

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO



Facultad de Psicología

Carrera profesional de psicología

**RESILIENCIA SEGÚN SEXO EN ESTUDIANTES DE DOS
UNIVERSIDADES DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA**

Bachilleres:

Correa Correa, Erick Jhony

Mendoza Chávez, Jorge Luis

Asesor:

Mg. Ps. Patricia del Pilar Gómez Vargas

Cajamarca – Perú

2020

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO



Facultad de Psicología

Carrera profesional de psicología

**RESILIENCIA SEGÚN SEXO EN ESTUDIANTES DE DOS
UNIVERSIDADES DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA.**

**Tesis presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos
para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología**

Bachilleres:

Correa Correa, Erick Jhony

Mendoza Chávez, Jorge Luis

Asesor:

Mg. Ps. Patricia del Pilar Gómez Vargas

Cajamarca – Perú

2020

COPYRIGHT © 2020 by
MENDOZA CHAVEZ, JORGE LUIS
CORREA CORREA, ERICK
Todos los derechos reservados

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

APROBACION DE TESIS PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL

Presidente: Dr. Psi. Liz Verónica Álvarez Cabanillas

Secretario: Mg. Psi. Cynthia Daniela Peña Muñoz

Asesor: Mg. Psi. Patricia del Pilar Gómez Vargas.

A:

Dios por brindarme la vida, su bendición y sabiduría en cada paso dado y a mis padres por su apoyo incondicional que influenciaron en gran manera en mi formación como persona, siendo el principal cimiento para la construcción de mi vida profesional, estableciendo en mí las bases de amor, humanidad, responsabilidad y deseos de superación

Erick Jhony Correa Correa

Dios principalmente por darme la fuerza necesaria para continuar y obtener uno de los anhelos más deseados en mi vida y a mis padres por todo su amor, apoyo y sacrificio en todos estos años, de forma especial a mi madre que me llena de bendiciones desde el cielo, a mis hermanas que gracias a ellas puedo decir que lo he logrado y he dado este gran paso en mi vida profesional

Jorge Luis Mendoza Chávez

AGRADECIMIENTO

- A Dios por su infinito amor y porque sin él nada de esto sería posible.
- A la Mg. Patricia del Pilar Gómez Vargas, nuestra querida asesora, por su apoyo, comprensión, tolerancia y los saberes compartidos.
- A nuestros maestros que nos han formado durante nuestra carrera universitaria para llegar a lograr nuestros objetivos.
- A las personas que nos apoyaron incondicionalmente desde el inicio de este material para obtener nuestro grado de título.
- A la universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo y Universidad Privada del Norte, por el apoyo con la población dirigida para esta investigación.

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar las diferencias de la resiliencia en varones y mujeres universitarios. Además, se especifica la diferencia según los factores de la resiliencia que son: Ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, satisfacción personal y sentirse bien solo. Para la medición de la variable de estudio se utilizó la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young. Por otro lado, para la recolección de datos se trabajó con una muestra elegida de 196 estudiantes, con edades comprendidas entre los 17 y 19 años. Esta investigación es básica, pues busca contribuir al entendimiento de la variable en dos grupos diferenciados, por otro lado, presenta un diseño no experimental pues la variable no fue manipulada. A nivel de hipótesis se plantea que existen diferencias significativas en la resiliencia según sexo, por lo que teóricamente se asumió que las mujeres tienen mayor capacidad resiliente que los varones, debido a que también puntuarían más en los factores de la resiliencia, que son: satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solos, confianza en sí mismo y perseverancia. Finalmente, los resultados confirmaron estas hipótesis, siendo las mujeres más resilientes que los varones, obteniendo puntajes más altos en las dimensiones y teniendo una diferencia significativa a nivel inferencial ($\text{sig} < .05$).

Palabras clave: Resiliencia, género, adolescencia

ABSTRACT

The following research is aimed to determine the variances in resilience in male and female university students. In addition, the difference is specified according to the resilience factors, these are: equanimity, perseverance, self-confidence, personal satisfaction and feeling good being lonely. Wagnild and Young's Resilience Scale (ER) was used to measure the study of the variable. In contrast, for data collection, we worked with a sample of 196 students. This research is basic, since it pursues to contribute to the understanding of the variable in two differentiated groups, on the other hand it presents a non-experimental design since the variable was not manipulated. In the hypothesis level, it is proposed that there are noteworthy differences in resilience by sex, so it was theoretically assumed that women have greater resilience than men, because they would also get more points in the dimensions of resilience, which are: personal satisfaction, equanimity, feeling good being alone, self-confidence and perseverance. Finally, the results confirmed these hypotheses; women are more resilient than men, obtaining higher scores in the diemensions and having a significant difference at the inferential level (sig <.05).

Keu words: resilience, gender, adolescence

INDICE

A:	IV
AGRADECIMIENTO	V
RESUMEN.....	VI
INDICE	VIII
LISTA DE TABLAS	X
CAPÍTULO I	1
1.1. Planteamiento del problema:	2
1.2. Formulación del Problema	5
1.3. Objetivos	5
1.3.1. Objetivo general	5
1.4. Justificación de la investigación	6
CAPÍTULO II	7
MARCO TEÓRICO	7
2.1. Antecedentes de investigación	8
2.1.1. Internacionales	8
2.1.2. Nacionales.	9
2.1.3. Locales	16
2.2. Bases Teóricas	18
2.2.1. Resiliencia	18
2.2.1.1. Coping	18
2.2.1.2. Invulnerabilidad	19
2.2.1.3. Resistencia	20
2.2.2. Definición y Evolución histórica del término resiliencia.	20
2.2.2.1. Modelos centrados en la juventud	22
2.2.2.2. Factores intrapersonales, interpersonales y sociales. Proceso resiliente. 25	
3.2.1. Resiliencia como proceso intrapersonal	27
3.2.2. RESILIENCIA Y ETAPA UNIVERSITARIA	31
3.2.2.1 El concepto de adultez emergente	31
2.3. Definición de términos	40
2.4. Hipótesis de la Investigación	42
2.4.1. Hipótesis general	42
2.4.2. Hipótesis específica	42
2.5. Definición Operacional de variables	42

CAPITULO III	45
MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	45
3.1. Tipo de Investigación	46
3.2. Diseño de la Investigación	46
3.3. Unidad de análisis	48
3.4. Instrumento de recolección de datos	48
3.5. Procedimientos de recolección de datos	49
3.6. Análisis de datos.	49
3.7. Consideraciones éticas	49
3.7.1. Consentimiento informado	49
CAPÍTULO IV	51
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	51
4.1. Análisis de resultados	52
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	60
5.1 Conclusiones	61
5.2. Recomendaciones	62
REFERENCIAS	64
LISTA DE ABREVIATURAS	73
ANEXOS	74
ANEXO A	75
ANEXO B	76
ANEXO C	84
ANEXO D	87

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Operalización de variables.....	42
Tabla 2. Procesamiento de datos de la Escala de Resiliencia.....	52
Tabla 3. Procesamiento de datos de la aplicación de la escala de resiliencia.....	54

INTRODUCCION

El presente estudio busca explorar la variable resiliencia dentro de un contexto universitario y comparándola según sexo. Dentro del contexto profesional, se propone ampliar el conocimiento teórico y metodológico de la variable de estudio, ya que se convierte en una habilidad necesaria para el abordaje de diversas dificultades. La presente investigación tiene como objetivo determinar las diferencias en la resiliencia según sexo en un grupo de estudiantes universitarios (ciclos 1 y 2), con edades comprendidas entre los 17 y 19 años, y así mismo pueda ser una base para que futuros investigadores y profesionales tengan una referencia para proponer estudios en otros niveles, es decir, incluyendo otras variables o incluso asumiendo una perspectiva experimental e incluso programas de intervención.

En el primer capítulo, se exponen el problema de investigación, la pregunta de investigación y los objetivos de estudios, contextualizando el tema que se desea explorar, incluyendo la problemática sobre la ausencia de la resiliencia en una población específica.

En el segundo capítulo se desarrolla el marco teórico, revisión de los antecedentes de estudios y definición de términos básicos, es decir, las teorías e investigaciones que se utilizarán para contrastar los resultados, teniendo el respaldo teórico y metodológico del estudio.

El tercer capítulo consigna la metodología de investigación, detallando la muestra y los instrumentos utilizados, que son la guía de la investigación.

El cuarto capítulo se desarrolla los resultados del estudio, siendo la discusión el punto importante que termina con las conclusiones y recomendaciones, contrastadas con los antecedentes y la teoría.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema:

Podemos observar en nuestra realidad cajamarquina que muchos estudiantes de nivel superior sufren diversos cambios tanto psicológicos como sociales por motivos de que tienen que adaptarse a una enseñanza nueva para poder surgir y salir adelante, ya que cursan sus primeros años de vida universitaria muchos de ellos presentan temor a no poder calificar con un rendimiento adecuado, debido a que vienen de diversas situaciones o conflictos que puede perjudicar su aprendizaje, por ejemplo: residen en provincias ajenas a la misma ciudad, vienen de familias disfuncionales, viven solas o trabajan para pagar sus estudios, alumnos con experiencias erróneas que quieren salir adelante y esto a corto o largo plazo va a generar en ellos el deseo de abandonar por completo sus estudios, Por consiguiente, comienza a surgir problemas de riesgo, como baja autoestima, alteraciones mentales, conductas inadecuadas frente a su entorno que los rodea y es por eso que con este estudio queremos identificar de forma más concisa quiénes son los alumnos según sexo con capacidades más resilientes frente a estas situaciones en su etapa universitaria.

Algunos estudiantes que inician sus estudios universitarios aún se encuentran en la etapa de la adolescencia. Esta etapa es de constantes cambios, físicos, psicológicos y sociales, donde el individuo se enfrenta a diversos retos. Pero también se da la adaptación a situaciones nuevas, cambios en lo estado de ánimo, emociones diversas, cambios de humor, incapacidad para solicitar apoyo y características que definitivamente exponen al adolescente a diversas situaciones de riesgo. (Badaracco, 2013), entre las que se pueden encontrar el consumo de sustancias, la ideación suicida, baja autoestima, conductas depresivas, etc.

Situaciones que se pueden convertir en crónicas y afectar, incluso, el desarrollo personal del individuo. A pesar de las diferencias en la complejidad y la diversidad de las circunstancias que vive, estas pueden percibirse como muy amenazantes y sin solución o, por el contrario, como situaciones menos amenazantes pero que siempre pueden afectar emocionalmente a los individuos que se relacionan con la incapacidad para afrontar situaciones difíciles. Es decir, la respuesta a situaciones complejas puede encontrarse en un amplio espectro de alternativas, que van desde el tener las capacidades para sobresalir o verse afectados en mayor medida.

Ante las diferentes vicisitudes que vive todo individuo, aparece un término asociado a la capacidad para enfrentar los problemas. Para Luthar, Cichetti y Becker (2000) es un término que se utiliza en diversos contextos y que se refiere a la capacidad de un individuo para afrontar la adversidad, experiencias negativas y salir con mayor fortaleza de estas situaciones. Esto se evidencia en todas las experiencias humanas, donde incluso lo que puede ser común para algunos, resulta problemático para otros.

Teóricamente, se sabe que capacidades resilientes pueden contribuir a enfrentar diversos problemas menores y con esto disminuir la probabilidad de problemas mayores como son bajo rendimiento, consumo de drogas e incluso el suicidio y otras problemáticas. Rocamora (2013) considera que la resiliencia es un factor protector ante diversas situaciones, lo que significa que su evaluación es importante para prevenir futuros problemas, pues nos permite tener una línea base para reforzarla o fomentarla. Fernández y Febre (2006) plantean que el adolescente resiliente gestionará de una mejor manera los problemas cotidianos y en un contexto nuevo, como el empezar la vida universitaria, se convierte en una necesidad el poder

desarrollarla y diferenciar a aquellas personas que podrían tener capacidades de aquellas que no. No es necesario tener dificultades para evaluar la resiliencia, Manciaux M. et al. (citados en Rocamora 2013) afirman que tiene un aspecto asociado a la resistencia a la destrucción, es decir, a no cometer actos contra sí mismos, a la par de la ya conocida capacidad para reconstruir sobre lo adverso. Estos actos pueden afectar el desarrollo personal de cada individuo por lo que es importante conocer el desarrollo de la variable resiliencia, en una población específica como lo son los estudiantes que inician la vida universitaria.

Ante esto, Sánchez-Teruel y Robles-Bello (2014) consideran que los investigadores y profesionales deben contextualizar teorías sobre la resiliencia asociadas a diversos problemas y en diversos grupos, considerando la cultura para que los adolescentes puedan generar estrategias para afrontar las adversidades. Ante la evidencia teórica e investigativa, se hace necesario el estudio de esta variable, además de considerar la diferencia según sexo ya que se sabe que el desarrollo de habilidades entre varones y mujeres es diferente, y tener datos acerca de la diferencia también nos permitirá tener una línea base para fomentar estrategias específicas por parte de los profesionales interesados en el tema.

1.2. Formulación del Problema

- ¿Cuál es la diferencia en resiliencia según sexo en estudiantes de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

- Determinar las diferencias en la resiliencia según sexo en estudiantes de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Describir los niveles de resiliencia en estudiantes según sexo de dos universidades privadas de la ciudad Cajamarca.
- Identificar los niveles de los factores de resiliencia, ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, satisfacción personal y sentirse bien solo, en estudiantes según sexos de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca.
- Determinar las diferencias en los factores de la resiliencia según sexo en estudiantes de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca.

