

FACTORES SOCIALES, DEMOGRÁFICOS Y FAMILIARES ASOCIADOS A LA
RESILIENCIA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE PSICOLOGÍA DE PRIMER
SEMESTRE DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA Y UNA PRIVADA UBICADAS EN EL
VALLE DE ABURRÁ.

PAULINA VÁSQUEZ VALENCIA
VALENTINA LUNA ALVAREZ



INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
PSICOLOGÍA

ENVIGADO

2019

FACTORES SOCIALES, DEMOGRÁFICOS Y FAMILIARES ASOCIADOS A LA
RESILIENCIA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA

Trabajo de grado presentado para optar al título de Psicólogo

Asesor:

Jonathan Andrés Hernández Calle



INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA

ENVIGADO

2019

Agradecimientos

A nuestro asesor de proyecto profesional y docente, por guiarnos durante la realización del mismo, por su dedicación, paciencia y por los aprendizajes adquiridos.

Tabla de Contenido

Abstract.....	7
Introducción	8
1. Planteamiento del Problema	9
2. Justificación	13
3. Objetivos.....	15
3.1. Objetivo General.....	15
3.2. Objetivos Específicos.....	15
4. Marco Referencial	15
4.1. Marco de antecedentes	15
4.2. Marco teórico.....	22
4.3. Marco ético legal	32
5. Metodología	34
5.1. Tipo de estudio	34
5.2. Población.....	35
5.3. Técnicas de recolección de información	36
5.4. Procedimiento.....	38
5.4 Análisis de datos.....	39
5.5 Tabla de variables	39
6. Resultados	41
7. Discusión.....	47
8. Conclusiones y recomendaciones.....	49
Referencias.....	51
Anexos.....	55

Lista de Tablas

Tabla 1. Variables.....	38
Tabla 2. Variables sociodemográficas.....	40
Tabla 3. Tipo de universidad.....	41
Tabla 4. Funcionalidad familiar.....	41
Tabla 5. Apoyo social percibido.....	42
Tabla 6. Resiliencia.....	43
Tabla 7. Resiliencia y factores sociodemográficos.....	44
Tabla 8. Resiliencia y tipo de universidad.....	44
Tabla 9. Resiliencia y funcionalidad familiar.....	45
Tabla 10. Distribución de las variables del cuestionario MOS y el puntaje total de resiliencia.....	45
Tabla 11. Resiliencia y apoyo social percibido.....	46

Resumen

La resiliencia podemos entenderla como la capacidad de los seres humanos para superar adversidades y además lograr salir fortalecido de ellas. El objetivo del estudio fue describir la prevalencia y los factores que explican el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes universitarios de psicología de primer semestre de una institución universitaria pública y una privada ubicadas en el Valle de Aburrá. El tipo de estudio fue transversal, donde se utilizó el Cuestionario MOS, la Escala de Resiliencia de Saavedra y Villalta, el APGAR familiar y una encuesta sociodemográfica en 50 jóvenes universitarios de una universidad pública y una privada del Valle de Aburrá. Se encontró que la alta resiliencia se asocia con el apoyo emocional, afectivo y las relaciones sociales que tienen los jóvenes.

Palabras clave: Resiliencia, jóvenes universitarios, funcionalidad familiar, apoyo social, universidad pública, universidad privada, demografía.

Abstract

Resilience can be understood as the ability of human beings to overcome adversity and to emerge stronger from it. The objective of the study was to describe the prevalence and the factors that explain resilience develops in first semester university psychology students from a public and a private university institution located in the Aburrá Valley. The type of study was transversal, using the MOS Questionnaire, the Saavedra and Villalta Resilience Scale, the family APGAR and a sociodemographic survey of 50 university students from a public and a private university in the Aburrá Valley. It was found that high resilience is associated with emotional support, affective support and social relationships that young people have.

Keywords: Resilience, university students, family functionality, social support, public university, private university, demography.

Introducción

La palabra resiliencia viene del latín *saliere*, que quiere decir “saltar hacia atrás, rebotar o surgir” y del prefijo “re” que se refiere a repetir o reanudar (Arratia, Medina & Borja, 2008 citado por Caldera, Aceves, & Reynoso, 2015). Desde la psicología positiva, la resiliencia es explicada como “el afrontamiento adecuado de las tareas evolutivas propias de una determinada etapa de desarrollo a pesar de la adversidad” (Becoña, 2006; Luthar, Cicchetti & Becker, 2000; Masten, 2014 citados por Rodríguez, Ramos, Ros & Fernández, 2015).

El objetivo de esta investigación fue encontrar los factores que se asocian con el desarrollo de la resiliencia en jóvenes universitarios de primer semestre de psicología de una universidad pública y una privada del Vallé de Aburrá. Para esto, se aplicaron 4 cuestionarios o instrumentos a 50 personas que evalúan principalmente la funcionalidad familiar, el apoyo social percibido, los datos sociodemográficos (edad, sexo, estado civil, estrato socioeconómico) y por supuesto la resiliencia. El presente estudio es de tipo transversal, únicamente se aplicaron los instrumentos en determinado momento y no se volvió a tener contacto con los participantes para realizar nuevamente los cuestionarios.

Por medio de los mismos, se logró concluir cuáles de las variables evaluadas ayudan o tienen influencia en el desarrollo de la resiliencia en la población escogida para el estudio.

1. Planteamiento del Problema

La *resiliencia* podemos entenderla como la capacidad de los seres humanos para superar adversidades y además lograr salir fortalecido de ellas. Desde la etimología, la palabra viene del latín *salire*, que quiere decir “saltar hacia atrás, rebotar o surgir” y del prefijo “re” que se refiere a repetir o reanudar (Arratia, Medina & Borja, 2008 citado por Caldera, Aceves, & Reynoso, 2015).

Varios autores han definido este concepto que ha tomado mucha fuerza dentro de la rama de la psicología positiva, la resiliencia es explicada como “el afrontamiento adecuado de las tareas evolutivas propias de una determinada etapa de desarrollo a pesar de la adversidad” (Becoña, 2006; Luthar, Cicchetti & Becker, 2000; Masten, 2014 citados por Rodríguez, Ramos, Ros & Fernández, 2015). La Asociación Americana de Psicología (APA) explica el concepto de resiliencia como el proceso de adaptarse bien a la adversidad, a un trauma, a una tragedia, a una amenaza o fuentes de tensión significativas, como problemas familiares o de relaciones interpersonales, problemas serios de salud o situaciones estresantes del trabajo o financieras (APA, 2018).

Para definir el concepto de resiliencia Rutter (2007, citado por Cabanyes, 2010) dice que es “el fenómeno por medio del cual los individuos alcanzan relativamente buenos resultados a pesar de estar expuestos a experiencias adversas” (p. 147). Es importante resaltar que la resiliencia no representa la inmunidad al trauma sino la capacidad de recuperarse en las experiencias adversas.

En el mismo artículo de Cabanyes (2010) el autor cita a Waugh, Fredrickson, Taylor (2008) quien define la resiliencia como algunas características de la personalidad que aportan a

una adaptación positiva ante “la pérdida o el daño que hasta ahora entendemos como adversidad, tales como visión ponderada de la propia vida, perseverancia, confianza en sí mismo, autonomía personal y sentido de la propia vida.” (p. 147)

Teniendo en cuenta otras consideraciones que aportan a la construcción de la *resiliencia*, que como hemos mencionado anteriormente es considerada de carácter evolutiva y está relacionada con factores de protección que son de tipo personal y también ambiental. A pesar de que han sido identificados muchos de esos factores que promueven la resiliencia, como los personales, familiares, institucionales y comunitarios que ayudan a proporcionar formas de bienestar social y culturalmente válidas (Montoya, Puerta, Hernández, Páez y Sánchez, 2014), no se tiene mucho conocimiento sobre las complejas relaciones y sobre la forma en que estos factores interactúan entre sí y sobre la forma en que aportan al desarrollo de la resiliencia (Omar, et al. 2011). Se distinguen tres tipos de factores promotores de resiliencia; entre ellos está el apoyo de la familia, el contacto social con iguales y los adultos mentores como los padres y educadores. Por ende, el apoyo social parece tener un rol de protección en las respuestas individuales a los estresores psicosociales”. (Wright et al. 2013. Citado por Rodríguez, Ramos, Ros & Fernández, 2011)

Los factores protectores o promotores de la resiliencia, que pueden ser de origen interno o externo, ayudan a cada persona a sobrellevar o a generar un cambio de todos los aspectos negativos y peligrosos para el equilibrio y el desarrollo (Caldera, Aceves & Reynoso, 2015).

Polo (2009), Pasqualini (2009) y Gómez (2010) citados por Caldera, Aceves y Reynoso (2015) definen los aspectos promotores de la resiliencia divididos en aspectos individuales, familiares y sociales:

Los aspectos individuales que promueven la resiliencia se refieren a la alta autoestima, seguridad en sí mismo, la facilidad para comunicarse, la empatía, el locus de control interno, el optimismo, la fortaleza personal, el afrontamiento positivo, la resolución de problemas, la autonomía, la competencia cognitiva (atención y resolución de problemas), la demostración de sus emociones, la asertividad, el manejo saludable del estrés y el manejo adecuado del tiempo libre.

Los aspectos familiares hablan sobre tener un adulto significativo, tener límites claros y firmes, apego parental, vínculos afectivos, reconocimiento de los logros y esfuerzos por parte de la familia e integración familiar. Finalmente, los aspectos sociales se refieren a las redes informales de apoyo, pertenecer a grupos de pares, hacer deporte y pertenecer a una escuela o comunidad.

Estas variables mencionadas influyen en el individuo dependiendo del grupo familiar primarios y la red social de apoyo en el que este se desenvuelva desde la infancia, además dependen de los factores internos que la persona posea.

Cabe destacar en este punto que los estudios en el ámbito educativo muestran interés por las condiciones de estrés, esfuerzo y exigencia propios de los estudios superiores y que involucran la capacidad de los individuos de sobreponerse a ellos (Caldera, Aceves & Reynoso, 2015).

Desde una mirada más global, encontramos otras investigaciones con estudiantes universitarios que también resaltan la importancia del apoyo familiar y social como factores que ayudan a que se desarrolle un nivel adecuado de resiliencia y que es una capacidad que puede sostenerse durante el paso de los años, además aparecen unas variables importantes como el

autocontrol y autonomía (Mikulic, Crespi & Cassullo, 2010; Omar, et al. 2011; Arriata & Valdez, 2012; Rodríguez, Ramos, Ros & Fernández, 2015; Silva & Morán, 2017; Wang, Hu & Yin, 2017).

Se han realizado algunos estudios sobre la resiliencia en estudiantes tanto universitarios como bachilleres, en Colombia podemos incluir ciudades como Bucaramanga, Medellín y Bogotá. Desde un punto de vista general se debe tener en cuenta que los resultados apuntan a que los vínculos con personas significativas y percibir un buen nivel de apoyo social implican para el joven un factor promotor para el desarrollo de la resiliencia. También se ha hallado que a menor edad se tiene más capacidad de resiliencia y viceversa, a mayor edad menos resiliencia poseen los jóvenes (Álvarez & Cáceres, 2010; Montoya, et al. 2014; Sánchez, 2015).

