

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**



**Facultad de Psicología**

**NIVELES DE RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE SECUNDARIA  
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA SANTA  
TERESITA, CAJAMARCA 2021**

**Bachilleres:**

**Albines Silva Angie Alexandra**

**Vásquez Chugnas Lizbeth Sarai**

**Asesora:**

**Dra. Lucía Milagros Esaine Suarez**

**Cajamarca – Perú**

**Julio - 2022**

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**



**Facultad de Psicología**

**NIVELES DE RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE SECUNDARIA  
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA SANTA  
TERESITA, CAJAMARCA 2021**

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

**Bach. Albines Silva Angie Alexandra**

**Bach. Vásquez Chugnas Lizbeth Saraí**

**Asesora:**

**Dra. Lucía Milagros Esaine Suarez**

**Cajamarca – Perú**

**Julio - 2022**

COPYRIGHT © 2020 by

**Bach. Albines Silva Angie Alexandra**

**Bach. Vásquez Chugnas Lizbeth Sarái**

Todos los derechos reservados

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**APROBACIÓN DE TESIS PARA OPTAR POR EL TÍTULO  
PROFESIONAL**

**NIVELES DE RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE SECUNDARIA  
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA SANTA  
TERESITA, CAJAMARCA 2021**

**Presidente:** Dra. Dra. Luz Esther Chavez Toledo

**Secretaria:** Mg. Cynthia Daniela Peña Muñoz

**Asesor:** Mg. Cynthia Daniela Peña Muñoz

## **DEDICATORIA**

Este trabajo de investigación está dedicado a Dios, quien es nuestro guía en cada paso que damos en nuestra vida.

A nuestras familias, profesores y amigos por su apoyo incondicional y motivación que nos permitió continuar con nuestra investigación.

## AGRADECIMIENTO

- A Dios por acompañarnos y guiar nuestro camino a lo largo de nuestra formación profesional y personal.
- A nuestras familias por ser parte de cada logro y desafío en nuestras vidas, por su apoyo, motivación y sobre todo por su amor incondicional que nos permite seguir creciendo como profesionales y personas.
- A las autoridades de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” por darnos la confianza y colaboración para realizar nuestra investigación.
- A nuestra alma mater, la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo y a su plana docente por la dedicación, paciencia y enseñanza brindada en todos estos años de formación profesional.
- A nuestra asesora la Mg. Lucía Milagros Esaine Suárez por toda su ayuda, paciencia, tiempo y colaboración durante el desarrollo de nuestra tesis.

## RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue determinar los niveles de la resiliencia en adolescentes mujeres del nivel secundario de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita”. La metodología corresponde a un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, de diseño no experimental, de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 137 adolescentes mujeres, entre las edades de 11 a 13 años de edad. Se utilizó la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA) que evaluó las siete áreas de la resiliencia: Insight, Creatividad, Interacción, Iniciativa, Moralidad, Humor e Independencia, que consta de 34 ítems. Como resultados se obtuvo que el 76% posee resiliencia de nivel medio. Se concluye que las adolescentes poseen un nivel medio de resiliencia y un nivel alto en la dimensión moralidad.

***Palabras clave:*** Resiliencia, adolescentes.

## **ABSTRACT**

The objective of the present study was to determine the levels of resilience in female adolescents at the secondary level of the Emblematic Educational Institution "Santa Teresita". The methodology corresponds to a quantitative approach, descriptive type, non-experimental design, cross-sectional, the sample consists of 137 adolescent women, between the ages of 11 to 13 years of age. The Adolescent Resilience Scale (ERA) was used to evaluate the seven areas of resilience: Insight, Creativity, Interaction, Initiative, Morality, Humor and Independence, which consists of 34 items. As a result, 76% have medium-level resilience. It is concluded that adolescents have an average level of resilience and a high level of morality.

**Keywords:** Resilience, adolescents.



## ÍNDICE

DEDICATORIA.....	i
AGRADECIMIENTO.....	ii
RESUMEN.....	iii
ABSTRACT.....	iv
ÍNDICE.....	v
ÍNDICE DE TABLAS.....	viii
INTRODUCCIÓN.....	10
CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	12
1.    Planteamiento del Problema.....	13
1.1    Descripción de la realidad problemática.....	13
1.2    Enunciado del problema.....	15
1.3    Objetivos.....	16
1.4    Justificación de la investigación.....	17
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO.....	18
2.1    Antecedentes históricos.....	19
<i>Antecedentes internacionales</i> .....	19
<i>Antecedentes Nacionales</i> .....	20
<i>Antecedentes locales</i> .....	21
2.2    Bases Teóricas.....	23
2.2.1 <i>La Resiliencia</i> .....	23

Teorías de la Resiliencia.....	26
Factores que Intervienen en el Desarrollo de la Resiliencia.....	29
Características de las Personas Resilientes. ....	34
2.2.2. <i>Adolescencia</i> .....	34
Etapas de la Adolescencia. ....	35
Principales Dificultades en la Adolescencia. ....	37
2.2.3. <i>Resiliencia en la Adolescencia</i> .....	38
2.3. Definición de términos .....	43
<b>CAPÍTULO III:</b> .....	44
<b>METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b> .....	44
3.1 Tipo de investigación .....	45
3.2 Diseño de investigación.....	45
3.3 Población, muestra y unidad de análisis .....	45
3.4 Instrumentos de recolección de datos .....	47
3.5 Procedimiento de recolección de datos.....	48
3.6 Análisis de datos.....	48
<b>CAPÍTULO IV ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b> .....	49
4.1 Análisis de resultados .....	50
4.2. Discusión de resultados .....	57
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b> .....	61
5.1. Conclusiones .....	62
5.2. Recomendaciones.....	62

REFERENCIAS .....	65
ANEXOS .....	73
ANEXO A .....	74
ANEXO B .....	77
ANEXO C .....	79
ANEXO D .....	80
ANEXO E .....	81

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> Operacionalización de variable .....	41
<b>Tabla 2</b> Niveles de resiliencia en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” .....	50
<b>Tabla 3</b> Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Insight en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” ..	52
<b>Tabla 4</b> Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Independencia en las estudiantes en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” .....	53
<b>Tabla 5</b> Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Interacción en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” ..	54
<b>Tabla 6</b> Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Moralidad en las estudiantes en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” .....	54
<b>Tabla 7</b> Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Humor en las estudiantes en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” .....	55
<b>Tabla 8</b> Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Iniciativa en las estudiantes en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” .....	56
<b>Tabla 9</b> Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Creatividad en las estudiantes en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” .....	56

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> Siete pilares de la resiliencia (Wolin y Wolin, 1993).....	28
<b>Figura 2</b> Niveles de resiliencia en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” .....	51

## INTRODUCCIÓN

A lo largo de la vida, las personas pueden experimentar diversas situaciones negativas, que requerirán de diferentes recursos emocionales para afrontarlas de una manera adecuada, uno de los recursos más relevantes es la resiliencia, que nos habla de la capacidad que se tiene para poder hacerle frente a sucesos o acontecimientos negativos, de ahí la importancia de que se desarrolle de manera adecuada desde temprana edad.

Diversas investigaciones mencionan que siendo la adolescencia una etapa crucial, por la presencia de cambios a nivel físico, mental y emocional, además de enfrentar nuevos desafíos en su vida personal, académica y social, contar con un adecuado nivel resiliencia será de gran ayuda en este periodo de vida.

Es por ello que, esta investigación se desarrolló con el objetivo de determinar los niveles de resiliencia en las adolescentes de primero y segundo grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita” desarrollándose de la siguiente manera;

En el primer capítulo, se abordó la problemática a investigar, los objetivos principales y específicos, finalmente, la justificación. Dentro del Capítulo II está el marco teórico que sirve de base para la presente tesis, además se encuentran los antecedentes de investigación, a nivel internacional, nacional y local, también consta de la definición operacional de las variables estudiadas

El capítulo III describe el método de investigación utilizado, que incluye el tipo y diseño de investigación, la población, muestra y unidad de análisis

utilizado, los instrumentos de recolección de datos, procedimiento y análisis de datos.

En el cuarto capítulo se presenta el análisis y discusión de resultados encontrados en la investigación relacionados con los objetivos, antecedentes y base teórica planteada.

El capítulo V brinda las conclusiones alcanzadas con la investigación, así como también las recomendaciones generales que se desprenden de este estudio, finalmente se encuentra la bibliografía empleada y los anexos.

## **CAPÍTULO I**

### **EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**



## **1. Planteamiento del Problema**

### **1.1 Descripción de la realidad problemática**

El constructo de resiliencia ha ganado una atención considerable durante las últimas cuatro décadas dentro del campo de la psicología positiva. La resiliencia es un proceso dinámico que implica una interacción entre riesgo y protección, procesos internos y externos al individuo, que pueden modificar los efectos de una vida adversa (Rutter, 1985). Esto nos quiere decir, que la resiliencia es la capacidad que tienen las personas para superar o afrontar las adversidades y salir fortalecidos de ellas.

Por otro lado, la adolescencia es sinónimo de cambios emocionales y físicos, es en esta etapa que destaca la importancia de las relaciones interpersonales y el entorno social para el desenvolvimiento personal, sin embargo se puede apreciar que los adolescentes no se privan de pasar o enfrentarse a los problemas y que a ellos también les afectan el día a día, la falta de oportunidades, de apoyo social, en la familia, en lo económico y múltiples problemáticas que suman en el desarrollo de la persona, sobre todo en esta etapa (Cyrulnik, 2005).

A nivel internacional los estudios demuestran que muchos de los adolescentes en la sociedad actual se encuentran en situaciones de conflictos ya sea, abuso en escuelas, mayor exposición a drogas en ámbitos sociales, abandonos entre otros problemas. Estudios realizados en adolescentes nos dan una idea de cuál es el nivel de resiliencia en Latinoamérica, uno de estos casos es el de Núñez Guzmán (2014) realizado en Santiago – Chile encontrándose un nivel alto de resiliencia en un grupo de adolescentes con entornos vulnerables, de igual manera

se observaron los mismos resultados en un grupo de estudiantes en Durango mediante un estudio realizado por Ríos et al. (2016).

Sin embargo, a nivel nacional, esto cambia puesto que algunos estudios realizados en nuestro país, arrojan resultados opuestos como el estudio de Alvarado Acostupa (2018) realizado en Lima con un grupo de estudiantes de secundaria encontrando un nivel bajo de resiliencia.

De igual manera, a nivel nacional en una investigación realizada en Cajamarca con un grupo de adolescentes de una Institución Educativa las autoras Huamán Calua y Guevara Morales (2019) encontraron un nivel bajo de esta variable en las estudiantes.

