

Medidas estadísticas de total de elemento

Estadísticas de total de elemento				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cron Bach si el elemento se ha suprimido
Item1	137,84	235,753	,655	,897
Item2	137,64	248,319	,456	,902
Item3	137,91	242,912	,532	,900
Item4	137,73	236,166	,720	,896
Item5	137,59	240,277	,568	,899
Item6	137,30	235,228	,700	,896
Item7	138,17	237,192	,500	,901
Item8	137,52	246,920	,457	,901
Item9	138,22	249,729	,389	,903

Item10	138,06	240,313	,548	,900
Item11	138,63	236,810	,499	,901
Item12	138,17	238,875	,517	,900
Item13	137,77	245,897	,566	,900
Item14	137,67	246,922	,520	,900
Item15	137,61	250,686	,424	,902
Item16	137,45	248,855	,413	,902
Item17	137,53	242,761	,579	,899
Item18	137,42	244,533	,509	,900
Item19	137,69	243,806	,522	,900
Item20	138,36	248,996	,273	,907
Ítem21	137,31	245,869	,539	,900
Item22	138,22	251,126	,278	,905
Item23	137,75	247,556	,460	,901
Item24	137,73	242,357	,671	,898
Item25	137,42	253,803	,302	,904

3.5. Validez

Se describe a la calidad en el que un instrumento mide o a la variable que se desea o busca medir ya que mientras se elabora, se diseñaron ítems que reflejaban las fundamentaciones de resiliencia que eran

usualmente aceptadas, y dadas las condiciones fueron obtenidas las entrevistas que realizaron los investigadores, dos psicometrías y dos enfermeras. A pesar que las composiciones positivas de los ítems podían promover a respuestas esperadas, los científicos decidieron abandonar así para que no se altere el significado de los términos que dieron los colaboradores.

Respecto a la validez concurrente, los autores revelan partiendo de las altas correlaciones que existen entre la Escala de Resiliencia con las mediciones que han sido establecidas con constructos relacionados a la resiliencia; los cuales fueron los siguientes: depresión con $r = -0.36$ que fue medido por Beck Depression Inventory, BDI, satisfacción por la vida con $r = 0.59$, utilizando la Escala de Satisfacción de Vida Life Satisfacción Index A-LSI-A, moral con $r = 0.54$ usando la Escala Moral, Philadelphia Geriatric Center Mórale Scale - PGCMS y salud con $r = 0.50$ utilizando el Auto Informe de Salud General Health Rating Scale; esta validez también se pudo verificar al correlacionar de manera positiva y significativa los puntajes de la Escala de Resiliencia con puntajes de autoestima ($r = 0.57$), correlacionar negativa y significativamente con la percepción al estrés ($r = -0.67$).

Finalmente, la validez de la inteligencia, personalidad y la creatividad, se desarrolló mediante el análisis factorial de los ítems para lo cual utilizaron el método de los componentes principales, seguido de una rotación de la estructura, que indica la correlación entre factores y variables y normalización Kaiser y por último usaron el método de Scree Plot. Según el criterio de Kaiser (valores propios mayores que 1) identificaron cinco factores y según el criterio Scree Plot se identificó dos factores.

3.6. Elaboración de Baremos

De la misma forma, para constituir los niveles categorías o grupos mutuamente excluyentes. pueden tener o no un orden lógico de la

resiliencia en los estudiantes del nivel secundario en donde especificó e interpretó los puntajes directos conseguidos en la escala de resiliencia, para evaluar toda la distribución de los puntajes directos en relación con la función a los valores del percentil, de tal modo que una puntuación alta o superior en las dimensiones (Satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia) En efecto Identifica el aspecto de una buena resiliencia. Esta categorización de la misma manera se llevó a cabo obteniendo el perfil único de calificación del instrumento que se han venido realizando, está diseñado para establecer la resiliencia de acuerdo a su multidimensional.

En efecto los datos que se investigaron con el Programa Estadístico SPSS son con el único objetivo de conseguir la distribución estadísticos obligatorios para que se programen los baremos. A través de Kolmogorov – Smirnov es una prueba que se aplica para comprobar la hipótesis y la normalidad en la población, se descubrió la investigación de la regularidad de los puntajes post-test. El cual se tomarán en cuenta para la construcción de los baremos.

Categorías o niveles diagnósticos (Por factores)

Confianza en sí mismo (6, 9, 10, 13, 17, 18,24)

Ecuanimidad (7, 8,11,12)

Perseverancia (1, 2, 4, 14, 15, 20,23)

Satisfacción Personal (16, 21, 22,25)

Sentirse bien solo (3, 5,19)

Categorías o niveles diagnósticos (Puntajes totales)

Categoría Diagnóstica	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Global
Bajo	4 – 19	4 – 17	3 – 13	7 – 35	7 – 32	25 – 122
Medio	20 – 23	8 – 21	14 – 16	36 – 40	33 – 38	123– 139
Alto	24 – 28	22 – 28	17 – 21	41 – 49	39 – 49	140– 175

CAPITULO IV

PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. Procesamiento de los resultados

Después de recolectar la información mediante la escala de evaluación

Resiliencia se procedió a:

- Tabular la información, codificarla y transmitirla a una base de datos computarizada (MS Excel 2013 y IBM SPSS Statistics versión 22).
- Se determinó la distribución de las frecuencias y la incidencia participativa (porcentajes) de los datos del instrumento de investigación.
- Se aplicaron las siguientes técnicas estadísticas:

Valor Máximo y valor mínimo

Media aritmética

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{n}$$

4.2. Presentación de Resultados

Tabla 2.

Estadígrafos de la resiliencia en alumnos del 4to grado de Secundaria de la I. E. Alfonso Ugarte N°6041, San Juan de Miraflores Lima.

Estadísticos	
PUNTAJE TOTAL	
Nº válido	50
Perdidos	0
Media	131.94
Mínimo	105
Máximo	175

El estudio realizado de 50 Estudiantes, sobre la resiliencia tiene como interpretación los siguientes datos:

Un valor máximo de 175 que se categoriza como “Alto”

Una media de 131.94 se categoriza como “Medio”

Un valor mínimo de 105 que se categoriza como “Bajo”

Tabla 3.

Medidas estadísticas descriptivas de las dimensiones pertenecientes de la resiliencia.

Estadísticos

	Confianza de sí mismo	Ecuanimidad	Perseverancia	Satisfacción Personal	Sentirse bien solo
Nº Válidos	50	50	50	50	50
Perdidos	0	0	0	0	0
Media	37.56	19.94	36.40	23.72	16.28
Mínimo	26	12	30	15	11
Máximo	49	28	49	31	21

Correspondiente a las dimensiones que abarcan Confianza de sí mismo

Se puede observar los siguientes resultados:

- En la dimensión Confianza en sí mismo se puede observar:

Una media de 49.0 que se categoriza como “Alto”.

Un mínimo de 37.56 que se categoriza como “Medio”.

Un máximo de 26.0 que se categoriza como “Bajo”

- En la dimensión Ecuanimidad se puede observar:
 Una media de 28.0 que se categoriza como “Alto”
 Un mínimo de 19.94 que se categoriza como “Media”
 Un máximo de 12 que se categoriza como “Bajo”
- En la dimensión Perseverancia se puede observar:
 Un máximo de 49.0 que se categoriza como “Alto”
 Una media de 36.40 que se categoriza como “Medio”
 Un mínimo de 30.0 que se categoriza como “Bajo”
- En la dimensión Satisfacción personal se puede observar:
 Un máximo de 31.0 que se categoriza como “Alto”
 Una media de 23.72 que se categoriza como “Medio”
 Un mínimo de 15.0 que se categoriza como “Bajo”
- En la dimensión Sentirse bien solo se puede observar:
 Un máximo de 21.0 que se categoriza como “Alto”
 Una media de 16.28 que se categoriza como “Medio”
 Un mínimo de 11.0 que se categoriza como “Bajo”

En relación a los resultados que se mencionaron, a continuación, daremos una vista a las tablas estadísticas para poder observar el alto índice, referente a las dimensiones de Confianza en sí mismo.

Tabla 4.

Nivel de resiliencia en alumnos del 4to grado de Secundaria de la I.E Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.

NIVEL PUNTAJE TOTAL

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	19	38.0	38.0	38.0
Medio	16	32.0	32.0	70.0
Alto	15	30.0	30.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Correspondiente a las dimensiones que abarcan la resiliencia se puede

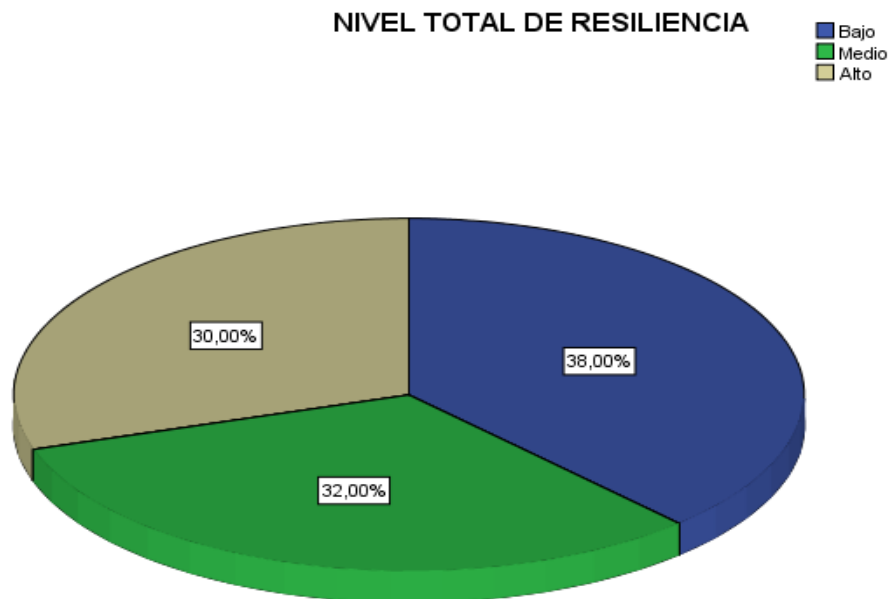
Observar los siguientes resultados:

Comentario: El nivel de resiliencia en estudiantes de cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima, se considera “Media “, obteniendo los siguientes resultados:

- El 38.0%, se considera la categoría “Bajo”.
- El 32.0%, se considera la categoría “Medio”.
- El 30.0%, se considera la categoría “Alto”.

