



U N I V E R S I D A D
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
EFFECTO DE UN PROGRAMA DE BIENESTAR
PSICOLÓGICO PARA DESARROLLAR LA
PERSONALIDAD RESILIENTE EN ADOLESCENTES
ESCOLARES DE LA REGIÓN ICA, 2022

PRESENTADO POR:
HUAMÁN NARVAY, JOSÉ
CÓDIGO ORCID N° 0000-0001-5400-5737

CHINCHA, 2022

I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN DEL PROYECTO

1.1. Datos del proyecto.

Título:

Efecto de un programa de bienestar psicológico para desarrollar la personalidad resiliente en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022.

Área:

Psicología

Línea de investigación:

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Localización:

Ica, Chincha.

Tipo de investigación:

Cuasiexperimental

Equipo de apoyo a la Investigación

Nombres y Apellidos	Categoría	Función en el Proyecto
AQUIJE CARDENAS, GIORGIO	Coordinador de la Dirección de Investigación y Producción Intelectual	Apoyo en documentos administrativos.
ELIO HUAMÁN FLORES	Representante de Dirección de Investigación y Producción Intelectual	Apoyo en documentos administrativos

1.2. Resumen.

El estudio tiene como objetivo determinar el efecto que tiene un programa de bienestar psicológico para desarrollar la personalidad resiliente en adolescentes escolares de la Región Ica, con una metodología de alcance cuantitativo, nivel aplicativo y diseño cuasiexperimental, considerando una muestra de adolescentes escolares de 200 participantes obtenidos de tres entidades educativas públicas del nivel secundaria de la Región Ica, de los cuales se distribuirán 100 para grupo de control y 100 para grupo experimental, perteneciendo específicamente a Chincha, Pisco e Ica, aplicando el instrumento en la fase inicial el pre test y también para la final pos test el cuestionario de Personalidad resiliente, lo que permitirá medir el efecto mediante estadísticos al programa objeto de estudio en su fase de prueba piloto. El programa de bienestar psicológico será diseñado y validado por expertos con la finalidad de asegurar su validez y confiabilidad.

II. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

2.1. Planteamiento del problema de investigación.

2.1.1. Situación problemática.

La población escolar adolescente vive rodeada de incertidumbre por el contexto de emergencia sanitaria manifestándose en sus emociones como ansiedad, tristeza, miedo e ira, y en muchas ocasiones por haber perdido un ser querido y empeora el bienestar psicológico del adolescente. Sin embargo, todo adolescente tiene el firme propósito de continuar y terminar exitosamente la educación secundaria a pesar de las adversidades que se le presentan y tener éxito en la vida.

Últimos estudios de la Organización Mundial de la Salud (OMS) destacan la necesidad de fortalecer capacidades del bienestar psicológico en los adolescentes, de tal manera que les permita lograr su propósito y paulatinamente incorporarlos al campo laboral y profesional.

Además, la UNESCO, plantea la necesidad de los programas de bienestar psicológico para el desarrollo pleno e integral de los niños, niñas y adolescentes, con una inclusión educativa. Para lograr que los estudiantes adolescentes tengan éxito en su propósito de vida, necesitan desarrollar la resiliencia, de tal manera que les permita enfrentar la adversidad y salir fortalecidos para enfrentar otras adversidades. Tal como lo evidencian los estudios, las adversidades generadas por el contexto, abarcan muchas áreas de la actividad humana, así, lo observamos generalmente en el campo familiar, social y educativo.

Los adolescentes no están solos, al retorno a las aulas deben fortalecer la resiliencia con actividades que les permitan desarrollar las capacidades y formar una personalidad resiliente.

El diseño del programa de bienestar psicológico para adolescentes escolares, permitirá desarrollar y fortalecer la personalidad resiliente e incluso que les permita la aceptación, enfrentamiento y transformación frente a la adversidad.

El programa de bienestar psicológico se relacionará con los factores de la personalidad resiliente para medir el efecto, es decir con la confianza, creatividad, independencia, relaciones y espiritualidad apoyados con el instrumento psicométrico de Escala de Personalidad Resiliente.

El estudio abarcará el campo educativo, a la población de adolescentes escolares, debido a que las instituciones educativas cuentan con las condiciones y autorizaciones para un trabajo de campo entre investigadores y participantes del estudio en la Región Ica.

2.1.2. Formulación del problema.

Problema general.

¿Cuál es el efecto de un programa de bienestar psicológico para desarrollar la personalidad resiliente en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022?

Problemas específicos.

¿Qué nivel de personalidad resiliente tienen los adolescentes escolares al inicio y final de la aplicación de un programa de bienestar psicológico de la Región Ica, 2022?

¿De qué manera podemos diseñar y validar un programa de bienestar psicológico en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022?

¿Cómo podemos aplicar el piloto de un programa de bienestar psicológico en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022?

2.1.3. Justificación.

e) Justificación teórica

La investigación cuenta con base teórica citada correctamente de libros y publicaciones científicas, obtenidas de la biblioteca virtual de afiliación de la Universidad denominada e-libros en el sitio web https://elibro.net/es/lc/autonmadeica/login_usuario. Del mismo modo los accesos a los repositorios de investigaciones científicas: EBSCO y PROQUEST de la Universidad Autónoma de Ica. Por otro lado, para el acceso a la base de datos Scopus, se ingresa con el usuario Renacyt registrado en Concytec, <https://www.scopus.com/>.

b) Justificación metodológica

El estudio será un piloto para determinar la eficacia del programa de personalidad resiliente, por lo que se aplicará en el estudio cuasiexperimental un pre test, aplicación del programa piloto y finalmente el post test, en adolescentes escolares de tres instituciones educativas de la Región Ica. El muestreo por conveniencia permitirá seleccionar a los participantes de determinadas secciones o aulas para que les aplique el instrumento y posteriormente el programa.

c) Justificación práctica

Los participantes del estudio se encuentran en actividades académicas en las instituciones educativas, y en coordinaciones con directivos se prepararán los ambientes adecuados para la aplicación del pre test, aplicación del programa y post test, de tal manera que se pasa a un trabajo de campo directamente con los participantes.

d) Justificación económica

Las cuestiones económicas que genere la investigación, mediante requerimiento, serán cubiertos con aportes de la Universidad Autónoma de Ica, enmarcados en su presupuesto programados por la Dirección de Investigación de la Universidad.

e) Justificación social

Los adolescentes escolares de la Región que provienen de un confinamiento social y de trabajar remotamente las diversas actividades educativas, pero al mismo tiempo, atravesando circunstancias difíciles o adversidades de diversas índoles, generadas por el mismo contexto, afectando en gran medida la salud física y mental, lo que motiva al investigador, desarrollar la propuesta a beneficio de la sociedad.

2.1.4. Objetivos (general y específicos).

Objetivo general.

Determinar el efecto de un programa de bienestar psicológico para desarrollar la personalidad resiliente en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022.

Objetivos específicos.

Determinar el nivel de personalidad resiliente que tienen los adolescentes escolares al inicio y al final de la aplicación de un programa de bienestar psicológico de la Región Ica, 2022

Determinar el diseño y validez de un programa de bienestar psicológico en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022

Determinar la estrategia para aplicar el piloto de un programa de bienestar psicológico en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022

2.1.5. Limitaciones

El estudio alcanza solo a la población de adolescentes en edad escolar, comprendido entre los 12 a 17 años de edad, tanto hombres como mujeres, pertenecientes a instituciones educativas públicas. La investigación integrará a tres instituciones de la Región Ica, considerando a las provincias de Chincha, Pisco e Ica.

2.2. Marco teórico.

2.2.1. Antecedentes del problema.

Antecedentes Internacionales

Leipold et al. (2019) realizaron un estudio en Alemania denominado Afrontamiento y resiliencia en la transición a la edad adulta, de tipo transversal donde examinaron el afrontamiento centrado en problema, búsqueda de apoyo social y afrontamiento centrado en el significado, en función a la edad, interdependencia y su función adaptativa en relación al trabajo académico, contando con una población escolar de 1608 participantes comprendidos entre 14 y 30 años, siendo los resultados que el afrontamiento centrado en el problema y la búsqueda de apoyo social se correlacionan positivamente con la edad, del mismo modo, las edades se mostraron asociaciones pronunciadas entre afrontamiento centrado en el problema y la búsqueda de apoyo en la adolescencia. Por otro lado, se encontraron asociaciones más fuertes entre el afrontamiento centrado en el problema y el significado en la edad adulta joven. Se encontró correlación negativa entre el estrés subjetivo y el bienestar.

Thorsen et al. (2021) en Suecia en la investigación titulada Los mecanismos de interés y perseverancia en la predicción del rendimiento entre estudiantes académicamente resilientes y no resilientes: Evidencia de datos longitudinales suecos; indican que los estudiantes con bajo nivel socioeconómico están asociados al bajo rendimiento académico y vulnerables al fracaso escolar, sin embargo, a pesar de sus antecedentes, logran ser exitosos en la escuela. El estudio tuvo como objetivo investigar cómo la perseverancia y el interés, relacionados con la escuela. Consideró una muestra de 1665 participantes, utilizando como método el modelado de ecuaciones estructurales multigrado llegando a los resultados que la resiliencia en los estudiantes depende de la perseverancia y el interés que les pone a sus actividades, concluyendo que los estudiantes mostraron más consistencias en el interés y la perseverancia a lo largo del tiempo.

Granjard et al. (2021) realizaron un estudio en Suecia denominado Perfiles de personalidad resiliente entre los desempleados suecos de larga duración, cuyo objetivo fue determinar la prevalencia de la personalidad resiliente en una muestra de desempleados obteniendo como resultado que solo el 1.50% de la muestra de desempleados con años de experiencia en el trabajo tenían una personalidad resiliente.

Shi et al., (2021) en Estados Unidos, realizaron el estudio denominado Trayectorias de personalidad resiliente infantil y asociaciones con trayectorias de desarrollo de resultados conductuales, socioemocionales y académicos en la niñez y la adolescencia: un estudio longitudinal a lo largo de 12 años, con el propósito de examinar la continuidad y el cambio de la personalidad resiliente infantil de educación primaria en su asociación con problemas de comportamiento, funcionamiento socioemocional y rendimiento académico en un periodo de 12 años abarcando hasta la educación secundaria, contando con 784 participantes en riesgo predominantemente de familias de bajo nivel socioeconómico con participación de 47% niñas; 37,4% latinos; 34,1% estadounidenses de origen europeo y 32,2% afroamericanos, con un promedio de edades de 6,57 determinado en el primer año, quienes fueron seguidos durante 12 años, siendo los resultados tres trayectorias distintas de personalidad resiliente infantil, incluyendo un grupo flexible al ego con 26,9%, un grupo frágil al ego con 21,9% y un grupo ordinario común con 49,9%, siendo los resultados que los niños en el grupo de ego frágil tenían un mayor riesgo de generar problemas de comportamiento persistentemente bajos, un algo funcionamiento socioemocional y un mejor rendimiento académico en la educación formal. Se obtuvo también que el efecto protector de la resiliencia infantil se mantuvo incluso después de la transición de la niñez a la adolescencia.

Rossi et al. (2021) realizaron un estudio en Bélgica denominado Tipos de personalidad resilientes, subcontrolados y sobrecontrolados basados en los rasgos de personalidad desadaptativos del DSM-5, explorando según los rasgos de personalidad desadaptativa del DSM-5, utilizando instrumentos como cuestionarios de autoinforme y entrevistas estructuradas, contando con una muestra de 192 participantes adultos que presentaban trastornos de personalidad, a

quienes se aplicó el análisis de conglomerados llegando a obtener el resultado que un tipo resiliente baja en los dominios de rasgos de mala adaptación y mejor funcionamiento de la personalidad muestran menos patología que los tipos sobrecontrolados y subcontrolados, obteniéndose además que el tipo sobrecontrolado tuvo una afectividad negativa alta con mayor prevalencia de trastornos del estado de ánimo, mientras que el tipo subcontrolado mostró nivel alto en los rasgos de mala adaptación, excepto la desinhibición, con tasas altas de trastornos de personalidad narcisista, concluyendo que el tipo resiliente sobrecontrolado puede necesitar tratamiento menos intensivo y los subcontrolados un tratamiento más intensivo.

FÍNEZ SILVA & MORÁN ASTORGA (2017) realizaron el estudio en España denominado Resiliencia y autovaloraciones esenciales: estudio comparativo en adolescentes y jóvenes, con el propósito de determinar si existe relación entre resiliencia y las autovaloraciones esenciales en estudiantes de bachillerato y universitarios, consideraron para el estudio a 620 estudiantes con 50% varones, con media de edades de 16,6 años ($DT=,818$) y media de edades de universitarios de 21,7 ($DT = 3,992$), aplicaron los instrumentos Escala de Ego-Resiliencia de Block y Kremen (1996) con 14 ítems y la Escala de Autovaloraciones Esenciales (CSES) de Judge, Erez, Bono y Thoresen (2003) con 12 ítems, siendo el resultado que existe una correlación positiva y significativa entre las variables de estudio y la resiliencia con $r=,269$, $p<,001$, concluyendo que la promoción de la resiliencia facilitaría a los jóvenes superar la experiencia traumática y logren mantenerse en niveles funcionales sin afectar su rendimiento y su vida cotidiana y aprender de esas experiencias adversas

Antecedentes Nacionales

Realizada la revisión de antecedentes en el ámbito nacional, no se han encontrado antecedentes, por lo que este punto, no llevará antecedentes por el momento.

Locales

Realizada la revisión de antecedentes en el ámbito local o regional correspondiente a Ica, se tuvo el resultado que no se han encontrado hasta la fecha antecedentes locales, por lo que este punto, no llevará antecedentes.

2.2.2. Bases teóricas o marco conceptual.

2.2.2.1. Bienestar Psicológico

Bienestar

Las personas con mayor bienestar generalmente son más agradecidas, optimistas, generosas, resilientes, humildes o con adecuadas relaciones interpersonales, que son trabajadas por la persona para llegar a conseguirse una vida más satisfactoria con el apoyo de estrategias terapéuticas o programas de orientación e intervención, para conseguir oportunamente la prevención de problemas de salud física y/o mental (Henar Sánchez Cobarro et al., 2016).

Objetivos de un programa de bienestar psicológico

Según Henar Sánchez Cobarro et al. (2016) presentan objetivos para poder interiorizar y desarrollar capacidades emocionales para obtener una vida plena y feliz en todos los ámbitos de la vida:

- Asertividad: Para expresar nuestras ideas y pensamientos sin perjudicar a los demás, pero defendiendo nuestros derechos.
- Empatía: Para percibir lo que siente el otro y comprender sus sentimientos y emociones de otras personas.
- Escucha: Para lograr una adecuada comunicación humana y generar comportamientos y actitudes para atender la comunicación.
- Resolución de conflictos: Para promover dinámicas para que sean capaces de solucionar sus problemas sin caer en la violencia.
- Control y expresión emocional: Para lograr el desarrollo de las habilidades mediante dinámicas para que el participante pueda

comprender su estado emocional interno.

- Tolerancia a la frustración: Para que el participante experimente pequeñas frustraciones y evitar la sobreprotección, de tal manera que ante una situación en la expectativa de no cumplirse, se deben redefinir las metas y objetivos.
- Autoestima: Para valorar la propia individualidad con sus capacidades y posibilidades mediante dinámicas que le permitan conocer los aspectos positivos que otros ven en él de tal manera que ayuden a la formación de la autoestima.

Procesos para aplicar un programa de bienestar psicológico:

Los programas utilizan diversas herramientas que se dividen en varias sesiones para consolidar lo trabajado, aplicándose por lo general situaciones de su vida cotidiana, acompañados de tareas para reforzar los logros de aprendizaje (Henar Sánchez Cobarro et al., 2016)

Un programa sería adecuado desarrollarlo en un periodo escolar, con una sesión de intervención una vez por semana, con duración de hora y media considerando:

- Los cinco primeros minutos se usa para informar a los participantes lo que van a aprender en ese día, como también las dinámicas que se van a utilizar.
- Durante la hora y cuarto se darán las instrucciones concretas de lo que se quiere desarrollar y se pasará a realizarlos.
- Los 20 minutos finales se dedican a debatir sobre lo realizado y ver cómo se sienten y qué han aprendido hoy.

Cronograma de las sesiones

Se trabajan los objetivos expuestos en el programa, con tareas y actividades que permita lograr los objetivos propuestos. Dicho cronograma de sesiones debe estar ordenados y deben cumplirse progresivamente para asegurar el éxito del programa.

Evaluación del programa

Siguiendo a Henar Sánchez Cobarro et al. (2016) indican que evaluar es algo complicado debido a que se manejan diferentes variables, pero que una forma es la evaluación continua, lo que quiere decir evaluar desde el comienzo con la primera sesión hasta el final con reflexión sobre las actividades realizadas y comprobar el logro de los objetivos propuestos. Del mismo modo, se recogerán informaciones significativas para la mejora del programa teniendo en cuenta el sesgo observacional.

2.2.2.2. Resiliencia

¿Por qué la resiliencia?

Desde el siglo XIX se empieza a hablar de trauma y recién desde los años 1980 se inicia el trabajo de resiliencia, que se interpreta como la posibilidad de volver a la vida después de una situación psíquica traumática o ante las adversidades que nos puedan ocurrir (Cyrulnik & Anaut, 2016).

