



# **UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMERICAS**

Facultad de Educación Social y Desarrollo Humano

Escuela de Desarrollo Humano

Trabajo de Grado para optar por el título de Licenciado (a) en

Psicología con Énfasis en Psicología Educativa

Tesis

**Disposiciones a la resiliencia en estudiantes de duodécimo, de un colegio oficial y uno particular, durante la pandemia del COVID-19, en Panamá**

Presentado por:

González Reyes, Génesis Del Carmen

Asesor:

Dr. Pedro Arcia

Panamá, 2020

## **DEDICATORIA**

El presente estudio lo dedico con mucho amor a toda mi familia, en especial a Adelina Reyes (mamá), Joaquín González (papá), Emma Botello (abuela), a mi querida hermana Edith González y a Mikaela González, los cuales representan pilares importantes en mi vida. Quienes me han acompañado y brindado su apoyo en cada paso de mi carrera, y de quienes he aprendido que tenemos el poder de convertir los errores del pasado en fortalezas que nos permitirán avanzar al siguiente escalón. Ustedes me enseñaron con el ejemplo lo que es la resiliencia, a enfrentar tormentas y a salir invicta de ellas, de ustedes es este logro.

Génesis Del Carmen González Reyes

## **AGRADECIMIENTOS**

Primero quiero darle las gracias a Dios, por haberme permitido llegar con salud a contemplar la culminación de este gran sueño. Una vez más puedo decir que hasta aquí me ha ayudado y he visto sus promesas cumplidas.

A mi familia, el motor que hace que siga adelante. A quienes considero una fuente de amor y fortaleza constante, los que me han acompañado en mis noches de desvelo estudiando, de quienes he recibido abrazos, chistes, consejos en los momentos adecuados; los que me ayudan a rastrear libros y a personas para aplicar encuestas, etc., esto es para ustedes también. Soy privilegiada por tenerlos en mi vida, los amo.

De igual manera, agradezco a mi asesor de trabajo de grado, el Dr. Pedro Arcia, quien ha sido participante y colaborador de nuestra evolución en la carrera desde el primer semestre, impartiendo su amor por la Psicología a cada uno de nosotros, y hoy por hoy, sus aportes nos traen a esta última fase. A usted, muchas, muchas gracias.

A la Licenciada Mariola Young Torquemada, directora del Departamento de Psicopedagogía del Colegio de la Salle de Panamá, y al Hermano director: Horacio Ruiz, quienes en el 2019 me abrieron las puertas para realizar una de mis prácticas universitarias en este prestigioso plantel, y ahora, me dan la oportunidad de trabajar con sus alumnos de 12°, para mi trabajo de grado. Gracias por permitirles a los estudiantes como yo, aportar a la comunidad científica; por hacerme amar más mi carrera y mostrarme maneras de hacer de la Psicología un instrumento para cambiar la vida de nuestra juventud.

Al Mgtr. Richard Dinger, vicerrector académico del Instituto Nacional de Panamá y a la Mtra. Roxana Casanova, rectora del Instituto Nacional de Panamá, al igual que a la profesora Eyda Timm y el profesor José Broce, muchas gracias por brindarle la oportunidad a esta egresada de poder trabajar en su alma máter una vez más, con los compañeros de la promoción 2020. Gracias por lo que hacen para beneficio de la educación panameña.

Asimismo, quiero agradecer profundamente a la Mtra. Jacqueline Vallarino Pascual, quien se convirtió en un ejemplo de lo que debe ser un profesional de la salud mental. Sería imposible redactar los consejos innumerables y las mil situaciones en las que su experiencia me ha llevado a conocer más sobre las infinitas posibilidades de hacer psicología de la mejor manera para otros. Amiga, muchas gracias.

A todos mis profesores de la Universidad Especializada de las Américas, con quienes hemos compartido por cinco bellos años. Sus enseñanzas y dedicación por sus asignaturas nos han inyectado fuerzas y ganas de seguir trabajando en ser mejores profesionales, llevando su legado, amor por la psicología y en cada escenario, el orgullo de ser Udelista.

Por último, agradezco al Licdo. Raúl Montenegro por su apoyo incondicional en el proceso de elaboración de mi tesis. Gracias por impartir su con dedicación y paciencia su amor por la investigación; por ser de guía y referencia en este periodo que me pudo permitir esta exitosa culminación de un sueño.

## RESUMEN

Esta investigación, tiene como objetivo principal, explorar las disposiciones a la resiliencia en una población de estudiantes de un colegio particular y otro, oficial, de Panamá. Es un estudio tipo cuantitativo, con diseño no experimental, en su forma descriptiva-comparativa. Se utilizó una población de 27 estudiantes de un plantel oficial y 27 estudiantes de un colegio particular, que cursan el Duodécimo grado en Panamá y se aplicó el: *Inventario de resiliencia – IRES*, de manera virtual. Los resultados obtenidos indican que ambos grupos presentaron altos niveles en las disposiciones a la resiliencia, siendo los estudiantes del colegio oficial quienes presentan un puntaje más elevado que el otro grupo, pero con diferencias poco contrastantes. Ambas poblaciones evidencian puntuaciones altas y similares, principalmente en las dimensiones: afrontamiento, actitud positiva, flexibilidad, optimismo y orientación a la meta, sin embargo, en la dimensión sentido del humor, los estudiantes de la escuela particular presentaron niveles superiores. La dimensión empatía, indica que los estudiantes de escuela particular presentan mayores niveles, comparado con los estudiantes del colegio oficial. En perseverancia, los estudiantes de escuela oficial presentan mayores niveles que los del colegio privado. En la religiosidad, aunque las respuestas de ambos grupos son similares, son muy dispersas, mostrando que para gran parte de nuestra población no es tan fundamental la religiosidad para afrontar las dificultades. Por último, en la dimensión autoeficacia podemos observar que los estudiantes de escuela particular presentan más niveles de autoeficacia.

Palabras claves: Resiliencia, disposiciones a la resiliencia, Adolescencia, efectos de la Pandemia COVID-19, Estudiantes de Educación Media.

## **ABSTRACT**

The main objective of this research is to explore the dispositions to resilience in a population of students from a private school and another, official, from Panama. It is a quantitative type study, with a non-experimental design, in its descriptive-comparative form. A population of 27 students from an official campus and 27 students from a private school, who are in the twelfth grade in Panama, was used and the: Resilience Inventory - IRES was applied, virtually. The results obtained indicate that both groups presented high levels in the dispositions to resilience, being the students of the official school who present a higher score than the other group, but with little contrasting differences. Both populations show high and similar scores, mainly in the dimensions: coping, positive attitude, flexibility, optimism and goal orientation, however, in the sense of humor dimension, the students from the private school presented higher levels. The empathy dimension indicates that private school students present higher levels, compared to official school students. In perseverance, the students of the official school, present higher levels than those of the private school. Regarding religiosity, although the responses of both groups are similar, they are very dispersed, showing that for a large part of our population religiosity is not so fundamental to face difficulties. Finally, in the self-efficacy dimension, we can observe that private school students present more levels of self-efficacy.

Key words: Resilience, resilience disposition, Adolescence, effects of the COVID-19 Pandemic, High School Students.

## CONTENIDO GENERAL

INTRODUCCIÓN	Páginas
<b>CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>14</b>
1.1 Planteamiento del problema.....	14
1.2 Justificación .....	29
1.3 Objetivos .....	30
1.3.1 Objetivo General.....	30
1.3.2 Objetivos Específicos.....	31
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>33</b>
2.1 Adolescencia .....	33
2.1.1 Desarrollo biológico .....	36
2.1.2 Desarrollo cognitivo .....	38
2.1.3 Desarrollo socioemocional.....	42
2.1.4 Los adolescentes ante la transición .....	45
2.2 Resiliencia .....	46
2.2.1 Concepto de resiliencia.....	48
2.2.2 Desarrollo de la resiliencia .....	51
2.2.3 Factores de Riesgo.....	53
2.2.4 Factores protectores .....	55
2.2.5 Disposiciones a la resiliencia .....	56
2.2.5.1 Afrontamiento .....	57
2.2.5.2 Actitud positiva .....	58
2.2.5.3 Sentido del humor .....	58
2.2.5.4 Empatía .....	59
2.2.5.5 Flexibilidad .....	60
2.2.5.6 Perseverancia .....	60

2.2.5.7	Religiosidad.....	60
2.2.5.8	Autoeficacia.....	61
2.2.5.9	Optimismo .....	62
2.2.5.10	Orientación a la meta.....	62
2.3	Pandemia de la COVID-19 y sus efectos en la Salud Mental.....	62
2.4	La resiliencia desde de la teoría Cognitiva Social .....	65
<b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO.....</b>		<b>71</b>
3.1	Diseño de Investigación y tipo de estudio .....	71
3.2	Población, sujetos y tipo de muestra estadística .....	72
3.3	Variables .....	72
3.4	Instrumentos y/o técnicas, y/o materiales-equipos .....	73
3.5	Procedimiento.....	73
<b>CAPITULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....</b>		<b>76</b>
4.1	Análisis de datos .....	76
4.2	Discusión.....	91
<b>CONCLUSIONES.....</b>		<b>75</b>
<b>LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>		<b>95</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS E INFOGRAFÍA.....</b>		<b>96</b>
<b>ANEXOS .....</b>		<b>103</b>
<b>ÍNDICE DE CUADROS .....</b>		<b>133</b>
<b>ÍNDICE DE GRÁFICAS.....</b>		<b>134</b>

## INTRODUCCIÓN

En nuestra actualidad la humanidad entera se ha visto afectada por la pandemia del COVID-19, y la enfermedad ocasionada por el virus del coronavirus tipo 2, siendo el causante del síndrome respiratorio agudo grave SARS-CoV-2. Muchas han sido las consecuencias no solo a nivel de salud, también los rubros económicos, políticos, sociales, en la educación, y otras, que a su vez traen consigo secuelas psicológicas en individuos de todas las edades.

Ante estas amenazas, como la que actualmente vivimos con la pandemia del COVID-19, como también el atravesar por eventos como los desastres naturales, enfermedades, crisis sociales y otros escenarios desfavorables, los individuos aplican recursos emocionales para poder hacerles frente a las adversidades de una forma saludable.

La resiliencia, es el término que se le atribuye a esta capacidad que poseen las personas para superar situaciones difíciles y crecer a pesar de ellas (Saavedra, Salas, Cornejo, & Morales, 2015). Se atribuye a una capacidad que puede ser tanto resultado del aprendizaje individual, como también, producto de la interacción con otros.

La presente investigación tiene como objetivo explorar las disposiciones a la resiliencia, también conocidas como las tendencias que tiene el individuo a llevar a cabo una conducta resiliente, que están presentes en estudiantes de duodécimo grado, de un colegio oficial y uno particular, durante la pandemia del COVID-19, en Panamá.

Este estudio consta de cuatro capítulos, en los que se detallarán aspectos relacionados a los procesos que se llevaron a cabo para efectuarla:

En el capítulo I; llamado Aspectos generales de la investigación, se detallan elementos relacionados a las metas que tiene la investigación y a las generalidades que la componen. Incluye documentación con los aportes de distintos autores con relación al tema expuesto. Muestra al lector la relevancia que tiene el estudio frente a distintos rubros y expone los objetivos que tiene la misma para llevarse a cabo.

El capítulo II; siendo el Marco teórico, cuenta con el desarrollo de las bases teóricas que sustentan el trabajo de investigación. Se harán énfasis en aquellos aportes literarios que amplíen el conocimiento sobre la población estudiada, la resiliencia, el impacto que representa la pandemia del COVID-19 en los individuos y otros temas en torno a la investigación.

En el capítulo III; o Marco metodológico, muestran los detalles que involucran elementos como el diseño de investigación, tipo de estudio, definición de la población, variables y demás aspectos relacionados a los procedimientos realizados para hacer efectivo el estudio.

El capítulo IV; corresponde al Análisis y discusión de resultados, el cual describe lo relacionado a exposición de los datos recopilados y busca dar respuesta a las hipótesis y objetivos trazados, tomando como base el diseño de investigación planteados.

Por otro lado, el estudio expone las conclusiones, es decir, la interpretación y evaluación de los resultados fundamentada en los objetivos. Se muestran las limitantes encontradas para llevar a cabo la investigación a fin de que se puedan mejorar otros elementos en estudios posteriores. De igual manera, se encuentran todas las referencias bibliográficas utilizadas con aportes de distintos autores citados, para enriquecer la investigación. Están los anexos, donde se presentan datos como el instrumento utilizado, cartas y correos enviados, entre otros archivos relevantes, y, por último, se encuentran los índices de imágenes y otros elementos similares.

# **CAPÍTULO I**

## **CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.1 Planteamiento del problema**

- **Antecedentes teóricos**

El ser humano constantemente atraviesa por situaciones desfavorables, a las cuales debe enfrentarse. Los desastres naturales, guerras, enfermedades, crisis económicas, violencia, y otros casos, son el escenario de muchos individuos en nuestra actualidad, por lo que es fundamental formar a las nuevas generaciones, a fin de que puedan desenvolverse de manera funcional dentro de la sociedad y que ante estas vicisitudes puedan sobreponerse de una forma sana, evitando que traigan consecuencias significativas a los individuos en el futuro. En este proceso de adaptación ante el trauma se fundamenta la Resiliencia.

Grothberg (2006), citado por Silva (2012), se refiere al concepto resiliencia como “la capacidad que tienen las personas para enfrentar las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e inclusive, ser transformados por estas” (p.32).

Una personalidad resiliente, está determinada por la facultad de ajuste personal y social que tenga el individuo, aunque vivan en un ambiente desfavorable o hayan tenido experiencias traumáticas con anterioridad (Uriarte, 2005). A su vez, esta capacidad, promueve la tolerancia, manejo y alivio de consecuencias psicológicas, fisiológicas y sociales producto de eventos desafortunados, sin que intervengan significativamente en el proceso de desarrollo evolutivo de los individuos (Spencer y Pynoos, 1993, citado por Silas, 2008).

De acuerdo con Vanistendael (1995), citado por Uriarte (2005), la resiliencia involucra la capacidad que posee la persona o grupo en cuestión para enfrentar de manera adecuada las adversidades, atendiendo a formas socialmente aceptables y correctas de desenvolverse. Por esta razón, este último punto, difiere del pensamiento que tienen otros autores, sobre el hecho de llamar conductas

resilientes a aquellas manifestaciones de: agresión, robos, mentiras, consumo de sustancias, entre otras prácticas antisociales, quienes las consideran estos actos temporalmente como conductas resilientes, aunque estas sean consideradas como inatmisibles en distintos contextos, ya que, representan los mecanismos de supervivencia que ejecutan desde niños a adultos.

Por lo anterior expuesto, puede reflejarse que la resiliencia, es tanto una habilidad desarrollada de manera individual como puede tener influencia el ambiente para su desarrollo. Es el entorno social quien determinará si las acciones o mecanismos adaptativos o de supervivencia cumplen o no con las normas éticas y morales establecidas.

Kalawski y Haz (2003), manifiestan que las definiciones propuestas de la resiliencia nos permiten hablar de ella como un elemento individual o un sistema social, como capacidad y como un proceso. De igual manera, muchos plantean a la resiliencia como una cualidad global de la persona, proceso que se lleva a cabo entre una adversidad y una superación positiva del problema.

Ungar (2014), basa el problema de la resiliencia a través de una perspectiva socioecológica en la educación. Afirma que en la resiliencia, no solo están involucradas las cualidades del niño, sino que también es el entorno físico, que comprende: la escuela, la familia y la comunidad del niño, los que van a facilitar el acceso a recursos externos, como: relaciones sanas, una identidad, justicia social, necesidades materiales como comida o educación y sentido de pertenencia, propósito de vida y espiritualidad, etc.

En la construcción de la resiliencia, siendo una destreza desarrollada desde la infancia, requiere del apoyo de entidades como la familia, escuela y ambiente en general del niño para que este proceso adaptativo sea el adecuado.

Ribes (1990), citado por Gaxiola (2011), establece que existe un conjunto de características individuales que se asocian con la resiliencia. Estas, son representadas como disposiciones quienes hacen probable que los individuos se

sobrepongan ante las dificultades. Estas disposiciones son: afrontamiento, actitud positiva, sentido del humor, empatía, flexibilidad, perseverancia, religiosidad, autoeficacia, optimismo y orientación a la meta.

Muchos investigadores han continuado haciendo de la resiliencia un proceso importante a desarrollar, principalmente en países que se encuentran en proceso de desarrollo, como América Latina, quienes enfrentan luchas constantes por el nivel de empobrecimiento, que desencadena frustración y resentimiento social de los habitantes (Rodríguez, 2009).

De esta manera, la organización cultural que presenta el ambiente va a ser de gran influencia en el proceso de evolución y estabilización de los rasgos en el temperamento de los niños; siendo así, los procesos adaptativos, un instrumento de supervivencia, en el que cada situación traumática va a tener una velocidad de evolución diferente y de igual manera, expresarán físicamente el bienestar y la superación de los sucesos traumáticos de distintos modos (Anzola, 2003).

Como puede observarse, la sociedad desempeña un papel importante dentro del proceso de adaptación, siendo una de las primeras referencias que tiene el ser humano de cómo se debe actuar ante la situación adversa, pero es solo una de las fuentes de influencia que puede tener el ser humano, ya que, la resiliencia posee características dinámicas, que puede modificarse dependiendo de la época y situaciones que se presenten.

No obstante, para comprender más a detalle lo que abarca este proceso es importante tomar en cuenta el entorno físico y social, la etapa evolutiva y cultura que presenta el individuo (Muñoz & De Pedro, 2005). Razón por la cual, cada individuo tendrá una reacción distinta al otro ante el trauma, y que se lleve a cabo el proceso dependerá de la interacción entre la influencia de la sociedad, características personales, etapa de desarrollo en la que se encuentra y las características biológicas, con relación a los factores de protección que posea el mismo, antes del evento desfavorable.

Se denominan “factores de protección”, a aquellas situaciones que van a modificar o neutralizar aquellos factores de riesgo que presente el individuo, con el fin de minimizar los posibles daños psicológicos que pudieran manifestarse y facilitan una adaptación sana ante el trauma (Uriarte, 2005). Estos elementos son los encargados de “amortiguar” las posibles consecuencias producto de la situación adversa, surgiendo a raíz de la influencia del ambiente, desarrollo personal y elementos biológicos, por lo que no todos vamos a contar con los mismos factores de protección necesariamente.

Ampliando lo anterior mencionado, Grothberg (2016), citada por Vera-Bachmann y López (2014), sostiene que los factores involucrados en la creación y aplicación de la resiliencia se manifiestan en tres niveles, que son: los apoyos externos, la fuerza interior y los factores interpresonales, los cuales pueden promoverse de manera independiente, encontrándose en primer lugar: Yo Tengo, que involucra el apoyo de agentes externos, provenientes de la familia y entorno en el que el individuo puede confiar. Seguido del Yo Soy, que comprende la fuerza interior, o el buscar ser una persona que se respeta así mismo y a los demás, conciente de sus acciones. Finalmente, el Yo Puedo, que incluye capacidades interpersonales y de resolución de conflictos.

Brofenbrenner (1979), citado por Silas (2008), postula el modelo ecológico-transaccional de la resiliencia, el cual involucra los cuatro estadíos en los cuales surgen los factores de protección, estos son: el nivel individual; que comprende el contexto familiar, el hogar, y la escuela; así como la comunidad y los servicios sociales de los niños y sus respectivas familias; y por último, los valores culturales, como lo son la raza y la etnicidad, lo social y sus valores.

Por otro lado, Silas (2008), señala que las instituciones educativas y los docentes tienen una posición fundamental, en la que pueden tener influencia efectiva en los alumnos para fomentar una conducta resiliente y esta facultad, va más allá de la función principal de impartir los conocimientos.

Además, López, Guevara y Quinteros (2016), agregan que hay un vínculo moderadamente significativo entre la religiosidad y la resiliencia. Lo que indica que a medida que se incrementen los niveles de religiosidad, aumentará la resiliencia.

Sobre estas consideraciones, estudios sobre resiliencia se centran en establecer cuáles son los factores protectores que van a potenciar considerablemente el desarrollo biopsicosocial de las personas.

De esta forma, Uriarte (2005), plantea que una infancia infeliz, precaria y conflictiva no necesariamente va a desencadenar trastornos psicológicos o dificultades de adaptabilidad en los individuos. Siendo así, la interacción humana y el papel activo de los individuos ante su propio desarrollo, fuentes de influencia en una persona resiliente, al igual que características biológicas y el impacto del ambiente. De igual manera, afirma la existencia de elementos reglamentarios que van favorecer la personalidad resiliente, como lo son: el temperamento, la salud, el sexo, la apariencia física o la inteligencia potencial, y al igual que los elementos mencionados, se considera a la resiliencia como cualidad que puede aprenderse y perfeccionar..

Salgado (2009), señala que existe un vínculo directo y significativo entre la resiliencia, la felicidad y el optimismo. Esta conclusión, basada un estudio realizado en Lima Perú, con 275 estudiantes con edades entre 15 a 18 años.

Asimismo, Wener (1982), citada por Peralta, Ramírez y Castaño (2006), denomina “pilares de la resiliencia” a los siguientes términos: autoestima, introspección, independencia, capacidad de relacionarse, iniciativa, moralidad, humor y pensamiento crítico. Esto, como resultado de un estudio longitudinal, en el que se identificaron los factores mencionados en una población multirracial de niños de la ciudad de Kauai ubicada en Hawái, los cuales se encontraban expuestos a riesgo psicosocial. Hay que mencionar que fueron estos factores quienes permitieron que la mayor parte de los participantes que presentaban alto riesgo pudieran desenvolverse como adultos funcionales.

En este sentido, Wolin y Wolin (1993), citados por Rodríguez (2009), elaboran el concepto de “Mandala de la resiliencia”, en el que afirman que se destacan ciertas características en los individuos que muestran mayores niveles de resiliencia, haciendo referencia a siete cualidades, que son: la introspección (capacidad para cuestionarse individualmente y darse una respuesta honesta), la independencia (facultad para adquirir una separación emocional y física sin caer en el aislamiento), capacidad de realacionarse (aptitud de interactuar con otros y estableciendo lazos que compensen las necesidades afectivas y la posibilidad de servir a los demás), la iniciativa (que es el saber exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes), el humor (capacidad para verle desde una perspectiva cómica situaciones adversas), la creatividad (es el saber fundar orden y belleza a partir del caos y el desorden), y por último, la moralidad (es la capacidad de extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y el compromiso del individuo con sus valores).

Melillo y Suárez (2001), citados por Salgado (2012), proponen un conjunto de características que presentan los individuos resilientes, las cuales son: habilidad, adaptabilidad, baja susceptibilidad, enfrentamiento efectivo, capacidad, resistencia a la destrucción, conductas vitales positivas, temperamento especial y habilidades cognitivas. Estas características se manifiestan ante las circunstancias adversas, estresantes, etc., y les permitirá a los individuos poder afrontarlas de la mejor forma.

Importante señalar, que, a lo largo de los años, muchos de los estudios sobre resiliencia se fundamentan en la búsqueda de las características o cualidades relacionadas con individuos resilientes y las motivaciones que presentan, que les permiten desenvolverse de manera armoniosa en la sociedad, pese a que residen en contextos desfavorables, que presentan amenazas en contra del desarrollo propio, o en general, personas que atraviesan traumas, y que por factores como grupo de edad, escolaridad, nivel socioeconómico o sexo, presentan mayor vulnerabilidad.

Un estudio reciente, realizado en adolescentes de Paraguay y México afirma que existe una relación entre la predisposición resiliente y elementos individuales como lo son el sexo, la edad y el contexto cultural, mostrando así, que representan una gran influencia en el proceso de construcción de la resiliencia (Coppari, Barcelata, Bagnoli, & Cudas, 2018).

Atendiendo a lo anteriormente mencionado, Campos y Saravia (2017), plantean que la influencia del sexo en la capacidad de resiliencia, en un estudio realizado en un grupo mixto de adolescentes de 12 a 14 años, en Lima, Perú, donde se observaron mayores niveles de resiliencia en el sexo femenino.

No obstante, podemos deducir que una vez más hay interacción de otros factores involucrados en la personalidad resiliente, ya que, en un estudio parecido al anterior, pero llevado a cabo en España y con estudiantes de bachiller y universitarios, arrojó que fueron los hombres quienes presentaron niveles más altos de resiliencia académica y las mujeres, presentaron peores resultados y características de ansiedad (Fínez & Morán, 2015).

Grotberg (2002), citada por Fiorentino (2008), reconoce a la resiliencia como un aporte en el fomento de la salud mental y que es en la etapa de infancia temprana un período propicio para comenzar con su enseñanza y fomentar la habilidad. Sin embargo, otros investigadores manifiestan su preferencia por estudiar la resiliencia en los adolescentes, debido a los distintos fracasos en tratamientos de drogadicción y embarazo adolescente, al igual que reconocen que es en esta etapa de transición de infancia a adultez donde muchos jóvenes presentan cierta vulnerabilidad, a raíz de todos los cambios orgánicos y emocionales que presentan y que generalmente afectan el sistema familiar y educativo (Rodríguez, 2009).

