



Marzo 2019 - ISSN: 1989-4155

RESILIENCIA EN ALUMNOS DE QUINTO SEMESTRE DE LA PREPARATORIA REGIONAL TEJUPILCO, A.C.

Domínguez Carbajal Yadira¹

Preparatoria Regional Tejupilco A.C. Clave 130.
Incorporada a la Universidad Autónoma del Estado de México.
psi.yadidoca@live.com.mx

Arce Orozco Keninseb Tomasa²

Docente de Centro de Bachillerato Tecnológico No.2 Tejupilco,
CBT Temascaltepec y Universidad Interamericana para el Desarrollo sede Tejupilco.
psickenyarce@hotmail.com

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Domínguez Carbajal Yadira y Arce Orozco Keninseb Tomasa (2019): "Resiliencia en alumnos de quinto semestre de la preparatoria regional Tejupilco, A.C.", Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo (marzo 2019). En línea:

<https://www.eumed.net/rev/atlanter/2019/03/resiliencia-alumnos-tejupilco.html>

RESUMEN: Se presenta una investigación realizada con el objetivo de conocer los factores de resiliencia que presentan un grupo de quinto semestre de la Preparatoria Regional Tejupilco A.C., para enfrentar las adversidades y devenires en su vida; para lo cual se aplicó el Cuestionario de Resiliencia elaborado por González Arratia (2016), validado para la población mexicana, con una confiabilidad de Alpha de Cronbach de: 0.919. A partir de los resultados se concluyó que los alumnos de quinto semestre de dicha preparatoria presentan un alto nivel de resiliencia.

PALABRAS CLAVE: resiliencia, adolescentes, adversidad, psicología y fortaleza.

CLASIFICACION JEL. [I12](#), [I22](#)

ABSTRAC: We present an investigation carried out with the objective of knowing the resilience factors presented by a group of the fifth semester of Tejupilco Regional High School A.C., to face the adversities and becomings in their life; for which the Resilience Questionnaire prepared by González Arratia (2016) was applied, validated for the Mexican population, with a reliability of Cronbach's Alpha of: 0.919. Based on the results, it was concluded that the students of the fifth semester of this high school have a high level of resilience.

¹ Licenciada en Psicología, egresada de la UAEMéx, pasante de la Maestría en Educación en la UNID y Auxiliar de Orientación Educativa y Docente en la Preparatoria Regional Tejupilco A.C. Clave 130. Incorporada a la UAEMéx.

² Licenciada en Psicología, egresada de la UAEMéx, pasante de Maestría en Educación en la UNID; docente de Centro de Bachillerato Tecnológico No.2 Tejupilco, CBT Temascaltepec y UNID sede Tejupilco.

KEYWORD: Resilience, adolescents, adversity, psychology and strength.

CLASSIFICATION JEL. [I12](#), [I22](#)

1. INTRODUCCIÓN

A través de tiempo la psicología se ha abierto un campo de acción, su aplicación como hoy en día la concebimos no es igual que anteriormente, pues en sus inicios esta área del conocimiento se enfocaba en aspectos como la enfermedad, patologías, traumas e incluso manejaba conceptos como anormalidad, esto según Carretero (2010), es porque se había enfocado en estudio o investigaciones de conceptos o problemas negativos. Pero en enfoque positivista de la psicología se ha centrado en resaltar estudios optimistas, Vera (2006), por su parte reafirma que este enfoque busca comprender las fortalezas emocionales y psicológicas de las personas, esto debido a que guía bajo la premisa de que el ser humano posee la capacidad para adaptarse, sobrellevar y superar situaciones difíciles.

Uno de los conceptos que ha aportado la corriente positivista es la resiliencia, se puede decir que este término es nuevo en el campo de la psicología, ya que se inició a formularse en la década de los 60 y 70, cuando especialistas en psiquiatría y psicología observaron a menores de edad que crecieron en situaciones adversas de pobreza, marginación, violencia y algunos eran capaces de normalizar sus vidas mientras otros continuaron viviendo en las mismas condiciones (Carretero, 2010). Este término tiene su origen en la física, según Martínez y Vásquez-Broman (Palomero, 2006), “[...] designa la capacidad que tienen el acero en recuperar su forma inicial [...]” (p. 291), a pesar de los golpes que pueda recibir y a pesar de los esfuerzos que puedan hacerse para deformarlo; esta palabra proviene del latín *resalire*, que quiere decir “saltar y volver a saltar” “recomenzar”.