¿Cómo funciona la resiliencia?

“Tal vez fue un genio: sin duda se trata de resiliencia en el trabajo. Lo importante es que, cuando tengamos que mirar la realidad a la cara, estemos preparados para actuar de forma eficiente para resistir y sobrevivir a contratiempos extraordinarios. Nos preparamos para superar un reto antes de que se presente” (Business Review & Merino Gómez, 2019, p. 27).

Definición de resiliencia

Consiste en iniciar un nuevo desarrollo personal después de haber sufrido un trauma que afecta su estado emocional quedando pendiente analizar las condiciones que fortalezcan el nuevo desarrollo (Cyrulnik & Anaut, 2016)

Resiliencia neuronal

Consiste en tener un nicho sensorial que permita ser desarrollado

por el entorno que lo rodea, pero si el nicho sensorial es alterado, entonces el desarrollo del cerebro corre el riesgo de afectarse porque se distorsiona el encaminamiento del desarrollo (Cyrułnik & Anaut, 2016).

Para el desarrollo de la resiliencia se necesita de un tutor que puede ser un educador, un psicólogo o también una persona que es contratado según las políticas de las instituciones (Cyrułnik & Anaut, 2016).

Resiliencia afectiva

En el análisis que se hace la situación en que se desenvuelve la madre del niño, se puede deducir que la madre no tiene la culpa de afectar emocionalmente a su menor, sino que existen causas que originan el malestar en las madres, generalmente del mismo marido, la familia, la sociedad). Lo que se debe realizar es suprimir estas causas del malestar de la madre que en muchas ocasiones no es posible, pero se puede hacer algo para mejorar su bienestar y por ende de su menor hijo (Cyrułnik & Anaut, 2016).

Cuando no existe intervención en tutoría, el nicho se empobrece por lo tanto no conectan las sinapsis en los lóbulos prefrontales que vienen a constituir los soportes neurológicos de la anticipación y de la inhibición de las amígdalas del rinencéfalo (Cyrułnik & Anaut, 2016)

Lo que se obtiene frente a esta situación es una vulnerabilidad neuroemocional del niño que afecta y dificulta las diversas formas de relacionarse con su entorno y altera su socialización (Cyrułnik & Anaut, 2016).

Resiliencia psicológica

Son dos los mecanismos que tiene la persona como defensa ante la adversidad y son momentáneamente aceptables y corresponden a la negación, que permite evitar la repetición de lo doloroso, pero

impide la mentalización para evitar tenerlo siempre. La persona herida solo comparte con su entorno aquello que escucha mientras que el otro lado de su mundo empieza a sufrir en secreto y por esta razón encontramos muchas veces a personas que tienen un carácter explosivo que afecta y sorprende a los que lo rodean. (Cyrulnik & Anaut, 2016)

También se consideran otros mecanismos de defensa que participan del nuevo desarrollo resiliente, como la sublimación, que transforma las cosas horribles en magníficas obras de arte y permite mentalizar y compartir aspectos del mundo mental. Por otro lado, tenemos el humor, que es esa cortesía de la desesperación, que permite expresar sin provocar malestar en el entorno momentos de alegría. Y el compromiso social o el altruismo que aplicados adecuadamente y de forma permanente estimulan la empatía lo que nos permite vivir en armonía (Cyrulnik & Anaut, 2016).

Resiliencia familiar

Por lo general, el trauma se origina dentro de la familia, por lo tanto, la resiliencia de los traumatizados está relacionada a la estructura familiar y sus propias reacciones de defensa debido al maltrato que reciben de los mismos padres generando hasta 90% de niños inseguros, sin embargo, cuando en los padres, solo uno es maltratador y el otro protector se detecta hasta un 60% de niños inseguros. Además, se ha encontrado que cuando todo va bien en la familia y en la población en general existe hasta un 30% de niños inseguros lo que garantiza también adolescentes inseguros (Cyrulnik & Anaut, 2016).

La resiliencia familiar ocurre cuando la familia se recupera de un desgarramiento traumático logrando un funcionamiento tranquilizador y se alejan del sufrimiento, para transformar el trauma en cosa del pasado, generando actividades que se comparten en familia

(Cyrulnik & Anaut, 2016).

Resiliencia adolescente

En la adolescencia se realiza una poda sináptica es decir una reducción de los circuitos neuronales, demostrando que el cerebro funciona mejor por el consumo menor de energía debido a que los circuitos se han conectado por la acción de las huellas del medio (Cyrulnik & Anaut, 2016).

En general, en la adolescencia se afronta bien el cambio con el 12% al 15% que sufren malestar desgarrador; un 30% sienten poco los cambios y el 60% se alegran cuando cambian de medio (Cyrulnik & Anaut, 2016).

La estructura del medio es importante para el desarrollo de la resiliencia en la adolescencia, por el contrario, si sufre aislamiento sensorial precoz, se crean vulnerabilidades neuroemocional que afectan las relaciones interpersonales y el aprendizaje a tal extremo de conducir al adolescente a la depresión y en las personas mayores a un trauma no resiliado porque no ha elaborado una reestructuración, una negación que pudo inicialmente evitar el sufrimiento, mediante las preguntas, todo esto ya pasó; hablemos de otra cosa; sin embargo no ha pasado por el contrario se piensa en ello como si acabara de pasar (Cyrulnik & Anaut, 2016).

Mejorar la resiliencia

“Proporcionarte una intervención cognitiva y contrarresta los pensamientos derrotistas con una actitud optimista. Cuestiona tu pensamiento pesimista y sustitúyelo por una perspectiva positiva” (Business Review & Merino Gómez, 2019).

Resiliencia y espiritualidad

Son dos elementos que se deben considerar para el aspecto de

resiliencia y espiritualidad, lo que es el vínculo y el sentido. Ambos afectan la espiritualidad con una luz que se le proyecta al sujeto para tratar los vínculos entre resiliencia y espiritualidad (Vanistendael et al., 2013).

Además, las adversidades nos transforman, nos hacen más fuertes, sacamos recursos emocionales no solo para sentirnos deprimidos sino también para ser fuertes y resilientes (Henar Sánchez Cobarro et al., 2016).

Personalidad resiliente

De acuerdo a Martín Torralba (2013) indica que es un Conjunto de habilidades que moviliza la persona con la finalidad de afrontar y salir transformado ante la adversidad y seguir avanzando en la vida con sentido de superación y desarrollo personal. Se tiene en cuenta que la personalidad resiliente integra la capacidad de análisis, afrontamiento activo, equilibrio, flexibilidad, creatividad, curiosidad, valentía, paciencia, optimismo inteligente, inteligencia emocional, visión realista de uno mismo, habilidades sociales, sentido del humor y espiritualidad.

Evaluación de la Personalidad resiliente

La personalidad resiliente tiene que ver con un conjunto de actitudes que se movilizan para superar las diversas adversidades que se presentan en el día a día, las mismas que se dividen en la presente investigación en cinco dimensiones:

- **Confianza**

Tiene que ver con la identificación clara de la dificultad para poder afrontarla, aplicando estrategias de atención para actuar correctamente.

- **Creatividad**

Tiene que ver con la forma como ve las adversidades y procede a enfrentarlas con la adaptación para idear soluciones nuevas acompañadas de personas que lo favorecen y

conservando siempre el buen humor.

- Independencia

Tiene que ver con enfrentar los obstáculos de manera personal, producto de haberlo él mismo analizado con paciencia y determinar el tamaño de la dificultad para encontrar el camino que debe seguir.

- Relaciones

Tiene que ver con el control de sus sentimientos para poder socializar a pesar de las dificultades, distinguiendo lo bueno y lo malo, cumpliendo siempre lo que dice o se propone.

- Espiritualidad

Tiene que ver con la reflexión profunda que realiza sobre la vida, aceptando las dificultades propias de la vida, separándolas de las que no tienen sentido para su propio desarrollo.

Cada dimensión cuenta con indicadores para su evaluación mediante el instrumento psicométrico Escala de Personalidad Resiliente para adolescentes.

2.3. Hipótesis y variables

2.3.1. Formulación de Hipótesis

Es positivo el efecto de un programa de bienestar psicológico para desarrollar la personalidad resiliente en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022

2.3.2. Variables y definición conceptual y operacional

Bienestar psicológico

Estado que da satisfacción y felicidad, que incluye la salud, pero no es equivalente a ella, por el contrario, se puede estar sano u no ser feliz, relacionado también a la calidad de vida, pero no lo es, porque no incluye la dimensión subjetiva de permite sentirse feliz (Ander

Egg, 2016).

Personalidad Resiliente

Conjunto de habilidades que moviliza la persona con la finalidad de afrontar y salir transformado ante la adversidad y seguir avanzando en la vida con sentido de superación y desarrollo personal (Martín Torralba, 2013).

La variable de estudio está orientada al análisis de las dimensiones de personalidad resiliente, las mismas que se utilizan en comparación para el pre test y post test.

- Confianza
- Creatividad
- Independencia
- Relaciones
- Espiritualidad

Tabla 1

Cuadro de operacionalización de las variables de estudio

Variable	Operacionalización	Dimensiones	Indicadores	Escala
Bienestar Psicológico	Las personas tienen un determinado nivel de bienestar psicológico que se puede desarrollar mediante acciones diarias usando la psicología positiva (Ander Egg, 2016)	1. Autoaceptación 2. Control de nuestro contexto. 3. Relaciones positivas con los que nos rodean 4. Autonomía 5. Crecimiento personal 6. Proyecto de vida	Programa con diseño	Programa con actividades
Personalidad resiliente	Las personas tienen un determinado nivel de desarrollo de la resiliencia que es evaluado según	1. Confianza 2. Creatividad 3. Independencia 4. Relaciones 5. Espiritualidad	- Identifica dificultades para afrontarlas Piensa y actúa para tomar la	Escala Ordinal del Instrumento psicométrico

movilice habilidades personales para afrontar las adversidades (Martín Torralba, 2013)	mejor decisión Atento a las adversidades que se presenten Identifica detalles del entorno para crear soluciones. Aplica la paciencia a pesar de estar afrontando una adversidad
--	---

2.4. Metodología del proyecto.

2.4.1. Diseño metodológico

- Cuantitativo: En el enfoque cuantitativo la investigación sólo busca realizar medidas psicométricas fundamentado en la estadística descriptiva para determinar niveles de la variable de estudio en el pre test y en el post test, lo que permitirá hacer un análisis y prueba de Hipótesis para medir el efecto del programa de bienestar psicológico en los participantes.
- Nivel aplicativo: El estudio busca aplicar en el campo y directamente a los participantes un programa de bienestar psicológico, que ha sido diseñado y validado previamente por expertos, lo que implica que el programa se pondrá a prueba como un ensayo o piloto para evaluar si verdaderamente el programa tiene un efecto positivo o negativo.
- Diseño: Por la naturaleza del estudio el diseño corresponde a Experimental en su tipo cuasiexperimental, de corte longitudinal con pre test y pos test, teniendo en cuenta grupos de control en

las tres instituciones participantes, lo que implicaría un análisis real del efecto del programa de bienestar psicológico orientado al desarrollo de la personalidad resiliente.

2.4.2. Diseño muestral.

Población.

Para el estudio se ha considerado como unidad de estudio a la población de adolescentes de la Región Ica, considerando a hombres y mujeres, pertenecientes a las provincias de Chincha, Pisco, Ica.

Por la naturaleza del estudio y las facilidades para llegar a los adolescentes se ha considerado como intermediario a instituciones educativas de la Región Ica, tanto por autoridades directas como indirectas.

Muestra.

Para el estudio, se considera para la muestra un tamaño aproximado de 150 adolescentes en edad escolar, los mismos que serán seleccionados de manera intencionada por aula, es decir se contará con aula experimental y aula de control en cada institución educativa, lo que generará información o datos de análisis para el tratamiento estadístico.

Se excluyen los participantes que no comprendan el rango de edades de los adolescentes.

Tabla 2
Distribución de la muestra de estudio

Chincha		Pisco		Ica	
Control	Experimental	Control	Experimental	Control	Experimental
25	25	25	25	25	25
50		50		50	

2.4.3. Técnicas de recolección de datos.

El estudio comprende dos procesos de recolección de datos analíticos para lograr el objetivo propuesto

a) Pre test

Se aplicará el instrumento al aula control y aula experimental, es decir a los participantes del estudio. Los datos que se obtengan serán parte de la primera base de datos del estudio.

b) Post test

Se aplicará el instrumento al aula control y aula experimental, después de haber aplicado el programa de bienestar psicológico, generando la segunda base de datos del estudio.

2.4.4. Técnicas estadísticas para el procesamiento de los datos.

Con la finalidad de lograr la validez y confiabilidad del programa de bienestar psicológico se procederá a utilizar las siguientes técnicas estadísticas:

a) Para la validez

La validez de contenido mediante el criterio de juicio de expertos en el área de psicología y psicometría.

Prueba piloto con pre test y post test para asegurar la obtención del efecto del programa.

b) Aspectos éticos

El estudio considera el principio de confidencialidad de la información de los participantes como también el respeto a la autonomía de los participantes. Solo se consideran en el estudio a los adolescentes que cumplan con el permiso o consentimiento informado de parte de sus padres o apoderados.

La base de datos que contiene información de los participantes serán codificados para la reserva y confidencialidad de la información.

2.5. Aspectos administrativos.

2.5.1. Cronograma.

Tabla 3

Informes según la planificación de la Investigación

Nº	Actividades a realizar	Ejecución de la investigación institucional						
		Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6	Mes 7
1	Proyecto de investigación:							
2	Informe 1: Planteamiento del problema Estado del arte Metodología							
3	Informe 2: Metodología Instrumento de medición validado y confiable							
4	Informe 3: Trabajo de campo: población-muestra Muestreo Descripción de la recolección de la información Tabla de resultados							
5	Informe 4: Trabajo de campo: Descripción de la recolección de la información Tabla de resultados							
6	Informe 5: Análisis e interpretación de resultados Discusión de resultados							
7	Actividad 6: Artículo para la publicación en revista indexada Constancia de envío a la revista Investigación institucional y porcentaje de similitud							

2.5.2. Presupuesto.

Tabla 4
Costo que implica la investigación

Rubros Asignados	Costo Unitario	Cantidad	Costo Total (S/.)	Actividades
PERSONAL ADMINISTRATIVO				
RECURSOS HUMANOS INVESTIGADORES				
Bonificación al docente investigador como incentivo por la realización de la investigación.	1400.00		S/ 15,400.00	Desarrollo, análisis de la investigación y ejecución de las entrevistas. Redacción de artículo científico. Ejecución de talleres de validación de instrumentos
Apoyo Administrativo				
Prueba piloto en estudiantes	600.00	1 meses	S/ 600.00	Desarrollar la validación del análisis de datos en R para investigación cualitativa, así como asistencia en el desarrollo del <i>focus group</i> para validación de encuesta.
Apoyo Administrativo		3 meses	S/ 4,000.00	Apoyo en la aplicación de encuestas
Estudiantes de RIE	0.00	2 meses	0.00	Apoyo en la ejecución del proyecto de investigación
INFRAESTRUCTURA DE LA UAI				
Laboratorio de Taller de Investigación	0.00	X	X	Ya se cuenta con adecuada infraestructura
Laboratorio de cómputo-Software y Psicométrico	0.00	X	X	Ya se cuenta con adecuada infraestructura
EQUIPAMIENTO Y/O MATERIALES				
Materiales de escritorio complementarios	200.00	Varios	S/ 400.00	Ejecución de la investigación (2 investigaciones al año)
Otros				

Material Bibliografico	300	2	S/ 600.00	Desarrollo de proyecto
PUBLICACIONES INDEXADAS				
Revisión y validación de expertos			S/.3000.00	
Traducción de artículo científico			S/ 3,000.00	Ingles técnico
Derechos para publicación de artículo científico			S/ 10,000.00	Revista indexada de alto impacto (2 articulos)
IMPREVISTOS			S/ 6,000.00	
TO			40,000.00	
TAL S/				

2.5.3. Fuentes de financiamiento.

El financiamiento está a cargo de la Universidad Autónoma de Ica bajo la Dirección de Investigación y Producción Intelectual, en coordinación con la unidad de presupuesto de la Universidad.

2.6. Resultados esperados.

- a) Programa de Bienestar Psicológico
- b) Publicación de artículo científico

Impactos:

Social:

El impacto social está referido a la aplicación en los adolescentes en edad escolar, que luego de la prueba piloto y aplicación del programa, es también de aplicación en las diversas instituciones educativas de nivel secundaria de la Región Ica y del Perú, por lo tanto, se espera de esta forma una contribución desde el campo de la psicología el aporte a la sociedad para la mejora del bienestar psicológico en los adolescentes.