Por lo anterior descrito, podemos decir que a medida que el individuo va creciendo y atravesando por las diferentes etapas del desarrollo asimismo va enfrentándose a distintas complicaciones propias del periodo en el que se encuentra. Por lo que, ciertos grupos de edades podrían presentar más vulnerabilidad que otros.

Del mismo modo, Caldera, Aceves, y Reynoso (2016), producto de su investigación con estudiantes universitarios de varias carreras, con edades entre 18 y 22 años en Barranquilla, recomiendan que de hacerse estudios sobre resiliencia en esta población se busque su relación con otras variables, ya que, no presentaron diferencias significativas entre los grupos solo con la variable resiliencia.

Álvarez y Cáceres (2010), realizaron un estudio en la región de Bucaramanga, Colombia, cuyo objetivo fue explorar las dimensiones de la resiliencia, relacionándolas con variables sociodemográficas y el rendimiento académico, así como la edad, estrato socioeconómico, discrepancia de género, etc., en estudiantes universitarios de Bucaramanga. Dentro de las conclusiones arrojadas, pudo observarse que la resiliencia en estudiantes universitarios no está vinculada a la edad, rendimiento académico, nivel socioeconómico o el estado civil. No obstante, se encontró que el género femenino obtuvo mayores niveles de resiliencia que los hombres de manera significativa. Por otro lado, se encontró que quienes se habían independizado de sus familias parecían responder mejor a los estudios.

Por otro lado, Gaxiola, Contreras y González (2012), colaboradores, realizan una investigación en estudiantes de preparatoria de México, en el cual exploran las variables que se asocian a los estudiantes resilientes; en esta se abarcan las variables internas: metas y resiliencia, y variables externas: vecindario de riesgo y amigos de riesgo, con la intención de predecir el rendimiento académico de estos estudiantes. La investigación arrojó que la resiliencia predice de forma indirecta en el rendimiento académico por medio de las metas académicas. Por otro lado, se puede ver que el residir en un vecindario negativo no predice directamente el rendimiento académico.

De igual manera, realizó un estudio con el fin de encontrar la relación entre el rendimiento académico con factores de resiliencia. Para la muestra se obtuvo la participación de 202 estudiantes de 5to y 6to grado de primaria en la Ciudad

Satélite del Callao, en Perú, con edades entre 9 y 14 años y grupos mixtos en cuanto al sexo. Se pudo observar que la resiliencia presenta correlación significativa con cada una de las áreas que comprenden el rendimiento académico. Se encontró que las mujeres presentaban más niveles de creatividad, empatía y resiliencia en comparación con los hombres, (Gallesi & Matalinares, 2012).

García, Yupanqui, y Puente (2013), elaboran un estudio sobre la relación que existe entre la resiliencia y el funcionamiento familiar en estudiantes de tercer año de secundaria, con una muestra de 231 jóvenes, quienes estudian en un colegio con altas exigencias académicas. Los resultados mostraron que en efecto existe una relación significativa entre la resiliencia y el funcionamiento familiar. Es decir, aquellos estudiantes quienes provenían de hogares con padres casados solían presentar altos niveles de resiliencia.

Asimismo, Morales (2014), realizó un estudio con el fin de evaluar el rendimiento de estudiantes de cuarto año de educación media que presentan alto rendimiento académico y medir su desempeño en variables como: resiliencia, autoestima, bienestar psicológico y capacidad intelectual. Los resultados arrojaron que, en cuanto a la variable de resiliencia, las diferencias encontradas entre los estudiantes de alto rendimiento y rendimiento general se dan en el factor modelo (la visión que el individuo tiene del problema y el entorno), y aprendizaje (aprender de ciertos errores y aciertos para tomar decisiones).

Se puede destacar el estudio realizado por Flores y Ponce (2015), en el cual se evaluó los niveles de resiliencia en estudiantes de universidades públicas y privadas, a fin de conocer si este factor incluye o no en la formación de la resiliencia. Se usó una muestra de 250 estudiantes de medicina, 128 fueron de universidades públicas y 122 de universidades privadas. De acuerdo con los resultados obtenidos se encontraron diferencias significativas en cuanto a la resiliencia en los estudiantes de medicina de la universidad pública y los

estudiantes de medicina de la universidad privada, siendo los primeros, quienes obtuvieron puntajes más altos.

De acuerdo con Moya (2019), existe una relación entre el clima social familiar y la resiliencia en adolescentes; mostrando así, que aquellas familias que dan un clima social familiar adecuado para sus integrantes, permiten el desarrollo de niveles adecuados de resiliencia.

A raíz de lo observado, queda evidenciado que para el desarrollo de la resiliencia se ven involucrados muchos elementos ambientales y que se afronte de una manera adecuada y saludable un acontecimiento desagradable, el individuo requiere factores de protección que ayuden a sobrellevar la situación.

- **Situación actual**

El 12 de marzo, la Organización Mundial de la Salud, nombra pandemia al brote de la enfermedad de Coronavirus 2019 (COVID-19), originado por el SARS-CoV-2. Debido a la rapidez de su contagio y su transmisión efectiva cuando hay contacto cercano entre personas se opta por el distanciamiento social como medida de contención a la propagación. De esta manera, muchos países optaron por tomar medidas sanitarias estrictas y evitar más consecuencias en la salud de la población (Pakenham, y otros, 2020).

Datos internacionales anuncian que, como consecuencia a esta crisis mundial y a las medidas preventivas tomadas por muchos países, se prevé una crisis económica igual o peor que la ocurrida en 2008. Afirman que la pandemia llegó a América Latina y el Caribe en un período en el que su economía se encontraba débil y endeudada. Lo que puede traer un aumento del 3.4%, en tasas de desempleo para 2020 (quienes contaban con una cifra alta del 8,1%, en 2019). Se muestra que, en Estados Unidos, más de 20 millones de personas quedaron desempleados en el mes de abril de 2020, aumentando la tasa de desempleo en un 14,7%, (Wasserman, losue, Wuestefeld, & Carli, 2020).

Esto quiere decir que, a este punto, muchas familias latinoamericanas se enfrentan con las consecuencias económicas de esta pandemia, por lo que el sustento y calidad de vida de muchos probablemente se encuentra en declive, lo que trae consigo otras situaciones desfavorables a niveles biológicos, psicológicos, sociales y personales para cada miembro de la familia.

En Estados Unidos, estudios apuntan que las consecuencias económicas de la pandemia han sido de impacto en la interacción familiar, mostrando que es probable que los padres abusen física o psicológicamente de sus hijos. Se estima que la pérdida masiva de empleos de los padres de familia, durante este período de pandemia, puede ser perjudicial para la seguridad de los niños al aumentar el riesgo de maltrato psicológico y abuso físico, por estar expuestos a factores estresantes (Lawson, Piel, & Simon, 2020).

Cuatro de cada cinco jóvenes con necesidades de salud mental, en Reino Unido, manifestaron haber experimentado un aumento en la salud mental después del inicio de la pandemia. De igual manera, estudios muestran que los jóvenes reportaron altos niveles de ansiedad e impulsos de autolesión en la semana en que cerraron la escuela (Sheridan, y otros, 2020).

Estudios señalan que la población adolescente es vulnerable en este tiempo de pandemia, siendo una época de transición y maduración para la edad adulta. Destaca que según los estudios realizados en base a la salud mental de adolescentes durante el brote de COVID-19, pueden manifestar riesgo de padecer Trastorno de Estrés Postraumático, al igual que síntomas de depresión y ansiedad. Así mismo, señalan que los adolescentes que presentan antecedentes psiquiátricos o viven en familias con un nivel socioeconómico bajo pueden presentar más vulnerabilidad (Guessoum, y otros, 2020).

La juventud a nivel mundial se ha visto afectada a distintos grados, a tal punto que, desde el giro radical de educación presencial a virtual, el impacto económico que atraviesan los padres de familia, hasta los cambios propios de su etapa de

desarrollo, hacen que esta población sea vulnerable a presentar dificultades a nivel psicológico que pueden acarrear secuelas en el futuro.

Según estudios realizados en China, basados en el estado mental de 3613 estudiantes, tanto niños y adolescentes frente a la COVID-19, señalan que, los niveles de ansiedad de los adolescentes mostraron ser significativamente mayores que los niños. De igual forma, mencionan que el 29,58% de los encuestados informaron que pasaban más de cinco horas al día en línea. Lo contrastan con estudios que manifiestan que el uso en exceso de teléfonos inteligentes o internet pueden provocar problemas mentales o en el comportamiento, que trae consigo: bajo rendimiento académico, dificultades en la interacción social en la vida real, disfunciones en el estado de ánimo, entre otras consecuencias (Duan, y otros, 2020).

Las reacciones psicológicas ante la pandemia incluyen conductas desadaptativas, angustia emocional y respuestas defensivas. Por otro lado, quienes están propensos a sufrir problemas psicológicos son especialmente vulnerables (Kontoangelos, Economou, & Papageorgiou, 2020).

Esto es preocupante, debido a que los jóvenes en este tiempo de confinamiento podrían presentar consecuencias en áreas de la comunicación, ya sea con sus amigos, o familiares, al tener más tiempo para exponerse a videojuegos, celulares y demás dispositivos de su entretenimiento, que trae como consecuencia dificultades sociales a gran escala.

Asimismo, esta situación de confinamiento que trae la cuarentena puede afectar a las personas que presentan problemas de salud mental preexistentes, e incluso, se menciona que hay un aumento de síntomas de ansiedad y depresión, junto con altos índices de trastorno de estrés postraumático e insomnio. Por otro lado, los individuos que presentan enfermedades mentales graves y un nivel socioeconómico bajo corren riesgo de sufrir efectos directos de la pandemia (Moreno, y otros, 2020).

Por lo anterior descrito, se observa que tener un menor ingreso familiar y un bajo nivel socioeconómico, en este tiempo de pandemia, puede hacer al individuo más propenso a enfrentar esta problemática en formas no saludables.

En recientes estudios internacionales, aplicados a enfermeras que atendieron pacientes con COVID-19, se encontró que manifestaban necesidades psicológicas, como: necesidad de existencia, parentesco y crecimiento (Yin & Zeng, 2020).

Se ha encontrado que, la flexibilidad psicológica como recurso psicológico protector durante la pandemia, puede moderar la relación que hay entre los factores de riesgo ocasionados por la COVID-19 y la salud mental. Mostrando que a una mayor inflexibilidad psicológica pueden empeorar los efectos negativos de la pandemia (Pakenham, y otros, 2020).

Por otro lado, estudios muestran que los factores psicológicos han tenido un impacto significativo en el afrontamiento de la COVID-19. De igual manera, los datos muestran que las mujeres y las personas con dificultades económicas suelen presentar mayores grados de angustia y sensaciones de peligro (Kimhi, Marciano, Eshel, & Adini, 2020).

Los cierres de las escuelas y universidades a nivel nacional han sido de gran impacto negativo a más del 91% de la población estudiantil mundial. De igual manera, este confinamiento se asocia con sensaciones de ansiedad e incertidumbre, producto de la interrupción de la educación presencial, disminución de actividades físicas y falta de socialización. Además, señalan que los niños podrían resistirse a ir a los colegios después de que se termine el encierro. Aunado a eso, podrían presentar dificultades para comunicarse con sus docentes una vez sean reanudadas las clases presenciales, trayendo consecuencias negativas al desarrollo de un bienestar psicológico general en el alumnado (Singh, y otros, 2020).

Huarcaya (2020), afirma que en la población general fueron comunes la presencia de trastornos como la ansiedad, depresión y reacción al estrés en la fase inicial de la COVID-19. Aunado a esto, señala que el personal de salud, como enfermeras y personas que trabajan de forma directa con pacientes confirmados o sospechosos de COVID-19, también se encontraron problemas de salud mental.

Se realizó un estudio con 2.272 docentes de Argentina, Colombia, Rep. Dominicana, Ecuador, España, Portugal, Panamá, Paraguay, Puerto Rico, y Uruguay, entre otros, para conocer su resiliencia en este tiempo de confinamiento. Los resultados arrojaron que el 60% de los educadores manifestaron que esta situación de COVID-19 traerá una influencia positiva para el sistema educativo; lo que se asocia a mecanismos de resiliencia empleados para considerar los cambios como oportunidades para mejorar (Román, y otros, 2020).

Según López y Vásquez (2020), en un artículo realizado en Bogotá, señala que en esta situación de COVID-19 es necesario poder desarrollar la resiliencia en dos pilares fundamentales: la familia y las relaciones sociales. Asimismo, manifiesta que, en este tiempo, ha surgido la necesidad de desarrollar y estimular algunas capacidades mentales, para una mejor disposición y desempeño frente el confinamiento ocasionado por la pandemia.

En el municipio Bayamo en Cuba, se llevó a cabo un estudio sobre las manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica actual por la COVID-19, con una población de 1125 individuos, cuyas edades oscilan entre 18 y 59 años. Los resultados mostraron que la ansiedad predominó en la mayoría de las personas, en nivel alto (20,96%), y medio (26,90%), (Arias, Herrero, Cabrera, Chibpas, & García, 2020).

Esta situación de confinamiento, debido a la pandemia ocasionada por el COVID-19, representa una amenaza para acrecentar aquellos síntomas de trastornos psiquiátricos que presentan niños y adolescentes, población que es vulnerable y requiere atención e intervención adecuada, en pro de su Salud Mental. Por otro lado, esto se producirá dentro de familias que se encuentren afectadas por la crisis

económica y social actual. Si bien, los niños que tienen a un adulto estable y tranquilo a su lado, sobrellevan mejor las situaciones adversas, hay otros factores además del entorno familiar que modularán la respuesta que tengan ante el trauma, como lo son: las características individuales del niño, antecedentes de adversidad, afrontamiento y resiliencia (Palacio, Londoño, Nanclares, Robledo, & Quintero, 2020).

En Panamá, atendiendo a todos los cambios producto de la COVID-19, las entidades educativas como la Universidad de Panamá en su Acuerdo N°.3-20 del Consejo Académico habilita la modalidad virtual para los cursos en el primer semestre y segundo semestre del 2020. Aunado a esto, se imparten las clases mediante plataformas como: Virtual Moodle, Plataforma Office 365, Plataforma Edmodo, entre otras. Lo que representa un reto tanto para profesores como estudiantes y a la sociedad en general (Álvarez A. M., 2020).

En una entrevista elaborada por Ortega (2020), a la doctora Vali Maduro, señala que el miedo, soledad y angustia provocados por la crisis que vivimos actualmente, llevan a muchas personas a tomar medidas extremas como suicidio. Además, muestra que, en base a los datos del Ministerio Público de Panamá desde marzo del 2020, ha aumentado la tasa de muertes por suicidio en un 30% más, que el año anterior. Igualmente, añade que el riesgo suicida se incrementa cuando los individuos que tienen dificultades de salud mental preexistentes se sienten más abrumados por las restricciones y distanciamiento social.

A partir de un estudio sobre el estrés frente a la COVID-19, efectuado en 765 residentes panameños, arrojó que en nuestro país hay un alto nivel de estrés percibido por esta situación. Por su parte, los hombres se encuentran significativamente más estresados y enfadados por que las cosas están fuera de su control, en comparación con las mujeres. Igualmente, los resultados arrojaron que ambos grupos, tanto hombres como mujeres, se encuentran vulnerables frente al factor soledad (Matus, y otros, 2020).

## **Problema de investigación**

Tomando en consideración los antecedentes teóricos y la situación actual planteada, surge la siguiente interrogante:

¿Cuáles son las disposiciones a la resiliencia encontradas en estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado durante la pandemia del COVID-19, en Panamá?

### **1.2 Justificación**

Actualmente, a nivel mundial muchos individuos han sido afectados directa e indirectamente a raíz del COVID-19. Las estrictas normas de salubridad, el uso de cubrebocas, el distanciamiento social sugerido, la exposición a información constante sobre los daños ocasionados por el virus, son solo un fragmento de los múltiples cambios que ha sufrido la humanidad con este nuevo brote que ha cobrado muchas vidas. Por lo que, las secuelas emocionales a nivel de familia y educación se han manifestado de manera gradual durante este tiempo.

Este estudio, podrá ser de importancia para la comunidad Educativa, ya que, busca saber las disposiciones de resiliencia o esos atributos individuales que influyen en el proceso de adaptabilidad de nuestros jóvenes en esta pandemia; habilidades fundamentales a desarrollar, que van a facilitar que los jóvenes puedan enfrentarse de manera adecuada ante las adversidades y cumplir sus metas a futuro.

De igual manera, nos permitirá tener un pantallazo de cómo opera el sistema educativo actual, como un factor de protección para los estudiantes, ya que son entidades que pueden influir en la resiliencia, como también lo hacen la familia, la comunidad en la que viven, entre otros (Silas, 2008); esto, tomando en cuenta,

que se trabaja con jóvenes de un colegio público y uno privado de la Ciudad de Panamá, brindándonos un panorama más amplio y permitiendo explorar diferencias o similitudes entre ambos tipos de educación. Lo cual, puede resultar ventajoso para conocer de manera integral la capacidad adaptativa que tienen los adolescentes panameños en estos tiempos difíciles del COVID-19.

Guarda relevancia social, debido a que el ambiente es una fuente de impacto para la construcción de una personalidad resiliente, entendiéndose por muchos autores como un sistema social (Kalawski & Haz, 2003). De esta forma, favorece a que se pueda dar a conocer de forma general, si la sociedad está cumpliendo su rol de influencia en las nuevas generaciones, de una manera que promueva formas saludables de enfrentar las vicisitudes.

Por otra parte, este estudio brinda a la comunidad científica información sobre la resiliencia en Panamá, específicamente en adolescentes. Tema que en nuestra actualidad es importante investigar, dada la situación de pandemia en la que vivimos y puede ser de referencia para estudios en el futuro, a fin de contrastar la capacidad de adaptabilidad luego de reabrirse este confinamiento, y puede representar una ventaja para nuestro país, ya que no es un tema que se haya dado a conocer a nivel nacional.

### **1.3 Objetivos**

#### **1.3.1 Objetivo General**

Explorar las disposiciones a la resiliencia que presentan estudiantes de estudiantes de duodécimo grado, que estudian en un colegio oficial y un colegio particular de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.

### **1.3.2 Objetivos Específicos**

- Identificar las disposiciones a la resiliencia que presentan estudiantes de duodécimo de un colegio oficial y uno particular de la ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.
- Analizar las disposiciones a la resiliencia que presentan estudiantes de duodécimo grado de un colegio oficial y uno particular, de la ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.
- Comparar los resultados obtenidos que presentan estudiantes de duodécimo grado, de un colegio oficial y uno particular, de la ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.

## **CAPÍTULO II**

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Adolescencia**

La adolescencia, se conoce como el periodo de transición por el atraviesan los individuos que ingresan de la niñez hacia la edad adulta, que comprende edades que oscilan los 11 o 12 años, hasta los 19 o inicios de los 20 años aproximadamente. Es una temporada de cambios a niveles físicos, psicológicos y sociales e inicia con la pubertad, que es el proceso en el que se alcanza madurez sexual y capacidad reproductiva (Papalia, Wendkos, & Duskim, Desarrollo Humano, 2005).

En la antigüedad, muchas civilizaciones durante muchos años pasaron por alto la existencia de esta etapa, por lo que esa transición entre la infancia y la adultez se realizaba por medio de ritos de iniciación (Baztán, 2009), y también, se definía por cambios en las expectativas relacionadas a la función sexual y reproductiva, al igual que el status social de los individuos, factores que marcaban la diferencia social entre el período de la niñez y la adultez (Pineda & Aliño, 2002). De esta manera, los niños de culturas occidentales, para antes del siglo XX, se adentraban a la vida de los adultos cuando llegaban a la madurez física, o bien, si se convertían en aprendices de alguna profesión (Papalia, Wendkos, & Duskim, Desarrollo Humano, 2005).

Asimismo, a raíz de la constante evolución que ha sufrido la humanidad a lo largo de los años, que trajo cambios a niveles de política, economía y otros rubros sociales, es como surge el término de adolescencia. Posteriormente, se comenzó a detallar cuáles eran las normas de conducta propias de los adolescentes y más aspectos sobre el manejo adecuado de esta población.

El término “adolescencia”, etimológicamente proviene del latín *adolsecere* que significa “crecer”, “madurar” (Perinat & Moreno, 2013), como también, se le adjudica el significado de “adolecer” o “faltar algo” (Urbano & Yuni, 2016),

sinónimos que reflejan la etapa de cambios que conducirán hacia la transición de la vida adulta.

Actualmente, la adolescencia, en palabras de Urbano y Yuni (2016), se entiende en muchas sociedades como un estadio vital que se desarrollan en medio de la niñez y la adultez, en la que el ambiente señalará los criterios que marcarán el ingreso a la vida de adultos. Esto, debido a que existen ambientes que relacionan la entrada a la adultez a factores como: autonomía financiera e independencia económica, y hay otras sociedades en las que este periodo se define con el desarrollo de funciones laborales y la procreación (p.38).

Teniendo en cuenta lo mencionado, según Perinat y Moreno (2013), la adolescencia es el periodo que abrirá paso a la adultez, el cual se llevará a cabo atendiendo a cambios biológicos, donde se incluyen tanto el desarrollo físico como el sexual, que se inicia a partir de la pubertad. En segundo lugar, involucra la madurez psicológica, la cual está vinculada a la búsqueda de la identidad del joven, donde se incluyen una nueva construcción del autoconcepto, autonomía emocional, el compromiso moral y una nueva actitud hacia el entorno. Por último, se menciona la madurez social, que se relaciona a la autonomía del joven, que se caracteriza por la independencia económica, vivir en un hogar propio, manejo de los recursos, que pondrían fin a la adolescencia (p.14).

Por lo tanto, puede hablarse de la adolescencia como un proceso activo, en el que se involucran activamente: el ambiente, quien es el encargado de determinar los roles y logros que debe presentar el individuo que ingresa a la vida adulta; igualmente, depende de la madurez física y mental que muestren lo que indicará que están aptos para enfrentarse a los retos que involucra la adultez. Por esta razón, la adolescencia es una construcción social.

Por transcurrir en un intervalo temporal muy amplio y al darse muchas fases importantes en este lapso, Aberastury (2002) y Blos (1986), citado por Gómez, (2008, p.106), han dividido la adolescencia en las siguientes subetapas:

- **Adolescencia temprana:** En esta etapa comienza a reflejarse alejamiento y un comportamiento desinteresado hacia los padres, suelen optar por establecer vínculos con compañeros del mismo sexo, suelen desafiar a sus autoridades y se protegen sus intimidades. Simultáneamente, ocurre un desarrollo de las capacidades cognitivas, control sobre las fantasías, inestabilidad emocional y dificultad para controlar la impulsividad.
- **Adolescencia media:** Aumentan los enfrentamientos con los padres, así como también la interacción con compañeros y experimentación sexual. Por otro lado, se crean sentimientos de invulnerabilidad y conductas omnipotentes.
- **Adolescencia tardía:** Se sienten más cercanos a los padres y sus valores, se da prioridad a las relaciones íntimas. De igual manera, desarrollan un sistema propio de valores e identidad personal y social que le permite intimar.

Cada uno de estos cambios se llevarán a cabo atendiendo a las diferencias individuales de los jóvenes, por lo que se irán manifestando a diferentes ritmos, dependiendo de los factores a los que se exponen.

En este sentido, Santrock (2003, p.29), plantea que el adolescente y su desarrollo dependen de la interacción de procesos biológicos, cognitivos y socioemocionales, quienes van a determinar la transición adecuada a la adultez:

- **Procesos biológicos:** Implica los cambios físicos en el cuerpo del individuo. Que se desarrollarán atendiendo a factores como la herencia, estado y desarrollo del cerebro, los cambios hormonales, en el peso y estatura, entre otros procesos de índole biológico que se manifiestan fenotípicamente durante esta etapa.
- **Procesos cognitivos:** Se dan modificaciones en el pensamiento y la inteligencia de los individuos, incluyendo el desarrollo de procesos cognitivos que se exploran en la adolescencia.

- **Procesos socioemocionales:** Involucra el cambio en la interacción del individuo con otros, incluyendo las emociones, personalidad y el rol del entorno ante el desarrollo. Esto implica conductas irracionales del adolescente a su entorno, la función que ejerce la sociedad en el desempeño emocional y social de los adolescentes.

### **2.1.1 Desarrollo biológico**

Los cambios físicos y biológicos en este periodo están ligados a la pubertad, que es el proceso en el que se lleva a cabo una maduración física y sexual, la cual se abre paso durante la adolescencia temprana. Por otro lado, simultáneamente se desencadenan cambios rápidos en cuanto al aumento de estatura y peso en ambos géneros, que van a permitir la aproximación física al arquetipo de un adulto.

El comienzo de la pubertad se asocia con la primera menstruación en las chicas y la aparición del vello púbico en los varones (Coleman, 2013). No obstante, esos cambios solo representan una parte de lo que se desarrolla a nivel de los sistemas: endocrino, respiratorio, cardiovascular, músculo esquelético, sistema reproductor, entre otros, quienes participarán en conjunto para hacer posible el desarrollo de los individuos.