Figura 4.

Correspondiente a las dimensiones que abarcan la resiliencia se puede



Observar los siguientes resultados:

Comentario: El nivel de resiliencia en estudiantes de cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041 San Juan de Miraflores Lima, se considera “Bajo “, obteniendo los siguientes resultados:

- El 38.0%, se considera la categoría “Bajo”.
- El 30.0%, se considera la categoría “Alto”

Tabla 5.

NIVEL CONFIANZA EN SI MISMO

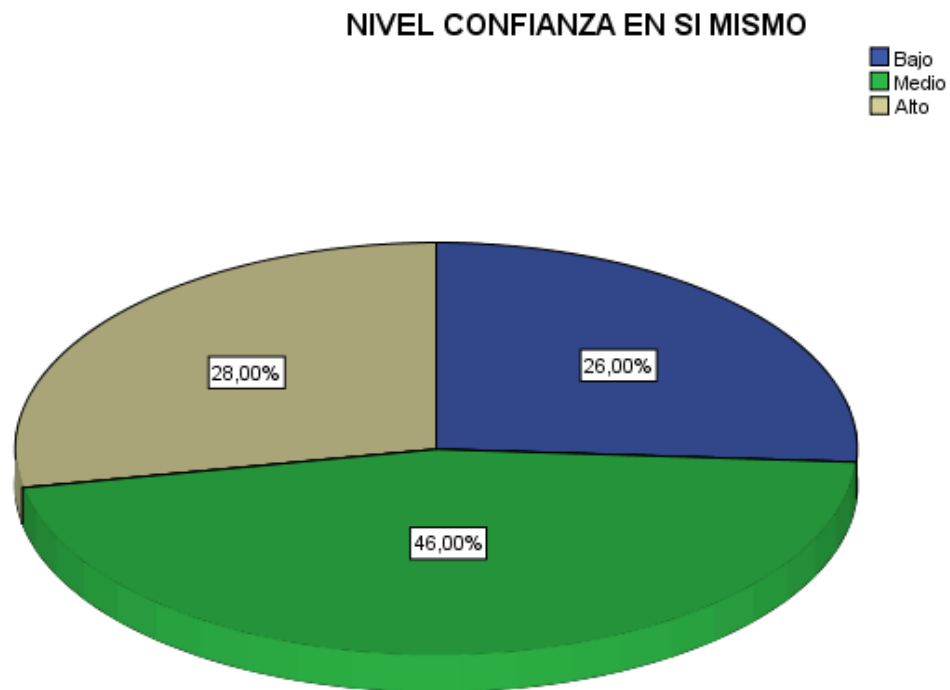
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	13	26.0	26.0	26.0
	Medio	23	46.0	46.0	72.0
	Alto	14	28.0	28.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Comentario: El nivel en la dimensión confianza en sí mismo en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.

Se considera “Media”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 46 %, se considera la categoría “Medio”
- El 28 %, se considera la categoría “Alto”
- El 26 %, se considera la categoría “Bajo”

Figura 5.



Comentario: El nivel en la dimensión confianza en sí mismo en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.

Se considera “Media”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 46 %, se considera la categoría “Medio”

El 26 %, se considera la categoría “Bajo”

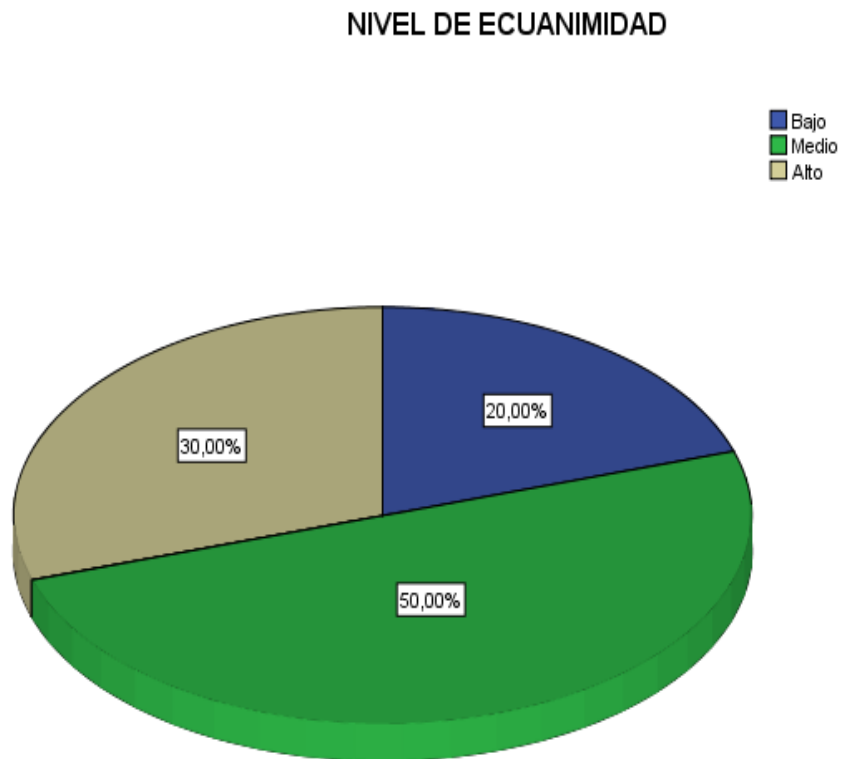
Tabla 6.

NIVEL DE ECUANIMIDAD					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	10	20.0	20.0	20.0
	Medio	25	50.0	50.0	70.0
	Alto	15	30.0	30.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Comentario: El nivel de la dimensión Ecuanimidad en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N°6041, San Juan de Miraflores Lima, se considera “Media”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 50 %, se considera la categoría “Medio”.
- El 30 %, se considera la categoría “Alto”.
- El 20 %, se considera la categoría “Bajo”.

Figura 6.



Comentario: El nivel de la dimensión Ecuanimidad en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima, se considera “Media”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 50 %, se considera la categoría “Medio”.
- El 20 %, se considera la categoría “Alto”

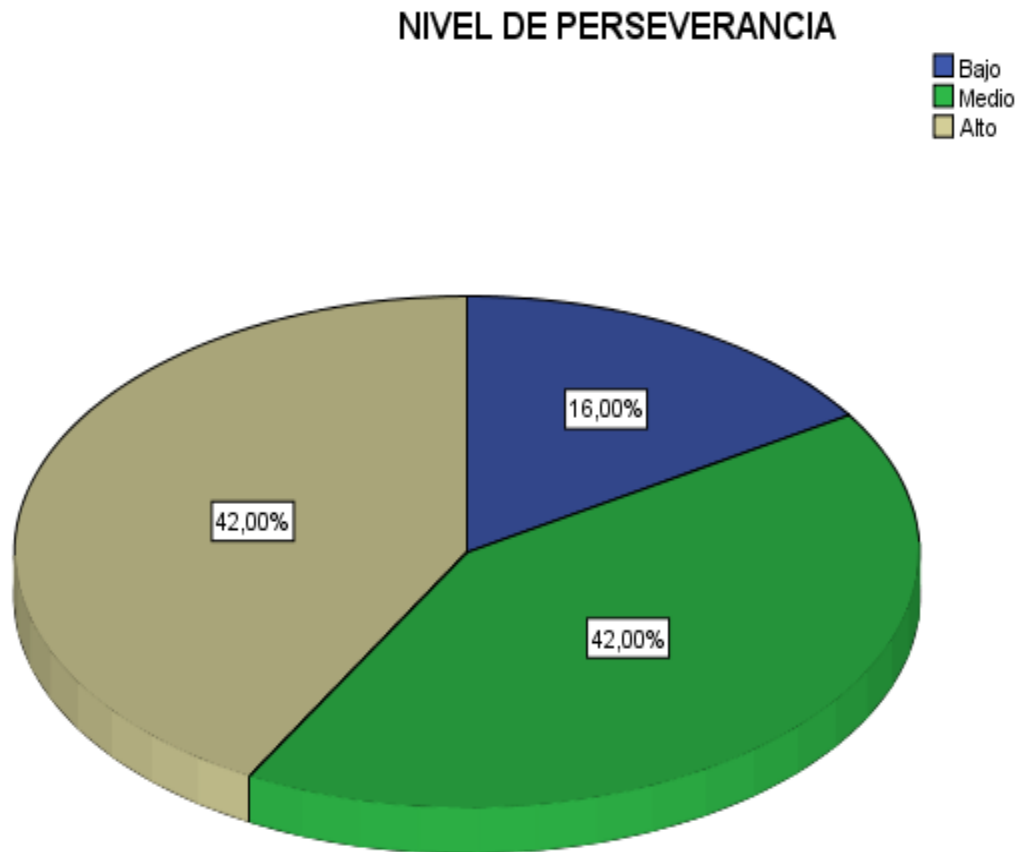
Tabla 7.

NIVEL DE PERSEVERANCIA					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	8	16.0	16.0	16.0
	Medio	21	42.0	42.0	58.0
	Alto	21	42.0	42.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Comentario: El nivel de la dimensión perseverancia en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima, se considera “Media”, obteniendo los siguientes datos:

- El 42 %, se considera la categoría “Alto”.
- El 42 %, se considera la categoría “Medio”.
- El 16 %, se considera la categoría “Bajo”.

Figura 7.



Comentario: El nivel de la dimensión perseverancia en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima, se considera “Media”, obteniendo los siguientes datos:

- El 42 %, se considera la categoría “Alto”

- El 16 %, se considera la categoría “Bajo”.