2.7. Referencias bibliográficas.

- Ander Egg, Ezequiel. (2016). *Diccionario de psicología* (2a. ed.). 144.
<https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/78173>
- Business Review, H., & Merino Gómez, B. (Trad.). (2019). *Resiliencia*. Editorial Reverté. <https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/128585>
- Cyrułnik, B., & Anaut, M. (2016). *¿Por qué la resiliencia?: Lo que nos permite reanudar la vida*. <https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/61226>
- FÍNEZ SILVA, M. J., & MORÁN ASTORGA, C. (2017). Resiliencia y autovaloraciones esenciales: estudio comparativo en adolescentes y jóvenes María José FÍNEZ SILVA y Consuelo MORÁN ASTORGA. *Psychology, Society & Education*, 9(3), 347–356.
<https://doi.org/10.25115/psye.v9i3.857>
- Granjard, A., Garcia, D., Rosenberg, P., Jacobsson, C., Cloninger, K. M., & Cloninger, C. R. (2021). *Resilience personality profiles among Swedish long-term unemployed*. <https://doi.org/10.1002/pchj.467>
- Henar Sánchez Cobarro, P. D., García Gómez, M., & Gómez Díaz, M. (2016). *Bienestar emocional*. Dykinson.
<https://elibro.net/es/lc/autonomadeica/titulos/58268>
- Leipold, B., Munz, M., & Miché Le-Malkowsky, A. (2019). Coping and Resilience in the Transition to Adulthood. *Emerging Adulthood*, 7(1), 12–20.
<https://doi.org/10.1177/2167696817752950>
- Martín Torralba, L. (2013). *La personalidad resiliente* (Editorial Síntesis S.A., Ed.).
- Rossi, G., Weekers, L. C., & Hutsebaut, J. (2021). Resilient, undercontrolled, and overcontrolled personality types based upon DSM-5 maladaptive personality traits. *Heliyon*, 7(5).
<https://doi.org/10.1016/J.HELİYON.2021.E06938>
- Shi, Q., Liew, J., Ettekal, I., & Woltering, S. (2021). Childhood resilient personality trajectories and associations with developmental trajectories of behavioral, social-emotional, and academic outcomes across childhood and adolescence: A longitudinal study across 12 years. *Personality and Individual Differences*, 177. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2021.110789>
- Thorsen, C., Yang Hansen, K., & Johansson, S. (2021). The mechanisms of

interest and perseverance in predicting achievement among academically resilient and non-resilient students: Evidence from Swedish longitudinal data. *British Journal of Educational Psychology*, 91, 1481–1497.

<https://doi.org/10.1111/bjep.12431>

Vanistendael, Stefan., Gaberan, Philippe., Humbeeck, B., Lecomte, Jacques., Manil, Pierre., & Rouyer Michelle. (2013). *Resiliencia y humor*. Editorial Gedisa. <https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/61167>

Anexos

ESCALA DE PERSONALIDAD RESILIENTE - EPR-28

EDAD: _____ SEXO: Masculino () Femenino () GRADO DE ESTUDIO: _____

TRABAJA ACTUALMENTE: Si () No () A veces () Provincia donde vive: _____

INSTRUCCIONES

A continuación encontrarás una lista de acciones que los adolescentes usan en su vida diaria, señala tu respuesta marcando con una X en cada uno de los casilleros que se ubica en la columna derecha, utilizando los siguientes criterios

N = NUNCA

RV = RARA VEZ

AV = A VECES

AM= A MENUDO

S = SIEMPRE

Recuerda que: tu sinceridad es muy importante, no hay respuestas buenas ni malas, asegúrate de contestar todas las acciones.

Nr o	ACCIONES QUE REALIZAN LOS ADOLESCENTES	N	R V	A V	A M	S	Nr o
1	Puedo identificar claramente la dificultad para afrontarlo						1
2	Me detengo, pienso y observo, antes de actuar ante una dificultad						2
3	Las dificultades que se presentan me mantienen en acción						3
4	Cuando algo malo me ocurre es por culpa de los demás.						4
5	A pesar que me pasan cosas malas sigo firme para salir avanzando en la vida.						5
6	Dejo siempre en mi agenda tiempo libre para imprevistos que puedan ocurrir.						6
7	Entiendo y acepto que el cambio me permite mejorar.						7
8	Cuando las cosas no ocurren como me lo esperaba entonces me adapto para cambiar de rumbo.						8
9	Identifico detalles de mi entorno que otros no ven						9
10	Soy capaz de idear soluciones nuevas a nuevos problemas.						10
11	Tengo necesidad de saber y aprender nuevas cosas o profundizar en las que conozco						11
12	Busco novedades del entorno para estar al día de lo que ocurre.						12
13	El miedo no me deja avanzar y me representa un obstáculo en la vida.						13
14	Hago un alto para ponerme a pensar qué opciones tengo para enfrentar una dificultad.						14
15	En tiempo de crisis puedo manejar con paciencia las dificultades						15
16	Cuando algo no me sale como lo esperaba entonces no pasa nada y sigo adelante.						16
17	A pesar que la dificultad es grande le encuentro un camino para su solución.						17

18	Disfruto de la vida cuando las cosas van bien					18
19	Manejo adecuadamente mis sentimientos a pesar de las dificultades					19
20	Puedo distinguir cuando estoy pensando bien o mal					20
21	Conozco mis virtudes como también mis defectos.					21
22	Soy de las personas que dicen que no necesita ayuda para hacer las cosas.					22
23	Me considero una persona sociable.					23
24	Lo que digo lo hago					24
25	Encuentro el lado amable de las dificultades					25
26	Me rodeo de personas con un buen sentido del humor.					26
27	Reflexiono sobre mi propósito en esta vida.					27
28	Acepto las dificultades de la vida y abandono luchas improductivas.					28

¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!



U N I V E R S I D A D
**AUTÓNOMA
DE ICA**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

INFORME N° 02

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, MARCO TEÓRICO Y METODOLOGÍA

INVESTIGACIÓN

**EFFECTO DE UN PROGRAMA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO PARA
DESARROLLAR LA PERSONALIDAD RESILIENTE EN ADOLESCENTES
ESCOLARES DE LA REGIÓN ICA, 2022**

DOCENTE INVESTIGADOR

HUAMÁN NARVAY, JOSÉ

Código ORCID

N° 0000-0001-5400-5737

CHINCHA ALTA, ICA-PERÚ

2022

INFORME 02 – Parte 1

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Objetivo del Informe.

Elaborar el marco problemático abordado y fundamentada desde el marco teórico para otorgar la base científica a la investigación institucional planteada mediante una rigurosa revisión de la literatura científica para alcance Scopus.

2.1. Problema identificado:

Situación problemática.

La población escolar adolescente vive rodeada de incertidumbre por el contexto de emergencia sanitaria manifestándose en sus emociones como ansiedad, tristeza, miedo e ira, y en muchas ocasiones por haber perdido un ser querido y empeora el bienestar psicológico del adolescente. Sin embargo, todo adolescente tiene el firme propósito de continuar y terminar exitosos la educación secundaria a pesar de las adversidades que se le presentan y tener éxito en la vida.

Últimos estudios de la Organización Mundial de la Salud (OMS) destacan la necesidad de fortalecer capacidades del bienestar psicológico en los adolescentes, de tal manera que les permita lograr su propósito y paulatinamente incorporarlos al campo laboral y profesional.

Además, la UNESCO, plantea la necesidad de los programas de bienestar psicológico para el desarrollo pleno e integral de los niños, niñas y adolescentes, con una inclusión educativa. Para lograr que los estudiantes adolescentes tengan éxito en su propósito de vida, necesitan desarrollar la resiliencia, de tal manera que les permita enfrentar la adversidad y salir fortalecidos para enfrentar otras adversidades. Tal como lo evidencian los estudios, las adversidades generadas por el contexto, abarcan muchas áreas de la actividad humana, así, lo

observamos generalmente en el campo familiar, social y educativo. Los adolescentes no están solos, al retorno a las aulas deben fortalecer la resiliencia con actividades que les permitan desarrollar las capacidades y formar una personalidad resiliente.

El diseño del programa de bienestar psicológico para adolescentes escolares, permitirá desarrollar y fortalecer la personalidad resiliente e incluso que les permita la aceptación, enfrentamiento y transformación frente a la adversidad.

El programa de bienestar psicológico se relacionará con los factores de la personalidad resiliente para medir el efecto, es decir con la confianza, creatividad, independencia, relaciones y espiritualidad apoyados con el instrumento psicométrico de Escala de Personalidad Resiliente.

El estudio abarcará el campo educativo, a la población de adolescentes escolares, debido a que las instituciones educativas cuentan con las condiciones y autorizaciones para un trabajo de campo entre investigadores y participantes del estudio en la Región Ica.

2.2. Preguntas de investigación general y específicas

Problema general.

¿Cuál es el efecto de un programa de bienestar psicológico para desarrollar la personalidad resiliente en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022?

Problemas específicos.

¿Qué nivel de personalidad resiliente tienen los adolescentes escolares al inicio y final de la aplicación de un programa de bienestar psicológico de la Región Ica, 2022?

¿De qué manera podemos diseñar y validar un programa de bienestar psicológico en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022?

¿Cómo podemos aplicar el piloto de un programa de bienestar psicológico en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022?

2.3. Justificación e importancia

2.3.1. Justificación

a) Justificación teórica

La investigación cuenta con base teórica citada correctamente de libros y publicaciones científicas, obtenidas de la biblioteca virtual de afiliación de la Universidad denominada e-libros en el sitio web https://elibro.net/es/lc/autonomadeica/login_usuario. Del mismo modo los accesos a los repositorios de investigaciones científicas: EBSCO y PROQUEST de la Universidad Autónoma de Ica. Por otro lado, para el acceso a la base de datos Scopus, se ingresa con el usuario Renacyt registrado en Concytec, <https://www.scopus.com/>.

b) Justificación metodológica

El estudio será un piloto para determinar la eficacia del programa de personalidad resiliente, por lo que se aplicará en el estudio cuasiexperimental un pre test, aplicación del programa piloto y finalmente el post test, en adolescentes escolares de tres instituciones educativas de la Región Ica. El muestreo por conveniencia permitirá seleccionar a los participantes de determinadas secciones o aulas para que les aplique el instrumento y posteriormente el programa.

c) Justificación práctica

Los participantes del estudio se encuentran en actividades académicas en las instituciones educativas, y en coordinaciones con directivos se prepararán los ambientes adecuados para la aplicación del pre test, aplicación del programa y post test, de tal manera que se pasa a un trabajo de campo directamente con los participantes.

d) Justificación económica

Las cuestiones económicas que genere la investigación, mediante requerimiento, serán cubiertos con aportes de la Universidad Autónoma de Ica, enmarcados en su presupuesto programados por la Dirección de Investigación de la Universidad.

e) Justificación social

Los adolescentes escolares de la Región que provienen de un confinamiento social y de trabajar remotamente las diversas actividades educativas, pero al mismo tiempo, atravesando circunstancias difíciles o adversidades de diversas índoles, generadas por el mismo contexto, afectando en gran medida la salud física y mental, lo que motiva al investigador, desarrollar la propuesta a beneficio de la sociedad.

2.3.2. Importancia

El estudio es importante por el alcance social hacia la población de adolescentes en edad escolar, lo que permite atender en un momento de su desarrollo personal, el aspecto emocional, en lo referente al desarrollo de la personalidad resiliente enmarcado en un programa de bienestar psicológico, lo que se traduce en fortalecer su desarrollo personal de manera integral, integrando a la sociedad personas con resiliencia y puedan avanzar su proyecto de vida.

2.4. Objetivo General y Específicos

Objetivo general.

Determinar el efecto de un programa de bienestar psicológico para desarrollar la personalidad resiliente en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022.

Objetivos específicos.

Determinar el nivel de personalidad resiliente que tienen los adolescentes escolares al inicio y al final de la aplicación de un programa de bienestar psicológico de la Región Ica, 2022

Determinar el diseño y validez de un programa de bienestar psicológico en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022

Determinar la estrategia para aplicar el piloto de un programa de bienestar psicológico en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022.

2.5. Impacto de la Investigación

El Impacto está orientado a los hallazgos que determine la investigación luego del procesamiento y análisis de los datos. Por esta razón se puede indicar que los impactos estarán orientados a tres aspectos:

a) Impacto social

Por la naturaleza del estudio que corresponde al campo de la psicología se esperan hallazgos que favorezcan el bienestar psicológico y de la personalidad resiliente en los adolescentes.

b) Responsabilidad social

Enmarcadas sobre todo a las instituciones que tienen a cargo la educación de los adolescentes para se tenga en cuenta que existe a nivel institucional un compromiso con el desarrollo integral en la formación de los adolescentes escolares.

c) Responsabilidad ambiental

Lo que se traduce a realizar investigaciones que consideren los aspectos ambientales, debido a que el proyecto se relaciona con el consumo de energía en laptop, luces artificiales y equipos de internet, los cuales se minimizarán constantemente para evitar el agotamiento de los recursos naturales como política ambiental de la Universidad Autónoma de Ica, mediante la Dirección de Responsabilidad Social.

2.6. Alcances y limitaciones

El estudio alcanza solo a la población de adolescentes en edad escolar, comprendido entre los 12 a 17 años de edad, tanto hombres como mujeres, pertenecientes a instituciones educativas públicas. La investigación integrará a tres instituciones de la Región Ica, considerando a las provincias de Chincha, Pisco e Ica, de tal manera que sea factible el

estudio y se generen hallazgos de impacto.

Las posibles limitaciones que se puedan presentar estarían relacionadas a los ambientes donde se realizarían los talleres o sesiones del programa por las deficiencias que presentan las instituciones educativas a nivel infraestructura.

Los consentimientos informados de parte de los padres de familia, tal vez afecte la cantidad de participantes.

La gestión de las autoridades de las instituciones educativas debido a políticas institucionales podría limitar las actividades o desarrollo de actividades del programa.

ESTADO DEL ARTE

3.1. Antecedentes

Antecedentes Internacionales

Leipold et al. (2019) realizaron un estudio en Alemania denominado Afrontamiento y resiliencia en la transición a la edad adulta, de tipo transversal donde examinaron el afrontamiento centrado en problema, búsqueda de apoyo social y afrontamiento centrado en el significado, en función a la edad, interdependencia y su función adaptativa en relación al trabajo académico, contando con una población escolar de 1608 participantes comprendidos entre 14 y 30 años, siendo los resultados que el afrontamiento centrado en el problema y la búsqueda de apoyo social se correlacionan positivamente con la edad, del mismo modo, las edades se mostraron asociaciones pronunciadas entre afrontamiento centrado en el problema y la búsqueda de apoyo en la adolescencia. Por otro lado, se encontraron asociaciones más fuertes entre el afrontamiento centrado en el problema y el significado en la edad adulta joven. Se encontró correlación negativa entre el estrés subjetivo y el bienestar.

Thorsen et al. (2021) en Suecia en la investigación titulada Los mecanismos de interés y perseverancia en la predicción del rendimiento entre estudiantes académicamente resilientes y no resilientes: Evidencia de datos longitudinales suecos; indican que los estudiantes con bajo nivel socioeconómico están asociados al bajo rendimiento académico y vulnerables al fracaso escolar, sin embargo, a pesar de sus antecedentes, logran ser exitosos en la escuela. El estudio tuvo como objetivo investigar cómo la perseverancia y el interés, relacionados con la escuela. Consideró una muestra de 1665 participantes, utilizando como método el modelado de ecuaciones estructurales multigrado llegando a los resultados que la resiliencia en los estudiantes depende de la perseverancia y el interés que les pone a sus actividades, concluyendo que los estudiantes mostraron más

consistencias en el interés y la perseverancia a lo largo del tiempo.

Granjard et al. (2021) realizaron un estudio en Suecia denominado Perfiles de personalidad resiliente entre los desempleados suecos de larga duración, cuyo objetivo fue determinar la prevalencia de la personalidad resiliente en una muestra de desempleados obteniendo como resultado que solo el 1.50% de la muestra de desempleados con años de experiencia en el trabajo tenían una personalidad resiliente. por lo que tenían un perfil bajo para evitar daños,

Shi et al., (2021) en Estados Unidos, realizaron el estudio denominado Trayectorias de personalidad resiliente infantil y asociaciones con trayectorias de desarrollo de resultados conductuales, socioemocionales y académicos en la niñez y la adolescencia: un estudio longitudinal a lo largo de 12 años, con el propósito de examinar la continuidad y el cambio de la personalidad resiliente infantil de educación primaria en su asociación con problemas de comportamiento, funcionamiento socioemocional y rendimiento académico en un periodo de 12 años abarcando hasta la educación secundaria, contando con 784 participantes en riesgo predominantemente de familias de bajo nivel socioeconómico con participación de 47% niñas; 37,4% latinos; 34,1% estadounidenses de origen europeo y 32,2% afroamericanos, con un promedio de edades de 6,57 determinado en el primer año, quienes fueron seguidos durante 12 años, siendo los resultados tres trayectorias distintas de personalidad resiliente infantil, incluyendo un grupo flexible al ego con 26,9%, un grupo frágil al ego con 21,9% y un grupo ordinario común con 49,9%, siendo los resultados que los niños en el grupo de ego frágil tenían un mayor riesgo de generar problemas de comportamiento persistentemente bajos, un bajo funcionamiento socioemocional y un mejor rendimiento académico en la educación formal. Se obtuvo también que el efecto protector de la resiliencia infantil se mantuvo incluso después de la transición de la niñez a la adolescencia.