Estas evidencias le dan un realce a la adolescencia como un período de vulnerabilidad para la mayoría de las personas, ya que a menudo participan en conductas de alto riesgo. Además, a lo largo de esta etapa, los adolescentes se enfrentan a los desafíos de desarrollo físico, cognitivo, emocional y psicológico que pueden complicarse por una variedad de tensiones (Ahern, 2006).

Es por ello, que es necesario estimular la resiliencia, encontrar la raíz de los problemas, invertir esta situación y convertirla en una oportunidad de desarrollo para todos, fomentando el aprendizaje, y brindándole las herramientas de afronte de problemas, permitiendo que el adolescente mejore su perspectiva de vida (UNICEF, 2010). Y para esto es importante empezar brindando los conocimientos básicos sobre qué es la resiliencia y cómo aplicarla en el día a día de los adolescentes.

La presente investigación, se realizó en un colegio público ubicado en la región de Cajamarca, conformado por estudiantes de secundaria de dicha institución, de acuerdo con los docentes del colegio, las alumnas presentan múltiples problemáticas que podrían afectar su desempeño escolar, y esto debido a que se podría percibir niveles deficientes de resiliencia, de seguir con esta problemática las estudiantes caen en riesgo de encontrarse vulnerables ante factores de riesgo que podrían afectar la salud mental y físicas de las adolescentes.

## **1.2 Enunciado del problema**

¿Cuáles son los niveles de resiliencia en las adolescentes de secundaria de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021?

### **1.3 Objetivos**

#### **1.3.1 Objetivo General**

Determinar los niveles de resiliencia en las estudiantes de secundaria de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.

#### **1.3.2 Objetivos Específicos**

- Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión insight en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.
- Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión independencia en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.
- Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión interacción en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.
- Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión moralidad en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.
- Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión humor en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.
- Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión iniciativa en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.
- Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión creatividad en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.

#### **1.4 Justificación de la investigación**

La siguiente investigación se justifica en base a los siguientes puntos:

A nivel social, esta investigación pretende ser un referente para las diferentes instituciones educativas de nuestra ciudad y país, para brindarle visibilidad a la importancia de desarrollar la resiliencia en la adolescencia, etapa en la que se enfrentan a diferentes cambios y circunstancias de riesgo, que de no ser resueltas adecuadamente por los adolescentes pueden generar diferentes problemáticas sociales y de salud mental.

A nivel práctico, será de utilidad para las autoridades que laboran en la institución educativa; docentes, área de psicología, tutoría y demás, con la finalidad de que puedan incorporar acciones, actividades de prevención y estrategias orientadas a fortalecer y mejorar los niveles de resiliencia de las estudiantes, evitando así diferentes conductas de riesgo.

A nivel teórico la presente investigación permitirá brindar conocimientos actualizados acerca de la realidad de la ciudad de Cajamarca, específicamente de las adolescentes de primer y segundo grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita”.

Por último, posee utilidad metodológica ya que este trabajo de investigación servirá como base empírica para futuros estudios acerca de la resiliencia y aquellas variables psicológicas relacionadas a esta.

**CAPÍTULO II**  
**MARCO TEÓRICO**

## 2.1 Antecedentes históricos

### *Antecedentes internacionales*

Núñez Guzmán (2014) desarrolló un estudio en Santiago – Chile titulado “Capacidades resilientes para adolescentes en contexto de vulnerabilidad” en el cual se contó con 50 adolescentes de edades entre los 13 a 15 años, provenientes de entornos vulnerables; familias disfuncionales, adicciones y delincuencia, tuvo por objetivo identificar las habilidades sociales que ayudan a desarrollar la resiliencia y aquellos factores protectores que se dan en entornos familiares y escolares, para ello utilizó las entrevistas a profundidad y grupos focales, encontrando que los adolescentes evaluados tienen una adecuada aceptación de sí mismos, un buen nivel de autoestima, confianza en sí mismos a pesar de vivir en entornos de pobreza, se visualizan planes a futuro mediante la continuación de sus estudios académicos y el desarrollo de buenas habilidades sociales.

En otra investigación realizada por Ríos et al. (2016) titulada “Nivel de Resiliencia en adolescentes de una zona marginal en la ciudad de Durango” se buscó identificar el nivel de resiliencia en 215 adolescentes de una zona marginal de esta ciudad además de reconocer los factores presentes en los evaluados, para lo cual se utilizó la “Escala de Resiliencia (Escala SV-RES)” de E. Savedra y M. Villata, encontrando que los adolescentes tenían un alto nivel de resiliencia, además de la presencia de factores como; autonomía, satisfacción personal, vínculos, redes y modelos de apoyo.

Degollado López (2019) llevó a cabo un estudio en Toluca – México con 200 alumnos de edades entre 15 y 18 años de los cuales 101 hombres y 99

mujeres con el propósito de identificar el nivel de resiliencia y autoestima de estos adolescentes, así mismo tuvo por finalidad encontrar diferencias de acuerdo al sexo de los participantes, para esto se usó el Cuestionario de resiliencia de Gonzáles Arratia del 2011 y el Cuestionario de autoestima (IGA-2000), encontrando que tanto el nivel de resiliencia y autoestima es alto y no existe diferencia en el nivel de resiliencia entre hombres y mujeres, sin embargo si se presentó diferencias en cuanto al nivel de autoestima de acuerdo al sexo viéndose que los hombres muestran un nivel más alto en esta variable, finalmente se encontró que mientras más alto sea el nivel de autoestima mayor nivel de resiliencia en los adolescentes.

### ***Antecedentes Nacionales***

Alvarado Acostupa (2018) efectuó un estudio denominado “Resiliencia en Adolescentes del 2do Grado de Secundaria de una Institución Educativa Pública en el distrito de San Juan de Lurigancho, 2017” el cual tuvo por objetivo determinar el nivel de resiliencia y factores en 60 adolescentes de segundo grado de secundaria con edades entre los 13 a 15 años, utilizando como instrumento de medición la escala de Resiliencia (E.R.) de Wagnild y Young, descubriendo que los adolescentes muestran un nivel alto de resiliencia y dentro de los factores más predominantes encontrados son; confianza en sí mismos y sentirse bien solo.

En otro estudio realizado en Lima – Perú por Soncco Quispe (2019) se buscó identificar el nivel de resiliencia de 244 adolescentes del primer año de secundaria de la Institución Educativa María Parado de Bellido del Rímac, utilizando como método las entrevistas y el instrumento realizado por Connor –



Davidson (CD – RISC), encontrándose que el 59% de los adolescentes evaluados presentó un nivel de resiliencia media teniendo mayor prevalencia las dimensiones de; control y propósito, y como más bajas; espiritualidad.

Una investigación realizada en Huancayo denominada “Resiliencia en adolescentes de un centro de educación básica alternativa en el distrito de El Tambo – 2019” por Capcha Piñares (2020) tuvo por finalidad encontrar los niveles de resiliencia de acuerdo a dimensiones, género y grado de instrucción en 153 adolescentes, para lo cual se utilizó como instrumento la Escala de Resiliencia ER de Wagnild y Young hallando que los niveles de resiliencia de los adolescentes es bajo predominando un nivel bajo en la dimensión de perseverancia y confianza en sí mismos, esto indica que los estudiantes se encuentran en condiciones adversas para el desarrollo de la resiliencia, además el estudio concluyó que no existe diferencias respecto al género, grado de instrucción y edad.

### ***Antecedentes locales***

El estudio de Huamán Calua y Guevara Morales (2019) realizado con 288 estudiantes adolescentes de edades entre 12 y 17 años denominado “Resiliencia en adolescentes mujeres de una Institución Educativa Estatal de la Ciudad de Cajamarca” cuya finalidad fue la de identificar los niveles de resiliencia en esta población, aplicando la “Escala de Resiliencia para Adolescentes” (ERA) de Prado y del Águila encontró que el nivel de resiliencia de las adolescentes es bajo con un 45,8% concluyendo que la población evaluada carece de factores tanto

internos como externos, para enfrentar situaciones amenazantes ante factores de riesgo.

Por otro lado las autoras Cieza Díaz y Juárez Goicochea (2020) llevaron a cabo una investigación con 99 adolescentes de secundaria con edades comprendidas entre los 12 y 17 años de una institución pública de Baños del Inca Cajamarca con el objetivo de encontrar la relación entre habilidades sociales y resiliencia, además de identificar la relación de acuerdo a las dimensiones de habilidades sociales con la resiliencia, para este estudio se utilizó la escala de Habilidades sociales (EHS) de Gismero y la Escala de Resiliencia (ERA) de Prado y del Águila (2000), encontrando que los adolescentes presentan un nivel bajo en habilidades sociales mostrando una inadecuada interacción de los evaluados, respecto a la variable resiliencia la investigación halló un nivel medio, además las autoras encontraron que no existe una relación entre ambas variables.

López Hoyos y Mantilla Chávez (2021) buscó determinar la relación entre resiliencia e ideación suicida en 124 adolescentes con edades entre 14 y 17 de una Institución Educativa Secundaria Pública de la ciudad de Bambamarca, en esta investigación se utilizó los instrumentos; La Escala de Resiliencia para Adolescentes de Prado y Águila, y el Inventario de Ideación suicida de Beck, este estudio encontró un nivel bajo de resiliencia en un 40,4% de los adolescentes y un alto nivel de ideación suicida con un 50,8% en los estudiantes, es decir que existe en esta población una correlación inversa entre ambas variables.

## **2.2 Bases Teóricas**

### **2.2.1 La Resiliencia**

El término se utilizó en el campo de las ciencias sociales para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, dificultades, problemas entre otros, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos (Rutter, 1992). El ambiente en el que una persona o individuo se desarrolla sea favorable o desfavorable, no interviene en que este pueda tener la capacidad de resiliencia. Todos pueden desarrollar esta maravillosa capacidad.

La resiliencia se origina en la palabra latina “*resiliens*”, que se refiere a la calidad flexible o elástica de una sustancia (Greene, 2002). Masten (2001) define la resiliencia como una clase de fenómenos caracterizados por buenos resultados a pesar de las serias amenazas a la adaptación del desarrollo. Por otro lado, Rutter (1987), un investigador de riesgos psiquiátricos, afirma que el término se usa para describir el tono positivo de las diferencias individuales en la respuesta de las personas al estrés y la adversidad. Janas (2002) identificó el término como la capacidad de recuperarse de la adversidad, la frustración y la desgracia. Algo relevante que se debe tener en cuenta en la teoría de la resiliencia es que no se enfoca en el problema en sí, sino en cómo un individuo enfrenta una situación de estrés o momento de dificultad; dicho de otra manera, el cómo, las herramientas emocionales, es en lo que más centra la teoría de la resiliencia. Cuando existe algún problema la resiliencia ayuda a recuperarte, a sobrevivir, incluso a prosperar ante la desgracia.