Tabla 8.

NIVEL SATISFACCION PERSONAL

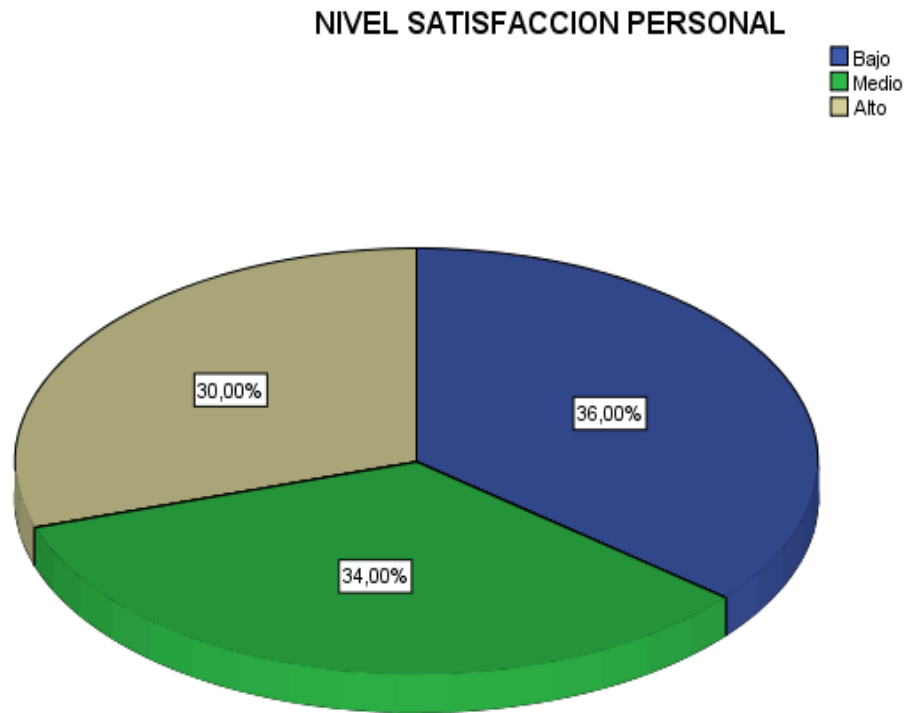
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	18	36.0	36.0	36.0
	Medio	17	34.0	34.0	70.0
	Alto	15	30.0	30.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Comentario: El nivel de la dimensión satisfacción personal en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.

Se considera “Media”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 36 %, se considera la categoría “Bajo”
- El 34 %, se considera la categoría “Medio”
- El 30%, se considera la categoría “Alto”

Figura 8.



Comentario: El nivel de la dimensión satisfacción personal en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.

Se considera “Media”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 36 %, se considera la categoría “Bajo”

- El 30%, se considera la categoría “Alto”

Tabla 9.

NIVEL DE SENTIRSE BIEN SOLO

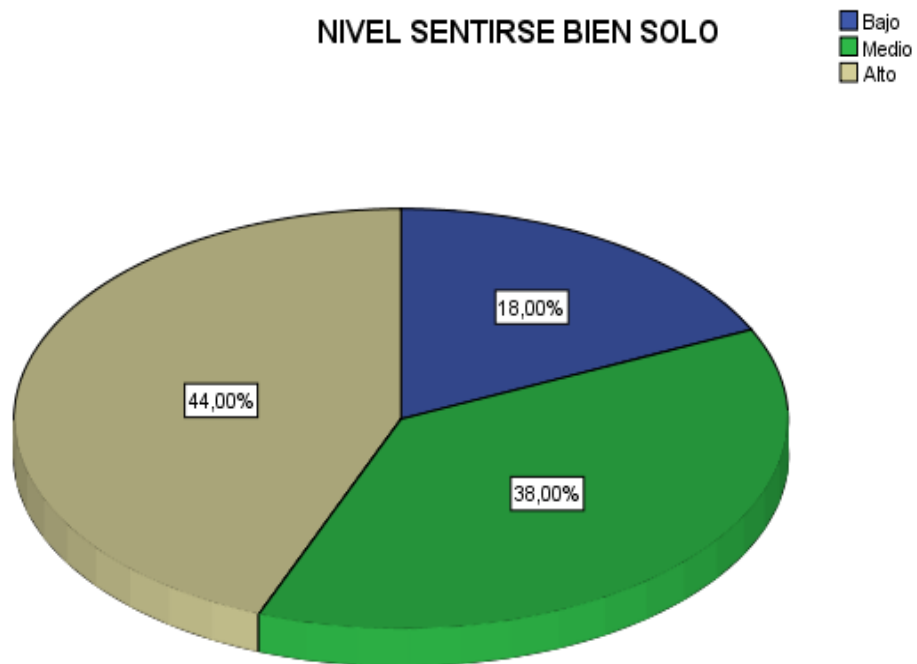
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	9	18.0	18.0	18.0
	Medio	19	38.0	38.0	56.0
	Alto	22	44.0	44.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Comentario: El nivel de relación en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima

se considera “Media”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 44 %, se considera la categoría “Alto”
- El 38 %, se considera la categoría “Medio”
- El 18 %, se considera la categoría “Bajo”

Figura 9.



Comentario: El nivel de la dimensión sentirse bien solo en estudiantes del cuarto año de educación secundaria de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores Lima.

Se considera “Media”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 44 %, se considera la categoría “Alto”.
- El 18 %, se considera la categoría “Bajo”.

4.3. Análisis de discusión de los resultados

En la investigación se dio a conocer la relevancia de la resiliencia los adolescentes de la Institución Educativa Alfonso Ugarte N°6041, San Juan de Miraflores, donde se trabajó con 50 estudiantes encontrando los resultados inicialmente utilizando el cuestionario de Escala de resiliencia de wagnild y young validado en el Perú, la Escala original fue adecuada y analizada psicométricamente por Novella (2002).

En tanto que se procedió a investigar las dimensiones. El nivel de resiliencia resultó predominantemente bajo en un porcentaje de 38.0%, este dato es desalentador, debido a que se trata de jóvenes en edad escolar, esto nos demuestra que no son resilientes y no poder superar problemas adversos que se presenten y su emprendimiento es muy bajo, podríamos decir que no se cuenta con un material humano apto para salir adelante y superar los obstáculos; se tiene que trabajar e incentivarla Resiliencia en los adolescentes.

Según Fonagy (2003) describe que todo ser o individuo después de soportar una práctica traumática es conquistado por las emociones negativas como puede ser la ira tristeza, o culpa y se manifiestan inexpertos para experimentar emociones positivas; de hecho, que la aparición imprevista de las emociones positivas en argumentos adversos ha sido excluida o señalada como un signo de negación poco saludable y como inconveniente en todo el proceso de su recuperación.

Los resultados similares que alcanzo Del Águila Gabriela (2017) En Lima se realizó la investigación titulado Nivel de resiliencia en pacientes que reciben tratamiento oncológico en el Hospital Central de Policía “Luis N. Sáenz” en Lima se adquirió como resultado descubrieron que el 97% de los sujetos que habían sufrido tratos malos y que poseían una baja capacidad de interpretar el comportamiento propio o el de otros cumplía con los

criterios diagnosis de trastorno límite de la personalidad. En cambio, sólo un 17% de los sujetos que había sufrido algún tipo de abuso y maltrato y pertenecían al grupo de cabida pensativa alta, compensaba en sus mismos criterios.

Comentario: En esta investigación se puede observar que gran parte de los estudiantes evaluados se encuentran con resiliencia baja, lo que nos hace deducir que los estudiantes no son capaces de superar algún echo traumático que pueda suceder en su vida cotidiana De hecho, la adolescencia es una etapa vulnerable por naturaleza y es donde la resiliencia se fortalece; es fundamental trabajar articuladamente docente y padre de familia para poder fortalecer la respuesta adecuada de resiliencia en los estudiantes

Según Seligman (2014), la resiliencia es de vital importancia para edificar emociones positivas y también es necesaria para poder afrontar las emociones negativas, ya que esto nos conducen a episodios depresivos y disposiciones fallidas, más aún en las personas que sufrieron algún tipo de tragedias o situaciones con alto riesgo.

Comentario: En esta investigación los evaluados se encuentran desfavorablemente con resiliencia baja, quiere decir que no son capaces de sobresalir de un hecho traumático que puede ocurrir en su vida diaria sino con el apoyo de otra. Esto nos demuestra que un porcentaje de estudiantes no pueden salir adelante por sí mismo sino con la ayuda de otras personas por ejem: en la investigación que se izó sobre este tema se pudo encontrar que el 20% de Relaciones Positivas (21.6%) y (4) un 5.6% de Autonomía. Asimismo, todos los coeficientes obtenidos mediante análisis de regresión fueron estadísticamente significativos y en base a esta investigación podemos afirmar que en muchos casos es muy necesario trabajar en incentivar y fortalecerse trazándose objetivos, metas, valores.

Con respecto a la dimensión de **confianza en sí mismo** se aprecia que la mayoría de escolares presentan un nivel de resiliencia medio de 46 % además se observa que un grupo de estudiantes obtienen un nivel alto de resiliencia (28 %) mientras que solo el (26 %) de estudiantes tienen resiliencia baja. Según el modelo teórico de Wagnild y Young (1993), Es el creer en sí mismo, en sus capacidades, y habilidades que se pose depender de nosotros mismos saber reconocer las fortalezas y debilidades que se tiene. (Castilla, 2013).

Comentario: La perspectiva centrado en la persona nos ratifica que las personas resilientes cuentan con un conjunto de características personales, están encargadas para ser resilientes y en esta capacidad juegan papel significativo la familia y el contexto social como agentes defensores ante situaciones adversas y de riesgo.