Rossi et al. (2021) realizaron un estudio en Bélgica denominado Tipos de personalidad resilientes, subcontrolados y sobrecontrolados basados en los rasgos de personalidad desadaptativos del DSM-5, explorando según los rasgos de personalidad desadaptativa del DSM-5, utilizando instrumentos como cuestionarios de autoinforme y entrevistas estructuradas, contando con una muestra de 192 participantes adultos que presentaban trastornos de personalidad, a quienes se aplicó el análisis de conglomerados llegando a obtener el resultado que un tipo resiliente baja en los dominios de rasgos de mala adaptación y mejor funcionamiento de la personalidad muestran menos patología que los tipos sobrecontrolados y subcontrolados, obteniéndose además que el tipo sobrecontrolado tuvo una afectividad negativa alta con mayor prevalencia de trastornos del estado de ánimo, mientras que el tipo subcontrolado mostró nivel alto en los rasgos de mala adaptación, excepto la desinhibición, con tasas altas de trastornos de personalidad narcisista, concluyendo que el tipo resiliente sobrecontrolado puede necesitar tratamiento menos intensivo y los subcontrolados un tratamiento más intensivo.

FÍNEZ SILVA & MORÁN ASTORGA (2017) realizaron el estudio en España denominado Resiliencia y autovaloraciones esenciales: estudio comparativo en adolescentes y jóvenes, con el propósito de determinar si existe relación entre resiliencia y las autovaloraciones esenciales en estudiantes de bachillerato y universitarios, consideraron para el estudio a 620 estudiantes con 50% varones, con media de edades de 16,6 años (DT=,818) y media de edades de universitarios de 21,7 (DT = 3,992), aplicaron los instrumentos Escala de Ego-Resiliencia de Block y Kremen (1996) con 14 ítems y la Escala de Autovaloraciones Esenciales (CSES) de Judge, Erez, Bono y Thoresen (2003) con 12 ítems, siendo el resultado que existe una correlación positiva y significativa entre las variables de estudio y la resiliencia con $r=,269$, $p<,001$, concluyendo que la promoción de la resiliencia facilitaría a los jóvenes superar la experiencia traumática y

logren mantenerse en niveles funcionales sin afectar su rendimiento y su vida cotidiana y aprender de esas experiencias adversas

Antecedentes Nacionales

Realizada la revisión de antecedentes en el ámbito nacional, no se han encontrado antecedentes, por lo que este punto, no llevará antecedentes por el momento.

Locales

Realizada la revisión de antecedentes en el ámbito local o regional correspondiente a Ica, se tuvo el resultado que no se han encontrado hasta la fecha antecedentes locales, por lo que este punto, no llevará antecedentes.

3.2. Marco teórico

3.2.1. Bienestar Psicológico

Bienestar

Las personas con mayor bienestar generalmente son más agradecidas, optimistas, generosas, resilientes, humildes o con adecuadas relaciones interpersonales, que son trabajadas por la persona para llegar a conseguirse una vida más satisfactoria con el apoyo de estrategias terapéuticas o programas de orientación e intervención, para conseguir oportunamente la prevención de problemas de salud física y/o mental (Henar Sánchez Cobarro et al., 2016).

Objetivos de un programa de bienestar psicológico

Según Henar Sánchez Cobarro et al. (2016) presentan objetivos para poder interiorizar y desarrollar capacidades emocionales para obtener una vida plena y feliz en todos los ámbitos de la vida:

- Asertividad: Para expresar nuestras ideas y pensamientos sin perjudicar a los demás, pero defendiendo nuestros derechos.
- Empatía: Para percibir lo que siente el otro y comprender sus sentimientos y emociones de otras personas.

- Escucha: Para lograr una adecuada comunicación humana y generar comportamientos y actitudes para atender la comunicación.
- Resolución de conflictos: Para promover dinámicas para que sean capaces de solucionar sus problemas sin caer en la violencia.
- Control y expresión emocional: Para lograr el desarrollo de las habilidades mediante dinámicas para que el participante pueda comprender su estado emocional interno.
- Tolerancia a la frustración: Para que el participante experimente pequeñas frustraciones y evitar la sobreprotección, de tal manera que ante una situación en la expectativa de no cumplirse, se deben redefinir las metas y objetivos.
- Autoestima: Para valorar la propia individualidad con sus capacidades y posibilidades mediante dinámicas que le permitan conocer los aspectos positivos que otros ven en él de tal manera que ayuden a la formación de la autoestima.

Procesos para aplicar un programa de bienestar psicológico:

Los programas utilizan diversas herramientas que se dividen en varias sesiones para consolidar lo trabajado, aplicándose por lo general situaciones de su vida cotidiana, acompañados de tareas para reforzar los logros de aprendizaje (Henar Sánchez Cobarro et al., 2016)

Un programa sería adecuado desarrollarlo en un periodo escolar, con una sesión de intervención una vez por semana, con duración de hora y media considerando:

- Los cinco primeros minutos se usa para informar a los participantes lo que van a aprender en ese día, como también las dinámicas que se van a utilizar.
- Durante la hora y cuarto se darán las instrucciones concretas de lo que se quiere desarrollar y se pasará a realizarlos.
- Los 20 minutos finales se dedican a debatir sobre lo realizado y ver cómo se sienten y qué han aprendido hoy.

Cronograma de las sesiones

Se trabajan los objetivos expuestos en el programa, con tareas y actividades que permita lograr los objetivos propuestos. Dicho cronograma de sesiones debe estar ordenados y deben cumplirse progresivamente para asegurar el éxito del programa.

Evaluación del programa

Siguiendo a Henar Sánchez Cobarro et al. (2016) indican que evaluar es algo complicado debido a que se manejan diferentes variables, pero que una forma es la evaluación continua, lo que quiere decir evaluar desde el comienzo con la primera sesión hasta el final con reflexión sobre las actividades realizadas y comprobar el logro de los objetivos propuestos. Del mismo modo, se recogerán informaciones significativas para la mejora del programa teniendo en cuenta el sesgo observacional.

3.2.2. Resiliencia

¿Por qué la resiliencia?

Desde el siglo XIX se empieza a hablar de trauma y recién desde los años 1980 se inicia el trabajo de resiliencia, que se interpreta como la posibilidad de volver a la vida después de una situación psíquica traumática o ante las adversidades que nos puedan ocurrir (Cyrulnik & Anaut, 2016).

¿Cómo funciona la resiliencia?

“Tal vez fue un genio: sin duda se trata de resiliencia en el trabajo. Lo importante es que, cuando tengamos que mirar la realidad a la cara, estemos preparados para actuar de forma eficiente para resistir y sobrevivir a contratiempos extraordinarios. Nos preparamos para superar un reto antes de que se presente” (Business Review & Merino Gómez, 2019, p. 27).

Definición de resiliencia

Consiste en iniciar un nuevo desarrollo personal después de haber sufrido un trauma que afecta su estado emocional quedando pendiente analizar las condiciones que fortalezcan el nuevo desarrollo (Cyrulnik & Anaut, 2016)

Resiliencia neuronal

Consiste en tener un nicho sensorial que permita ser desarrollado por el entorno que lo rodea, pero si el nicho sensorial es alterado, entonces el desarrollo del cerebro corre el riesgo de afectarse porque se distorsiona el encaminamiento del desarrollo (Cyrulnik & Anaut, 2016).

Para el desarrollo de la resiliencia se necesita de un tutor que puede ser un educador, un psicólogo o también una persona que es contratado según las políticas de las instituciones (Cyrulnik & Anaut, 2016).

Resiliencia afectiva

En el análisis que se hace la situación en que se desenvuelve la madre del niño, se puede deducir que la madre no tiene la culpa de afectar emocionalmente a su menor, sino que existen causas que originan el malestar en las madres, generalmente del mismo marido, la familia, la sociedad). Lo que se debe realizar es suprimir estas causas del malestar de la madre que en muchas ocasiones no es posible, pero se puede hacer algo para mejorar su bienestar y por ende de su menor hijo (Cyrulnik & Anaut, 2016).

Cuando no existe intervención en tutoría, el nicho se empobrece por lo tanto no conectan las sinapsis en los lóbulos prefrontales que vienen a constituir los soportes neurológicos de la anticipación y de la inhibición de las amígdalas del rinencéfalo (Cyrulnik & Anaut, 2016)

Lo que se obtiene frente a esta situación es una vulnerabilidad

neuroemocional del niño que afecta y dificulta las diversas formas de relacionarse con su entorno y altera su socialización (Cyrulnik & Anaut, 2016).

Resiliencia psicológica

Son dos los mecanismos que tiene la persona como defensa ante la adversidad y son momentáneamente aceptables y corresponden a la negación, que permite evitar la repetición de lo doloroso, pero impide la mentalización para evitar tenerlo siempre. La persona herida solo comparte con su entorno aquello que escucha mientras que el otro lado de su mundo empieza a sufrir en secreto y por esta razón encontramos muchas veces a personas que tienen un carácter explosivo que afecta y sorprende a los que lo rodean. (Cyrulnik & Anaut, 2016)

También se consideran otros mecanismos de defensa que participan del nuevo desarrollo resiliente, como la sublimación, que transforma las cosas horribles en magníficas obras de arte y permite mentalizar y compartir aspectos del mundo mental. Por otro lado, tenemos el humor, que es esa cortesía de la desesperación, que permite expresar sin provocar malestar en el entorno momentos de alegría. Y el compromiso social o el altruismo que aplicados adecuadamente y de forma permanente estimulan la empatía lo que nos permite vivir en armonía (Cyrulnik & Anaut, 2016).

Resiliencia familiar

Por lo general, el trauma se origina dentro de la familia, por lo tanto, la resiliencia de los traumatizados está relacionada a la estructura familiar y sus propias reacciones de defensa debido al maltrato que reciben de los mismos padres generando hasta 90% de niños inseguros, sin embargo, cuando en los padres, solo uno es maltratador y el otro protector se detecta hasta un 60% de niños inseguros. Además, se ha encontrado que cuando todo va bien en

la familia y en la población en general existe hasta un 30% de niños inseguros lo que garantiza también adolescentes inseguros (Cyrulnik & Anaut, 2016).

La resiliencia familiar ocurre cuando la familia se recupera de un desgarramiento traumático logrando un funcionamiento tranquilizador y se alejan del sufrimiento, para transformar el trauma en cosa del pasado, generando actividades que se comparten en familia (Cyrulnik & Anaut, 2016).

Resiliencia adolescente

En la adolescencia se realiza una poda sináptica es decir una reducción de los circuitos neuronales, demostrando que el cerebro funciona mejor por el consumo menor de energía debido a que los circuitos se han conectado por la acción de las huellas del medio (Cyrulnik & Anaut, 2016).

En general, en la adolescencia se afronta bien el cambio con el 12% al 15% que sufren malestar desgarrador; un 30% sienten poco los cambios y el 60% se alegran cuando cambian de medio (Cyrulnik & Anaut, 2016).

La estructura del medio es importante para el desarrollo de la resiliencia en la adolescencia, por el contrario, si sufre aislamiento sensorial precoz, se crean vulnerabilidades neuroemocional que afectan las relaciones interpersonales y el aprendizaje a tal extremo de conducir al adolescente a la depresión y en las personas mayores a un trauma no resiliado porque no ha elaborado una reestructuración, una negación que pudo inicialmente evitar el sufrimiento, mediante las preguntas, todo esto ya pasó; hablemos de otra cosa; sin embargo no ha pasado por el contrario se piensa en ello como si acabara de pasar (Cyrulnik & Anaut, 2016).

Mejorar la resiliencia

“Proporcionarte una intervención cognitiva y contrarresta los pensamientos derrotistas con una actitud optimista. Cuestiona tu pensamiento pesimista y sustitúyelo por una perspectiva positiva” (Business Review & Merino Gómez, 2019).

Resiliencia y espiritualidad

Son dos elementos que se deben considerar para el aspecto de resiliencia y espiritualidad, lo que es el vínculo y el sentido. Ambos afectan la espiritualidad con una luz que se le proyecta al sujeto para tratar los vínculos entre resiliencia y espiritualidad (Vanistendael et al., 2013).

Además, las adversidades nos transforman, nos hacen más fuertes, sacamos recursos emocionales no solo para sentirnos deprimidos sino también para ser fuertes y resilientes (Henar Sánchez Cobarro et al., 2016).

Personalidad resiliente

De acuerdo a Martín Torralba (2013) indica que es un Conjunto de habilidades que moviliza la persona con la finalidad de afrontar y salir transformado ante la adversidad y seguir avanzando en la vida con sentido de superación y desarrollo personal. Se tiene en cuenta que la personalidad resiliente integra la capacidad de análisis, afrontamiento activo, equilibrio, flexibilidad, creatividad, curiosidad, valentía, paciencia, optimismo inteligente, inteligencia emocional, visión realista de uno mismo, habilidades sociales, sentido del humor y espiritualidad.

Evaluación de la Personalidad resiliente

La personalidad resiliente tiene que ver con un conjunto de actitudes que se movilizan para superar las diversas adversidades que se presentan en el día a día, las mistas que se dividen en la presente investigación en cinco dimensiones:

- **Confianza**
Tiene que ver con la identificación clara de la dificultad para poder afrontarla, aplicando estrategias de atención para actuar correctamente.
- **Creatividad**
Tiene que ver con la forma como ve las adversidades y procede a enfrentarlas con la adaptación para idear soluciones nuevas acompañadas de personas que lo favorecen y conservando siempre el buen humor.
- **Independencia**
Tiene que ver con enfrentar los obstáculos de manera personal, producto de haberlo él mismo analizado con paciencia y determinar el tamaño de la dificultad para encontrar el camino que debe seguir.
- **Relaciones**
Tiene que ver con el control de sus sentimientos para poder socializar a pesar de las dificultades, distinguiendo lo bueno y lo malo, cumpliendo siempre lo que dice o se propone.
- **Espiritualidad**
Tiene que ver con la reflexión profunda que realiza sobre la vida, aceptando las dificultades propias de la vida, separándolas de las que no tienen sentido para su propio desarrollo.

Cada dimensión cuenta con indicadores para su evaluación mediante el instrumento psicométrico Escala de Personalidad Resiliente para adolescentes.

3.3. Definiciones

Adolescencia

Es la etapa de transición en el desarrollo que se da entre la etapa de la niñez y la adultez que se caracteriza por los diversos cambios biológicos y psicológicos; en relación a lo biológico se observa aumento de la estatura y peso, cambios corporales debido a la maduración de los

órganos reproductivos orientados a la madurez sexual y los cambios psicológicos como la autonomía, distanciamiento de los adultos, excesiva preocupación por la apariencia física, egocentrismo, búsqueda de identificación con su grupo de pares, rebeldía, entre otros, considerándose que el comienzo de la adolescencia se da aproximadamente a los 12 años y se extiende hasta comienzo de los 20 años (Consuegra Anaya, 2010).

Afrontamiento

Estrategias empleadas para poder enfrentar diversas situaciones de estrés (Cosacov, 2007).

Empatía

Capacidad para captar de manera intuitiva los sentimientos y pensamientos de los demás para comprenderlos. (Fau, 2011).

Personalidad

Patrones generales de rasgos de comportamientos, temperamentos, emociones, mentales y de carácter, que forman a la persona para que sean únicas en su forma de pensar, sentir y comportarse (Consuegra Anaya, 2010).

Trauma

Lesión que perdura debido a una causa violenta tanto a nivel físico como en lo psíquico. Acontecimiento que en la vida del sujeto representa una amenaza para su propia seguridad e incluso para su propia vida (Ander Egg, 2016).

ANEXOS:

Anexo 1 – Referencias bibliográficas

- Ackerman, S. (2013). Metodología de la investigación. In *Journal of Experimental Psychology: General* (Vol. 136, Issue 1).
<https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/76246>
- Ander Egg, Ezequiel. (2016). *Diccionario de psicología* (2a. ed.). 144.
<https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/78173>
- Business Review, H., & Merino Gómez, B. (Trad.). (2019). *Resiliencia*. Editorial Reverté. <https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/128585>
- Consuegra Anaya, Natalia. (2010). *Diccionario de psicología*. 365.
<https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/69124>
- Cosacov, Eduardo. (2007). *Diccionario de términos técnicos de la psicología*. 359. <https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/77992>
- Cyrulnik, B., & Anaut, M. (2016). *¿Por qué la resiliencia?: Lo que nos permite reanudar la vida*.
<https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/61226>
- del Castillo, C., Olivares, S., & Gonzáles, M. (2014). Metodología de la investigación. *Grupo Editorial Patria*, 1, 1–249.
https://elibro.net/es/ereader/uladech/39410?fs_q=metodologia__de__investigacion__cientifica&prev=fs
- Fau, M. Enrique. (2011). *Diccionario básico de Psicología* (2a. ed.).
<https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/127997>
- FÍNEZ SILVA, M. J., & MORÁN ASTORGA, C. (2017). Resiliencia y autovaloraciones esenciales: estudio comparativo en adolescentes y jóvenes María José FÍNEZ SILVA y Consuelo MORÁN ASTORGA. *Psychology, Society & Education*, 9(3), 347–356.
<https://doi.org/10.25115/psye.v9i3.857>
- Granjard, A., Garcia, D., Rosenberg, P., Jacobsson, C., Cloninger, K. M., & Cloninger, C. R. (2021). *Resilience personality profiles among Swedish long-term unemployed*. <https://doi.org/10.1002/pchj.467>
- Henar Sánchez Cobarro, P. D., García Gómez, M., & Gómez Díaz, M. (2016). *Bienestar emocional*. Dykinson.