Según Cyrulnik (2005), la resiliencia es un proceso, es decir, que esta capacidad se va desarrollando con el tiempo, en el que intervienen las fortalezas o recursos personales y contextuales; por ello se dice que es el fruto de la relación que tienen la persona con su entorno.

Tomando en cuenta que, actualmente la sociedad experimenta una serie importante de transformaciones, debido al proceso de globalización; que según Kellner (citado por Flórez, Aguilar, Hernández, Salazar, Pinillos y Pérez, 2017), es fenómeno complejo que agrupa cambios tanto positivos, como tensiones y conflictos que afectan el ámbito social, económico, político, cultural y educativo; los cuales demandan a los ciudadanos desarrollar competencias que le permitan adaptarse a este mundo cambiante y entender los problemas sociales que se le presente; se puede decir que, es necesario que en las instituciones educativas fomenten el desarrollo de la resiliencia, pues esta le permitirá a las personas adaptarse y enfrentarse a las demandas que le presenta esta sociedad que va transformándose día a día a pasos agigantados, experimentando constantes cambios.

Teniendo como referencia lo anterior se presenta la siguiente investigación que se fundamenta en la psicología positiva, dada su perspectiva hacia el ser humano, la cual remarca su capacidad para adaptarse, encontrar sentido y crecer personalmente, con el fin de conocer los factores resilientes que presentan los alumnos de un grupo de quinto semestre de la Preparatoria Regional Tejupilco A.C., que les permitirán hacer frente de manera positiva a las adversidades de la vida.

2. DESARROLLO

2.1. Definición

El concepto de resiliencia en la psicología es reciente y ha generado algunos dilemas pro saber si es parte del estudio de la psicología o no. Sin embargo, ese no es nuestro punto de interés, pero si el conceptualizarlo de manera clara, debido a que existen varias definiciones, y en su mayoría coinciden en desatacar dos polos fundamentales de la resiliencia en el campo de la

psicología: por una parte, la resistencia a los traumas y, por otra, implica un proceso dinámico que incluye una perspectiva existencial.

Grotberg (citado en García-Vesga y Domínguez-de la Osa, 2013), refiere que la resiliencia es "...la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas" (pp. 66). A partir de lo anterior, se puede decir que el concepto implica una comprensión de como un problema o situación difícil es asimilado por las personas para salir adelante e incluso llegan a tener mayor capacidad para enfrentar la vida y el porvenir.

Por otro lado, Cyrulnik (2005), refiere que la resiliencia es más que resistir, ya que implica a su vez aprender a vivir, al decir que es "[...] la capacidad de triunfar, para vivir y desarrollarse positivamente, de manera socialmente aceptable, a pesar de la fatiga o de la adversidad, que suele implicar riesgo grave de desenlace negativo". (p. 10). Y en otra de sus obras complementa diciendo: "[...] esa capacidad para soportar el golpe y restablecer un desarrollo en unas circunstancias adversas [...]". (2003, p. 26).

Rodenas (citados por Valdez, 2015), definen la resiliencia "como la capacidad de afrontar la adversidad y salir fortalecidos de esta prueba." (p. 16). Sin embargo, resaltan la necesidad de complementar dicho concepto con el de *adaptación positiva*, para reconocer un proceso resiliente, ya que la resiliencia no es una capacidad inherente o innata del hombre, sino que implica un proceso dinámico, donde interviene las formas de enfrentar la vida, por ejemplo, muchas veces las persona se adaptan a un ambiente, pero este puede ser un ambiente negativo, es decir, no cumple con las exigencias morales que permiten una convivencia social armónica.

Para Richardson y sus colaboradores la resiliencia es: "[...] el proceso de lidiar con acontecimientos vitales disociadores, estresantes o amenazantes de un modo que proporcionan al individuo destrezas protectoras y defensivas adicionales a las previas a la disociación resultante del acontecimiento". Heggins retoma otros planteamientos, entendiéndola como "[...] el proceso de autoencauzarse y crecer". Así mismo, Wolin y Wolin la describen como la capacidad de sobreponerse, de soportar las penas y de enmendarse a sí mismo. Por último, para Rirkin y Hoopman la resiliencia puede definirse como la "[...] capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad, y de desarrollar la competencias social, académica y vocacional pese a estar expuestos a un estrés grave o simplemente a las tensiones inherentes al mundo de hoy" (citados por Benítez y Martínez, 2017, pág. 1).