Con respecto a la dimensión de **Ecuanimidad** del cual obtuvimos un 50 % de los evaluados se encuentran en el nivel medio un 30 % se encuentra en un nivel alto y posteriormente un 20 % en un nivel bajo, Según el modelo teórico de Wagnild y Young (1993), se considera que obra con rectitud, justicia e imparcialidad o está dotado de ellas, hace referencia a una visión estabilizada de la vida y la práctica conseguida a lo largo de la misma, ocupando con ecuanimidad los acontecimientos y modificando conductas frente al peligro. (Castilla, 2013).

Comentario: En esta consulta encontramos el mayor porcentaje de los adolescentes evaluados presentan una resiliencia media y en base a esta investigación podemos afirmar que en muchos casos es muy necesarios trabajar en incentivar y fortalecer la resiliencia.

Con respecto a la dimensión **Perseverancia** se aprecia que la mayoría de escolares presentan un nivel de resiliencia en primer lugar el resultado que obtuvimos es como sigue 42 % un nivel alto seguido de 42 %

nivel medio y por ultimo 16 % un nivel bajo. Según el modelo teórico de Wagnild y Young (1993), se conoce como la estabilidad, constancia y resistencia ante situaciones complicadas o concertadas impulsado por un deseo impetuoso de beneficio y auto conducta en la manera de ser o de obrar. (Castilla, 2013).

Comentario: En esta dimensión podemos encontrar que hay una buena cantidad de estudiantes que presenta una resiliencia alta esto quiere decir que son capaces a recuperarse y sobreponerse con facilidad de un daño traumático que puedan sufrir, como también es inevitable un trabajo en conjunto de maestros y padres de familia para así evitar daños posteriores.

Con respecto a la dimensión de nivel **satisfacción personal** lo que obtuvimos un 36 % de estudiantes se encuentran en el nivel bajo y un 34 % se encuentran en un nivel medio y seguido de un 30 % con un nivel de resiliencia alto lo que quiere decir que los estudiantes presentan una resiliencia baja. Según el modelo teórico de Wagnild y Young (1993), La aceptación también llamado satisfacción personal es el primer paso para empezar a construir una vida correcta de crecimiento personal, consiste en alcanzar y comprender el significado de la existencia para lo cual cada persona contribuye a esta. (Castilla, 2013).

Comentario: En esta dimensión se ha podido observar que hay una buena cantidad de estudiantes que presentan resiliencia baja por lo tanto quiere decir que no son capaces de sobreponerse ante un suceso traumático que pueden sufrir por lo tanto se tiene que valorar la importancia de promover la resiliencia trabajar conjuntamente los padres de familia y los profesores con actividades que ayudan o facilitan el proceso de aceptación y el desarrollo Conjunto de rasgos propios de un individuo.

Con respecto a la dimensión de **sentirse bien solo** lo que tuvimos un 44% de estudiantes se encuentran en un nivel de resiliencia alto seguido

del nivel media con un 38 % y por último con un 18 % de nivel de resiliencia baja. Según el modelo teórico de Wagnild y Young (1993), Se refiere a saber establecer límites claros entre uno mismo y el ambiente; a su vez, es la posibilidad de ser independientes y poder tomar decisiones por uno mismo, al margen de los deseos del otro. (Castilla, 2013).

Comentario: En esta dimensión se ha podido observar que el 44% de alumnos tienen una resiliencia alta quiere decir que las personas resilientes cuentan con un conjunto de características personales, están capacitadas para ser resilientes y en tanto que esta capacidad juega papel significativo en la familia y el contexto social como agentes preservadores ante circunstancias adversas y de peligro.

4.4. Conclusiones

- En el marco del objetivo general los estudiantes de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores, un 38% se encuentran en un nivel predominantemente bajo, así mismo el 32% se encontró en un nivel medio con resultados no tan alejados, por último, con resultados similares el 30% presenta un nivel de resiliencia alto.
- En cuanto a los objetivos específicos, se encontró que en la dimensión CONFIANZA EN SI MISMO de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores su porcentaje mayor fue de 46 %, correspondiente al nivel medio, seguido de un nivel alto con un 28%, sin embargo, encontramos a un 26% en un nivel bajo.
- En lo que corresponde al nivel de la dimensión ECUANIMIDAD de los estudiantes de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores, el 50%, se considera en un nivel medio,

seguidamente con 30% un nivel alto, y el 20% se encontró en un nivel bajo.

- El nivel de la dimensión PERSEVERANCIA de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores se obtiene un 42 %, tanto en el nivel medio como alto, y un mínimo de 16% se ubica en el nivel bajo.
- En tanto en nivel de la dimensión SATISFACCION PERSONAL de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores, encontramos predominante al nivel bajo con un 36%, seguido de nivel medio con un 34% y en un nivel alto con un porcentaje similar 30%.
- El nivel de la dimensión SENTIRSE BIEN SOLO de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores sobresale el nivel alto con un 44%, en un nivel medio con 38% por ultimo en nivel bajo un 18%.

4.5. Recomendaciones

- Ejecutar el programa de intervención y aplicar estrategias a nivel familiar, maestros y alumnos, que todos los actores estén involucrados y comprometidos con fortalecer o incrementar la Resiliencia en los estudiantes.
- Realizar talleres educativos y vivenciales con los estudiantes, docente y padres de familia de la Institución Educativa Nacional Alfonso Ugarte N° 6041 San Juan de Miraflores Lima, para profundizar la información y ponerla al servicio de la acción educativa, aportando propuestas de prevención, afrontamiento e innovaciones, comprometer la participación firme y afectiva de las madres y padres de familia, y/o apoderados.

- Intensificar la labor tutorial con asesoría profesionalmente especializada y reforzar las estrategias de formación cívica y ciudadana, educación religiosa y educación física. Puesto que los alumnos han alcanzado un bajo nivel de resiliencia se sugiere darle sostenibilidad, alimentar la autoestima, promover la creatividad y la toma de decisiones a través de encuentros artísticos, deportivos, religiosos, culturales, etc. Promover encuentros inter-juveniles, con asociaciones deportivas, culturales; donde los estudiantes amplíen su visión de la sociedad, el mundo y la vida, se tracen metas, formulen su proyecto de vida.

CAPÍTULO V

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

“Potencializando mi Felicidad”

5.1. Descripción del Problema:

Según la investigación, los resultados obtenidos de las encuestas a los estudiantes de secundaria se encontró que: el 38 % de la muestra tiene un nivel bajo de resiliencia, lo cual nos indica la poca capacidad que tiene los alumnos para enfrentar las adversidades. En las dimensiones, el 36% de alumnos tienen un nivel bajo en la dimensión Confianza en sí mismo; quiere decir que los alumnos tienen baja confianza en la toma de decisiones debido a los múltiples factores que afectan su vida diaria en el ámbito familiar, educativo y social. En la dimensión Sentirse bien solo, un 42 % de estudiantes presentan un nivel medio, este porcentaje nos demuestra que los alumnos fueron reforzados y que el ambiente donde se desenvuelven les permite un control de emociones más equilibrado. En la dimensión de Perseverancia un 46%, de alumnos presentan un nivel medio, esto nos indica la persistencia de los estudiantes en la búsqueda de cumplir sus objetivos y solucionar sus problemas. En la dimensión de ecuanimidad el 50 % de los alumnos también están en el nivel medio esto demuestra que dichos individuos han desarrollado seguridad en sí mismos y que los problemas no les afectan en gran medida y pueden sobrellevar cualquier inconveniente. En la dimensión Satisfacción personal el 44 % de estudiantes presentan un nivel alto lo cual indica que se sienten fortalecidos con las acciones que realizan y con las decisiones que toman.

5.2. Justificación del Problema:

La resiliencia es la capacidad que tiene una persona de recuperarse frente a las adversidades para seguir planeando su futuro. En

circunstancias difíciles o cuando se presenten traumas que posibiliten fomentar recursos que se encontraban encubiertos y que el individuo desconocía. Se sabe que un niño con buena autoestima será un adulto con buena resiliencia, estará presto a superar los obstáculos.

Es importante desarrollar resiliencia, muchos de nosotros hemos tenido modelos a seguir ya sea familiar en la vida de estudiante, en el trabajo, mientras que para muchos lo han encontrado o vivido por si solos, queda claro que todo ser humano puede ser resiliente siempre y cuando cambie de actitud y hábitos. Es necesario e importante reforzar la resiliencia en la etapa escolar ya que los individuos van adquiriendo nuevos conocimientos y hechos, lo cual conlleva a enfrentarse a diferentes situaciones que se les presente, esto permite desarrollar sus fortalezas, sus capacidades y hacer frente a las adversidades que se les presente. A la vez poder transformar alguna experiencia dolorosa en algo útil, también enseñar lo fundamental que es el trabajo en equipo y no cerrarse en sí mismo, sino saber cuándo pedir ayuda, y estar preparado para cualquier crisis, su futuro depende de la manera cómo reaccione no confundirse con preocupaciones e incertidumbre, cuando se enfrente con situaciones difíciles, será para generar cambios y poder progresar, y aprender a utilizar esas situaciones para crecer.

Lograr una óptima resiliencia les ayudara, a estar preparados para los cambios biológicos, psicológicos donde los individuos definen su identidad, con perseverancia, confianza en sí mismos y alcanzar y superar las dificultades y tomar decisiones firmes y acertadas.

Los beneficios que trae este programa de intervención son de suma importancia para que los alumnos, tengan la capacidad de superar las dificultades, llevar una vida equilibrada la cual conlleva a desarrollarse actitudes positivas y una sociedad más armoniosa.

Por ende, se aplicará dicho programa a 50 estudiantes (varones y mujeres) del 4ª año de la Institución Educativa Nacional “Alfonso Ugarte” N° 6041, San Juan de Miraflores – Lima.

5.3. Objetivos

5.3.1. Objetivo General

Desarrollar la Resiliencia en los 50 estudiantes (varones y mujeres) del 4ª año de la Institución Educativa Nacional “Alfonso Ugarte” N° 6041, San Juan de Miraflores - Lima, aplicando el Programa “Potencializando Mi Felicidad”, creando la capacidad a enfrentar dificultades de una forma positiva y optimista.