1.4. Justificación de la investigación

La investigación contribuirá a explorar la diferencia en la resiliencia según sexo en universitarios y en una población específica como son los estudiantes de los primeros ciclos de estudios, considerando que se hará una revisión teórica de lo estudiado sobre resiliencia además que se discutirán los resultados, integrando la información obtenida previamente con los datos encontrados en la población de estudio.

Además, servirá como un estudio antecedente para aquellos investigadores que deseen profundizar en el tema, con la utilización de instrumentos adaptados a la realidad cajamarquina e integración de otras variables de interés. Esto implica que puede ser un punto de partida para estudios con otras metodologías, comparando otros grupos e incluyendo variables que pueden estar asociadas a la resiliencia.

Además, contribuirá como una referencia para la intervención en la resiliencia, con datos descriptivos y de la estadística inferencial que serán el sustento para la aplicación de programas que busquen el desarrollo de la resiliencia como una habilidad acorde a lo que se requiere en profesionales de la salud mental.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de investigación

2.1.1. Internacionales

Cardozo y Alderete (2009), en su investigación denominada “Adolescentes en riesgo psicosocial y resiliencia” tuvieron como objetivo detallar las variables individuales y sociales que incluyen en la resiliencia. Evaluaron a una muestra de 210 adolescentes en Córdoba (Argentina). Para la evaluación utilizaron entrevistas de salud mental que determinaban si los evaluados eran resilientes o no resilientes. Dentro de las diferencias según sexo, los autores llegaron a determinar que los varones son más resilientes que las mujeres, aunque este resultado es a nivel descriptivo pues la investigación se orientó a evaluar otros elementos.

González, Valdez y Zavala (2008) en la investigación denominada. “Resiliencia en adolescentes mexicanos” tuvo como objetivo conocer los factores de la resiliencia en los adolescentes. La muestra utilizada fue de 200 adolescentes de la ciudad de Tepic, hombres y mujeres entre 14 y 18 años de edad. El diseño de la investigación fue descriptivo comparativo. Respecto a los resultados, se encontró que los varones presentan mayor resiliencia, pero siempre y cuando presenten otros rasgos como el de ser más independientes y en el caso de las mujeres son resilientes siempre y cuando exista apoyo externo significativo.

Rodríguez-Fernández, Ramos-Díaz, Ros, Fernández-Zavala y Revuelta (2015) elaboraron un estudio denominado, “Resiliencia e implicación escolar en función del sexo y del nivel educativo en educación secundaria”. Tuvo como objetivo analizar la relación entre resiliencia y componentes conductual, emocional y cognitivo en el aspecto educativo. El estudio se realizó con 1250 estudiantes de Educación Secundaria, divididos en 612 (49%) hombres y 638 (51%) mujeres. El

instrumento utilizado para medir la resiliencia fue la escala Connor-Davidson de Resiliencia (CD-RISC). Los resultados considerando las comparaciones según sexo indican que la resiliencia en varones puede ir disminuyendo conforme el desarrollo y que las mujeres tendrían puntajes más altos.

Villalta Páucar, Delgado Vásquez, Ecurra Mayaute y Torres Acuña (2017), en su Artículo, “Resiliencia y rendimiento escolar en adolescentes de Lima y de Santiago de Chile de sectores vulnerables”. El objetivo del estudio fue proponer instrumentos de medición de la resiliencia relacionada al rendimiento escolar, válido para adolescentes y jóvenes de sectores sociales vulnerables de zonas urbanas de dos países latinoamericanos. El método de investigación está basado en el análisis del comportamiento estadístico de los ítems y dimensiones de la resiliencia de la escala SV-RES en 764 adolescentes de zonas urbanas vulnerables de Lima-Perú y 1 145 de Santiago de Chile, con alto y bajo rendimiento escolar de sectores sociales de alta vulnerabilidad social. Se realizó Análisis Factorial Exploratorio (AFE) y el análisis de validez convergente y discriminante. Se concluyó que los aspectos culturales y de socialización definen procesos de resiliencia vinculados al rendimiento escolar, diferentes entre poblaciones de adolescentes de Lima y de Santiago de Chile.

2.1.2. Nacionales.

Guevara y Severino (2016) estudiaron la relación entre resiliencia y riesgo suicida en adolescentes de Pimentel. La muestra fue de 70 adolescentes. Utilizaron la escala de resiliencia de Prado y Del Águila y el cuestionario de riesgo suicida de Pluchik. Los resultados encontrados fueron que existe relación inversa y significativa entre el riesgo suicida y resiliencia, es decir, existe mayor riesgo

cuando los niveles de resiliencia decaen. Esto también lo determinaron a nivel descriptivo pues los porcentajes de mayor riesgo, aparecían en los sujetos con menor capacidad resiliente. La presente investigación fue realizada con varones y descriptivamente, el 60% se ubica en un nivel bajo de resiliencia.

Ángeles (2017) en su estudio denominado “Relación entre resiliencia y habilidades sociales en un grupo de adolescentes de Lima norte”. Este estudio fue de tipo básico descriptivo correlacional de diseño no experimental. Para evaluar las variables utilizó el Inventario de Factores Personales de Resiliencia y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein, la muestra utilizada fue de 515 estudiantes de sexto de primaria. Los resultados mostraron que no existe relación significativa entre resiliencia y las habilidades sociales ($p > .05$); sin embargo, si se encontraron relaciones significativas entre el factor empatía y cinco de las dimensiones de las habilidades sociales ($p < .05$), excepto la dimensión de habilidades de planificación, así como una relación estadísticamente significativa con las habilidades sociales global. La mayoría de los adolescentes poseen un nivel promedio de resiliencia, así como de sus factores personales autoestima, empatía, autonomía, humor y creatividad, poseen habilidades sociales en nivel medio y de la misma manera, en cada una de sus dimensiones, básicas, avanzadas, alternativas a la agresión, relacionadas a los sentimientos, para enfrentar el estrés y de planificación. Tanto los hombres como las mujeres se encuentran en el nivel promedio de resiliencia y de habilidades sociales, es decir, el sexo no establece diferencias.

Verastegui (2020) realizaron un estudio donde se determina la “relación entre estrés académico y resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte”. La metodología de estudio utilizada fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y de tipo correlacional. Para el desarrollo de la investigación se emplearon como instrumentos el Inventario SISCO de Estrés académico (Barraza, 2007) y Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993). La muestra estuvo conformada por 392 estudiantes de ambos sexos entre las edades de 16 y 45 años de las carreras de Educación Primaria, Enfermería y Contabilidad con mención en Finanzas desde primer hasta decimo ciclo. Los resultados obtenidos evidencian una correlación inversa moderada ($r=-.616$), y estadísticamente significativa ($p=.000$), es decir a mayor estrés por parte de los estudiantes menor será el nivel de resiliencia. En el caso de la variable resiliencia, se encontró un mayor porcentaje de estudiantes en un nivel general de resiliencia baja y media baja, resultados que se asemejan a los expuestos por Caceres y Ccorpuna (2015) en sus estudios denominada estresores académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes de segundo, tercero y cuarto año en la Facultad de Enfermería de Arequipa, los estudiantes presentaron predominantemente un nivel de resiliencia media. Por otro lado, la investigación buscaba determinar las diferencias en ambas variables según sexo; en donde se encontró principalmente diferencias significativas en el nivel de intensidad de estrés académico y la frecuencia de los síntomas, siendo los hombres quienes presentan mayores indicios en los dos casos, es decir los hombres perciben en mayor magnitud el estrés académico y generan en mayor medida reacciones psicológicas, comportamentales y físicas.

Butron (2015) realiza una investigación titulada “inteligencia Emocional y Resiliencia en estudiantes del primer ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la UNMSM-2015”, la metodología usada para la elaboración de esta tesis estuvo relacionada al enfoque cuantitativo. Es una investigación básica sustantiva que se sitúa en el nivel descriptivo. El diseño de la investigación ha sido correlacional de corte transversal. La muestra estuvo representada por un grupo de 140 estudiantes del primer ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la UNMSM – 2015. Las técnicas de investigación empleadas han sido: Test estandarizados, el procesamiento de datos y la del software SPSS.

Entre los resultados más importantes obtenidos con la prueba estadística de Rho de Spearman tenemos lo siguiente: un nivel de correlación de 0,317; lo cual indica que la correlación es baja. Por todo ello se concluye que existe relación directa y significativa entre la Inteligencia Emocional y la resiliencia en estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la UNMSM – 2015.

Ita (2020), el estudio “Resiliencia y desarrollo de habilidades sociales en una universidad privada, 2019” esta investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre resiliencia y el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de la Universidad Arzobispo Loayza, Lima – 2019. Se han vinculado las variables con el propósito de mostrar la importancia de la resiliencia como capacidad de adaptación y de desarrollo de las habilidades sociales. En cuanto a la metodología el estudio desarrolló un enfoque cuantitativo, diseño no experimental, nivel correlacional, de tipo básica y de corte transversal. La muestra fue probabilística conformada por 89 estudiantes. Se hizo uso de los instrumentos de escala ordinal para cada una de las variables con el propósito de recolectar los datos de forma

fidedigna para cada uno de los constructos. Luego de la recolección de datos y de haberse analizados se logró la siguiente conclusión se ha demostrado que existe relación significativa entre la resiliencia y las habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad Arzobispo Loayza, Lima – 2019. Esta relación logró un coeficiente de 0,819 determinándose una relación alta según el coeficiente de Rho de Spearman siendo esta significativa.

Conforme a los resultados, la resiliencia es un constructo que permite a los estudiantes desarrollarse con armonía en un contexto o entorno dinámico, interactivo y globalizado que tiene que ver con el desarrollo humano y con los procesos de adaptación social. Desde esta perspectiva, la investigación hace referencia a la importancia de la resiliencia como un mecanismo que apertura la confianza en las posibilidades personales de adaptación personal y social en situaciones comunicativas, cognitivas y socioculturales. (Ita, 2020)

(Paredes, 2020) En su estudio “Propiedades Psicométricas de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en Universitarios de Chimbote” realiza una investigación de tipo instrumental y tuvo como objetivo determinar las propiedades psicométricas de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en una muestra de 384 Universitarios de Chimbote. Los resultados fueron los siguientes: En la validez a través del análisis factorial confirmatorio se reporta índices aceptables de ajuste absoluto, (GFI=AGFI=.951, SRMR=.0781, RMSEA=.056) y de incremento (NFI=.953, CFI=.938,IFI=.983). Finalmente se halló una fiabilidad total de ,931 por medio de coeficiente Omega.

(Ordoñez, 2020) En su estudio “Resiliencia y Compromiso Académico en estudiantes de una universidad de Quevedo, 2020”, realiza una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre la resiliencia y compromiso académico en estudiantes de una Universidad de Quevedo. Para lo cual se aplicó una investigación bajo el enfoque cuantitativo y diseño no experimental, transversal y correlacional. La muestra estuvo conformada por 155 estudiantes de la Universidad de Quevedo, cuyas edades oscilaban entre 18 a 24 años de edad, seleccionadas mediante muestreo no probabilístico intencional. Para la medición de la variable resiliencia se utilizó como instrumento la “Escala de resiliencia” (ER-14) de 14 ítems de Wagnild y Young, basada en la Resilience Scale (RS -25), y para la medición de la variable compromiso académico se utilizó la escala Engagement en el estudio universitario UWES-S 17, en el cual estuvo conformada por 9 ítems. Los resultados mostraron que existe relación altamente significativa ($Rho=643$; $p<01$) entre resiliencia y compromiso académico en estudiantes de la Universidad de Quevedo. Además, se identificó que existe relación significativa entre las dimensiones competencia personal y aceptación de uno mismo con las dimensiones vigor, dedicación y absorción ($p<.01$). Así también, en resiliencia predomina el nivel alto (38,1%) y muy alto (56.1%), y en compromiso académico predomina el nivel alto (91%) y medio (8%).

(Bardales, 2019) Realizó un estudio que determina “La influencia del programa de formación resiliente en hábitos y actitudes hacia el estudio en estudiantes de una universidad particular en Piura”. Asimismo, el diseño de investigación fue cuasi experimental debido a que los grupos ya estaba definidos. En cuando a la población se puede decir que estuvo conformada por 290 estudiantes

de la Escuela de Psicología de una universidad particular de la ciudad de Piura. Así también, la muestra estuvo constituida por 70 estudiantes universitarios (35 estudiantes grupo experimental y 35 estudiantes grupo control) de igual forma, el muestreo utilizado fue no probabilístico por conveniencia; debido a que el acceso a los evaluados estuvo sujeto a su disponibilidad y viabilidad según sus horarios establecidos académicamente. Por otro lado, la técnica del instrumento utilizado en esta investigación fue la encuesta. Así también como instrumento se utilizó el cuestionario de encuesta de hábitos y actitudes hacia el estudio (ehahe) con la autoría de Brown y Holtzman (1975) y adaptado a la población de México por Fernando García Cortes y Eduardo García Hassey. Fue elaborado como instrumento de selección, para ayudar a la enseñanza y como instrumento de investigación. Está dividido en siete subescalas, consta de 100 ítems, 50 para medir actitudes y 50 para medir los hábitos hacia el estudio. Por su parte, este instrumento posee validez de constructo por el método de ítems – test a través del estadístico de Pearson donde los resultados arrojaron puntajes mayores a 0,21 con lo que significa instrumento válido. De igual forma al aplicar la prueba de Alfa de Cronbach para establecer confiabilidad interna los datos, reflejan que es un puntaje de 0,875 lo que significa que es consistente. Finalmente, esta investigación concluye que el programa de formación resiliente influye en los hábitos y actitudes hacia el estudio en los estudiantes de una universidad particular de Piura. Esto nos confirma que tanto a nivel general como por dimensiones su influencia es efectiva para los estudiantes universitarios. Estos datos son respaldados por Barradas y Martínez (2007) quien refiere que si el estudiante tiene buenos hábitos de estudio y las actitudes positivas

hacia sus profesores y hacia la educación aumenta el rendimiento escolar reflejado en el promedio escolar que también se incrementa.