Se puede observar que, hablar de resiliencia implica el reconocimiento de una situación adversa o difícil que provoca un dolor, sufrimiento, así como una lucha y sobre todo resalta la fortaleza que se tienen para sobrellevar esa situación, saliendo adelante victorioso (Noriega, Angulo y Angulo, 2016); esta capacidad sin duda no es inherente al ser humano, ya que si así lo fuese no habría traumas en las personas, implica un proceso en donde se reúnen diferentes aspectos tanto internos como externos que permiten a las personas sobrellevarlas, por lo tanto, este proceso tampoco puede generalizarse, pues sería como dar una lista y quien la cumpla tendrá resiliencia y no; las personas como seres individuales y subjetivos reaccionan de manera diferente e incluso una esta capacidad puede crecer o declinar con el tiempo, ya que en determinada situación una persona puede salir victorioso y fortalecidos y en otra ya no. Como menciona Cyrulnik (2005), la resiliencia se teje, se entrelaza con varios elementos. Se trata, de una capacidad que resulta de un proceso dinámico en el que influirán diferentes factores internos y externos, propios del ambiente, los cuales ayudaran a tejer esta característica en el individuo y será capaz de sobreponerse ante la adversidad que este enfrentando.

2.2. Factores de riesgo

Para que se dé un proceso de resiliencia se ha comentado que intervienen factores internos y externos, pero estos no siempre son impulsores de la resiliencia, sino lo contrario, pueden

actúan negativamente y ser un factor de riesgo. Se entiende como factor de riesgo como aquellas situaciones que dificultan la activación de resiliencia. Estos se centran en la enfermedad, en el síntoma y en las características que se asocian con una elevada probabilidad de daño biológico, psicológico y social, es decir, afectan negativamente el desarrollo de la persona, limitando su potencial (González, 2016).

Los factores de riesgo son fáciles de identificar y muy comunes en la sociedad, incluyen adicciones familiares o en la colonia, pobreza, abandono, ambiente escolar negativo como es el bullying, desorganización de la comunidad, delincuencia y falta de posibilidades para satisfacer las necesidades humanas básicas necesarios para un desarrollo integral. Estos problemas muchas veces se etiquetaron para un grupo social determinado, específicamente la clase socioeconómica baja, sin embargo, hoy en día se sabe que, dichos problemas afectan a toda la población, como resaltan Kalbermatter, Goyeneche y Heredia (2009), Cyrulnik (2005) y Puerta (2002) al decir que, la adversidad se puede presentar en las diferentes clases sociales y mencionan los mecanismos (factores) de riesgo que no permiten el sobreponerse, los cuales son:

- *Familias disfuncionales.*
- *Los modelos de conducta desviados y aceptados por el entorno.*
- *Fracaso escolar y deserción.*
- *Ausencia de grupos de amigos saludables.*
- *Tiempo libre gastado de forma no creativa.*
- *Ausencia de dialogo con otros adultos significativos ajenos a la familia.*
- *Personalidad muy influenciable.*

Se pueden encontrar varias clasificaciones según la perspectiva de cada autor, pero lo relevantes es que en la mayoría se relacionen y/o se refieren a lo mismo, por ejemplo, González (2016), realiza una clasificación global, la cual implica los factores:

- **Individuales:** para referirse aquellas características personales que generan una desventaja de construcción como son las complicaciones perinatales, desequilibrios neurológicos, incapacidad sensoria, dificultades emocionales y mal manejo de estas emociones. Además, abarca bajo rendimiento escolar.
- **Familiares y sociales:** En esta toma en cuenta un factor externo por así decirlo, que no depende de la persona en sí mismo, sino para tomar aspectos como de su desarrollo en el hogar, el nivel socioeconómico, enfermedad, abusos de sustancias en la familia, desorganización y conflictos familiares como son: divorcios, abandono, rechazo de los padres, maltrato y/o abusos infantiles, entre otras problemáticas que se pueden presentar.
- **Del medio:** este sería otro aspecto externo del contexto que incluye el poco apoyo emocional y social, la disponibilidad de alcohol, drogas, armas de fuego en la escuela o en la comunidad, así como la pobreza, injusticia social y el pandillerismo.

2.3. Factores de protección

Así como existen factores de riesgo para el desarrollo de la resiliencia, hay factores protectores, los cuales representan el lado positivo que favorece un desarrollo adecuado; estos factores de protección se entienden como las condiciones que impiden la aparición de riesgo, por lo que, disminuyen la vulnerabilidad y favorecen la resistencia al daño. Córdova, menciona que la adquisición de capacidades biológicas, psicológicas, recursos sociales y las condiciones del medio, influirán en la persona, de manera de protección del riesgo (citado por González, 2016).