5.3.2. Objetivos Específicos

- Brindar competencias básicas sobre el concepto de resiliencia.
- Fortalecer la autoconfianza.
- Desarrollar y fortalecer la autoestima.
- Impulsar y fortalecer las conductas positivas para lograr objetivos trazados.
- Aprender, reconocer y mantener la calma.
- Fortalecer y potenciar el desarrollo personal

5.4. Alcance

El Programa de Intervención “Potencializando mi Felicidad” está dirigido a los 50 estudiantes (varones y mujeres) del 4ª año de la Institución Educativa Nacional “Alfonso Ugarte” N° 6041, San Juan de Miraflores - Lima, aplicando el programa, creando la capacidad a enfrentar dificultades de una forma positiva y optimista

5.5. Metodología

La metodología que se empleará es expositiva – participativa y vivencial. Con material audiovisual, dinámicas grupales, empleando diferentes técnicas. Consta de 8 sesiones aproximadamente de 60 minutos cada una, para conseguir los objetivos y para la correcta intervención de los 50 estudiantes divididos en dos grupos; todo el proceso de intervención tendrá una duración de 2 meses (01 taller por semana) cada sesión se realizará en forma satisfactoria en un ambiente de la misma sección, para la evaluación de los criterios se realizarán una pequeña encuesta al finalizar cada sesión.

5.6. Recursos

5.6.1. Recursos Humanos:

- Responsable del Programa: Chávez Solís, Aurea Violeta.
- Director del Centro Educativo.
- Docentes
- Estudiantes

5.6.2. Recursos Materiales:

- Proyector multimedia
- Plumones
- Papel bond
- Útiles de escritorio
- Separatas

- Fotocopias
- Papelógrafos
- Cinta
- Goma líquida

5.6.3. Recursos Financieros

- Este Costo estará financiando por la responsable del programa.

Presupuesto

MATERIALES	COSTO
Plumones	S/.25.00
Papel Bond	S/.15.00
Separatas	S/.20.00
Fotocopias	S/.10.00
Papelógrafos	S/.12.00
Cinta	S/.6.00
Goma líquida	S/.7.00
Total	S/ 95

5.7. CONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividades	01/10	08/10	15/10	22/10	29/10	05/11	12/11	19/11	26/11
Sesión 1									
Sesión 2									
Sesión 3									
Sesión 4									
Sesión 5									
Sesión 6									
Sesión 7									
Sesión 8									
Cierre de actividades									

“POTENCIALIZANDO MI FELICIDAD”

Sesión 1: “Presentando a mi amiga la Resiliencia”

Objetivo: Dar a conocer sobre aspectos básicos de resiliencia.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Apertura del Programa	Dar a conocer el objetivo del programa	Se dará la bienvenida. La facilitadora se presentará y explicará de manera general sobre resiliencia. Se definirá en qué consiste el programa, la metodología de trabajo y asimismo se les dará a conocer cuáles son las normas básicas de comportamiento durante los talleres como también las perspectivas del mismo.	5m.	Paleógrafo
Dinámica Conociéndome	Identificar los nombres de los alumnos	<p>Se solicita a los estudiantes que hagan un círculo, cómodos y relajados. Cada vez que se presentan deben decir “Me llamo...y me gusta...” Cuando se hable me gusta se debe actuar. Por ejemplo, me llamo Juan y me gusta pescar (mientras pronuncia la palabra pescar hace el ademán de pescar).</p> <p>Luego el compañero (a) de la derecha repite los datos de su compañero que se acaba de presentar: “Él se llama Jorge y le gusta pescar” (Haciendo el gesto de pescar, y continua “yo me llamo Alexa y me gusta ver la televisión” (guiña como si viera la televisión).</p>	10m	

<p>Tema central</p> <p>Resiliencia</p>	<p>Brindar conocimientos</p> <p>Sobre Resiliencia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • En lluvia de ideas se solicitará a los participantes si conocen sobre el tema y se da una instrucción referente al argumento ¿Qué es resiliencia?, ¿Cómo ayuda a desarrollar la resiliencia? Situaciones donde se presente la resiliencia y cómo hacer enfrentar los contratiempos. • Se comentarán diversos conceptos/definiciones más específicas sobre cada uno de las dimensiones • Se presentará el video “La Resiliencia” de la doctora en educación, Milly Cohen, el cual se encuentra disponible en, https://www.youtube.com/watch?v=mdKVDuM5uYM Seguidamente, se fomentará el intercambio de ideas y el debate respecto de los diferentes aspectos ligados a la resiliencia, percibidos por los participantes. <p>Luego, para reforzar un poco más el video, la facilitadora hará participar a los alumnos, para poder reflexionar sobre el tema tratado, conocer un poco más a los alumnos y así poder entender los problemas por los que están pasando.</p>	<p>35m</p>	<p>Multimedia</p>
<p>Retroalimentación</p>	<p>Consolidar lo aprendido</p>	<p>Al término de la actividad, reunidos en círculo la facilitadora realizará algunas preguntas reflexivas sobre los videos ¿Encontraron alguna relación con sus propias experiencias? ¿Qué aprendieron?, Luego la facilitadora reforzará sus respuestas y explicará más detalladamente sobre el contenido del video.</p> <p>Se concluye el taller agradeciendo a los participantes</p>	<p>10m</p>	

Sesión 2: “Conociéndome y confiando en mí”

Objetivo: Fortalecer la autoconfianza.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Retroalimentación	Recoger la opinión de los integrantes del tema anterior	Se hará un recordatorio de la sesión anterior, recogiendo comentarios y opiniones, tomando en cuenta las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido.	5m	
Dinámica: Estatuas	Fortalecer la confianza, cooperación y la unión entre los integrantes del grupo	<p>En parejas, uno de los participantes acoge una postura de estatua. Otro/a con los ojos vendados, debe revelar la postura, para posteriormente imitarla. Cuando crea haberlo conseguido, los demás le desvendan para comparar los resultados. A continuación, se van cambiando los papeles.</p> <p>Se evalúa la actividad preguntando a los participantes ¿Cómo hemos sentido la comunicación y el contacto físico?</p>	10m	Vendas
Desarrollo del Tema “Confianza en sí mismo	Favorecer la confianza y la cooperación grupal	<p>Se realizará la exposición del tema central: Definición de Confianza y cooperación, confianza en sí mismo y confianza hacia los demás.video transforma tu realidad: https://www.youtube.com/watch?v=l9EOVWel0D0</p> <p>Se motivará a los participantes con sus comentarios sobre el tema y se intercambiará opiniones con la</p>	30m	Multimedia

		<p>intención de que todo el grupo participe.</p> <p>Se espera que los estudiantes se den cuenta de la importancia de confiar en sí mismo, para poder confiar en los demás y así lograr resultados positivos.</p>		
Aplicación de la técnica “Registro de pensamientos distorsionados”	Reforzar creencias de una visión más positiva de uno mismo	<p>Se explicará la técnica de “Registro pensamientos distorsionados” contexto, comentario, creencia, formas, emociones y conducta ante determinada situación. Una vez terminado, se podrá reflexionar sobre el video observado, para así poder superar problemas creados a raíz de la interpretación insana de los acontecimientos activadores que nos ha llevado a conductas y cualidades inapropiadas y autodestructivas.</p> <p>Pedir que anoten en una hoja 10 cualidades positivas, esto ayudara a ser más consiente de algunos aspectos positivos que no reconocía y ver en los pensamientos distorsionados la causa y de cuál sería una visión más equilibrada y más positiva del yo.</p>	10m	Hojas
Reflexión		Se les pedirá que tome asiento con la espalda recta e inhalar por 3 segundos y exhalar. Esto se repetirá alrededor de 6 veces y se dará por Finalizada la sesión.	5m	

Sesión 3: “fortaleciendo mi autoestima”

Objetivo: Fortalecer la autoestima, aceptarnos tal cual somos; con la técnica del Espejo

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Apertura	Promover la cooperación del trabajo	Se recogerá comentarios de la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido, se espera que los estudiantes se abran al contar sus experiencias que pudieron vivir.	5m	
Dinámica: El Circulo	Conocer cualidades	Se explica, que van a centrarse en las características positivas de sus compañeros: cualidades (simpatía, alegría, optimismo, etc.), rasgos físicos (cabello, mirada, sonrisa.), capacidades,(lectura, matemáticas, organizar fiestas.),Seguidamente se ponen en círculo, y cada uno escribe su nombre en la parte superior de un hoja y se da al compañero de su derecha, la hoja va dando vueltas hasta que lo recibe el propietario.	10m	Hojas
Desarrollo del Tema “Autoestima”	Dar a conocer el tema mediante la exposición	Se realiza una breve exposición del tema: <ul style="list-style-type: none"> Definición de Autoestima, Factores que ayudan a desarrollar una buena autoestima con la participación activa de los participantes. 	15m	Multimedia
Aplicación de la “Técnica del espejo”		Los participantes se pondrán en círculo. Se pondrán frente al espejo. Se realiza las siguientes preguntas que serán respondidas por el voluntario. <ol style="list-style-type: none"> ¿Qué ves en el espejo? 	25m	Espejo

	Fortalecer la autoestima	2. ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo? 3. ¿Lo conoces? 4. ¿Qué cosas buenas tiene esa persona? 5. ¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo? 6. ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona? 7. ¿Cambiarías algo de la persona del espejo?		
Reflexiones finales “lluvia de ideas”	Reforzar el trabajo, invitar a que regresen.	Finalmente, la facilitadora agradece a los participantes y les recomienda practicar lo aprendido para reforzar su autoestima, les invita seguir asistiendo a la próxima sesión y se da por finalizado la sesión.	5m	

Sesión 4: “No habrá nada que se interponga entre tu objetivo y tú”

Objetivo: Impulsar y fortalecer las conductas positivas para lograr objetivos trazados, con la técnica “Entrenamiento en auto instrucciones”