Por otro lado, existen componentes genéticos, nutricionales, y condiciones de salud que pueden influir en el inicio de la pubertad, así como en el tiempo de adaptación a las modificaciones físicas, que pueden intervenir positiva o negativamente en el proceso de desarrollo de aquellas características que determinan la madurez.

La pubertad empieza a manifestarse producto de la secreción y funcionalidad de varias hormonas y la interacción de otros factores, como lo son: la herencia, peso, grasa corporal y la leptina.

Sobre este último término mencionado, Papalia, Duskin, y Martorell, (2012 p. 356), señalan que la leptina, una hormona que se vincula a la obesidad, podría

ser un determinante para el inicio de la pubertad, ya que, a niveles altos en sangre pueden estimular a la glándula hipófisis y las glándulas sexuales, para que estas aumenten su producción.

Las hormonas, en esta etapa, son las encargadas de mostrar los cambios físicos que vemos comúnmente en los individuos que cursan este periodo. Que, en palabras de Santrock (2003), se trata de: “sustancias químicas muy potentes, secretadas por las glándulas endocrinas y que el torrente sanguíneo transporta por todo el cuerpo” (p. 56). Hay que mencionar que, los niños y las niñas presentan el mismo tipo de hormonas, lo que va a marcar la diferencia y más en este periodo puberal es la concentración que manifiesten de las mismas.

El aumento de la hormona liberadora de gonadotropina (GnRH), en el hipotálamo, permite el incremento de dos hormonas reproductivas fundamentales, que son: la hormona luteinizante (LH) y la hormona folículo estimulante (FSH). El aumento de la hormona folículo estimulante en las niñas desencadena la menstruación. Por otro lado, es la hormona luteinizante (LH) quien iniciará la producción de testosterona y androstenediona (Papalia, Duskin, & Martorell, 2012).

Papalia, Duskin, y Martorell (2012, p. 355), también señalan que la pubertad comprende dos etapas fundamentales: la activación de las glándulas suprarrenales y posteriormente la maduración de los órganos sexuales):

- En la primera etapa, las glándulas suprarrenales son las encargadas de producir grandes cantidades de andrógenos, quienes participan en el crecimiento del vello púbico, facial y axilar; proceso que se lleva a cabo entre los cinco y nueve años.
- La segunda etapa de la maduración se da aproximadamente a los diez años, y consiste en el desarrollo de los órganos sexuales. En las niñas, los ovarios incrementan la producción de estrógeno, quienes jugarán un papel importante en el crecimiento de los genitales femeninos, aparición del vello púbico y axilar, así como el desarrollo de las mamas. En los varones, por su parte, los testículos aumentan la síntesis de andrógenos,

específicamente de la testosterona, quienes se encargarán del crecimiento de los genitales masculinas, vellos y masa muscular.

La pubertad y las modificaciones que conlleva, se dan en la adolescencia tardía, y este proceso puede durar aproximadamente cuatro años tanto para hombres como mujeres, e iniciaran dos o tres años antes en las niñas que en los niños (Papalia, Wendkos, & Duskim, 2005). Posteriormente, estos repentinos cambios físicos se presentarán de manera más espaciada, dando como resultado la maduración completa.

Es importante mencionar que, los individuos que atraviesan por este periodo, en un afán de ser aceptados por su entorno y que este apruebe sus cambios físicos, suelen presentar sensibilidad a las opiniones del entorno. Esta es la razón por la que pueden presentar sentimientos de inferioridad, al no mostrar un físico más parecido al de un adulto, impactando la seguridad de los jóvenes a tal punto que de esto dependerá su éxito en la interacción con el sexo opuesto. Por el contrario, quienes presentan un desarrollo acelerado para su edad tienden a presentar vergüenza o incomodidad por manifestar características diferentes a sus pares (Urbano & Yuni, 2016).

Por otra parte, existen diferencias que determinan la manifestación de la pubertad y están vinculadas a elementos de índole genético, así como a distintos factores ambientales y psicológicos que marcarán su inicio y desarrollo.

### **2.1.2 Desarrollo cognitivo**

A medida que se van llevando a cabo los cambios para la maduración biológica, y se vuelven cada vez más evidentes y observables en su físico, los adolescentes, manifiestan modificaciones a niveles de pensamiento y procesamiento del contenido que perciben a su alrededor, qué posteriormente determinarán la conducta de los adolescentes.

La cognición, en nuestra actualidad, hace referencia a la relación entre la mente y el papel que juega en los procesos cognitivos (Gutiérrez, 2015), que han sido estudiados en la psicología a través de los años.

Baztán (2009), afirma que la función cognitiva, también se conoce como el acto de pensar y conocer, que involucra a su vez procesos mentales como lo son: la atención, la percepción, la memoria, el aprendizaje, el pensamiento, el razonamiento, entre otros (p. 143).

Por lo señalado anteriormente, el desarrollo cognitivo comprende múltiples procesos mentales complejos, que permitirán que las personas puedan desempeñar labores cotidianas con eficiencia, ya que, en palabras de Coleman (2013): “las alteraciones en la función intelectual tienen implicaciones para diversos comportamientos y actitudes” (p. 44).

De igual manera, para comprender más sobre la capacidad de pensamiento y conocimiento del individuo, es importante no aislar los eventos que suceden a nivel cerebral, ya que, son estas estructuras las que facilitarán el procesamiento de aquella información que ingresa desde el ambiente y permitirá responder adecuadamente a estos estímulos externos.

Por su parte, durante el periodo de la adolescencia no se ven cambios tan marcados a nivel cognitivo comparados a los observables en el desarrollo físico de los chicos, sin embargo, se siguen manifestando de manera constante y abren paso a su búsqueda de la identidad e independencia, que caracteriza a esta población.

Uno de los cambios destacables en el cerebro de los adolescentes, está relacionado a la mielinización de los axones, que permite una rápida transmisión de información nerviosa en los lóbulos frontales. De igual manera, el periodo de infancia y pubertad se caracteriza por un aumento de sinapsis en la corteza prefrontal; no obstante, después de la pubertad disminuye considerablemente la

materia gris en esta zona, como una forma de reorganización de esta sinapsis. (Perinat & Moreno, 2013).

Esta falta de madurez en la corteza prefrontal y la falta de control inhibitorio se relaciona a características como: la impulsividad y la búsqueda de riesgos en esta etapa (Moreno A. , 2015).

Atendiendo a lo anterior, en esta etapa entre adolescencia media y tardía los jóvenes presentan menos conexiones neuronales, sin embargo, como afirman Papalia, Duskin y Martorell (2012), “estas conexiones son más fuertes, homogéneas y eficaces, lo que aumenta la eficiencia del procesamiento cognoscitivo” (p. 362).

Por otro lado, entre los 6 años y la pubertad se incrementa el crecimiento en los lóbulos temporales y parietales, cuyas funciones están vinculadas al lenguaje y habilidades espaciales, mientras que el lóbulo frontal sigue con su desarrollo desde la adolescencia hasta la adultez, para continuar con el proceso de maduración (Perinat & Moreno, 2013).

Estos cambios estructurales a nivel cerebral son manifiestos en las conductas de los adolescentes. Desde la velocidad de respuesta ante los estímulos, hasta el pensamiento, existen funciones que sufrirán modificaciones y estarán orientadas a cumplir metas futuras, y tal como lo señala Batzán (2009): “con la adolescencia, el ser humano inaugura las formas de pensamiento adulto” (p. 144).

Aunque pueden presentar respuestas inmaduras, los adolescentes poseen la capacidad para razonar y adoptan nuevas posiciones firmes en cuanto a la moralidad se refiere.

Sobre el desarrollo cognitivo, Jean Piaget, es sin duda uno de los principales exponentes, el cual describió cuatro etapas fundamentales que representan hitos universales de desarrollo. Sostenía que los individuos poseen una habilidad innata para adaptarse a su entorno. Desde la infancia a la adolescencia irán percibiendo el mundo de manera más precisa y obtienen mayores facultades para manejarse

en él, por lo que, a medida que transcurren por cada etapa, los emplean mecanismos diferentes para desenvolverse eficientemente (Papalia, Wendkos, & Duskim, 2005). Estas etapas son la: sensoriomotora, preoperacional, operaciones concretas y las operaciones formales. Estas etapas están relacionada a una edad específica, además, a medida que cursan por ellas se espera una manera de pensar diferente y comprender el mundo de forma más compleja:

- Etapa sensoriomotriz: Se da desde el nacimiento a los dos años. El niño adquiere el conocimiento para comprender el exterior, organizando las actividades relacionadas al entorno, a través de estimulación sensorial y motora.
- Etapa preoperacional: Desde los dos a siete años. En esta etapa, los niños representan el mundo por medio de símbolos, como palabras, dibujos o imágenes, para enunciar situaciones, personas o escenarios.
- Etapa operaciones concretas: Comprende aproximadamente desde los siete a once años. Los niños tienen la capacidad para resolver problemas y realizar actividades empleando la lógica, no así el pensamiento abstracto.
- Etapa operaciones formales: Inicia aproximadamente entre los once y los quince años. El individuo tiene capacidad de pensamiento abstracto, y tiene la facultad de resolver problemas atendiendo a situaciones hipotéticas o imaginarias, elaborando soluciones lógicas.

La última etapa mencionada es la que corresponde a la adolescencia. Se caracteriza por la abstracción del pensamiento y la capacidad para plantearse posibilidades de pensar en situaciones probables orientadas al futuro y obtención de metas. Esto es lo opuesto al pensar de los niños, quienes se limitan a lo que pueden percibir sensorialmente y a lo que es real.

Por otro lado, los adolescentes presentan mayor flexibilidad para manipular la información. Tienen la capacidad de emplear símbolos para representar otros símbolos, dándole la oportunidad para aprender álgebra y cálculo. Asimismo,

pueden percibir y emplear tanto metáforas como alegorías, por lo que hay una mayor comprensión a nivel de literatura (Papalia, Duskin, & Martorell, 2012).

Existen otros aspectos relacionados al desarrollo cognitivo adolescente, como lo es el área del lenguaje, en el que se espera un aumento en su vocabulario, y datos señalan que en promedio los adolescentes entre los 16 y 18 años manejan aproximadamente 80 000 palabras. De igual manera, en esta etapa tienen la capacidad para definir, discutir e integrar en conversaciones conceptos abstractos, como lo son el amor, la justicia y la libertad (Papalia, Wendkos, & Duskim, 2005). Es por medio de la lectura y el compartir con otras personas donde los adolescentes irán adquiriendo nuevas formas de expresión, cada vez más acertadas para su edad.

Por lo mencionado en este apartado, son destacados los cambios cognitivos en la adolescencia y a medida que va progresando la maduración física los jóvenes se van haciendo partícipes y conscientes de estas modificaciones que presentan. Debido a su nueva capacidad para analizar sus propios eventos y cambios personales de manera lógica y abstracta, pueden presentar preocupación por elementos vinculados a la etapa que transcurren, a tal punto que consideran importante la opinión que tienen de sí mismos.

### **2.1.3 Desarrollo socioemocional**

Este período viene acompañado de muchos retos, ya que, además de los numerosos cambios que enfrentan los jóvenes a niveles físicos y cognitivos, mayor será la carga de exigencia que ejercerá el ambiente adulto sobre el adolescente. Hay un aumento en las expectativas del entorno, quien requerirá una conducta adecuada, forma de vestir específica, un nivel académico estándar, entre otras demandas, lo que puede traer frustración en esta etapa.

La interacción entre los distintos participantes del entorno y el individuo se llevará saludablemente a través del proceso de socialización. Batzán (2009), afirma que

se trata del proceso en el que los individuos adoptan elementos culturales de su entorno, tales como los valores, normas, códigos simbólicos y reglas de conducta, para integrarlos a su personalidad con la finalidad de adaptarse al contexto social (p. 2015).

El adolescente se expone ante el ambiente, donde participan activamente la familia, la escuela, los amigos, la cultura, entre otros elementos, los cuales son agentes de gran influencia en la manera de pensar y de actuar que adoptarán los jóvenes en esta etapa e intervendrán en el proceso de búsqueda de su autonomía, como parte de la transición importante para la edad adulta.

La búsqueda de la identidad es una característica importante en este período. Erikson (1950), citado por Papalia, Duskin, & Martorell (2012), afirma que la identidad se define como: “una concepción coherente del yo, compuesta por metas, valores y creencias con las que la persona establece un compromiso sólido” (p. 390).

Los cambios físicos de los adolescentes, aunados a los cambios a nivel de pensamiento y razonamiento, traen como resultado que perciban estas alteraciones de su propio cuerpo y dándose un nuevo concepto y valor empleando recursos más complejos producto de su desarrollo cognitivo.

Asimismo, en esta etapa se da un cambio en el sentido del yo y la manera en la que se comprenden a sí mismos. En este sentido, Santrock (2003), señala que: “las capacidades cognitivas en el proceso de desarrollo de los adolescentes interactúan con las experiencias socioculturales, influyendo en la comprensión de sí mismos” (p. 247).

De acuerdo con Rodrigo et al. (2004): “los adolescentes son una «materia» moldeable y receptiva que está muy abierta a las influencias de los modelos sociales y de los entornos de vida que frecuentan” (p.203).

Es así como los sistemas que rodean a los adolescentes, ya sea la familia, los pares y la escuela, se convierten en recursos fundamentales para la formación de

su identidad. Por lo que, un contexto favorable podría traer conductas positivas, disminuyendo así los riesgos de presentar mal comportamiento.

El adolescente va a buscar en el ambiente elementos como: seguridad, reconocimiento social, afecto y un medio de acción; cada uno de ellos libre de la dominancia de los adultos (Baztán, 2009).

En primera instancia, estos agentes mencionados son proporcionados por la familia, la cual es el primer espacio donde los niños empiezan a comprender el mundo en el que viven y aprenden a desenvolverse atendiendo a normas y desempeñan actividades propias del núcleo familiar.

Sin embargo, durante la adolescencia, los individuos suelen priorizar la socialización con compañeros y amigos antes que la familia, debido a esta búsqueda constante de independencia propia del periodo. De esta manera, la escogencia de los amigos se muestra como un proceso complejo y fundamental, en el que se seleccionarán atendiendo a los intereses, actividades, costumbres y actitudes que tienen en común, llegando al punto de considerárseles como una familia, los cuales son fuente de apoyo emocional.

Estas relaciones sociales facilitan la adaptación a la individualización adulta, debido a que el adolescente transfiere al grupo de externos la dependencia que solía presentar en el núcleo familiar (Aberastury y Knobel, 1990, citado por Quiroz, 2015). Esta interacción con personas ajenas al círculo primario es la conexión con el mundo exterior, que brindarán una perspectiva más amplia del comportamiento que puede esperarse en otros contextos.

Emocionalmente, los adolescentes también están sujetos a cambios debido a la transición hacia la edad adulta, en la que se asocian sentimientos de confusión y contradicción, por las pérdidas de elementos de la infancia y miedo al cercano mundo de los adultos.

Estas modificaciones que trae la adolescencia traen como resultado a la observación de tres duelos: debido al cuerpo infantil, a raíz de los

cuestionamientos de su identidad, el rol infantil, y también debido a los padres de la infancia; estos conflictos se asocian al enfrentamiento que tienen los adolescentes al ser expuestos ante un nuevo mundo, en el que se ven alteradas las condiciones y características de su propio cuerpo, el rol que debe seguir, nuevas normas conductuales, construcción de nuevas metas e ideales, entre otros aspectos, además que se da un cambio en la imagen que tienen de sus padres (Aberastury, 1994, citado por Quiroz, 2015).

El adolescente, conforme avanza hacia su madurez se hace más consciente de sus propias emociones, aprendiendo a identificar entre los sentimientos y los hechos, lo que va a permitir un proceso de toma de decisiones más efectivo, habilidad para ponerse en el lugar de otros ante alguna situación y a regular su respuesta emocional, entre otros beneficios que lo irán asemejando cada vez al comportamiento de un adulto.

#### **2.1.4 Los adolescentes ante la transición**

Como resultado a todos los eventos manifiestos a nivel biológico, cognitivo y socioemocional, cambia la aptitud de los adolescentes frente a las distintas modificaciones rápidas que se dan en esta etapa, que pueden desencadenar a su vez frustraciones u otras respuestas emocionales similares.

Durante este periodo se desarrollan muchas competencias y habilidades para la vida, y es por esta razón que los adolescentes no cuentan en su totalidad con todos los elementos que lo hacen capaz de afrontar las adversidades que manifiesta su entorno, lo que puede causarles problemas en su desarrollo (Barcelata Eguiarte, 2015).

En la adolescencia, los individuos se encuentran en un estado de vulnerabilidad ante una sociedad exigente, aunado a escenarios como la separación que ocurre con los padres, las pérdidas provenientes de la niñez, la creación de metas a futuro, la preocupación por la escogencia del rol que desempeñarán en la

sociedad, y la búsqueda de su identidad son algunos de los muchos pensamientos recurrentes en esta población, que, pueden marcar positiva o negativamente sobre su salud física y psicológica.

Tratándose de una época de experimentación y tomando en cuenta que los adolescentes son individuos que presentan patrones de conducta de inestabilidad, debido a que no se han consolidado sus gustos, intereses e ideales en su totalidad y que tienden a priorizar las opiniones de los demás sobre ellos mismos, se puede decir que los adolescentes son propensos a optar por encontrar una identidad negativa.

Por esta razón, existe una tendencia de los jóvenes a prácticas como son la delincuencia, depresión, aislamiento, consumo de drogas y alcohol, hasta el suicidio (Pérez, 2005).

Por lo mencionado anteriormente, les corresponde a los adolescentes enfrentarse a muchas dificultades: un mundo incierto, lleno de peligros y también elementos que pueden resultarles atractivos. (Pereira, 2013).

Conforme va en avance el proceso madurativo del adolescente, la sociedad y los mismos jóvenes irán creando recursos de adaptación para enfrentarse a los distintos cambios que se mostrarán en esta etapa, los cuales, pueden evidenciar tanto conductas saludables como dañinas; esto, atendiendo al ambiente en el que se relacionan. Por esta razón, el contexto del adolescente no está exento a estos cambios, sino que, tanto padres educadores y sociedad en general participan activamente en el proceso de adaptación a los cambios del adolescente.

## **2.2 Resiliencia**

A lo largo de la historia, los seres humanos en todas las sociedades han estado expuestos a riesgos, peligros, crisis y otros desastres, ocasionados ya sea por eventos relacionados a guerras, desastres naturales, etc. Considerando lo anterior, los individuos al verse afectados ante las diversas situaciones

conflictivas, desde el principio de los tiempos han creado formas para sobreponerse y adaptarse al ambiente, muchas veces transmitiendo estos mecanismos de generación en generación y, tal como lo afirma Lucini (2014), las personas en épocas pasadas de alguna manera adoptaron una posición resiliente ante estas situaciones.

De esta forma es cómo surge el término de la resiliencia y el interés científico a principios de los años 1980, con el fin de explicar la capacidad de superación de los individuos a condiciones severamente adversas, logrando convertirlas en ventajas o estímulos para su desarrollo bio-psico-social (González Arratia, 2016).

No obstante, conocer datos específicos sobre los orígenes de la resiliencia son difíciles de indicar, debido a que, a lo largo de su evolución científica se ha caracterizado por ser un proceso complejo, dinámico, mas no lineal (Barcelata Eguiarte, 2015). Siendo así, objeto de estudio de manera simultánea en muchas partes del mundo.

La resiliencia surge cuando era muy común el término de “invulnerabilidad” para referirse a los individuos que reflejaban una conducta más resistente y fuerte ante las dificultades y que no cedían ante las presiones o estresores ambientales. Sin embargo, concepto se consideraba confuso. Es así, como años más tarde y producto de la investigación, se evidencia la importancia de otorgarle a esta capacidad de afrontamiento un nombre que se ajustara a específicamente a este proceso, adoptando la palabra resiliencia para este fin y el concepto de invulnerabilidad es utilizado actualmente en la psicopatología.

El término “resiliencia” proviene del latín *resilio*, que significa regresar o rebotar. Esta palabra también es utilizada en el área de la ingeniería y metalurgia, y se entiende como la capacidad de resistencia que tienen los materiales para volver a su posición original después de un choque o haber soportado ciertas cargas e impactos.

En el ámbito de la psicología, como señala Palomar y Gaxiola (2012), la palabra resiliencia hace referencia a: “los procesos que permiten a las personas sobreponerse a la adversidad y "rebotar" para volver a su estado original e incluso, en ocasiones, crecer después de haber enfrentado dificultades importantes “(p. 10).

De esta manera, se puede decir que la resiliencia es la capacidad de crecer y superar grandes dificultades que se pueden presentar de manera individual o en un grupo, y estos obstáculos parten desde eventos permanentes y estructurales (como la pobreza), como también situaciones puntuales y personales (como las enfermedades graves o duelos) (Saavedra, Salas, Cornejo, & Morales, 2015).

### **2.2.1 Concepto de resiliencia**

A lo largo de los años, la investigación sobre resiliencia se ha acrecentado exponencialmente con la contribución que de campos como la psicología, pedagogía, psiquiatría, salud y ciencias sociales (Illescas, 2015).

No obstante, a pesar de que la resiliencia ha sido enriquecida por el aporte de muchos autores los cambios no alteran en su totalidad su fondo, como la capacidad de adaptación y afrontamiento saludable a situaciones problemáticas. Sin embargo, cada autor le otorga una perspectiva que posiciona a la resiliencia como un proceso complejo y fundamental para que los individuos puedan desarrollarse integralmente, donde se ven involucrados muchos elementos biológicos, psicológicos y sociales.

Garnezy (1991), citado por Puig (2013), y quien es considerado uno de los pioneros en el estudio de la resiliencia, afirma que la misma se refiere a la “capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al comenzar un evento estresante” (p. 41).

Un comportamiento resiliente, no representa una imagen heroica producto de la comparación entre niños con otros que afrontan situaciones de riesgo similares y

tampoco se vincula a una impermeabilidad ante el estrés. Por el contrario, muestra la capacidad de recuperación y mantener una conducta adaptativa, como resultado del retroceso o incapacidad que suele desencadenarse cuando ocurre un evento estresante (Garmezy 1991, citado por Ospina-Granados, Alvarado-Salgado, & Carmona-Parra-Jaime, 2017).

Atendiendo a los aportes anteriores, se entiende la resiliencia como un proceso dinámico en el que el individuo se enfrenta con el problema y sus consecuencias negativas y se recuperan mediante la aplicación de mecanismos para adaptarse a la nueva realidad.

Por otro lado, Rirkin y Hoopman (1991), citado por Henderson y Milstein (2005), afirman que la resiliencia se define como: “la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad, y de desarrollar competencia social, académica y vocacional pese a estar expuesto a un estrés grave o simplemente a las tensiones inherentes al mundo de hoy” (p. 26).

Por tanto, la resiliencia es un recurso que va a permitir que aquellas personas que atraviesan por diversos traumas puedan integrarse de manera efectiva en su entorno, desempeñando con eficiencia su rol en sociedad, gracias al proceso de recuperativo y adaptativo previo.

La resiliencia está presente en personas normales en relación con las variables naturales del contexto en el que se desenvuelven, por lo que no es una característica de seres excepcionales. Se trata de una cualidad humana universal que se manifiesta en cualquier situación difícil y contexto desfavorable, o en escenarios como: guerras, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, que los individuos enfrentan y salen fortalecidos y transformados de aquellas experiencias negativas (Vanistendael, 2002, citado por Uriarte 2005).

Rutter (1992), citado por Puig (2013), se refiere a la resiliencia como un “conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida ‘sana’, viviendo en un mundo ‘insano’”. Estos procesos tendrían lugar a través del tiempo,

dando afortunadas combinaciones entre atributos del niño y su ambiente familiar, social y cultural” (p. 41).

El mismo autor se refiere a la resiliencia como la “capacidad de prevalecer, crecer, ser fuerte y triunfar a pesar de las adversidades. Caracterizando a aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos” (Rutter 1993, citado por Illescas 2015, p. 13).

De esta manera, la resiliencia se observa como un proceso que involucra la participación de la sociedad como fundamental para su construcción, y no así, como un atributo o mérito que presentan determinado número de personas que nacen con esta habilidad o aquellos quienes paulatinamente aprenden esta habilidad durante su desarrollo.

De acuerdo con Grothberg (1995), citado por Salgado (2009), define a la resiliencia como: “la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado positivamente por ellas.

Ramundo y Pedrino (2001), citado por González Arratia (2016), señalan que la resiliencia puede definirse como: “la capacidad emocional, cognitiva y sociocultural de las personas y/o grupos que permite reconocer, enfrentar y transformar constructivamente situaciones que provocan sufrimiento y/o daño” (p.27).

Con base en lo anterior, es observable como la resiliencia se distingue no solo por la participación del individuo frente al problema o situación, más bien, es un proceso que puede llevarse a cabo de manera colectiva.

Cyrułnik (2003), citado por Illescas (2011), afirman que la resiliencia es el: “proceso por el que el individuo puede retomar su desarrollo a pesar de su contexto de adversidad. Manifiesta que se trata de resiliencia cuando se ha ocasionado un efecto traumático o una circunstancia adversa que, a pesar de

tratarse de un evento de su historia personal, no se olvida, sino que por el contrario va a favorecer a la recuperación de cierto tipo de desarrollo.