La finalidad de la investigación es encontrar los factores que influyen en el desarrollo de la resiliencia en los jóvenes universitarios del Valle de Aburrá, porque es un momento en el que se inicia la carrera profesional o formación académica, es decir que se enfrentan a nuevos retos y a una etapa que marca diferencia en la vida de los seres humanos.

Pasando al tema de la importancia de poseer resiliencia o las posibles consecuencias de no ser una persona resiliente, Costa de Robert, et. al (2010) plantean que las personas que padecen de estrés psicosocial crónico y baja resiliencia son más propensas a desarrollar hipertensión arterial, además indican que las personas con baja resiliencia son menos optimistas que aquellas que poseen alta resiliencia (González Arratia & Valdez Medina, 2012). Calderón Prada, Espinosa Pezzia y Techio (2004) explican que la diferencia entre los individuos con alta y baja resiliencia se encuentra en la capacidad para aprender de las dificultades y el uso del conocimiento que se tiene para un afrontamiento de las mismas de manera efectiva, todo esto se encuentra ligado a las emociones y las evaluaciones cognitivas positivas.

Luego de analizar las falencias o brechas que hay en las investigaciones sobre la resiliencia, queremos saber entonces ¿cuál es la prevalencia y los factores que están asociados al desarrollo de la resiliencia en jóvenes universitarios estudiantes del primer semestre de psicología de una institución universitaria pública y una privada ubicadas en el Valle de Aburrá?

2. Justificación

El concepto de resiliencia se utiliza principalmente para describir la forma de pensar y actuar de los seres humanos ante las actividades o situaciones cotidianas que pueden considerarse adversas, también puede entenderse como la capacidad de recuperarse de situaciones de crisis y aprender a su vez de ellas, teniendo una mente flexible y un pensamiento optimista ayudando a generar una expectativa de que la situación adversa tendrá fin.

La resiliencia puede lograrse según el trabajo que la persona realice sobre su realidad, en este sentido, es importante resaltar que, aunque la realidad que nos rodea y en la cual nos movemos no se percibe la mayoría de veces como ideal, sí depende de nosotros el modo en que enfrentamos dicha realidad.

Desde el punto de vista teórico, el aporte de esta investigación sería contribuir al conocimiento respecto a los factores que de alguna manera explican el desarrollo de la resiliencia en una población específica que serían los jóvenes universitarios, además de tener en cuenta que la contribución es también para el conocimiento general en psicología educativa.

El estudio o investigación también le contribuye a la psicología positiva que “supone el estudio de la emoción positiva, el carácter positivo, y las instituciones positivas” (Seligman & Csikszentmihalyi, citados por Seligman, Steen, Park & Peterson, 2005. p. 410). Por tanto, la

psicóloga positiva insiste en la construcción de competencias y en la prevención de la enfermedad (Becoña, 2006, p. 136). La resiliencia está muy relacionada con los recursos emocionales y mentales que tienen las personas pero que normalmente no saben cómo se puede desarrollar en pro de su bienestar, entendiendo los aspectos que favorecen su desarrollo es una forma de aportar información para la prevención de enfermedades mentales.

Desde la epidemiología, puede ofrecerse información para prevenir algunas patologías mentales, es decir, con la información que logremos recolectar podemos aportar al conocimiento sobre los factores protectores que explican el desarrollo de la resiliencia en jóvenes universitarios del Valle de Aburrá. Además, en segundo plano también podemos generar consciencia sobre la importancia de ser resilientes o desarrollar la resiliencia, para que esta actúe como un factor protector frente a las psicopatologías como la depresión o trastornos relacionados, por ejemplo, la ansiedad y la distimia.

Según la American Academy of Child & Adolescent Psychiatry (2014) la población joven es propensa al suicidio, este es la tercera causa de muerte más frecuente entre los jóvenes que se encuentran entre los 15 y 24 años de edad ya que esta población experimenta sentimientos de estrés en alto grado, presión para alcanzar el éxito, confusión y dudas sobre sí mismos durante su desarrollo, incluso para algunos de ellos situaciones familiares tales como divorcios, una nueva formación de familia o mudanzas a otras ciudades o países inciden en el aumento de las dudas sobre sí mismos.

En lo que respecta al aspecto social, la información recolectada por medio de esta investigación será útil para el área de bienestar universitario de las instituciones educativas especialmente aquellas de carácter público como la Institución Universitaria de Envigado, pues

por medio de los datos que pretendemos recoger se pueden realizar, o fortalecer, los programas de promoción de la salud mental en estudiantes universitarios.

3. Objetivos

3.1. Objetivo General

Explorar la prevalencia y los factores que explican el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes universitarios de psicología de primer semestre de una institución universitaria pública y una privada ubicadas en el Valle de Aburrá.

3.2. Objetivos Específicos

1. Identificar la prevalencia de la resiliencia en jóvenes universitarios estudiantes de primer semestre de psicología de una institución pública y una privada incluidos en la investigación.
2. Caracterizar los factores familiares, demográficos y sociales de los jóvenes universitarios incluidos en la investigación.
3. Asociar los factores familiares, demográficos y sociales además del tipo de institución que más se asocian y que propician el desarrollo de la resiliencia en jóvenes universitarios del Valle de Aburrá incluidos en la investigación.

4. Marco Referencial

4.1. Marco de antecedentes

A continuación, describiremos brevemente los antecedentes más relevantes sobre algunos estudios internacionales y nacionales que se han realizado en relación al tema de la resiliencia en la población joven.

En la Facultad de Psicología – UBA, Buenos Aires en el 2010 por medio del Cuestionario de Rasgo de Inteligencia Emocional y la Entrevista Estructurada para evaluar Potencial Resiliente, Isabel Maria Mikulic, Melina Claudia Crespi y Gabriela Livia Cassullo evaluaron la relación existente entre los constructos inteligencia emocional, satisfacción vital y potencial resiliente, en una muestra de 96 estudiantes universitarios de psicología de una universidad pública entre los 19 y 50 años de edad.

En la investigación titulada “*Evaluación de la inteligencia emocional, la satisfacción vital y el potencial resiliente en una muestra de estudiantes de psicología*” se halló una correlación entre los factores de bienestar psicológico, habilidades sociales, autocontrol y sociabilidad con la inteligencia emocional. También se encontró que los factores de protección personal guardan relación con los factores de protección a nivel familiar y social e igualmente para los factores de riesgo. Se encontró una relación significativa y positiva entre factores de protección personal, familiar y social con la satisfacción vital. Sobre la relación entre la inteligencia emocional y el potencial resiliente existe una correlación positiva, en otras palabras, cuando la inteligencia emocional aumenta el potencial resiliente también lo hará y viceversa. (Mikulic, Crespi & Cassullo, 2010)

“*Un modelo explicativo de resiliencia en jóvenes y adolescentes*” Alicia Omar, Laura Paris, Hugo Uribe Delgado, Sergio Henrique Ameida da Silva Junior y Marcos Aguiar de Souza realizaron en Argentina y Brasil durante el 2011, una investigación con el objetivo de orientar al desarrollo de un modelo teórico conceptual, que explica la emergencia de los comportamientos resilientes entre los jóvenes y los adolescentes. Se trabajó con diferentes variables como el optimismo, sentido del humor, emociones positivas, bienestar e inteligencia emocional. Los resultados indicaron que, a pesar de sus riesgos, alrededor de un tercio de los niños se

transformaron en resilientes y continuaron siendo adultos resilientes. Respecto al sentido del humor explican que ayuda a aumentar los rasgos resilientes y la satisfacción de logros o metas alcanzadas, por parte del optimismo este ayuda a aumentar la resiliencia de los jóvenes permitiendo a su vez afrontar el estrés de una manera más exitosa y finalmente frente la variable de la inteligencia emocional también se encuentra que los jóvenes inteligentes emocionalmente, tendrán más habilidad para el afrontamiento del estrés y serán más resilientes (Omar, et al. 2011).

Norma Ivonne González, Arratia López Fuentes y José Luis Valdez Medina (2012) de la Universidad Autónoma del Estado de México, realizaron una investigación sobre para analizar la relación entre “*Optimismo-Pesimismo y Resiliencia en adolescentes de una Universidad Pública*”. La población se escogió por medio de un muestreo no probabilístico de tipo intencional, la muestra estuvo formada por 118 hombres y 182 mujeres entre 15 y 17 años de edad pertenecientes a una Universidad Pública en la ciudad de Toluca, Estado de México. Se utilizaron 2 tipos de cuestionarios, el Cuestionario de optimismo-pesimismo y el Cuestionario de Resiliencia, los resultados indican que hay una menor cantidad de adolescentes con baja resiliencia con un 32% de la población, mostrando un déficit en habilidades cognitivas, interpersonales y emocionales. Al relacionarlos con las demás variables, observaron que los adolescentes que puntuaron alta resiliencia también presentan mayor optimismo y por ende menor pesimismo. Respecto al sexo se presenta mayor pesimismo en las mujeres. A quienes puntuaron resiliencia media les recomendó aprender sobre el autocontrol para aumentar el nivel de resiliencia fortaleciendo los vínculos sociales y autonomía (González, López & Valdez, 2012).

En España, en el año 2015 Arantzazu Rodríguez Fernández, Estibaliz Ramos Díaz, Iker Ros y Arantza Fernández Zabala se interesaron por estudiar las “*Relaciones de la Resiliencia con el Autoconcepto y el Apoyo Social percibido en una muestra de adolescentes*” en la Universidad

del País Vasco (UPV/EHU), España. Su objetivo era explorar las relaciones de la resiliencia con el autoconcepto y el apoyo social percibido; y, en segundo lugar, identificar variables predictoras de la resiliencia. En su investigación participaron 250 adolescentes escolarizados entre 12 y 15 años en centros educativos de la Comunidad Autónoma del País Vasco. Por medio de la aplicación de los cuestionarios de Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), el Cuestionario de Apoyo Social percibido de Familia y Amigos (AFA), el Cuestionario HBSC (Health Behaviour in School Aged Children)-2006 que mide las conductas relacionadas con la salud y el desarrollo de los adolescentes en etapa escolar, y el Cuestionario Autoconcepto Dimensional (AUDIM) se halló que la resiliencia posee factores predictores como el autoconcepto, alto nivel de apoyo de la familia, alto nivel de apoyo del profesorado y alto nivel de apoyo de las amistades. Se compararon los resultados de las personas que puntuaron más de 80 en resiliencia (resiliencia alta) con quienes puntuaron de 80 hacia abajo (resiliencia media y baja) y se encontró que quienes puntuaron alto era debido a un mejor apoyo familiar, social y del profesorado. (Rodríguez, Ramos, Ros & Fernández, 2015)