Así mismo Perry (2002) define la resiliencia como la capacidad para salir de una situación estresante sin tener que enfocarse en los pensamientos negativos significativos que la adversidad pueda generar. Mayormente la resiliencia se analiza desde el punto de vista de factores protectores y de riesgo, ambos son característicos de una personalidad saludable (Bonanno, 2004). En esencia, los diferentes investigadores han concordado que la resiliencia enfatiza en las diversas respuestas que las personas tienen ante una situación de adversidad, si bien es cierto una persona puede reaccionar de una manera totalmente distinta y particular, he aquí se denota la capacidad de resiliencia. A modo de ejemplo se puede decir que algunos individuos pueden experimentar estrés o preocupación, otros generan alternativas de solución y pueden salir de esa situación desastrosa. (Rutter, 1987b).

Por otro lado, Silas (2008) considera que es la capacidad netamente personal de superar riesgos o adversidades. Para desarrollar esta capacidad intervienen factores internos y externos, esto quiere decir que el ámbito familiar, social e incluso la comunicación permiten que el individuo pueda reconocer, enfrentar y modificar la circunstancia ante una adversidad.

Según Obando et al. (2010), la resiliencia es la capacidad que ayuda a restablecer la vida de un individuo, a que este se pueda levantar y seguir adelante. Cabe mencionar que cada ser humano posee diferentes recursos para hacerlo, en este caso, el autor propone que el recurso fundamental es la construcción de una ética, la cual se forma en la conciencia. En el momento en el que el individuo haga de esta capacidad un hábito se convertirá en un proceso de identidad, es decir, quedará impregnada en su personalidad.

De este modo la resiliencia se conceptualiza más apropiadamente como un proceso de desarrollo o una capacidad dinámica más que como un resultado o rasgo estático. A partir de esto Gartland (2009) plantea algo muy interesante a diferencia de otros autores, menciona que absolutamente todas las personas pueden desarrollar esta capacidad sin excepción alguna. La resiliencia no nace se hace, esta capacidad exige desarrollo continuo. Se la puede adquirir con el tiempo, pero también puede variar, es por ello que se tiene que trabajar constantemente en ella. Dicho de otra manera, la resiliencia no es un rasgo fijo o estático que se lo puede obtener y permanecer a largo tiempo, sino que implica un desarrollo continuo y es una capacidad de todos los seres humanos.

Uno de los aspectos importantes en una persona resiliente es el afecto que pueda mostrar a su entorno. El saber amar, cooperar y compartir permite la oportunidad de desarrollar mejor la resiliencia (Boris Cyrulnik, 2004)

Habiendo señalado las distintas definiciones conceptuales de diferentes autores se resalta finalmente la definición generada por Masten (2014) quien conceptualiza a la resiliencia como una característica dinámica, la cual se relaciona en cómo uno actúa y piensa, y como este puede lograr adaptarse a una situación difícil sin experimentar niveles inadaptados.

En otras palabras, la resiliencia sirve para que un individuo pueda sobresalir de algún momento difícil. La etapa de la adolescencia es en la que se experimenta diferentes situaciones donde es bastante útil poseer esta capacidad puesto que tienen una inestabilidad emocional y están expuestos a situaciones de riesgo. Cabe recalcar que el adolescente posee recursos como sus cualidades

personales, sociales como su familia, tutor o alguien que lo apoye (Alvarado, 2018).

### **Teorías de la Resiliencia.**

La teoría de la resiliencia se ha investigado en muchas áreas y por muchos autores. En el área de la psicología se ha definido a la resiliencia como la capacidad de recuperarse y soportar las dificultades que uno puede enfrentar en la vida, pero sobre todo esta capacidad también ayuda a la reparación de uno mismo (Ledesma, 2014).

En 2006, Rutter definió la resiliencia como un concepto interactivo que se preocupa por la combinación de experiencias de riesgo grave y un resultado psicológico relativamente positivo a pesar de esas experiencias. Es importante mencionar que la resiliencia es una capacidad que se puede desarrollar y trabajar muy independientemente de la personalidad, como se mencionó anteriormente todos pueden obtenerla siempre y se tenga los recursos necesarios (Steyn, 2006).

Por otro lado, Werner menciona que la resiliencia no solo es la capacidad de afrontar las tensiones externas sino también las internas. El punto de vista de la autora es más ecológico y se enfoca en los factores protectores de un individuo. Es decir que cuando una persona se encuentre ante un situación muy difícil o estresante, más factores protectores se necesitan. Uriarte (2005).

De acuerdo con Garmezy quién es el fundador de la investigación en la resiliencia, enfatiza dos puntos clave de la resiliencia, uno que esta capacidad refleja la recuperación del individuo ante una adversidad, y dos, ayuda al comportamiento adaptativo. Así mismo menciona que existen factores

fundamentales, los cuales los divide de la siguiente manera los factores individuales (temperamento, respuestas positivas a los demás y habilidades cognitivas), factores familiares (cohesión familiar y preocupación por todos miembros de la familia) y factores de apoyo (factores externos a la familia) (Alvarado Acostupa, 2018).

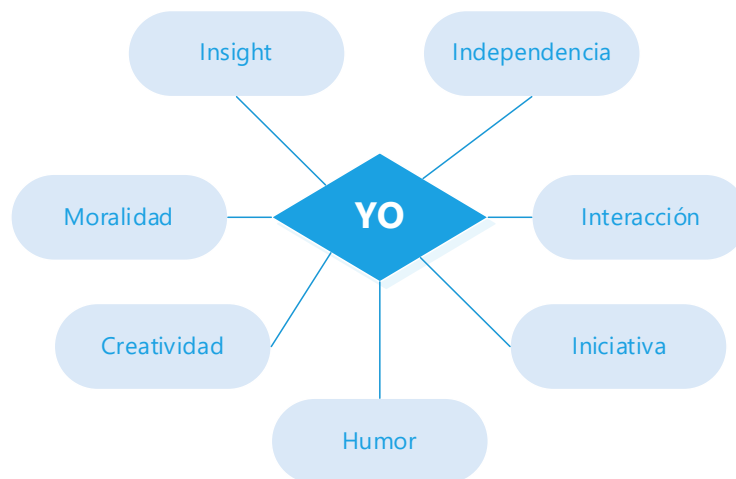
El concepto de resiliencia está asociado con la supervivencia, recuperación y prosperidad, estos términos pueden reflejar el proceso de la resiliencia y describir en que etapa se encuentra uno durante o después de enfrentar la adversidad (Núñez Guzmán, 2014). Dic Garmezy ho de otra manera la resiliencia es iniciar un nuevo desarrollo después de un trauma.

### **Pilares de la Resiliencia.**

Muchos autores que ha investigado acerca de la resiliencia, se enfocaban netamente en la etapa de la infancia, puesto que aludían que esta etapa era la más importante en el desarrollo de la resiliencia. Pero a lo largo de los años se ha demostrado que la resiliencia puede darse en cualquier momento de la vida. Es por ello que Wolin y Wolin (1993) desarrollaron un esquema que no se centra únicamente en la resiliencia infantil, sino que se basa en las diferentes etapas del ciclo vital, es decir, infancia, adolescencia y adultez. Desarrollaron siete pilares claves que una persona resiliente es capaz de poseer. Tales pilares se muestran en el siguiente gráfico.

**Figura 1**

Siete pilares de la resiliencia (Wolin y Wolin, 1993)



Para una mayor comprensión, a continuación, se detalla en que consiste cada uno de los pilares o dimensiones.

***Insight.*** Capacidad de observación de uno mismo con respecto a pensamientos, actitudes, estados de ánimo para así reflexionar sobre cada uno de ellos. Esta examinación interna permite que el individuo de alguna u otra forma se conozca mejor, le permite conocer sus aptitudes, limitaciones; con el propósito de mejorar la capacidad de toma de decisiones. Cabe recalcar que donde exista mayor conocimiento de uno mismo, mejor enfrentamiento positivo tendrá ante situaciones difíciles.

***Independencia.*** Capacidad de establecer límites físico y emocional entre uno mismo y diversos ambientes. Cabe recalcar que una persona cuenta con esta capacidad no quiere decir que tiene que aislarse de su entorno.



***Interacción.*** Capacidad para relacionarse con las demás personas sin ninguna dificultad. Esta capacidad permite fortalecer las habilidades sociales, así como la empatía.

***Iniciativa.*** Capacidad para hacerse cargo de los problemas y ejercer control sobre ellos. Implica exigencia de uno mismo en situaciones rigurosas.

***Creatividad.*** En la etapa de la adolescencia esta capacidad se ve reflejada en el desarrollo de las habilidades artísticas como pintar, bailar, escribir, etc. Así mismo hace referencia a la capacidad de proponer alternativas de solución ante problemas o dificultades.

***Moralidad.*** Esta capacidad se conoce como la conciencia moral. En la etapa de la adolescencia se caracteriza por asumir valores propios y establecer juicios en forma independiente de los padres. Dicho de otra manera, es la capacidad de discernir entre lo bueno y lo malo.

***Humor.*** Es la capacidad de encontrar lo bueno en un momento difícil. Esta capacidad ayuda a no enfocarse en la parte negativa del problema y mediante una actitud positiva encontrar diferentes alternativas de solución.

Cabe mencionar que estas áreas fueron de gran ayuda para el autor Del Águila (2000) pueda crear la Escala de Resiliencia para Adolescentes compuesta por estas seis dimensiones.

### **Factores que Intervienen en el Desarrollo de la Resiliencia.**

Las diversas investigaciones han demostrado que existen diversos factores los cuales se centran en el resultado y también en el riesgo. Debido a esto los

factores de la resiliencia se dividen en dos grupos, factores protectores y factores de riesgo (Thun-Hohenstein et al., 2020). Es imprescindible mencionar que estos factores tienen como base los estudios de Emmy Werner quien desde un inicio tuvo bastante interés en este tema.

### ***Factores Protectores.***

Los factores protectores son aquellas condiciones o contextos que fortalecen al individuo cuando esté se encuentra ante una adversidad, le es de gran ayuda estos factores para sobresalir de esa situación. Si no existen factores protectores, se puede generar un gran impacto en el individuo dificultando su progreso (Jiménez, 2018).

Así mismo Werner (2004) menciona se debe tener en cuenta los factores que ayudan a ver de manera positiva el problema y también los factores que de alguna forma ayudan a poder enfrentar la situación. Así mismo se tiene en cuenta el nivel de adaptación del individuo.