2.1.3. Locales

Díaz (2020) realizó un estudio denominado “Niveles de resiliencia en estudiantes de primer y segundo ciclo de la facultad de psicología de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo” que tuvo como objetivo el determinar los niveles de resiliencia en los estudiantes en mención. El diseño de la investigación fue cuantitativa, básica y no experimental. También se ofreció un análisis descriptivo sobre las diferencias según sexo. Para medir la resiliencia se utilizó la Escala de resiliencia para adolescentes (ERA). Los resultados indican que de acuerdo al sexo se observa que el sexo femenino presenta resiliencia en nivel alto con 32% y el sexo masculino presenta resiliencia en nivel alto con 17%. Marcando así una tendencia a mayor resiliencia por parte de las mujeres.

Acejjas y Silva (2016) elaboraron un estudio para determinar la relación entre

Resiliencia e ideación suicida en las en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución educativa en la ciudad de Cajamarca. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional. La muestra estuvo conforma por 99 estudiantes de secundaria. Las escalas utilizadas fueron La Escala de Wagnild y Young para

Resiliencia y la escala de Ideación Suicida de Beck. Los resultados arrojaron que existe relación significativa e inversa entre la ideación suicida y la resiliencia, además de que este resultado también alcanza a las dimensiones de la resiliencia. Esto quiere decir que, a mayor capacidad resiliente, la ideación suicida disminuye.

En este caso, la población fue femenina y la tendencia es la resiliencia a nivel moderado.

Chávez (2018) realiza un estudio sobre la relación entre resiliencia y calidad de vida de los estudiantes de una universidad de Cajamarca, su estudio es de tipo descriptivo – correlacional. Se evaluaron a un grupo de 369 estudiantes de ambos sexos, de diferentes ciclos y pertenecientes a todas las facultades de la institución. Los instrumentos de medición fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER) y la Escala de Calidad de Vida de Oison & Barnes (ECV), para el análisis estadístico se empleó el programa estadístico SPSS versión 24. Los resultados evidencian que hay una correlación significativa directa entre resiliencia y calidad de vida, así como de resiliencia y las dimensiones de calidad de vida: hogar y bienestar económico; Amigos, vecindario y comunidad; Vida familiar y familias extensas, Educación y ocio, medios de comunicación, Religión y Salud. Este estudio concluye que la resiliencia es un factor determinante para el logro de bienestar individual y del entorno, que redundando en la calidad de vida y satisfacción de los estudiantes coadyuvando a su desarrollo en el conjunto de dominios del ciclo vital.

Huamán y Jauregui (2015) realizan un estudio donde determinan la relación que existe entre Resiliencia e Ideación suicida en los jóvenes de la Universidad Nacional de Cajamarca, siendo un tipo de investigación no experimental, de corte transversal y descriptivo correlacional, se trabajó con una población conformada por 960 alumnos de las facultades de Ingeniería, Derecho y Ciencia Políticas y Ciencias de la salud. Referente a la identificación del nivel de resiliencia en los jóvenes con ideación suicida de la Universidad Nacional de Cajamarca, podemos

apreciar que el 23.1% se encuentra en un nivel de resiliencia alta, el 55.8% se encuentra en un nivel de resiliencia moderada y el 21.2% se encuentra en un nivel de resiliencia baja.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Resiliencia

2.2.1.1. Coping

El concepto inglés coping se puede traducir por hacer frente a una dificultad o problema. Este concepto tiene sus orígenes en un estudio longitudinal llevado a cabo por Murphy en 1957, en una población adolescente, así mismo (Gil, 2010). introdujo este concepto en referencia a los mecanismos que regulan la ansiedad ante los retos, la frustración o el estrés.

Más tarde, (Murphy y Moriarty, 1976), publicó otra investigación que revelaba la importancia que tienen las relaciones sociales, las emociones positivas y la autorregulación a la hora de afrontar situaciones estresantes o traumáticas o catastróficas.

El afrontamiento centrado en el problema, se refiere a los esfuerzos que hará la persona para resolverlo o disminuir su impacto mediante la acción directa. El afrontamiento centrado en la emoción, se referirá a los esfuerzos para reducir las emociones negativas producidas en respuesta a una amenaza. En estos tipos de afrontamiento, que pueden interactuar en ocasiones, estas respuestas pueden conllevar roles no funcionales (como la evitación, la negación o las adicciones), no

permitiendo el proceso resiliente, el cual requiere de una adaptación positiva (Skodol, 2010).

2.2.1.2. Invulnerabilidad

El término francés invulnérabilité (invulnerabilidad) comenzó a utilizarse en la década de los 70, haciendo referencia a niños constitucionalmente muy fuertes ante situaciones de gran adversidad. Estas investigaciones se llevaron a cabo en sujetos que eran hijos de progenitores esquizofrénicos, siendo considerados como sujetos en situación de riesgo. En este estudio se pretendía estudiar los mecanismos implicados en la invulnerabilidad o vulnerabilidad de los sujetos, y de cómo algunos de ellos presentaban estabilidad emocional (Anthony y Koupernik, 1974; Garnezy, 1971). De sus estudios, Anthony (1987) distingue cuatro categorías de personas:

- Hipervulnerables: siendo aquellos que sucumben a situaciones de estrés habituales de la vida.
- Pseudo-invulnerables: estos sujetos han vivido en un ambiente sobreprotector y cuando este cambia o se reduce, se hunden con facilidad.
- Invulnerables: estos individuos aún expuestos a sucesivas situaciones traumáticas se sobreponen rápidamente.
- No vulnerables: describe a aquellos que son fuertes desde el nacimiento y continúan desarrollándose de manera estable.

La concepción de la resiliencia se va a referir un constructo potencialmente cambiante en el tiempo, más que a una cualidad permanente. Por lo que, la

adaptación positiva ante las situaciones difíciles, no es estable, pues puede variar dependiendo de los acontecimientos que se le presenten al individuo o cómo los experimente (Jiménez, 2008)

2.2.1.3. Resistencia

Este concepto surgió de los estudios de Kobasa (1979), centrados en averiguar cómo los individuos adultos que se enfrentaban a situaciones de alto estrés lograban no enfermar, y cómo aquellos que enfermaban eran capaces recuperarse (Becoña, 2006).

Por otro lado, introdujo el concepto de personalidad resistente asociada a un factor de protección frente a los estresores. Los estudios realizados posteriormente sobre este aspecto encontraron que, ante hechos vitales negativos, las personas estudiadas presentaban unas características de personalidad que les protegían frente a los acontecimientos adversos. Maddi y Kahn, (1982). Dichas características se referían a una fuerte sensación de control sobre lo que está acaeciendo, un fuerte compromiso, una interpretación las experiencias dolorosas como una parte de la vida y una mayor apertura a los cambios.

2.2.2. Definición y Evolución histórica del término resiliencia.

Etimológicamente, el término resiliencia proviene del latín resilio, que significa volver atrás, rebotar o resurgir (Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla, 1997). Este concepto se ha venido utilizando tradicionalmente en la investigación física, además se refiere a la capacidad de un material para recobrar su forma después de haber estado sometido a altas presiones.

Más tarde, este concepto fue adoptado por la Psicología, con un significado muy cercano al original, referido a rebotar de una experiencia difícil, como si uno fuera una bola o un resorte (Becoña, 2006; Luthar et al., 2006). De esta manera, se comenzó a considerar la resiliencia como un aspecto consistente en una buena adaptación a la adversidad, a un trauma, una tragedia, amenaza, o a fuentes de tensión significativas, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas de salud o situaciones estresantes del trabajo o la educación (Rutter, 1987).

Desde 2011, lo podemos encontrar incluido en el diccionario de la RAE (Real Academia Española de la Lengua) cuyo significado es: “la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas”. Podemos hablar de tres etapas o generaciones en el estudio de la resiliencia. Esencialmente, se podría decir que la primera generación de autores, la considera como una cualidad, un rasgo generalmente permanente en el individuo; la segunda generación entiende la resiliencia como un proceso y se centra en la interacción de los diferentes factores; y la tercera generación, asume el concepto como algo que, además de ser un proceso, es una cualidad a construir a lo largo de todo el ciclo vital.

Por otro lado, explica Manciaux (2001): “la resiliencia nunca es absoluta, total ni lograda para siempre, sino que es una capacidad que resulta de un proceso dinámico entre la persona y ese evento particular en ese momento de su historia vital”. Quizás, las doce características recogidas por Forés y Grané (2008), se aproximan a lo que más define el concepto de resiliencia de esta nueva etapa:

1. Es un proceso
2. Hace referencia a la interacción dinámica entre factores
3. Puede ser promovida a lo largo del ciclo de la vida
4. No se trata de un atributo estrictamente personal
5. Está vinculada al desarrollo y al crecimiento humano
6. No constituye un estado definitivo
7. Nunca es absoluta ni total
8. Tiene que ver con los procesos de reconstrucción
9. Tiene como componente básico la dimensión comunitaria
10. Considera la persona como única
11. Reconoce el valor de la imperfección
12. Está relacionada con el vaso medio lleno.

2.2.2.1. Modelos centrados en la juventud

Estos modelos, se basan en que los jóvenes y los estudiantes se enfrentan a diferentes retos que los adultos, estos desafíos ayudan a dar forma a sus vidas: por ejemplo, los jóvenes están más influidos por sus compañeros (tanto dentro como

fuera del contexto educativo) en comparación con los adultos. Por lo que muchos de los procesos de resiliencia durante esta etapa, nos informarán de la capacidad de reacción y recuperación en la etapa adulta (Zimmerman y Brenner, 2010).

Cuando se enfrentan con el riesgo, los jóvenes se basan en factores de protección, para mantener la estabilidad, superar la adversidad, y en ocasiones aumentar la competencia (Fergus y Zimmerman, 2005; Luthar et al., 2000)

Los factores de protección son los recursos y activos que representan aspectos positivos en la vida de los jóvenes. Los recursos se refieren a factores externos al individuo, y los activos corresponden a factores que residen dentro de la persona. Así, los recursos incluyen el apoyo social, programas para jóvenes en la comunidad y mentores adultos. Los activos se refieren factores como la competencia, la inteligencia, y la motivación (Masten et al., 1990).

Diferentes investigadores; identifican principalmente, tres modelos de resiliencia asociados a la etapa de la juventud para explicar cómo diversos factores modifican los efectos negativos de la exposición a factores de riesgo. (Garmezy y Masten, 1986, Luthar et al., 2000)

A) Modelo de compensación, los efectos adversos como consecuencia de la exposición al estrés se contrarrestan con uno o más factores de protección. Por lo general, los efectos de los factores del riesgo y de compensación están en la dirección opuesta. Por lo tanto, el factor de protección compensa los efectos negativos del riesgo. Estos efectos principales son completamente independientes.

Por ejemplo, hay estudios que indican que el apoyo de los padres compensa los riesgos asociados de tener amigos violentos, (Zimmerman, Steinman, y Rowe, 1998)

El efecto positivo de este apoyo, contrarresta el riesgo ayudando a los jóvenes a ser fuertes frente a la exposición a la violencia (Zimmerman et al., 1998).

B) El modelo de protección sugiere que estos factores pueden ayudar a los jóvenes en peligro, y que los que demuestran un alto nivel en estos factores, tienen un menor riesgo de resultados negativos que otros con bajos niveles de protección (Garmezy et al., 1984).

C) El modelo de desafío, Sugiere que los niveles bajos de riesgo pueden ayudar a los jóvenes a ir adaptándose, de manera que más tarde, la exposición a niveles más altos sea menos negativa. Demasiado poco riesgo, puede no preparar a los jóvenes adecuadamente para la exposición al mismo, que inevitablemente se encontrarán a lo largo de sus vidas. Cuando los jóvenes son capaces de hacer frente con éxito a niveles moderados de exposición al riesgo, esto les ayudará a superar mayores riesgos en el futuro (Garmezy et al., 1984).

También Rutter (2006), sugiere que la exposición controlada a la adversidad temprana puede, en algunos casos, fortalecer la resistencia a la tensión más adelante, debido a la experiencia de éxito frente al evento anterior. Los eventos adversos en la infancia pueden proporcionar un contexto de gran alcance, para ayudar a los padres a desarrollar en sus hijos habilidades de regulación emocional

e inoculación del estrés. Pero, si el riesgo es demasiado grande, los efectos pueden ser negativos para la salud y estabilidad emocional de los jóvenes (Luthar, 2004).

A nivel fisiológico, Luecken, Rodriguez y Appelhans (2005) encontraron que los adultos emergentes (de edades entre 18 y 29 años) que experimentaron una muerte temprana de alguno de sus padres y decían tener buenas relaciones familiares, mostraban respuestas cardiovasculares más adaptativas ante una tarea o discurso estresante, que aquellos que tenían relaciones más pobres. La combinación de la muerte de los padres y de un cuidado positivo durante la infancia puede promover la capacidad de autorregulación, contribuyendo una mayor resistencia al estrés. Aunque estos tres modelos de resiliencia son analíticamente diferentes, conceptualmente no son excluyentes. sugieren que se puede utilizar más de un modelo para describir el proceso de resiliencia en jóvenes. (Garmezy 1984)

2.2.2.2. Factores intrapersonales, interpersonales y sociales. Proceso resiliente.

Describe los variables intervinientes en el proceso resiliente interactuando en tres niveles: intrapersonal, interpersonal, y social, que a su vez son responsables de la interacción entre emociones positivas y negativas (Fry y Keyesers, 2010)

Para conocer los factores intervinientes, se han investigado procesos como antídotos al estrés, las consecuencias negativas de la adversidad y acerca de cómo determinados atributos y/o cualidades de las personas se relacionan con la capacidad de ser resiliente. Algunos de estos atributos han sido descritos como un fuerte autoconocimiento o rasgos que promueven una buena interrelación con los demás. (Garmezy, 1991; Rutter y Skodol, 2010).