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
-------------	----------	------------	--------	----------

Dinámica “Lluvia de ideas”	Incentivar el trabajo en equipo y la cooperación para trabajar	Se saludará a cada participante, llamándole por su nombre y recordando alguna característica positiva que haya observado, de esa persona, luego se preguntará cómo expresan sus miedos, sus temores. La idea es que cada uno reconozca lo que siente, es necesario que todos participen y crear lazos de compañerismo.	5m	Cuaderno Plumones
Dinámica Proyectando mi Futuro	Elaborar un proyecto personal sobre tu futuro analizando las características de ti mismo y tu contexto, tomando en cuenta los aspectos cognitivos y conductuales	Escribirán en el papel que es lo que desean ser en la vida y como lo harán, luego se pasa a recoger cada papel para después leerlo y juntarlo a las personas con metas semejantes o parecidas, se les pide que conversen unos minutos sobre cómo van a lograr llegar a su meta pero sin decir que desean ser, luego de eso se les dice que la persona que está a su lado también tiene semejantes planes de vida y que su forma de alcanzarlo es distinto.	10m	Hojas A4 Lapiceros
Desarrollo del Tema Perseverancia	Mejorar la constancia, persistencia, firmeza y autodisciplina para fortalecer el nivel de perseverancia en los alumnos	Se expone la definición de Perseverancia y para enriquecer su conocimiento sobre el tema se presenta el siguiente video: https://www.youtube.com/watch?v=ghHnHzgl_OA	30m	Multimedia
Aplicación de la técnica “Entrenamiento”	Fortalecer las conductas que les permitan llevar a	Ordenar su propia conducta externa, como “director y controlador” del comportamiento y describir un procedimiento general que permita modificar las verbalizaciones internas del	10m	

to en auto instrucciones	cabo de manera positiva	<p>alumno, sustituyéndolas por otras que, son más útiles para dicha tarea, ejemplo: Tengo que terminar de leer el libro para poder leer otro libro, si otros pueden porque yo no, (realizar mensajes repetitivos).</p> <p>Se les pedirá que formen grupos de 4 y cada grupo tendrá 1 estudiante que hará de un personaje con acciones positivas y otro con acciones negativas con cada acción uno le dirá que no puede y el otro le dirá que puede hacerlo y se les hará comprender que con cada instrucción buena si se puede lograr cumplir lo que nos proponemos, se reflexionará y debe quedar claro que para ser resiliente hay que perseverar.</p>		
Dinámica “La palabra clave”	Permitir retroalimentarse de las vivencias u opiniones del grupo	Se comunicará al grupo que cada integrante expresará con una palabra lo que piensa o siente en relación con la sesión que se ha trabajado. Seguidamente, se iniciará la ronda. Como refuerzo se aplaudirá en grupo.	5m	

Sesión 5: “Si lo intento una vez más, ¡lo consigo !”

Objetivo: Fortalecer y desarrollar conductas adecuadas después de los fracasos, con la técnica “Entrenamiento en auto instrucciones”

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Apertura	Recoger opiniones sobre el tema anterior	La facilitadora recogerá comentarios sobre la sesión anterior, tomando las opiniones, reflexiones o preguntas que hayan salido en relación con los temas tratados, considerando los puntos más importantes en la sesión anterior.	5m	
Dinámica El país de los Abuelos	<p>Permitirá elaborar un proyecto familiar</p> <p>Tomando en cuenta los aspectos cognitivos, afectivos y conductuales que intervienen en su realización.</p>	<p>Se explica a los participantes que formarán parejas y que la mitad del grupo jugará como sobrinos nietos y la otra mitad como tíos abuelos.</p> <p>Se le pide al grupo de sobrino nietos que se formen en fila y que imaginen que están llegando al aeropuerto de un país lejano donde buscarán a su pariente que vive allí, a quien no conocen; ellos van pasando y forman pareja con quien seleccionen como tío abuelo. Los tíos abuelos muestran a sus respectivos nietos cómo es el país donde viven, pero solo haciéndoles señas, porque no comparten el idioma. Después de diez minutos de juego, se pide que intercambien roles.</p>	10m	<p>Hojas A4</p> <p>Lapiceros</p>
Desarrollo del tema Perseverancia	Reforzar el trabajo ya realizado	<p>Se realiza un reforzamiento del tema anteriormente tratado y una exposición: Perseverancia, el valor de la perseverancia y ejemplos de personajes perseverantes;</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=0FdVAhfrW44</p>	30m	Multimedia

	anteriormente	Se les pedirá su opinión acerca del video y a la vez se les explicara la importancia de la perseverancia y la facilidad de alcanzar sus metas cuando se lo proponen.		
Aplicación de la técnica Entrenamiento en auto instrucciones	Fortalecer el desarrollar de las conductas que les permitan llevar a cabo de manera positiva	<p>El sujeto se da a sí mismo órdenes para la regulación de su conducta. Se pedirá la colaboración de un estudiante. El alumno actúa como modelo y lleva a cabo una tarea mientras va diciendo en voz alta cada cosa que hace. Guía externa en voz alta: El adolescente lleva a cabo la misma tarea mientras este verbaliza las instrucciones o auto instrucciones en voz alta: El adolescente lo vuelve a hacer mientras se va diciendo a sí mismo en voz alta las instrucciones para resolver la tarea.</p> <p>Auto instrucciones enmascaradas: Se lleva a cabo la tarea y verbaliza las instrucciones en un tono de voz muy bajo.</p> <p>Auto instrucciones encubiertas: Guía su propio comportamiento a través de instrucciones internas, mientras va desarrollando la tarea. Por ejemplo “Sé que podre lograrlo, estoy listo para realizarlo”.</p>	10m	
Lluvia de ideas	Retroalimentación	Se explicará la reflexión de la dinámica y se reforzará sus respuestas; Finalmente, se agradece a los participantes.	5m	

Sesión 6: “Equilibrando mi mente y espíritu”

Objetivo: Aprender, reconocer y mantener la calma, pensar antes de realizar una respuesta, con la técnica de modelado

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Introducción del tema	Conocer las ideas reflexionadas que tiene el participante	Antes de iniciar las actividades la facilitadora dará la bienvenida y luego recogerá comentarios sobre la sesión. Anterior se hará participar a los alumnos si conoce sobre el tema a tratar luego se explicará y ampliará el contenido.	5m	
Dinámica El lagarto y la lagartija	Incentivar el trabajo en equipo	Se forman dos círculos con la misma cantidad de participantes, uno dentro del otro, todos deben tener una pareja del otro círculo. La animadora canta una canción, el círculo de adentro gira hacia la derecha y el de afuera a la izquierda. Cuando la música se detenga, las parejas deben buscar tomarse de los brazos y agacharse juntos. La última pareja que se agache sale del juego.	10m	
Tema central Ecuanimidad	Fortalecer los conocimientos y habilidades para afrontar situaciones traumáticas	Se realizara una exposición del tema central a través del uso de diapositivas se desarrollara la definición de Ecuanimidad y sus objetivos, se hará participar a los estudiantes recogiendo sus opiniones luego se le reforzara con un video del tema: https://entrenatuvida.blog/2014/07/28/ecuanimidad/ La importancia de la ecuanimidad, cuando alguien se ve perturbado por la experiencia o exposición a emociones, no dejar que éstas tomen el control de nuestra vida y lograr desarrollar la Ecuanimidad en los alumnos.	30m	Multimedia

Aplicación de la 'Técnicas de modelado'	Enseñar a observar y aprender una manera de actuar óptima de modo que sea capaz de imitarlo	<p>Para modelar varias conductas, se deben jerarquizar para entrenarlas en orden de dificultad progresiva atendiendo a las variables que influyen en la adquisición y ejecución. Comprobar la capacidad de los participantes para imaginar e imitar conductas socialmente adecuadas.</p> <p>Esta estrategia se utilizará para establecer conductas complejas, cuando aprendemos por imitación lo hacemos a través de representaciones simbólicas de las conductas observadas y de sus consecuencias.</p> <p>Se leerá una historia para que imiten una acción y que es lo que imitarían de esa acción. (Anexo 6)</p>	15m	
Actividad de Cierre "lluvia de ideas"	Reforzar lo aprendido.	Se les agradece por su participación y se lleva a la reflexión de la importancia de la ecuanimidad, luego se pedirá comentarios acerca de cómo se sintió cada uno.	5m	

Sesión 7 "Me siento feliz conmigo y con los demás"

Objetivo: Fortalecer el desarrollo personal, con la técnica "Imaginaria"

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Inicio del tema	Promover la cooperación del trabajo	Cada estudiante se identificará con una cualidad, así mismo, se colocará en la pizarra cualidades el participante elegirá 3. Una vez elegidas se preguntará por qué los ha elegido.	5m	
Concepto positivo de sí mismo	Expresar cualidades	<p>Se forma dos grupos. Cada uno debe escribir en una hoja 4 o 5 cosas que les agrade; se puede necesitar algún estímulo del instructor. Por ejemplo:</p> <p>I. Se puede revelar la lista de cualidades, (honrada, inteligente, etc.)</p> <p>II. Después de 2 o 3 minutos, cada participante compartirá con su compañero los conceptos que redactaron.</p> <p>III. Se les hará preguntas para su reflexión:</p> <p>¿Se sintió apenado con esta actividad? ¿Por qué? (Nuestra cultura nos ha condicionado para no revelar nuestros "egos" a los demás).</p> <p>¿Fue usted honrado consigo mismo, es decir, no se explayó con los rasgos de su carácter?</p> <p>¿Qué reacción obtuvo de su compañero cuando le reveló sus puntos fuertes? (por ejemplo, sorpresa, estímulo, reforzamiento).</p> <p>IV. La facilitadora guía un proceso para que analicen.</p>	10m	
Desarrollo del Tema Sentirse Bien	Modificar la percepción que tenemos de	Intercambio de opiniones respecto de cuántas cosas buenas pueden percibir los demás de nosotros que tal vez, por nosotros mismos, no podríamos de reconocer. Debate: ¿por qué ocurre	30m	Multimedia

	nosotros mismos por otra más positivas.	<p>esto?, ¿somos mezquinos con nosotros mismos?</p> <p>Con ayuda de un video motivacional, Mejorar la relación contigo mismo</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=seHe92zmJ-E,</p> <p>se explicará el tema a tratar, con la participación masiva para enriquecer el tema</p> <p>que signifiquen sus emociones actuales; las primeras imágenes relacionadas en su vida</p>		
Aplicación de la Técnica "imaginaria".	Enseñar y descubrir los problemas que tiene la persona para que pueda sobresalir en determinadas situaciones	Se pide al estudiante que cierre los ojos e imagine lo primero que se le venga a la mente, relacionado con el problema que en esos momentos presentan los estudiantes, el principal objetivo es ir descubriendo, interpretando y profundizando en lo que los participante se imaginan, en ocasiones la primera imagen que viene a su mente es agresiva aparentemente sin una explicación lógica, pero esa misma, ayuda a la resolución de sus conflictos y mejorar el cómo me siento.	10m	
Reflexión	Reflexionar el tema tratado	Se le agradece la participación y se invita a la reflexión de lo aprendido como también ponerlo en práctica.	5m	