Las definiciones sobre resiliencia se enfocan en características que presentan los individuos resilientes: habilidad, adaptabilidad, baja susceptibilidad, enfrentamiento efectivo, capacidad, resistencia a la destrucción, conductas vitales positivas, temperamento especial, habilidades cognitivas, en donde cada una de ellas se manifiestan ante eventos adversos o estresantes, que van a permitir que puedan afrontarlos y superarlos de manera saludable (Puig, 2013).

Todas las definiciones de resiliencia tienen en común la presencia de un trauma, evento estresor, padecimiento, u otro tipo de condiciones, como también el afrontamiento y proceso de recuperación del individuo ante el mismo. Por esta razón, definir la resiliencia resulta complejo y puede traer más perspectivas o distintas aplicaciones en contextos y situaciones diferentes.

### **2.2.2 Desarrollo de la resiliencia**

La resiliencia es un proceso que se caracteriza por ser dinámico y en construcción constante, llevado a cabo gracias a la interacción que tiene el individuo con su entorno. De esta manera, la resiliencia no se aleja del ambiente, por el contrario, es a través del entorno donde aprenderá a adoptar muchos comportamientos adaptativos.

Para llevarse a cabo la resiliencia es necesaria la evaluación de tres componentes: la primera, la presencia de los riesgos que representen una amenaza para el individuo. La segunda, los factores de protección con los que cuente la persona producto del aprendizaje en sociedad. Y, en tercer lugar, la relación con resultados adaptativos (ya sean internos o externos), en forma de competencias vinculadas a la edad y cultura donde la persona se desenvuelve (Rivera, 2017).

Hay que entender la resiliencia como un proceso complejo que no solo implica factores personales, como lo son la personalidad, la autoestima, desarrollo

cognitivo, entre otros; sino que también participarán activamente el núcleo familiar y como el contexto sociocultural que lo rodea, que serán fuentes de protección ante muchas dificultades.

Según Pierre-André Michaud (1996), citado por Uriarte (2005, p. 67), la resiliencia presenta cuatro ámbitos de aplicación:

- **Ámbito biológico:** Aunque los individuos presenten condiciones somáticas hereditarias o secuelas ocasionadas por accidentes y demás patologías, son capaces de llevar sus vidas de manera digna y creativamente.
- **Ámbito familiar:** Culminación exitosa del desarrollo de niños que proceden de núcleos familiares conflictivos, familias disfuncionales, abusos, abandonos y maltratos.
- **Ámbito microsocia:** También puede mostrarse en los individuos que viven en contextos que presentan pobreza, ausencia de servicios, riesgo social y otras características que lo obligan a permanecer en estado de “agresión social”, de manera continua.
- **Ámbito macrosocia, histórico o público:** Se refiere al afrontamiento de eventos relacionados a catástrofes naturales, guerras, terrorismo, deportaciones, etc.

La evaluación del impacto que generan los traumas, desastres naturales, enfermedades y otros eventos problemáticos mencionados, abarcan y dependen de factores relacionados a las experiencias y manejos que tenga el individuo en relación con su ambiente, sus creencias, expectativas, los pensamientos, ideas y visión que tenga sobre el mundo.

La resiliencia, es un potencial humano que estará presente en cada cultura, por lo que manifiesta constantes fluctuaciones debido a los cambios de contexto y características individuales que conforman al individuo. Es así, como las reacciones de las personas ante distintos eventos traumáticos suelen ser diferentes y la manifestación de una conducta resiliente estará constantemente influenciada por el entorno del sujeto, que comprende la familia, cultura y

comunidad, como también dependerán los tipos de estresores a los que están expuestos (González Arratia, 2016).

### **2.2.3 Factores de Riesgo**

Las adversidades involucran amenazas importantes al desarrollo de las personas, como puede ser vivir en un contexto de pobreza o estar expuestos constantemente a escenarios de agresión, etc., son ejemplos de ambientes y situaciones que pueden representar una probabilidad a que se presente un daño; estos elementos capaces de aumentar o potenciar una situación problemática y crear un desequilibrio, son llamados: factores de riesgo.

Para investigación sobre la resiliencia, ha sido fundamental el identificar cuáles son aquellos factores de vulnerabilidad o riesgo, que pueden lograr incrementar el efecto del trauma sobre el individuo (Barcelata Eguiarte, 2015).

En este sentido, al reconocer los riesgos que corren los individuos, grupos o comunidades, se puede estimar la probabilidad de que estos daños se produzcan, por lo que la investigación promueve anticiparse ante los eventos y poder establecer un plan de intervención para evitar que estos se lleven a cabo (Fernández 2004, citado por Fiorentino, 2008).

El término riesgo surge a través de la epidemiología, empleado para referirse a la probabilidad de presentar alguna enfermedad. Mientras que los factores de riesgo representan la manifestación de situaciones contextuales, o bien, personas que al estar presentes pueden aumentar las probabilidades de desarrollar dificultades emocionales, conductuales o daños en la salud (González Arratia, 2016).

Pereira (2010), citado por Illescas (2011), señala que se les considera factores de riesgo a características congénitas o adquiridas presentados de manera individual o bien, en contextos familiares o sociales, que van posibilitan la manifestación de angustia, disfunciones y desequilibrio en el individuo.

De esta manera, los factores de riesgo harán propenso al individuo a presentar trastornos y otras consecuencias nocivas. El nivel de daño ocasionados por estos factores dependerá del grado de exposición y capacidad adaptativa del sujeto o grupo. Por otro lado, es la familia quien se encuentra mayormente en contacto con la persona, por lo que puede jugar un papel de factor de riesgo, cómo también, puede ser de protección al individuo.

Los factores protectores pueden clasificarse de la siguiente manera (González Arratia, 2016):

- Individuales: presencia de problemas en la constitución biológica, problemas perinatales, manifestación de desequilibrio neurológico, atrasos en los hitos del desarrollo, incapacidad sensorial, dificultades a nivel psicológico, como: baja autoestima, problemas escolares, bajo rendimiento, complicaciones para el manejo y regulación emocional, etc.
- Familiares y sociales: nivel socioeconómico, historial de enfermedades mentales o abuso de sustancias en la familia, exposición a desorganización, agresión y conflictos familiares, como: divorcios, rechazo de los padres, antecedentes de maltrato o abuso infantil, etc.
- Del medio: escaso apoyo emocional y social percibido, ambientes con acceso a alcohol, drogas, armas de fuego, tanto en la escuela como en la comunidad, condiciones de pobreza, desempleo, injusticia social, pandillerismo, etc.

Es así, como los factores de riesgo son determinados por elementos individuales y ambientales, con el potencial de llevar al individuo a consecuencias negativas, afectándole a nivel físico, psicológico y social, convirtiéndose en una barrera que obstaculiza el proceso de desarrollo.

Existe un factor de riesgo que está muy ligado a la resiliencia, y es el que se relaciona con las etapas de transición de los individuos. Ya sea por eventos como ingresar a la escuela, separación de los padres o los abruptos cambios producidos

en la adolescencia, representan periodos de vulnerabilidad para el individuo y, por lo tanto, un riesgo a presentar condiciones negativas a futuro.

#### **2.2.4 Factores protectores**

Los factores protectores, muy a lo opuesto de lo observado con los factores de riesgo, son aquellos quienes van a permitir o favorecer una adaptación adecuada ante el evento traumático, brindando herramientas y recursos para que este pueda desenvolverse adecuadamente en su ambiente pese a la situación problema.

Comprenden elementos de la resiliencia tanto individuales como sociales, que van a facilitar que el individuo pueda emerger de manera exitosa y fortalecido sin caer en alguna enfermedad o trastorno, por lo que actúan como amortiguadores ante la crisis y demás situaciones estresantes. Y, al igual que los factores de riesgo, el individuo requiere de la participación del medio para su construcción.

Los factores de protección se entienden como condiciones que va a impedir la aparición del riesgo y conductas vinculadas al mismo, permitiendo que haya una disminución de la vulnerabilidad y favoreciendo la resistencia a daños (González Arratia, 2016).

Se trata de fuerzas internas y externas, que van a contribuir a que el individuo pueda resistir ante los efectos de riesgo, y, por ende, sea reducida la probabilidad de presentar disfunciones y problemas frente a las circunstancias (Fiorentino, 2008).

La construcción de los factores protectores puede derivarse tanto del logro en las etapas de desarrollo, que involucra los cambios en cuanto a adquisición de capacidades biológicas, psicológicas y sociales, como también, pueden ser influidos por las condiciones del ambiente. Por tanto, el contexto, como elemento externo que rodea al individuo es capaz de favorecer su desarrollo y facilitar la reducción de los efectos nocivos producto de circunstancias desfavorables (González Arratia, 2016).

Dentro de los elementos internos que conforman los factores protectores, se pueden distinguir: la autoestima, el optimismo, la fe, confianza en sí mismo, responsabilidad, la capacidad de elección, búsqueda de apoyo social, etc. (Fiorentino, 2008).

Los factores protectores pueden dividirse de la siguiente manera (González Arratia, 2016):

- Individuales: habilidades cognitivas, como la solución de problemas, sentido del propósito, sentido del humor, inteligencia, etc.
- Familiares y sociales: vínculos sanos con los padres, altas expectativas por parte de los familiares, buenas relaciones interpersonales con los pares y adultos, etc.
- Del medio: conexión entre casa y escuela, soporte y apoyo por parte de los profesores, comunidad, vecindario, etc.

Una adecuada adaptación ante el riesgo va a depender de la participación de factores protectores y los elementos internos (características individuales) y elementos externos (familia, escuela, comunidad, etc.), que la componen. De esta manera, promueven una conducta resiliente ante las circunstancias y modificando la respuesta del individuo por comportamientos adaptativos y saludables.

### **2.2.5 Disposiciones a la resiliencia**

La resiliencia, como se ha descrito anteriormente, comprende muchos aspectos del individuo para su construcción. Es así, como a parte de las características propias del ser humano, en las que se involucran aspectos como la personalidad, autoestima, habilidades cognitivas, entre otras capacidades, cualidades y habilidades que presenta, también es fundamental en el proceso de resiliencia la participación del contexto para su formación, o en otros casos, son estos factores sociales quienes pueden aumentar la probabilidad de consecuencias dañinas al sujeto.

Una de las habilidades importantes a tomar en cuenta para evaluación de la resiliencia los individuos, es el concepto de disposiciones psicológicas, quienes forman parte de las características individuales y se refieren a la disposición o propensión del sujeto a presentar cierta conducta.

Las disposiciones a la resiliencia hacen referencia al conjunto de características individuales, que representan las tendencias o inclinaciones que posibilitarán el afrontamiento y superación de las dificultades (Gaxiola J. C., 2011).

Los factores disposicionales surgen a partir de las relaciones del individuo con su ambiente, quienes actúan como medios para facilitar un comportamiento, sin embargo, la presencia de estas características disposicionales al enfrentar alguna situación, no determinan el manejo que tomará el individuo.

La integración de estas habilidades permitirá la superación de las situaciones riesgosas y el empleo mecanismos adaptativos.

Según afirma Gaxiola J. C. (2011), las disposiciones a la resiliencia pueden clasificarse en diez dimensiones, que son: el afrontamiento, actitud positiva, sentido del humor, empatía, flexibilidad, perseverancia, religiosidad, autoeficacia, optimismo y la orientación a la meta, los cuales son factores que se consideran como importantes recursos con funciones de protección.

#### **2.2.5.1 Afrontamiento**

El concepto de afrontamiento hace referencia al proceso que involucra una respuesta, o bien, un conjunto de respuestas, que se emplean ante una situación estresante, con el fin de manejar o neutralizar la reacción. El afrontamiento se relaciona a los intentos del sujeto que emplea para resistir y superar los eventos problemáticos, que le permite recuperar el equilibrio, haciendo posible una adaptación a la situación (Rodríguez-Marin, Pastor, & López-Roig, 1993).

El proceso de afrontamiento involucra los mecanismos y recursos aprendidos por medio del contexto o de manera individual, que son utilizados para solucionar un problema o situaciones que la ameritan, modificando o minimizando el impacto de estos elementos nocivos para el individuo.

El afrontamiento representa para el individuo parte de sus recursos psicológicos y una de sus variables personales, que se vinculan a las respuestas conductuales, cognitivas y emocionales que se utilizan para el manejo y tolerancia del problema, logrando así que haya una reducción de la tensión y una adaptación a la condición adversa (Díaz, 2010).

#### **2.2.5.2 Actitud positiva**

La actitud positiva se refiere a la predisposición construida a partir de tanto experiencias y características individuales como del aprendizaje en sociedad, que influye en el comportamiento del individuo, a fin de mostrar una perspectiva agradable y saludable a pesar de las adversidades o situaciones cotidianas.

Esta disposición, según afirma Gaxiola J. C. (2011), involucra un enfoque positivo de la vida, que incluye vínculos sociales con personas positivas, postura de aprendizaje frente a las dificultades y el buscar la felicidad pese a las adversidades que se presenten.

#### **2.2.5.3 Sentido del humor**

El sentido del humor se puede describir como la disposición de las personas a sonreír a pesar de atravesar por adversidades. Es un recurso que permite al individuo percibir la irracionalidad de la situación problemática y de esta manera atravesarla sin mayores daños, capaz de producir cambios a niveles emocionales y conductuales.

El humor representa una de las características individuales de los seres humanos, considerado también un rasgo estable de la personalidad. Se entiende como un vehículo para la comunicación y como mecanismo para la liberación de tensiones, inseguridades u otras reacciones adversas, actuando como defensa ante situaciones desfavorables. Estos beneficios provocan un aumento en el bienestar y disfrute del individuo (Losada & Lacasta, 2019).

El sentido del humor trae consigo múltiples beneficios a la salud y se manifiesta como un recurso positivo con impacto a niveles físicos, psíquicos, emocionales y espirituales. Se caracteriza por ser una herramienta fácil de emplear en la cotidianidad, lo que va a permitir que el sujeto pueda regular su estado de ánimo aún en las situaciones difíciles de forma instantánea.

#### **2.2.5.4 Empatía**

La empatía, según afirman Moya-Albiol et al. (2010), se puede definir como “una respuesta emocional que proviene de la comprensión del estado o situación de los demás, y que es ‘similar’ a lo que la otra persona está sintiendo” (p.90).

Las respuestas empáticas involucran la capacidad que tiene el ser humano para ponerse en el lugar de otro con las referencias observadas a partir de la información proporcionada, o bien, basándose desde sus propias experiencias para comprender a la otra persona, además de sus respuestas afectivas al compartir sus experiencias emocionales (Moya-Albiol, Herrero, & Consuelo, 2010).

La empatía se enmarca como disposición psicológica haciendo referencia a la tendencia del individuo a comprender y compartir lo que sienten los demás, tomando en cuenta sus características individuales, atendiendo al contexto, condiciones físicas y demás cualidades. Por lo tanto, se comprende como una habilidad que permitirá una mayor percepción de emociones y sensaciones de otras personas.

#### **2.2.5.5 Flexibilidad**

La flexibilidad se entiende como la habilidad para aceptar aquellos sentimientos y pensamientos del momento presente, sin defenderse o poner oposición a estos, a pesar de atravesar situaciones complicadas que requieran de la persistencia o cambio de conductas durante la búsqueda de sus metas y valores (Pérez-Romero & Vite-Sierra, 2020).

Esta dimensión incluye asumir la adversidad y demás cambios como eventos inmersos en la vida de los seres humanos, permitiendo la adaptación saludable y sobrellevándolos de forma positiva (Gaxiola J. C., 2011).

#### **2.2.5.6 Perseverancia**

La perseverancia, según afirma Gaxiola J. C. (2011), hace referencia al “esfuerzo para lograr metas a pesar de las dificultades y la habilidad para reajustarlas, aprender de las dificultades y reconocer el valor de la adversidad” (p. 75).

Esta dimensión se entiende como la disposición de los individuos a mantenerse firmes y constantes en su manera de comportarse o de actuar, pese a cualquier evento desfavorable. Es una tendencia humana a buscar la optimización y llegar a los objetivos propuestos, empleando la constancia para conseguirlos.

#### **2.2.5.7 Religiosidad**

La religiosidad como disposición psicológica se refiere al carácter de influencia y soporte frente a factores estresantes, que representan las comunidades que tienen en común elementos como creencias, prácticas y maneras de rendir culto a Dios. La fe en una entidad divina y el compartir con los feligreses se convierte para el individuo en protección ante situaciones desafortunadas que se presenten, contribuyendo de esta manera su afrontamiento.

Por su parte, Gaxiola J. C. (2011), afirma que: “la religiosidad es la tendencia a conceptualizar los problemas que se enfrentan de acuerdo con las creencias religiosas que se tengan. Los problemas, por más difíciles que sean, pueden ser considerados como pasajeros cuando se tienen creencias sobre la trascendencia de la vida” (p. 76).

La religión promueve la búsqueda de perspectivas positivas y profundizar en la realidad, lo que le otorga al individuo sentido de trascendencia, valía personal ante las situaciones difíciles. Por otro lado, puede ayudar al sujeto a encontrar un equilibrio emocional, siendo así, un recurso de soporte a pesar de atravesar por complicaciones, por lo que se considera que es una de las cualidades presentadas en individuos resilientes (López, Guevara, & Quinteros, 2016).

#### **2.2.5.8 Autoeficacia**

La autoeficacia se considera una de las características individuales y variable psicológica determinante para la obtención del logro académico. Se define como la habilidad para enfrentar escenarios específicos; incluye la creencia en las capacidades propias para reaccionar o actuar eficientemente ante situaciones determinadas (Contreras, y otros, 2005).

La autoeficacia como disposición a la resiliencia, se entiende como la tendencia del individuo a que influyan las creencias propias en los pensamientos a manera de autoestimulación con el fin y compromiso personal de cumplir aquellas metas trazadas, sintiéndose capaz de enfrentarse a adversidades y capaz de salir adelante con sus propios medios.

La autoeficacia no solo se va a referir a la aplicación de mecanismos de confianza en sí mismos puestos en marcha en una sola tarea, sino que también, permite la evaluación de la efectividad que presenta el individuo cuando se enfrenta a muchas situaciones estresantes (Olivari & Urra, 2007).

### **2.2.5.9 Optimismo**

El optimismo hace referencia a la tendencia del ser humano a expectativas positivas y buenos resultados. Es considerado una dimensión vinculada a la resiliencia, orientada en proteger al individuo de presentar consecuencias nocivas producto de eventos traumáticos (Gaxiola J. C., 2011).

Las personas con optimismo se caracterizan por presentar una expectativa o creencia de que surgirán escenarios positivos a sus vidas, trayendo resultados favorables a futuro. De esta manera se considera importante para la superación y afrontamiento a problemas en general.

El optimismo se establece entre situaciones externas, a partir de elementos físicos o sociales, y a la interpretación que realiza el individuo de las situaciones, permitiéndole responder de una manera positiva ante la adversidad (Salgado, 2009).

### **2.2.5.10 Orientación a la meta**

Según afirma Gaxiola J. C. (2011), la orientación hacia la meta “consiste en tener metas y aspiraciones en la vida y hacer lo necesario para lograrlas” (p.77).

La orientación hacia la meta como disposición psicológica, hace referencia a la postura del individuo en la que focaliza su atención hacia el cumplimiento objetivos y metas trazadas, las cuales serán un recurso para enfrentar adversidades; siendo una característica que suele presentarse en las personas con conductas resilientes.

## **2.3 Pandemia de la COVID-19 y sus efectos en la Salud Mental**

La enfermedad del coronavirus tipo 2, quien ocasiona el síndrome respiratorio agudo grave SARS-CoV-2, ha sido el causal de afectaciones respiratorias a gran escala, cobrando muchas vidas a nivel mundial. Dicho virus se descubrió por

primera vez en la región de Wuhan (China), aproximadamente en diciembre del 2019, extendiéndose rápidamente en la población por sus cualidades biológicas de rápida transmisión.

Este evento llevó a que el 11 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS), decretase la pandemia por COVID-19, trayendo consigo medidas de protección sanitaria que involucran a: aislamiento social, cuarentena, confinamiento, uso de mascarillas y cubrebocas de manera obligatoria, entre otras, las cuales fueron adoptadas por muchos países, ocasionando a su vez, reacciones adversas en diferentes rubros (González-Rodríguez & Labad, 2020).

El impacto de la pandemia del COVID-19, ha generado dificultades en muchas áreas, como la social, en la que muchos se han visto en la obligación de separarse físicamente de familiares o amigos, dificultades económicas, debido a los cierres de negocios y altos índices de desempleo, etc. Por otro lado, no se excluyen las consecuencias a nivel de Salud Mental, donde la incertidumbre y el miedo han elevado la posibilidad de que el individuo presente trastornos relacionados al afrontamiento de situaciones difíciles.

Los síntomas de depresión, ansiedad, estrés general y estrés postraumático son algunas condiciones que han aumentado considerablemente en muchas regiones del mundo durante este periodo crítico (Fitzpatrick, Harris, & Drawve, 2020).

La pandemia de la COVID-19, ha reforzado de manera negativa el pensamiento de “estás solo o aislado”, interpretado así por el individuo debido a la constante importancia que se le da a la distancia social y distancia física, tanto en la televisión, radio y redes sociales, que agrega al sujeto la percepción de sentirse completamente aislado de la sociedad (Saltzman, Cross, & Bordnick, 2020).

Dentro de las numerosas secuelas psicológicas que presentaron algunos individuos estadounidenses en cuarentena y personal de salud, se destacan daños emocionales como: el estrés, depresión, irritabilidad, insomnio, miedo, confusión, ira, frustración, aburrimiento y otros estigmas asociados a la

cuarentena, de los cuales, algunos persistieron hasta después que se levantó esta medida (Pfefferbaum & North, 2020).

Ante esta condición crítica, la educación, al igual que muchos trabajos, han tenido que recurrir a medios digitales para continuar con sus funciones laborales y estudiantiles, pero esto no reemplaza el contacto con otros. De esta manera, tal como lo afirman Saltzman, Cross, y Bordnick (2020), “el soporte social representa un fuerte predictor de la resiliencia después de las crisis o desastres ocasionados por la exposición”, por lo que la ausencia de estas relaciones interpersonales presenciales puede ocasionar dificultades sociales, como de afrontamiento de adversidades a futuro.

Por otro lado, en este tiempo, las redes sociales han sido de gran ayuda para promover la resiliencia al estrés y traumas ocasionados. Usando la tecnología como herramienta para socializar es una oportunidad importante para conocer las necesidades de los niños y adolescentes.

Existen grupos poblacionales que se consideran con mayor vulnerabilidad que otros tras los efectos psicosociales de la pandemia. Especialmente, aquellos individuos que presentan condiciones de enfermedad o son propensos a contraerlas, o bien, personas con preexistencias médicas, psiquiátricas o problemas de abuso de sustancias presentan riesgos de presentar dificultades psicosociales (Pfefferbaum & North, 2020).

Por otro lado, los niños y adolescentes al encontrarse inmersos en una serie de cambios importantes propios de su desarrollo son vulnerables ante estos hechos. El cambio abrupto en cuanto al tipo de enseñanza virtual, el no poder compartir con compañeros de clase y profesores, la reducción de su vida social a la familiar o estar expuestos ante el estrés de los padres de familia debido a la situación económica, hacen propensa a esta población a presentar dificultades de afrontamiento a la frustración e impotencia, trayendo consecuencias físicas, emocionales y conductuales a raíz de estas adversidades.

La pandemia de la COVID-19, involucra una serie de daños alarmantes para cada población, de manera directa o indirecta se han visto afectados por tristes pérdidas, cambios de estilo de vida, dificultades económicas, entre otras situaciones difíciles al que debe enfrentarse y pueden representar daños a futuro a niveles físicos, psicológicos y sociales. Por tanto, es fundamental el desarrollo de una actitud resiliente, a fin de buscar recursos adecuados para su afrontamiento saludable.

#### **2.4 La resiliencia desde de la teoría Cognitiva Social**

La resiliencia, emerge como un concepto nuevo y positivo que forma parte del individuo, el cual no parece estar sujeto a las corrientes tradicionales y lineales que rigen a la psicología y las ciencias del comportamiento, más bien, por su característica flexible y dinámica abarca muchos elementos que pueden ser de influencia en los procesos adaptativos del ser humano. Estos factores encontrados en la formación de la resiliencia proceden de campos de la salud y también se construyen a base de teorías de distintas disciplinas como la psicología, antropología, sociología, medicina y la psiquiatría (Barcelata Eguiarte, 2015).

A partir de la creación de este término, la resiliencia ha sido el objeto de muchos estudios, en su mayoría tratando de darle explicación u origen a esta capacidad de adaptación y superación que presenta el ser humano ante condiciones desfavorables.

Sin embargo, Vanistendael (2013), hablando sobre los orígenes de la resiliencia, afirma que: “No se trata de una teoría o de una reflexión conceptual, sino de acontecimientos ocurridos y de hechos observados” (p.11).

Siguiendo con esta concepción, no podemos limitar la resiliencia a una teoría, darle una definición absoluta o condicionarla a un escenario específico sin tener en cuenta los múltiples factores internos, incluyendo elementos como la genética

y personalidad y externos, producto de las interacciones familiares y sociales, que permiten su formación en los individuos. Y a su vez, se amplía el panorama de intervenciones que pueden realizarse para promover una conducta resiliente.