También se han enumerado muchas características de personalidad asociadas a la resiliencia como la autosuficiencia y la autoeficacia, que son aplicables y valoradas en las sociedades occidentales, mientras que en otro tipo de sociedades es más importante el equilibrio entre el individuo y la comunidad (Gotberg, 2005 y Holyfield 2008)

Por otro lado, algunos investigadores, han reconocido la existencia de otras dimensiones psicológicas relacionadas, con el concepto resiliencia. La mayoría de los autores han dirigido su atención a las teorías que signifiquen algo más que la ausencia de problemas, teniendo en cuenta la medición del ajuste positivo y el desarrollo normativo (Masten, Cutuli, Herbers, y Reed, 2009).

Su clasificación no está clara, ya que, algunos autores, incluyen la resiliencia dentro de estos factores no cognitivos y otros incluyen dentro de la resiliencia muchos de los factores denominados soft skills, como la persistencia, el autocontrol o el optimismo, entre otros (Heckman y Rubistein, 2001).

El interés también se centra en los conceptos relacionados con la competencia y tareas de desarrollo (Masten, Burt y Coatsworth, 2006). La competencia, en términos generales, se refiere al funcionamiento efectivo en el mundo, basadas en normas de comportamiento en un contexto dado y en la cultura. (Elder, 1998; Masten, A. y Wright, 2010).

De manera más concreta se podría decir que los factores intrapersonales como características referidas a los procesos internos de la persona; los factores interpersonales como las referentes a la relación con los demás y los factores

sociales como aspectos de interacción con grupos grandes o comunidades (Kent, Davis y Reich, 2014).

3.2.1. Resiliencia como proceso intrapersonal

Existe una amplia variabilidad, en cuanto a los factores intrapersonales se refiere, asociados a la resiliencia. A continuación, se describen los más destacados por los diferentes autores:

Autoestima: este factor, entendido como un sentido de autorrespeto, y autoaceptación, está generalmente vinculado a una expectativa de éxito en la vida y numerosos investigadores, lo destacan como un factor de resiliencia (Grotberg, y Suárez, 2006).

Este aspecto también es señalado por Merino y Privado (2015) para el llamado Funcionamiento Psicológico Positivo (FPP), escala en la que se recogen los principales factores implicados en este constructo, entre los que se encuentran la autoestima, el optimismo, la creatividad, etc.

Confianza en uno mismo/autoeficacia: las personas resilientes se caracterizan por una creencia en las propias habilidades para gestionar los retos y situaciones de la vida con eficacia. Por lo tanto, la confianza en sí mismo, o la autoeficacia son un requisito previo para esta capacidad (Lin y Skodol 2004). Además, los sujetos, suelen poseer un control interno; es decir, creen que los eventos que se producen en sus vidas están influidos, en gran medida, por su propio comportamiento y no son el resultado del destino, la mala suerte, o las acciones de los otros. Un locus de control interno también contribuye a la creencia de que los

Factores intervinientes en procesos resilientes 80 problemas pueden resolverse como resultado de los propios esfuerzos, lo que conduce generalmente a estrategias de afrontamiento más eficaces (Rojas, 2005). Por otro lado, la confianza en sí mismo y la autoeficacia se correlacionan positivamente con extraversión y la emotividad positiva, lo cual anima a participar y enfrentarse al mundo con confianza (Nakaya et al., 2006).

La teoría biopsicosocial (Cloninger et al., 1993) relaciona la falta de autonomía con trastornos de la personalidad, en cambio, la persona que se siente autosuficiente tiende a ser más resiliente. Muchos autores señalan la importancia del factor autonomía e independencia como predictor de resiliencia (Grotberg, 2006; Lascano, 1995; Munist et al., 2007; Suárez, 2006; Wolin y Wolin, 1993)

Autoconocimiento: la comprensión de uno mismo, ha sido destacada también como un aspecto resiliente. Como señala Alim et al. (2008), las personas resilientes poseen una alta comprensión de sí mismos, sobre sus motivaciones, sus emociones, sus fortalezas y debilidades. La importancia de este factor ya había sido evidenciada por Goleman (1996) en su teoría de la Inteligencia Emocional, donde hablaba del autoconocimiento como algo fundamental para el éxito en la vida y en las relaciones, así como para el equilibrio emocional.

Optimismo: las personas resilientes suelen tener planes de futuro, porque esperan y desean mejorar. En general, están motivados para lograr el éxito en diversos aspectos de la vida (Masten et al., 1999; Werner y Smith, 1992). De la misma manera estas personas muestran determinación y persistencia en la búsqueda de objetivos personales, manteniendo, al mismo tiempo, un sentido de equilibrio en

sus vidas y la capacidad de realizar un esfuerzo sostenido. Aunque por lo general, son optimistas sobre los resultados de sus esfuerzos, también son flexibles en lo referido a su capacidad de adaptación a desafíos, limitaciones, cambio de circunstancias de vida, aceptando mejor los reveses (Kent y Davis, 2010).

Una persona resiliente es optimista y con esperanza en el futuro, incluso ante situaciones difíciles como una enfermedad o la pérdida significativa de otro (Peterson, 2000; Seligman, 2002). En este aspecto también está incluida la confianza y la esperanza como aspectos claves de la resiliencia. (Rojas 2010)

Autocontrol/autorregulación: las personas resilientes tienen la capacidad de demorar la gratificación y de desplazar los impulsos negativos. Existen estudios que destacan la autorregulación como una variable fundamental en el desarrollo de la resiliencia, creando en el individuo un sentido de autoeficacia (Cabrera, Aya y Cano, 2012). Además, esta característica también se relaciona con altos niveles de desarrollo moral y espiritual. Así mismo estas personas que tienen una percepción de control de la situación, también tienen altas puntuaciones en resiliencia (Artuch, 2014). Siendo capaces de experimentar placer y emociones positivas con frecuencia, y tienen más sentido del humor (Evans-Winters, 2011).

Por otro lado, se considera muy importante este aspecto en la etapa de transición a la vida adulta, cuando la mielinización del cortex prefrontal y otros avances en el funcionamiento del cerebro parecen facilitar capacidad para planificar el futuro, teniendo en cuenta las alternativas, y la evaluación de la propia dirección de la vida, lo que lleva a resultados mejores a la hora de tomar decisiones (Dahl y Spear, 2004; Masten y Wright, 2010).

Resistencia: la teoría de Kobasa acerca de la construcción de la resistencia la señala como un aspecto de la construcción de la personalidad que comprende el control (una tendencia a sentir y actuar como persona influyente en vez de impotente frente a fuerzas externas), el compromiso (una tendencia a participar, y para encontrar un propósito y significado en las actividades de la vida y encuentros en vez de sentir la alienación, y el desafío (entendido como la creencia de que el cambio es normal en la vida, y que la anticipación del cambio es una oportunidad para el crecimiento en lugar de una amenaza a la seguridad. (Kobasa, Maddi, y Kahn, 1982)

Creatividad: Csikszentmihalyi (1990) define este aspecto como “cualquier acto, idea o producto que cambia un campo ya existente, o que transforma un campo ya existente en uno nuevo”. En este sentido destaca el importante papel que tiene la interacción con factores sociales y culturales en la construcción de la personalidad creativa y resiliente. La persona resiliente, debe enfrentarse al nuevo curso de los acontecimientos, reestructurar los objetivos, poseer un equilibrio entre las destrezas y las dificultades y una ausencia de temor al fracaso.

Por otro lado, como vimos, Wolin y Wolin (1993) en su modelo de mandalas de la resiliencia, destacan la creatividad como uno de los siete pilares que conforman la personalidad resiliente (moralidad, introspección, independencia, iniciativa, capacidad de relacionarse, humor y creatividad). El mandala se entiende como la fuerza interna que hace a las personas recuperarse de una enfermedad. Romo (1997), en su libro: La Psicología de la Creatividad, enfatiza el papel que este aspecto tiene en cuestiones tan destacadas como la resolución de problemas,

que lleva a las personas a sentirse más autoeficaces. También Suárez Ojeda (1997), en consonancia con los anteriores autores, considera la creatividad como uno de los sostenes básicos de la resiliencia.

Espiritualidad: referida a la necesidad de dar sentido a la vida, de entender la tragedia. La religiosidad puede desempeñar un importante papel en la respuesta a las grandes presiones de la vida. Parece ser que, la espiritualidad, lejos de fomentar actitudes negativas como la pasividad y la patología, está asociada, a menudo, con la autoeficacia y la esperanza, conllevando la confrontación activa de los problemas. También señalan el sentido de la vida como un aspecto fundamental en la construcción de la felicidad. Smith, Bartz, y Richards, 2007; Park y Slattery, 2014).

3.2.2. RESILIENCIA Y ETAPA UNIVERSITARIA

3.2.2.1 El concepto de adultez emergente

Como se ha señalado a lo largo del trabajo, el momento vital en el que se encuentra el individuo también influye a la hora de determinar cuáles son los factores que están contribuyendo al desarrollo de procesos resilientes. Los estudios longitudinales realizados desde la infancia a la adultez, indican que, algunos niños que inicialmente muestran un nivel de resiliencia considerable pueden ser vulnerables en la edad adulta, mientras que otros, que comienzan siendo muy vulnerables pueden desarrollar la capacidad de resiliencia más adelante, gracias a múltiples factores (Luecken y Gress, 2010).

En los últimos años, podemos encontrar en la literatura sobre resiliencia, el término *adulthood emergente* (*emerging adulthood*), utilizado para describir el período de desarrollo que abarca, aproximadamente, de los 18 a 25 años de edad (Arnett, 2000). Este período, se distingue de la *edad adulta joven*, la cual, suele discurrir entre finales de la veintena y principios de la treintena, cuando se supone que se ha alcanzado una edad en la que, la mayoría de las personas, han completado su educación, afianzado sus relaciones de pareja, comenzado a formar una familia y asentando sus carreras. Aunque se suele considerar la adolescencia como el período en el que se desarrolla la propia identidad, la *adulthood emergente* es un momento particularmente importante en la formación de la personalidad (Luecken y Gress, 2010).

Entre las características que observamos en esta etapa, podemos destacar la relativa independencia hacia las normas sociales y el desarrollo de roles menos restrictivos que en años posteriores. Es por ello, que las personas, se suelen sentir con más libertad para explorar una amplia gama de alternativas de vida, que en cualquier otro momento de su existencia (Arnett, 2000).

Por otra parte, se trata de un período, donde se pueden encontrar las tasas más altas de comportamiento de riesgo (por ejemplo, consumo excesivo de alcohol, sexo sin protección, etc.) y donde se observan los mayores picos en la aparición de trastornos psicológicos como la depresión mayor (Arnett, 2007).

De la misma manera varios teóricos, han señalado, que esta etapa puede ser un momento, que ofrece oportunidades para que los jóvenes puedan dirigir sus vidas hacia caminos saludables y resilientes (Masten et al., 2004; Rutter, 2006; Werner,

2005, citados por Luecken y Gress, 2010). Precisamente, la etapa universitaria suele coincidir con el periodo referido a la adultez emergente, en el que se producen importantes cambios ya que el individuo, explora gran variedad de opciones sobre su presente y su futuro, tomando decisiones que sentarán las bases para su vida adulta (Arnett, 2000).

Algunos autores han descrito el paso por la universidad como un momento en el que se producen grandes retos como, estar lejos de la familia, hacer nuevas amistades, comenzar una relación sentimental, enfrentarse a los exámenes y prácticas, organizar el tiempo, etc. (Davino, 2013; Herrero, 2014).

Existe un creciente reconocimiento de que estos factores de estrés, comunes en la vida universitaria pueden tener efectos nocivos sobre la salud mental de los estudiantes y algunos investigadores como Pidgeon et al. (2014), consideran, que la resiliencia, puede moderar los efectos negativos del estrés y promover un mayor bienestar. Los estudios llevados a cabo por estos autores en universitarios de diferentes países, revelaron la importancia de factores como el apoyo social percibido y la conexión del campus. En este caso, el apoyo social percibido se refirió a la conexión con los amigos y la familia, y la conexión con el campus, a la participación activa en la vida universitaria. Es por ello que se debe tener en cuenta que, en esta época de la vida, el estudiante, se desarrolla en una amplia variedad de contextos.

La importancia del contexto

Es frecuente que, las investigaciones en resiliencia, la midan sólo en un contexto, de los muchos en los que se desarrolla el individuo, sin embargo, tener en cuenta los múltiples contextos, es más ventajoso, ya que lleva a una mayor comprensión del proceso. Al estudiar los diferentes contextos en los que un individuo interactúa, (por ejemplo, los estudios, el trabajo, la familia o la relación de pareja) pueden verse y medirse resultados positivos en varias áreas o niveles y comprender mejor los mecanismos que subyacen (Riley y Masten, 2005).