Sesión 8: Alcanzando mi satisfacción personal

Objetivo: Enseñar a lograr la satisfacción personal

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Inicio del tema ¿Quién soy?	Incentivar la cooperación y el trabajo	Se iniciará respondiéndose: ¿quién soy?, contará acerca de sus características, sus sueños, sus logros y desafíos como también hará participar a los alumnos, pidiendo que cuenten sus sueños sus logros y desafíos.	5m	
Dinámica el árbol y sus frutos	Reconocer las cualidades de uno y de los demás y el valor de estos	<p>Se pide que dibujen en una hoja un árbol con todas sus partes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raíces: Cualidades positivas de cada uno. • Ramas: Cosas positivas que hacen. • Frutos: Éxitos o triunfos. <p>Poner su nombre en la parte superior del dibujo.</p> <p>A continuación, formarán grupos de 4, pondrán en el centro del grupo su dibujo, y hablarán del árbol en primera persona, se colocarán el árbol en el pecho donde todos puedan verlo, y darán un paseo, cada vez que localizen un árbol lean en voz alta lo que hay, diciendo “Tu eres...” ejemplo: “Alfonso, eres...tienes...” Tendrán 2 minutos para dar un paseo “por el bosque” A continuación se hace la puesta en común, en el transcurso del cual, cada participante puede añadir “raíces” y “frutos” que los demás le reconocen.</p>	10m	<p>Hojas Rotuladores Equipo de Sonido</p> <p>Cd Música relajación</p>

Desarrollo del Tema satisfacción personal	Brindar pautas para lograr satisfacción personal	Luego para reforzar el tema, la facilitadora compartirá un video sobre “Mientras más difícil es conseguir algo, mayor es la satisfacción personal”: https://www.youtube.com/watch?v=hbAagj_YrAo el contenido de este video ayudará a comprender de cómo podemos satisfacer adecuadamente a nuestro “yo”, los logros se valoran más cuando se hacen por el propio esfuerzo. Luego les hará algunas preguntas de reflexión del video.	30m	Multimedia
Aplicación de la Técnica de relajación	Reforzar La activación física y psíquica para explicar sobre cómo me siento y cómo manejarlo	Realizar ejercicios de respiración, controlar la respiración, aprender una buena técnica de relajación que nos ayude a mantener el estado psicosomático en condiciones óptimas para enfrentarnos a nuestro medio, Llevamos el aire a la parte superior de los pulmones inspirando por la nariz, mantenemos y expulsamos por la boca, lentamente, a la vez que escuchamos el sonido conforme lo vamos expulsando, intentaremos que la zona abdominal no se nos mueva y sentirnos más cómodos.	10m	
Actividad de Cierre	Retroalimentar los resultados y cierre del taller.	Al finalizar, se hace la retroalimentación haciendo preguntas de lo que aprendieron y que cambiarían en su manera de pensar y demás, aceptarse tal como son y ayudar a desarrollar adecuadamente su Resiliencia. Luego lo felicita a cada uno por su participación y se da por terminado el programa.	5m	

Bibliografía

- Álamo, G. Caldera. M. F., & Cardozo, M. (Setiembre de 2012). Formación Gerencia año 11, N^a 2. *Resiliencia en personas con cáncer*. Recuperado de: file:///C:/Users/Mariela/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/DialnetResilienciaEnPersonasConCancer-4192196.pdf.
- Álvarez, M., Ramírez, B., Silva, A., Coffin, N. y Jiménez, L. (2009). *La relación entre depresión y conflictos familiares en adolescentes*. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 9(2), 205 – 216. Recuperado de <http://www.ijpsy.com/volumen9/num2/232/la-relacin-entre-depresin-y-conflictos-ES.pdf>.
- Baldwin, Alfred L.; Baldwin, Clara y Cole, Robert E. (1992). *Stress-resistant families and stress-resistant children* En: Risk and protective factors in the development of psychopathology (1992).
- Becoña, E. (2006). *Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto*. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 11, 125-146-
- Bolaños, L., Jara J. (2016). *Clima Social Familiar y Resiliencia en los estudiantes del segundo al quinto año del nivel secundario de la Institución Educativa*. (tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Tarapoto- San Martin-Perú.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of Human Development*. Cambridge, Harvard University Press. (Trad. Cast.: La ecología del desarrollo humano. Barcelona, Ediciones Paidós, 1987).
- Bronfenbrenner, U. (1992). *Ecological systems theory*. En R.Vasta (Ed.), six theories of child development: revised formulations and current issues. (Pp 187-249). Bristol: Jessica Kingsley Publisher.

- Cabanyes Truffino, J. (2010). *Resiliencia: una aproximación al concepto*. Revista de Psiquiatría y Salud Mental, 3, 141-155.
- Cárdenas González V. (2017). *Resiliencia en la escuela secundaria*. Lecciones a partir de un estudio comparativo. 07 de julio 2018, de Congreso Nacional de Investigación Educativa - COMIE Sitio web: www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/0751.pdf
- Castilla, H. (2016). *Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia (Scale Resilience) en una muestra de estudiantes y adultos de la Ciudad de Lima*. Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social, Volumen 5, 121-136.
- CYRULNIK, Boris, *Bajo el signo del vínculo*, Editorial Gedisa. España 2005.
- Chelleri, L. & Olazabal, M. (2012). *Multidisciplinary perspectives on urban resilience*. Workshop Report. BC3, Basque Centre for Climate Change, 1st edition, 27-59.
- Cyrulnik, B. (2001). *La maravilla del dolor*, Barcelona, Granice, pág. 16 y sig.
- Escurrea Mayaute, L., Saavedra Guajardo, E., Villalta Páucar, M. (2015). *VII Jornadas Internacionales de Psicología Educativa*. 12 de julio del 2018, de universidad de la frontera Sitio web: <https://www.researchgate.net/publication/280236024>
- Fuentes Rodríguez P. (2013). *Resiliencia en los adolescentes entre 15 Y 17 años de edad que asisten al Juzgado de primera Instancia de la niñez y adolescencia del área Metropolitana* (Tesis de Pregrado). Universidad Rafael Landívar, Guatemala de La Asunción
- García, M., y Domínguez, E. (2012). *Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica*. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 63-77.

- Gil, E. (2010). *Los procesos holísticos de resiliencia en el desarrollo de identidades autor referenciadas en lesbianas, gays y bisexuales* (tesis doctoral). Universidad de las Palmas de Gran Canaria, Las Palmas de Gran Canaria.
- Gratacós, M. (2017). *El Modelo Ecológico de Bronfenbrenner*. Obtenido de Lifeder.com: <https://www.lifeder.com/modelo-ecologico-bronfenbrenner/>.
- Grotberg, E. (1996). *The international resilience project: Promotion resilience in children*. <http://resilnet.uiuc.edu/library/grotb97a.html/> [consultado el 16-07-2018].
- Grotberg, E. (1995). *The international resilience project: Promoting resilience in children*. ERIC ED 383424
- Grotberg, E. (2001). Nuevas tendencias en resiliencia. En A. Melillo y N. Suárez Ojeda (Eds.). *Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas* (pp. 19 30). Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Harvey, M. R. (1996). *An ecological view of psychological trauma and trauma recovery*. *Journal of Traumatic Stress*, 9(1), 3-23
- Henderson, N. y Milstein, M. (2003). *Resiliencia en las escuelas*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación* (Cuarta ed.). México D.F.: McGraw-Hill Interamericana.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación* (Quinta Edición ed.). México D.F.: M.C. Graw Hill Interamericana
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2009). *Censos Nacionales 2007: XI de Población y VI de Vivienda. Perfil Sociodemográficos del Departamento de Lima*: Instituto Nacional de Estadística e Informática.

Consulta: 5 de julio del 2018. Recuperado de:
<http://www.inei.gob.pe/biblioineipub/bancopub/Est/Lib0838/libro02/Libro.pdf>.

Jáuregui, E. (2007). *El sentido del humor. Manual de instrucciones*. Barcelona: RBA Libros.

Jordán Palomino, J. (2017). *Resiliencia y rendimiento académico en escolares de 4to. Y 5to. De secundaria en sectores vulnerables del distrito de pueblo nuevo, chincha* (Maestría), Universidad Autónoma de Ica. Ica-Perú.

Kotliarenco, M., Cáceres I., Fontecilla M. (1996). *Estado del arte en resiliencia*. Washington D.C.: centro de estudios y atención del niño y la mujer.

Luthar, S. (2006). *Resilience in development: A synthesis of research across five decades*. Developmental psychopathology, 3, pp. 739-795.

Luther, S. Cushing, G. (1999). *"The construct of resilience: Implications for interventions and social policy"*. Development and Psychopathology, 26 (2), pp. 353-372.