<https://elibro.net/es/lc/autonomadeica/titulos/58268>

Leipold, B., Munz, M., & Miché Le-Malkowsky, A. (2019). Coping and Resilience in the Transition to Adulthood. *Emerging Adulthood*, 7(1), 12–20. <https://doi.org/10.1177/2167696817752950>

Martín Torralba, L. (2013). *La personalidad resiliente* (Editorial Síntesis S.A., Ed.).

Rossi, G., Weekers, L. C., & Hutsebaut, J. (2021). Resilient, undercontrolled, and overcontrolled personality types based upon DSM-5 maladaptive personality traits. *Heliyon*, 7(5). <https://doi.org/10.1016/J.HELIYON.2021.E06938>

Shi, Q., Liew, J., Ettekal, I., & Woltering, S. (2021). Childhood resilient personality trajectories and associations with developmental trajectories of behavioral, social-emotional, and academic outcomes across childhood and adolescence: A longitudinal study across 12 years. *Personality and Individual Differences*, 177. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2021.110789>

Thorsen, C., Yang Hansen, K., & Johansson, S. (2021). The mechanisms of interest and perseverance in predicting achievement among academically resilient and non-resilient students: Evidence from Swedish longitudinal data. *British Journal of Educational Psychology*, 91, 1481–1497. <https://doi.org/10.1111/bjep.12431>

Vanistendael, Stefan., Gaberan, Philippe., Humbeeck, B., Lecomte, Jacques., Manil, Pierre., & Rouyer Michelle. (2013). *Resiliencia y humor*. Editorial Gedisa.

<https://elibro.net/es/ereader/autonomadeica/61167>

Anexo 2 – Artículos científicos revisados

The screenshot shows the Scopus Document search interface in a web browser. The browser's address bar displays the URL <https://www.scopus.com>. The page header includes the CONCYTEC logo (CONSEJO NACIONAL DE INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS Y TECNOLÓGICAS) and the Scopus logo. Navigation links for Search, Sources, Lists, and SciVal are visible. A user profile dropdown menu is open, showing the user's name, José Huamán Narvay, and email address, jhnarvay@yahoo.com. The menu includes links to Dashboard, Saved searches, Alerts, Saved lists, Export and reference management settings, and Privacy center. At the bottom of the menu are buttons for View account and Sign out. The main content area features a search bar with a dropdown menu for search criteria (Article title, Abstract, Keywords) and a search button. Below the search bar are links for Add search field, Add date range, and Advanced document search. The page also includes a Search History section and a message encouraging users to start searching and view search tips. At the bottom, there is a link to Learn more about what Scopus can do for you, with options to Show less or Don't show again.

Scopus - Document search | Sign out

https://www.scopus.com

CONCYTEC
CONSEJO NACIONAL DE INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS Y TECNOLÓGICAS

Scopus

Search Sources Lists SciVal

Start exploring
Discover the most reliable, relevant, up-to-date research. All in one place.

Documents Authors Affiliations

Search within
Article title, Abstract, Keywords

Search documents

+ Add search field + Add date range Advanced document search

Search History Saved Searches

Start searching and your history will appear here. If you need help to start searching check out our [search tips](#).

Learn more about what Scopus can do for you

Show less Don't show again

JH José Huamán Narvay
jhnarvay@yahoo.com

Dashboard
Saved searches
Alerts
Saved lists
Export and reference management settings
Privacy center

View account Sign out

SPECIAL ISSUE
Student Experience in Latin American Higher Education

education policy analysis
archives

A peer-reviewed, independent,
open access, multilingual journal



Arizona State University

Volume 29 Number 156

November 22, 2021

ISSN 1068-2341

**Resilience in Higher Education: A Conceptual Model and its
Empirical Analysis**

Samuel de Oliveira Durso
Faculdade FIPECAFI
Brazil

Luís Eduardo Afonso
Universidade de São Paulo
Brazil



Susan Beltman
Curtin University
Australia

Citation: Durso, S. de O., Afonso, L. E., & Beltman, S. (2021). Resilience in higher education: A conceptual model and its empirical analysis. *Education Policy Analysis Archives*, 29(156). <https://doi.org/10.14507/epaa.29.6054> This article is part of the special issue, *Student Experience in Latin American Higher Education*, guest edited by Sergio Celis and María Verónica Santeñices.

Abstract: This research analyzes how the resilience of higher education students is shaped during the undergraduate program by personal and contextual factors. In this research, the resilient student is one who faces a high burden of stress and/or adversity during their undergraduate course but

[Cierre de edición el 01 de Mayo del 2021]

<https://doi.org/10.15359/ree.25-2.20><http://www.una.ac.cr/educare>educare@una.ac.cr

Resiliencia académica: Comprendiendo las relaciones familiares que la promueven

Academic Resilience: Understanding Family Relationships That Promote it

Resiliência acadêmica: Compreender as relações familiares que a promovem



Sonia Ilse Salvo-Garrido

Universidad de La Frontera

Departamento de Matemática y Estadística

Temuco, Chile

sonia.salvo@ufrontera.cl

 <https://orcid.org/0000-0002-9567-2285>

José Luis Gálvez-Nieto

Universidad de La Frontera

Departamento de Trabajo Social

Temuco, Chile

jose.galvez@ufrontera.cl

 <https://orcid.org/0000-0001-7642-8204>

Susana San Martín-Parihuén

Universidad de La Frontera

Temuco, Chile

susanasanmartin91@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-9704-811X>

Recibido • Received • Recebido: 17 / 08 / 2019

Corregido • Revised • Revisado: 27 / 03 / 2021

Aceptado • Accepted • Aprovado: 23 / 04 / 2021

Resumen. El estudio de la resiliencia académica resulta relevante, por el rol positivo que ejerce sobre el desarrollo educativo y socioemocional de niños, niñas y adolescentes. El objetivo del artículo fue comprender las relaciones familiares que favorecen la resiliencia académica en estudiantes de enseñanza básica, primero a cuarto año, provenientes de contextos vulnerables. La metodología utilizada para dar respuesta a los objetivos, consideró un diseño de teoría fundamentada, ya que se buscó describir y comprender los significados construidos intersubjetivamente por las personas participantes. La selección de quienes participaron se realizó mediante un muestreo teóricamente guiado, en donde recolección y análisis de datos se realizaron de manera paralela, y la guía principal fue el modelo teórico emergente. La estrategia de recogida de datos consideró la aplicación de 27 entrevistas semiestructuradas a familias vulnerables; para ello se elaboró una guía temática, que contenía los principales tópicos a abordar con las personas participantes, sin un esquema estándar de categorías de respuesta. Los protocolos y procedimientos de análisis de datos se basaron en el



International Journal of Clinical and Health Psychology

www.elsevier.es/ijchp



ORIGINAL ARTICLE

Impact of mindfulness and self-compassion on anxiety and depression: The mediating role of resilience



Adrián Pérez-Aranda^{a,b,c}, Javier García-Campayo^{a,d}, Francisco Gude^{e,f},
Juan V. Luciano^{c,g}, Albert Feliu-Soler^{b,c,h}, Arturo González-Quintela^f,
Yolanda López-del-Hoyo^{a,g}, Jesús Montero-Marín^{h,i}

^a Aragon Institute for Health Research (IIS Aragón), Miguel Servet University Hospital, Spain

^b Faculty of Psychology, Universitat Autònoma de Barcelona, Spain

^c AGORA Research Group, Teaching, Research & Innovation Unit, Parc Sanitari Sant Joan de Déu, Spain

^d Primary Care Prevention and Health Promotion Research Network, RedIAPP, Spain

^e Department of Clinical Epidemiology, Complejo Hospitalario Universitario, Health Research Institute of Santiago de Compostela (IDIS), Spain

^f Department of Internal Medicine, Complejo Hospitalario Universitario, Health Research Institute of Santiago de Compostela (IDIS), Spain

^g Department of Psychology and Sociology, University of Zaragoza, Spain

^h Department of Psychiatry, University of Oxford, Warneford Hospital, United Kingdom

Received 25 October 2020; accepted 2 February 2021

Available online 11 March 2021

KEYWORDS

Mindfulness;
Self-compassion;
Resilience;
Psychopathological
symptoms;
Ex post fact study

Abstract *Background/Objective* 'Third-wave' psychotherapies have shown effectiveness for treating psychopathological symptoms such as anxiety and depression. There is burgeoning interest in examining how these therapies' core constructs produce their therapeutic benefits. This study explores the hypothetical mediating effect of resilience in the impact of mindfulness and self-compassion on anxiety and depressive symptoms. *Method*: Cross-sectional study design. The sample consisted of 860 Spanish general population participants. The measures included the Mindful Attention Awareness Scale (MAAS), the Self-Compassion Scale (SCS-12), the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) and the Goldberg Anxiety and Depression Scale (GADS). Bivariate correlations were calculated, and path analysis models were performed. *Results*: Significant correlations were found between the study variables, always in the expected direction (all p values < .001). The path analysis models showed significant direct effects of mindfulness and self-compassion on anxiety and depression symptoms, but the only significant indirect effects through resilience were

^{*} Corresponding author: Department of Clinical Epidemiology, Complejo Hospitalario Universitario, Health Research Institute of Santiago

Sustentabilidad y resiliencia: avatares y alternativas para las ciudades frente a la devastación socioambiental en el siglo XXI

Sustainability and resilience:

avatars and alternatives for cities
facing the social and environmental
devastation in the 21st century

Sustentabilidade e resiliência:

vicissitudes e alternativas para
as cidades diante da devastação
socioambiental do século XXI

Durabilité et résilience:

vicissitudes et alternatives pour les
villes face à la dévastation socio-
environnementale du 21^e siècle

▲ Título: "Ballet urbano"
Autor: Antonio Rayón
Lugar y fecha: Ciudad de México, 2012

Recibido: 09/03/2021
Aprobado: 30/03/2021

Cómo citar este artículo:

Luna-Nemecio, J. (2021). Sustentabi-
lidad y resiliencia: avatares y alter-
nativas para las ciudades frente a la
devastación socioambiental en el siglo

Autor

Josemanuel Luna-Nemecio

Centro Universitario CIFE (México)
josemanuel2@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-6850-3443>

Doctor en Geografía por la Universidad Nacional Autónoma de México, Profesor Investigador en el Centro Universitario CIFE (México). Investigador en Ekup University (México). Miembro del Sistema Nacional de Investigadores del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología. Sus líneas de investigación son la crítica de la economía política con énfasis en estudios sobre sustentabili-
dad, devastación ambiental y conflictos socioambientales.



Revista Latinoamericana de Psicología

<http://revistalatinamericanadepsicologia.konradlorenz.edu.co/>



ORIGINAL

Resiliencia académica: la influencia del esfuerzo, las expectativas y el autoconcepto académico

Álvaro Menéndez-Aller ^{a,*}, Álvaro Postigo ^b, Covadonga González-Nuevo ^b, Marcelino Cuesta ^b, Rubén Fernández-Alonso ^c, Marcos Álvarez-Díaz ^c, Eduardo García-Cueto ^b, José Muñiz ^d

^a Instituto de Investigación Sanitaria del Principado de Asturias, España

^b Universidad de Oviedo, España

^c Consejería de Educación del Gobierno del Principado de Asturias, España

^d Universidad Nebrija, España

Recibido el 16 de noviembre de 2020; aceptado el 2 de agosto de 2021

PALABRAS CLAVE

Resiliencia académica,
nivel socioeconómico,
rendimiento académico,
adolescente, sexo

Resumen Introducción: La resiliencia académica consiste en obtener altas calificaciones a pesar de hallarse en una desventaja socioeconómica. En el presente estudio se observó si el esfuerzo, las expectativas y el autoconcepto académicos forman parte de la resiliencia académica o estarían explicando un buen rendimiento académico en general. **Método:** Los participantes, una población de 7479 adolescentes españoles ($M = 13.87$; $DT = 0.82$), fueron divididos en cuatro grupos según el rendimiento académico (Bueno-Malo) y el nivel socioeconómico (Clase alta-Clase baja). Se realizaron análisis de diferencias y regresiones logísticas binarias para detectar cuál de las variables empleadas explicaba el rendimiento académico en los grupos de igual nivel socioeconómico. También se estudió si el sexo influía en la pertenencia a los grupos de buen rendimiento. **Resultados:** Se observaron diferencias en el esfuerzo, las expectativas y el autoconcepto académicos en función de los cuatro grupos creados; los grupos de buen rendimiento académico obtuvieron puntuaciones más altas independientemente del nivel socioeconómico. Se observó que las expectativas y el autoconcepto académicos explicaban gran parte del rendimiento académico. Se detectó una tasa de mujeres significativamente más alta con relación a la de hombres en los grupos de mayor rendimiento. **Conclusiones:** Muchas variables, que se han considerado propias de los alumnos académicamente resilientes, explican un buen rendimiento académico, en general, independientemente del nivel socioeconómico.

© 2021 Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).



Valoración de la resiliencia en escolarizados: línea base para programas de intervención, Antioquia, 2018

Sandra Milena Alvarán-López*
Sebastián Bedoya-Mejía**
Hugo de Jesús Grisales-Romero***

Recibido en enero 26 de 2020, aceptado en diciembre 18 de 2020

Citar este artículo así:

Alvarán-López SM, Bedoya-Mejía S, Grisales-Romero H. Valoración de la resiliencia en escolarizados: línea base para programas de intervención, Antioquia, 2018. *Hacia. Promoc. Salud.* 2021; 26 (2): 83-101. DOI: 10.17151/hpsal.2021.26.2.7

Resumen

Objetivo: determinar los niveles de resiliencia en los estudiantes de 12 a 17 años de las instituciones públicas urbanas de las subregiones del departamento de Antioquia, Colombia. **Método:** transversal en 2185 estudiantes y en muestras independientes por subregión, a quienes se les aplicó un cuestionario de valoración de la resiliencia en adolescentes, el JJ46. Se calcularon los niveles de resiliencia y se analizó la relación entre estos con características demográfico-familiares y de vulnerabilidad social. **Resultados:** en Antioquia predominó la resiliencia media, 53,9%. Los escolarizados de las subregiones Oriente, Suroeste y Norte fueron los que obtuvieron los puntajes más altos de resiliencia, con 57,1%, 53,9% y 50,6%, respectivamente, y los de las subregiones Magdalena Medio, Urabá y Bajo Cauca los menores. En el Valle de Aburrá la resiliencia fue media: 44,2%. **Conclusiones:** diseñar intervenciones en los escolarizados de los municipios de las subregiones con niveles de resiliencia media e inferior.

Palabras clave

Resiliencia psicológica, psicología del adolescente, salud mental, prevención primaria, estudiantes cardiovasculares (Fuente: DeCS, BIREME).

* Trabajo social, Doctora en Cooperación para el Desarrollo, Grupo de Investigación en Salud Mental, Universidad de Antioquia, Colombia. Autora de correspondencia. Correo electrónico: smalvaran@gmail.com. orcid.org/0000-0003-2036-6993. Google

** Gerente en sistemas de información en salud, estudiante de Doctorado en Epidemiología y Bioestadística, Universidad CES. Correo electrónico: sebax65@hotmail.com. orcid.org/0000-0002-4945-8798. Google



Original

Do teachers' engaging messages predict motivation to learn and performance?



Elisa Santana-Monagas^a, David W. Putwain^b, Juan L. Núñez^a, Juan F. Loro^c, and Jaime León^{d,*}

^a University of Las Palmas de Gran Canaria, Department of Psychology, Sociology, and Social Work, C/ Santa Juana de Arco, 1, 35004 Las Palmas, Spain

^b Liverpool John Moores University, School of Education, Mosley Hill Rd, L17 6BD, Liverpool, UK

^c University of Las Palmas de Gran Canaria, Department of Clinical Sciences, Campus de San Cristóbal, 35016 Las Palmas, Spain

^d University of Las Palmas de Gran Canaria, Department of Education, C/ Santa Juana de Arco 1, 35004 Las Palmas, Spain

ARTICLE INFO

Article history:
Received 7 June 2021
Accepted 12 November 2021
Available online 7 December 2021

Keywords:
Teaching quality
Self-determination theory
Message framing theory
Multilevel-SEM
Motivation to learn
Academic performance

ABSTRACT

Previous studies have shown that teacher messages are related with many school-related outcomes, such as students' engagement and performance. However, it is still unknown how the combination of different elements within teacher messages relate with these outcomes. Based on the message framing theory and the self-determination theory, the present study examined how teachers' engaging messages link to student's motivation to learn and academic performance. A total of 1209 students between grades 8 and 12 drawn from 63 classes participated in the study. Participants completed self-report measures of teachers' engaging messages and motivation to learn. Academic performance was measured using students' grades obtained from school records. Multilevel structural equation models were performed (ML-SEM) to test the hypothesized relations among variables. ML-SEM results confirmed our hypothesis and showed that teacher engaging messages indirectly predicted student's academic performance via motivation to learn. Specifically, the autonomous forms of motivation to learn positively predicted performance and the controlled forms of motivation to learn were negatively related to performance. The present findings highlight a resource teachers can rely on to motivate students and improve their academic outcomes. These results set the basis for future educational interventions targeting teaching practices.

© 2021 Published by Elsevier España, S.L.U. on behalf of Universidad de País Vasco.