Por medio de La Escala de Ego-Resiliencia y la Escala de Autovaloraciones Esenciales (CSES), en el año 2017 se quiso conocer si existe relación entre la resiliencia y el amplio factor de personalidad autovaloraciones esenciales planteando averiguar si hay diferencias por sexo y por edad. Los participantes fueron 620 estudiantes, siendo el 50 % varones. De ellos el 54% eran estudiantes de las universidades de León y de Salamanca, de primer y segundo curso de carrera, el resto eran estudiantes de bachillerato de dos colegios de León. Maria José Fínez Silva y Consuelo Morán Astorga, de la Universidad de León, España, titularon su investigación *“Resiliencia y autovaloraciones esenciales: estudio comparativo en adolescentes y jóvenes”* donde se halló que las medidas utilizadas y la correlación entre ambas variables, se halla una

correlación positiva para la autoevaluación de la resiliencia, o sea que si una de las variables aumenta la otra también lo hará. El estudio muestra las diferencias significativas que se dan entre los dos sexos, lo cual indicó que los varones obtienen mayor puntuación que las mujeres respecto a la resiliencia. Se realizó también una diferencia significativa entre jóvenes de primero y segundo de bachillerato y jóvenes universitarios, los resultados arrojan que los bachilleres de primer año sacaron una puntuación más alta y los bachilleres de segundo año y los jóvenes universitarios la puntuación más baja. (Fínez & Morán, 2017)

“Emociones Académicas Positivas y Resiliencia Psicológica Entre Adolescentes Migrantes Rurales A Urbanos En China” es el título de una investigación realizada en Beijing, China por Daoyang Wang, Mingming Hu, Xin Yin durante el 2017 con el fin de explorar la relación entre las emociones académicas positivas de orgullo, felicidad, esperanza, satisfacción, calma y relajación, y los factores que influyen en la resiliencia psicológica, incluido el apoyo familiar, la capacidad para resolver problemas, la auto-resiliencia, el sentido de propósito, capacidad de comunicación, actitud hacia la adversidad y capacidad para movilizar recursos. En la investigación participaron 763 hijos e hijas entre 14 y 16 años de trabajadores migrantes de zonas rurales a urbanas en Beijing, China a quienes se les aplicó el Cuestionario de Resiliencia Psicológica Adolescente y el Cuestionario de Emociones Académicas Adolescentes. Los resultados de la investigación indican que los adolescentes que migraron de zonas rurales a zonas urbanas muestran niveles más altos de resiliencia y además muestran emociones académicas mucho más positivas. Además, señalan que la influencia de las variables sociodemográficas como el género, la edad, el tipo de escuela y el nivel de ingresos familiares en las emociones académicas positivas fue insignificante (Wang, Hu & Yin, 2017).

También es relevante resaltar que se han realizado estudios a nivel nacional, es decir en Colombia, donde encontramos una investigación en la ciudad de Medellín, a continuación revisamos dichos antecedentes nacionales.

En el 2010 se realizó una investigación sobre “*Resiliencia, Rendimiento Académico y Variables Sociodemográficas en Estudiantes Universitarios de Bucaramanga*”. Los investigadores, Leonardo Yovany Álvarez Ramírez y Laura Cáceres Hernández de la Universidad Autónoma de Bucaramanga, Floridablanca, Colombia buscaban explorar las dimensiones de la resiliencia, las correlaciones con diferentes variables como la edad, el estrato socioeconómico, el número de hijos, las diferencias por género, estado civil y tipo de convivencia familiar en 180 estudiantes universitarios de la ciudad de Bucaramanga, específicamente de quinto y sexto semestre de cuatro universidades públicas y privadas. Para ello utilizaron el cuestionario de resiliencia para estudiantes universitarios (CRE-U), se encontró la relación de la resiliencia con la edad, a menor edad más capacidad de resiliencia poseen los estudiantes, los de estrato más alto poseen menos resiliencia que los estudiantes de menor estrato y finalmente entre menos hijos más resilientes son. Cabe resaltar que las diferencias y correlaciones no son muy significativas (Álvarez & Cáceres, 2010).

Erika María Montoya Vásquez, Eneida Puerta Henao, Dora María Hernández Holguín, Esteban Páez Zapata e Isabel Cristina Sánchez Gómez, investigaron sobre la “*Disponibilidad y efectividad de relaciones significativas: elementos claves para promover resiliencia en jóvenes*”. El objetivo fue comprender la interacción entre contexto, recursos, redes de apoyo y características de los jóvenes de la ciudad de Medellín para la promoción de la resiliencia, el estudio fue realizado en la Facultad Nacional de Salud Pública, Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia durante el 2014. Participaron 48 jóvenes entre los 13 y 20 años que vivieran

tres años o más en barrios de estratos socioeconómicos bajos. Las relaciones significativas que tienen los jóvenes ayudan a que emerjan las conductas resilientes como lo son la familia, la escuela y el barrio. El estudio muestra que para que el joven logre desarrollar la resiliencia es necesario que primero tenga un vínculo con una persona significativa, para poder conformar el sistema de relaciones, y ya en segundo lugar contar con los recursos sociales, familiares, económicos, educativos y espirituales (Montoya, et al. 2014).

Durante el 2015 en la Institución Educativa Superior de Bogotá, Geraldine Sánchez Arias decidió identificar la viabilidad del fortalecimiento de la resiliencia a través de un “*Programa de Intervención Terapéutica en Resiliencia en una Institución de Educación Superior*” de Bogotá dirigido a la comunidad educativa con una población de estudiantes, profesores, administrativos y egresados que debían poseer interés para participar voluntariamente en el programa y adecuar sus tiempos para asistir a las sesiones del programa. Esto se hizo por medio de la Escala de resiliencia de Wagnild y Young, adaptada por la Universidad Manuela Beltrán en 2008 (Prueba PR 5). La población total fue de 325 personas, aproximadamente 70 participantes puntuaron escasa resiliencia, 133 moderada capacidad de resiliencia, 120 mayor capacidad de resiliencia y 2 pruebas fueron anuladas. El enfoque que se le dio a la terapia era cognitivo-conductual pero tuvo algunos elementos humanistas en terapia individual y grupal. Aunque no se fortalecieron los niveles de resiliencia en gran medida, si se lograron resultados positivos fortaleciendo algunos factores resilientes, pero el programa necesita más efectividad para lograr un mayor fortalecimiento de otros factores (Sánchez, 2015).

En general los resultados de los estudios, tanto nacionales como internacionales, llevan a una conclusión y es que la resiliencia está ligada a determinados factores de protección tales como el reconocimiento de logros por parte de la familia, tener una red social de apoyo, un

bienestar psicológico, pero especialmente se destaca la importancia de tener apoyo por parte de la familia o los mentores del joven. En los resultados también podemos notar que para lograr un adecuado desarrollo de la resiliencia esta se encuentra ligada a conceptos como de la psicología positiva como el optimismo, la inteligencia emocional y el buen sentido del humor, donde la relación que guardan todos los conceptos antes mencionados es positiva, puesto que son considerados factores protectores.

4.2. Marco teórico

Capítulo I: Resiliencia

La resiliencia es un concepto que surge de la inquietud por identificar aquellos factores que facilitan a las personas sobreponerse de manera exitosa a la adversidad y dificultades que se presentan en sus vidas.

Para el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (2019), la resiliencia es la “capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o una situación adversa” sin embargo, etimológicamente, procede del latín *salire*, el cual quiere decir “saltar hacia atrás, rebotar o surgir” y el prefijo “re” le añade el concepto de repetición o reanudación (Arratia, Medina & Borja, 2008 citado por Caldera, Aceves & Reynoso, 2016).

La palabra “resiliencia” se ha tomado de diferentes disciplinas, por ejemplo en osteología es utilizada para definir la capacidad que tienen los huesos para crecer en sentido correcto después de una fractura (Badilla, 1999 citado por Puerta & Vásquez, 2012); en el campo de la ingeniería civil, la resiliencia se utiliza para describir la capacidad de algunos materiales para recobrar su forma original después de ser sometidos a una presión que los deforma (Munist, et al. 1998 citado por Puerta & Vásquez, 2012).

La resiliencia se logra ver en situaciones adversas para determinada persona, en donde se logra superar los factores de riesgo y a su vez crea un factor protector contra las situaciones estresantes y adversas. Básicamente, las definiciones de resiliencia pueden centrarse en 3 diferentes aspectos, el individuo, el proceso y el resultado (Becoña, 2006):

- **En el individuo:** Se manejan conceptos como capacidad, cualidad, mentalidades, característica universal, entre otras.

- **En el proceso:** Son definiciones centradas en hacer especial énfasis en la interacción que existe entre las capacidades personales y el medio ambiente.

- **En el resultado:** Son las definiciones centradas en la superación de la adversidad.

Uno de los primeros teóricos que usó el término resiliencia fue Bowlby, quien lo tomó de la física de los materiales, él defendía la idea de que el papel del apego tenía influencia en el inicio de la resiliencia, la cual definió como un “resorte moral, cualidad de una persona que no se desanima, que no se deja abatir” (Manxiaus, et al. 2005 citado por Puerta & Vásquez, 2012) (p. 2). Luego Anthony (1970, citado por Puerta & Vásquez, 2012) investigó sobre niños en alto riesgo y obteniendo resultados positivos introdujo el término “vulnerabilidad” y también entonces surge un concepto opuesto que se conoció como “invulnerabilidad”. Se entiende como “invulnerable” a la persona que no permite ser absorbido por la adversidad, pero se notó que el concepto era muy extremista y que enfatizaba en la parte genética de las personas, por ende se planteó un concepto que fuera más flexible y más global, y así surge el concepto de “capacidad para afrontar” y finalmente surgió el concepto de “resiliencia” que describe entonces la posibilidad de las personas para enfrentar de manera efectiva ciertos eventos estresantes, de carácter severos y acumulativos.

Este concepto empezó a usarse más que todo en la psicología evolutiva, intentando explicar por qué algunos niños y niñas eran capaces de superar las adversidades y transformarse en individuos saludables (Menvielle, 1994 citado por Puerta & Vásquez, 2012).

No fue hasta finales de la década de los 70 que se tuvo un conocimiento científico sobre la resiliencia gracias a un estudio longitudinal de Emily Werner y otros teóricos de la isla de Kauai Hawai. Durante 32 años, Werner se encargó de hacerles seguimiento a 698 niños que estaban expuestos a un alto riesgo de padecer algún trastorno de la conducta. Los resultados arrojaron que, de 201 observados desde los 2 años de edad, 72 evolucionaron de manera favorable sin contar con una intervención terapéutica convirtiéndose en jóvenes y adultos competentes e íntegros. Werner menciona que tuvieron la capacidad de “sobreponerse” a una infancia difícil (Puerta, 2002 citado por Puerta & Vásquez, 2012).

Stefan Vanistendael (1996) se apoyó en Werner y en otras investigaciones para hacer una conceptualización de la resiliencia como “la capacidad de una persona o de un sistema social para vivir bien y desarrollarse positivamente a pesar de las condiciones de vida difíciles y esto de manera socialmente aceptable” (Puerta, 2002 citado por Puerta & Vásquez, 2012. p.2).