Por tanto, los factores protectores son los que neutralizan el riesgo, creando así cierta inmunidad y si eso se logra ya no sería necesaria la resiliencia (Kalbermatter, Goyeneche y Heredia, 2009), debido a que estos factores mitigan el impacto negativo de las situaciones o condiciones dolorosas; y manifiestan sus efectos después de un estresor, lo cual ayuda a modificar la respuesta de la persona, y es más que nada una cualidad o característica de la persona (Rutter, citado por González, 2016).

Werner, Smith y Garmezy (citados por González, 2016), identifican dos factores de protección que ayudan a desarrollar la resiliencia, los cuales son:

- Factores internos, que se entienden como aquellas características de disposición o temperamento, inteligencia, sentido del humor, empatía y locus de control interno.
- Factores externos, los que incluyen la cohesión familiar y la calidez con la que el niño es valorado, protegido y amado al menos por uno de los padres.

Por su parte, Kalbermatter, Goyeneche y Heredia (2009), no hablan de factores de protección, pero mencionan fuentes de resiliencia, las cuales se relacionan, debido a que las consideran, como las promotoras de actitudes que favorecen el desarrollo de habilidades que permiten enfrentar las situaciones de adversidad y no solo ello, sino que, ayuda a que salga fortalecido, estas fuentes son:

- La disponibilidad de sistemas de apoyo externos, que alimenten y refuercen los intentos de adaptación.
- El medio familiar y social.
- Las características de la personalidad.

De acuerdo con ello, los factores protectores son importantes, ya que son como un medio preventivo, pues si una persona sufre una adversidad, en principio, se pone en contacto ciertos rasgos propios y ambientales, que amortiguan esa adversidad. Y si cuenta con suficiente protección, el individuo se adapta a las dificultades sin experimentar una ruptura significativa en su vida, lo que le permite permanecer en una zona de bienestar o equilibrio; e incluso puede llegar a avanzar a un nivel mayor de resiliencia debido a las fortalezas emocionales y saludables formas de defensa desarrollados en el proceso de superar la adversidad. Sin embargo, sino contara con la protección necesaria, atravesaría un proceso de ruptura psicológica; por lo que, se puede decir que los factores protectores personales (internos) y ambientales (externos) determinaran el tipo de reintegración en la persona. Así como refiere Cyrulnik (2005), los heridos que reanuden su desarrollo serán aquellos que se afane por descubrir los recursos internos que le impregnan, y al mismo tiempo, el que analice sus recursos externos que se despliegan a su alrededor, esto ayudaran a amortiguan esa adversidad.

Wolin y Wolin, y Manciaux (citados por González, 2016) y Kotliarenko, Cáceres, y Alvarez (1996), resaltan algunos factores protectores internos como son:

- El empleo estrategias de convivencias, como adaptación, buenas decisiones, asertividad, control de los impulsos y resolución de problemas.
- Sociabilidad o relaciones satisfactorias.
- Sentido del humor que permite liberar presión.
- *Control interno* o la congruencia de pensar y hace, así como el manejo de emociones.
- Autonomía, independencia.
- *Visión positiva del futuro personal.*
- *Flexibilidad* que implica la creatividad para pensar y actuar buscando alternativas.
- *Capacidad de aprendizaje y conexión con este.*
- Automotivación
- Competencia personal
- *Sentimiento de autoestima y confianza en sí mismo.*
- *Capacidad de relacionarse.*
- *Iniciativa.*
- *Moralidad.*

A partir de la clasificación de Wolin y Wolin y Manciaux, se observa que hay diferentes autores que coinciden con ellos como Puerta (2002), Kalbermatter, Goyeneche y Heredia (2009) y Cyrulnik (2005). A partir de lo mencionado, se puede identificar a los factores de protección interna como aquellas habilidades o actitudes que la persona debe tener para poder salir adelante y enfrentar las situaciones conflictivas, de peligro o adversas que se le presenten. Así mismo, se reconoce que, no solo interviene la personalidad de cada individuo y sus recursos internos, sino existe una integración dinámica con los recursos externos.

Así mismo González (2016), propone otra clasificación de los factores protectores generalizándolos en tres, donde integra factores internos, y los otros dos se pueden ubicar entre los factores protectores externos, pues son:

- Familiares y sociales: los cuales abarcan los lazos con los padres, altas expectativas de parte de los familiares, lazos inseguros con familia y otros adultos.
- Del medio: que implica la conexión entre casa y escuela, el cuidado y apoyo por parte de personas que no pertenezcan a la familia, que provenga de la comunidad.