Según Fergus y Zimmerman (2005), la resiliencia, en esta etapa, debe ser colocada en un contexto ecológico que implica factores externos, por ejemplo, el ya mencionado apoyo social y factores internos, por ejemplo, fortalezas personales.

En cuanto a los recursos externos, durante la adolescencia, es cuando se comienza a tener mayor nivel independencia y autonomía, y un cambio en el apoyo social, que pasa de los padres a los compañeros (Petersen, 1988). Estos cambios son aún más marcados en la primera etapa de la adultez, los cuales, deben incluir recursos para manejar los problemas y desafíos de la vida. Los recursos internos se refieren una sensación de control, autoeficacia, y la autorresponsabilidad; la capacidad de planificar y llevar a cabo los objetivos; habilidades sociales para negociar puestos de trabajo y desarrollar nuevas redes sociales; la autorregulación y las habilidades de afrontamiento (Hines, Merdinger, y Wyatt, 2005; Masten et al, 2004)

Aunque se considera que el contexto, es un factor especialmente relevante como una parte del proceso de resiliencia (Masten, 2007; Riley y Masten, 2005), rara vez ha sido aplicado directamente a la adultez emergente (Luecken y Gress, 2010).

Es por ello que, en esta investigación se ha tenido en cuenta, para entender mejor la resiliencia, el contexto universitario y los distintos espacios en los que se desenvuelve el estudiante, familia, amigos, pareja, tiempo de ocio, trabajo, etc.

Para Wagnild y Young (1993), la resiliencia sería una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación.

Rocamora (2013), recuerda que la resiliencia es “la capacidad que tiene un material para recobrar la forma original, después de someterse a una presión deformadora”. (p 57) En un determinado momento, esta propiedad física se asoció a lo psicológico como una aptitud de mantener el equilibrio ante situaciones graves de conflicto.

Es así, que se plantean algunas definiciones:

Vanistendael (citado en Rocamora, 2013) plantea que es la palabra que utilizaremos para considerar a aquellas personas que se recuperan de la adversidad y siguen de manera productiva su vida.

Manciaux M. et al. (citados en Rocamora 2013) consideraban que la resiliencia tiene dos aspectos: Resistencia a la destrucción y capacidad para reconstruir sobre circunstancias adversas.

Prado y Del Águila (2000) plantean que la resiliencia es una capacidad individual para resistir y sobre ponerse para salir de modo positivo ante situaciones adversas. Luthar, Cichetti y Becker (2000) consideran a la resiliencia un proceso que da como resultado, la adaptación a un contexto de adversidad. “La resiliencia nos indica, la necesidad de focalizar la búsqueda en los recursos personales y ambientales de que disponen los individuos, sus familias y la comunidad” (González, 2005, p.3).

Rocamora (2013) destaca que la resiliencia y otros factores (alta autoestima, habilidades sociales, etc.) se convierten en elementos de protección ante otras dificultades.

A. Factores de la resiliencia

Ainsworth (citado por Novella Coquis, 2002) considera que la resiliencia tiene diversos componentes, como el adecuado comportamiento social, regulación afectiva, capacidad de resistencia en situaciones desafiantes, orientación hacia los recursos sociales, habilidades cognitivas (por ejemplo: ingenio o creatividad) y buena capacidad de resolución de problemas.

Wolin y Wolin (1993), describen a los factores asociados a la resiliencia, que se detallan a continuación:

- Insight: El darse cuenta, tanto de lo que sucede con uno mismo y el entorno. Se puede evaluar en la capacidad de hacerse preguntas difíciles y darse respuestas honestas. En la adolescencia implica “conocer y saber”.

- Independencia: Capacidad de establecer límites con el ambiente, sabiendo cómo tener distancia emocional sin caer en el aislamiento.
- Interacción: Implica tener vínculos satisfactorios con los demás, teniendo lazos íntimos con otras personas para balancear la necesidad de simpatizar con otros. Se expresa por la forma de establecer una red de apoyo fuera de la red familiar.
- Iniciativa: Implica colocarse pruebas cada vez más exigentes, el placer sobre esto recae en el control sobre ellas.
- Moralidad: Es la capacidad de plantearse un deseo de vida personal satisfactoria, amplia y con riqueza interior. En la adolescencia, la moralidad se expresa por la práctica de valores que se adquirieron en la propia familia. Mayor ejercicio moral, menor riesgo en caer en situaciones problemáticas.
- Creatividad: Implica que cuando haya desorden, podamos crear orden, a partir de un análisis y adaptaciones, siendo muy imaginativos en las estrategias que se presenten.
- Humor: Es la capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia. Panez, Silva y Silva (2000) explican que la risa permite enfrentar a la adversidad, introduciendo optimismo para enfrentar la adversidad.

B. Resiliencia y adolescencia

Maddaleno (1994) considera que un adolescente tiene mayor probabilidad de riesgo de crisis, a diferencia de otras etapas evolutivas, especialmente por estar expuestos a conductas de riesgo.

Fernández y Febre (2006) desarrollan la idea de que el adolescente resiliente tendrá un mejor desempeño para adaptarse y procesar problemas cotidianos,

controlando emocional y manejando la ira, la depresión y la frustración, con sentido de humor, competencias sociales, escolares, cognitivas y autonomía.

Por su parte Wolin y Wolin (1993), consideraron que la importancia de la resiliencia radica en la etapa evolutiva, pues en existes individuos más fuertes a medida que atraviesan etapas de su vida. Además, plantean que la resiliencia no puede evaluarse de manera solitaria, es importante considerar los factores adyacentes.

En ese sentido Rutter (1992) considera que los niños y adolescentes resilientes son aquellos que no tienen problemas de conducta o emocionales incluso después de haber pasado por experiencias que generaron estrés o daño.

En lo que respecta específicamente resiliencia Fergus y Zimmerman (2015), sostienen que la resiliencia es el estado que tiene una persona para enfrentar pruebas negativas y de cierta manera logra sobrellevar el riesgo al que se haya expuesto, como el caso de los estudiantes los cuales deben afrontar ciertos conflictos negativos que se dan en la universidad.

Por su parte Bakker (2015) plantea que el compromiso académico es un estado en el cual el estudiante posee una mente positiva y emocional, que de cierta manera presenta características de energía, dedicación, absorción y concreción para el desarrollo de sus tareas encomendadas, demostrando así la habilidad y destreza que tiene para enfrentar los diversos retos que muestra el ambiente académico con gran eficacia y eficiencia y guarda relevancia para adaptarse y sobreponerse en situaciones críticas como lo vivenciado durante la pandemia.

C. Adolescencia

La palabra adolescencia proviene del verbo latino adolescere, que significa “crecer”. La Real Academia de la Lengua nos indica que este vocablo viene del latín y también significa “doler”. Es un periodo de transición constructivo, necesario para el desarrollo del yo Ituarte de Arday (2000).

Para la OMS, (1992), la adolescencia es el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años.

D. Visiones de la adolescencia

Philip Rice (2000) considera lo siguiente, respecto a la adolescencia:

- **Visión biológica:** desarrollo físico y sexual, pasando de las características fisiológicas del niño a la siguiente etapa., incluye factores genéticos como una causa fundamental de cualquier cambio conductual y psicológico en el adolescente.
- **Visión psicosocial:** incluye la integración de la identidad y los conflictos asociados a la edad, según lo planteado por Erikson.
- **Visión ecológica:** Los adolescentes no se desarrollan en el vacío, se desarrollan dentro de los múltiples contextos de sus familias, comunidades y países. Los adolescentes están influenciados por sus compañeros, por sus familiares y otros adultos con quienes entran en contacto. También están influidos por los medios de comunicación, las culturas en las que crecen, los líderes nacionales y de la comunidad y los sucesos del mundo. Son en parte un producto del entorno y de las influencias sociales.

- **Visión del aprendizaje social cognitivo:** La teoría del aprendizaje social se interesa por las relaciones entre los factores sociales y ambientales y su influencia sobre la conducta. Albert Bandura resalta que los niños aprenden por medio de la observación de la conducta de otros e imitando ese patrón: un proceso denominado modelado, éste se convierte en un proceso de socialización por el que se desarrollan los patrones habituales de respuesta. A medida que los niños crecen imitan diferentes modelos de su entorno social. En muchos estudios, los padres son los adultos más significativos en la vida de los adolescentes.

E. Resiliencia según sexo

Se considera a la resiliencia como una cualidad de personas excepcionales, pero se ha demostrado que si alguien experimenta situaciones adversas ya está desarrollando capacidades resilientes, poniéndose de manifiesto en niños y adolescentes que han estado expuestos a la adversidad, al trauma y al infortunio. (Morán, 2012)

Sin embargo, las referencias teóricas respecto a la resiliencia según sexo son dispersas. Se plantea que las mujeres tendrían mayores capacidades resilientes, sin embargo, considerando la necesidad de un factor protector externo, es decir, habría mayor resiliencia siempre y cuando existan personas o situaciones que puedan contribuir en generar resiliencia. En el caso de los varones, serían menos resilientes sin embargo tendrían mayor capacidad de afrontar las situaciones de manera individual, es decir, las mujeres requieren de un apoyo externo (principalmente de la familia) para ser resilientes. (González y Valdez, 2013).

Depende mucho que los estudiantes vivan en una sociedad que brinde un equilibrio social y bienestar presente y futuro, donde pueden encontrar una igualdad de condiciones tanto para hombre como mujeres un trato similar y las oportunidades para desarrollar esta capacidad de ser resilientes. (Rincón, 2016)

Por otro lado Gardoigordbil, Durá y Pérez (2005), refiere que las mujeres puntúan mayor resiliencia que lo varones debido en que su área de autoconcepto académico se encuentra más competentes, ya que pueden crear una imagen más positiva de sí mismas y a su vez generar más desconfianza de sus propias capacidades.

Así mismo diversos estudios de investigación alegan diferencias en la capacidad de resiliencia según el género del individuo, hallando a la mujer más resiliente que el hombre, pues ellas muestran una alta relación entre resiliencia y calidad de vida. La explicación que aportan a este hecho se debe a que el hombre se encuentra expuesto a mayores situaciones de riesgo y debilidad que la mujer (González y Valdez, 2007). Hay que tener en cuenta que acepción del término “género” en torno al cual gira este estudio, ya que ésta ofrecer una fuerte relación con el carácter sociocultural, que lo distingue de la connotación biológica y corporal del concepto de sexo o de diferencia sexual (De Barbieri, 1996).

Definición de términos

- **Resiliencia:** Es una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación (Wagnild y Young, 1993)

- **Adolescentes:** sujeto que se encuentra en el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años (OMS, 1992)
- **Género:** se refiere al conjunto de prácticas, creencias, representaciones y prescripciones sociales que surgen entre los integrantes de un grupo humano en función de una simbolización de la diferencia anatómica entre hombres y mujeres (Lamas, 2000)

2.3. Hipótesis de la Investigación

2.3.1. Hipótesis general

Existen diferencias en la resiliencia según sexo en estudiantes de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca.

2.3.2. Hipótesis específica

Existen diferencias en las dimensiones de la resiliencia según sexo en estudiantes de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca.

2.4. Definición Operacional de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	FACTORES	INDICADORES	ÍTEMS
RESILIENCIA	Característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés fomentando la adaptación. Wagnild y Young (1993)	Ecuanimidad	Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia, y no juzgar cada evento acontecido.	7, 8, 11, 12
		Perseverancia	Referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23
		Confianza en sí mismo	Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fuerzas e imitaciones.	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24

		Satisfacción personal	Esta referida al comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.	16, 21, 22, 25
		Sentirse bien solo	Referida a la comprensión de que la senda de vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos	5, 3, 19

CAPITULO III

MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de Investigación

Según Ato, López y Benavente (2013), la presente investigación calza dentro del esquema no experimental pues las variables no se manipulan.

3.2. Diseño de la Investigación

La investigación es de corte transversal o transaccional no experimental, por lo que determinan que, al no manipularse las variables, los datos serán recolectados, en un momento único y en un tiempo determinado. Ato, López y Benavente (2013)

3.3. Población, Muestra y Unidad de Análisis

3.3.1. La población de estudio:

La población del estudio son 400 estudiantes de dos universidades privadas de Cajamarca que cursan los dos primeros ciclos de estudios, por lo que sus edades se encuentran entre los 17 y 19 años (hombres y mujeres).

3.3.2. La muestra:

La muestra se determinará por la fórmula de universos finitos:

$$n = \frac{z^2 PQN}{E^2 * (N - 1) + z^2 PQ}$$

El resultado es de 196 estudiantes de primero y segundo ciclo de dos universidades privadas de Cajamarca, donde 75 alumnos (32.2%) fueron de la universidad privada Antonio Guillermo Urrel y 121 alumnos (67.8%) fueron de la Universidad Privada del Norte.

Donde:

N: tamaño de muestra.

Z: coeficiente de confianza

P: probabilidad de éxito o proporción esperada

Q: Probabilidad de fracaso

N: tamaño de la población.

E: Margen de error o precisión

3.3.3. Criterios de Inclusión

Estudiantes de cursos generales

Estudiantes de distintas universidades privadas

Estudiantes de diferentes provincias

Estudiantes con capacidades especiales

Estudiantes que hayan repetido cursos.

Estudiantes por traslado de otra universidad

Estudiantes que sean padres de familia

Estudiantes que sean becados

Estudiantes que estudian y trabajan

3.3.4. Criterios de Exclusión.

Estudiantes que hayan repetido ciclo pero que tienen una edad adulta mayor a 19 años.

Estudiantes que sean de ciclos mayores y no de cursos generales

Estudiantes con otras carreras universitarias o segunda carrera profesional.

Estudiantes que su lengua materna no sea español o según el contexto.