La resiliencia también fue definida por Rutter (1987) como los factores protectores que modifican, mejoran o alteran la respuesta de la persona a los acontecimientos peligrosos que sugieren presentar resultados no adaptativos. Otras definiciones, caracterizan la resiliencia como una adaptación positiva en el contexto de adversidad significativa para la persona. (Cicchetti & Becker, 2000 citados en García del Castillo, García del Castillo, López & Dias, 2016). Bonanno (2004, citado por Finez & Moran, 2017) define el concepto como “la habilidad de los adultos que han sido expuestos a acontecimientos aislados potencialmente muy disruptivos, tales como la muerte de un ser querido o la exposición a una violencia extrema, para mantenerse relativamente

estables, con niveles de funcionamiento físico y psicológico sanos, así como la capacidad para generar experiencias y emociones positivas.” (p. 348)

Aunque este constructo teórico es relativamente nuevo para el campo de la psicología, la resiliencia beneficia a que un individuo logre sobreponerse de manera saludable a cualquier problema u obstáculo que le afecte. En la actualidad los estudios de la resiliencia se realizan desde tres puntos de vista diferentes, quienes la consideran como un rasgo, como un resultado o como un proceso (Hu, Zhang & Wang, 2015). Quienes la consideran un rasgo trabajan la resiliencia como un rasgo de personalidad que ayuda a los individuos a afrontar las adversidades logrando desarrollo posterior (Connor & Davidson, 2003 y Ong, Bergeman, Bisconti & Wallace, 2006 citados por Garcia del Gallo et. al, 2016). Quienes la definen como un resultado consideran que la resiliencia es función o un resultado de tipo conductual que ayuda a los individuos a recuperarse y a superarse desde la adversidad (Harvey & Delfabbro, 2004 y Masten, 2001). Finalmente, quienes la observan como un proceso, la ven como un proceso dinámico en el cual los individuos se adaptan a las adversidades y se recuperan rápidamente de ellas (Fergus & Zimmerman, 2005 y Luthar, Cicchetti & Becker, 2000 citado por Finez & Moran, 2017).

La resiliencia incluye dos procesos relevantes y de suma importancia, resistir el trauma y rehacerse del mismo. Frente un suceso traumático las personas resilientes logran mantenerse en constante equilibrio sin que la adversidad afecte su vida cotidiana y el rendimiento personal. Las personas resilientes se mantienen en niveles de funcionalidad durante el tiempo de adversidad creando una capacidad de aprendizaje y creciendo desde esas experiencias adversas, totalmente opuesto de aquellas personas que se recuperan de manera “natural” (Bonanno et al., 2002; Bonanno & Kaltman, 2001 citado por Finez & Moran, 2017).

La Asociación Americana de Psicólogos (2018) afirma que son varios factores los que tienen que ver a la hora del desarrollo de la resiliencia, dentro de ellos destaca uno muy importante: Tener relaciones de cariño, apoyo, amor, confianza y seguridad tanto dentro como fuera de la familia.

Además, también enumeran otros factores que son asociados con el desarrollo de la resiliencia, la capacidad de las personas para trazar planes que dentro de su posibilidad sean realistas y llevarlos a cabo siguiendo un paso a paso, tener habilidades a la hora de resolver conflictos y en la comunicación, poseer una visión positiva de sí mismo, contar con la capacidad para manejar sentimientos fuertes y finalmente tener confianza en sus propias habilidades y fortalezas. (APA, 2018)

La APA (2018) en su página web en el texto *“El Camino a la Resiliencia”* menciona algunas formas de fortalecer la resiliencia, algunas personas por ejemplo les sirven escribir sus pensamientos y sentimientos que guardan alguna relación con situaciones de adversidad, otras personas recurren a la meditación y prácticas de carácter espiritual, pero afirman que la clave es la identificación de actividades que funcionen como estrategias personales para el desarrollo de la resiliencia.

Se destaca la importancia tanto de aceptar como brindar ayuda y apoyo a las demás personas especialmente de familiares cercanos o amistades y personas que considere importantes. También sugieren la participación activa en grupos de la misma comunidad y señalan grupos basados en la fe que brindan esperanza y sostén social. Como parte de dichas estrategias también se incluye cambiar la manera en cómo se interpretan los hechos tormentosos que producen tensión, es decir, no se trata de cambiar lo que sucede sino cambiar la forma en cómo miramos lo que sucede y también entender que ante algunas situaciones adversas debemos aceptar las circunstancias que

no podemos cambiar y debemos enfocarnos en las que si tenemos poder de cambiar sin exagerar la situación vivida. (APA, 2018)

Es relevante trazar planes realistas que permitan que los seres humanos encontremos motivación para alcanzar dichas metas o planes y desarrollar la confianza en su propia capacidad para resolver problemas confiando especialmente en sus instintos. Poseer una visión optimista de los problemas permite que esperemos cosas positivas en los sucesos de nuestras vidas y enfocarse en visualizar lo que queremos y no en lo que tememos. (APA, 2018)

Según Javier Cabanyes Truffino (2010) cita a Knight para explicar el constructo de la resiliencia como estado, es decir, qué es y cómo se identifica e incluye 3 tipos de competencias. La competencia emocional que está conformada por el autoconcepto positivo, el autocontrol, la autonomía, sentido del humor y regulación de las emociones. La competencia social habla nuevamente de la construcción de relaciones sociales, sentido de pertenencia y un buen nivel de empatía. Finalmente, “la orientación al futuro nos describe la importancia de tener un enfoque de la vida optimista, resolución de conflictos o problemas y tener la capacidad de adaptación a las situaciones y flexibilidad ante las misma” (Cabanyes, 2010, p.147).

Factores asociados a la resiliencia

Nuevamente Cabanyes en su artículo “*Resiliencia: una aproximación al concepto*” (2010), afirma que “los estilos cognitivos y atribuciones, el autocontrol, el vínculo seguro, el efecto de las respuestas al estrés, las estrategias de afrontamiento y el concepto de sí mismo son algunos de los conceptos que participan como características vinculadas al desarrollo de la resiliencia” (Cabanyes, 2010, p.148).

Además, Cabanyes (2010) sugiere que:

Los datos disponibles sugieren que la resiliencia no solo cambia a lo largo del tiempo sino que, en su transcurso, requiere ajustes en la definición operativa, en las fuentes de datos y en la forma de evaluación. Es pues, un proceso que dura toda la vida, con fases de adquisición y de mantenimiento y podría plantearse, incluso, de disminución o de pérdida. (p.148)

Masten & Garmezy (1985) y Wermer & Smith (1992) citados en Becoña (2006) mencionan 3 grupos de factores relacionados con el desarrollo de la resiliencia: atributos propios de los niños, aspectos familiares y características del entorno social.

Relacionado a esto nos encontramos con un concepto conocido como inteligencia emocional que se dio a conocer en 1995 por un libro “La Inteligencia Emocional” del psicólogo estadounidense Daniel Goleman, este concepto nos ayuda a entender de qué forma se logra influir de una manera adaptativa e inteligente sobre las emociones e interpretación de los estados emocionales de las demás personas, esta se refiere entonces a la capacidad de poder conocer y manejar nuestras propias emociones y sentimientos además de poder reconocerlos tanto en nosotros mismos como en los otros sujetos con el fin de saber generar una buena gestión de nuestras relaciones de carácter interpersonal. Omar, et al (2011) mencionan que los jóvenes inteligentes emocionalmente, tendrán más habilidad para el afrontamiento del estrés y serán más resilientes.

Para finalizar, es importante tener en cuenta un último concepto relacionado con la resiliencia: el concepto de *coping* o también conocido como estrategias de afrontamiento son consideradas como los conjuntos de recursos y esfuerzos cognitivos y comportamentales que

utiliza la persona para resolver un problema, minimizar o suprimir la respuesta emocional frente al mismo o cambiar las emociones que se presentan al evaluar inicialmente una situación (Londoño, Henao, Puerta, Posada, Arango & Aguirre, 2006).

Capítulo II: Juventud

El término 'juventud' proviene de la palabra "*Iuviare*", que en latín se utilizaba para definir la acción de ayudar, apoyar o sostener a alguien. De allí se deriva el término *iuvenis*, que en español traduce *joven*.

La juventud se puede definir como el periodo de la vida de una persona en el que la sociedad deja de verle como un niño, pero no le da un estatus y funciones completos de adulto. Como etapa de transición de la dependencia infantil a la autonomía adulta, se define por las consideraciones que la sociedad mantiene sobre ella: qué se le permite hacer, qué se le prohíbe, o a qué se le obliga. Se espera que los jóvenes empiecen a diseñar un currículo de decisiones propias amigos, ocio, colectivos a los que se quiere pertenecer, educación, mercado laboral, que los convierta en sujetos autónomos, y la sociedad les exige una postura clara y definida ante ellos mismos y ante su contexto social inmediato. (Souto, 2007, p. 171)

Cronológicamente, no tiene una delimitación de edad porque con el tiempo se han generado una ampliación de estos límites que no dependen solamente de consideraciones psicológicas sino también de aspecto como el desarrollo social y de los mismos jóvenes y de las organizaciones juveniles (Souto, 2007).

Dentro de este periodo, se suele hacer una diferenciación entre adolescentes y jóvenes adultos. Esta división afirma que los jóvenes adultos alcanzan determinadas posiciones sociales

que los adolescentes todavía no alcanzan. Las definiciones teóricas de juventud han evolucionado de manera paralela al contexto histórico, al papel que adquieren los jóvenes en la sociedad, al desarrollo de los movimientos juveniles y de las teorías predominantes de las ciencias sociales (Souto, 2007).

Juventud, “no es más que una palabra”, según el sociólogo Pierre Bourdieu (1990) (citado en Gallo, 2011), que se constituye como la representación ideológica de cómo la sociedad elige dividir o diferenciar a las personas por grupos, lo cual genera discusiones sobre como delimitarlos. El sociólogo argentino Mario Margulis (1996), contradujo lo que plantea Bourdieu, en su libro titulado “la juventud es más que una palabra”, afirmando que el término tiene usos particulares, sentidos singulares y efectos concretos (Margulis, 1996 citado por Gallo, 2011).

La juventud entonces podemos comprenderla como algo que se construye dentro de las diferentes sociedades y que conforme estas avanzan y se transforman el concepto también lo hace en su definición y los sentidos que se atribuyen (Gallo, 2011).

Dentro de las sociedades las formas de vivenciar la juventud tampoco son de tipo universales, o sea que no todos la experimentamos. Es decir, no todos experimentamos esta etapa de la misma manera pues como se ha explicado, depende de las condiciones en las que se encuentren las personas, de la cultura en la cual vivimos incluyendo nuestra historia familiar e individual (Gallo, 2011).

Hablar, estudiar, explicar y llegar a comprender la juventud implica tener que hacer una reconstrucción de las diversas formas en que ha sido definida según el cambiante contexto de las sociedades, también genera implicaciones en cuanto a la comprensión de cómo se vive la juventud por quienes así se consideran y también cómo son percibidos por los demás y

finalmente implica darle el reconocimiento a los jóvenes de que son personas que aportan a un proceso vital de todas las sociedades desde la reproducción y transformación de la misma sociedad (Gallo, 2011).