¿Predicen los mensajes del profesorado la motivación para aprender y el rendimiento?

RESUMEN

Estudios previos han demostrado que los mensajes del profesorado están relacionados con múltiples variables a nivel escolar, entre ellas, la implicación y el rendimiento de los estudiantes. Sin embargo, aún se desconoce cómo la combinación de los distintos elementos de estos mensajes se relaciona con estas variables. Fundamentado en la teoría del enfoque del mensaje y en la teoría de la autodeterminación, el presente estudio analiza cómo los mensajes del profesorado se relacionan con la motivación para aprender de los estudiantes y con su rendimiento académico. En total, 1209 estudiantes entre los cursos de 2º de ESO y 2º de Bachillerato, repartidos en 63 grupos, han participado en el estudio. Los estudiantes han notificado, mediante medidas de autoinforme, sobre los mensajes de su profesorado y su propia motivación para aprender, mientras que el rendimiento académico de los estudiantes se ha obtenido a través de las calificaciones oficiales de sus expedientes académicos. Para comprobar las relaciones esperadas entre las variables se han llevado a cabo varios modelos multinivel de ecuaciones estructurales (ML-SEM). Los resultados de los ML-SEM han confirmado nuestras hipótesis y han mostrado

Palabras clave:
Calidad didáctica
Teoría de la autodeterminación
Teoría del enfoque del mensaje
Multinivel-SEM
Motivación para aprender
Rendimiento académico



Original

The academically engaged life of mastery-oriented students:
Causal ordering among positive emotions, mastery-approach goals,
and academic engagement[☆]

Jesus Alfonso D. Datu^{a,*}, Jana Patricia M. Valdez^b, and Weipeng Yang^c

^a Department of Special Education and Counselling, Integrated Centre for Wellbeing (i-WELL), The Education University of Hong Kong, Hong Kong
^b Department of Management, Hong Kong Baptist University, Hong Kong
^c S.R. Nathan School of Human Development, Singapore University of Social Sciences, Singapore

ARTICLE INFO

Article history:
Received 11 September 2020
Accepted 17 February 2021
Available online 27 March 2021

Keywords:
Academic engagement
Filipino students
mastery-approach goals
positive emotions

ABSTRACT

Although prior research shows that well-being is linked to effective learning, there is scarce evidence on how positive emotions relate to achievement goals and objective measures of school engagement. Drawing from the broaden-and-build theory of positive emotions, this study examines the reciprocal associations of positive emotions with mastery-approach goals and teacher-reported academic engagement using a two-wave longitudinal design. A survey comprising measures to assess students' positive emotions (i.e., Modified Differential Emotions Scale) and mastery-approach goals (i.e., Achievement Goal Questionnaire - Revised) was administered to 411 Filipino high school students at two separate time points (i.e., 1-month interval). Ten classroom advisers also filled in a teacher-reported measure of academic engagement to provide a more objective estimate of each student's involvement in academic activities. Results of cross-lagged panel structural equation modeling via maximum likelihood estimation approach showed that positive emotions had positive concurrent relationships to mastery-approach goals and all engagement dimensions. Contradicting previous research, positive emotions did not predict subsequent mastery-approach goals and engagement after controlling for auto-regressor effects. Mastery approach goals positively predicted subsequent positive emotions, behavioral engagement, and cognitive engagement. Engagement dimensions did not relate to succeeding positive emotions and mastery approach goals. Results of this investigation highlight the emotional and academic benefits associated with students' intrinsic drive to learn in school contexts.

© 2021 Universidad de País Vasco. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

La vida comprometida académicamente de los estudiantes orientados al dominio: Orden causal entre emociones positivas, metas de dominio y compromiso académico

RESUMEN

Aunque investigaciones previas muestran que el bienestar personal está conectado con un aprendizaje efectivo, existe poca investigación sobre cómo las emociones positivas se relacionan con las metas de logro y las medidas objetivas de participación escolar. Sobre la base de la teoría de la expansión y construcción de emociones positivas, este estudio examina las asociaciones recíprocas entre las emociones positivas sobre metas de dominio y la participación académica estimada por el profesor (usando un diseño longitudinal de dos ondas). Se ha administrado una encuesta que comprende medidas para evaluar las emociones positivas de los estudiantes (i.e., Modified Differential Emotions Scale; Fredrickson et al., 2003) y sus metas de dominio (i.e., Achievement Goal Questionnaire - Revised) a 411 estudiantes de secundaria filipinos, en dos momentos distintos, con un intervalo de un mes. Diez orientadores escolares también han completado una medida de participación académica para proporcionar una estimación más objetiva de

Palabras clave:
compromiso académico
estudiantes filipinos
metas de dominio
emociones positivas



Original

School and student determinants of reading performance: A multilevel analysis with Portuguese students[☆]

João Lopes^{a,*}, Célia Oliveira^b, and Patrícia Costa^c

^a University of Minho

^b Lasdunski University of Porto, Hei-Lab (Digital Human-Environment Interaction Lab)

^c European Commission, Joint Research Centre, Human Capital and Employment Unit; CEMAPRE (Centro de Matemática Aplicada à Previsão e Decisão > Económica)



ARTICLE INFO

Article history:

Received 12 January 2021

Accepted 12 May 2021

Available online 10 June 2021

Keywords:

reading achievement

reading predictors

fourth-graders

PIRLS

hierarchical modeling

ABSTRACT

Reading is crucial for learning, in general. Starting right with reading in primary grades is, therefore, vital for school achievement. The present study aims to test whether students' factors best predict reading performance than school factors and determine what student and school factors predict reading performance. The study sample includes 4,118 fourth-grade students participating in IEA PIRLS 2016. Three questionnaires were used to collect data: one for school principals, one for students, and one for parents. Hierarchical linear modeling was used to study the relation of school and student-level variables to students' reading performance. Students' confidence in reading and home resources for learning are the best predictors of reading performance at the student level. At the school level, school emphasis on academic success is the best predictor of reading performance. The results provide clues as to what schools might do to improve reading results.

© 2021 Published by Elsevier España, S.L.U. on behalf of Universidad de País Vasco.

Determinantes escolares y de los estudiantes en el rendimiento lector: Un análisis multinivel con estudiantes portugueses

RESUMEN

La lectura es fundamental para el aprendizaje en general. Empezar con la lectura en educación primaria es, por tanto, vital para el rendimiento académico. El presente estudio tiene como objetivo probar si los factores de los estudiantes predicen mejor el rendimiento en lectura que los factores escolares y determinar qué factores del alumnado y de la escuela predicen el rendimiento en lectura. La muestra del estudio incluye 4.118 estudiantes de cuarto curso de educación primaria que participan en el Progress in International Reading Literacy Study (PIRLS), 2016. Han sido utilizados tres cuestionarios para recopilar datos: un cuestionario para directores de escuela, un cuestionario para estudiantes y un cuestionario para padres. Se ha utilizado un modelo lineal jerárquico para estudiar la relación de las variables al nivel de la escuela y del alumnado con el rendimiento de los estudiantes en lectura. La confianza de los estudiantes en la lectura y los recursos del hogar para el aprendizaje son los mejores predictores del rendimiento lector. Al nivel escolar, el mejor indicador del rendimiento lector es el énfasis de la escuela en el éxito académico. Los resultados proporcionan pistas sobre lo que podrán hacer las escuelas para mejorar los resultados de lectura.

© 2021 Publicado por Elsevier España, S.L.U. en nombre de Universidad de País Vasco.

Palabras clave:

competencia en lectura

predictores de lectura

cuarto grado

PIRLS

modelado jerárquico



Research article

Resilient, undercontrolled, and overcontrolled personality types based upon DSM-5 maladaptive personality traits

Gina Rossi^{a,*}, Laura C. Weekers^b, Joost Hutsebaut^b^a Vrije Universiteit Brussel (VUB), Department Psychology, Personality and Psychopathology Research Group, Brussels, Belgium^b Viersprong Institute for Studies on Personality Disorders, Halsteren, the Netherlands

ARTICLE INFO

Keywords:

Personality typology
 Maladaptive DSM-5 personality traits
 Resilient
 Undercontrolled
 Overcontrolled
 Personality functioning
 Psychopathology

ABSTRACT

We explored the clinical relevance of resilient, overcontrolled and undercontrolled personality types based upon DSM-5 maladaptive personality traits. We examined if these prototypes could be differentiated in terms of personality functioning, and internalizing and externalizing pathology. Self-report questionnaires and structured interviews were administered to 192 adult patients referred to a mental health care center specialized in assessment and treatment of personality disorders. Through cluster analysis we identified a resilient type with no elevation on maladaptive trait domains and showing better personality functioning and less pathology than the overcontrolled and undercontrolled types. Furthermore, the overcontrolled type had elevated Negative Affectivity and a higher prevalence of mood disorders, whereas the undercontrolled type had elevations on all maladaptive traits, with the exception of Disinhibition, and higher rates of narcissistic and borderline personality disorders. Given the differences in psychopathology between the types, identifying these types may inform treatment focus. Also, in line with a stepped care model, compared to overcontrollers, resilient types may need less intensive treatment and undercontrollers may need more intensive treatment.

1. Introduction

The fifth edition of the *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5, American Psychiatric Association [APA], 2013) features in section III an alternative model for assessing personality disorders (AMPD). This model newly introduced the distinction between two major components of personality pathology, the first being a dimensional assessment of the level of personality functioning (criterion A), thereby including a measure of severity of personality dysfunctioning (Level of Personality Functioning Scale [LPFS]; Bender et al., 2011; Morey et al., 2011). The second major component is the assessment of pathological personality traits (criterion B: Negative Affectivity, Detachment, Antagonism, Disinhibition, and Psychoticism, also see Krueger et al., 2012), for which assessment instruments are available on the APA website (<https://www.apa.org/pubs/authors>).

personality types in general population samples based upon these adaptive traits: resilient, undercontrolled and overcontrolled (RUO; e.g. Alessandri et al., 2014; Asendorpf et al., 2001; De Fruyt, Mervielde and van Leeuwen, 2002; Robins et al., 1996). Moreover, Robins et al. (1996), demonstrated the clinical relevance of RUO types in terms of differences in psychopathology. When comparing RUO types in adolescents, undercontrollers showed more externalizing problems, overcontrollers were more prone to internalizing problems and resilient types showed the least pathology. In a sample of both adolescents and adults (Asendorpf et al., 2001) resilient types were low on Neuroticism and above-average on other traits; overcontrollers were prone to internalizing problems, low on Extraversion and high on Neuroticism; and undercontrollers showed low Conscientiousness and high Neuroticism and externalizing tendencies. In this way, RUO types are of interest for clinical populations too, yet thus

Escala FDA para la medición de los factores del desarrollo adolescente y su predicción en el bienestar psicológico **FDA scale for the measurement of adolescent development factors and their prediction in psychological well-being**

*Diego García-Álvarez, **Juan Hernández-Lalinde, ***María José Soler

*Universidad Rafael Belloso Chacín (Venezuela), **Universidad Simón Bolívar (Colombia), ***Asociación Civil Jóvenes Fuertes (Uruguay)

Resumen. El enfoque del desarrollo positivo adolescente está centrado en el estudio de los recursos, activos y factores de orden interno y externo que promueven la salud mental, el adecuado funcionamiento psicosocial, el florecimiento y una transición exitosa a la adultez. La escala analizada en este trabajo se sustenta en este constructo y busca plantear una alternativa de medición para los factores promotores del desarrollo de dicha etapa evolutiva. El objetivo de la investigación fue evaluar las propiedades psicométricas del instrumento propuesto para tal fin por García-Álvarez y Soler, inspeccionando aspectos como la validez factorial, convergente y discriminante, pero también atributos como la invarianza de medida y la consistencia interna. Asimismo, se trazó como propósito determinar el rol predictivo de los activos del desarrollo adolescente sobre el bienestar psicológico. Para ello, se contó con la participación de 257 adolescentes de Montevideo, Uruguay, con edades comprendidas entre 12 y 19 años, en un estudio instrumental, transversal, correlacional y no experimental. Los resultados indican que la propuesta original de los autores tiene fallas de validez factorial, convergente y discriminante, razón por la cual se planteó una escala alternativa compuesta por 12 ítems obtenida al eliminar los reactivos problemáticos del cuestionario inicial. Los factores resultantes de dicho instrumento fueron agrupados en autoestima, autoeficacia, autocontrol relacional, optimismo, percepción de riesgos y bienestar. La versión abreviada reportó propiedades psicométricas apropiadas en todos los niveles evaluados, incluso en lo referente a la invarianza factorial. Los hallazgos también dan cuenta del efecto predictor de estos factores sobre el bienestar psicológico y sus dimensiones: control, aceptación, vínculos y proyectos. Se concluye que la opción reducida de la escala de los factores del desarrollo adolescente es una alternativa válida y confiable que puede ser utilizada como herramienta de medición de esta variable en la adolescencia temprana, tanto en el campo de intervenciones psicológicas como en el de investigación.

Palabras clave: desarrollo positivo adolescente, factores promotores del desarrollo, bienestar psicológico, estudios de validación, adolescentes.

Abstract. The approach to positive adolescent development is centered on the study of resources, assets, and internal or external factors that promote mental health, adequate psychosocial functioning, flourishing and a successful transition to adulthood. The scale analyzed in this work is based on this construct and seeks to propose a measurement alternative for the factors that promote the development of this evolutionary stage. The research aim was to evaluate the psychometric properties of the instrument proposed for this purpose by García-Álvarez and Soler, inspecting aspects such as factorial, convergent and discriminant validity, but also attributes such as measurement invariance and internal consistency. Likewise, the purpose was to determine the predictive role of adolescent development assets on psychological well-being. For this end, 257 adolescents from Montevideo, Uruguay, aged between 12 and 19 years old, participated in an instrumental, cross-sectional, correlational and non-experimental study. The results indicate that the original proposal of the authors has flaws in factorial, convergent and discriminant validity, which is why an alternative scale composed of 12 items was proposed, obtained by eliminating the problematic items from the initial questionnaire. The resulting factors of this instrument were grouped into self-esteem, self-efficacy, relational self-control, optimism, perception of risks and well-being. The short version reported appropriate psychometric properties at all levels evaluated, including factor invariance. The findings also account for the predictive role of these factors on psychological well-being and its dimensions: control, acceptance, attachment and projects. It is concluded that the reduced option of the adolescent development factors scale is a valid and reliable alternative that can be used as a measurement tool for this variable in early adolescence, both in the field of psychological interventions and

Coping and Resilience in the Transition to Adulthood

Bernhard Leipold¹, Marco Munz¹, and Amy Michèle-Malkowsky¹

Emerging Adulthood
2019, Vol. 7(1) 12-20
© 2018 Society for the
Study of Emerging Adulthood
and SAGE Publishing
Article reuse guidelines:
sagepub.com/journals-permissions
DOI: 10.1177/2167696817752950
journals.sagepub.com/home/esa



Abstract

Three general types of coping (problem-focused coping, social support-seeking, and meaning-focused coping) in the transition from adolescence to early adulthood are examined. Specifically, we investigated age differences, their interdependence, and their adaptive function in respect to academic work-related stress (resilience). The present study examined these issues in a cross-sectional assessment (1,608 pupils and students between 14 and 30 years). Problem-focused coping and seeking social support were positively correlated with age. Age-moderated analyses showed pronounced associations between problem-focused coping and support-seeking in adolescence, but stronger associations between problem- and meaning-focused coping in young adulthood. Seeking social support and meaning-focused coping moderated the negative correlation between subjective stress and well-being. Age differences and the adaptive role of coping are discussed within a developmental framework.

Keywords

adolescence, stress, coping, resilience, well-being

The present cross-sectional study investigates (a) developmental aspects (age differences) and (b) protective functions (i.e., resilience) of different coping mechanisms (problem-focused coping, social support-seeking, and meaning-focused coping) in the transition from adolescence to adulthood. Although evidence supports age-related change in coping in childhood and adolescence (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2007), the picture is not clear, with studies showing different age trajectories for differently measured coping forms that are difficult to integrate into a general developmental pattern (Zimmer-Gembeck & Skinner, 2011). Age differences in coping and positive stress regulation during the transition to adulthood have rarely been studied. The process of “growing up” is considered to be a turbulent and confusing period in the lifetime. Conducting one’s own life independently, being dependent on one’s own self comes to the fore (Erikson, 1959) but with only rather vague or tentatively formed attitudes toward life goals, and rarely concrete long-term goals (see, e.g., the *end goals* in adoles-

well-being (Dumont & Provost, 1999; Eisenbarth, Champeau, & Donatelle, 2013).

Coping During the Transition From Adolescence to Young Adulthood

In accordance with the cognitive-transactional model, we define coping as efforts to manage demands that individuals appraise as exceeding their own resources (Carver, 2011). Although the story of coping development is more complex, we focus on three general forms of coping that have often been investigated (Grey, Berzenski, & Yates, 2015; Zimmer-Gembeck & Skinner, 2011) but still present unresolved problems regarding age differences and developmental trajectories in the transition to adulthood.

Problem-focused coping. This form of coping includes intentional efforts to generate solutions to a problem. Some kinds of prob-

*John S Santelli, Esther Spindler, Erin Moore, Terry McGovern
Columbia University Mailman School of Public Health, Columbia
University, New York, NY 10032, USA
js2637@columbia.edu

We declare no competing interest.