Estudiante que estén recibiendo tratamientos médicos o psicológicos.

Estudiantes con enfermedades orgánicas o hayan tenido intervenciones quirúrgicas

3.3. Unidad de análisis

Estudiante que cursa el primer año de estudios de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca.

3.4. Instrumento de recolección de datos

Los instrumentos de recolección de datos para la presente investigación serán:

3.4.1. Escala de resiliencia de Wagnild y Young

Elaborada en 1988, y fue revisada por los mismos autores en 1993. Está compuesta de 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados 6 positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos

3.5. Procedimientos de recolección de datos

Debido a la pandemia COVID-19, la evaluación se realizó de manera virtual utilizando la plataforma Google Forms. Se utilizó la siguiente presentación:

“Somos investigadores de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Hoy se les dará un test para que las puedan llenar con su información personal. Se les pide ser sinceros. La información que tendremos será reservada y solo serán para los fines de la investigación”.

3.6. Análisis de datos.

Se utilizará el Programa SPSS en su versión 24 para obtener resultados sobre la estadística descriptiva, donde se detallarán las frecuencias, en este caso, la cantidad de sujetos según los niveles de las variables estudiadas. También se utilizará para obtener las correlaciones, considerando la utilización de la prueba de normalidad K-S para determinar la utilización del estadístico de correlación: - U Mann.on.

3.7. Consideraciones éticas

3.7.1. Consentimiento informado

El estudio se registrará a los permisos de la institución donde se realizará la investigación, pidiendo los permisos correspondientes. Luego, se utilizará una aprobación informada para que las personas del estudio corroboren su capacidad de autonomía para participar en la investigación. Se informará sobre la naturaleza

anónima del estudio, es decir, que los datos de las personas evaluadas no serán publicados.

Además, este estudio se guiará de los principios éticos del código de conducta de investigación de la American Psychological Association (APA), pues se asumirá una actitud responsable para no hacer daño a los sujetos del estudio (Beneficencia y no maleficencia), manteniendo una relación cordial y de confianza (Fidelidad y responsabilidad), siendo honestos durante las etapas en donde se tenga que brindar información (Integridad), y respetando a aquellas personas que por diversos motivos no deseen participar en el estudio (Respeto por los derechos y la dignidad de las persona)

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1. Análisis de resultados

PRUEBA DE NORMALIDAD

Para el siguiente análisis, se considera lo siguiente:

Hi=Las variables no tienen una distribución normal.

H0=Las variables tienen una distribución normal

Entonces:

Si la sig>.05, se acepta la H0

Si la sig<.05, se rechaza la H0

Se denota que los valores de la Sig. son menores .05, es decir que se rechaza la H0, por lo cual se plantea que las variables tienen una distribución diferente a lo normal. Por lo cual se utilizará el estadístico no paramétrico de U de Mann Whitney.

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	Gl	Sig.
Resiliencia	.158		,000
Satisfacción personal	,202	196	,000
Ecuanimidad	,170	196	,000
Sentirse bien solo	,128	196	,000
Confianza en sí mismo	,196	196	,001
Perseverancia	,149	196	,000

N = 196

Fuente: Procesamiento de datos de la Escala de Resiliencia

Análisis comparativo

Para el siguiente análisis, se considera:

Hi=Existen diferencias significativas en la resiliencia y sus dimensiones según sexo.

H0=No existe diferencias significativas en la resiliencia y sus dimensiones según sexo.

Entonces:

Si la sig>.05, se acepta la H0

Si la sig<.05, se rechaza la H0

Considerando la comparación en la resiliencia y sus factores según sexo, se utilizó la prueba U-Mann Whitney. El resultado general es que existen diferencias significativas ($p < 0.05$) además que las mujeres presentan mayores puntajes en la resiliencia y todas las dimensiones en comparación a los varones.

	Rango Promedio	Sig
Resiliencia	Varón: 98.2 Mujer: 109.3	.000
Satisfacción personal	Varón: 20.1 Mujer: 25.2	.002
Ecuanimidad	Varón: 20.1 Mujer: 25.6	.000
Sentirse bien solo	Varón: 15.9 Mujer: 18.4	.001
Confianza en sí mismo	Varón: 38.5 Mujer: 42.5	.000
Perseverancia	Varón: 37.4 Mujer: 40.2	.000

Fuente: Procesamiento de datos de la aplicación de la escala de resiliencia.

Respecto a los niveles de los factores de la resiliencia, se puede apreciar que, en el nivel alto de todos los factores, las mujeres presentan mayor porcentaje en comparación a los varones. Al igual que en nivel medio, a excepción de la perseverancia. Esto tiene

concordancia con el nivel bajo, donde los varones presentan mayores porcentajes en este nivel a excepción de confianza en sí mismo y perseverancia.

Niveles de los factores de la resiliencia

Factor / Nivel	Alto	Medio	Bajo
Satisfacción personal	Varón: 12% Mujer: 14%	Varón: 45% Mujer: 52%	Varón: 43% Mujer: 34%
Ecuanimidad	Varón: 11% Mujer: 16%	Varón: 44% Mujer: 49%	Varón: 45% Mujer: 35%
Sentirse bien solo	Varón: 9% Mujer: 13%	Varón: 52% Mujer: 55%	Varón: 39% Mujer: 32%
Confianza en sí mismo	Varón: 14% Mujer: 17%	Varón: 52% Mujer: 56%	Varón: 34% Mujer: 37%
Perseverancia	Varón: 15% Mujer: 13%	Varón: 54% Mujer: 48%	Varón: 31% Mujer: 39%

4.2. Discusión de resultados

El presente estudio tuvo como objetivo el determinar las diferencias en la resiliencia según sexo. En este caso, la población fueron estudiantes de dos universidades privadas de Cajamarca que están culminando la etapa adolescente. Para Luthar, Cichetti y Becker (2000) la resiliencia se utiliza para describir la respuesta de las personas en situaciones que signifiquen afrontar la diversidad y situaciones negativas, aunque no necesariamente situaciones que impliquen crisis, pues también el cambio de etapa vital, significa nuevas conductas. En los resultados

se denota que existen diferencias en la resiliencia y en todas las dimensiones estudiadas. Además, que las mujeres puntúan más alto que los varones.

En primera instancia, en niveles descriptivos, la investigación de Huamán y Jáuregui (2015) considera que la resiliencia moderada predomina en las mujeres por otro lado el estudio de Guevara y Severino (2016) plantean que los varones tienen una tendencia a ubicarse en una resiliencia baja. Sin embargo, diversos estudios (García-León y cols, 2019; Zarzaur y cols, 2017; Fínez y Morán, 2017) consideran que estas diferencias no son significativas. Es importante recalcar que el estudio que se realizó es con estudiantes universitarios y que están cursando los primeros ciclos. En los estudios mencionados se hace referencia a comparar la resiliencia en niños y en adultos. Esta diferencia de las poblaciones implicaría lo siguiente: cuando se hacen evaluaciones con niños las diferencias no son notorias, asumiendo el proceso de desarrollo. Esto se sustenta en las ideas que desarrolla Morán (2012) quien plantea que las habilidades resilientes se pondrían de manifiesto en la adolescencia, independientemente a si han vivido traumas o no, considerando que la adolescencia de por sí es una etapa de cambio y evolución.

En adultos de ambos sexos tampoco habría diferencias pues en una etapa como esta, se habrían consolidado habilidades resilientes. Lo que sí, en etapas de adolescentes tardía si habría diferencias pues es una etapa crítica de cambio, aunque eventualmente después se igualarían. Esta idea se sustenta en los autores como Wolin y Wolin (1993), quienes plantean que la resiliencia depende de la etapa evolutiva y que cada sujeto puede ser más fuerte en las diversas etapas de su vida. Y esto se sostiene en la idea de Barbera (1998) quien plantea que existen elementos normativos que podrían establecer estas diferencias, esto es, roles sociales que

harían que las mujeres tengan que enfrentar una sociedad con mayores dificultades en comparación a los varones, por lo cual sus habilidades resilientes se van desarrollando más rápido que la de los varones, aunque eventualmente podrían igualarse. Pero la etapa de cambio de la universidad podría ser una etapa en donde coincide el cambio de una etapa del ciclo de vida a otro, nuevos roles y expectativas sociales. Wolin y Wolin (1993) también sostienen que la resiliencia se debe evaluar con otros factores adyacentes y que se pueden sustentar en una visión social especial acerca de lo que sucede con los individuos. Gonzáles y Valdez (2013) consideran que las mujeres tendrían mayores capacidades resilientes, pero dependiendo de factores externos como el apoyo familiar y los varones según factores internos como habilidades intrapersonales.

Al considerar los factores de la resiliencia las mujeres también puntúan más alto que los varones. Por ejemplo, en el caso del factor satisfacción personal, Manciaux et al. (citados en Rocamora 2013) consideran que la resistencia a la destrucción es una capacidad inherente a la resiliencia y esto se ve reflejado en otros factores, como, por ejemplo, a no cometer actos contra sí mismo. Considerando que la satisfacción personal implica estar conforme con lo que uno es, se sabe que los varones tienen dificultades para afrontar la ideación suicida que puede estar asociada con la insatisfacción, algo que en las mujeres es menos notorio. Algo que se corrobora con el factor de ecuanimidad, como la capacidad para tener ideas centradas en la realidad y en la toma de decisiones, y que Badaracco (2013) considera que las mujeres por un desarrollo cognitivo más rápido que el del varón, se expresa en puntuaciones más altas.

En el caso del factor sentirse bien solo, las mujeres puntúan más alto que los varones. Los estudios pueden indicar que las mujeres pueden presentar mayores características dependientes, pero en el caso de los varones son más intensas por lo que el afrontar la soledad se complica en comparación con lo que pasa con las mujeres. Por último, la confianza en sí mismo es una dimensión que, al igual que las anteriores, las mujeres puntúan más ya que tienen mayor capacidad para establecer relaciones íntimas y satisfactorias, teniendo el balance entre simpatía y ver las capacidades propias y que también se sustenta en la mayor capacidad de desarrollo de habilidades sociales que los varones. Estas ideas se sustentan en lo desarrollado por Morán (2012) quien plantea que las mujeres son más habilidosas socialmente, lo que se refleja en diversos aspectos del desarrollo personal, que incluye la toma de decisiones y las capacidades resilientes. Las características individuales permiten forjar esta forma de actuar ante las adversidades. Además, Wolin y Wolin (1993) indican que cada ser humano es diferente y la resiliencia se desarrollará en función a las experiencias. En este caso, las mujeres suelen afrontar mayores dificultades que los varones, lo que consolida las diferencias que puede haber en todos los factores, donde las mujeres puntúan más y tienen porcentajes más altos que los varones en relación a otros autores. Así, en el caso del factor ecuanimidad, las mujeres llegan a tener puntajes más altos debido a que en la toma de decisiones pueden asumir con mayor responsabilidad las consecuencias de sus actos, y que es más notorio en una etapa como la adolescencia. (Badaracco, 2013)

Es importante considerar que la limitación acorde a la metodología de este estudio es que se compara la variable, mas no se profundiza en las razones del

desarrollo según sexo, aunque se ha pretendido elaborar una explicación considerando los antecedentes y las referencias teóricas estudiadas.

CAPITULO V
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- A la luz de los resultados obtenidos en la investigación empírica y la revisión teórica revisada, se puede concluir el importante papel que tiene la etapa de la vida en la que se encuentra el individuo, y en concreto, la etapa universitaria en la resiliencia.

Esto se constata con las mediciones efectuadas en diversos países, las cuales presentan resultados muy similares al de esta investigación.

- Existen diferencias significativas en la resiliencia y las dimensiones de la resiliencia entre hombres y mujeres donde las edades oscilan entre 17 y 19 años presentando una mayor resiliencia por parte del género femenino.
- El género femenino puntúa más alto en la resiliencia y todas las dimensiones de esta variable en comparación a los del género masculino, lo que implica un indicador que puede predecir la actitud de cada grupo en situaciones complejas.
- La presencia de habilidades sociales y el desarrollo psicológico pueden influenciar en estas diferencias, ya que se espera que socialmente una mujer sea más habilidosa en diversas áreas (como la resiliencia) en comparación a los varones.
- Que las mujeres logren más puntuaciones que los varones respecto a la resiliencia puede implicar que los varones tendrán mayores dificultades para adaptarse a situaciones novedosas, lo que implicará un factor de riesgo o causal para problemáticas como el consumo de sustancias, baja autoestima, ideación suicida, riesgo suicida y trastornos de personalidad.

5.2. Recomendaciones

- Se recomienda a los docentes de las universidades privadas, crear talleres innovadores donde puedan desarrollar sus habilidades sobre todo la competencia y la creatividad de los estudiantes de los primeros ciclos académicos, proporcionando validez a su poco o mucho esfuerzo realizado, ya que, esto motivará a superar obstáculos de manera gradual generando una mejor autoconfianza.
- Se recomienda a las instituciones donde residen los estudiantes, contar con ambientes adecuados, espacios amplios y cómodos, además que cuenten con el material adecuado de apoyo que facilite a los estudiantes desarrollar un mejor desempeño tanto personal como académico.
- Se recomienda a los padres de los estudiantes, reforzar autoestima, lograr reconocer logros obtenidos por su hijos brindándoles afecto, cariño y apoyo emocional, así mismo acompañar en su etapa de cambios académicos, siempre mostrando interés por su calificaciones y lo que sus hijos puedan demandar, así mismo asistir a diferentes charlas que invita a público en general, programadas por la institución o la facultad donde se encuentre su hijo.
- Se recomienda a los padres que logren entablar un adecuado dialogo con sus hijos explicadores que cualquier suceso doloroso también pasa, y que el tiempo nos brinda nuevas oportunidades y un futuro mejor.
- Se recomienda a los estudiantes que puedan aprovechar las facilidades que brinda su institución, como puede ser consultoría psicológica gratuita, talleres enfocados en el desarrollo personal y voluntariados según el contexto de la

necesidad, ya que estas actividades generará en el estudiante una mejor adaptación a su contexto universitario.