La juventud pasa de ser un periodo de desarrollo a ser una edad social, es comprendida como un periodo de transición (que puede ser corta o larga dependiendo del contexto) entre la infancia y la adultez, es decir, entre la dependencia y la independencia con lo que esta conlleva como por ejemplo, las responsabilidades. La ONU usa un rango de edad para definir este periodo entre los 15 y 24 años donde las personas son consideradas, socialmente, jóvenes, todo esto se da por que debe haber definición de un concepto, pero los “jóvenes” pueden estar o no incluidos en estas definiciones si se trata de basarnos en las transiciones que vive cada género y los aspectos socioeconómicos de cada sociedad, o sea teniendo en cuenta el contexto. (Hardgrove, 2014).

La juventud, al igual que los niños y los adultos mayores, es vulnerable porque son personas que viven en una sociedad donde hay desigualdad en cuanto a valores e instituciones sociales y no solamente porque están atravesando una fase de transiciones rápidas (Hardgrove, 2014).

La vulnerabilidad es generada por contextos de inseguridad y por mantener vínculos sociales y familiares poco confiables lo cual posiciona a los jóvenes en situaciones riesgosas como la soledad y el aislamiento, a su vez esto no permite que el joven tenga una fuente a la cual expresarle las situaciones adversas y no canalizadas por ende muchas veces estas emociones y pensamientos se expresan por medio de actos violentos, ya sea contra sí mismo o contra los demás. (Del Pino, et al. 2011)

La Real Academia Española (2019) define “vulnerable” como alguien que puede ser herido o recibir lesión física o moralmente. El término vulnerabilidad normalmente se asocia con ‘riesgo’, ‘fragilidad’, ‘indefensión’ o ‘potencial daño’ (Villalta & Saavedra, 2012)

“Desde el punto de vista sociodemográfico, la vulnerabilidad se relaciona con grupos socialmente en riesgo donde la identificación posee diferentes criterios: la existencia de elementos contextuales que los hace más propensos a enfrentar situaciones adversas para su desarrollo, el ejercicio de conductas que los exponen a peligros y la presencia de atributos básicos que originan riesgos como edad, sexo y etnia” (Villalta & Saavedra, 2012. pg 69).

Una persona vulnerable se entiende como alguien que presenta una imposibilidad o dificultad para enfrentar hechos traumatizantes o potencialmente dañinos a causa de poseer pocos recursos psicológicos, carecer de la capacidad de adaptación a nuevas situaciones o también que el joven no posea ayudas o apoyo externo dentro de su contexto. Esto nos lleva a entender que la vulnerabilidad está ligada a la forma de afrontamiento de los problemas que tengan los jóvenes, de la naturaleza de los problemas o situaciones difíciles o traumatizantes de la red social de apoyo (Sivak, Roberto. s.f. citado en Del Pino, et al. 2011. p. 71) lo cual nos remite al concepto de resiliencia.

4.3. Marco ético legal

Según el código deontológico el congreso de Colombia decreta que la psicología es una ciencia que promueve las competencias humanas en varios ámbitos de la vida social e individual, todo esto se fundamenta en la investigación científica, la cual es aplicada a través de métodos, estrategias y conocimientos que favorecen en la mejora de la calidad de vida.

Los profesionales de la psicología que se dedican a la investigación deben tener claro que sus principios serán éticos, de respeto y dignidad, de igual forma deben amparar por la integridad del paciente. También es de suma importancia la responsabilidad de la metodología, temas de estudio y materiales usados en la investigación, al igual deben hacer uso correcto de la divulgación y el análisis de los resultados y conclusiones. Los profesionales deben tener presente que todos poseen el derecho a su propiedad intelectual, y se le respetará como es debido los derechos de autor.

La ley 1090 de 2006 establece que la información que pueda obtener el profesional de psicología tiene que ser confidencial y no puede ser revelada a otras personas, a no ser que sea una información que conlleve al peligro, o a que el cliente o paciente pueda hacerse daño, o eso amenace sus derechos como persona, y amenace también los derechos de las personas que se encuentran más cerca de su círculo familiar y social.

La resolución 8430 de 1993 establece en los artículos 14 y 15 que el Consentimiento Informado debe acordarse por escrito, en el cual el sujeto evaluado, o su representante legal, autoriza su participación en la investigación o evaluación, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos, beneficios y riesgos a que se someterá, con la capacidad de libre elección. La información del consentimiento informado deberá presentarse al sujeto evaluado o a su representante legal de una forma clara y completa, de tal forma que sea comprensible para el evaluado, esta información debe contener:

1. La justificación y los objetivos de la investigación.
2. Los procedimientos que vayan a usarse y su propósito incluyendo la identificación de aquellos que son experimentales.

3. Las molestias o los riesgos esperados.
4. Los beneficios que puedan obtenerse.
5. Los procedimientos alternativos que pudieran ser ventajosos para el sujeto.
6. La garantía de recibir respuesta a cualquier pregunta y aclaración a cualquier duda acerca de los procedimientos, riesgos, beneficios y otros asuntos relacionados con la investigación y el tratamiento del sujeto.
7. La libertad de retirar su consentimiento en cualquier momento y dejar de participar en el estudio sin que por ello se creen perjuicios para continuar su cuidado y tratamiento.
8. La seguridad que no se identificará al sujeto y que se mantendrá la confidencialidad de la información relacionada con su privacidad.
9. El compromiso de proporcionarle información actualizada obtenida durante el estudio, aunque ésta pudiera afectar la voluntad del sujeto para continuar participando.
10. La disponibilidad de tratamiento médico y la indemnización a que legalmente tendría derecho, por parte de la institución responsable de la investigación, en el caso de daños que le afecten directamente, causados por la investigación.
11. . En caso de que existan gastos adicionales, éstos serán cubiertos por el presupuesto de la investigación o de la institución responsable de la misma.

5. Metodología

5.1. Tipo de estudio

Sampieri, Fernández y Baptista (2003) en su libro Metodología de la Investigación definen en enfoque cuantitativo como un enfoque que utiliza la recolección y el análisis de datos con el fin de responder preguntas de investigación y también para probar hipótesis determinadas. Este

enfoque se basa en la medición numérica, el conteo y el uso de datos estadísticos para lograr mostrar con precisión los comportamientos en determinada población.

El enfoque de esta investigación es cuantitativo, porque lo que se pretendió medir fue la prevalencia y los factores sociales, demográficos y familiares que están asociados con el desarrollo de la resiliencia. Es decir, con los resultados obtenidos de los instrumentos utilizados, se buscó hacer una relación estadística frente a los factores sociodemográficos de los participantes y el desarrollo de la resiliencia de los mismos.

El diseño del estudio es no experimental, únicamente se pretendió realizar una recolección de datos asumiendo un rol pasivo, ya que no se pretendió realizar cambios y/o tratamientos frente a los resultados. Únicamente, comprender el comportamiento humano en determinado contexto (Monje, 2011).

El nivel investigativo es descriptivo, ya que se formuló una hipótesis fundamentada en la información recolectada por medio de los instrumentos y que describe la prevalencia y los factores asociados a la resiliencia en los jóvenes universitarios del Valle de Aburrá. (Monje, 2011).

El tipo de estudio es transversal, pues fue de tipo observacional y medió ciertas características en un momento determinado del contexto de la población, los datos fueron recolectados en el presente sobre las características y conductas de los jóvenes.

5.2. Población

Hasta el año 2016, la revista Portafolio afirma que el total de estudiantes matriculados para todos los programas de educación superior fue de 2'394.434 estudiantes en Colombia (Portafolio, 2018).

La muestra poblacional de nuestra investigación fueron 50 jóvenes estudiantes del programa de psicología que se encontraban cursando el primer semestre de una universidad pública, que fue la Institución Universitaria de Envigado y una universidad privada que fue la Universidad Pontificia Bolivariana, lo cual nos permitió dentro de los resultados hacer una comparación entre ambas instituciones que fueron escogidas por facilidad de acceso y autorización para llevar a cabo el estudio.

Se realizaron 20 encuestas en la Universidad Pontificia Bolivariana y 30 en la Institución Universitaria de Envigado, luego de descartar aproximadamente 30 encuestas que no fueron completadas y personas que eran menores de edad.

En la IUE se cuenta con 1.008 estudiantes matriculados en psicología durante el 2019-1 mientras que la UPB cuenta con 682 estudiantes matriculados en el programa de psicología.

5.2.1. Muestra

Como criterios de inclusión, los estudiantes debían estar cursando el primer semestre del programa académico de psicología durante el 2019-1 que fue el momento de la aplicación del instrumento. Los jóvenes debían estar en un rango de edad entre los 18 y 29 años.

Dentro de la muestra de la población solamente fueron excluidas aquellas personas que no firmaron el consentimiento informado y además todos los que no completaron el diligenciamiento de los instrumentos elegidos para evaluar la resiliencia en su totalidad.

5.3. Técnicas de recolección de información

Los instrumentos elegidos para aplicarle a los estudiantes fueron la Escala de Resiliencia SV-RES (2008), encuesta desarrollada por Eugenio Saavedra y Marco Villalta en el año 2008, este instrumento está diseñado especialmente para jóvenes y adultos permitiendo conocer el nivel de resiliencia y los factores que la conforman.

Esta encuesta cuenta con 60 ítems que se dividen en 12 factores que son: Identidad, autonomía, satisfacción, pragmatismo, vínculos, redes, modelos, metas, afectividad, autoeficacia, aprendizaje y generatividad (Saavedra & Villalta, 2008).

Los factores sociodemográficos que tendremos en cuenta para encuestar en los participantes de la investigación son la edad, el sexo, el estrato socioeconómico y tipología de familia.

Además, también se realizó el cuestionario MOS que fue desarrollado en Estados Unidos y mide el apoyo social percibido (Londoño et.al, 2012). El cuestionario MOS consta de 20 ítems que mide 4 aspectos: apoyo emocional (8 preguntas), ayuda material (4 preguntas), relaciones sociales de ocio y distracción (4 preguntas) y el apoyo afectivo (3 preguntas), que se evalúan seleccionando la frecuencia, es decir: nunca, pocas veces, algunas veces, la mayoría de las veces y siempre.

Este cuestionario se interpreta por medio de dichas variables y tienen una puntuación máxima, media y mínima según la variable. Los puntajes según el índice global de apoyo social son: máximo; 94, medio; 57 y mínimo; 19.

El último instrumento a utilizar fue el APGAR Familiar, este es un instrumento que muestra cómo la persona logra percibir a los miembros de la familia en el nivel de funcionamiento de la unidad familiar de forma global. La prueba fue creada por el Dr. Gabriel

Smilkstein en 1978. Este cuestionario consta de 5 enunciados y 3 posibles respuestas por cada uno. Cada respuesta tiene un puntaje diferente; casi siempre (2 puntos), algunas veces (1 punto) y casi nunca (0 puntos). Brinda la posibilidad de un puntaje entre 0 y 10 puntos que indicarían la baja o alta satisfacción respecto al funcionamiento de la familia (Arias, L & Herrera, J. 1994). Una puntuación de 7 a 10 sugiere una familia muy funcional, de 4 a 6 una familia moderadamente disfuncional y una puntuación de 0 a 3 sería considerada una familia con grave disfuncionalidad.