- 1 Wodon Q, Male C, Nayihouba A, et al. Economic impacts of child marriage: global synthesis report. Washington, DC: The World Bank and International Center for Research on Women, 2017.
- 2 UNICEF. New global estimates of child marriage. New York: UNICEF, 2018.
- 3 Lee-Rife S, Malhotra A, Warner A, Gilinski AM. What works to prevent child marriage: a review of the evidence. *Stud Fam Plann* 2012; **43**: 287–303.
- 4 Greene ME, Perkon SM, Hart J, Mullinax M. The centrality of sexuality for understanding child, early and forced marriage. Washington, DC, and New York: GreenWorks and American Jewish World Service, 2018.
- 5 Patton GC, Sawyer SM, Santelli JS, et al. Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *Lancet* 2016; **387**: 2423–78.

- 6 Petroni S, Das M, Sawyer S. Protection versus rights: the age of marriage versus age of sexual consent challenge. *Lancet Child Adolesc Health* 2018; published online Dec 5. [http://dx.doi.org/10.1016/S2352-4652\(18\)30336-5](http://dx.doi.org/10.1016/S2352-4652(18)30336-5).
- 7 Swarneyr J, Sclaro E, Blondeel K, Chandra-Moul V, Temmerman M. The contribution of laws to change the practice of early marriage in Africa. Geneva: WHO, 2013.
- 8 Mackie G. Effective rule of law requires construction of a social norm of legal disobedience. In: Tognato C. Cultural agents reloaded: the legacy of Antanan Mokus. Boston: Harvard University Press, 2014: 313–34.
- 9 Mawliwa B, Richter L, Kaufman J, Nandi A. Minimum marriage age laws and the prevalence of child marriage and adolescent birth: evidence from sub-Saharan Africa. *Int Perspect Sex Reprod Health* 2015; **41**: 58–68.
- 10 Santelli J, Chen I, Nalugoda F, et al. Declining adolescent fertility in Rakai Uganda, 1994–2016: the role of educational access and contraceptive use. *International Conference on Family Planning* 2018; Kigali, Rwanda, Nov 12–15, 2018. 2.2.10.1.



What will it take for children and adolescents to thrive? The Global Strategy for Women's, Children's, and Adolescents' Health



The unprecedented gains in global public health during the past 25 years, especially in the survival of infants and young children, should be celebrated. Without bold steps, however, many children will continue to live in poverty in unhealthy, unsupportive environments, and will not meet their developmental potential: they

will survive, but not thrive.¹ The Global Strategy for Women's, Children's, and Adolescents' Health developed by the UN proposes the "Survive" (end preventable deaths), "Thrive" (ensure health and wellbeing), and "Transform" (expand enabling environments) agenda.²

Thriving is not a single event, but a process that, in contexts of adversity and poverty, will face multiple threats at different time points, especially for the most vulnerable. Thriving has multiple dimensions, including growth, learning, and the development of healthy interpersonal relationships, creativity, empathy, the capacity for moral reasoning, and social development.³ Neuroscience has shown that the brain is maturing until at least 24 years of age.⁴ A thriving child, adolescent, or youth is better able to study and gains more from education or training, resulting in a young adult who has higher earning potential and is better equipped to make a positive contribution to society, both economically and socially.^{4,5} A successful "Thrive" agenda will also yield substantial benefits in future generations, as many

Panel: Four crucial dimensions of a continuum of care to enable children to thrive

- A continuum across the life-course, starting in the preconception period and continuing throughout gestation, birth, the neonatal period, childhood, and adolescence. No single phase or intervention is sufficient.
- A coordinated continuum across interventions led by different sectors: especially the health, education, and social protection sectors, but also others, such as those responsible for roads and infrastructure, security, industry, culture, and sports.
- A continuum with the individual child or adolescent at the centre, but surrounded by a supportive family, local community (including school, workplace, peers, cultural and religious practices, and social norms), and societal

Anexo 3 – E-LIBROS de Universidad Autónoma de Ica

Browser window showing the eLibro.net search results for "Resiliencia".

URL: <https://elibro.net/es...>

Resiliencia

Presione ENTER para buscar

[Ir a búsqueda filtrada](#) [Ir a búsqueda avanzada](#)

Resultados por página: 10

EN COLECCIÓN 87 CONTENIDO

Tiempo: 0.044 s Total de resultados: 97

Imagen	Titulo	Autores	ISBN	Editorial	Año de Edición
	La resiliència	Autores: Grané Ortega, Jordi	ISBN: 9788490294543, 9788497886581	Editorial: Editorial UOC	Año de Edición: 2013
	¿Por qué la resiliencia?	Autores: Anaut, Marie	ISBN: 9788497849555, 9788497849548	Editorial: Editorial Gedisa	Año de Edición: 2016
	Resiliencia	Autores: Harvard Business Review - Merino Gómez, Begoña	ISBN: 9788429194746, 9788494606670	Editorial: Editorial Reverté	Año de Edición: 2019

eL autonomadeica - Búsqueda Filtra x

https://elibro.net/es... SC



Resiliencia y humor

Autores: Lecomte, Jacques
ISBN: 9788497847476, 9788497847469
Editorial: Editorial Gedisa
Año de Edición: 2013



Arte y Resiliencia

Autores: Betinotti, Víctor - Alejo, Sebastián - Broitman, María
ISBN: 9781512922745, 9789871987238
Editorial: Ediciones UNL
Año de Edición: 2015



Manual de resiliencia aplicada

Autores: Puig, Gema
ISBN: 9788497846608, 9788497846592
Editorial: Editorial Gedisa
Año de Edición: 2013



Niñez - Resiliencia - Creatividad

Autores: Rosales, Gladys Emma
ISBN: 9781413579468, 9789875911420
Editorial: Editorial Brujas
Año de Edición: 2008

INFORME 02 – Parte 2

METODOLOGÍA APLICADA

Objetivo del Informe.

Definir la metodología del estudio fundamentando el tipo, nivel y diseño, relacionados con la Hipótesis, variables y operacionalización, lo que vuelve viable la investigación institucional.

4.1. Tipo y Nivel de investigación

Tipo

El tipo es de enfoque cuantitativo. Esta técnica se caracteriza principalmente por la búsqueda y la acumulación de datos, que luego de procesarse se utilizan generalmente para probar Hipótesis previamente formuladas; interviniendo los números para el procesamiento estadístico con ciertos procedimientos lógicos para su construcción, es por ello que los datos deben tener las características centrales de validez y confiabilidad (Ackerman, 2013).

Nivel

Aplicativo

Los estudios aplicativos buscan mejorar una determinada problemática mediante un programa de intervención, el cual es controlado con evaluación de pre test, para conocer el estado inicial de la problemática, luego se realiza la intervención que es generalmente estructurada en base a sesiones o actividades. Al final se evalúa la situación con un post test, que al comparar con el pre test se determinara si el programa mejoró o no la problemática.

4.2. Diseño de investigación

Cuasiexperimental

Los diseños cuasiexperimentales difieren de los experimentales en que

manipulan deliberadamente al menos una variable independiente por lo que el grado de seguridad o confiabilidad es menor que el del experimental, debido a que los sujetos o grupos del estudio no son asignados al azar a los grupos ni emparejados, porque los grupos ya estaban formados antes del experimento, denominándose (del Castillo et al., 2014)

En el estudio se aplicarán pre test y post test con grupo de control y experimental. El pre test sirve para verificar la equivalencia inicial para comparar con mediciones de la variable en el post test, siendo los grupos de control grupos intactos que deben considerarse en la interpretación de los resultados (del Castillo et al., 2014)

4.3. Hipótesis

Formulación de Hipótesis

Es positivo el efecto de un programa de bienestar psicológico para desarrollar la personalidad resiliente en adolescentes escolares de la Región Ica, 2022

4.4. Variables

Bienestar psicológico

Estado que da satisfacción y felicidad, que incluye la salud, pero no es equivalente a ella, por el contrario, se puede estar sano u no ser feliz, relacionado también a la calidad de vida, pero no lo es, porque no incluye la dimensión subjetiva de permite sentirse feliz (Ander Egg, 2016).

Personalidad Resiliente

Conjunto de habilidades que moviliza la persona con la finalidad de afrontar y salir transformado ante la adversidad y seguir avanzando en la vida con sentido de superación y desarrollo personal (Martín Torralba, 2013).

La variable de estudio está orientada al análisis de las dimensiones de personalidad resiliente, las mismas que se utilizan en comparación para

el pre test y post test.

- Confianza
- Creatividad
- Independencia
- Relaciones
- Espiritualidad

4.5. Operacionalización de variables

Tabla 1

Cuadro de operacionalización de las variables de estudio

Variable	Operacionalización	Dimensiones	Indicadores	Escala
Bienestar Psicológico	Las personas tienen un determinado nivel de bienestar psicológico que se puede desarrollar mediante acciones diarias usando la psicología positiva (Ander Egg, 2016)	1. Autoaceptación 2. Control de nuestro contexto. 3. Relaciones positivas con los que nos rodean 4. Autonomía 5. Crecimiento personal 6. Proyecto de vida	Programa con diseño	Programa con actividades
Personalidad resiliente	Las personas tienen un determinado nivel de desarrollo de la resiliencia que es evaluado según movilice habilidades personales para afrontar las adversidades (Martín Torralba, 2013)	1. Confianza 2. Creatividad 3. Independencia 4. Relaciones 5. Espiritualidad	- Identifica dificultades para afrontarlas Piensa y actúa para tomar la mejor decisión Atento a las adversidades que se presenten Identifica detalles del entorno para crear	Escala Ordinal del Instrumento psicométrico

soluciones.
Aplica la
paciencia a
pesar de estar
afrontando una
adversidad

4.6. Técnicas de Investigación

Técnicas de recolección de datos

El estudio comprende dos procesos de recolección de datos analíticos para lograr el objetivo propuesto

a) Pre test

Se aplicará el instrumento al aula control y aula experimental, es decir a los participantes del estudio. Los datos que se obtengan serán parte de la primera base de datos del estudio.

b) Post test

Se aplicará el instrumento al aula control y aula experimental, después de haber aplicado el programa de bienestar psicológico, generando la segunda base de datos del estudio

Técnicas estadísticas para el procesamiento de los datos.

Con la finalidad de lograr la validez y confiabilidad del programa de bienestar psicológico se procederá a utilizar las siguientes técnicas estadísticas:

a) Para la validez

La validez de contenido mediante el criterio de juicio de expertos en el área de psicología y psicometría.

Prueba piloto con pre test y post test para asegurar la obtención del efecto del programa.

b) Aspectos éticos

El estudio considera el principio de confidencialidad de la información de los participantes como también el respeto a la autonomía de los

participantes. Solo se consideran en el estudio a los adolescentes que cumplan con el permiso o consentimiento informado de parte de sus padres o apoderados.

La base de datos que contiene información de los participantes serán codificados para la reserva y confidencialidad de la información.

4.7. Instrumento de medición y Plan de experimento

ESCALA DE PERSONALIDAD RESILIENTE - EPR-28

EDAD: _____ SEXO: Masculino () Femenino () GRADO DE ESTUDIO: _____

TRABAJA ACTUALMENTE: Si () No () A veces () Provincia donde vive: _____

INSTRUCCIONES

A continuación encontrarás una lista de acciones que los adolescentes usan en su vida diaria, señala tu respuesta marcando con una X en cada uno de los casilleros que se ubica en la columna derecha, utilizando los siguientes criterios

N = NUNCA

RV = RARA VEZ

AV = A VECES

AM= A MENUDO

S = SIEMPRE

Recuerda que: tu sinceridad es muy importante, no hay respuestas buenas ni malas, asegúrate de contestar todas las acciones.

Nr o	ACCIONES QUE REALIZAN LOS ADOLESCENTES	N	R V	A V	A M	S	Nr o
1	Puedo identificar claramente la dificultad para afrontarlo						1
2	Me detengo, pienso y observo, antes de actuar ante una dificultad						2
3	Las dificultades que se presentan me mantienen en acción						3
4	Cuando algo malo me ocurre es por culpa de los demás.						4
5	A pesar que me pasan cosas malas sigo firme para salir avanzando en la vida.						5
6	Dejo siempre en mi agenda tiempo libre para imprevistos que puedan ocurrir.						6
7	Entiendo y acepto que el cambio me permite mejorar.						7
8	Cuando las cosas no ocurren como me lo esperaba entonces me adapto para cambiar de rumbo.						8
9	Identifico detalles de mi entorno que otros no ven						9
10	Soy capaz de idear soluciones nuevas a nuevos problemas.						10
11	Tengo necesidad de saber y aprender nuevas cosas o profundizar en las que conozco						11
12	Busco novedades del entorno para estar al día de lo que ocurre.						12

13	El miedo no me deja avanzar y me representa un obstáculo en la vida.					13
14	Hago un alto para ponerme a pensar qué opciones tengo para enfrentar una dificultad.					14
15	En tiempo de crisis puedo manejar con paciencia las dificultades					15
16	Cuando algo no me sale como lo esperaba entonces no pasa nada y sigo adelante.					16
17	A pesar que la dificultad es grande le encuentro un camino para su solución.					17
18	Disfruto de la vida cuando las cosas van bien					18
19	Manejo adecuadamente mis sentimientos a pesar de las dificultades					19
20	Puedo distinguir cuando estoy pensando bien o mal					20
21	Conozco mis virtudes como también mis defectos.					21
22	Soy de las personas que dicen que no necesita ayuda para hacer las cosas.					22
23	Me considero una persona sociable.					23
24	Lo que digo lo hago					24
25	Encuentro el lado amable de las dificultades					25
26	Me rodeo de personas con un buen sentido del humor.					26
27	Reflexiono sobre mi propósito en esta vida.					27
28	Acepto las dificultades de la vida y abandono luchas improductivas.					28

¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!

4.8. Validación y confiabilidad del instrumento

Tabla 2

Prueba estadística de fiabilidad por Alfa de Cronbach

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,843	28

Nota: Se obtiene una magnitud de Muy alta, según Ruiz Bolivar (2002) y Pallella y Martins (2003).

Tabla 3

Análisis de cada elemento del instrumento psicométrico

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P01	100,30	142,969	,398	,838
P02	99,91	142,576	,406	,837
P03	100,34	146,463	,245	,842
P04	99,83	147,583	,193	,844
P05	99,33	142,323	,536	,835
P06	100,99	141,993	,342	,839
P07	99,64	140,825	,497	,835
P08	100,26	143,260	,304	,841
P09	100,27	146,537	,207	,844
P10	100,11	140,113	,511	,834
P11	99,66	145,918	,305	,840
P12	101,50	159,104	-,303	,858
P25	100,31	138,421	,528	,833
P26	99,93	141,655	,405	,837
P13	100,66	139,472	,422	,837
P14	100,06	141,208	,471	,835
P15	100,45	137,890	,560	,832
P16	100,08	140,936	,447	,836
P17	99,89	138,388	,632	,831
P18	99,45	141,589	,492	,835
P19	100,07	139,310	,508	,834
P20	99,80	142,698	,398	,838
P21	99,67	141,950	,409	,837
P22	101,30	146,195	,165	,847
P23	100,84	138,747	,386	,838
P24	100,26	140,339	,491	,834
P27	99,67	142,313	,451	,836
P28	100,44	147,602	,140	,847

Nota: Descriptivos de los 28 ítems para análisis de eliminación de preguntas.

Tabla 4

Distribución de los ítems del instrumento psicométrico

Factores	ITEMS
Confianza	1 al 6

Creatividad	7 al 12; 25 al 26
Independencia	13 al 18
Relaciones	19 al 24
Espiritualidad	27 al 28

Nota: El instrumento se conformó con 5 factores para una mejor interpretación de la Escala de Personalidad resiliente.

Tabla 5

Baremos para medir el Instrumento en forma general

Baremo general de la Escala de Personalidad Resiliente		
Categoría	Rangos de puntaje directo	
Bajo	28	64
Medio	65	101
Alto	102	140

Nota: Al considerar los 28 ítems, se estableció la distribución en tres categorías para un mejor análisis de los resultados en su aplicación de campo.

Tabla 6

Baremos para los factores de Escala de Personalidad Resiliente

Factores	Rangos de puntaje directo					
	Bajo		Medio		Alto	
Confianza	6	13	14	21	22	30
Creatividad	8	18	19	29	30	40
Independencia	6	13	14	21	22	30
Relaciones	6	13	14	21	22	30
Espiritualidad	2	4	5	7	8	10

Nota: Los baremos se dividieron en tres categorías considerándose los valores mínimos y máximos para cada factor, lo que permitirá un mejor análisis de la escala en su aplicación de campo.



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

INFORME N° 03

TRABAJO DE CAMPO

INVESTIGACIÓN

**EFFECTO DE UN PROGRAMA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO PARA
DESARROLLAR LA PERSONALIDAD RESILIENTE EN ADOLESCENTES
ESCOLARES DE LA REGIÓN ICA, 2022**

DOCENTE INVESTIGADOR

HUAMÁN NARVAY, JOSÉ

Código ORCID

N° 0000-0001-5400-5737

CHINCHA ALTA, ICA-PERÚ

2022

INFORME 03

TRABAJO DE CAMPO

Objetivo del Informe.