A partir de lo mencionado se puede observar que la familia, la sociedad y las circunstancias del medio en el que se desarrolla el niño y adolescente, son factores importantes para favorecer la resiliencia, ya que los factores externos son los que muchas veces promueven el desarrollo de habilidades internas. Es por ello que, Cyrulnik (citado por Muñoz y De Pedro, 2005) acertadamente afirma que, la resiliencia es un proceso, de un conjunto de fenómenos armonizados en el que el sujeto se cuela en un contexto afectivo, social y cultural. Es la capacidad de andar y navegar en los torrentes, peligros y adversidades, los cuales pueden llegar a ser traumáticos para el individuo.

3. METODOLOGÍA

3.1. Objetivo

Conocer los factores de resiliencia que presentan los alumnos de quinto semestre de la Preparatoria Regional Tejupilco A.C., que les permiten enfrentarse a los cambios sociales y adversidades que enfrentan a lo largo de su historia de vida.

3.2. Tipo de investigación.

El presente investigación es de tipo no experimental transaccional descriptiva, debido a que, según Hernández, Fernández-Collado y Baptista (2006), se enfoca en ver, conocer las reacciones específicas de las personas, es este caso, conocer que factores de resiliencia presentan los adolescentes de quinto semestre de la Preparatoria Regional Tejupilco A.C.

3.3. Población y muestra.

La Escuela Preparatoria Regional Tejupilco A.C. ubicada en Tejupilco, Edo. de México cuenta con una matrícula de 408 alumnos de entre 15 y 18 años de edad distribuida en once grupos de diferentes semestres (primero, tercero y quinto). Para fines de dicha investigación, solo se seleccionó un grupo de quinto semestre de 35 alumnos.

3.4. Instrumento

Nombre: Cuestionario de resiliencia para niños y adolescentes

Autor: González Arratia L.F.N.I

Aplicación: Individual o colectiva

Duración: Aproximadamente 20 minutos

Ámbito de aplicación: Niños y adolescentes.

Finalidad: Evaluación de la resiliencia

Confiabilidad de Alpha de Cronbach de: 0.919

La composición factorial fue de tres dimensiones que explican el 37.82% de la varianza las cuales son:

1. *Factores de protección internos*: se refiere a las funciones que se relacionan con habilidades para la solución de problemas.
2. *Factores de protección externo*: se refiere con a la posibilidad de contar con apoyo familiar y/o personas significativas para el individuo.
3. *Empatía*: se refiere al comportamiento altruista y prosocial.

Consta de 32 reactivos, de opciones tipo Likert de cinco puntos. Sus dimensiones se componen en: factores protectores internos, que la conforman 14 reactivos y obtuvo una Alpha de .805; factores protectores externos, con 11 reactivos y un Alpha de .737; y por último empatía que se compone de 7 reactivos y tuvo una Alpha de .780 (Gonzales, 2016).

Para la calificación de cuestionario se dan los siguientes valores: la opción siempre es de cinco, la mayoría de veces tiene un valor de cuatro, la opción indecisa le corresponde un tres, algunas veces se le da una puntuación de dos y nunca equivale a uno. Con la suma de cada reactivo, se obtiene el total nivel de resiliencia, la puntuación mínima a obtener puede ser de 32, mientras que la máxima es de 160 puntos. Si se obtiene un puntaje ente 32-74 se interpreta que se tienen una resiliencia baja, si se obtiene de 75-117 es una resiliencia moderada y las puntuaciones de 118-160 se refieren a una resiliencia alta (González, 2016).

3.5. Resultados

Para el procesamiento de datos se usó la versión d25 del programa estadístico SPSS (por sus siglas en ingles Statistical Package for Social Sciences), que significa Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales. En donde se obtuvo los resultados de los tres factores que mide la encuestas y las características generales de los alumnos que contestaros los mismos.

Tabla1. Edades

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	16	8	22.9	22.9
	17	26	74.3	74.3
	18	1	2.9	2.9
	Total	35	100.0	100.0

De acuerdo a la tabla, se puede observar que los alumnos tienen un rango de edad de entre 16 y 18 años, aunque la mayoría, es decir, 26 alumnos (74.3% del total) tienen 17 años de edad, y únicamente un alumno refiere tener una mayoría de edad, mientras que el 22.9% tienen 16 años.

Tabla 2. Frecuencias obtenidas de los datos generales.