5.4. Procedimiento

Se procedió a acceder a la población, por medio de una carta que se presentó por escrito solicitando el permiso en la Institución Universitaria de Envigado (IUE), propiamente en decanatura con el fin aplicarles los instrumentos a los estudiantes del primer semestre de la Facultad de Ciencias Sociales específicamente del programa de Psicología, las cuales evaluaron los niveles de resiliencia en estudiantes universitarios entre los 18 a 29 años.

En cuanto a la Universidad Pontificia Bolivariana, se debió hablar con la persona encargada de la facultad del programa de Psicología y proceder con los requerimientos de la universidad para poder aplicar los cuestionarios a los estudiantes de primer semestre del programa mencionado. También se entregó una carta de presentación firmada desde la decanatura de la IUE para el encargado del programa de psicología.

5.4 Análisis de datos

Se utilizó frecuencias para describir la prevalencia de la resiliencia en los estudiantes universitarios, además, los factores demográficos y familiares. Para describir el apoyo social percibido se utilizó la media y la desviación estándar. En el análisis bivariado se usó la prueba Chi cuadrado de independencia para el análisis entre variables cualitativas, y, para la relación entre variables cuantitativas el coeficiente de correlación de Spearman. Estableciéndose un nivel de significancia estadística valor $p < 0,05$.

5.5 Tabla de variables

Tabla 1

Variables

Nombre de la Variable	Definición	Calificación
Sexo	Es una variable biológica y genética que nos divide a los seres humanos en dos posibilidades; mujer u hombre.	Mujer:1 Hombre:2
Edad	Tiempo que ha transcurrido desde el nacimiento de un ser vivo.	18 a 29 años

Estrato	El estrato se define como la capacidad económica y social que tiene una persona, una familia e incluso un país.	Bajo:1 Medio:2 Alto:3
Resiliencia	La resiliencia es la habilidad para adaptarse a los acontecimientos adversos, superarlos y ser capaz de lograr un progreso exitoso a pesar de haber vivido esa situación traumática. Las autovaloraciones esenciales son un amplio factor de la personalidad, de orden superior, compuesto por tres rasgos: autoestima, autoeficacia, y lugar de control interno (Fínez & Morán. 2017).	Alta: 1 Media: 2 Bajo: 3
Red de apoyo social	Cuestionario de estudio de desenlaces médicos de apoyo social (MOS; Sherbourne y Stewart, 1991. Citado por Londoño, Rogers, Castilla, Posada, Ochoa, Jaramillo, Oliveros, Palacio, Aguirre. 2012). Diseñado como un cuestionario breve y auto-administrado en personas con enfermedades crónicas en los Estados Unidos, ha mostrado una adecuada variabilidad de los ítems.	Alto: 1 Medio: 2 Bajo: 3
Funcionalidad familiar	Este instrumento evidencia cómo perciben los miembros de la familia el nivel de funcionamiento de	Muy funcional: 0 Moderadamente

la unidad familiar de manera global, incluyendo a la población infantil. Es útil para lograr evidenciar como una persona percibe el funcionamiento de su familia en cierto momento. (Suarez & Alcalá, 2014)

disfuncional: 1
Gravemente
disfuncional: 2

6. Resultados

Se logró una participación total de 50 personas, de las cuales 36 de ellas eran mujeres indicando una participación del 72 % de la población superando la mitad de la misma, la participación de los hombres fue más reducida con un 28% lo cual se refiere a que únicamente diligenciaron los instrumentos 14 de ellos.

De la totalidad de los participantes podemos observar que la mayoría tiene estrato socioeconómico de nivel medio con una frecuencia de 37 personas, luego podemos notar que 8 de ellas provienen de un estrato socioeconómico bajo y finalmente la participación de personas que son de estrato alto se redujo a únicamente a 5.

De los 50 participantes podemos evidenciar que el 96% son solteros, casi la totalidad de los mismos ya que únicamente 2 personas indican ser casados o que sostienen una relación de unión libre.

La edad de los participantes se encuentra entre los 18 y los 29 años, sin embargo la mayor proporción se encuentra entre los 18 y 21 años de edad.

Tabla 2
Variables sociodemográficas

Variable	n	%
----------	---	---

Sexo	Hombre	14	28
	Mujer	36	72
Estrato	Bajo	8	16
	Medio	37	74
	Alto	5	10
Estado Civil	Soltero	48	96
	Casado/Unión libre	2	4
Edad	Entre 18 y 21 años	41	82
	Entre 22 y 29 años	9	18

D

e los

50 participantes que hacen parte de la muestra, se logró la participación de 30 estudiantes de una universidad pública y 20 de una universidad privada debido al descarte que se debió hacer de las encuestas puesto que algunos estudiantes no completaron los instrumentos o eran menores de edad. Estos datos indican que el 60% de estudiantes están estudiando el programa de psicología en universidad pública y un 40% también lo hacen en una universidad privada.

Tabla 3
Tipo de Universidad

Variable	N	%
Pública	30	60
Privada	20	40

Del cuestionario APGAR de la familia se evalúan tres variables: familia muy funcional, familia moderadamente disfuncional y familia gravemente disfuncional.

Se evidencia que la mayoría de los 50 estudiantes universitarios a los cuales se les aplicó el cuestionario se encuentran en familias muy funcionales, de tal modo que se sienten satisfechos y contentos de pertenecer a su grupo familiar.

Tabla 4
Funcionalidad Familiar

Variable	n	%
Muy funcional	37	74
Moderadamente disfuncional	4	8
Gravemente disfuncional	9	18

El apoyo social percibido de manera global, indica que está dentro de la media según lo indican los puntajes de referencia, además indica que los participantes consideran que poseen un buen apoyo ya que el puntaje de la media es algo elevado.

El apoyo emocional que perciben los participantes se encuentra en el rango normal lo cual nos lleva a concluir que las personas que diligenciaron la encuesta consideran que poseen un buen apoyo emocional por parte de su círculo social.

Sobre el apoyo material podemos interpretar que es normal, es decir que los participantes consideran que tienen a su disposición un apoyo de este tipo, contando con la ayuda necesaria en caso de requerirla. Lo mismo sucede en cuanto a las relaciones sociales indicando que los participantes pueden contar con su familia y amigos en momentos que lo consideren necesario para la resolución de alguna situación que cause malestar en ellos.

Respecto al apoyo afectivo, la última variable que evalúa el cuestionario, podemos hablar sobre una puntuación que también se muestra un poco elevada dentro de los estándares normales, concluyendo así que los participantes cuentan con un apoyo afectivo que les permite sentir que tienen a su disponibilidad personas cercanas a ellos que les brindan afecto.

Tabla 5
Apoyo social percibido

Variable	N	Media (Desviación Estándar)	Puntaje de Referencia Li-Ls
MOS Global	50	75,7 (57)	19-94
Apoyo Emocional	50	30,76 (24)	8-40
Apoyo Material	50	17,05 (12)	4-20
Relaciones Sociales	50	16,11 (12)	4-20
Apoyo Afectivo	50	12,48 (9)	15-3

Se puede evidenciar en la tabla 6 que 31 estudiantes de los 50 encuestados, siendo mayoría, tuvieron una interpretación promedio de resiliencia con un porcentaje de 62%.

Además también podemos evidenciar que 10 estudiantes obtuvieron una interpretación alta de resiliencia con un porcentaje de 20% y que 9 estudiantes obtuvieron una interpretación baja de resiliencia con un porcentaje de 18%.

Lo que sugiere que la mayoría de estudiantes universitarios a los cuales se les aplicó la Escala de Resiliencia tienen un porcentaje promedio de resiliencia, es decir se encuentran en una escala de resiliencia aceptable.

Tabla 6
Resiliencia

Variable	N	%
Alta	10	20
Promedio	31	62
Baja	9	18

Podemos observar que en mayor proporción quienes tienen alta resiliencia son las mujeres, sin embargo, no existe una diferencia significativa entre el sexo de la población. Cabe resaltar que esto significa que el sexo no tiene una influencia sobre la resiliencia, es decir, tanto

hombres como mujeres pueden tener las mismas posibilidades de ser resilientes dentro de los 50 estudiantes encuestados.

Igual que con la variable sexo, los resultados indican que la posibilidad de ser resiliente o no, no está relacionada con el estrato socioeconómico, el estado civil y la edad. Esto quiere decir que las variables sociodemográficas no son determinantes para que se pueda lograr un adecuado desarrollo de la resiliencia, podemos inferir que no hay una relación muy significativa entre las variables mencionadas y la resiliencia dejando entonces la posibilidad a todos los jóvenes de ser resilientes sin importar su edad, estrato socioeconómico y estado civil.

Tabla 7
Resiliencia y factores sociodemográficos

	Variable	Alta	Promedio	Baja	Prueba Chi Cuadrado	Valor P
Sexo	Hombre	3 (30%)	8 (25,8%)	3 (33,3%)	0.221	0.895
	Mujer	7 (70%)	23 (74,2%)	6 (66,7%)		
Estrato	Bajo	3 (30%)	3 (9,7%)	2 (22,2%)	2.747	0.601
	Medio	6 (60%)	25 (80,6%)	6 (66,7%)		
	Alto	1 (10%)	3 (9,7%)	1 (11,1%)		
Estado Civil	Soltero	10 (100%)	29 (93,5%)	9 (100%)	1.277	0.528
	Casado/Unión					
	Libre	0 (0%)	2 (6,5%)	0 (0%)		
Edad	Entre 18 y 21 años	8 (80%)	24 (77,4%)	9 (100%)	2.443	0.295
	Entre 22 y 29 años	2 (20%)	7 (22,6%)	0 (0%)		

Nota: Sig. Estadística <0.05

Según la tabla 7 que relaciona el tipo de universidad donde estudian los jóvenes y el grado de resiliencia que los mismos poseen, podemos deducir que no hay una diferencia estadísticamente significativa. Es decir, estudiar en una universidad pública o privada no

determinante en los niveles de resiliencia, sin embargo, quienes tienen alta resiliencia en mayor proporción reportaron ser de universidad pública.

Tabla 8
Resiliencia y tipo de universidad

Variable	Alta	Promedio	Baja	Prueba Chi Cuadrado	Valor P
Pública	9 (90%)	16 (51,6%)	5 (55,6%)	4.733	0.094
Privada	1 (10,0%)	15 (48,4%)	4 (44,4%)		

Nota: Sig. Estadística <0.05

Según los resultados obtenidos, la variable de la funcionalidad familiar no influye directamente en que los participantes posean o no resiliencia, es decir, independiente del funcionamiento de sus familias los jóvenes pueden tener la capacidad de ser resilientes. Aun así, cabe resaltar que, en los participantes con alta resiliencia ninguno reportó tener una familia gravemente disfuncional.

Tabla 9
Resiliencia y funcionalidad familiar

Variable	Alta	Promedio	Baja	Prueba Chi Cuadrado	Valor P
Muy funcional	9 (90%)	23 (74,2%)	5 (55,6%)	4.019	0.403
Moderadamente disfuncional	1 (10%)	2 (6,5%)	1 (11,1%)		
Gravemente disfuncional	0 (0%)	6 (19,4%)	3 (33,3%)		

Nota: Sig. Estadística <0.05

En la tabla 10, se evidencia que las variables apoyo emocional y resiliencia tienen una distribución normal, mientras que las demás variables tienen una distribución distinta a la normal.