- Se recomienda que los estudiantes se fijen metas a corto, mediano y largo plazo, que ellos mismo se puedan dar elogios y reconocimientos por sus logros alcanzados.

REFERENCIAS

- Acejias, C., y Silva, L. (2016) Relación entre resiliencia e ideación suicida en las Alumnas de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa n° 82008 Santa Beatriz de Silva, de la Ciudad de Cajamarca 2015 Cajamarca: UPAGU
- Aguirre, E. (2000). *La socialización como proceso de negociación*. Informe sin Publicar, Universidad Nacional de Colombia, Departamento de Psicología, Santa Fe de Bogota.
- Alonso García, J. R. (2009). Prácticas Educativas Familiares y Autoestima. *Psicotherma*, 17(001).
- Ángeles, M. (2017). Relación entre resiliencia y habilidades sociales en un grupo de adolescentes de Lima norte. Lima, Perú.
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059.
- APA. (2010). Principios éticos de los psicólogos y código de conducta.
- Aseijas Silva, C. F., & Silva Yañez, L. M. (2016). Relación entre resiliencia e ideación suicida en las alumnas de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa n° 82008 Santa Beatriz De Silva, de la ciudad de Cajamarca 2015. Cajamarca, Perú.
- Badaracco, L. (2013) Factores de resiliencia y riesgo suicida en adolescentes en estado de abandono. Lima: Temática Psicológica: Vol. 9 Núm. 1
- Barbera, E. (1998). *Psicología del género*. Barcelona: Ariel S.A.
- Beck, A. y Col. (1979). *Terapia Cognitiva de la Depresión*. España: Desclee de Brower.
- Bardales, F. (2019). *Programa de formación resiliente en hábitos y actitudes hacia el estudio en estudiantes universitarios, Piura 2018*. Piura : Tesis para doctorado, Piura - 2019 .
- Bendezú, R. (2011). *Nivel de Autoestima y su relación con el estado nutricional de escolares de 10 a 12 años de instituciones educativas públicas del distrito de San Juan de Lurigancho*. Tesis, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima Perú. Obtenido de Available from: http://dspace.concytec.gob.pe/bitstream/concytec/43/1/coras_bd.pdf
- Bereche, V. &. (2015). *Nivel de autoestima en los estudiantes del quinto año de Secundaria de la Institución Educativa privado Juan Mejía Vaca*. Tesis, Universidad Privada Juan Mejía Vaca., Chiclayo Perú. Obtenido de

http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/59/1/Tesis%20Osores%20Squen%20_%20Bereche%20Tocto.pdf

- Bernaola, L. (2008). *Estudio correlacional entre estilos de crianza e indefención aprendida en estudiantes del quinto y sexto grado de primaria de la institución educativa N° 2013 asociación policial San Martín de Porres*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima Perú. Obtenido de <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/497>
- Blanco, A. (2007). *Convivir con Violencia*. La Mancha - España: Castilla: Editorial Cuenca ediciones de la Universidad Nacional de Castilla La Mancha.
- Brandem, N. (2001). *Psicología de la Autoestima*. (P. Edición, Editor) Obtenido de http://dec.fca.unam.mx/imss/2013/dip_admonestrategica/mod2/EL PODER DE LA AUTOESTIMA.pdf
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona, España: Paidós.
- Branden, N. (2001). *Psicología de la Autoestima*. Barcelona: Paidós.
- Bravo Burgos, E. A. (2016). *Estadística para la investigación*.
- Butrón, A. (2015). *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de una universidad pública - 2015*. Trujillo: Universidad César Vallejo - 2015.
- Caballo, V. (1986). *Manual de evaluación y entrenamiento de la habilidades sociales*.
- Cabezas, J. (2015). *La autonomía : Relación con el Binestar y su trabajo*. Obtenido de <http://www.isep.es/wp-content/uploads/2014/03/La-Autoestima-Relacion-Con-El-Bienestar-Y-Su-Tratamiento.pdf>
- Calderón, M., & Torres, C. (2018). Nivel de resiliencia en adolescentes de secundaria de la Institución Educativa Raúl Porras Barrenechea, Carabayllo – 2018. Lima, Perú.
- Calla, Z. (2010). *Autoestima y rendimiento académico en el área personal social en alumnos de quinto ciclo de primaria de una institución educativa del Callao*. Lima, Perú: Universidad San Ignacio de Loyola.
- Camarillo, M. y. (2015). Influencia de los estilos Parentales en la autoestima de niños de 9 a 12 años. (U. d. Pachuca, Ed.) *Huella a la palabra*, <http://www.lasallep.edu.mx/xihmai/index.php/huella/article/view/373>.
- Cardozo, G., & Alderete, A. (2009). *Adolescentes en riesgo psicosocial y resiliencia*, Barranquilla-Colombia.
- Chávez, E. (2018). *La relación entre la resiliencia y la calidad de vida de los estudiantes de una universidad pública de Cajamarca - 2018*. Cajamarca: UNP.

- Cicchetti, L., & Becker. (2000). Conceptualización Teórica de la Resiliencia Psicosocial y su relación con la salud. España.
- Cuenca y Marquina, H. Y. (2013). *Relación entre los estilos de crianza y el bienestar psicológico de los adolescentes de 3° y 4° grado de educación secundaria en al Ciudad de Cajamarca*. Tesis, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Obtenido de revistas.upagu.edu.pe/index.php/TP/article/download/331/255
- Cushing, L. y. (1998). Múltiple jeopardy: Risk/protective factors. *Development and Psychopathology*.
- Dantagnan, J. (2010). Los Desafíos invisibles de ser madre o padre. *Bloggoogle*, <https://books.google.com.pe/books?isbn=8497844130>.
- De Barbieri, T. (1996). Certeza y malos entendidos sobre la categoría de género. *estudios básicos de derechos humanos*, 4, 48-83.
- Díaz, E., & Huamán, Y. (2016). Eficacia de la aplicación del manual de habilidades sociales en adolescentes escolares (minsa-2005) en una institución educativa de Cajamarca. Cajamarca, Perú.
- Garaigordobil, M., Durá, A. y Pérez, J. (2005). Síntomas psicopatológicos, problemas de conducta y autoconcepto - autoestima: un estudio con adolescentes 14 a 17 años- *Anuario de psicología clínica y de la salud*, 1, 53-63
- Eraso, J. B. (2006). Creencias, actitudes y prácticas sobre crianza en madres cabeza de familia en Popayán. *Revista de Pediatría*, 41, (3), 23 - 40.
- Espejo, J. (. (s.f.). Como mejorar la autoestima en los niños de educación primaria. Lima Perú: San Marcos.
- Esteve, J. (2004). *Estilos Parenterales, clima familiar y autoestima física en adolescentes de la ciudad de Valencia*. Tesis Doctoral, Universidad de Valencia , España. Recuperado el 12 de febrero de 2001, de http://www.tdr.cesca.es/TESIS_UV/AVAILABLE/TDX-0719105-091007/esteve.pdf
- Franco, N. P. (2014). Relación entre los estilos de crianza Parenteral y el desarrollo de ansiedad y conductas disruptivas en niños de 3 a 6 años. *Revista de Psicología clínica con niños y adolescentes*, http://www.revistapcna.com/sites/default/files/4-rpcna_vol.2.pdf
- Fonseca, I. y Siesquén, T. (2007). Resiliencia y riesgo suicida en alumnos de la institución educativa nacional secundaria Mariano Melgar Valdivieso del distrito de José Leonardo Ortiz - Chiclayo 42 (Tesis de licenciatura en Psicología). Universidad Señor de Sipán, Lambayeque, Perú.
- Fernández, G. y Febre, R. (2006). Resiliencia, ética y prevención. Buenos Aires: Gabas.

- Fínez, M. J. y Morán, C. (2017). Resiliencia y autovaloraciones esenciales: estudio comparativo en adolescentes y jóvenes. *Psychology, Society & Education*, 9(3), 347-356.
- Garmezy, N. (1991). *Resilience in Children's Adaptation to Negative Life Events and Stressed Environments*. *Pediatrics Annals*, 20, 459466.
- González Arratia, N. (2016). *Resiliencia y personalidad en niños y adolescentes*.
- Gonzalez, N. y Valdez, J. (2007), *Resiliencia en niños. Psicología Iberoamericana*
- González, N. y. (2001). *Autoestima: Medición y estrategias de intervención a travez de una experiencia en la reconstrucción del ser*. Toluca México: Universidad Autónoma del Estado de Mexico.
- Graham, G. (2015). Poniendo límites, Cuidando los vinculos afectivos. *Ginagraham*, <http://ginagrahamf.blogspot.pe/>.
- Guevara, M., y Severino, A. (2016) Resiliencia y riesgo suicida en adolescentes de un centro juvenil, diagnóstico y rehabilitación. Pimentel. 2016. Chiclayo: Universidad Juan Mejía Baca.
- González, P. (2005). La resiliencia y el ambiente social. Madrid. España. Paidós
- Guillén de Maldonado, R. (2005). Resiliencia en la adolescencia..
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). Metodología de la Investigación. Ed. Mc Graw hill.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Bautista Lucio, P. (2010). Metodología de la investigación .
- Hernández, R. y. (2004). *La Autoestima en la Educación*. (C. Tarapacá, Editor) Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/836/83601104.pdf>
- Hernández, Y. (2015). *Relación entre la autoestima y el clima social familiar en un grupo de madres de niños y niñas que residen en zonas de alto riesgo de un distrito de la provincia de Cañete*. Tesis de Maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón , Lima Perú. Obtenido de <http://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/178>
- Hernao, G. R. (2007). LaLas Prácticas educativas familiares como facilitadoras del proceso de desarrollo en el niño y niña. *Revista de Psicología*. Recuperado el 15 de abril de 2007, de <http://web.usbmed.edu.co/usbmed/elagora/htm/v7nro2/documentos/capitulo%203>.
- Huamán , J. P., & Jauregui , H. (2015). *Relación entre el nivel de resiliencia e ideación suicida en jóvenes universitarios de la universidad nacional de Cajamarca* . Cajamarca : UPAGU - 2015.

- Jiménez, T. & González, Forteza, C. (2003) Veinticinco años de investigación sobre suicidio en la dirección de investigaciones epidemiológicas y psicosociales del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente. *Salud mental* 26 (6), 35-51.
- Leal, L y Vásquez L. (2012). Ideación suicida en adolescentes cajamarquinos (Informe No 01). Cajamarca. Recuperado de <http://bp000695.ferozo.com/wp-content/uploads/2013/01/Ideacion-suicida-en-adolescentes-cajamarquinos.pdf>
- Luthar, A. S., Cicchetti, D., y Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71, 3, 543- 562.
- Itan, J. (2019). *Resiliencia y desarrollo de habilidades sociales en una universidad privada, 2019*. Lima : Maestría profesional, UCV - 2019 .
- Ituarte de Arday, Á. (2000). *Adolescencia y personalidad*. México.
- Krauskopf, D. (2010). *Adolescencia y educación*. Costa Rica: Universidad Estatal a distancia San Jose, Costa Rica, 1982.
- Lacunza, A., & Contini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. Argentina.
- Lamas, M. (200). Diferencias de sexo, género y diferencias sexuales. Escuela Nacional de Antropología e Historia de México. México
- Landauro, J. (2015). *Habilidades Sociales y Resiliencia en estudiantes de secundaria de una I.E de Chiclayo, 2015*. Pimentel, Perú.
- Leal R., y L. (2016). *Influencia de los estilos de crianza y la resistencia a la presión de grupo sobre el consumo de alcohol en adolescentes de la ciudad de Cajamarca*. Universidad Privada Antonio Guillermo urrelo., Cajamarca-Perú.
- Maddaleno, M. (1994). Riesgo en adolescentes. Presentado en el Curso de Multiplicadores de Salud Integrales de Adolescentes. Santiago: OPS Kellog.
- Miranda, I., Cubillas, M., Román, R y Abril, E. (2009). Ideación suicida en población escolarizada infantil: factores psicológicos asociados. *Salud Mental*, 32, 495-502.
- Maldonado, D. R. (2005). Resiliencia en la adolescencia. 41.
- Maldonado, D. R. (2005). Resiliencia en la adolescencia. 41.
- Martinez, I. (2005). *Estudio transcuesal de los estilos de socialización parenteral*. Tesis, Universidad de Castilla la Mancha, España. Recuperado el 20 de

enero de 2012, de
<https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/933/200%20Estudio%20transcultu>

Morán, C. (2012). Una psicología en el ámbito laboral. Competencias para recursos humanos. Amarú: Salamanca.

Ministerio de Educación y Cultura, (. (s.f.). *Programa Nacional de Escuela para padres, Quito Ecuador*. Obtenido de <http://www.marango.de/files/autoestima.pdf>

Monjas. (1999). <https://publicaydecalidad.files.wordpress.com/2013/05/hhss.pdf>.

Monzón Monrroy, J. (2014). Habilidades sociales en adolescentes institucionalizados entre 14 y 17 años de edad.

Monzon, J. A. (2014). Habilidades Sociales en adolescentes institucionales ente 14 y 17 años de edad. Guatemala.