Se puede decir entonces que los factores protectores son las condiciones o ambientes idóneos para fomentar el buen desarrollo de los individuos, adicional a ello se busca que los factores de alguna y otra forma puedan reducir las consecuencias negativas de las situaciones desfavorables. Estos factores se dividen en factores externos e internos (Aguirre, 2004). Los factores externos se refieren a todo el entorno de la persona, ayudan a disminuir las repercusiones de las situaciones por otro lado los factores internos tal como su nombre lo indica, hace alusión a los atributos propios de la persona tales como: la personalidad, la autoestima y capacidad de comunicarse. No se debe dejar pasar por alto las

habilidades sociales que el individuo posea, las cuales le serán de gran ayuda al enfrentar un problema.

De acuerdo con Alvarado (2018) menciona algunos ejemplos de este tipo de factores:

*Factores Externos*

- Familia extensa
- Tutor o adulto responsable

*Factores Internos*

- Seguridad en uno mismo
- Facilidad para comunicarse
- Empatía con los demás

En la actualidad se ha visto como se compara la resiliencia y el apego seguro. Se podría decir que ambos conceptos trabajan por separado, pero están conectados entre sí, es por ello que el apego seguro puede considerarse como un fuerte factor protector (Thun-Hohenstein et al., 2020). El entorno de un individuo es vital para el desarrollo de la resiliencia, de hecho, es uno de los factores centrales. El apoyo social tanto de padres, amigos parientes y demás, y la interacción que existe con estos son fundamentales.

Se deduce entonces que los factores protectores son aspectos fundamentales de la resiliencia, tanto externos como lo es familia que de alguna manera es un punto de apoyo para el individuo en un momento de crisis o

adversidad; e interno como la estabilidad emocional. La interacción de estos factores logra un mejor desarrollo de la resiliencia en la vida de uno.

### ***Factores de Riesgo.***

Los factores de riesgo son circunstancias o características de una persona que le generan repercusiones negativas. El ambiente, la cultura y las condiciones inadecuadas también forman parte de este tipo de factores. Por otro lado, es importante mencionar que estos factores tienen un origen interno y externo, así mismo están implicados aspectos personales, familiares y sociales. En la etapa de la adolescencia desde ya es una etapa en la que los adolescentes se enfrenta a mayores circunstancias de riesgo, existen factores psicológicos (depresión, ansiedad, intentos de suicidio previos), acontecimientos vitales estresantes y rasgos de personalidad como factores de riesgo significativos de suicidio en adolescentes (Carballo et al., 2019).

Silvia (como se citó en Fuentes, 2013) alude que los factores de riesgo, son características, hechos o situaciones de la persona o de su entorno que aumentan la posibilidad de desarrollar desajuste psicosocial.

La resiliencia está dada por la interrelación entre factores de riesgo (vulnerabilidad) y recursos protectores (protección) que están presentes a lo largo de la vida. Alvarado (2018) menciona algunos ejemplos de este tipo de factores:

- Violencia familiar o desintegración familiar
- Abandono material y moral
- Carencia en la recepción de afectividad

– Inestabilidad comunal

Para que un individuo se desenvuelva bien y con normalidad en la vida depende mucho del equilibrio entre factores de riesgo y factores de protección ambiental (Gartland, 2009). Es decir que si una persona está continuamente expuesta a situaciones de adversidad y logra salir de esta y salir adelante es porque ha establecido un equilibrio entre estos dos factores, y cuando se le presente otra circunstancia de estrés estará preparado para solucionarlo y así aumentar los resultados resilientes. Pero si no es así, es decir que el individuo no logra sobresalir a los diferentes problemas existirá una disminución significativa de los resultados resilientes.

En resumen, no es solo la naturaleza de los factores de riesgo o de protección específicos lo que determina resultados resilientes. Sino también el número de factores de riesgo y de protección que individuo está expuesto. Pero es importante recalcar que depende también la interacción que exista con estos factores puesto que hay personas que mientras más situaciones enfrentan obtienen un resultado resiliente significativo, a diferencia de personas que al enfrentar mayor situaciones de resiliencia no logran un resultado resiliente. El contexto

genético o experiencial del individuo puede aumentar el impacto de factores de riesgo o protectores particulares.

### **Características de las Personas Resilientes.**

De acuerdo con Silvia (como se citó en Fuentes, 2013) refiere que un individuo resiliente muestra algunas o varias de estas características a pesar de su exposición a situaciones.

- Se valora a sí mismo
- Tiene capacidad de disfrutar de sus experiencias
- Se puede relacionar bien con las personas
- Es creativo
- Es autónomo
- Afrontamiento a la adversidad

#### **2.2.2. Adolescencia**

El término adolescencia tiene su origen en el latín “adolescere” que en español podría ser entendido como una etapa en la que carecen de algo. Cabe recalcar que en esta etapa se dan diversos cambios tanto físicos, psicológicos, emocionales y sociales, tiene su inicio en la pubertad, esta última está referida solamente al aspecto orgánico, y esta etapa llega a su fin cuando se completa con el desarrollo físico y la maduración psicosocial (Güemes-Hidalgo et al, 2017)

La adolescencia se da desde los 11 y 19 años, este intervalo de edad es la base para que uno pueda establecer una buena salud. En referencia al aspecto físico, esta etapa es donde se experimenta un acelerado crecimiento físico, cognitivo y psicosocial; y estos cambios son los cuales de alguna forma intervienen en su desarrollo afectando su manera de pensar, sentir, interactuar con

el entorno, y sobre todo afecta en la toma de decisiones tomar decisiones (Organización Mundial de la Salud, s.f.).

De acuerdo con Vinaccia et al (2007) menciona que la adolescencia es una transición de la infancia a la adultez, además algo que es interesante tenerlo en cuenta es que en esta etapa todos los adolescentes están en la búsqueda de identidad. Esta etapa da por finalizada la etapa de la infancia teniendo en cuenta las capacidades físicas, mentales y emocionales. Es aquí donde los adolescentes buscan su propia independencia y a la vez la pertenencia al grupo que es algo tan característica de la adolescencia.

### **Etapas de la Adolescencia.**

De acuerdo a las definiciones de adolescencia, se da una visión de esta etapa llena de cambios, que a su vez está compuesta por más etapas como refiere Papalia et al (2004), las cuales son:

#### ***a. Adolescencia Temprana.***

Esta etapa tiene su inicio aproximadamente a los 11 años y concluye a los 14, es aquí donde se presentan los primeros inicios de crecimiento y no solo en la parte física, sino también en la cognitiva, social, autonomía, autoestima e intimidad (Papalia et al, 2004).

Además, como refiere Águila Calero et al (2017) en esta primera etapa de adolescencia existe una reevaluación del individuo y cómo es su relación con la sociedad, además de la búsqueda de nuevas metas que le permitirán convertirse en un individuo único.

Esta primera etapa va acompañada de la preocupación referente a los cambios físicos que van experimentado, esta intranquilidad de alguna manera les

genera dificultad en la búsqueda de su identidad y da cabida a problemas de adaptación y salud mental como; angustia y depresión (Tanta y Tanta, 2020). Los cambios físicos pueden ser un factor de riesgo para muchos adolescentes puesto que no pueden encontrar su identidad y les genera inseguridad tanto a nivel personal como a nivel social.

***b. Adolescencia Media.***

Se da aproximadamente entre los 14 a 17, en esta etapa es cuando existen mayores conflictos con los progenitores o padres de familia, esto sucede porque los adolescentes le dan mayor importancia al entorno social (Güemes-Hidalgo et al., 2017). De acuerdo con investigaciones se ha demostrado que en esta etapa existe mayor probabilidad de que los adolescentes desarrollen conductas de riesgo, debido a que el entorno social influye en sus percepciones, actitudes, comportamiento, etc. Los adolescentes pueden modificar su conducta en base a como se relacionan con los demás (Güemes-Hidalgo et al., 2017).

Por otro lado, existe una preocupación por los defectos físicos y una atracción por el sexo opuesto, además buscan relacionarse con los demás de su misma edad, sobre todo tratan de buscar la adaptación a este tipo de cambios y aceptación de sí mismos (Tanta y Tanta, 2020).

***c. Adolescencia Tardía.***

Periodo que va, aproximadamente, desde los 18 hasta los 21 años, se caracteriza por un mayor entendimiento y aceptación de los valores, límites y responsabilidades. En la adolescencia tardía se refleja el crecimiento y desarrollo físico y las metas planteadas en la infancia, es decir, aquellos objetivos



psicosociales que son de gran relevancia para la vida adulta (Güemes-Hidalgo et al 2017)

Siendo esta etapa en la cual se va dejando atrás las crisis y dificultades de identidad que se encuentran en las primeras etapas de la adolescencia, se ve aquí un mayor control de emociones y el adolescente logra ser más independiente, sin embargo, nace una nueva preocupación; asumir mayores responsabilidades presentes y futuras ( López Sánchez, 2015)

### **Principales Dificultades en la Adolescencia.**

La adolescencia como etapa de cambios trae consigo una lista de problemáticas que de no ser afrontadas adecuadamente y a tiempo podrían desencadenar mayores dificultades, no sólo en el presente si no también en su vida adulta, de acuerdo a López Sánchez (2015) pueden clasificarse en:

#### ***a. Dificultades Físicas.***

Esta etapa se caracteriza por los cambios físicos, es importante resaltar que las emociones, humor y sentimientos están íntimamente relacionados al estado corporal ( López Sánchez, 2015)

#### ***b. Dificultades Mentales.***

De acuerdo a la OMS (2021), la mitad de los trastornos de salud mental tienen su inicio antes de los 14 años y la mayoría no son identificados ni tratados a tiempo, el fomentar aptitudes socioemocionales y apoyo psicosocial a los niños y adolescentes puede ayudar a fomentar un buen estado de salud mental.

Algunos de los factores de riesgo son; el fracaso escolar, que puede encontrarse relacionado a una inadecuada relación con los docentes, compañeros y padres; el maltrato familiar o escolar, relaciones de apego inadecuadas, etc.,

estos pueden llevar a dificultades emocionales que a su vez podrían generar aislamiento, depresión o suicidio (López Sánchez, 2015)

### **2.2.3. Resiliencia en la Adolescencia**

Para Moreno López et al. (2019) la adolescencia es un periodo lleno de cambios para lo que el adolescente necesita un adecuado acompañamiento integral, esto con la finalidad de lograr un buen nivel de adaptación, esto refleja la importancia de desarrollar la resiliencia en esta etapa ya que permitirá futuros resultados positivos.

Los seres humanos estamos condicionados a las experiencias y la relación en diversos contextos sociales. Esto nos habla entonces de que antes situaciones negativas cada persona reaccionará de una manera particular, por ende, algunos no lograrán adaptarse o superarlas (o lo logran con dificultad) y otros individuos mantendrán una actitud resiliente que les servirá para sobreponerse a dichas experiencias (Broche et al., 2012). Es entonces que la resiliencia, como menciona Cabanyes (2010), hace referencia al conjunto de cualidades personales que configuran la habilidad del ser humano para sobreponerse a situaciones adversas y agobiantes.