Es por su naturaleza dinámica que la resiliencia puede ser vista desde distintas perspectivas y es gracias a los numerosos estudios que hoy se refleja como la investigación puede darle enfoques psicopatológicos, también desde la psicología del desarrollo, se explica desde perspectivas sociales, entre otras corrientes.

Partiendo de esta aclaración y contemplando la resiliencia como un concepto amplio y con muchas vertientes, se expondrá desde la perspectiva de la Teoría Cognitiva Social.

La teoría del aprendizaje social, siendo la primera propuesta de lo que es ahora la teoría cognitiva social, surge con grandes aportes del doctor Albert Bandura, en la época en la que las teorías psicológicas se fundamentaban en principios del conductismo, los cuales, consideraban al ambiente como fuente de un impacto en el individuo, pero también como el principal evento del desarrollo (Papalia, Wendkos, & Duskim, 2005).

En esta teoría se destacó principalmente el modelamiento y las reacciones de los individuos al ver a otros recibir reforzamientos o castigos por determinadas conductas.

El modelamiento, o también llamado aprendizaje por observación, es un proceso fundamental en la teoría del aprendizaje social, el cual se refiere a la capacidad que tiene el individuo para adquirir una conducta social adecuada, mediante la observación e imitación de modelos. Los seres humanos, según esta teoría, van a iniciar y avanzar en su propio aprendizaje al imitar las conductas de otras personas (Papalia, Wendkos, & Duskim, 2005).

De esta manera, se considera a las personas no solo como espectadores de las situaciones, que realizan mecanismos internos ocasionados por eventos que surgen en el medio ambiente; más bien, el ser humano es quien acciona sus

experiencias y por tanto no las padece simplemente. En estos procesos se ven involucrados distintos sistemas tanto a nivel motor, sensorial como cerebral, que son recursos empleados para llegar a cumplir metas, resolver problemas, realizar tareas, etc., quienes otorgan significado, dirección y satisfacción a sus vidas (Bandura, 2001).

Al ser incluidos elementos cognitivos, la teoría de aprendizaje social pasa a llamarse: teoría cognitiva social. En esta se hace énfasis en aquellos elementos cognitivos como lo son el pensamiento, expectativas y creencias, sin separar el impacto social que ejercen los demás como modelos.

Es así como la teoría cognitiva social se considera un sistema dinámico, que explicará procesos como la adaptación, el aprendizaje y la motivación. De igual forma, esta teoría muestra la manera en la que los individuos aplican en distintos escenarios su capacidad social, emocional, cognitiva y conductual, así como su capacidad autorreguladora y las motivaciones que le impulsan (Woolfolk, 2014).

La teoría cognitiva social establece mediante un sistema llamado: causalidad triárquica recíproca, la interrelación dinámica y constante existente en tres factores que son fuente de influencia, como señala Woolfolk (2014, p. 399):

- Factores personales: Se incluyen elementos como son los credos, expectativas, actitudes y conocimientos.
- Entorno físico y social: Se ven involucrados los recursos, efectos o consecuencias de los actos, el impacto de otras personas como los profesores y familiares, además de la influencia de otros ambientes.
- Conducta: Se refiere a las acciones individuales, toma de decisiones y las declaraciones expresadas verbalmente.

La teoría cognitiva social, señala que para obtener un aprendizaje hay una interacción dinámica entre factores individuales, como también los externos del individuo. El ser humano posee la capacidad de imitar una conducta determinada

y aprender por la observación de esta, pero también será influenciado por sus características propias.

Por esta razón la teoría cognitiva social guarda relación con la resiliencia, primeramente, porque se puede destacar la función que tiene el ambiente como medio donde se desarrollan aquellas tensiones y amenazas, que permitirán mostrar el comportamiento resiliente.

En segundo lugar, se puede mirar la resiliencia desde la teoría cognitiva social, ya que es una capacidad que no debe analizarse de manera individual, más bien, esta respuesta adaptativa ante eventos desfavorables va a depender del equilibrio entre los factores de riesgo, factores protectores y también características individuales como es la personalidad, y sobre todo este último elemento, van a permitirle al individuo responder positivamente ante ciertos eventos (Munist, y otros, 1998).

Rutter (1992), citado por Munist, y otros (1998), afirma que la resiliencia no debe pensarse como un atributo innato en los niños o que se puede adquirir a medida que continúan su desarrollo, más bien, la considera un proceso en el que se involucra un complejo sistema social, durante un periodo determinado.

Para enfrentarse a situaciones estresantes y amenazadoras, el individuo utiliza factores protectores, como lo son las creencias, lazos saludables en la familia, buenas relaciones interpersonales, y también el uso de otros mecanismos que se atribuyen al individuo, los cuales van a permitirle estar fuerte emocionalmente y con recursos saludables para defenderse de estas circunstancias.

De esta manera, como señalan Henderson y Milstein (2005): “Sin la necesaria protección, el individuo atraviesa un proceso de ruptura psicológica y luego, con el tiempo, se reintegra de esa ruptura. Una vez más, la disponibilidad de factores protectores personales y ambientales determinará el tipo de reintegración” (p.24).

Estos recursos son adquiridos desde la infancia, como resultado de la observación y modelamiento de las conductas de padres, cuidadores, maestros y sociedad en general.

## **CAPÍTULO III**

## **CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO**

### **3.1 Diseño de Investigación y tipo de estudio**

Este estudio se proyecta de tipo cuantitativo, con un diseño no experimental transversal, en su forma de investigación descriptiva-comparativa. Hernández-Sampieri & Torres (2018), señalan las condiciones que debe presentar el estudio:

- Es cuantitativo, ya que se emplearán recursos netamente medibles, utilizando una serie de pasos secuenciales para comprobar una hipótesis, que da resultados numéricos.
- No experimental, porque requiere de una sola aplicación, debido a que no habrá manipulación de las variables o se necesita alguna condición de los participantes (fuera de las características propias de la población), para su evaluación. Obteniendo así, resultados a raíz de lo que se observa en la aplicación, sin que haya intervención del investigador.
- Es transversal, ya que procesos como aplicación, recolección y análisis de los datos se efectuaron en un determinado tiempo.

Por otro lado, el mismo autor señala que la investigación descriptiva busca por medio de los datos obtenidos, representar las características, propiedades, perfiles, entre otras cualidades, que posee el, contexto o situación de la que se va a estudiar y de esta manera, se analizan las tendencias que presentan los grupos de estudio (Hernández-Sampieri & Torres, 2018). Sin embargo, dentro de los objetivos del estudio está el comparar resultados de dos grupos distintos, por lo que se considera una investigación descriptiva-comparativa.

Sullcaray, 2013, señala que se considera un diseño descriptivo-comparativo, cuando se toma en cuenta información de dos o más estudios descriptivos simples, a fin de observar el fenómeno de interés en diferentes condiciones y posteriormente se caracterizan el fenómeno en función de las comparaciones de

los datos ya sea de manera general o de categorías específicas de la misma variable.

### **3.2 Población, sujetos y tipo de muestra estadística**

La población con la que se efectúa el estudio está constituida por 54 estudiantes de dos colegios de la ciudad de Panamá; de los cuales, 27 jóvenes son alumnos del Instituto Nacional de Panamá (colegio oficial), y 27 jóvenes provienen del Colegio De La Salle de Panamá (colegio particular), y oscilan entre las edades de 16 a 18 años en ambos grupos.

El estudio emplea un muestreo no probabilístico, ya que la elección de la población no depende de la probabilidad o se seleccionó a los participantes empleando fórmulas, más bien, se eligen en base a las cualidades, características y propósitos que determine el investigador (Hernández-Sampieri & Torres, 2018).

### **3.3 Variables**

#### **Las disposiciones a la resiliencia**

**Definición conceptual:** Se pueden definir como aquellas características y atributos individuales que están relacionadas al comportamiento resiliente. Las cuales, representan las tendencias o propensiones que hacen probable que un individuo pueda sobreponerse a las dificultades y manifestar conductas adaptativas frente la condición traumática (Gaxiola J. C., 2011).

**Definición operacional:** Las disposiciones a la resiliencia, que facilitan el afrontamiento adecuado a las adversidades, se representan en las siguientes dimensiones:

- Afrontamiento

- Actitud positiva
- Sentido del humor
- Empatía
- Flexibilidad
- Perseverancia
- Religiosidad
- Autoeficacia
- Optimismo
- Orientación a la meta

Los mismos se obtendrán mediante puntuaciones en cada una de las escalas del test, indicándonos si el componente es bajo o si es alto.

### **3.4 Instrumentos y/o técnicas, y/o materiales-equipos**

- Para medir las disposiciones a la resiliencia se utilizará el: Inventario de resiliencia – IRES (Gaxiola et al., 2011). Se trata de una escala tipo Likert, cuenta con 24 afirmaciones y evalúa las disposiciones a la resiliencia con base en 10 dimensiones, que son: Afrontamiento, actitud positiva, sentido del humor, empatía, flexibilidad, perseverancia, religiosidad, autoeficacia, optimismo y orientación a las metas.
- Para análisis de los datos se utilizará el programa SPSS y la plataforma de Office: Microsoft Excel. Para aplicar la prueba se usará la plataforma Google Forms para contestar las preguntas.

### **3.5 Procedimiento**

El proceso de elaboración de este estudio se llevó a cabo siguiendo el siguiente orden:

Fase I: Primeramente, se determinó el tema de investigación y se propuso la población con la que se trabajaría. De igual manera, se elaboró el anteproyecto de tesis, atendiendo a las normas establecidas por la universidad. Esto incluye la búsqueda de información sobre el tema seleccionado, etc., para su posterior aprobación con los jurados en la pre-sustentación.

Fase II: Se realizaron los cambios pertinentes luego de haber sido dada la retroalimentación de los jurados y el asesor. Por otro lado, se efectuó el proceso de estructuración de la tesis, siguiendo los requisitos de edición y pasos del manual de trabajo de grado. Asimismo, se solicitó la autorización del autor del instrumento, para su posterior aplicación. Se envió el instrumento a cuatro profesionales de la salud mental de nuestro país, para la validación por expertos. Posteriormente, se enviaron cartas a los planteles educativos para poder obtener el permiso para la ejecución del estudio, presentar de que se trata y aplicar el instrumento a los estudiantes a través de la plataforma Google Forms. Simultáneamente, se trabajaba la parte teórica y metodológica que comprende la tesis.

Fase III: Después de aprobado el estudio, se procedió a la aplicación del instrumento a la población. Se envió al colegio un enlace para que contestasen la prueba. Luego de esto, se analizaron los datos en el programa SPSS y Microsoft Excel, para expresar adecuadamente los resultados pertinentes.

Fase IV: En esta fase, se interpretaron los datos tabulados. Se plasmaron tanto la discusión como las conclusiones del estudio. También, se comenzaron a ultimar los detalles restantes relacionados a ortografía, edición y otros elementos similares, que propone la universidad para el trabajo de grado.

## **CAPÍTULO IV**

## CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

### 4.1 Análisis de datos

Este capítulo tiene como finalidad el de dar respuesta a los objetivos de investigación, mediante la información recopilada en los instrumentos aplicados a la población correspondiente a esta investigación.

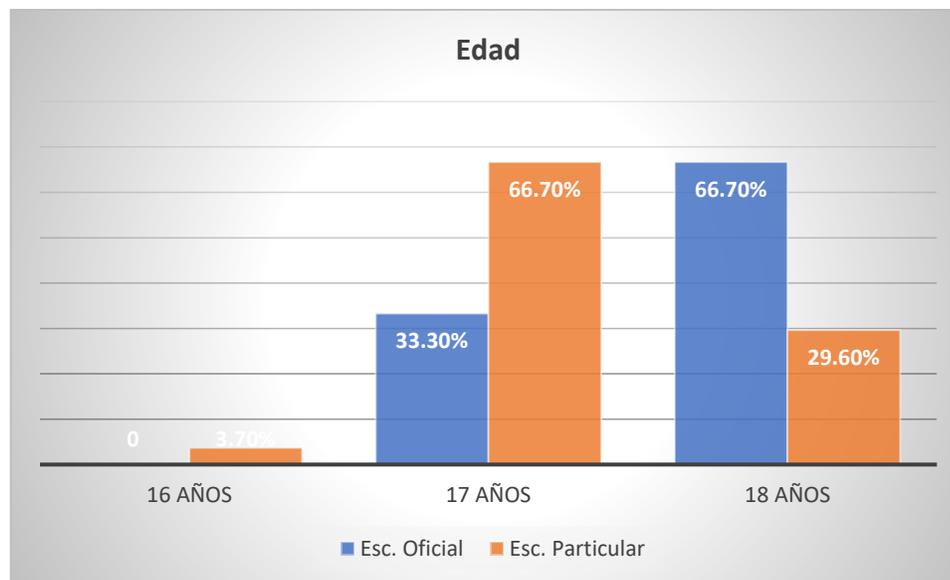
Para los mismos, se mostrarán los análisis demográficos de la población del estudio:

**Cuadro N°1.** Distribución de la población por edad, de los estudiantes del colegio oficial como en el particular

	<i>Edad (Esc. Oficial)</i>		<i>Edad (Esc. Particular)</i>		
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	
Válido	16 años	0	0	1	3.70%
	17 años	9	33.30%	18	66.70%
	18 años	18	66.70%	8	29.60%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°1.** Distribución de la población por edad, de los estudiantes del colegio oficial y particular



**Fuente:** Cuadro N°1

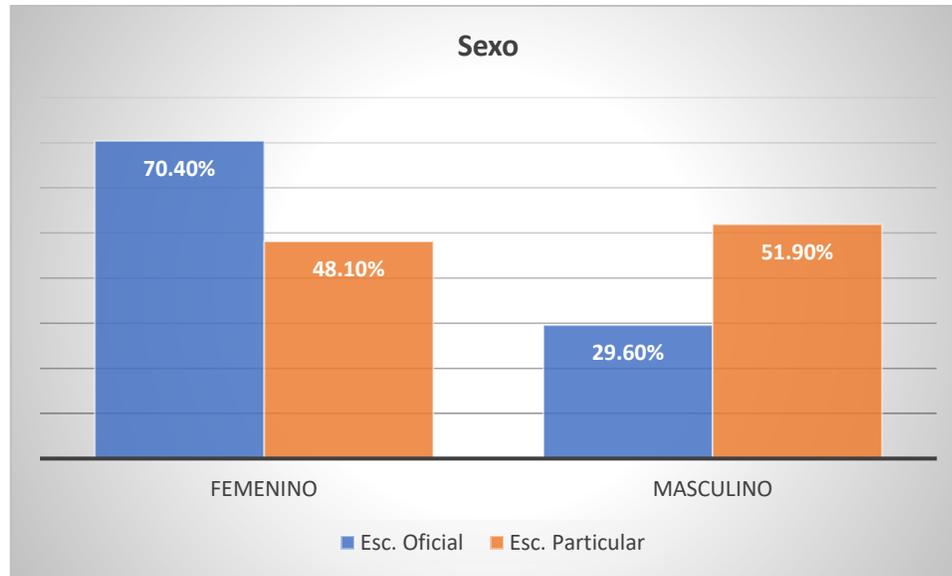
En el estudio, los estudiantes se encuentran entre las edades de 16 a 18 años, mostrándose que en la escuela pública hay un 66.70%, de estudiantes de 18 años, siendo el dato más alto de la misma, mientras que en la privada se encuentra un 66.70%, de estudiantes de 17 años, siendo este el porcentaje más alto de esta.

**Cuadro N°2.** Distribución de la población atendiendo al sexo, de los estudiantes del colegio oficial y particular

	<i>Sexo (Esc. Oficial)</i>		<i>Sexo (Esc. Particular)</i>	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	19	70.40%	13	48.10%
Válido Masculino	8	29.60%	14	51.90%
Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°2.** Distribución de la población atendiendo al sexo de los estudiantes del colegio oficial y particular.



**Fuente:** Cuadro N°2

En cuanto al sexo, encontramos un 70.40%, de estudiantes de la escuela oficial del sexo femenino, siendo este el porcentaje más alto de esta, mientras que en la escuela particular se encuentra un 51.90%, de estudiantes del sexo masculino, siendo este el porcentaje más alto de esta.

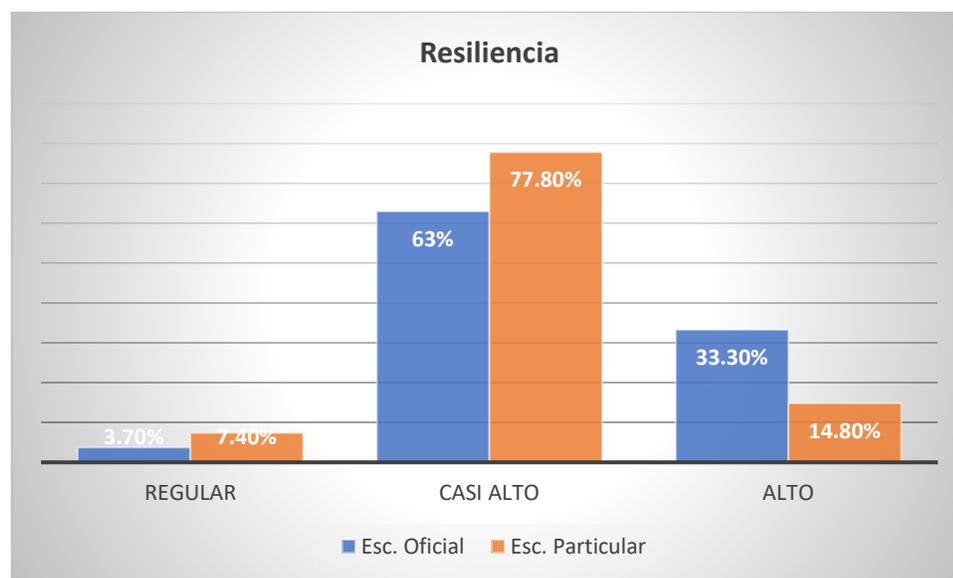
Para dar respuesta al objetivo general que nos dice: Explorar las disposiciones a la resiliencia que presentan estudiantes de estudiantes de duodécimo grado, que estudian en un colegio oficial y un colegio particular de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19, se realizó lo siguiente:

**Cuadro N°3.** Niveles de Resiliencia de los estudiantes de escuela oficial y particular.

		<i>Resiliencia</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
Válido		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
	Regular	1	3.70%	2	7.40%
	Casi alto	17	63%	21	77.80%
	Alto	9	33.30%	4	14.80%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°3.** Niveles de Resiliencia de los estudiantes de escuela oficial y particular



**Fuente:** Cuadro N°3

En este análisis, se encontró que la población correspondiente a los estudiantes de escuela oficial, se encuentran en un 63%, en una resiliencia casi alta y un 33.30%, en alto, dando un total de 96.30%, en un porcentaje alto, mientras que la escuela particular estuvo en un 77.80%, en una resiliencia casi alta y un 14.80%, en alta, dando un total de 92.60%, en un porcentaje alto, lo que nos muestra que

los estudiantes de escuela oficial tienden a ser más resilientes que los estudiantes de escuela particular.

A raíz de que para dar respuesta todos los objetivos se requieren solo del análisis de las dimensiones del instrumento, no se mostrarán los resultados de las preguntas individuales.

Para dar respuesta a los objetivos específicos, se realizó lo siguiente:

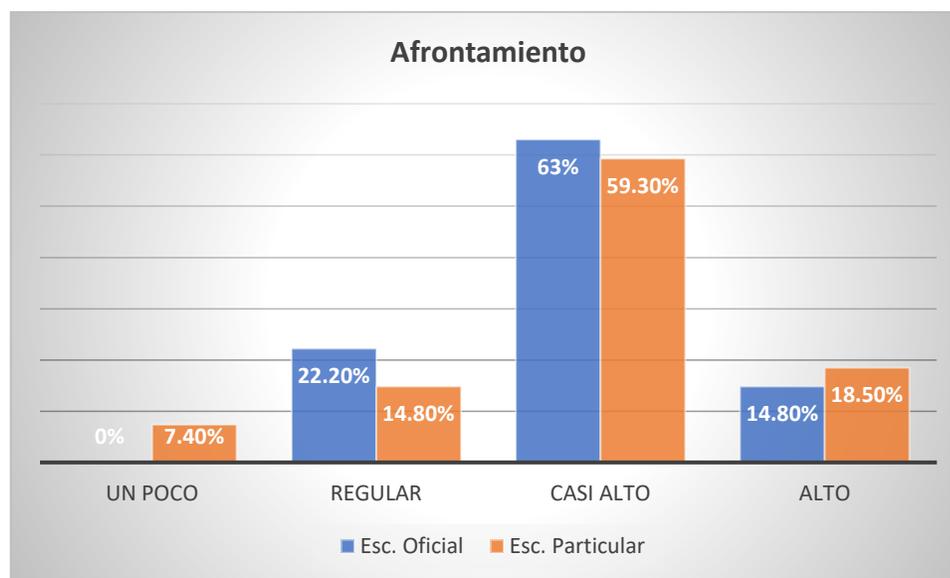
- Identificar las disposiciones a la Resiliencia que presentan estudiantes de duodécimo grado, de un colegio oficial y uno particular de la ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.
- Analizar las disposiciones a la Resiliencia que presentan estudiantes de duodécimo grado, de un colegio oficial y uno particular, de la ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.
- Comparar los resultados obtenidos que presentan estudiantes de duodécimo grado, de un colegio oficial y uno particular de la ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.

**Cuadro N°4.** Dimensión Afrontamiento

		<i>Afrontamiento</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Un poco	0	0%	2	7.40%
	Regular	6	22.20%	4	14.80%
	Casi alto	17	63%	16	59.30%
	Alto	4	14.80%	5	18.50%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°4. Dimensión Afrontamiento**



**Fuente:** Cuadro N°4

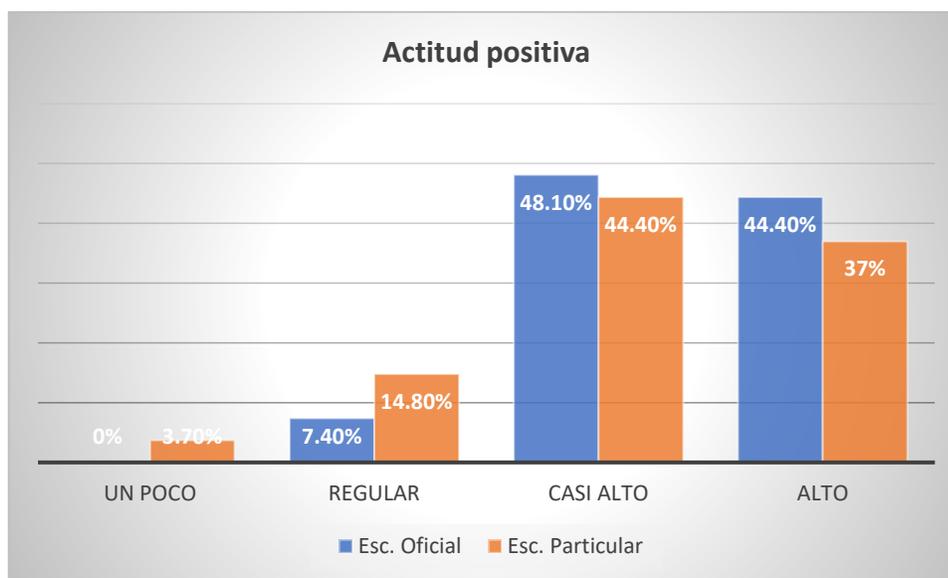
En cuanto al afrontamiento, vemos que, tanto en la escuela oficial como en la particular, se muestran a la par en este componente (Escuela oficial: 63%, casi alto, 14.80%, en total 77.80%, y en la Escuela particular: 59.30%, casi alto, 18.50%, alto, en total un 77.80), lo que nos dice que ambos grupos de estudiantes tienen la capacidad de afrontar las dificultades.