Munist, M., Santos, H., Suarez Ojeda, N., Infante, F., Grotberg, E., & Kotliarenco, M. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*. Washington, D.C: Fundación WK Kellog.

Musitu, G. . (2004). *consecuencias de la socialización Familiar en la Cultura Española*. España: Revista Psicothema.

Navarrete, L. (2011). Estilos de Crianza y calidad de vida en padres de Preadolescentes que presentan conductas disruptivas en el aula. *Tesis de Maestria*, http://cybertesis.ubiobio.cl/tesis/2011/navarrete_1/doc/navarrete_1.pdf.

Navarro-Loli, J., Moscoso, M., & Calderón-De la Cruz, G. (2017). La investigación de la depresión en adolescentes en el Perú: una revisión sistemática. *Liberabit*, 23(1), 57-74. doi: 10.24265/ liberabit.2017.v23n1.04

Novella Coquis, A. (2002). Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad Nacional Mayor de San Marcos – UNMSM, Lima Perú.

OMS. (2008). Documento de la Américas de buenas prácticas clínicas.

Ordoñez, D. (2020). *Resiliencia y Compriso Académico en estudiantes de una universidad de Quevedo, 2020*. Pura : Tesis grado de Maestria, Piura - 2020

Palacios G, L. S. (2015). *Nivel de Autoestima en Adolescentes de 5to y 6to grado de educación primaria en Comas*. Tesis, Universidad de Ciencias y humanidades, Lima Perú.

- Panez, R., Silva, G. y Silva, M. (2000). Resiliencia en el ande: Un modelo para promoverla en los niños. Perú: P & S Ediciones
- Páramo, M. (2011). Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. Argentina.
- Páramo, M. (2011). Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. Argentina.
- Páramo, M. (2011). Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. Argentina.
- Paredes, M. (2020). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en Univertarios de Chimbote*. Chimbote : Tesis titulo profesional, Chimbote - 2020.
- Patrício do Amaral, M. P. (2015). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia, Brasil.
- Peñañiel, E., & Serrano García, C. (2010). Habilidades Sociales.
- Peralta., S. (2011). *Relación entre la autoestima y el estilo de crianza parental en adolescentes de la institución educativa Santa Teresita del niño Jesus*. Tesis, Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, Tacna Perú. Obtenido de <http://redi.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/424/TG0276.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pérez, S. (2000). ¿Cómo evitar el suicidio en adolescentes? Miembro del Grupo de la OMS para la Prevención del Suicidio recuperado de: <http://www.psicologiaonline.com/ebooks/suicidio/index.shtml>
- Prado, R. y Del Águila, M. (2000). Estructura y funcionamiento familiar en adolescentes resilientes y no resilientes. Lima, Perú: Universidad Federico Villareal.
- Philip Rice, F. (2000). *Adolescencia, desarrollo, relaciones y cultura*. Novena edición. Madrid.
- Purizaca, M. (2012). *Estilos educativos parentales y autoestima en alumnos de quinto ciclo de primaria de una institución educativa del Callao*. Tesis, USIL, Lima Perú. Obtenido de http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1259/1/2012_Purizaca_Estilos%20educativos%20parentales%20y%20autoestima%20en%20alumnos%20de%20quinto%20ciclo%20de%20primaria%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativa%20del%20Callao.pdf

- Quebles, B. I. (2003). *Influencia de los Estilos de Paternidad en el desarrollo cognoscitivo y socio - emocional de los escolares*. España: Facultad de Psicología, Universidad Autónoma de Yucatán.
- Raya, A. (2008). *Estudio sobre los estilos educativos parentales y su relación con los trastornos de conducta en la infancia*. Universidad de Córdoba. Córdoba: Universidad de Córdoba. Recuperado el 20 de Octubre de 2017, de <http://www.unav.edu/icf/main/top/diciembre09/Raya-trenas-Estilos>
- Rinn, & Marke. (1979). *Habilidades Sociales*.
- Riso, W. (2006). *Terapia Cognitiva. Fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. Bogotá, Colombia: Norma.
- Rocamora, Alejandro (2013). *Intervención en crisis en las conductas suicidas*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Rodriguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I., Fernández-Zabala, A., & Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. España.
- Rodriguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I., Fernández-Zavala, A., & Revuelta, L. (2015). Resiliencia e implicación escolar en función del sexo y del nivel educativo en educación secundaria. España.
- Rincon, B.(2016). Resiliencia y Educación Social Resilience and social education. revista Iberoamericana de Educación, 70(2), 79-94.
- Ruiz Alva, C. (2003). *Test de Autoestima para escolares*. Trujillo Perú: Adaptación y edic. Revisada.
- Rutter, M. (1992). *Developing Minds: Challenge and Continuity across the Life Span*. Gran Bretaña: Penguin Books.
- Sánchez-Teruel, D. (2010). *Intervención psicológica en la conducta suicida*. Madrid; Editorial CEP. Acreditado con 1.2 créditos por Ministerio de Salud y Política Social del Gobierno de España para Psicólogos Clínicos.
- Santa Cruz, K., & Soriano, M. (2017). *Apoyo Social y Resiliencia en adolescentes embarazadas del Centro de Salud Huambocancha Baja*. Cajamarca, Perú.
- Santamaría, R. (2017). *Niveles de resiliencia y las habilidades sociales en los estudiantes del 4to año de secundaria de la Institución Educativa Particular Internacional ELIM de Huaycán– Lima, 2015*. Lima, Perú.
- Torio, S. P. (2008). *Estilos Educativos parenterales*. Tesis, Revisión Bibliográfica y reformulación Teórica., Universidad de Oviedo, Facultad de ciencias de la educación. Recuperado el 07 de febrero de 2011, de <http://campus.usal.es/revistastrabajo/index.php/1130-374/article/viewFile/988/1086>

- Ugarriza, N. y Escura, M. (2002) Adaptación psicométrica de la Escala de Depresión para Adolescentes de Reynolds (EDAR) en estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. Lima: Persona, núm. 5, 2002, pp. 83-130.
- Verastegui, M. (2020). *Estrés académico y resiliencia en estudiantes de una universidad privada de lima norte, 2019* . Lima : UPN. 2020 .
- Villalta Páucar, M., Delgado Vásquez, A., Ecurra Mayaute, L., & Torres Acuña, W. (2017). Resiliencia y rendimiento escolar en adolescentes de Lima y de Santiago de Chile de sectores vulnerables. Bogotá, Chile.
- Wagnild, G., y Young, H. (1993) Escala de Resiliencia
- Wolin, S., & Wolin, S. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise*. Recuperado https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=7UF3-Wjg4SoC&oi=fnd&pg=PR9&dq=the+resilient+self+wolin&ots=k7NoK_xZlZ&sig=dl8NSjERs4X7GImeY4ISSTx5XSM#v=onepage&q=the%20resilient%20self%20wolin&f=false.
- Zarzaur, B. L., Bell, T. M., y Zanskas, S. A. (2017). Resiliency and quality of life trajectories after injury. *Journal of Trauma and Acute Care Surgery*, 82(5), 939-945. <https://doi.org/10.1097/TA.0000000000001415>.

LISTA DE ABREVIATURAS

OMS: Organización Mundial de la Salud

APA: American Psychological Association

ER: Escala de Resiliencia

UPAGU: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo

CD-RISC: Escala de Resiliencia de Connor-Davidson

PS: Psicología

MR: Módulo Referencial

MM: Módulo Metodológico

MP: Módulo de Psicología

ANEXOS

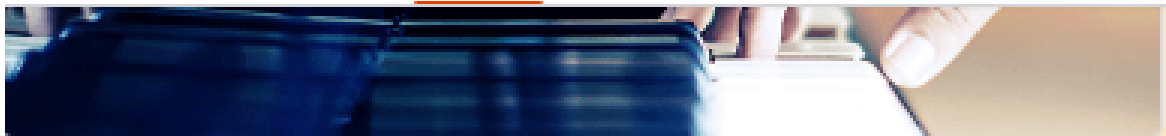
ANEXO A
MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO DE INVESTIGACIÓN: resiliencia según sexo en universitarios de una universidad privada de la ciudad de Cajamarca.

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE	FACTORES	METODO
<p>PRINCIPAL: ¿Cuál es la diferencia en resiliencia según sexo en estudiantes de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca?</p>	<p>General: Determinar las diferencias en la resiliencia según sexo en estudiantes de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca</p>	<p>General: Existen diferencias en la resiliencia según sexo en estudiantes de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca</p>	<p>Criterio</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Confianza en sí mismo - Ecuanimidad - Perseverancia - Satisfacción personal - Sentirse bien solo 	<p>Tipo de investigación: no experimental</p> <p>Diseño específico: no experimental, no hay manipulación de variable</p> <p>Población: 400 estudiantes de dos universidades privadas de la ciudad de Cajamarca</p> <p>Muestra: 196 alumnos de una universidad privada de la ciudad de Cajamarca</p>

ANEXO B

FORMATO DE CUESTIONARIO VIRTUAL



ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG.

En las siguientes líneas, usted encontrará diversas situaciones que lo describen de alguna manera. Debe elegir entre las siete opciones (1,2,3,4,5,6, ó 7) que tiene en las columnas, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. No debe dejar ninguna respuesta en blanco.

Dirección de correo electrónico *

Dirección de correo electrónico válida

Este formulario recopila las direcciones de correo electrónico. [Cambiar configuración](#)

Dirección de correo electrónico *

*

Texto de respuesta corta

Nombre de Universidad *

*

Texto de respuesta corta

Sexo *

*

Texto de respuesta corta

Ciclo *

*

Texto de respuesta corta

Cuando planeo algo lo realizo * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Generalmente me las arreglo de una manera u otra * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Dependo mas de mi mismo que de otras personas * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Es importante para mi mantenerme interesado en las cosas * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Puedo estar solo si tengo que hacerlo * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Usualmente veo las cosas a largo plazo * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Soy amigo de mi mismo * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Soy decidido(@) * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Rara vez me pregunto cual es la finalidad de todo * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Tomo las cosas una por una * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Tengo autodisciplina * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Me mantengo interesado en las cosas * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Por lo general, encuentro algo de que reírme * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

En una emergencia soy una persona en se puede confiar * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Generalmente puedo ver una situación de varias maneras * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Mi vida tiene significado * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Acepto que haya persona a las que nos les agrado. * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

Dependo mas de mi mismo que de otras personas * *

	1	2	3	4	5	6	7	
En desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	De acuerdo

ANEXO C

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG (ER)

FICHA TÉCNICA
<ul style="list-style-type: none">• Nombre: Escala de Resiliencia.
<ul style="list-style-type: none">• Autores: Wagnild, G. Young, H. (1993).
<ul style="list-style-type: none">• Procedencia: Estado Unidos.
<ul style="list-style-type: none">• Adaptación peruana: Novella (2002).
<ul style="list-style-type: none">• Administración: Individual o colectiva.
<ul style="list-style-type: none">• Duración: Aproximadamente de 25 a 30 minutos.
<ul style="list-style-type: none">• Aplicación: Para adolescentes y adultos.
<ul style="list-style-type: none">• Significación: La Escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción. Asimismo, considera una Escala Total.

PROTOCOLO DEL INSTRUMENTO

No.	ITEMS	Estar en desacuerdo	Estar de acuerdo
1	Cuando planeo algo lo llevo a cabo.	1	2 3 4 5 6 7
2	Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo.	1	2 3 4 5 6 7
3	Me siento capaz de mí mismo(a) más que nadie.	1	2 3 4 5 6 7
4	Para mí, es importante mantenerme interesado(a) en las cosas.	1	2 3 4 5 6 7
5	En caso que sea necesario, puedo estar solo(a).	1	2 3 4 5 6 7
6	Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida.	1	2 3 4 5 6 7
7	Tomo las cosas sin mucha importancia.	1	2 3 4 5 6 7
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	1	2 3 4 5 6 7
9	Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez.	1	2 3 4 5 6 7
10	Soy decidido(a).	1	2 3 4 5 6 7
11	Rara vez me pregunto de que se trata algo.	1	2 3 4 5 6 7
12	Tomo las cosas día por día.	1	2 3 4 5 6 7

13	Puedo sobrellevar tiempos difíciles, porque ya he experimentado lo que es la dificultad.	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo auto disciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16	Por lo general encuentro de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17	Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima.	1	2	3	4	5	6	7
18	Las personas pueden confiar en mí en una emergencia.	1	2	3	4	5	6	7
19	Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista.	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no lo deseo.	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene un sentido.	1	2	3	4	5	6	7
22	No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23	Puedo salir airoso(a) de situaciones difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25	Acepto el que existan personas a las que no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

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

ANEXO D

CONSTANCIA DE TRADUCCIÓN POR DOCENTE EN LENGUAS

CONSTANCIA DE REVISIÓN DE TESIS

Por el presente documento; el suscrito docente Víctor Antonio Dilas Ruiz, licenciado en la docencia del idioma extranjero inglés, deja constancia de haber revisado la redacción, la gramática y la ortografía del resumen en inglés de la tesis de los bachilleres:

- Jorge Luis Mendoza Chávez
- Erick Jhony Correa Correa

Denominada:

"Resiliencia Según Sexo en Jóvenes Universitarios de una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca"

Para optar por el título profesional de Licenciado en Psicología otorgado por la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, manifestando que dicha tesis cumple con los estándares, normas gramaticales y ortográficas vigentes de la lengua inglesa.

Cajamarca, 08 de diciembre del 2020



Victor A. Dilas Ruiz
LIC. IDIOMAS EXTRANJEROS
TRADUCTOR