Como se menciona en párrafos anteriores la adolescencia es una etapa de cambios (físicos y emocionales) donde las personas adquieren nuevas capacidades y necesidades objetivas determinadas para su edad. Siendo un periodo vulnerable frente a conductas de riesgo que pueden aparecer y a su vez acarrear consecuencias negativas para la salud, económicas y sociales.

Sin embargo, la adolescencia no solo es una etapa de vulnerabilidad sino también una etapa de oportunidad, dicho de otra manera, es el tiempo donde de

alguna manera se puede contribuir a su desarrollo para que los adolescentes puedan enfrentar los riesgos y las vulnerabilidades. Además, es indispensable el desarrollo de sus potencialidades (Guillen de Maldonado, 2005).

Es importante resaltar el papel de los padres y maestros ya que con ellos se forman los vínculos significativos de los adolescentes, siendo así que la escuela y la familia son los entornos más adecuados para fomentar las condiciones de resiliencia (Waxman et al., 2003). Es por ello la educación en general juega un papel fundamental como promotor de la resiliencia. “Todo esto con el fin de lograr una pedagogía resiliente, mediante la cual el alumnado aumentará sus posibilidades para luchar y defenderse frente a las adversidades e infortunios que se le puede presentar a lo largo de su vida” (Ramírez y Castro, 2018, p.53).

En el caso de los de los adolescentes es en la escuela donde se puede lograr que desarrollan un mayor nivel de resiliencia ya que cada vez son más los que se enfrentan a incontables situaciones desfavorables (social, familiar y/o económica). Los educadores deben formar a “sujetos preparados para afrontar con posibilidades reales de éxito las inevitables dificultades de la vida” (Uriarte, 2006).

Hay que tener en cuenta que, a nivel personal, social como académico, puede ser para el adolescente, algo constructivo, determinante y muy útil el poder enfrentar la diversidad de las situaciones difíciles, la mayoría de autores coinciden en definir a la resiliencia como una cualidad psicológica que ayuda a la adaptación positiva ante procesos o periodos adversos.



**Tabla 1**

Operacionalización de variable

<b>Variable</b>	<b>Tipo de variable</b>	<b>Definición Conceptual</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Instrumento</b>
Resiliencia	Variable Ordinal	Es la capacidad de sobreponerse, a pesar de las difíciles experiencias de la vida. (Wolin y Wolin, 1993)	Insight	Observarse a sí mismo y a la realidad	1,3,9,15 y 30	Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)
			Independencia	Fijar límites físicos y emocionales con el problema.	22,29,32 y 33	
			Interacción	Relaciones fuertes e íntimas.	19,20,21, 24 y 26	
			Moralidad	Capacidad para desarrollar valores y comprometerse con el bien del prójimo y uno mismo.	14,16,17, 18 y 28	
			Humor	Encontrar el lado positivo en la propia desgracia.	8, 11,12,13 y 34	
			Iniciativa	Hacerse cargo de los problemas.	6,10,23,25y 27	

---

Creatividad

Crear orden y  
belleza a partir del caos.

2,4,5,7 y 31

---

### **2.3. Definición de términos**

- Resiliencia: capacidad de prosperar, madurar y aumentar la competencia frente a circunstancias adversas (Gordon, 1995).
  
- Adolescencia: periodo comprendido entre 10 y 19 años, es una etapa compleja de la vida, marca la transición de la infancia al estado adulto, con ella se producen cambios físicos, psicológicos, biológicos, intelectuales y sociales (Alvarado, 2018).
  
- Factores: condiciones del entorno familiar, escolar y de la comunidad que van a influir en el desarrollo de la persona. (Aguirre, 2004)

**CAPÍTULO III:**  
**METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**



### **3.1 Tipo de investigación**

La investigación es de tipo descriptivo de enfoque cuantitativo ya que interpreta la realidad como se manifiesta, para posteriormente analizar los resultados de la variable, detallar las propiedades y particularidades como: objetos, comunidades o cualquier situación que se preste para un estudio.

Hernández et al. (2014) señalan que el estudio descriptivo se da cuando se busca detallar las propiedades, y los perfiles de los individuos o de una comunidad en específico, las mismas que se analizan detalladamente. Con los estudios descriptivos se pretende medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o variables.

### **3.2 Diseño de investigación**

El diseño que utilizó para la presente investigación es de tipo no experimental, específicamente diseño transeccional puesto que no se manipula ninguna variable y los datos se obtiene en un único momento (Hernández et al., 2014). De esta forma se describe la variable (niveles de resiliencia) en un tiempo único.

Además, Sánchez y Reyes (1996); Hernández et al. (2010) plantean que el diseño planteado en la investigación, tiene por finalidad observar y analizar los resultados brindados por una población específica en un determinado contexto y brindar valor a un instrumento de medición.

### **3.3 Población, muestra y unidad de análisis**

#### ***3.3.1 Población***

Se realizó la investigación con la población de la Institución Educativa Emblemática "Santa Teresita", ubicada en la zona urbana de Cajamarca, cuenta con dos niveles educativos primaria y secundaria, esta última conformada por una población total de 600 estudiantes de primero a quinto grado de secundaria. del sexo femenino cuyas edades oscilan entre los 11 a 17 años.

### **3.3.2 Muestra**

El muestreo fue de tipo no probabilístico, porque la elección de los elementos no depende de la probabilidad, si no de causas correspondidas a los tipos de la investigación, en otras palabras, los sujetos fueron seleccionados según beneficio accesible y con proximidad de los sujetos para la investigación.

En este estudio la manera de realizarlo no es mecánico, ni con base en fórmulas de probabilidad, si no que depende de la causa en la toma de decisiones de las investigadoras, por lo tanto, las muestras elegidas se seleccionan por su fácil disponibilidad (Hernández et a., 2014). En esta investigación se contó con una muestra de 137 estudiantes.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de 1° y 2° de secundaria de la Institución Educativa Emblemática Santa Teresita cuyas edades oscilan entre 11 a 13 años.

Criterios de exclusión

- Adolescentes que no pertenezcan al rango de edad o grado respectivo
- Estudiantes sin acceso al cuestionario

### **3.3.3 Unidad de análisis**

Cada estudiante de nivel secundario de la Institución Educativa Estatal Emblemática "Santa Teresita" de Cajamarca que oscilan entre los 11 a 17 años de edad.

### **3.4 Instrumentos de recolección de datos**

Los autores de La Escala de Resiliencia para Adolescentes, son Prado y Del Águila (2003), publicada por la Universidad Nacional Federico Villarreal Facultad de Psicología. Evalúa la conducta resiliente en adolescentes de 12 a 14 años. Evalúa las siete áreas de la escala construida con el enfoque de Wolin & Wolin: Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa y Creatividad. La mencionada escala puede ser administrada de forma individual o colectiva. La aplicación de la presente escala no establece tiempo límite, sin embargo, se espera que dure aproximadamente entre 30 a 40 minutos.

Las normas de calificación refieren que de acuerdo a la respuesta del sujeto cada ítem equivale a una determinada puntuación: 1 = Rara vez, 2 = A veces, 3 = A menudo, 4 = Siempre. Luego de haber establecido la puntuación se realiza la sumatoria por cada dimensión de acuerdo a los ítems de cada una, obteniendo de esta forma una puntuación general y otra por cada dimensión.

De acuerdo Prado y Del Águila (2003) en su investigación cuya muestra estuvo constituida por 155 adolescentes de 12 a 14 años de edad. Se demostró que la escala presentó una validez en la correlación de Pearson con una consistencia interna de .0311 a .5083 y una confiabilidad por consistencia interna de Alpha Cronbach de .8629. Esto indica que el cuestionario es altamente válido y confiable

### **3.5 Procedimiento de recolección de datos**

Se solicitó la autorización a la directora de la Institución Educativa para la realización de la investigación en la Institución Educativa, así mismo se hizo llegar una carta de consentimiento para brindar información sobre el estudio y solicitar la autorización de los padres de familia para la participación de las estudiantes. se procedió también a realizar una explicación de los objetivos de la investigación para que las estudiantes decidieran participar o no en el estudio, posterior a ello se establecieron los horarios y fechas en las que se aplicó el test seleccionado a las estudiantes el proceso de recolección de datos se realizó mediante la plataforma de Google Forms, debido a las condiciones por la pandemia del COVID-19, dicho formulario fue enviado para su aplicación a las estudiantes utilizando la plataforma de WhatsApp.

Al finalizar el proceso de investigación se realizó el análisis de los resultados obtenidos para realizar el informe final.

### **3.6 Análisis de datos**

Se realizó inicialmente el vaciado de datos en hoja de cálculo Excel, para luego realizar el análisis de datos, mediante el software estadístico Jamovi, SPSS versión 26, donde se obtuvieron tablas y figuras, que posteriormente fueron descritas e interpretadas en las secciones resultados y discusión, respectivamente.

## **CAPÍTULO IV**

### **ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

#### 4.1 Análisis de resultados

Con la finalidad de resolver la pregunta de investigación, a continuación, se muestra la información obtenida mediante la aplicación del instrumento.

Los resultados evidencian que, del total de estudiantes evaluadas, el 21.5% posee un nivel alto de resiliencia con una capacidad óptima para resistir, mantenerse y hacerle frente a situaciones complejas. Por otro lado, el 75,7% de estudiantes tiene un nivel medio de resiliencia es decir muestran una capacidad moderada para sobreponerse a escenarios complejos y un 2,8% corresponden a un bajo nivel de resiliencia presentando dificultad respecto esta capacidad (Ver tabla 2 y figura 2)

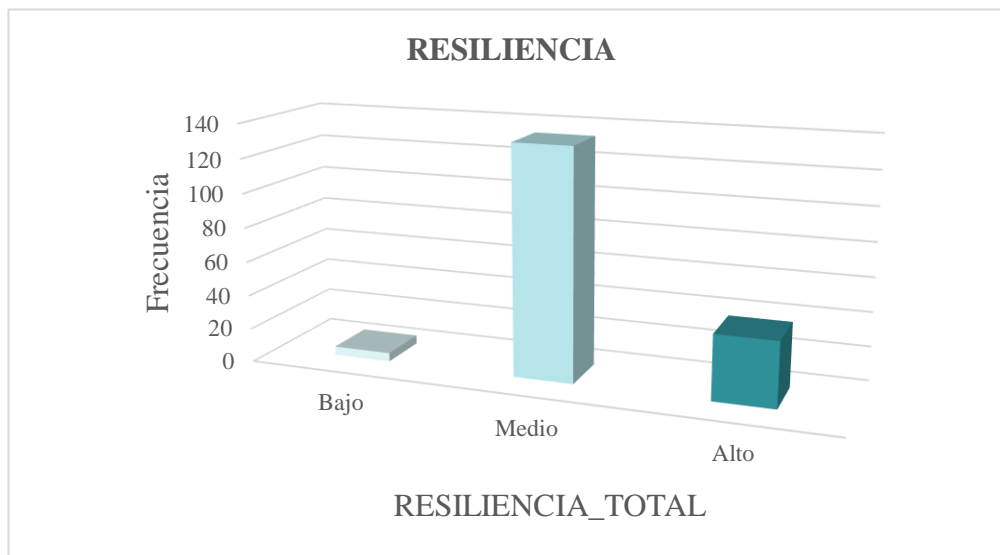
**Tabla 2**

Niveles de resiliencia en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita”

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	5	2.8	2.8	2.8
Medio	134	75.7	75.7	78.5
Alto	38	21.5	21.5	100.0
<b>Total</b>	<b>177</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

**Figura 2**

Niveles de resiliencia en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática  
“Santa Teresita”



De acuerdo a la dimensión insight, tal como se muestra en la tabla 3, el 58.2% de adolescentes se encuentra en un nivel medio lo cual refiere una capacidad moderada de identificar lo que pasa consigo mismo y con el entorno, de preguntarse a sí mismo y darse una autorespuesta honesta, el 31.6% cuenta con un nivel alto y un 10.2% un se encuentra con un nivel bajo referente a esta dimensión.