Describir las acciones realizadas en el trabajo de campo referente al diseño del programa de intervención psicopedagógica en su fase de diseño del piloto.

4.10. Población - Muestra:

Población.

Para la investigación se ha considerado como unidad de estudio a la población de adolescentes de la Región Ica, considerando a hombres y mujeres, pertenecientes a las provincias de Chincha, Pisco, Ica.

Por la naturaleza del estudio y las facilidades para llegar a los adolescentes se ha considerado como intermediario a instituciones educativas de la Región Ica, tanto por autoridades directas como indirectas.

Muestra.

Para el estudio, se considera para la muestra un tamaño aproximado de 150 adolescentes en edad escolar, los mismos que serán seleccionados de manera intencionada por aula, es decir se contará con aula experimental y aula de control en cada institución educativa, lo que generará información o datos de análisis para el tratamiento estadístico.

Se excluyen los participantes que no comprendan el rango de edades de los adolescentes.

Tabla 1
Distribución de la muestra de estudio

Chincha		Pisco		Ica	
Control	Experimental	Control	Experimental	Control	Experimental
25	25	25	25	25	25
50		50		50	

4.11. Muestreo

El estudio aplicativo al considerar grupos de control y experimental, considera el muestreo por conveniencia, en razón a la organización y disponibilidad de los participantes.

4.12. Descripción de la recolección de la información a través del trabajo de campo o experimentos en laboratorio.

Sobre la Información teórica para el diseño del Programa de Bienestar psicológico

- Watson, Clark y Tellegen (1988). Diseñaron un instrumento denominado Escala de afecto positivo y negativo para evaluar los estados de ánimo negativos y positivos de la persona, los cuales se analizan de manera independiente.
- Palomar (2000). Diseña el Inventario de calidad de vida que consiste en un cuestionario abierto para que las personas dijeran qué era lo que ellas consideraban importantes para generar una buena calidad de vida, los cuales sirvieron para construir reactivos para evaluar diversas áreas de la vida.
- Pavot y Diener (2009). Diseñaron la Escala de Satisfacción con la Vida. Se trata de comparar la vida de la persona con un estándar para realizar el respectivo análisis para orientar el proceso de mejora de la calidad de vida.
- Diener (2009). Diseña la Escala de experiencias negativas y positivas para fortalecer la Escala de afecto positivo y negativo, considerando emociones para el bienestar, obteniéndose además un balance afectivo o

proporción entre los tipos de emociones positivas y negativas.

- Diener et al (2010). Diseña la escala de Florecimiento para medir y analizar la autopercepción de éxito en áreas importantes de la vida como autoestima, relaciones interpersonales, optimismo y propósito en la vida, siendo usado hasta la actualidad en países de habla hispana.
- Hervás y Vásquez (2013). Diseñan el Índice de felicidad de Pemberton que consiste en una conceptualización integradora del bienestar, midiendo también el bienestar experimentado a través de eventos emocionales sucedidos el día anterior, cuya suma de reactivos producen un índice combinado de bienestar.
- Ryff y Signer (2006) Diseñaron la escala de bienestar psicológico considerando las dimensiones de autonomía, dominio del ambiente, crecimiento personal, relaciones interpersonales positivas, propósito de vida y autoaceptación.
- Kern et al. (2015). Diseñan el Perfil PERMA que se fundamenta en el modelo de bienestar propuesto por Seligman (2011) evaluando emociones positivas y negativas, involucramiento, relaciones interpersonales, sentido de la vida y logros.
- INEGI (2015). Diseña el Módulo de Bienestar autorreportado que mide la satisfacción general con la vida, sentido de vida y fortaleza anímica y el balance afectivo o proporción de emociones positivas y negativas.

Los aportes de los diversos estudios sobre la medición del bienestar psicológico, dejan abierto el camino para la construcción de un programa de bienestar psicológico, sobre todo en los adolescentes en edad escolar, debido a que son personas en proceso de desarrollo biosicosocial, por lo tanto, se considera de vital importancia una intervención para mejorar tanto el bienestar psicológico como otras variables relacionadas a su bienestar propiamente dicha para contribuir a una mejor calidad de vida.

Sobre la recolección de información para el diseño

a) Recolección de información

La recolección de información para el diseño del Programa de Bienestar psicológico se fundamenta en estudios validados y publicados en artículos

científicos en el ámbito nacional e internacional.

b) Diseño del Programa

El diseño del Programa se fundamenta en el tipo de intervención psicológica Basada en la evidencia, que según Aldana y Gómez (2007) la definen como el conjunto de afirmaciones desarrolladas sistemáticamente para apoyar las decisiones del investigador sobre aspectos relacionados al cuidado de la salud mental del paciente. Para los autores un programa Basado en la evidencia debe contemplar los siguientes atributos:

- Validez
- Confiabilidad
- Aplicabilidad clínica
- Flexibilidad y claridad

De acuerdo a Aldana y Gómez (2007) indican que, en el campo de la psicología, una evidencia está constituido por los resultados científicos relacionados con las estrategias de intervención, evaluación, problemas clínicos y poblaciones de pacientes en laboratorio y campo, así como los resultados de investigaciones básicas en psicología y campo afines.

c) Diseño basado en al Evidencia

La valoración de la evidencia depende directamente de la validez del diseño de investigación, así como del método y procedimiento de generación de la evidencia. La base de la evidencia para cualquier intervención psicológica debe evaluarse en términos de su eficacia y utilidad clínica.

Un programa de intervención psicopedagógica constituye un producto generado por un proceso de investigación multidisciplinaria, de una revisión sistemática y documentada de la variable de estudio con fundamenten su aplicabilidad en un determinado contexto.

d) Programas de intervención psicopedagógica

Los programas de intervención psicopedagógica pasan por una Evaluación de programas. De acuerdo a Ato et al. (1989), la evaluación de programas es una actividad aplicada, práctica y multidisciplinaria que abarca

prácticamente el ámbito de las ciencias sociales y concluye que es un proceso que consiste en valorar si un programa consiguió o no alcanzar los objetivos para lo cual fue diseñado que se identifican en por lo menos cuatro actividades básica, como:

- Identificar los objetivos del programa
- Transformar los objetivos en variables observables
- Recoger datos empíricos relativos a las variables identificadas.
- Comprobar los objetivos logrados con los datos empíricos obtenidos, valorando estadísticamente el éxito o fracaso en su aplicación y el balance económico del binomio costo/eficacia.

Sobre lo indicado, se observa que las dos últimas actividades tienen que ver con la aplicación de estadísticos para la medida correcta de las variables implicadas y su respectivo análisis estadísticos que permita concluir si el programa tuvo un efecto positivo o negativo, lo cual va relacionado con la metodología experimental, eliminando el sesgo de selección.

e) Valoración del Programa Psicopedagógico

La valoración del programa implica también tener en cuenta aspectos fundamentales como la política, social y económica, lo que determina las perspectivas de la responsabilidad social en la comunidad.

Desde la psicopedagogía, el Programa de Bienestar Psicológico, considera según Scriven (1967) dos formas de evaluación que corresponde a la evaluación formativa y sumativa.

La evaluación formativa produce información que se retroalimenta durante las diferentes fases del desarrollo del programa con el propósito de mejorar diversos aspectos que benefician a los participantes y al mismo tiempo permite ir adaptando el programa en función de los resultados obtenidos al final de cada fase.

La evaluación sumativa, se aplica cuando el programa ha concluido y por lo tanto produce información sobre la eficacia para alcanzar los objetivos planteados.

Las evaluaciones dentro del programa de bienestar psicológico se complementan para lograr el proceso de investigación evaluativa, pero también, se requiere de un equipo multidisciplinario de profesionales como psicólogos, sociólogos y economista, para determinar los métodos de medición, diseño y análisis de las variables psicológicas, como también la valoración económica para determinar si es factible la implementación del programa mediante el análisis de costo/eficacia.

f) Evaluación del Programa

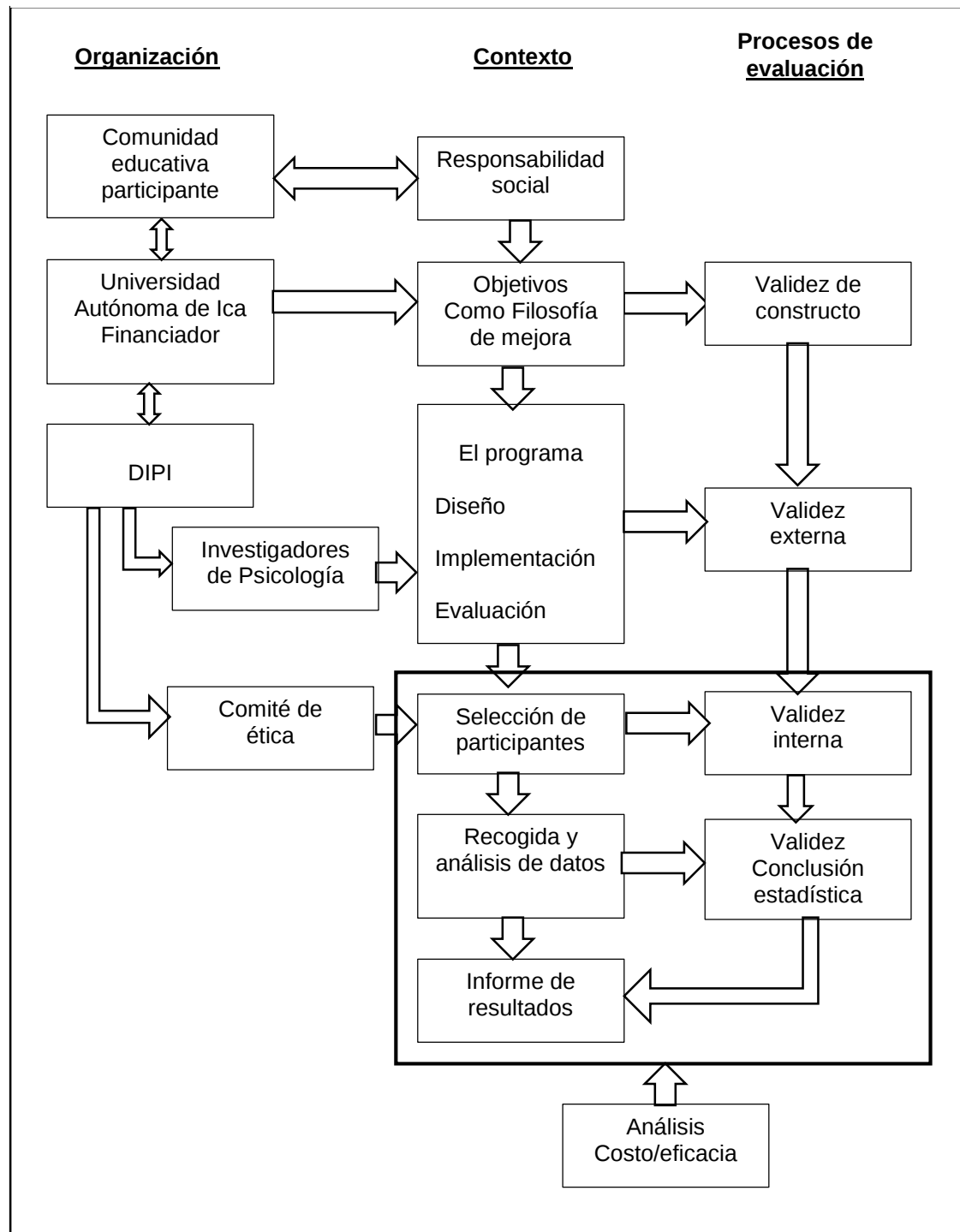
Ato et al (1989) en la revista anales de psicología (Q2) presenta el artículo de evaluación de programas en psicología, indicando que para que el programa de intervención debe considerar:

En el marco de Investigaciones institucionales de la Universidad Autónoma de Ica, sostenida en la línea de investigación Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico, se ha planificado diseñar el programa de bienestar psicológico bajo el enfoque de responsabilidad social orientado a adolescentes en edad escolar en virtud a mejorar su bienestar psicológico y por ende su calidad de vida

g) Modelo del Programa de Bienestar Psicológico de la Universidad Autónoma de Ica

El presente modelo considera los criterios de calidad de los programas de intervención en el campo de la psicología, por lo tanto, orienta sobre el procedimiento estructurado de la validez del programa.

Figura 1
Modelo del diseño de programas en psicología con criterios de calidad



Nota: Modelo de diseño de programa considerando el financiamiento y la validez con análisis de costo/eficacia de la Universidad Autónoma de Ica, tomando como referencia los estudios de Ato et al.

El modelo del diseño del programa de Bienestar psicológico presenta tres columnas organizadas secuencialmente:

- Organización

Corresponde a la ubicación institucional u organizacional señalando las entidades participantes como la comunidad educativa mediante los estudiantes, profesores, directivos o padres de familia. Del mismo modo se señala a la Universidad como ente rector del financiamiento y de la investigación representado por la Dirección de Investigación y Producción Intelectual (DIPI) que asigna al personal de psicología para la correspondiente investigación. Se asegura los aspectos éticos de investigación con la participación directa del Comité de ética de la Universidad. La secuencia lógica de la organización corresponde a la praxis en un determinado contexto.

- Contexto

La forma en que se desarrolla el programa bajo los lineamientos generales de la Responsabilidad social universitaria pero orientada por objetivos fundamentados en la evidencia con el propósito de mejorar el comportamiento humano. Según el contexto se desarrolla el programa enmarcado en un diseño que pasará a implementarse y posteriormente será evaluado para medir el efecto o impacto del programa en los participantes. Se enfatiza la calidad de los participantes en su respectiva selección que garantice una eficiente recogida de datos para su correspondiente análisis lo que generará un informe estructurado de resultados.

- Proceso de evaluación

El programa pasa de manera integral por el proceso de evaluación como toda investigación con criterio de calidad, así tenemos que la validación de constructo se fundamenta en los objetivos y en la filosofía de mejora en el marco de investigación aplicada. La validez externa hace referencia al diseño, implementación y evaluación del programa, mientras que la validez interna a la selección de los participantes del estudio supervisados permanentemente por el comité de ética. La validez de conclusión

estadística está en función a la calidad de la recogida de datos para su respectivo tratamiento en hoja de cálculo u otros programas de cálculo.

- Un proceso clave que se debe considerar en todo programa de intervención psicológica es el Análisis Costo/beneficio que incluye el análisis a la selección de participantes, recogida de datos e informes.

h) Estructura del programa

1. Descripción general
2. Objetivo general y específicos
3. Contexto de utilización
4. Contenido y estructura
5. Materiales
 - a) Manual
 - b) Cuaderno de trabajo

i) Estructura de las sesiones

1. Título de la sesión
2. Objetivos de la sesión
3. Tiempo de duración
4. Materiales de trabajo
5. Procedimientos
6. Cartillas de trabajo

4.13 Tabla de resultados

Sobre el diseño del programa de Bienestar Psicológico:

Componentes del programa de Bienestar psicológico

a) Ficha técnica

Nombre: Programa BIPSA. Bienestar Psicológico Adolescente.

Autor: José Huamán Narvay

Institución: Universidad Autónoma de Ica

Programa académico: Psicología

Aplicación: Colectiva

Ámbito de aplicación: Adolescentes en edad escolar desde primero a quinto del nivel secundario (de 11 a 17 años)

Duración: 6 sesiones aproximadamente de 45 minutos cada una para trabajar en la hora de tutoría.

Finalidad: Desarrollar la autonomía para comprender y dominar su ambiente que lo rodea, generando el crecimiento personal con relación positiva con los otros y aceptándose tal como es a través de evaluaciones positivas de sí mismo.

Materiales: Manual del Programa

b) Descripción general

El bienestar psicológico tiene relación con la felicidad y su promoción enriquece la vida de las personas, generando innumerables consecuencias positivas en distintos ámbitos como mejor salud y se vive

más tiempo, gozan de mejores relaciones sociales, son personas más productivas, son mejores ciudadanos buscando el bien común y en el caso de adolescentes en edad escolar son estudiantes felices y tienen un mejor desempeño en sus estudios.

El programa realiza intervenciones positivas de tal manera que los participantes puedan explorar y desarrollar su propia felicidad mediante la implementación de actividades positivas generados por ellos mismos.

En el fondo se persigue que la persona que desarrolla el bienestar psicológico mejore su calidad de vida, las condiciones de vida, el modo de vida y nivel de vida, en otras palabras, mejorar el bienestar humano.

c) Objetivo general y específicos

Objetivo general

Fortalecer el bienestar psicológico.

Se consigue desarrollando la autoaceptación para establecer relaciones interpersonales positivas demostrando autonomía para tener dominio del entorno social de tal manera que le permita construir propósitos en la vida y pueda generar su crecimiento personal.

Objetivos específicos

- Mejorar la autoaceptación mediante las evaluaciones positivas de sí mismo y aceptando situaciones pasadas.
- Incrementar la capacidad de relacionarse positivamente y generar relaciones de calidad con otras personas.
- Promover la autonomía para que acertadamente tome sus propias decisiones.
- Insertar a la persona de manera efectiva al mundo donde vive.
- Generar el propósito de vida para que encuentre sentido a la vida
- Fomentar el crecimiento personal para madurar como persona de bien.