	N	Mínimo	Máximo	Suma	Media
Edad	35	16	18	588	16.80
Viven con su mamá	35	0	1	31	.89
Viven con su papá	35	0	1	23	.66
Otros familiares/amigos	35	0	1	2	---
N válido (por lista)	35				

En lo que respecta a las personas con las que vive, se observa que la mayoría de los alumnos vive con uno de sus padres o incluso ambos, el 31 de ellos reportan vivir con su madre y el 23 con sus padre y únicamente dos alumnos reportaron que no viven con alguno de sus padres, sino que viven con algún familiar (tíos o abuelos) y/o amigos.

Tabla 3. Estado civil de los padres

	Casados	Divorciados/separados	Viudo(a)	Unión Libre	Soltero	Total
Frecuencia	22	7	2	2	2	35
Porcentaje	62.9	20.0	5.7	5.7	5.7	100.0
N válido (por lista)						35

Al preguntarles el estado civil de sus padres se pudo ver que, 22 de los alumnos reportaron que sus padres están casados que corresponde al 62,9% del total de alumnos encuestado, mientras que el 20% de ellos, es decir, 7 alumnos refieren que sus padres están divorciados o separados y en unión libre, viudo o soltero se repitieron porcentajes, a cada uno le corresponde un 5.7%.

Tabla 4. Estado civil de los padres:

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Casados	22		62.9	62.9
	Divorciados/separados	7		20.0	82.9
	Viudo(a)	2	5.7	5.7	88.6
	Unión Libre	2	5.7	5.7	94.3
	Soltero	2	5.7	5.7	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Tabla 3: Resultados de los factores de resiliencia y el total.

	N de elementos	Alfa de Cronbach	Rango	Mínimo	Máximo	Media
Factores protectores internos	14	.898	39.00	30.00	69.00	57.5429
Factores protectores externos	11	.489	17.00	38.00	55.00	48.1714
Factor Empatía	7	.818	17.00	18.00	35.00	28.5143
Total de Resiliencia	32	.877	57.00	101.00	158.00	134.2286
N válido (por lista)	35					

Finalmente se calcularon las variables para agrupar los tres factores que analiza el cuestionario y los resultados que se obtuvieron fueron que, en los factores de protección interna los alumnos obtuvieron una media de 57.5429 el cual se ubica en un nivel moderado de resiliencia y se obtuvo un nivel de confiabilidad aceptable de .898 en el Alfa de Cronbach. En lo que respecta los factores de protección externos alcanzaron una media de 48.1714, la cual se ubicó en un nivel alto de resiliencia, sin embargo, obtuvo una confiabilidad baja de .489. Y en el factor de empatía la media fue de 28.5143, ubicándose en un nivel alto de empatía, con una Alfa de Cronbach de .818. Finalmente, en el total de resiliencia, que agrupa los tres factores se obtuvo una puntuación media de 134.2286, ubicándolos en una resiliencia alta según González (2016).

4. CONCLUSIONES

A partir de los resultados se puede decir que, los alumnos del grupo de quinto semestre de la Preparatoria Regional, a pesar de que no todos viven las mismas situaciones familiares, y el 31.4% enfrentan situaciones familiares como divorcios, separación, fallecimiento de alguno de sus padres o su madre es soltera, refirieron contar con factores de protección externa que les han apoyado en su desarrollo de la resiliencia, pues como refiere Cyrulnik (2005), González (2016), entre otros autores mencionados, la familia es uno de los principales elementos externos que favorece el desarrollo de esta capacidad, sin embargo, no es un determinante para adquirirla, ya que los alumnos pueden encontrar otros apoyos sociales que les permitan ir desarrollando.

Incluso sino se contará con estos factores de protección externa, Dolto menciona que, a pesar de que una persona sea privada de la presencia de uno de sus padres, puede tener un desarrollo emocional saludable, aunque con diferentes características, ya que, pueden hacer usos de sus recursos internos.

Tomando en cuenta la etapa del desarrollo de los alumnos preparatorianos, se puede decir que los factores externos tienen una influencia significativa, pues en esta edad de los 16 a 18 años la se da una mayor socialización como refiere Puerta, y con el grupo de pares se va implementando la participación social, la cual va permitiendo el desarrollo de la capacidad de ser amigo y hacer, permitiendo establecer relaciones que permiten tener sentimientos positivos de autoestima y eficiencia; lo que permite como mencionan Kalbermatter, Goyeneche y Heredia (2009), desarrollar la confianza para tomar decisiones asertivas, que les permitan afrontar las problemáticas que tienen.