**Tabla 3**

Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Insight en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita”

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	18	10.2	10.2	10.2
Medio	103	58.2	58.2	68.4
Alto	56	31.6	31.6	100.0
Total	177	100.0	100.0	

La dimensión independencia hace referencia a la capacidad para establecer límites hacia sí mismo y con el entorno; manteniendo una adecuada distancia emocional y física, sin llegar a aislarse.

Las evaluadas muestran, como evidencia la tabla 4, un mayor porcentaje en el nivel medio de esta dimensión con un 44.1% es decir tienen una moderada capacidad de independencia, el 28.8% se encuentra en un nivel bajo con deficiencia en esta capacidad, finalmente un 27.1% de evaluadas tienen una deficiente capacidad de independencia con un nivel bajo en esta dimensión



**Tabla 4**

Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Independencia en las estudiantes en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita”

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	51	28.8	28.8	28.8
Medio	78	44.1	44.1	72.9
Alto	48	27.1	27.1	100.0
Total	177	100.0	100.0	

Referente a la dimensión interacción, como indica la tabla 5, el 58.8% de las estudiantes, se encuentran en un nivel medio es decir tiene una moderada habilidad para establecer vínculos satisfactorios con otras personas, un 25.4% de las evaluadas presentan dificultades para vincularse adecuadamente con su entorno social lo cual hace referencia a un nivel bajo en esta dimensión, finalmente solo el 15.8% de las encuestadas tiene un nivel óptimo de esta habilidad.

**Tabla 5**

Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Interacción en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita”

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	45	25.4	25.4	25.4
Medio	104	58.8	58.8	84.2
Alto	28	15.8	15.8	100.0
Total	177	100.0	100.0	

Las cifras mostradas en la tabla 6 permiten apreciar que la mayoría de evaluadas en la dimensión moralidad tienen un nivel alto que corresponde al 71.2%, lo que significa que presentan una óptima conciencia moral y capacidad de comprometerse con valores, discerniendo entre lo bueno y malo, un 27.7% manifiesta un moderado deseo de una vida personal satisfactoria y con riqueza interior ya que mantienen en un nivel medio en esta dimensión, por otro lado, el 1.1% de estudiantes tiene un nivel bajo lo que se traduce en dificultades en esta dimensión.

**Tabla 6**

Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Moralidad en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita”

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	2	1.1	1.1	1.1
Medio	49	27.7	27.7	28.8
Alto	126	71.2	71.2	100.0
Total	177	100.0	100.0	

La evaluadas, como se muestra en la tabla 7, en su mayoría presentan un nivel medio referente a la dimensión humor, correspondiendo un 56.5%, esto hace referencia a una moderada capacidad para encontrar lo bueno en las cosas malas que suceden. Por otro lado, el 24.3% de adolescentes se encuentran en un nivel alto, aquello muestra que mantienen un óptimo sentido del humor frente a las adversidades, finalmente el 19.2% de alumnas presenta una poca disposición positiva frente a situaciones complicadas

**Tabla 7**

Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Humor en las estudiantes en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática ‘‘Santa Teresita’’

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	34	19.2	19.2	19.2
Medio	100	56.5	56.5	75.7
Alto	43	24.3	24.3	100.0
Total	177	100.0	100.0	

De acuerdo a la dimensión iniciativa, como se observa en la tabla 8, encontramos que el 59,9% de encuestadas se encuentran en un nivel medio, este porcentaje hace referencia a una capacidad para exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes, además de hacerse responsable de los problemas. En el nivel alto de esta dimensión encontramos que el 21.5% de estudiantes lo presentan lo cual indica una óptima capacidad de autoexigirse y retarse hacia nuevos objetivos, tomando consciencia y asumiendo adecuadamente los problemas. Finalmente, sólo el 18,6% de adolescentes se encuentra en un nivel bajo de esta dimensión.

**Tabla 8**

Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Iniciativa en las estudiantes en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita”

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	33	18.6	18.6	18.6
Medio	106	59.9	59.9	78.5
Alto	38	21.5	21.5	100.0
Total	177	100.0	100.0	

La tabla 9 nos muestra que aproximadamente la mitad de estudiantes, correspondiente al 50.8%, presentan un nivel medio referente a la dimensión creatividad, lo cual indica una moderada capacidad de las adolescentes para crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. El 26.0% de alumnas se encuentra en un nivel bajo, esto quiere decir que, dificultades en la capacidad para innovar y realizar actividades para revertir emociones negativas y adversidades. El 23.2% tiene un nivel alto, reflejando una óptima capacidad para resolver adversidades con creatividad.

**Tabla 9**

Niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión Creatividad en las estudiantes en las estudiantes de la Institución Educativa Emblemática “Santa Teresita”

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	46	26.0	26.0	26.0
Medio	90	50.8	50.8	76.8
Alto	41	23.2	23.2	100.0
Total	177	100.0	100.0	

#### 4.2. Discusión de resultados

En este apartado se lleva a cabo el análisis de los resultados obtenidos contrastándolos con los de otras investigaciones previas que se relacionan de manera directa o indirecta con la variable en estudio.

Uno de los hallazgos más resaltantes de esta investigación es que el 75.7% de las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita han obtenido un nivel medio de resiliencia, es decir que poseen una capacidad moderada para afrontar, resistir, mantener o salir adelante en situaciones difíciles; cabe mencionar que el adolescente es quien se encarga de potenciar su propia resiliencia teniendo en cuenta sus propios recursos para sobresalir ante situaciones adversas. Estos resultados concuerdan con Soncco Quispe (2019) quien en su estudio encontró que el 59% de los adolescentes evaluados presentó un nivel de resiliencia medio, así mismo, la investigación de Cieza Díaz y Juárez Goicochea (2020) donde se obtuvo que la mayoría de los adolescentes poseen un nivel medio de resiliencia, igualmente en el estudio de Grotberg (2002) cuyo objetivo era analizar los niveles de resiliencia en una institución educativa obtuvo como resultado que el 68.5% poseen un nivel medio de resiliencia, llegando a la conclusión que las mujeres tienen desarrolladas ciertas capacidades resilientes. Estos estudios concuerdan con los resultados obtenidos puesto que nuestra muestra son adolescentes de nivel secundario y son todas mujeres. Pero estudios como el de Prado y del Águila (2003) difieren con lo mencionado anteriormente, puesto que en su estudio mencionan que no existe diferencia con respecto al género, es decir, que tanto hombres como mujeres pueden desarrollar el mismo nivel de resiliencia sin importar estar ante una condición desfavorable.

El nivel medio de resiliencia presente en las adolescentes evaluadas de nuestra investigación pone en evidencia la presencia de factores protectores, como lo son el entorno familiar y social, sin embargo podría existir inestabilidad en este factor protector ya que es en esta etapa en la que se genera un conflicto por la búsqueda de la independencia y aceptación social del adolescente, esto concuerda con lo mencionado por López Sánchez (2015) donde la necesidad de pertenecía pero a la vez de independencia es característica relevante de la adolescencia y donde se observa un desarrollo hacia el pensamiento crítico.

Así mismo, el nivel de resiliencia en las evaluadas se podría deber a la interacción que estas tienen con sus redes de apoyo, de alguna manera esta interacción influye en el desarrollo de estilos de afrontamiento ante los problemas o dificultades. Además de aquellos factores internos que podrían encontrarse en un desequilibrio y esto podría deberse a la etapa llena de cambios en la que se encuentran y por la búsqueda de identidad característica de la adolescencia. Un estilo adecuado de enfrentamiento a situaciones negativas permitirá que las adolescentes posean las herramientas internas suficientes para superar algún problema o adversidad. Por otro lado, es necesario hacer énfasis en las consecuencias de poseer un nivel medio, las cuales podrían generar una inadecuada adaptación a situaciones nuevas y un mal manejo de emociones frente a situaciones de vulnerabilidad.

Por otro lado, los resultados encontrados difieren con la investigación de Rebaza Reyes (2021) quien obtuvo que la mayoría de adolescentes tienen un nivel alto de resiliencia, del mismo modo Núñez Guzmán (2014) encontró que los adolescentes poseen un alto nivel alto de resiliencia, lo mismo sucede con la

investigación de Ríos et al. (2016) encontrando que los adolescentes tenían un alto nivel de resiliencia. También Santa Cruz y Soriano (2017) en su estudio encontraron que el 60% de adolescentes poseen un nivel alto. Cabe recalcar que en este último estudio la población estuvo conformada por adolescentes embarazadas; teniendo en cuenta que esta es una situación difícil de sobrellevar para una adolescente, aun así, lograron obtener un adecuado nivel de resiliencia. Esto quiere decir que la resiliencia no es propia de una población en particular, sino todo lo contrario, pues es una capacidad que está en absolutamente todas las personas, pero depende de cada individuo y sobre todo de la interacción de factores de riesgo con los factores protectores. Tal como menciona Jiménez (2018) la resiliencia es una capacidad que se desarrolla en todo ser humano, los factores fomentan el desarrollo de la persona ya que intervienen como amortiguadores ante situaciones adversas o de mucho estrés que pueden ocasionar un gran impacto en el individuo. Por otro parte, la diferencia de este resultado con nuestra población de estudio también depende del contexto en el que los adolescentes se desenvuelven y cómo es que ellos perciben los problemas y adversidades.