Tabla 10
Distribución de las variables del cuestionario MOS y el puntaje total de resiliencia

Variable	Estadístico	gl	Sig.
MOS Global	0,131	50	0,032

Apoyo emocional	0,093	50	0,200
Apoyo material	0,294	50	0,000
Relaciones sociales	0,13	50	0,034
Apoyo afectivo	0,188	50	0,000
Resiliencia	0,080	50	0,200

Nota: Sig. Estadística <0.05

En la tabla 11, se observa que cuando una persona tiene más apoyo emocional, afectivo y que cuenta con relaciones sociales positivas tiende a ser más resiliente. Al contrario, las demás variables como lo son el puntaje global del MOS y el apoyo material no tienen influencia sobre los niveles de resiliencia de los participantes.

A su vez, nos indica que hay una correlación positiva y significativa entre los niveles de resiliencia y el apoyo emocional y afectivo y las relaciones sociales. Esto quiere decir que entre más amigos posea la persona y más apoyo perciba la misma más resiliente será.

Tabla 11

Resiliencia y apoyo social percibido

Variable	Coefficiente de correlación	Sig. (bilateral)	n
MOS Global	0,258	0,071	50
Apoyo material	0,190	0,186	50
Apoyo emocional	0,379	0,000	85
Relaciones sociales	0,334	0,018	50
Apoyo afectivo	0,291	0,040	50

Nota: Sig. Estadística <0.05

7. Discusión

De acuerdo con la pregunta de investigación propuesta con anterioridad sobre identificar cuál es la prevalencia y los factores que se encuentran asociados al desarrollo de la resiliencia, específicamente en jóvenes universitarios del primer semestre de psicología de una universidad

pública y otra privada del Valle de Aburrá; se encontró que los estudiantes en general poseen una resiliencia promedio en su mayoría, además se logró identificar que hay poca diferencia entre los jóvenes que puntuaron una alta y baja resiliencia.

En la investigación se encontró que no había diferencias entre hombres y mujeres, esto apoya los resultados encontrados por Daoyang Wang, Mingming Hu, Xin Yin (2017) quienes reportan que no hay diferencias entre el sexo para el desarrollo de la resiliencia. Por otro lado, tenemos presente la investigación realizada por Maria José Fínez Silva y Consuelo Morán Astorga en el 2017, ya que aseguran que existe una diferencia significativa entre hombres y mujeres para ser resilientes lo cual contradice los resultados de nuestra investigación, pues afirman que las mujeres son menos resilientes que los hombres.

Wang, Hu y Yin (2017) respaldan los hallazgos en cuanto a la edad y su influencia en la resiliencia, pues en los resultados no se encuentra una diferencia significativa para que los participantes fueran resilientes o no. Por el contrario, Álvarez y Cáceres (2010), difieren en que la edad es un determinante para que las personas posean resiliencia, ellos sostienen que hay una relación entre la edad y la resiliencia. Respecto a la variable del estrato socioeconómico, nuevamente Álvarez y Cáceres (2010) difieren con los resultados del presente estudio dado que explican que hay una diferencia significativa entre la variable del estrato y la resiliencia, indicando que a menor estrato más resilientes son los sujetos. Por otra parte, Wang, Hu y Yin (2017) sostienen que no importa el nivel de ingresos económicos familiares para el desarrollo de la resiliencia.

En cuanto a la funcionalidad familiar Rodríguez, Ramos, Ros y Fernández (2015) mostrando en sus resultados que los adolescentes que puntúan resiliencia alta cuentan con un alto

nivel de apoyo familiar, mientras que, en el presente estudio la funcionalidad familiar no mostró una influencia sobre la resiliencia.

Una vez más encontramos que Wang, Hu y Yin (2017) soportan los resultados del estudio relacionados con el tipo de universidad de los participantes, los autores sugieren que no hay diferencias entre las universidades públicas y privadas en la posibilidad que poseen los estudiantes para ser personas resilientes.

Finalmente, los resultados obtenidos con el apoyo social percibido se comparan con la investigación de Rodríguez, Ramos, Ros y Fernández (2015) quienes en sus resultados indican que el apoyo de las amistades es un factor determinante para desarrollar una alta resiliencia. También se encontró que González, López y Valdez (2012) afirman en sus resultados que los participantes con baja resiliencia carecen de habilidades emocionales, esto se confirma con el estudio al hallarse que entre más relaciones sociales tenga la persona mayor es su nivel de resiliencia. Para concluir, Montoya et al. 2014. respaldan que las relaciones significativas con la familia, la escuela y el barrio ayudan a poseer a una resiliencia elevada.

Para terminar entonces con el apartado, podemos observar que la presente investigación se limita principalmente en el tamaño de la muestra ya que es mucho menor en comparación con los otros estudios. Sin embargo, también hay diferencias en los instrumentos aplicados y en el tipo de estudio que se realizó.

8. Conclusiones y recomendaciones

Se logró identificar que la prevalencia de los 50 jóvenes universitarios estudiantes de primer semestre de psicología de una institución universitaria pública y una privada incluidos en la investigación, se distribuye de la siguiente manera; 10 jóvenes poseen altos niveles de

resiliencia, 31 de ellos puntuaron resiliencia promedio o moderada y 9 jóvenes obtuvieron un bajo puntaje de resiliencia, obteniendo una muestra de jóvenes con una resiliencia promedio.

Durante la investigación realizada se obtuvieron caracterizaciones sobre los factores familiares y sociodemográficos de los jóvenes incluidos en la investigación; de la edad podemos mencionar que la mayoría de los participantes se encuentran entre los 18 y 21 años contando con 41 de ellos y un poco menos entre los 22 y 29 años de edad, 14 los jóvenes evaluados eran hombres y el 36 mujeres, respecto al estrato socioeconómico 8 de los jóvenes participantes provienen de un estrato bajo, 37 jóvenes de estrato medio y 5 jóvenes de estrato alto. Referente al estrato civil, 48 estudiantes están solteros y únicamente 2 están casados o en unión libre.

En relación a la funcionalidad familiar podemos concluir que 37 de los participantes provienen de familias muy funcionales, 4 de familias moderadamente disfuncionales y 9 de familias con una grave disfunción.

Finalmente, podemos concluir de esta investigación que los factores que más se relacionan y que propician el desarrollo de la resiliencia en jóvenes universitarios son: el apoyo emocional, el apoyo afectivo y las relaciones sociales que se pudieron evaluar con el cuestionario MOS y la escala de Resiliencia de Saavedra y Villalta.

Para futuras investigaciones de este tipo se recomienda tener en cuenta una población universitaria de semestres más avanzados para obtener una muestra que probablemente va a permitir un análisis más completo sobre las variables relacionadas con la resiliencia.

Además, se recomienda tener en cuenta para futuras investigaciones poblaciones de jóvenes no universitarios para generar un buen aporte a las variables que en este trabajo se

evaluaron. Por otra parte, se recomienda validar los instrumentos utilizados en el país, actualmente en Colombia los instrumentos utilizados no se encuentran validados.

Referencias

AACAP (2014) El suicidio en los Adolescentes. Estados Unidos: American Academy of Child & Adolescent Psychiatry.

https://www.aacap.org/aacap/families_and_youth/facts_for_families/Facts_for_Families_Pages/Spanish/El_Suicidio_en_los_Adolescentes_10.aspx

Álvarez Ramírez, L., & Cáceres Hernández, L. (2010). Resiliencia, Rendimiento Académico y Variables Sociodemográficas en Estudiantes Universitarios de Bucaramanga (Colombia). *Psicología Iberoamericana*, v.18 (2), p. 37-46.

American Psychological Association, (2018). El Camino a la Resiliencia. APA. Recuperado de: <https://www.apa.org/centrodeapoyo/resiliencia-camino.aspx>

Arias C., L. (2014). El APGAR familiar en el cuidado primario de salud. *Colombia Médica*, 25(1), 26-28.

Becoña, E (2006). Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, v.11 n. 3, p. 125 – 146.

Cabanyes Truffino, J. (2010) Resiliencia: Una aproximación al concepto. *Psiquiatría y Salud Mental*, v. 3 (4) p. 145 – 151.

Caldera, J., Aceves, B. y Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, v. 19(36), p. 227-239

Calderón Prada, A., Espinosa Pezzia, A., & Techio, E.M. (2004) Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés. *Ansiedad y Estrés*. v. 10, 265-276.

Costa de Robert, S., & Barontini, M., & Forcada, P., & Carrizo, P., & Almada, L. (2010). Estrés psicosocial y baja resiliencia, un factor de riesgo de hipertensión arterial. *Revista Argentina de Cardiología*, 78 (5), 425-431.

Del Pino, M., Bustamante, H., Ojeda, S., Fernández, D., Romano, C. y Romano, C. (2011) Vulnerabilidad Adolescente: Factores que favorecen la resiliencia en los jóvenes de la localidad. Universidad Nacional de la Patagonia Austral- Unidad Académica Río Gallegos Departamento de Ciencias Sociales.

Finez Silva M.J y Morán Astorga, C. (2017). Resiliencia y autovaloraciones esenciales: estudio comparativo en adolescentes y jóvenes. *Psychology, Society & Education*, v. 9 (3), 347-356.

Gallo, P. (2011) Juventud, historia y sociedad. UNICEN (Universidad Nacional del Centro de la Provincia de Buenos Aires). Argentina. Recuperado de:
<https://www.unicen.edu.ar/content/juventud-historia-y-sociedad>

García del Castillo, J., García del Castillo-López, Á., López-Sánchez, C., y Dias, P. (2016). Conceptualización teórica de la resiliencia psicosocial y su relación con la salud. *Salud y drogas*, v. 16 (1), p. 59-68.

Goleman, D. (1995) *La inteligencia emocional*. Estados Unidos. Batam Books.

González Arratia, López Fuentes, N., & Valdez Medina, J. (2012). Optimismo-pesimismo y resiliencia en adolescentes de una universidad pública. *CIENCIA ergo-sum, Revista Científica Multidisciplinaria de Prospectiva*, v. 19 (3), p. 207-214.

Hardgrove, A. (2014) *Juventud y vulnerabilidad desde una perspectiva global*. United Nations Development Programme, Human Development Reports. Recuperado de: <http://hdr.undp.org/en/node/1789>

Harvey, J. y Delfabbro, P.H. (2004). Psychological resilience in disadvantaged youth: A critical overview. *Australian Psychologist*, 39(1), 3–13.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, M.P. (2003). *Metodología de la Investigación*. México D.F. McGraw-Hill.

Londoño Arredondo, N., Rogers, H., Castilla Tang, J., Posada Gómez, S., Ochoa Arizal, N., Jaramillo Pérez, M., Oliveros Torres, M., Palacio Sañudo, J. & Aguirre-Acevedo, D. (2012). Validación en Colombia del cuestionario MOS de apoyo social. *International Journal of Psychological Research*, 5 (1), 142-150.