Manciaux, M. (2003) *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Gedisa, Barcelona. España.

Melillo (2004). *"Proyecto de construcción de resiliencia en las escuelas medias"*, presentado en la Secretaría de Educación de la Ciudad de Buenos Aires.

Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.

Nunja Arroyo, M. (2016). *Propiedades psicométricas de la escala de resiliencia en estudiantes de institutos técnicos superiores de la ciudad de Trujillo* (Tesis Pregrado), Universidad Cesar Vallejo. Trujillo-Perú.

- Olsson C, Bond L, Burns JM, Vella-Broderick DA, Sawyer SM. (2003) *Adolescent resilience: A concept analysis. Journal of Adolescence*; 26:1–11
- Palacios, L., Sánchez, Y. (2016). *Funcionamiento familiar y resiliencia en alumnos de 2º a 5º de secundaria de una institución educativa pública de Lima-Este* (tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima.
- Polk.L.V (1997). *Toward a middle range theory of resilience*. avances in nursing sciencie. 19, 1-13
- Rodríguez Orellana, C. & Velásquez Quito, D. *capacidad de resiliencia adolescente en estudiantes de 12 a 16 años. Cuenca-ecuador* (pregrado), universidad de cuenca, ecuador
- Rutter M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanisms. In: Rolf J, Masten AS, Cicchetti D, Nüchterlein KH, Weintraub S, editors. *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology*. New York: Cambridge University Press; pp. 181–214
- Rutter, M. (1987). *Psychological resilience and protective mechanisms*. American Journal of Orthopsychiatry, 57, 316-331.
- Saavedra, E. y Villalta, M. (2008a). *Escala de Resiliencia SV-RES. Para jóvenes y adultos*. Segunda Edición. Santiago: autores.
- Saavedra, E. (2003). *El Enfoque Cognitivo Procesal Sistémico, como posibilidad de Intervenir educativamente en la formación de sujetos Resilientes*. Universidad de Valladolid, España Mateu, Gil, Renedo (2009): *¿Hacia una escuela resilientes?: Un estudio a través del profesorado de Educación Infantil y Primaria*. Tesis de master. Universitat Jaume I.
- Sáenz, S. (31 de marzo de 2013). *Mi espacio Resiliente*. Obtenido de Casitadevanistendael: <https://miespacioresiliente.wordpress.com/2013/03/31/la-casitadevanistendael/>.

- Salluca Rodríguez, L. (2017). *Nivel de resiliencia y personalidad en estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la I.E. 50707 Simón Bolívar, Picchu Alto, Cusco* (tesis de Maestría). Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Lima-Perú.
- Silva, G. (1999). *Resiliencia y violencia política en niños*. Buenos Aires: Colección Salud Comunitaria, Universidad Nacional de Lanús.
- Rutter, M. (1993). Resilience: some conceptual considerations. *Journal of adolescent health*, 14(8), 626-631.
- Suárez Relinque, C. (2014). *Entre ciencia y experiencia: Un estudio cualitativo del consumo de alcohol en adolescentes*. Obtenido de <https://www.uv.es/lisis/cristian/cs2014/tesis-csuarez.pdf>.
- Suárez, N. (2004) *Resiliencia, tendencias y perspectivas*. Unla.
- Uriarte Arciniega, J. (2005). *La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo*. *Revista de Psicodidáctica*, 10, 61-80.
- Tamayo, Mario. (2006), *El proceso de la investigación científica* (4 ed.). México: Editorial Limusa Vanistendael, S. (1994). *Resilience: a few key issues*. Malta: International Catholic Child Bureau.
- Vanistendael, S., y Lecompte, J. (2002). *La felicidad es posible*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Wagnild, G., y Young, H. (1993). *Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale*. *Journal of Nursing Measurement*, 165-178.
- Werner, E. (1989). *High risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years*. *American journal of Orthopsychiatry*, 59, pp. 72-81.
- Werner, E. y Smith, R. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University Press.

Wolin, S. J. y Wolin, S. (1993). *The resilient self*. New York: Villard Books.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de Consistencia

TÍTULO: “Resiliencia en estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores”

AUTOR: AUREA VIOLETA CHÁVEZ

SOLIS

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	METODOLOGÍA
<p>1. PROBLEMA GENERAL</p> <p>¿Cuál es el nivel de Resiliencia que poseen los alumnos de la institución educativa Alfonso Ugarte 6041 San Juan de Miraflores Lima</p> <p>2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál es el nivel de resiliencia en la dimensión ecuanimidad en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores? - ¿Cuál es el nivel de resiliencia en la dimensión Sentirse bien solo en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores? - ¿Cuál es el Nivel de resiliencia en 	<p>1. OBJETIVO GENERAL</p> <p>Determinar el nivel de Resiliencia que poseen los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores.</p> <p>2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar el nivel de resiliencia en la dimensión Ecuanimidad en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores. - Identificar el nivel resiliencia en la dimensión Sentirse bien solo en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores. 	<p>1. POBLACIÓN:</p> <p>La población de estudio son los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa san juan de Miraflores, Lima.</p> <p>2. MUESTRA:</p> <p>Para la muestra se trabajó con la colaboración de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa san juan de Miraflores, Lima.</p> <p>3. TAMAÑO DE LA MUESTRA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 50 estudiantes. <p>4. TÉCNICA DE SELECCIÓN DE LA MUESTRA:</p>

<p>la dimensión confianza en sí mismo en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores?</p> <p>- ¿Cuál es el Nivel resiliencia en la dimensión perseverancia en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores?</p> <p>- ¿Cuál es el nivel de resiliencia en la dimensión Satisfacción personal en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores?</p>	<p>- Identificar el Nivel de resiliencia en la dimensión confianza en sí mismo en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores.</p> <p>- Identificar el Nivel de resiliencia en la dimensión perseverancia en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa San Juan de Miraflores.</p> <p>- Identificar el nivel de resiliencia en la dimensión Satisfacción personal en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa, San Juan de Miraflores.</p>	<p>No probabilístico</p> <p>5. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACION:</p> <p>Es una investigación de tipo descriptiva- transversal, de nivel aplicativo y no Experimental.</p> <p>6. VARIABLE DE ESTUDIO:</p> <p>Resiliencia.</p>
--	---	--

ANEXO 2

CUESTIONARIO

Instrucciones:

A continuación, se les presenta una serie de frases a las cuales usted responderá con una X en la alternativa que crea conveniente.

No existen respuestas correctas ni incorrectas; estas tan solo

nos permitirán conocer su opinión personal sobre sí mismo (a).

Totalmente en desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
--------------------------	-------------------	---------------	---------------------------------	------------	----------------	-----------------------

1	Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7
3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5	Puedo estar solo(a) si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido (a).	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7
12	Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7

13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente	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 algo de que reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17	El creer en mí mismo(a) me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar	1	2	3	4	5	6	7
19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
22	No me lamento de las cosas por lo que no puedo hacer nada	1	2	3	4	5	6	7
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7



Universidad Inca Garcilaso de la Vega

Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 2 de agosto del 2018

Carta N° 1664-2018-DFPTS

Señor

JULIAN SANCHEZ PEREZ

DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA NACIONAL N°6041

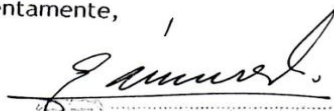
ALFONSO UGARTE SAN JUAN DE MIRAFLORES

Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **Aurea Violeta CHAVEZ SOLIS**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 22702527-0 quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución ; para poder así optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,


DR. RAMIRO GÓMEZ SALAS
Licenciado (a)
Facultad de Psicología y Trabajo Social




LIC. JULIAN SANCHEZ PEREZ
DIRECTOR
C.M. N° 1022988421
13-8-18

RGS/hzv
Id. 922712

Av. Petit Thouars 248, Lima
Teléfonos: 433 1615 / 433 2795 Anexo: 3304
E-mail: psic-soc@uigv.edu.pe

LA HISTORIA DEL ANCIANO


Un anciano labrador que tenía un viejo caballo para cultivar sus campos. Un día, el caballo escapó a las montañas. Cuando los vecinos del anciano labrador se acercaban para condolerse con él, y lamentar su desgracia, el labrador les replicó: «¿Mala suerte? ¿Buena suerte? ¿Quién sabe? Una semana después, el caballo volvió de las montañas trayendo consigo una manada de caballos. Entonces los vecinos felicitaron al labrador por su buena suerte. Este les respondió: «¿Buena suerte? ¿Mala suerte? ¿Quién sabe?». Cuando el hijo del labrador intentó domar uno de aquellos caballos salvajes, cayó y se rompió una pierna. Todo el mundo consideró esto como una desgracia. No así el labrador, quien se limitó a decir: "¿Mala suerte? ¿Buena suerte? ¿Quién sabe?". Una semana más tarde, el ejército entró en el poblado y fueron reclutados todos los jóvenes que se encontraban en buenas condiciones. Cuando vieron al hijo del labrador con la pierna rota le dejaron tranquilo. ¿Había sido buena suerte? ¿Mala suerte? ¿Quién sabe?

Resultado del análisis

Archivo: TESIS AUREA VIOLETA listo.docx

Estadísticas

Sospechosas en Internet: 12,77%

Porcentaje del texto con expresiones en internet 

Sospechas confirmadas: 17,62%

Confirmada existencia de los tramos en las direcciones encontradas 

Texto analizado: 82,12%

Porcentaje del texto analizado efectivamente (no se analizan las frases cortas, caracteres especiales, texto roto).

Éxito del análisis: 100%

Porcentaje de éxito de la investigación, indica la calidad del análisis, cuanto más alto mejor.

De: FERNANDO RAMOS <framos3473@gmail.com>
Enviado: jueves, 22 de noviembre de 2018 9:16
Para: Violeta Chávez Solis
Asunto: Re: Urgente Tesis Para aprobación

Buenos días

SU TESIS ESTA APROBADA

Mg. Fernando Ramos Ramos