Con respecto a los niveles de resiliencia de acuerdo a sus dimensiones, las evaluadas obtuvieron un nivel medio en: insight, interacción, iniciativa, humor e independencia. Esto podría ser causado por un inadecuado funcionamiento en los factores internos que permiten el desarrollo de la resiliencia, estos nos hablan de características internas las cuales no dependen del entorno de la persona, sino del propio individuo, las adolescentes evaluadas se encuentran en la búsqueda de su

identidad y fortalecimiento de la autoestima por lo cual estos factores en esta etapa se encuentran en evolución.

Por otro lado, en la dimensión de moralidad las adolescentes han conseguido un nivel alto. En la etapa de adolescencia, las reglas no se consideran fijas puesto que los adolescentes cuentan con la capacidad de razonar, reflexionar y crear sus propias normas (Guillen de Maldonado, 2005). Esto se podría observar en las estudiantes evaluadas ya que, en concordancia con entornos de su misma edad o etapa de vida, comparten y crean diferentes reglas, y respetan o no estas reglas de acuerdo a la influencia de su entorno, es decir las adolescentes tratan de presentar una moral autónoma, y buscan un trato justo y equitativo para todos.

Es importante precisar que la presente investigación se llevó a cabo dentro del contexto de emergencia sanitaria debido a la pandemia por el COVID-19, que trajo consigo, pérdidas humanas, económicas y notables cambios en el comportamiento social de la población, pudiendo ser este un factor de riesgo que puede influir en los niveles de resiliencia no solo de las adolescentes si no también en la población en general, tema que puede ser objeto de estudio en próximas investigaciones.



**CAPÍTULO V:**  
**CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **5.1. Conclusiones**

- Se identificó, con un 75,7%, un nivel medio de resiliencia en las adolescentes de una institución pública de Cajamarca.
- Referente a la dimensión insight se identificó un nivel medio en las estudiantes, representando el 58.2% del total de evaluadas
- Con la investigación se logró identificar un nivel medio de acuerdo a la dimensión independencia, presentando un 44,1% de las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.
- De acuerdo a la dimensión interacción se identificó un nivel medio con un 58.8%, en las adolescentes evaluadas.
- Los resultados indican un alto nivel de resiliencia de acuerdo a la dimensión moralidad, representando un 71.2% de las estudiantes participantes en la investigación.
- En la dimensión humor se identificó con un 56,5% un nivel medio en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.
- Los datos nos permitieron identificar un nivel medio de acuerdo a la dimensión iniciativa, 59,9%, en las evaluadas.
- La investigación realizada identificó un nivel medio con un 50,8% en la dimensión creatividad en las evaluadas.

### **5.2. Recomendaciones**

Para próximas investigaciones sería de vital importancia que se ejecuten estudios donde se incluya un análisis comparativo, teniendo en cuenta variables sociodemográficas: sexo, edad y nivel socioeconómico. Así mismo sería

interesante considerar distintas poblaciones de los adolescentes, con un tamaño de muestra más grande, así como también incluir otras variables como autoestima, inteligencia emocional, rendimiento académico, etc. Con la finalidad de obtener información más amplia sobre la variable resiliencia. Considerando que la etapa de la adolescencia es un factor para determinar ciertas características de la resiliencia.

En base a los hallazgos obtenidos se recomienda promover la resiliencia ya que es muy importante para la vida, pues permite enfrentar las situaciones difíciles de una forma positiva; y su desarrollo depende tanto de recursos personales como externos entre los que se encuentran la familia, comunidad y las instituciones educativas. Ayudando al adolescente a sobrellevar o generar un cambio de todos aquellos aspectos negativos y peligrosos que atenten contra su equilibrio y desarrollo.

Se sugiere a la Institución Educativa implementar pedagogías emergentes que formen a las adolescentes para enfrentar con actitud positiva un mundo volátil donde nada es sólido, todo puede suceder y nada puede ocurrir con certeza absoluta. Es decir, promover reacciones resilientes en las alumnas ante circunstancias inesperadas para evitar conductas de riesgo.

Las autoridades del ámbito educativo, deben promover reacciones resilientes en las alumnas ante circunstancias inesperadas, así como programas de promoción, prevención e intervención, para desarrollar factores protectores, tanto internos, como externos. Además, el área de Psicología debe apoyar a resolver problemáticas que aquejan a las adolescentes y ocuparse más por fomentar la

capacidad de resiliencia mediante la implementación de programas de apoyo o soporte emocional y, por ende, prevenir conductas de riesgo. Por esto, también se recomienda realizar programas de desarrollo emocional, los cuales deben estar considerados dentro de la programación anual y en el plan de tutoría de las instituciones educativas. La resiliencia se incorpora al ámbito educativo como un apoyo a la formación integral de los estudiantes, puesto que ellos se forman no solo adquiriendo conocimientos, sino también aprendiendo habilidades para enfrentarse a la vida.

Aplicar esta investigación a población de zona urbana para determinar las diferencias que existen en las diferentes culturas con respecto al proceso de resiliencia en la misma población.

Hacer uso de estos resultados para futuras investigaciones a fin de comparar los resultados que se obtengan de estas. Se sugiere al personal que conforma el área de tutoría de la Institución Educativa, tener en cuenta los resultados de la presente investigación con la finalidad de fomentar estrategias que permitan desarrollar competencias resilientes en la población estudiantil.

## REFERENCIAS

López Sánchez, F. (2015). Adolescencia. Necesidades y problemas. Implicaciones para la intervención. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*.

Águila Calero, G., Díaz Quiñones, J. A., & Díaz Martínez, P. (2017). Adolescencia temprana y parentalidad. Fundamentos teóricos y metodológicos acerca de esta etapa y su manejo. *MediSur, Revista de Ciencia Médicas de Cienfuegos*.

Aguirre, G. (2004). Capacidad y factores asociados a la resiliencia, en adolescentes del C.E Mariscal Andrés Avelino Cáceres del Sector IV de Pamplona Alta San Juan de Miraflores 2002. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mator de San Marcos]. Repositorio digital. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/2683>.

Ahern, N. (2006). Resiliencia adolescente: un análisis evolutivo del concepto. *Revista de enfermería pediátrica*, 21, 175-184.

Alvarado Acostupa, L. K. (2018). *Resiliencia en Adolescentes del 2do Grado de Secundaria de una Institución Educativa Pública en el distrito de San Juan de Lurigancho, 2017*. [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega].

Alvarado, L. (2018). *Resiliencia en Adolescentes del 2do Grado de Secundaria de una Institución Educativa*. [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso

de la Vega]. Repositorio.

<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3081>.

Alvarado, L. (2018). Resiliencia en Adolescentes del 2do Grado de Secundaria de una Institución Educativa Pública en el distrito de San Juan de Lurigancho, 2017 [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilado de la Vega].

Repositorio digital.

<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3081>.

Bonanno, G. (2004). Pérdida, trauma y resiliencia humana. *American*

*Psychologist*, 59, 20-28.

Capcha Piñares , E. M. (2020). ‘‘Resiliencia en adolescentes de un centro de educación básica alternativa en el distrito de El Tambo – 2019’’ [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Los Andes].

Carballo, J., Llorente, C., Kehrmann , L., Flamarique, I., Zuddas , A., Purper-

Ouakil, D., y Arango, C. (2020). Factores psicosociales de riesgo de suicidio en niños y adolescentes. *Psiquiatría europea de niños y adolescentes*, 26, 759-776. doi:[https://doi.org/10.1007/s00787-018-01270-](https://doi.org/10.1007/s00787-018-01270-9)

9

Cieza Díaz , M. D., & Juárez Goicochea , E. (2020). *Habilidades sociales y resiliencia en adolescentes de 1ro a 5to de secundaria de una I.E. Pública del distrito de Baños del Inca - Cajamarca*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo].

Cyrułnik, B. (2005). *Bajo el signo del vínculo*. Gedisa.

- Degollado López, L. (2019). *Resiliencia y Autoestima en adolescentes de educación media superior de Toluca, Estado de México*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Estado de México].
- Fuentes, R. (2013). Resiliencia en los adolescentes entre 15 y 17 años de edad que asisten al juzgado de primera instancia de la niñez y adolescencia del área Metropolitana. [Tesis de pregrado, Univesidad Rafael Landívar].  
Repositorio digital. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Fuentes-Paola.pdf> Contenido de Tesis (PDF) .
- Gartland, D. (2009). *Resiliencia en adolescentes: el desarrollo y prueba psicométrica preliminar de una nueva medida*. [Tesis de doctorado, Universidad de Tecnología Swinburne]. Archivo digital.  
<http://hdl.handle.net/1959.3/76785>.
- Greene, R. (2002). *Resiliencia: Un enfoque integrado de la práctica, las políticas y la investigación*. National Association of Social Workers Press.
- Guillen de Maldonado , R. (2005). Resiliencia en la adolescencia. *Revista de la sociedad boliviana de pediatría*, 41 -43.
- Güemes-Hidalgo, M., González-Fierro, M., & Hidalgo Vicario , M. (2017). Pubertad y adolescencia . *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia* .
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación. (5º Ed.). McGraw Hill.

- Huamán Calua, E. M., & Guevara Morales, M. (2019). *Resiliencia en adolescentes mujeres de una Institución Educativa Estatal de la Ciudad de Cajamarca*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo].
- Janas, M. (2002). Desarrolle resiliencia. *Intervention in School and Clinic*, 38, 117-122.
- Jiménez, D. (2018). *Resiliencia en adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la fundación Forge Lima Norte, 2017* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2624>.
- Ledesma, J. (2014). Marcos conceptuales y modelos de investigación sobre la resiliencia en el liderazgo. *SAGE Journals*, 4, 1-8.
- López Hoyos, J. M., & Mantilla Chávez, V. E. (2021). *Resiliencia e ideación suicida en estudiantes de una Institución Educativa Pública Secundaria de la ciudad de Bambamarca* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo].
- López Sánchez, F. (2015). Adolescencia. Necesidades y problemas. Implicaciones para la intervención. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*.
- Masten, A. (2001). Definir la resiliencia. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Masten, A. (2014). Perspectivas globales sobre resiliencia en niños y jóvenes. *Child Development*, 85(1), 6-20.