**Cuadro N°5. Dimensión Actitud positiva**

		<i>Actitud Positiva</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Un poco	0	0%	1	3.70%
	Regular	2	7.40%	4	14.80%
	Casi alto	13	48.10%	12	44.40%
	Alto	12	44.40%	10	37%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°5.** Dimensión Actitud positiva



**Fuente:** Cuadro N°5

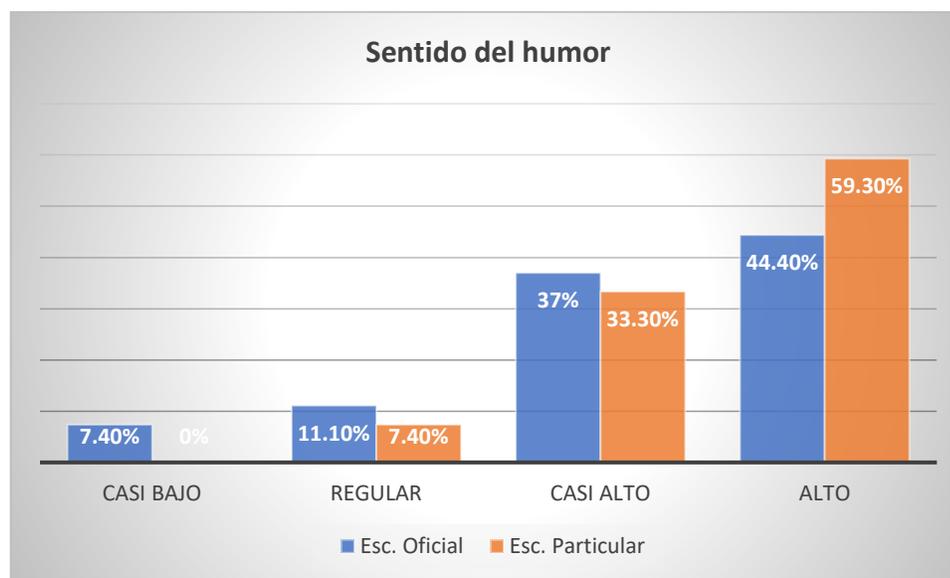
En cuanto a la actitud positiva, vemos porcentajes variados, encontramos que en la escuela oficial hay un alto porcentaje de actitud positiva (48.10%, en casi alto y un 44.40%, en alto) mientras que en la escuela particular se encuentra también con un alto porcentaje de actitud positiva, pero en comparación de la escuela oficial, la particular está por debajo de esta (44.40%, casi alto y un 37%, alto).

**Cuadro N°6.** Dimensión Sentido del humor

		<i>Sentido del humor</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Casi bajo	2	7.40%	0	0%
	Regular	3	11.10%	2	7.40%
	Casi alto	10	37%	9	33.30%
	Alto	12	44.40%	16	59.30%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°6.** Dimensión Sentido del humor



**Fuente:** Cuadro N°6

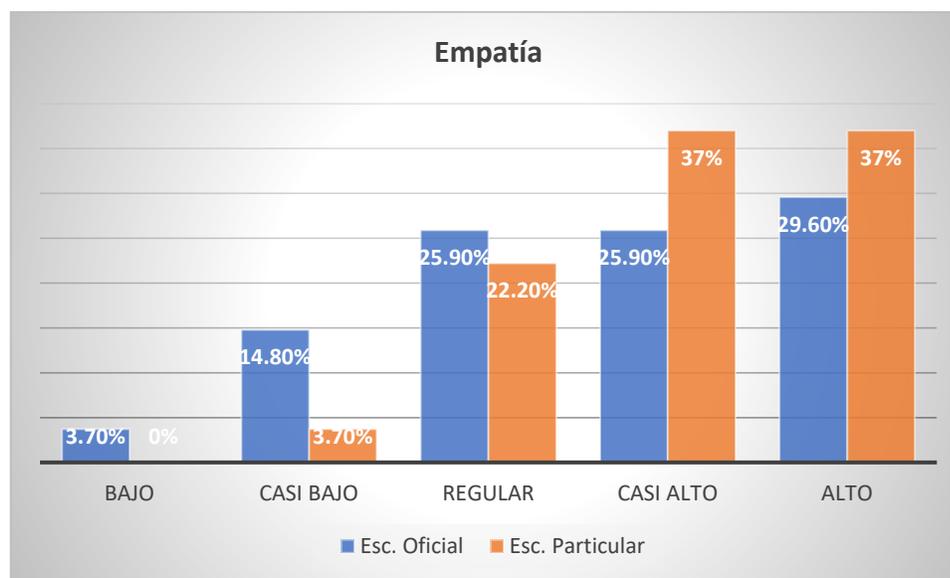
En cuanto a sentido del humor, ambas escuelas están en un rango alto, pero predomina más el sentido del humor en la escuela particular (44.40%, alto en la escuela oficial, 59.30%, alto en la escuela privada).

**Cuadro N°7.** Dimensión Empatía

		<i>Empatía</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	1	3.70%	0	0%
	Casi bajo	4	14.80%	1	3.70%
	Regular	7	25.90%	6	22.20%
	Casi alto	7	25.90%	10	37%
	Alto	8	29.60%	10	37%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°7. Dimensión Empatía**



**Fuente:** Cuadro N°7

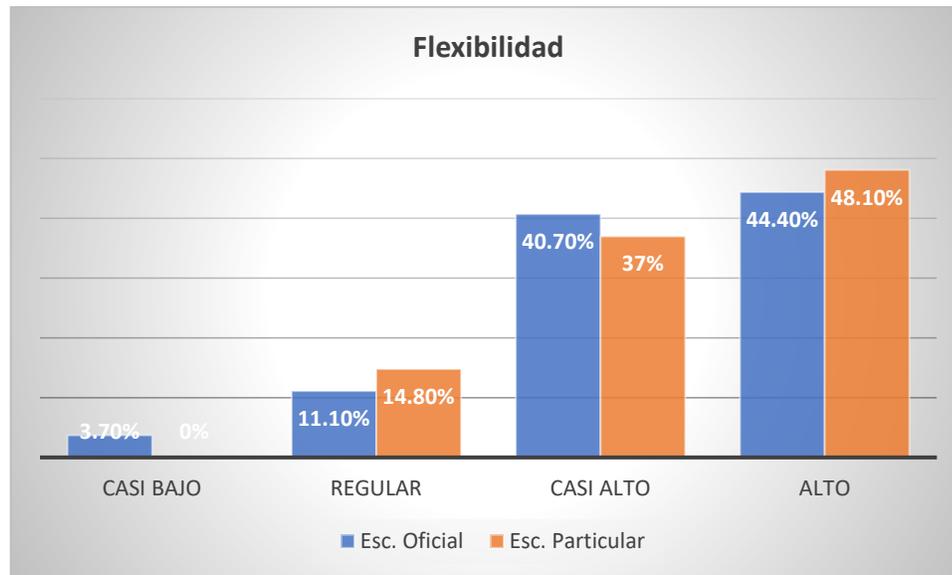
En cuanto a la empatía, se muestra que en la escuela particular predomina más la empatía (37%, casi alto y 37%, alto) que en la escuela oficial (25.90% casi alto y 29.60%, en alto) lo que nos dice que los estudiantes de escuela particular tienden a ser más empáticos que lo de la escuela particular.

**Cuadro N°8. Dimensión Flexibilidad**

		<i>Flexibilidad</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Casi bajo	1	3.70%	0	0%
	Regular	3	11.10%	4	14.80%
	Casi alto	11	40.70%	10	37%
	Alto	12	44.40%	13	48.10%
Total		27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°8. Dimensión Flexibilidad**



**Fuente:** Cuadro N°8

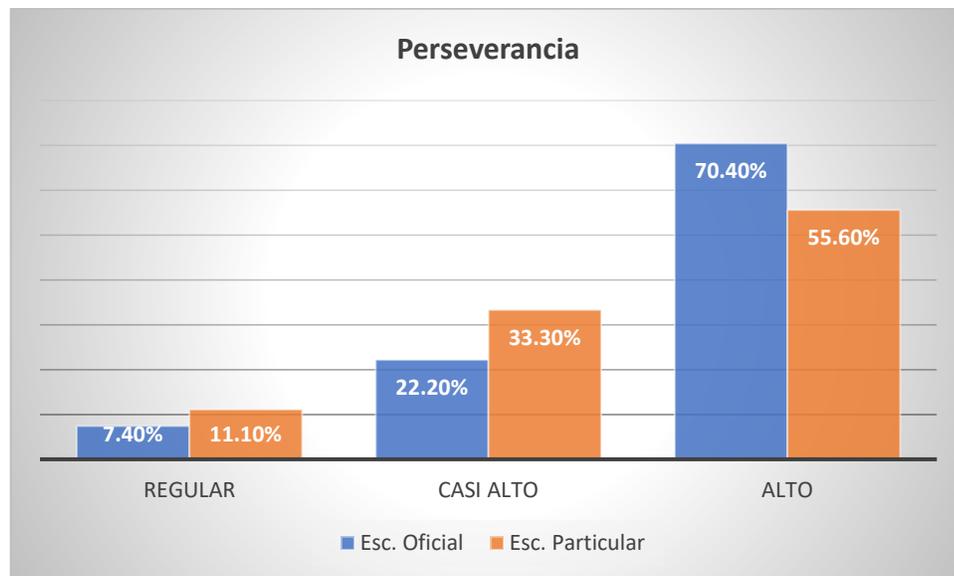
En cuanto a la flexibilidad, se muestra que ambas escuela, tanto oficial como la particular, tienden a ser flexibles, a pesar que en la gráfica se muestre a la particular más arriba que la oficial, en el rango de alto, esto se debe a que en el casi alto, siendo esta una respuesta positiva, vemos que la oficial está por arriba que a particular, y si sumamos el 40.70%, del casi alto y el 44.40%, del alto de la escuela oficial, tenemos un 85.10%, que sería un porcentaje que nos da referencia a una flexibilidad alta, mientras que en la particular, tenemos un 37%, de casi alto y un 48.10%, de alto, que al sumar nos da como resultado un 85.10%, que nos indicaría que ambas están niveladas en flexibilidad.

**Cuadro N°9.** Dimensión Perseverancia

		<i>Perseverancia</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
Válido		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
	Regular	2	7.40%	3	11.10%
	Casi alto	6	22.20%	9	33.30%
	Alto	19	70.40%	15	55.60%
Total	27	100%	27	100%	

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°9.** Dimensión Perseverancia



**Fuente:** Cuadro N°9

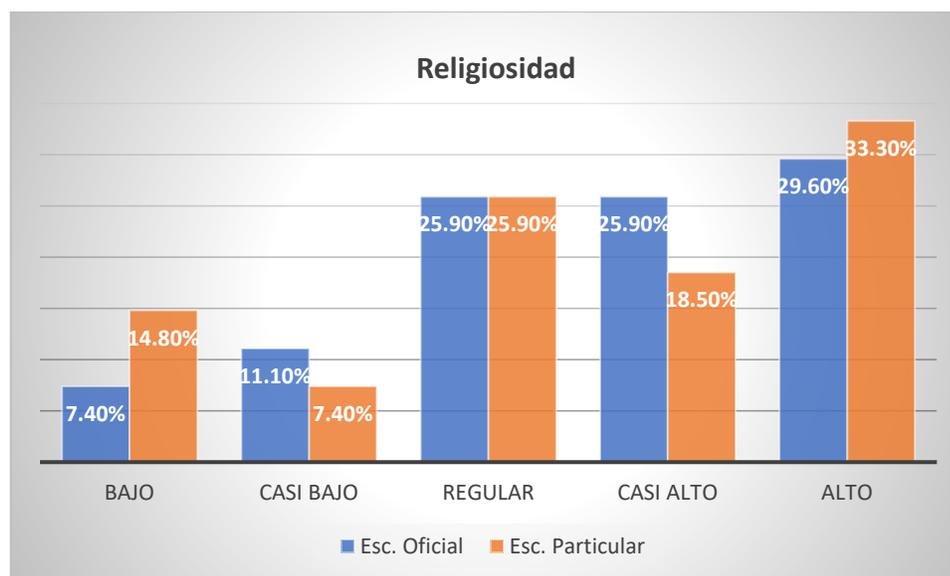
En cuanto a la perseverancia, vemos que la escuela oficial tiende a ser más elevada (22.20%, casi alto y 70.40%, alto, en total un 92.60%, de porcentaje alto) que la particular (33.30%, casi alto y 55.60%, de alto, en total un 88.90%, de alto), lo que nos dice que los estudiantes de la escuela pública son más perseverantes.

**Cuadro N°10. Dimensión Religiosidad**

		<i>Religiosidad</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
Válido		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
	Bajo	2	7.40%	4	14.80%
	Casi bajo	3	11.10%	2	7.40%
	Regular	7	25.90%	7	25.90%
	Casi alto	7	25.90%	5	18.50%
	Alto	8	29.60%	9	33.30%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°10. Dimensión Religiosidad**



**Fuente:** Cuadro N°10

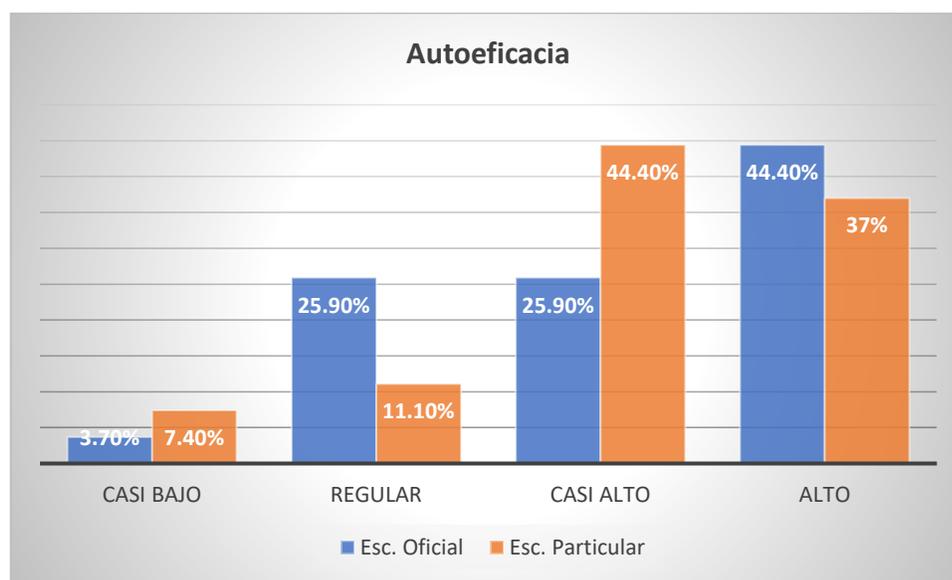
En cuanto a la religiosidad, vemos porcentajes dispersos, pero al sumarlos nos damos cuenta de que la escuela oficial tiende a ser más religiosos (25.90%, casi alto, 29.60%, alto, en total 55.50%) que la escuela particular (18.50%, casi alto, 33.3%, alto, en total 51.80%).

**Cuadro N°11. Dimensión Autoeficacia**

		<i>Autoeficacia</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Casi bajo	1	3.70%	2	7.40%
	Regular	7	25.90%	3	11.10%
	Casi alto	7	25.90%	12	44.40%
	Alto	12	44.40%	10	37%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°11. Dimensión Autoeficacia**



**Fuente:** Cuadro N°11

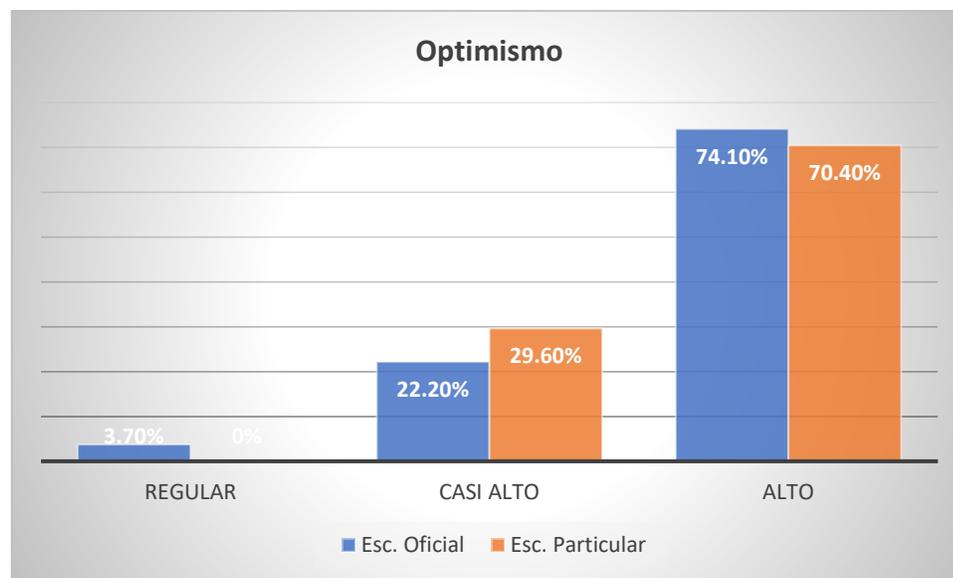
En cuanto a la autoeficacia, tenemos que la escuela particular tiende a ser las auto eficaz (44.40%, casi alto y 37%, alto, en total 81.40%), que en la escuela oficial (25.90%, casi alto, 44.40%, alto, en total 70.30%).

**Cuadro N°12.** Dimensión Optimismo

		<i>Optimismo</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
Válido		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
	Regular	1	3.70%	0	0%
	Casi alto	6	22.20%	8	29.60%
	Alto	20	74.10%	19	70.40%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°12.** Dimensión Optimismo



**Fuente:** Cuadro N°12

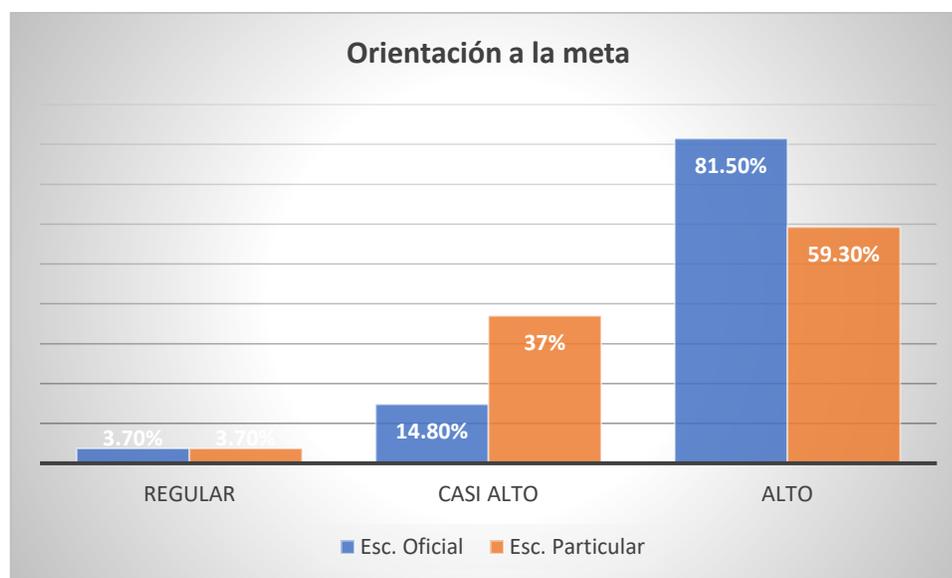
En cuanto al optimismo, vemos que la escuela particular tiende a ser más optimista (29.60%, casi alto y 70.40%, alto, en total 100%) que la escuela oficial (22.20%, casi alto y 74.10%, alto, en total 96.30%).

**Cuadro N°13.** Dimensión Orientación a la meta

		<i>Orientación a la meta</i>			
		<i>Esc. Oficial</i>		<i>Esc. Particular</i>	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Regular	1	3.70%	1	3.70%
	Casi alto	4	14.80%	10	37%
	Alto	22	81.50%	16	59.30%
	Total	27	100%	27	100%

**Fuente:** Sistema de elaboración de datos SPSS y Microsoft Excel.

**Gráfica N°13.** Dimensión Orientación a la meta



**Fuente:** Cuadro N°13

En cuanto a la orientación a la meta, vemos que ambas escuelas están a la par en este componente (escuela oficial con 14.80%, casi alto, 81.50%, alto, en total 96.30%, y la escuela particular con un 37%, casi alto y 59.30%, alto, en total 96.30%), lo que nos dice que ambos grupos de estudiantes están enfocados en lo que quieren lograr.

## 4.2 Discusión

- Atendiendo a el objetivo general establecido, que busca explorar las disposiciones a la resiliencia que presentan estudiantes de duodécimo grado, que estudian en un colegio oficial y un colegio particular de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19, podemos decir, que ambas poblaciones, presentan altos niveles de disposiciones a la resiliencia, lo que se traduce en que tanto estudiantes de duodécimo grado, de escuelas oficiales como los de colegios privados tienen mayores probabilidades para enfrentar saludablemente adversidades, como las que atravesamos actualmente. Si bien es cierto, los estudiantes del colegio público manifestaron mayores niveles, sin embargo, las diferencias fueron mínimas en comparación con el grupo de estudiantes del colegio privado. (Cuadro N°3 y gráfica N°3).
- Tras el análisis efectuado para dar respuestas a los tres objetivos específicos, los cuales consistían en: identificar, analizar y comparar las disposiciones a la Resiliencia que presentan estudiantes de duodécimo grado, de un colegio oficial y uno particular, de la ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19, se puede observar que salvo algunas diferencias mínimas, ambos grupos presentan niveles similares y manifiestan altos rangos en al menos cinco de las disposiciones a la resiliencia reflejados en la prueba IRES. Estas dimensiones son: afrontamiento, actitud positiva, flexibilidad, optimismo y orientación a la meta.
- A raíz de los resultados en la dimensión Sentido del humor, se manifiesta que, aunque ambas escuelas presentan puntajes altos es la escuela particular quien presenta mayores niveles que la escuela oficial. (Cuadro N°6 y gráfica N°6).
- De acuerdo con los resultados obtenidos en la dimensión Empatía, se muestra que los estudiantes del colegio particular manifiestan más niveles de empatía con respecto a los estudiantes del colegio oficial. (Cuadro N°7 y gráfica N°7).

- Por otro lado, se pueden observar diferencias en la dimensión de Perseverancia, donde se muestra que los estudiantes del colegio oficial tienen mayores niveles. (Cuadro N°9 y gráfica N°9).
- En cuanto a la dimensión Religiosidad, se muestran los porcentajes más dispersos, sin embargo, muy similares entre ambos grupos, en el que, aunque un poco más de la mitad de ambos grupos manifestó la importancia de la religiosidad, se observa otro porcentaje considerable de estudiantes que indican que no optan por este recurso. (Cuadro N°10 y gráfica N°10).
- Otra de las diferencias contrastantes, encontradas en los resultados de las disposiciones a la resiliencia se muestra en la dimensión Autoeficacia, en la que el colegio particular, manifiesta mayores niveles que el colegio oficial. (Cuadro N°11 y gráfica N°11).

## CONCLUSIONES

- Los estudiantes de ambos grupos manifestaron altos niveles de resiliencia. Esto nos indica que aun recibiendo una educación diferente podrán responder de maneras similares, porque presentan una disposición o tendencia a responder saludablemente ante los distintos fenómenos y eventos desafortunados, que en el caso actual es la Pandemia del COVID-19.
- Tras el análisis por dimensiones, ambos grupos presentan altos niveles, lo que indica que los sujetos muestran disposición a ser individuos resilientes, por áreas específicas. Cinco de las diez dimensiones presentan resultados con bajas diferencias o no tan contrastantes. Esto podemos atribuirlo a las similitudes que presentan ambos grupos, como: las edades, el que cursen el mismo nivel académico, el hecho que ambos tengan educación virtual, el vivir en el mismo país y, sobre todo, el mismo agente estresor.
- En cinco dimensiones, específicamente en: sentido del humor, empatía, perseverancia, religiosidad y autoeficacia, se observa cierta predominancia de un grupo sobre otro. Esto puede atribuirse a las diferencias propias de la cultura en la que conviven, a el tipo de educación, ya sea particular o pública, nivel socioeconómico, diferencias en cuanto al sexo, debido que en el grupo de los estudiantes del colegio público se conforma mayormente de mujeres que el segundo grupo, entre otros elementos que engloban a los estudiantes de nuestro estudio.
- Los estudiantes de la escuela particular, del Colegio De La Salle, presentan mayor probabilidad de emplear el Sentido del humor como mecanismo de adaptación ante ciertos eventos, siendo capaces de reír o presentar reacciones positivas a estas circunstancias, en comparación con los estudiantes del Instituto Nacional de Panamá.