Londoño, N.H., Henao López, G.C., Puerta, I.C., Posada, S., Arango, D. & Aguirre-Acevedo, D.C. (2006). Propiedades Psicométricas Y Validación De La Escala De Estrategias De Coping Modificada (Eec-M) En Una Muestra Colombiana. *Universitas Psychologica*, 5(2), 327-350.

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, v. 56(3), p. 227-238.

Mikulic, I., Crespi, M., y Cassullo, G. (2010). Evaluación de la inteligencia emocional, la satisfacción vital y el potencial resiliente en una muestra de estudiantes de psicología. *Anuario de Investigaciones*, v. XVII, p. 169-178.

Monje Álvarez, C.A. (2011). *Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa*. Colombia. Universidad Surcolombiana.

Montoya Vásquez, E., Puerta Henao, E., Hernández Holguín, D., Páez Zapata, E. y Sánchez Gómez, I. (2016). Availability and effectiveness of meaningful relationships key elements to promote resilience in young people. *Index de Enfermería*, v. 25(1-2), p. 22-26.

Omar, A., Paris, L., Delgado Uribe H., Ameida da Silva Junior S.H. y Aguiar de Souza, M. (2011) Un modelo explicativo de la resiliencia en jóvenes y adolescentes. *Psicología en estudio*. Maringá, v.16, n.2, p 269-277.

Portafolio (2018). Número de universitarios casi se duplicó en la última década. *Revista Portafolio*. Colombia. <https://www.portafolio.co/economia/numero-de-universitarios-casi-se-duplico-en-la-ultima-decada-516663>

Puerta, E. & Vásquez, M. (2012). Concepto de Resiliencia. Recuperado de: Caminos para la resiliencia: http://www.udea.edu.co/portal/page/portal/bibliotecaSedesDependencias/unidadesAcademicas/FacultadNacionalSaludPublica/programas/previva/publicaciones/Resiliencia/Bolet%20C3%ADn%202_Concepto%20de%20Resiliencia.pdf

RAE (2019) *Enclave RAE*. Madrid: Real Academia Española.
<https://dle.rae.es/?id=c5dW2by>

RAE (2019) Enclave RAE. Madrid: Real Academia Española.

<https://dle.rae.es/?id=WA5onlw>

Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I. y Fernández-Zabala, A. (2015) relaciones de la resiliencia con el autoconcepto y el apoyo social percibido en una muestra de adolescentes. *Acción Psicológica* v. 12 (2), p. 1- 14.

Rutter, M. (1987). Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatr.* V. 57 p.316-331.

Sánchez Arias, G. (2016). Programa de intervención terapéutica en resiliencia en institución de educación superior. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, v. 8(1), p. 49-64.

Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N. & Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist*, 60 (5), 410-421.

Souto Kustrín, S. (2007) Juventud, teoría e historia: la formación de un sujeto social y de un objeto de análisis. *HAOL*. n. 13 p. 171 – 192

Villalta Páucar, M. (2010). Factores de resiliencia asociados al rendimiento académico en estudiantes de contextos de alta vulnerabilidad social. *Revista de Pedagogía*, 31 (88), 159-188.

Villalta, M. A. & Saavedra, E. (2012). Cultura escolar, prácticas de enseñanza y resiliencia en alumnos y profesores de contextos sociales vulnerables. *Universitas Psychological*, 11(1), 67-78.

Wang, D., Hu, M., & Yin, X. (2017). Positive academic emotions and psychological resilience among rural-to-urban migrant adolescents in China. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 45, 1665-1674.

Anexos

Institución Universitaria de Envigado

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Consentimiento Informado para Investigación

Descripción del estudio: El objetivo del presente estudio evaluar la prevalencia y los factores que explican cómo se desarrolla la resiliencia en los jóvenes universitarios del Valle de Aburrá. Se debe agregar que se aplicarán tres instrumentos, un cuestionario de resiliencia, un cuestionario de apoyo social y una encuesta sociodemográfica, con el fin de describir el apoyo social y los factores que se asocian a la resiliencia.

La investigación se rige bajo la Ley 1090 de 2006, la cual regula el ejercicio de la psicología en Colombia y a la Doctrina del Tribunal Nacional Deontológico y Bioético de Psicología. La presente investigación se clasifica sin riesgo puesto que consiste en un estudio donde se emplea técnicas y métodos de investigación donde no se realiza modificaciones intencionadas en variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que hacen parte del

estudio. Es importante mencionar que el investigador respetará la información obtenida por parte de los participantes no será revelada.

Según la resolución 8430 de 1993 establece que antes de iniciar con la aplicación de los instrumentos es importante que los participantes o sus representantes legales firmen un consentimiento informado donde se autoriza su participación y tiene pleno conocimiento de la naturaleza de dichos procedimientos, beneficios y riesgos a que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna. Los participantes pueden realizar preguntas y tienen el derecho a recibir una explicación de manera oportuna.

Por favor, lea cuidadosamente este documento. Si desea una copia de este formulario de consentimiento, puede solicitarla y le será facilitada.

Consentimiento Informado Escrito

Yo _____ identificado con Cédula de Ciudadanía número _____, acepto participar en la investigación. Entiendo que los participantes se pueden retirar del estudio sin repercusiones en cualquier momento del proceso. Entiendo que el anonimato será asegurado y la información personal no será publicada. Entiendo que recibiré una copia de este formulario de consentimiento firmado y fechado, si así lo requiero. Por último, permito que los resultados de la presente investigación se publiquen con fines estrictamente académicos.

Con la firma de este formulario no renuncio a ninguno de mis derechos legales en un ejercicio de investigación académica.

Firma del investigador

C.C. _____

Firma del participante

C.C. _____

ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA

NOMBRE:

EDAD:

INSTITUCIÓN:

1. ESTADO CIVIL

a. Soltero (a)

b. Casado (a) /Unión libre c. Separado (a) /Divorciado

d. Viudo (a)

2. LUGAR DE RESIDENCIA

3. ESTRATO

 1 2 3 4 5 6

4. GÉNERO

a. Hombre b. Mujer

CUESTIONARIO MOS

Las siguientes preguntas se refieren al apoyo o ayuda que Usted dispone:

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tiene usted?

Escriba el número de amigos íntimos y familiares cercanos _____

La gente busca a otras personas para encontrar compañía, asistencia u otros tipos de ayuda,

¿Con que frecuencia usted dispone de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? Marque con una X el recuadro de cada fila que represente su respuesta.

	Nunca	Pocas Veces	Algunas Veces	La mayoría de las veces	Siempre
Cuenta con alguien...					

2. Que le ayude cuando tenga que estar en la cama					
3. Con quien pueda contar cuando necesite hablar					
4. Que le aconseje cuando tenga problemas					
5. Que le lleve al médico cuando lo necesite					
6. Que le muestre amor y afecto					
7. Con quien pasar un buen rato					
8. Que le informe y ayude a entender una situación					
9. En quien confiar o con quien hablar de si mismo y sus preocupaciones					
10. Que le abrace					
11. Con quien pueda relajarse					
12. Que le prepare la comida si no puede hacerlo					
13. Cuyo consejo realmente desee					
14. Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus problemas					
15. Que le ayude en sus tareas domesticas si esta enfermo					
16. Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos					
17. Que le aconseje como resolver sus problemas personales					
18. Con quien divertirse					
19. Que comprenda sus problemas					
20. A quien amar y hacerle sentirse querido					

ESCALA DE RESILIENCIA SV – RES

(E. Saavedra, M. Villalta – 2007)

SEXO: MUJER _____ HOMBRE _____ EDAD: _____

Evalúe el grado en que estas afirmaciones lo(a) describen. Marque con una “X” su respuesta. Conteste todas las afirmaciones. No hay respuestas buenas ni malas.

YO SOY -YO ESTOY...	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo Ni desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
1. Una persona con esperanza					
2. Una persona con buena autoestima					
3. Optimista respecto del futuro					
4. Seguro de mis creencias o principios					
5. Creciendo como persona.					
6. Rodeado de personas que en general me ayudan en situaciones difíciles					
7. En contacto con personas que me aprecian					
8. Seguro de mi mismo					
9. Seguro de mis proyectos y metas					
10. Seguro en el ambiente en que vivo					
11. Una persona que ha aprendido a salir adelante en la vida.					
12. Un modelo positivo para otras personas.					
13. Bien integrado en mi lugar de trabajo o estudio					
14. Satisfecho con mis relaciones de amistad					
15. Satisfecho con mis relaciones afectivas					
16. Una persona práctica					
17. Una persona con metas en la vida					
18. Activo frente a mis problemas					
19. Revisando constantemente el sentido de mi vida.					
20. Generando soluciones a mis problemas.					

YO TENGO...	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo Ni desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
21.-Relaciones personales confiables					
22.-Una familia bien estructurada					
23.-Relaciones afectivas sólidas					
24.-Fortaleza interior.					
25. Una vida con sentido.					
26.-Acceso a servicios Sociales- públicos					
27Personas que me apoyan					
28. A quien recurrir en caso de problemas					
29. Personas que estimulan mi autonomía e iniciativa					
30. Satisfacción con lo que he logrado en la vida.					
31. Personas que me han orientado y aconsejado.					
32. Personas que me ayudan a evitar peligros o problemas					
33. Personas en las cuales puedo confiar.					
34. Personas que han confiado sus problemas en mí.					
35. Personas que me ha acompañado cuando he tenido problemas.					
36. Metas a corto plazo.					
37. Mis objetivos claros					
38. Personas con quien enfrentar los problemas.					
39. Proyectos a futuro.					
40. Problemas que puedo solucionar.					

YO PUEDO...	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo Ni desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
41. Hablar de mis emociones					
42. Expresar afecto					
43. Confiar en las personas					
44. Superar las dificultades que se me presenten en la vida.					
45. Desarrollar vínculos afectivos.					
46. Resolver problemas de manera efectiva					
47. Dar mi opinión					
48. Buscar ayuda cuando la necesito					
49. Apoyar a otros que tienen dificultades					
50. Responsabilizarme por lo que hago					
51. Ser creativo					
52. Comunicarme adecuadamente					
53. Aprender de mis aciertos y errores					
54. Colaborar con otros para mejorar la vida en la comunidad.					
55. Tomar decisiones.					
56. Generar estrategias para solucionar mis problemas.					
57. Fijarme metas realistas.					
58. Esforzarme por lograr mis objetivos.					
59. Asumir riesgos.					
60. Proyectarme al futuro.					

MUCHAS GRACIAS.

CUESTIONARIO APGAR DE LA FAMILIA

	CASI SIEMPRE	ALGUNAS VECES	CASI NUNCA
Estoy contento de pensar que puedo recurrir a mi familia en busca de ayuda cuando algo me preocupa.			
Estoy satisfecho con el modo que tiene mi familia de hablar las cosas conmigo y de cómo compartimos los problemas.			
Me agrada pensar que mi familia acepta y apoya mis deseos de llevar a cabo nuevas actividades o seguir una nueva dirección.			
Me satisface el modo que tiene mi familia de expresar su afecto y cómo responde a mis emociones, como cólera, tristeza y amor.			
Me satisface la forma en que mi familia y yo pasamos el tiempo juntos.			