- Moreno López, N., Fajardo Corredor, Á., González Robles, A. C., Coronado Bohórquez, A. E., & Ricarurte Martínez, J. A. (2019). Una mirada desde la resiliencia en adolescentes en contextos de conflicto armado. *Revista de investigación Psicológica*, 57 - 72.
- Núñez Guzmán , D. (2014). *Capacidades resilientes en adolescentes en contexto de vulnerabilidad* [Tesis de pregrado, Universidad Academia de humanismo Cristiano]. Obtenido de <http://bibliotecadigital.academia.cl/handle/123456789/1349>
- Obando, O., Villalobos, M., & Arango, S. (2010). Reiliencia en niños con experiencias de abandono. *Acta colombiana de Psicología*, 13(2), 149-159.
- Oorganización mundial de la Salud. (18 de Enero de 2021). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Organización Mundial de la Salud. (s.f.). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de [who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](http://who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1)
- Prado, R., y Del Águila, M. (2003). Diferencia en la resiliencia según género y nivel socioeconómico en adolescentes. *Persona*, (6), 179-196.
- Papalia , D., Wendkos Olds, S., & Duskin Felman , R. (2004). *Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia*. Mexico: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

- Perry, B. (2002). Cómo los niños se vuelven resilientes. *Scholastic Parent & Child*, 10(2), 33-35. Análisis de los niveles de resiliencia en función del género y factores del ámbito educativo en escolares. *ESPHA- Education, Sport, Health and Psysical Activity*, 2(1), 50-61.
- Ramírez, I. y Castro, M. (2018).
- Ríos Nevarez, M., Vázquez Soto, M., & Fernández Escárzaga, J. (2016). Nivel de Resiliencia en adolescentes de una zona marginal en la ciudad de Durango. *Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa*.
- Rutter, M. (1985). Resiliencia ante la adversidad: factores protectores y resistencia a desorden psiquiátrico. *Revista Británica*, 147, 598-611.
- Rutter, M. (1987). Mecanismos de protección y resiliencia psicosocial. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Rutter, M. (1992). *Mentes en desarrollo: desafío y continuidad a lo largo de la vida*. Penguin Books.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). Metodología y diseños en la investigación científica (5ta. ed.). Business Support Aneth S.R.L
- Silas, J. (2008). ¿Por qué Miriam sí va a la escuela? Resiliencia en la educación básica mexicana. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 13(39), 1255-1279.
- Soncco Quispe, Z. L. (2019). *Resiliencia en adolescentes del primer año de secundaria de la Institución Educativa María Parado de Bellido del Rimac, Lima - 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Norbert Wiener].

Steyn, S. (2006). *Resiliencia en adolescentes: una perspectiva psicoeducativa*

[Tesis de posgrado, Universidad de África]. Repositorio digital.

<http://hdl.handle.net/10500/724>.

Tanta Sánchez , E., & Tanta Sánchez , M. (2020). *Resiliencia en adolescentes de*

*educación secundaria* [Tesis de pregrado. Universidad Privada Antonio

Guillermo Urrelo].

Thun-Hohenstein, L., Lampert, K., y Altendorfer-Kling, U. (2020). Resiliencia:

historia, modelos y aplicación. *Revista de psicodrama y sociometría*

*volumen, 19*, 7-20. doi:<https://doi.org/10.1007/s11620-020-00524-6>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2010). “*Acciones para la*

*resiliencia de la niñez y la juventud*.”

<https://www.unicef.org/lac/media/2271/file/PDF%20Acciones%20para%20la%20resiliencia%20de%20la%20ni%C3%B1ez%20y%20la%20juventud.pdf>.

d.pdf.

Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología.

*Revista de Psicodidáctica, 10*(2), 61-80.

Vinaccia , S., Quiceno, J. M., & Moreno San Pedro, E. (2007). Resiliencia en

adolescentes. *Revista Colombiana de Psicología, 139-146*.

Werner, E. (2004). Viajes desde la infancia hasta la mediana edad: riesgo,

resiliencia y recuperación. *Pediatría, 114*(2), 492.

doi:<https://doi.org/10.1542/peds.114.2.492>

Waxman, H., Gray, J., y Padron, Y. (2003). Review of research on educational resilience. Vickie Lewelling.

**ANEXOS**

## ANEXO A

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema	Objetivos	Variables	Diseño de investigación	Población y muestra
<b>Problema principal</b>	<b>Objetivo general</b>	<b>Variable ordinal:</b> Resiliencia	<b>Tipo de investigación:</b>	<b>Población:</b>
¿Cuáles son los niveles de resiliencia en las adolescentes de secundaria de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021?	Determinar los niveles de resiliencia en las adolescentes de secundaria de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021		La investigación es de tipo descriptivo de enfoque cuantitativo.	Estudiantes de secundaria de la Institución Emblemática Santa Teresita
	<b>Objetivos específicos</b>		<b>Nivel de investigación</b>	<b>Muestra:</b>
	<b>OE1:</b> Identificar los: niveles de resiliencia a de acuerdo a la dimensión de insigth en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021		Descriptivo	600 estudiantes de secundaria de la Institución
			<b>Diseño de investigación</b>	
			El diseño es de tipo no experimental, específicamente diseño transeccional	

<p><b>OE2:</b> Identificar los niveles de resiliencia de las estudiantes de secundaria de acuerdo a la dimensión independencia en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.</p>	<p><b>Método</b></p> <p>Estadístico</p>	<p>Emblemática Santa Teresita</p> <p><b>Técnicas o instrumentos de recolección de datos:</b></p>
<p><b>OE3:</b> Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión interacción en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021</p>		<p>Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA).</p> <p><b>Técnicas estadísticas de análisis de datos</b></p>
<p><b>OE4:</b> Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión moralidad en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021</p>		<p>Se hará uso de la hoja de cálculo de Excel y el software estadístico Jamovi</p>

---

**OE5:** Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión de humor en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021

**OE6:** Identificar los niveles de resiliencia de las estudiantes de secundaria de acuerdo a la dimensión de iniciativa en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.

**OE7:** Identificar los niveles de resiliencia de acuerdo a la dimensión de creatividad en las estudiantes de la Institución Emblemática Santa Teresita, Cajamarca, 2021.

---



**ANEXO B****ESCALA DE RESILIENCIA PARA ADOLESCENTES (ERA)**

Lee cuidadosamente las siguientes oraciones y coloco un aspa (x) en el casillero cuyo significado refleje tu manera de ser más frecuente. Responde TODOS los ítems.

**NOTA:** No existen respuestas buenas ni malas. Los datos que brinden son de carácter anónimo.

	<b>Rara Vez</b>	<b>A veces</b>	<b>A Menudo</b>	<b>Siempre</b>
1. Me doy cuenta de lo que sucede o mi alrededor.				
2. Cuando tengo problemas escucho música, bailo, dibujo o juego.				
3. Cuando hay problemas en casa trato de no meterme.				
4. Utilizo el arte para expresar mis temores.				
5. Me gusta inventar cosas para solucionar problemas.				
6. Cuando sucede algo inesperado busco soluciones posibles.				
7. Después de realizar una actividad artística me siento mejor que antes				
8. Me agrada inventar cosas que me hagan reír antes que deprimirme.				
9. Tengo mis propias explicaciones de lo que sucede en casa.				
10. Consigo lo que me propongo.				
11. Prefiero las cosas cómicas que lo serio.				
12. Prefiero estar con personas alegres.				
13. Cuando tengo muchos problemas me los tiro al hombro y sonrío				
14. Me gusta ser justo con los demás.				

15. Busco conocer cómo actúan mis padres en determinadas situaciones.				
16. Me gustaría ser un buen ejemplo para los demás.				
17. Creo que los principios son indispensables para vivir en paz.				
18. Tengo bien claro mis ideales y creencias.				
19. Comparto con otros lo que tengo.				
20. Soy amigo de mis vecinos y compañeros.				
21. Quiero encontrar un lugar que me ayude a superar mis problemas.				
22. Deseo poder independizarme de mi casa lo más pronto posible.				
23. Realizo actividades fuera de casa y del colegio.				
24. Cuando una persona me ayude siempre es como un miembro de mi familia.				
25. Todos los problemas tienen solución.				
26. Participo en organizaciones que ayudan a los demás.				
27. Me gusta saber y lo que no sé pregunto.				
28. Aspiro ser alguien importante en la vida.				
29. Cuando mis padres fastidian trato de permanecer calmado.				
30. Cuando mis padres están molestos quiero conocer por qué.				
31. Me gustaría ser artista para poder expresarme.				
32. Siendo y pienso diferente que mis padres.				
33. Me gusta hacer lo que quiero, aunque mis padres se opongan.				
34. Me río de las cosas malas que me suceden.				

## ANEXO C

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Acepto que mi menor hija participe de manera voluntariamente en esta investigación, conducida por Albines Silva, Angie Alexandra Y Vásquez Chugnas, Lizbeth Saraí, denominada "Niveles de resiliencia en adolescentes de secundaria de la institución educativa emblemática Santa Teresita, Cajamarca 2021".

Reconozco que la información que mi hija provea es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado (a) de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a las señoritas:

Albines Silva Angie Alexandra

Número de teléfono: 932 150 629

Correo electrónico: [70611078@upagu.edu.pe](mailto:70611078@upagu.edu.pe)

Vásquez Chugnas Lizbeth Saraí

Número de teléfono: 989 452 832

Correo electrónico [74238071@upagu.edu.pe](mailto:74238071@upagu.edu.pe)

Puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido.

Para esto, puedo contactar a los datos anteriormente mencionados.

---

\*Obligatorio

1. NOMBRE Y APELLIDO DEL PADRE Y/O APODERADO \*

---

2. DNI \*

---


---

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios

## ANEXO D

Preguntas Respuestas **178** Configuración



Sección 1 de 2

## ESCALA DE RESILIENCIA PARA ADOLESCENTES (ERA) ✕ ⋮

Lee cuidadosamente las siguientes oraciones y selecciona el casillero cuyo significado refleje tu manera de ser más frecuente. Recuerda responder TODAS las oraciones.

1. Me doy cuenta de lo que sucede o mi alrededor \*

1: Rara vez 2: A veces 3: A menudo 4: Siempre

1	2	3	4
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Cuando tengo problemas escucho música, bailo, dibujo o juego \*

## ANEXO E



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA  
**Santa Teresita**  
*Ciencia, Virtud y Acción*

LA MADRE DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EMBLEMÁTICA "SANTA TERESITA", QUIEN SUSCRIBE;


## AUTORIZA

A las Srtas. **ANGIE ALEXANDRA ALBINES SILVA** y **LIZBETH SARAI VÁSQUEZ CHUGNAS**, a fin de que puedan aplicar el cuestionario "Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA)", a las estudiantes de 1° y 2° Grado del año académico 2021 de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática "Santa Teresita" y que puedan utilizar el nombre de la I.E. en el título de tesis **NIVELES DE RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA "SANTA TERESITA", CAJAMARCA 2021.**

Se expide la presente, a petición de las interesadas, para los fines que estime conveniente.

Cajamarca, 09 de noviembre de 2021



  
 Sor Margarita Castilla Félix  
 Directora