- Los estudiantes del Colegio De La Salle, la escuela particular, presentan mayores niveles de empatía, lo que significa que, ante escenarios desfavorables, estos individuos tienden a manifestar la capacidad, para ponerse en el lugar de los demás, analizar las perspectivas de otros, permitiendo que se evalúe el impacto que han generado estos en su vida.
- Los alumnos del Instituto Nacional de Panamá, el colegio oficial, tienen más probabilidades a manifestar perseverancia. Es decir, presentarán constancia y tenacidad para sobreponerse ante las circunstancias difíciles.
- La religiosidad, aunque es un factor de protección importante para la formación y aplicación de la resiliencia según las teorías, para gran parte de los estudiantes de ambos grupos de estudio no representa una herramienta indispensable para afrontar circunstancias complicadas.
- En cuanto a la autoeficacia, los estudiantes del colegio particular tienen más probabilidades de presentar la creencia sí mismos y en su capacidad para establecer soluciones y cambios a las posibles situaciones estresantes.
- Al observar que ambos grupos, tanto los estudiantes del colegio oficial como el particular presentaron altos niveles en cuanto a las disposiciones de la resiliencia, se rechaza la hipótesis de investigación, que señalaba la dominancia de los estudiantes del colegio particular sobre el segundo grupo, debido a falta de evidencia empírica,

## LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

- Dentro de las limitantes encontradas para llevar a cabo la investigación, se deben principalmente a las dificultades de la comunicación por los ajustes al sistema de educación virtual, a raíz de la Pandemia de la COVID-19. El contacto con los colegios y con los profesores encargados también se vio afectado debido a lo mencionado, aunado al hecho de no poder aplicar el instrumento controlando el ambiente (el aula), ya puede representar una variable importante en la aplicación.
- Asimismo, se encontró que son escasos los datos de estudios e información periodística sobre resiliencia en nuestro país.
- Otra de las limitaciones fue el hecho de no conocer a profundidad el manejo de plataformas de análisis estadístico, como lo son el SPSS y Microsoft Excel.
- De igual manera, según las recomendaciones que se pueden tomar en cuenta para futuros estudios, están el robar con una población más joven o mayor que la utilizada. A fin de que pueda enriquecer los conocimientos sobre resiliencia en nuestro país, atendiendo a diferentes grupos de edad y ante ciertos fenómenos.
- Por otro lado, se recomienda que de ser la resiliencia el objeto de estudio se tome en consideración medir otros aspectos del individuo, como lo son el nivel socioeconómico, cultura, comunidad a la que pertenece, entre otros elementos que componen a la persona.
- Para efecto de realizar un análisis más complejo alrededor de los individuos y estudiar profundamente los cambios y evolución del impacto psicológico tras las consecuencias del estresor, se recomienda que las próximas investigaciones consideren aplicar un pretest y posttest o longitudinales.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS E INFOGRAFÍA

- Álvarez, A. M. (2020). Doctors in resilience in the face of pandemic and new learning alternatives. *Revista Universidad y sociedad*, 407-410.
- Álvarez, L. Y., & Cáceres, L. (2010). Resiliencia, Rendimiento Académico y Variables Sociodemográficas en Estudiantes Universitarios de Bucaramanga (Colombia). *Psicología Iberoamericana*, 37-46.
- Anzola, M. (2003). La resiliencia como factor de protección. *Educere*, vol. 7(num. 22), 190-200.
- Arias, Y., Herrero, C., Cabrera, Y., Chibpas, D., & García, Y. (2020). Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 1-13.
- Bandura, A. (2001). La Teoría Cognitiva Social: Una Perspectiva agencial. *Revisión anual de Psicología*, 1-28.
- Barcelata Eguiarte, B. E. (2015). *Adolescente en riesgo: una mirada a partir de la resiliencia*. México D. F.: Editorial El Manual Moderno.
- Baztán, A. Á. (2009). *Psicología de la Adolescencia*. Barcelona: Marcombo.
- Caldera, J. F., Aceves, B. I., & Reynoso, Ó. U. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado. *Psicogente*, 227-239.
- Campos, F. d., & Saravia, Y. M. (2017). *NIVEL DE RESILIENCIA SEGÚN SEXO EN ESTUDIANTES DE 12 A 14 AÑOS DE EDAD EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JAVIER HERAUD" - SAN MARTÍN DE PORRES 2013*. Los Olivos: Universidad de Ciencias y Humanidades.
- Coleman, J. C. (2013). *Psicología de la adolescencia*. Madrid: Ediciones Morata.
- Contreras, F., Espinosa, J. C., Esguerra, G., Hikal, A., Polania, A., & Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, ansiedad y rendimiento. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 183-194.
- Coppari, N., Barcelata, B., Bagnoli, L., & Cudas, G. (2018). Efectos de la edad, el sexo y el contexto cultural en la disposición resiliente de los adolescentes de Paraguay y México. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 16-22.
- Díaz, Y. (2010). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. *Humanidades Médicas*, 1-17.

- Duan, L., Shao, X., Wang, Y., Huang, Y., Miao, J., Yang, X., & Zhu, G. (2020). An investigation of mental health status of children and adolescents in china during the outbreak of COVID-19. *Journal of Affective Disorders*, 112-118.
- Fínez, J., & Morán, C. (2015). La Resiliencia y su relación con la salud y ansiedad en estudiantes españoles. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 409-416.
- Fiorentino, M. T. (2008). La Construcción de la Resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y salud. *Suma Psicológica*, Vol. 15(Núm. 1), 95-114.
- Fitzpatrick, K. M., Harris, C., & Drawve, G. (2020). Fear of COVID-19 and the Mental Health Consequences in America. *American Psychological Association*, S17-S21.
- Flores, J., & Ponce, D. (2015). Resiliencia en estudiantes de escuelas públicas y privadas. *MEMORIAS DEL XVII CONCURSO LASALLISTA DE INVESTIGACIÓN*, 31-34.
- Galesi, R., & Matalinares, M. (2012). RESILIENCIA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL 5TO Y 6TO GRADO DE PRIMARIA . *Revista IIPSI*, 181-201.
- García, T., Yupanqui, Z., & Puente, K. (2013). Funcionamiento familiar y resiliencia en estudiantes con facultades sobresalientes del tercer año de secundaria de una institución educativa pública con altas exigencias académicas, durante el período 2013. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 29-34.
- Gaxiola, J. C. (2011). Validación del Inventario de Resiliencia (IRES) en una muestra del Noroeste de México. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 73-83.
- Gaxiola, J., Contreras, Z., & González, S. (2012). Influencia de la resiliencia, metas y contexto social en el rendimiento académico de bachilleres . *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 164-181.
- Gómez, C. E. (2008). Adolescencia y familia: revisión de la relación y la comunicación como factores de riesgo o protección. *Universidad Intercontinental*, pp. 105-122.
- González Arratia, L. F. (2016). *Resiliencia y personalidad en niños y adolescentes*. México, D.F.: Ediciones Eón.
- González-Rodríguez, A., & Labad, J. (2020). Salud mental en tiempos de la COVID: reflexiones tras el estado de alarma. *Medicina Clínica*, 392-394.
- Grotberg, E. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy*. Barcelona: Gedisa.

- Guessoum, S., Lachal, J., Radjack, R., Carretier, E., Minassian, S., Benoit, L., & Moro, M. (2020). Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Research*, 1-6.
- Gutiérrez, R. D. (2015). *Congnición y aprendizaje: líneas de investigación*. Madrid: Plaza y Valdés, S.A.
- Henderson, N., & Milstein, M. (2005). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires: Paidós.
- Hernández-Sampieri, R., & Torres, C. P. (2018). *Metodología de la Investigación*. Mexico D.F.: McGraw-Hill Interamericana.
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Rev Perú Med Exp Salud Pública*, 327-334.
- Illescas, C. (2015). *Resiliencia en hijos de familias monoparentales*. Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca.
- Kalawski, J. P., & Haz, A. M. (2003). Y... ¿Dónde Está la Resiliencia? Una Reflexion Conceptual. *Interamerican Journal of Psychology*, vol. 37(núm. 2), 365-372.
- Kimhi, S., Marciano, H., Eshel, Y., & Adini, B. (2020). Recovery from the COVID-19 pandemic: Distress and resilience. *Int J Disaster Risk Reduct*, Vol. 50.
- Kontoangelos, K., Economou, M., & Papageorgiou, C. (2020). Mental Health Effects of COVID-19 Pandemia: A Review of Clinical and Psychological Traits. *Psychiatry Investig.*, 491-505.
- Lawson, M., Piel, M., & Simon, M. (2020). Child Maltreatment during the COVID-19 Pandemic: Consequences of Parental Job Loss on Psychological and Physical Abuse Towards Children. *Child Abuse Neglect*, 1-11.
- López, A. M., & Vásquez, L. M. (2020). LA RESILIENCIA COMO UN PRINCIPIO DE VIDA A TRAVÉS DE LA COVID-19. *Creative Commons*.
- López, E., Guevara, P., & Quinteros, D. (2016). Religiosidad y resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 26-31.
- López, E., Guevara, V., & Quinteros, D. (2016). Religiosidad y resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Este. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 26-31.
- Losada, A. V., & Lacasta, M. (2019). Sentido del Humor y sus Beneficios en salud. *Calidad de vida y salud*, 2-22.

- Lucini, B. (2014). *Disaster Resiliencie from a Sociological Perspective, Humanitarian Solutions*. Switzerland: Springer International Publishing Switzerland.
- Matus, E., Matus, L., Florez, A. M., Stanziola, M., Araguás, N., López, A., & Guerra, L. (2020). Estrés en Panamá por COVID-19. *Alternativas cubanas en psicología*, 120-135.
- Morales, M. (2014). Estudiantes de sectores vulnerables con alto rendimiento escolar y su desempeño en variables intelectuales, resiliencia, autoestima y bienestar psicológico. *Revista IIPSI*, 93-105.
- Moreno, A. (2015). *La adolescencia*. Barcelona: Editorial UOC.
- Moreno, C., Wykes, T., Galderisi, S., Nordentof, M., Crossley, N., Jones, N., . . . . . Arango, C. (2020). How mental health care should change as a consequence of the COVID-19 pandemic. *Lancet Psychiatry*, 813-824.
- Moya, M. E. (2019). Clima social familiar y resiliencia en estudiantes de 3º, 4º, y 5º año de secundaria de la Asociación Educativa Adventista Peruana del Norte, 2017. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, 73-82.
- Moya-Albiol, L., Herrero, N., & Consuelo, M. (2010). Bases neuronales de la empatía. *Neurología de la Conducta*, 89-100.
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M. A., Suárez-Ojeda, E., Infante, F., & Edith, G. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud.
- Muñoz, V., & De Pedro, F. (2005). Educar para la resiliencia. Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social. *Revista Complutense de Educación*, 107-124.
- Naranjo, M. L. (2010). Factores que favorecen el desarrollo de una actitud positiva hacia las actividades académicas. *Educación*, 31-53.
- Olivari, C., & Urra, E. (2007). Autoeficacia y conductas de salud. *Ciencia y Enfermería*, 9-15.
- Ortega, E. (21 de Mayo de 2020). *La salud mental y emocional es prioridad*. Obtenido de Metro Libre: <https://www.metrolibre.com/cultura/171753-la-salud-mental-y-emocional-es-prioridad.html>
- Ospina-Granados, L. F., Alvarado-Salgado, S. V., & Carmona-Parra-Jaime. (2017). El camino de la resiliencia: del sujeto individual al sujeto político. *Revista Internacional de Investigación en Educación*, 49-68.

- Pakenham, K., Landi, G., Boccolini, G., Furlani, A., Grandi, S., & Tossani, E. (2020). The moderating roles of psychological flexibility and inflexibility on the mental health impacts of COVID-19 pandemic and lockdown in Italy. *J Contextual Behav Sci*, 109-118.
- Palacio, J. D., Londoño, J. P., Nanclares, A., Robledo, P., & Quintero, C. P. (2020). Trastornos psiquiátricos en los niños y adolescentes en tiempo de la pandemia por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 1-10.
- Palomar, J., & Gaxiola, J. (2012). *Estudios de Resiliencia en América Latina* (Vol. Vol. 1). Pearson.
- Papalia, D. E., Duskin, R. F., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. McGraw-Hill Interamericana Editores.
- Papalia, D. E., Wendkos, O. S., & Duskim, F. R. (2005). *Desarrollo Humano* (9na edición ed.). Mc Graw Hill Interamericana.
- Peña, N. (2009). FUENTES DE RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE LIMA Y AREQUIPA SOURCES OF RESILIENCE IN STUDENTS FROM LIMA AND AREQUIPA. *LIBERABIT*, 59-64.
- Peralta, S., Ramírez, A., & Castaño, H. (2006). Factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la universidad de sucre (colombia). *Psicología desde el Caribe*(N°17), 196-219.
- Pereira, R. (2013). *Adolescentes en el siglo XXI: entre impotencia, resiliencia y poder*. Madrid: Ediciones Morata.
- Pérez, M. (2005). *Resiliencia y Adolescencia Desistente*. Tlalnepantla de Baz: Universidad Autónoma de México.
- Pérez-Romero, L. Á., & Vite-Sierra, A. (2020). Midiendo la flexibilidad psicológica: validación del Cuestionario de Aceptación y Acción en el abuso de drogas. *Psicología y Salud*, 95-104.
- Perinat, A., & Moreno, A. (2013). *La adolescencia; La primera infancia*. Barcelona: Editorial UOC.
- Pfefferbaum, B., & North, C. (2020). Mental Health and the Covid-19 Pandemic. *The New England Journal of Medicine*, 510- 512.
- Pineda, P. S., & Aliño, S. M. (2002). El concepto de adolescencia. En *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia* (Vol. Vol. 2, págs. 15-23).
- Puig, G. (2013). *Manual de resiliencia aplicada*. Barcelona: Editorial Gedisa.

- Quiroz, T. (2015). *Resiliencia en adolescentes sobrevivientes al cáncer*. México, D.F.: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Rivera, M. (2017). *Disposiciones a la resiliencia y apoyo social percibido, su relación con el bienestar psicológico y la conducta prosocial en adolescentes expuestos a la violencia en el hogar*. Sonora, México: Universidad de Sonora.
- Rodríguez-Marin, J., Pastor, M. A., & López-Roig, S. (1993). Afrontamiento, apoyo social, calidad de vida y enfermedad. *Psicothema*, 349-372.
- Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., García, M., Mendoza, R., Rubio, A., Martínez, A., & Martín, J. C. (2004). *Relaciones padres-hijos y estilos de vida en la adolescencia*. Oviedo, España: Psicothema.
- Rodríguez, A. M. (2009). Resiliencia. *Rev. Psicopedagogía*, 291-302.
- Román, F., Forés, A., Calandri, I., Gutreaux, R., Antúnez, A., Ordhei, D., . . . Ponnet, V. (2020). Resiliencia de docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. *JONED. Journal of Neuroeducation*, 76-87.
- Saavedra, E., Salas, G., Cornejo, C., & Morales, P. (2015). *Resiliencia y Calidad de vida. La Psicología Educativa en diálogo con otras disciplinas*. Maule, Chile: Universidad Católica del Maule.
- Salgado, A. C. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la Ciudad de Lima. *LIBERABIT*, 133-142.
- Salgado, A. C. (2012). *Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina, Bolivia, Perú y Lima Perú*: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Saltzman, L. Y., Cross, T. H., & Bordnick, P. S. (2020). Loneliness, Isolation, and Social Support Factors in Post-COVID-19 Mental Health. *American Psychological Association*, S55-S57.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescencia* (Novena ed.). Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España.
- Sheridan, L., Johnson, S., Barnett, P., Steare, T., Needle, J., Carr, S., . . . Edbrooke-Childs, J. (2020). Early impacts of the COVID-19 pandemic on mental health care and on people with mental health conditions: framework synthesis of international experiences and responses. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 1-12.

- Silas, J. C. (2008). La Resiliencia en los Estudiantes de Educación básica, un tema primordial en Comunidades Marginales. 1-16.
- Silva, R. (2012). *Resiliencia en Estudiantes del Vciclo de Educación Primaria de una Institución Educativa del Callao*. Lima: Escuela de Postgrado Universidad San Ignacio De Loyola.
- Singh, S., Roy, D., Sinha, K., Parveen, S., Sharma, G., & Joshi, G. (2020). Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry Res.*, 1-10.
- Sullcaray, S. C. (2013). *Metodología de la Investigación*. Lima, Perú: Fondo Editorial de la Universidad Continental.
- Ungar, M. (2014). School-Based Interventions to Enhance the Resilience of Students. *Journal of Educational and Developmental Psychology* , 66-83.
- Urbano, C., & Yuni, J. (2016). *Psicología y cultura de los adolescentes*. Córdoba: Editorial Brujas.
- Uriarte, J. d. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, vol. 10(núm. 2), 61-79.
- Vanistendael, S. (2013). Cuando la vida nos sorprende para bien. En P. Gema, *Manual de resiliencia aplicada* (págs. 11-13). Barcelona: Editorial Gedisa.
- Vera-Bachmann, D., & López, M. (2014). Resiliencia Académica: una alternativa a explorar en la educación de niños y niñas en contextos rurales. *Integra Educativa*, 187-205.
- Wasserman, D., Iosue, M., Wuestefeld, A., & Carli, V. (2020). Adaptation of evidence-based suicide prevention strategies during and after the COVID-19 pandemic. *World Psychiatry*, 294-306.
- Woolfolk, A. (2014). *Psicología Educativa* . México: Pearson .
- Yin, X., & Zeng, L. (2020). A study on the sychological needs of nurses caring for patients with coronavirus disease 2019 from the perspective of the existence, relatedness, and growth theory. *International Journal of Nursing Sciences*, 157-160.

# **ANEXOS**

**ANEXO No. 1**  
**INSTRUMENTO**

### INVENTARIO DE RESILIENCIA – IRES (Gaxiola, 2011)

La aplicación de este instrumento tiene como objetivo el explorar los niveles de resiliencia (capacidad adaptativa ante la crisis), que poseen estudiantes de 12°, durante la pandemia del COVID-19 en Panamá.

Instrucciones:

- Se le solicita responder con sinceridad.
- Seleccionar únicamente la casilla que se ajuste a su pensar.
- No hay respuestas correctas ni incorrectas.

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Nada</b>	<b>Un poco</b>	<b>Regular</b>	<b>Mucho</b>	<b>Totalmente</b>

Edad: \_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_ (M: Masculino – F: Femenino)

<b>Preguntas</b>	<b>Nada</b>	<b>Un poco</b>	<b>Regular</b>	<b>Mucho</b>	<b>Totalmente</b>
1. Veo lo positivo de la vida y de las cosas que me pasan.					
2. Busco el apoyo de otros cuando necesito de su ayuda.					
3. Mantengo el sentido del humor aun en las situaciones más difíciles.					
4. Me propongo comprender por qué algunas personas me han hecho daño.					
5. Acepto que los problemas son parte de la vida.					
6. Trato constantemente de mejorar mi vida.					
7. Cuando hay problemas los enfrento inmediatamente.					
8. Busco estar con las personas de las que puedo aprender cosas positivas.					
9. Intento perdonar a las personas que me han hecho daño.					
10. Intento aprender algo positivo incluso de los problemas que enfrento.					
11. Si pierdo algo o a alguien, trato de enfocarme en lo que aún me queda.					
12. A pesar de mis problemas, procuro ser feliz.					
13. Mis creencias religiosas le dan sentido a mi vida.					

14. Soy capaz de sonreír a pesar de los problemas que tengo.					
15. Por más difíciles que sean las situaciones, soy capaz de enfrentarlas.					
16. Tengo metas y aspiraciones en la vida.					
17. Pienso que el futuro será mejor que el presente.					
18. Me considero capaz de resolver o superar los problemas de mi vida.					
19. Soy seguro(a) de mí mismo(a) en lo que hago.					
20. Para mí, los problemas son un reto a superar.					
21. Mi fe religiosa me ayuda a superar mis problemas.					
22. Lucho hasta conseguir lo que quiero.					
23. Hago lo posible por cumplir las metas y aspiraciones de mi vida.					
24. Creo que regularmente tendré éxito en lo que hago.					

**ANEXO No. 2**

**FORMATO DE LA VALIDACIÓN POR  
EXPERTOS DEL INSTRUMENTO**



**UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS**

Facultad de Educación Social y Desarrollo Humano

Escuela de Desarrollo Humano

Licenciatura en Psicología con énfasis en psicología Educativa

**Tesis: Niveles de resiliencia en estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado durante la pandemia del COVID-19 en Panamá**

**Validez de contenido del instrumento sobre *Niveles de Resiliencia***

El objetivo del presente proceso es determinar la validez del contenido del instrumento que se aplicará a la muestra seleccionada con el fin de evaluar sus relaciones interpersonales, este instrumento será utilizado en la **investigación Niveles de resiliencia en estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado durante la pandemia del COVID-19 en Panamá.**

Esta investigación tiene como *objetivo general*:

- Establecer los niveles de resiliencia que presentan estudiantes de estudiantes de 12°, que estudian en un colegio público y un colegio privado de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.

*Objetivos específicos:*

- Identificar el nivel de Resiliencia que presentan estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado de la Ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.
- Analizar los niveles de Resiliencia que presentan estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado de la Ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.
- Comparar los resultados obtenidos que presentan estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado de la Ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.
- Indicar las dimensiones de resiliencia que predominan en estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado de la Ciudad de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.

El instrumento ha sido diseñado tomando en cuenta diez indicadores, que son: afrontamiento, actitud positiva, sentido del humor, tolerancia, persistencia, religiosidad, autoeficacia, optimismo; y orientación a las metas. De esta manera, se les solicita a los encuestados que contesten en una escala de Likert: 5. Totalmente, 4. Mucho, 3. Regular, 2. Un poco 1. Nada.

Se solicita que en respuestas de "Si o No", indique si los reactivos tienen la claridad, pertinencia, redacción y relevancia, escribiendo "Si" y "No" en la casilla que considere representa su evaluación. También hay un apartado donde puede anotar su observación. La **claridad** del reactivo se refiere

a que tan entendible es el reactivo. La **pertinencia** se refiere a que, si corresponde o no a esa área. La **redacción** verificar si están bien empleadas las palabras acordes al reactivo, y por último la **relevancia** que es la importancia del reactivo.

Reactivos	Tiene claridad el reactivo:		Tiene pertinencia el reactivo:		Tiene correcta redacción el reactivo:		Tiene relevancia el reactivo:		Observaciones
<b>Afrontamiento</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
2. Busco el apoyo de otros cuando necesito de su ayuda.									
7. Cuando hay problemas los enfrento inmediatamente.									
15. Por más difíciles que sean las situaciones, soy capaz de enfrentarlas.									
20. Para mí, los problemas son un reto a superar.									
Reactivos	Tiene claridad el reactivo:		Tiene pertinencia el reactivo:		Tiene correcta redacción el reactivo:		Tiene relevancia el reactivo:		Observaciones
<b>Actitud Positiva</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
1. Veo lo positivo de la vida y de las cosas que me pasan.									
8. Busco estar con las personas de las que puedo aprender cosas positivas.									
10. Intento aprender algo positivo incluso de los problemas que enfrento.									
12. A pesar de mis problemas, procuro ser feliz.									
Reactivos	Tiene claridad el reactivo:		Tiene pertinencia el reactivo:		Tiene correcta redacción el reactivo:		Tiene relevancia el reactivo:		Observaciones
<b>Sentido del Humor</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	

3. Mantengo el sentido del humor aun en las situaciones más difíciles.									
14. Soy capaz de sonreír a pesar de los problemas que tengo.									
<b>Reactivos</b>	<b>Tiene claridad el reactivo:</b>		<b>Tiene pertinencia el reactivo:</b>		<b>Tiene correcta redacción el reactivo:</b>		<b>Tiene relevancia el reactivo:</b>		<b>Observaciones</b>
<b>Empatía</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
4. Trato de comprender por qué algunas personas me han hecho daño .									
9. Intento perdonar a las personas que me han hecho daño.									
<b>Reactivos</b>	<b>Tiene claridad el reactivo:</b>		<b>Tiene pertinencia el reactivo:</b>		<b>Tiene correcta redacción el reactivo:</b>		<b>Tiene relevancia el reactivo:</b>		<b>Observaciones</b>
<b>Flexibilidad</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
5. Acepto que los problemas son parte de la vida.									
11. Si pierdo algo o a alguien, trato de enfocarme en lo que aún me queda.									
<b>Reactivos</b>	<b>Tiene claridad el reactivo:</b>		<b>Tiene pertinencia el reactivo:</b>		<b>Tiene correcta redacción el reactivo:</b>		<b>Tiene relevancia el reactivo:</b>		<b>Observaciones</b>
<b>Perseverancia</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
6. Trato constantemente de mejorar mi vida.									
22. Lucho hasta conseguir lo que quiero.									

Reactivos	Tiene claridad el reactivo:		Tiene pertinencia el reactivo:		Tiene correcta redacción el reactivo:		Tiene relevancia el reactivo:		Observaciones
<b>Religiosidad</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
13. Mis creencias religiosas le dan sentido a mi vida.									
21. Mi fe religiosa me ayuda a superar mis problemas.									
Reactivos	Tiene claridad el reactivo:		Tiene pertinencia el reactivo:		Tiene correcta redacción el reactivo:		Tiene relevancia el reactivo:		Observaciones
<b>Autoeficacia</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
18. Me considero capaz de resolver o superar los problemas de mi vida.									
19. Soy seguro(a) de mí mismo(a) en lo que hago.									
Reactivos	Tiene claridad el reactivo:		Tiene pertinencia el reactivo:		Tiene correcta redacción el reactivo:		Tiene relevancia el reactivo:		Observaciones
<b>Optimismo</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
17. Pienso que el futuro será mejor que el presente.									
24. Creo que regularmente tendré éxito en lo que hago.									
Reactivos	Tiene claridad el reactivo:		Tiene pertinencia el reactivo:		Tiene correcta redacción el reactivo:		Tiene relevancia el reactivo:		Observaciones
<b>Orientación a la meta</b>	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
16. Tengo metas y aspiraciones en la vida.									