Esta misma socialización que favorece un puntaje alto en los factores de protección externos, le permiten tener mayor empatía, ya que la empatía se puede decir se da a partir del encuentro con los demás; pues el relacionarse implica darse a conocer y expresar sus sentimientos, pero también demanda saber escuchar a sus compañeros y en este ambiente de retroalimentación y compañerismo se favorece adquirir esta capacidad empática con los demás; pues como menciona Valdez (2015), permite reconocer el dolor del otro, entendiendo su sufrimiento y esa relación es un resorte para la superación de su problemática, pues el hablar sobre los problemas y tristezas ayuda a ir entendiendo el proceso, lo cual, es importante para poder superar las adversidades de la vida, pues como seres sociales necesitamos compartir no solo las alegrías, sino también es indispensable que se aprendan a recibir ayuda del entorno.

Así mismo, se observó que el factor de protección interna fue el que menor puntaje obtuvo, quedando en un nivel medio, lo cual es importante retomar, pues, a pesar de que es un buen resultado, se puede decir que los recursos más utilizados y desarrollados por los alumnos son externos, pues se alcanzó un puntaje mínimo que se ubica en un nivel bajo de resiliencia, por lo que sería importante realizar un análisis más a profundidad de los alumnos respecto a las habilidades de inteligencia intrapersonal que poseen como son auto-conocimiento, autoestima, automotivación y autodeterminación que poseen, pues para el desarrollo de la resiliencia es indispensable que se movilicen los factores internos, pues a pesar de que tener un apoyo externo de resiliencia, que favorecen y/o genera entusiasmo, confianza en uno mismo, sentimiento de aceptación y valoración positivos como refieren Martínez y Vásquez-Bronfman (citados por Palomero, 2016), es importante tener determinación personal y la capacidad de movilizar nuestros factores internos, para poder solucionar problemas aunque no se cuenta con los recursos externos de siempre como son la familia o los amigos.

Finalmente, a partir de los resultados generales de las dimensiones, se puede decir que los alumnos de la Preparatoria Regional Tejupilco A.C. que cursan el quinto semestre han contado recursos internos y externos favorables para alcanzar un desarrollo de resiliencia alto, pues los adolescentes presentan características propias, que identifican a las personas resilientes según el Cuestionario de Resiliencia de González Arriata (2016). Por lo cual, se puede decir que los alumnos tienen la capacidad de enfrentar de manera asertiva problemas y adversidades, es decir, pueden salir fortalecidos de una prueba; sin embargo, eso no significa que siempre será así, puesto que, como menciona Cyrulnik (2005), la resiliencia se

teje, no es una aptitud biológica o permanente, se trata de un proceso dinámico y constante, en el que influirán diferentes factores que favorecerán o no sobreponer una adversidad.

5. REFERENCIAS

- Aguilar-Barojas, S. (2005). Fórmulas para el cálculo de la muestra en investigación de la salud. *Salud en Tabasco*, 11(1-2), 333-338. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/487/48711206.pdf>
- Arrieta-Rivarola, M. I. (2017). Resiliencia en la escuela: promoción de factores constructores de la resiliencia dentro del ámbito educativo desde una perspectiva humanista. Trabajo de obtención de grado, Maestría en Desarrollo Humano. *Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente*, 160. Obtenido de <http://hdl.handle.net/11117/5162>
- Benítez, C., & Martínez, R. (2017). *La resiliencia en profesores de Educación Superior para descubrir factores que fortalecen su enseñanza*. San Luis Potosí: Congreso Nacional de Investigación Educativa. Obtenido de <http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/2553.pdf>
- Brooks, R., & Goldstein, S. (2004). *El poder de la resiliencia. Como lograra el equilibrio, la seguridad y la fuerza interior necesaria para vivir en paz*. Barcelona: Paidós.
- Carretero, B. (2010). Resiliencia. Una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 27(3). Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/181/18113757004.pdf>
- Cyrułnik, B. (2005). *Los patitos feos. La resiliencia: Una infancia infeliz no determina la vida*. París: gedisa.
- Flórez, R., Aguilar, B., Hernández, P., Salazar, T., Pinillos, V., & Pérez, F. (2017). Sociedad del conocimiento, las TIC y su influencia en la educación. *ESPACIOS*, 38(35), 39-51. Obtenido de <http://www.revistaespacios.com/a17v38n35/a17v38n35p39.pdf>
- García-Vesga, M., & Domínguez-de la Osa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 63-77. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/773/77325885001.pdf>
- González, A. (2016). *Resiliencia y personalidad en niños y adolescentes*. Toluca: Universidad Autónoma del Estado de México.
- González, A., Valdez, J., & Zavala, Y. (2008). Resiliencia en adolescentes mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13(1), 41-52. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29213104.pdf>
- Hernández, S., Fernández-Collado, C., & Baptista, L. (2006). *Metodología de la Investigación*. México: Mc-Graw-Hill Interamericana.
- Kalbermatter, M. C., Goyeneche, S., & Heredia, R. (2009). *Resiliente se nace, se hace, se rehace*. Argentina: Brujas.