23. Hago lo posible por cumplir las metas y aspiraciones de mi vida.									
Aplicable:	Aplicable atendiendo a las observaciones:				Observaciones Generales:				
Validada por:	C.I.P.:				Teléfono:			Correo electrónico:	

**ANEXO No. 3**

**CONSTANCIA DE LA VALIDACIÓN  
DEL INSTRUMENTO POR EXPERTOS**

## Constancia de validación por expertos

Mgtra. Jacqueline Vallarino P. – Psicóloga Clínica

23. Hago lo posible por cumplir las metas y aspiraciones de mi vida.	SI		SI		SI		SI	
Aplicable: <b>Si</b>	Aplicable atendiendo a las observaciones: - - -			Observaciones Generales: - - -				
Validada por: <b>Jacqueline Vallarino P.</b> 	C.I.P.: <b>3192</b>			Teléfono: <b>6581-2721</b>		Correo electrónico: <b>jacqueline_vallarino@hotmail.com</b>		

Mgtr. Iván Samaniego – Psicólogo Clínico

23. Hago lo posible por cumplir las metas y aspiraciones de mi vida.								
Aplicable: <b>si</b>	Aplicable atendiendo a las observaciones:			Observaciones Generales:				
Validada por: 	C.I.P.: <b>1270</b>			Teléfono:		Correo electrónico:		

Mgtra. Aelen López – Psicóloga Clínica

23. Hago lo posible por cumplir las metas y aspiraciones de mi vida.								
Aplicable: <b>Sí</b>	Aplicable atendiendo a las observaciones: Es muy importante que allá equidad en los ítems Ya que al momento de validad en el SSP sistema estadístico  Algunos ítems van a desaparecer.  Afrontamiento y actitud positiva tiene 4 ítems entonces hay que unificar en las otras categorías			Observaciones Generales:				
Validada por: <b>AELÉN LOPEZ</b> 	C.I.P.: 1594			Teléfono: 65374537		Correo electrónico: <a href="mailto:aelen.udelas@udelas.ac.pa">aelen.udelas@udelas.ac.pa</a>		

Mgtr. Miguel Ángel Mendieta – Psicólogo Clínico

23. Hago lo posible por cumplir las metas y aspiraciones de mi vida.	Sí		Sí		Sí		Sí	
Aplicable: Sí.	Aplicable atendiendo a las observaciones:			Observaciones Generales:				
Validada por Miguel Ángel Mendieta • Cárdenas	C.I.P: 3326			Teléfono: 6980-4001		Correo electrónico: miguel.mendieta@gmail.com		

**ANEXO No. 4**

**CONSTANCIA DE LOS PERMISOS DE**

**LOS COLEGIOS PARA LA**

**APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO**

## Correos de solicitud del permiso de aplicación al Colegio De La Salle De Panamá



Génesis González <genesis.gonzalez.4@udelas.ac.pa>

---

### Solicitud de Aplicación del Instrumento "IRES" - Tesis

6 mensajes

---

**Génesis González** <genesis.gonzalez.4@udelas.ac.pa>  
Para: psicopedagogia@lasalle.edu.pa

24 de septiembre de 2020, 19:03

Estimada Lic. Mariola Young

Soy Génesis González, estudiante de la Lic. En Psicología de último semestre en la Universidad Especializada de las Américas. En el 2019, tuve el placer de realizar una de mis Prácticas Universitarias en este plantel. Le escribo para solicitar el apoyo y participación del Colegio De La Salle en mi trabajo de grado, sobre: Niveles de resiliencia en estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado durante la pandemia del COVID-19 en Panamá. Para este estudio, se requiere de la aplicación del "Inventario de Resiliencia - (IRES)" (Gaxiola et al., 2011), cuyos detalles de aplicación se encuentran descritos en la carta adjunta.

A continuación, adjunto una carta de parte de la universidad, junto con una copia del instrumento para que lo revisen. Cabe destacar, que el mismo, será aplicado de manera virtual.

Me indica si se requiere información adicional u otras observaciones similares.

Agradecida de antemano por su apoyo, me despido.

**Génesis González**

Estudiante de Lic. Psicología  
Universidad Especializada de las Américas

---

#### 2 adjuntos

 **GENESIS GONZALEZ - Carta al Colegio De La Salle.pdf**  
567K

 **INVENTARIO DE RESILIENCIA - IRES.docx**  
18K

---

**Psicopedagogía Mariola Young** <psicopedagogia@lasalle.edu.pa>  
Para: Génesis González <genesis.gonzalez.4@udelas.ac.pa>

25 de septiembre de 2020, 7:10

Recibido y reenviado al Director.

Te aviso apenas tenga respuesta.

Saludos!

[El texto citado está oculto]

---

**Psicopedagogía Mariola Young** <psicopedagogia@lasalle.edu.pa>  
Para: Génesis González <genesis.gonzalez.4@udelas.ac.pa>

25 de septiembre de 2020, 11:25

Hola Génesis:

El Director ha aprobado la encuesta.

Necesito saber cuántos estudiantes necesitas que la hagan. La carta dice 25.

Y si es posible que nos envíes el enlace para que sea enviado.

Quedo pendiente de tu respuesta.

Saludos,



**Lic. Mariola Young Torquemada**  
Coordinadora del Depto. de Psicopedagogía

[www.lasalle.edu.pa](http://www.lasalle.edu.pa)

 (507) 301-1245 ext. 154

[El texto citado está oculto]

**Génesis González** <genesis.gonzalez.4@udelas.ac.pa>  
Para: Psicopedagogía Mariola Young <psicopedagogia@lasalle.edu.pa>

25 de septiembre de 2020, 12:16

Buenas tardes, licenciada Mariola,

¡Me alegra mucho saber que se aprobó! Con respecto a la cantidad de estudiantes, el mínimo que nos solicitan es 25, pero, a mí me gustaría que pudiera aplicarse la prueba a un salón completo, para que tenga más relevancia científica y mayor fiabilidad.

Le dejo el link justo debajo para que se envíe a los muchachos.

<https://forms.gle/SvmjVFTTh7sF8ViBh6>

**Génesis González**

Estudiante de Lic. Psicología  
Universidad Especializada de las Américas

[El texto citado está oculto]

**Psicopedagogía Mariola Young** <psicopedagogia@lasalle.edu.pa>  
Para: Génesis González <genesis.gonzalez.4@udelas.ac.pa>

1 de octubre de 2020, 9:09

Buenos días Génesis:

Se aplicará el día de mañana viernes 2 de octubre, en un salón de clases.

Solicitamos que nos envíe un breve informe con el resultado del test; esto nos serviría para dar seguimiento emocional a nuestros estudiantes.

Por otro lado, también solicitamos guardar en confidencialidad las respuestas de nuestros estudiantes y no utilizar sus correos electrónicos para otros fines.

Con respecto a emplear el nombre del Colegio en el estudio, te responderé más adelante porque aún no le he podido consultar al Director.

Saludos,



**Lic. Mariola Young Torquemada**  
Coordinadora del Depto. de Psicopedagogía

[www.lasalle.edu.pa](http://www.lasalle.edu.pa)

 (507) 301-1245 ext. 154

[El texto citado está oculto]

---

**Génesis González** <genesis.gonzalez.4@udelas.ac.pa>  
Para: Psicopedagogía Mariola Young <psicopedagogia@lasalle.edu.pa>

1 de octubre de 2020, 11:55

Buenas tardes, Lic. Mariola:

Claro que sí. En cuanto el estudio termine le envío los resultados para que estén anuentes en el plantel. Por otra parte, me comprometo a mantener en estricta confidencialidad la identidad de los chicos por su seguridad. Estaré pendiente a la respuesta del Hno, Director, para saber si puedo mencionar el nombre del Colegio De La Salle dentro del trabajo. Les agradezco mucho por la confianza y la bella oportunidad que me otorgaron.

Sin más por el momento, quedo a sus órdenes.

**Génesis González**

Estudiante de Lic. Psicología  
Universidad Especializada de las Américas

[El texto citado está oculto]

## Carta enviada al Colegio de La Salle De Panamá



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS  
FACULTAD DE EDUCACION SOCIAL Y DESARROLLO HUMANO  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

Panamá, 20 de septiembre de 2020

**Licda.**  
**Mariola Young,**  
**Directora del departamento de psicopedagogía**  
**Colegio De La Salle Panamá.**

Estimada Directora

Sean mis primeras líneas para agradecer el arduo trabajo que ejercen en pro de la educación nacional, aún en estos momentos tan difíciles, como los vivimos actualmente.

La estudiante Génesis González, cursa el último año de la carrera de Psicología en la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS) tiene como propósito llevar a cabo su tesis, que lleva como título: "Niveles de resiliencia en estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado durante la pandemia del COVID-19 en Panamá".

Esta investigación tiene como Objetivo General: Establecer los niveles de resiliencia que presentan estudiantes de estudiantes de 12°, que estudian en un colegio público y un colegio privado de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.

Ante este hecho deseamos solicitarle su autorización para aplicar el instrumento: El Inventario de resiliencia – IRES (Gaxiola et al., 2011), a estudiantes de 12° de su plantel; ya que, me llama la atención particularmente saber cuál es el nivel de resiliencia que tienen nuestros estudiantes frente a la actual pandemia.

La aplicación del instrumento de investigación requiere de aproximadamente 25 personas. De permitirse la aplicación, se les facilitará un enlace por medio de su consejero, ya que, se ha realizado una adaptación del Instrumento, a fin de que los estudiantes puedan responder a las preguntas desde sus computadoras o sus celulares, con mayor comodidad. Conozco lo complejo que es realizar un estudio de esta magnitud con estudiantes, por lo que me comprometo a llevar los datos de los participantes a la más estricta confidencialidad.

Finalmente, agradezco de antemano su respuesta, esperando tener el aval para poder llevarme la perspectiva de los estudiantes del Colegio La Salle. Igualmente, manifiesto nuestra completa disposición si tiene dudas u observaciones para este estudio, al que le tengo muy altas expectativas, por haber realizado prácticas profesionales en este Colegio y así pueda darse de la mejor manera posible.

**Pedro Arcia**  
**Docente Titular y Asesor de Trabajo de Grado**

## Carta de solicitud del permiso de aplicación al Instituto Nacional de Panamá



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS  
FACULTAD DE EDUCACION SOCIAL Y DESARROLLO HUMANO  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

Panamá, 20 de septiembre de 2020

Mgtr.  
**Roxana Casanova,**  
Rectora  
Instituto Nacional de Panamá

Estimada Rectora:

Sean mis primeras líneas para agradecer el arduo trabajo que ejercen en pro de la educación nacional, aún en estos momentos tan difíciles, como los vivimos actualmente.

La estudiante Génesis González, cursa el último año de la carrera de Psicología en la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS) tiene como propósito llevar a cabo su tesis, que lleva como título: "Niveles de resiliencia en estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado durante la pandemia del COVID-19 en Panamá".

Esta investigación tiene como Objetivo General: Establecer los niveles de resiliencia que presentan estudiantes de estudiantes de 12°, que estudian en un colegio público y un colegio privado de Panamá, durante la actual pandemia del COVID-19.

Ante este hecho deseamos solicitarle su autorización para aplicar el instrumento: El Inventario de resiliencia – IRES (Gaxiola et al., 2011), a estudiantes de 12° de su plantel; ya que, me llama la atención particularmente saber cuál es el nivel de resiliencia que tienen nuestros estudiantes frente a la actual pandemia.

La aplicación del instrumento de investigación requiere de aproximadamente 25 personas. De permitirse la aplicación, se les facilitará un enlace por medio de su consejero, ya que, se ha realizado una adaptación del Instrumento, a fin de que los estudiantes puedan responder a las preguntas desde sus computadoras o sus celulares, con mayor comodidad. Conozco lo complejo que es realizar un estudio de esta magnitud con estudiantes, por lo que me comprometo a llevar los datos de los participantes a la más estricta confidencialidad.

Finalmente, agradezco de antemano su respuesta, esperando tener el aval para poder llevarme la perspectiva de los estudiantes del Instituto Nacional de Panamá. Igualmente, manifiesto nuestra completa disposición si tiene dudas u observaciones para este estudio, al que le tengo muy altas expectativas, por haber realizado prácticas profesionales en este Colegio y así pueda darse de la mejor manera posible.

Atentamente,

**Pedro Arcia**  
Docente Titular y Asesor de Trabajo de Grado

## Carta enviada al Instituto Nacional de Panamá con detalles específicos de la aplicación



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS  
FACULTAD DE EDUCACION SOCIAL Y DESARROLLO HUMANO  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

Panamá, 30 de septiembre de 2020

Mgtr.  
**Roxana Casanova,**  
Rectora  
Instituto Nacional de Panamá

Estimada Rectora:

Reciba un cordial saludo de mi parte. La razón de la presente es notificarle el plan que implementará la estudiante Génesis González, estudiante de la Lic. En Psicología de la Universidad Especializada de las Américas, para la aplicación del Inventario de resiliencia – IRES (Gaxiola et al., 2011), el cual, es fundamental para desarrollar su tesis sobre: "Niveles de resiliencia en estudiantes de 12° de un colegio público y uno privado durante la pandemia del COVID-19 en Panamá".

Para este estudio, se contará con la participación de dos salones, específicamente: el 12° A ciencias, cuya consejera es la Profa. Eyda Timm y el 12° D ciencias, consejería del Profesor José Broce. Se les enviará un enlace a los profesores, que llevará a los estudiantes a el formulario que deberán responder atendiendo a las observaciones que la prueba y la plataforma Google Forms poseen. He de aclarar que la duración de la aplicación es de aproximadamente 10 minutos.

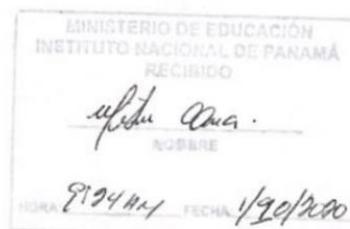
Por último, quiero agradecer su colaboración con este estudio en nombre de la Universidad Especializada de las Américas.

Sin más que agregar, me despido.

Atentamente,

Pedro Arcia  
Docente Titular y Asesor de Trabajo de Grado

C.I. Prof. Richard Dinger – Vicerrector Técnico Docente



**ANEXO No. 5**  
**VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL**  
**INSTRUMENTO**

## Análisis de fiabilidad y validez de instrumentos

### Confiabilidad

*Estadísticas de fiabilidad*

Alfa de Cronbach	N de elementos
.883	24

Al analizar la confiabilidad del instrumento tenemos que, en un total de 24 preguntas, el instrumento muestra una confiabilidad de 0.883, al ser un numero cercano a 1 no indica que la confiabilidad es fuerte, por ende, el instrumento es totalmente confiable.

*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
1. Veo lo positivo de la vida y de las cosas que me pasan.	92.56	140.410	.412	.880
2. Busco el apoyo de otros cuando necesito de su ayuda.	92.85	133.823	.460	.879
3. Mantengo el sentido del humor aun en las situaciones más difíciles.	91.96	145.575	.136	.885
4. Me propongo comprender porque algunas personas me han hecho daño.	92.70	137.217	.350	.883
5. Acepto que los problemas son parte de la vida.	91.78	141.103	.286	.883
6. Trato constantemente de mejorar mi vida.	92.19	130.387	.785	.870
7. Cuando hay problemas los enfrento inmediatamente.	92.70	132.832	.685	.873
8. Busco estar con las personas de las que puedo aprender cosas positivas.	92.30	132.601	.721	.872

9. Intento perdonar a las personas que me han hecho daño.	92.41	145.558	.086	.888
10. Intento aprender algo positivo incluso de los problemas que enfrento.	92.26	134.199	.544	.877
11. Si pierdo algo o a alguien, trato de enfocarme en lo que aún me queda.	92.52	141.875	.172	.889
12. A pesar de mis problemas, procuro ser feliz.	92.26	129.892	.735	.871
13. Mis creencias religiosas le dan sentido a mi vida.	93.00	130.231	.510	.878
14. Soy capaz de sonreír a pesar de los problemas que tengo.	92.22	136.641	.589	.876
15. Por más difíciles que sean las situaciones, soy capaz de enfrentarlas.	92.22	130.410	.762	.871
16. Tengo metas y aspiraciones en la vida.	91.85	142.131	.289	.883
17. Pienso que el futuro será mejor que el presente.	91.74	147.046	.046	.887
18. Me considero capaz de resolver o superar los problemas de mi vida.	92.11	139.179	.525	.878
19. Soy seguro(a) de mí mismo(a) en lo que hago.	92.81	127.234	.783	.869
20. Para mí-, los problemas son un reto a superar.	92.22	133.795	.632	.875
21. Mi fe religiosa me ayuda a superar mis problemas.	92.93	131.148	.454	.881
22. Lucho hasta conseguir lo que quiero.	92.04	144.499	.189	.885
23. Hago lo posible por cumplir las metas y aspiraciones de mi vida.	92.04	139.114	.554	.878
24. Creo que regularmente tendré éxito en lo que hago.	92.00	138.615	.491	.879

---

En la siguiente tabla se muestra la confiabilidad por cada pregunta del instrumento.

### **Validez**

*Varianza total explicada*

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de extracción de cargas al cuadrado			Sumas de rotación de cargas al cuadrado		
	Total	% de	%	Total	% de	%	Total	% de	%
		varianza	acumulado		varianza	acumulado		varianza	acumulado
1	7.840	32.668	32.668	7.840	32.668	32.668	6.305	26.273	26.273
2	3.883	16.178	48.847	3.883	16.178	48.847	3.494	14.557	40.829
3	2.287	9.527	58.374	2.287	9.527	58.374	2.803	11.678	52.508
4	1.763	7.347	65.721	1.763	7.347	65.721	2.681	11.169	63.676
5	1.431	5.963	71.684	1.431	5.963	71.684	1.790	7.457	71.134
6	1.363	5.680	77.364	1.363	5.680	77.364	1.495	6.230	77.364
7	.964	4.015	81.379						
8	.762	3.174	84.553						
9	.688	2.867	87.420						
10	.607	2.529	89.949						
11	.576	2.401	92.350						
12	.393	1.637	93.987						
13	.369	1.536	95.523						
14	.328	1.366	96.889						
15	.226	.941	97.830						
16	.155	.645	98.475						
17	.121	.506	98.981						
18	.103	.429	99.410						
19	.065	.273	99.683						
20	.033	.139	99.822						
21	.027	.111	99.933						
22	.010	.042	99.975						
23	.005	.022	99.997						
24	.001	.003	100.000						

Método de extracción: análisis de componentes principales.

Para sacar la validez se realizó una reducción de dimensiones por factor, en el que se analizarían las varianzas totales explicadas, encontrándonos que el instrumento muestra una validez de 77.364%, al estar cerca de 100% nos muestra que el instrumento es totalmente valido para la aplicación.

**ANEXO No. 6**

**CONSTANCIA DE LA APROBACIÓN  
DEL AUTOR PARA EL USO DEL  
INVENTARIO DE RESILIENCIA – IRES**

# Constancia de la aprobación del autor para el uso del Inventario de Resiliencia – IRES

26/1/2021

Gmail - Instrumento - Panamá



Génesis González <genesisdelcarmen2626@gmail.com>

## Instrumento - Panamá

4 mensajes

**Génesis González** <genesisdelcarmen2626@gmail.com>  
Para: joegaxiola@gmail.com

25 de

Buenas tardes,

Lo saluda Génesis González, soy estudiante de Psicología de último año de la Universidad Especializada de las Américas, ubicada en la República de Panamá. Les escribo debido a que estoy en elaboración de una tesis orientada en buscar los niveles de resiliencia de estudiantes de un colegio público y uno privado de Panamá. De esta forma, solicito su autorización para el empleo de esta herramienta, ya que se ajusta a los objetivos que tengo en mente plasmar en mi trabajo de grado.

Agradecida de antemano.

Saludos cordiales,



### GÉNESIS GONZÁLEZ

Estudiante de Psicología  
Universidad Especializada de las Américas

+507 345-87  
Panamá, Ci

**Joe Gaxiola** <joegaxiola@gmail.com>  
Para: Génesis González <genesisdelcarmen2626@gmail.com>

26 de agosto de 2020, 10:54

Hola Génesis:  
Con todo gusto te autorizo la utilización del IRES para tu tesis.  
Saludos cordiales,  
Dr. José Gaxiola  
Posgrado en Psicología  
Universidad de Sonora, México  
[El texto citado está oculto]

<https://mail.google.com/mail/u/0?ik=08a3ce576b&view=pt&search=all&permthid=thread-a%3Ar-3516266301939494474&simpl=msg-a%3Ar-35146138...> 1/2

**ANEXO No. 7**

**PUNTUACIONES DEL**

**INSTRUMENTO: INVENTARIO DE**

**RESILIENCIA – IRES**

## Puntuaciones del instrumento: Inventario de resiliencia – IRES

Reactivos	Nada	Un Poco	Regular	Mucho	Totalmente
<b>Afrontamiento</b>	<b>Bajo</b>	<b>Casi bajo</b>	<b>Regular</b>	<b>Casi alto</b>	<b>Alto</b>
2. Busco el apoyo de otros cuando necesito de su ayuda.	1	2	3	4	5
7. Cuando hay problemas los enfrento inmediatamente.	1	2	3	4	5
15. Por más difíciles que sean las situaciones, soy capaz de enfrentarlas.	1	2	3	4	5
20. Para mí, los problemas son un reto a superar.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>20</b>	<b>25</b>
<b>Actitud Positiva</b>					
1. Veo lo positivo de la vida y de las cosas que me pasan.	1	2	3	4	5
8. Busco estar con las personas de las que puedo aprender cosas positivas.	1	2	3	4	5
10. Intento aprender algo positivo incluso de los problemas que enfrento.	1	2	3	4	5
12. A pesar de mis problemas, procuro ser feliz.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>20</b>
<b>Sentido del Humor</b>					
3. Mantengo el sentido del humor aun en las situaciones más difíciles.	1	2	3	4	5
14. Soy capaz de sonreír a pesar de los problemas que tengo.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>15</b>
<b>Empatía</b>					
4. Trato de comprender por qué algunas personas me han hecho daño .	1	2	3	4	5
9. Intento perdonar a las personas que me han hecho daño.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>15</b>

<b>Flexibilidad</b>					
5. Acepto que los problemas son parte de la vida.	1	2	3	4	5
11. Si pierdo algo o a alguien, trato de enfocarme en lo que aún me queda.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>15</b>
<b>Perseverancia</b>					
6. Trato constantemente de mejorar mi vida.	1	2	3	4	5
22. Lucho hasta conseguir lo que quiero.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>10</b>
<b>Religiosidad</b>					
13. Mis creencias religiosas le dan sentido a mi vida.	1	2	3	4	5
21. Mi fe religiosa me ayuda a superar mis problemas.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>10</b>
<b>Autoeficacia</b>					
18. Me considero capaz de resolver o superar los problemas de mi vida.	1	2	3	4	5
19. Soy seguro(a) de mí mismo(a) en lo que hago.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>10</b>
<b>Optimismo</b>					
17. Pienso que el futuro será mejor que el presente.	1	2	3	4	5
24. Creo que regularmente tendré éxito en lo que hago.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>10</b>
<b>Orientación a la meta</b>					
16. Tengo metas y aspiraciones en la vida.	1	2	3	4	5
23. Hago lo posible por cumplir las metas y aspiraciones de mi vida.	1	2	3	4	5
<b>Total del componente</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>15</b>

## ÍNDICE DE CUADROS

<b>Cuadro No.</b>	<b>Descripción</b>	<b>Página</b>
<b>Cuadro N°1:</b>	Distribución de la población por edad, de los estudiantes del colegio público y privado.....	76
<b>Cuadro N°2:</b>	Distribución de la población atendiendo al sexo, de los estudiantes del colegio público y privado.....	77
<b>Cuadro N°3:</b>	Niveles de Resiliencia de los estudiantes de escuela pública y privada.....	79
<b>Cuadro N°4:</b>	Dimensión Afrontamiento.....	80
<b>Cuadro N°5:</b>	Dimensión Actitud positiva.....	81
<b>Cuadro N°6:</b>	Dimensión Sentido del humor.....	82
<b>Cuadro N°7:</b>	Dimensión Empatía.....	83
<b>Cuadro N°8:</b>	Dimensión Flexibilidad.....	84
<b>Cuadro N°9:</b>	Dimensión Perseverancia.....	86
<b>Cuadro N°10:</b>	Dimensión Religiosidad.....	87
<b>Cuadro N°11:</b>	Dimensión Autoeficacia.....	88
<b>Cuadro N°12:</b>	Dimensión Optimismo.....	89
<b>Cuadro N°13:</b>	Dimensión Orientación a la meta.....	90

## ÍNDICE DE GRÁFICAS

<b>Cuadro No.</b>	<b>Descripción</b>	<b>Página</b>
<b>Gráfica N°1:</b>	Distribución de la población por edad, de los estudiantes del colegio público y privado.....	77
<b>Gráfica N°2:</b>	Distribución de la población atendiendo al sexo, de los estudiantes del colegio público y privado.....	78
<b>Gráfica N°3:</b>	Niveles de Resiliencia de los estudiantes de escuela pública y privada.....	79
<b>Gráfica N°4:</b>	Dimensión Afrontamiento.....	81
<b>Gráfica N°5:</b>	Dimensión Actitud positiva.....	82
<b>Gráfica N°6:</b>	Dimensión Sentido del humor.....	83
<b>Gráfica N°7:</b>	Dimensión Empatía.....	84
<b>Gráfica N°8:</b>	Dimensión Flexibilidad.....	85
<b>Gráfica N°9:</b>	Dimensión Perseverancia.....	86
<b>Gráfica N°10:</b>	Dimensión Religiosidad.....	87
<b>Gráfica N°11:</b>	Dimensión Autoeficacia.....	88
<b>Gráfica N°12:</b>	Dimensión Optimismo.....	89
<b>Gráfica N°13:</b>	Dimensión Orientación a la meta.....	90