- Kotliarenco, M., Cáceres, I., & Alvarez, C. (1996). *Resiliencia construyendo en adversidad*. Chile: CEANIM.
- Muñoz, G., & De Pedro, S. (2005). Educar para la resiliencia. Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social. *Revista Complutense de Educación*, 16(1), 107-124. Obtenido de <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/viewFile/RCED0505120107A/16059>
- Noriega, A., Angulo, A., & Angulo, N. (2015). La resiliencia en la educación, la escuela y la vida. *Textos y Contextos*, 42-48. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6349252.pdf>
- Palomero, P. (2006). Reseña de "La resiliencia invisible. Infancia, inclusión social y tutores de vida" de Isabel Martínez Torralba y Ana Vásquez-Bronfman. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(1), 290-292. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27411310019.pdf>
- Puerta, K. M. (2002). *Resiliencia. La estimulación del niño para enfrentar desafíos*. Argentina: Lumen.
- Valdez, A. (2015). *Resiliencia en pacientes diagnosticados con esclerosis múltiple (Tesis de grado)*. Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Obtenido de <http://docplayer.es/23580666-Universidad-rafael-landivar-facultad-de-humanidades-licenciatura-en-psicologia-clinica.html>
- Vázquez, C. (2006). Psicología positiva en perspectiva. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 1-2. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/778/77827101.pdf>
- Vera, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles de Psicólogo*, 27(1), 3-8. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/778/77827102.pdf>

6. ANEXOS

Cuestionario de resiliencia

Fecha de aplicación: _____

Edad: _____ Escolaridad: _____

Dirección: _____

Número de personas que viven en tu casa: _____

Personas con las que vives:

Madre: _____ Padre: _____ Hermanos: _____ *Numero hnos.: _____

Otros: _____ *Especificar: _____

Estado civil de los padres: _____

Instrucciones: A continuación, se presenta una serie de preguntas que tiene que ver con tu forma de pensar y actuar ante la vida. Por favor coloca una (X) en el cuadro que más se acerque a lo que tú eres, pensando en qué medida crees que te sientes, actuaste o te

comportarse en una situación de crisis o cuando hayas tenido algunos problemas. Siempre ten presente la situación. No dejes ninguna pregunta sin contestar. Por tu colaboración gracias.

Pregunta	Siempre	La mayoría de las veces	Indeciso	Algunas veces	Nunca
1. Yo soy feliz cuando hago algo bueno para los demás.					
2. Yo soy respetuosos de mí mismo y de los demás.					
3. Soy agradable con mis familiares.					
4. Soy capaz de hacer lo que quiero.					
5. Confío en mí mismo.					
6. Soy inteligente					
7. Yo soy acomedido y cooperador.					
8. Soy amable.					
9. Soy compartido.					
10. Yo tengo personas que me quieren incondicionalmente.					
11. Conmigo hay personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo.					
12. Hay personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro.					
13. Cerca de mí hay amigo en quien confiar.					
14. Tengo personas que me quieren a pesar de lo que sea o haga.					
15. Tengo deseos de triunfar.					
16. Tengo metas a futuro.					
17. Estoy dispuesto a responsabilizarme de mis actos.					
18. Estoy siempre pensando la forma de solucionar mis problemas.					
19. Estoy siempre tratando de ayudar a los demás.					
20. Soy firme en mis decisiones.					
21. Me siento preparado para resolver mis problemas.					
22. Continuamente pienso en ayudar a los demás.					
23. Enfrento mis problemas con serenidad.					
24. Yo puedo controlar mi vida.					
25. Yo puedo buscar la manera de resolver mis problemas.					
26. Puedo imaginar la consecuencia de mis actos.					
27. Puedo reconocer lo bueno y lo malo de mi vida.					
28. Puedo reconocer mis cualidades y defectos.					

29. Puedo cambiar cuando me equivoco.					
30. Puedo aprender de mis errores.					
31. Tengo esperanza en el futuro.					
32. Tengo fe en que las cosas van a cambiar.					