

UNIVERSIDAD LA SALLE
CARRERA DE PSICOLOGÍA



TESIS DE GRADO

**“PROGRAMA DE APOYO A LA RESILIENCIA
PARA ADOLESCENTES EN SITUACION DE
RIESGO EN CENTROS DE ACOGIMIENTO”**

Por:

María Alexandra Torres Velasco

Profesora Guía:

Mag. Maria Elizabeth Salazar Jiménez

Proyecto de Tesis de Grado presentado al Departamento de
Psicología como requisito para obtención del Título de:
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

La Paz- Bolivia

2013

DEDICATORIA

Quiero dedicar este documento a las personas más maravillosas del mundo, mi familia. Que con su apoyo, cariño y ánimos constantes me ayudaron a ponerle muchas ganas a mis estudios estos cuatro años que se pasaron volando y que de ésta manera culminan con ésta investigación. No lo hubiera podido hacer sin ustedes:

A mi papá Juan de la Cruz, padre excepcional y cariñoso; el mejor del mundo puedo decir; quien siempre me motivo a superarme. Agradezco a Dios por haberme dado un papá como tú. Cada día aprendo algo nuevo de la vida y es gracias a ti. Te adoro papito gracias por ser como eres.

A mi mamá Rosa María, la mejor mamá del mundo sin duda. Quién con su paciencia, su amor y ternura, me han hecho la persona que soy hoy. Dios me bendigo dándome una mamá tan increíble como tu, me acompañaste 23 años de mi vida y que aunque te me fuiste pronto para el cielo, agradezco a Dios cada día por haberme llenado de enseñanzas, alegrías, sonrisas, besos y abrazos tuyos, los cuales atesoraré por el resto de mi vida en mis recuerdos y en mi corazón. Espero que allá en el cielo te sientas orgullosa de mí, así como yo lo estoy de ser tu hija. Gracias mamita.

A mis increíbles hermanas y hermano. Por su SUPER paciencia, risas, buenos ratos y consejos. Por animarme siempre y llenarme de cariños y mimos. Los quiero mucho!

Y a mis sobrinitos hermosos, bebés traídos del cielo por llenarme de alegrías, risas y sorpresas y por llenar mi casa con sus correteos, risas y gritos. Mucho amor.

AGRADECIMIENTOS

Primeramente, quiero agradecer a Dios y a la Virgen María por haberme dado la oportunidad de finalizar mis estudios y permitirme dar este paso tan importante en mi vida. Por darme fuerzas, esperanzas para superar los tiempos tristes y difíciles por los que pasamos mi familia y yo.

Doy las gracias a mi familia: A mis maravillosos papás por haberme dado la vida, criando, enseñado, educado; amado, mimado, apoyado y aconsejado en todo momento, pero sobre todo por ser los mejores papás del mundo. A mis hermanas y hermano por ser tan increíbles. Todos ustedes me ayudaron a terminar y a continuar. Gracias por confiar en mí en todo momento, por alentarme, y por brindarme las mejores alegrías, las cuales viven en mi memoria y me llenan de alegría. Todo es gracias a ustedes! No podía haber pedido una familia mejor que la que tengo. Mis guías, amigos para toda la vida eternamente.

Infinitas gracias a la Universidad La Salle, y a todos mis docentes, que me acompañaron estos cuatro años, llenos de aprendizaje y consejos. Por haberme enseñado cosas tan valiosas e importantes, las cuales me servirán para el resto de mi vida. Por siempre haber estado dispuestos a ayudarme y corregirme, por su confianza depositada en mí. Todos son grandes personas y cada uno de ustedes ocupa un lugar muy importante en mi vida. A todos ustedes, les agradezco infinitamente y les tengo mucho cariño.

Quiero dar las gracias a la Mag. Elizabeth Salazar Jiménez, mi tutora, por su ayuda y orientación en la realización de esta investigación, por todas sus enseñanzas en estos cuatro años. Por todo el apoyo, cariño y amistad increíbles, brindados en todo momento. Por escucharme y aconsejarme y alentarme en las alegrías y tristezas. Licen, es una persona muy especial para mí. Le agradezco infinitamente de todo corazón.

Agradezco a la Lic. Wilma Bejarano; su apoyo a lo largo de todo este tiempo y en la realización de esta investigación han sido muy valiosos. Por alentarme a seguir adelante y acompañarnos a toda mi familia. Su amistad y cariño grande siempre serán recordados y agradecidos infinitamente. Muchísimas gracias!

A la Lic. Ximena Borda, por todo su apoyo y cariño brindados. Por su orientación así como enseñanzas valiosas en estos cuatro años, pero sobre todo por su confianza y sus consejos. Desde el fondo de mi corazón gracias!

Al Lic. Erik Fernández, por su ayuda y apoyo a lo largo de estos años de universidad, por haberme enseñado tantas cosas y por su orientación a lo largo de esta investigación.

También agradezco a las Lic. Silvana Calla, Vania Gismondi, MariaNela Paniagua y por supuesto a Ximena Borda y al Lic. Erik Fernández por ayudarme en la validación del instrumento utilizado en esta investigación y por alentarme constantemente. Así también gracias por su tiempo.

Al Lic. Dindo Valdez por ayudarme en la parte estadística de la investigación, su aporte fue grande.

A la institución de acogida, cuyas puertas me abrió para poder llevar a cabo esta investigación. El haber podido trabajar con ustedes ha sido muy gratificante.

Por último quiero agradecer a todos mis amigos dentro y fuera de la universidad, a quienes no hace falta que mencione, ya saben quiénes son, ustedes me dieron su amistad, apoyo y su cariño en todo momento. Su amistad es muy importante y atesoro en mi corazón, espero trascienda en el tiempo.

A todos, desde el fondo de mi corazón les digo.....

GRACIAS!

UNOS PEQUEÑOS MENSAJES PARA LA INSPIRACIÓN

"Una infelicidad no es nunca maravillosa. Es un fango helado, un lodo negro, una escara de dolor que nos obliga a hacer una elección: someternos o superarlo. La resiliencia define el resorte de aquellos que, luego de recibir el golpe, pudieron superarlo".

Boris Cyrulnik

"Que la paz y la alegría sean el aire que respiren. Ese aire les permitirá vivir, aún en momentos en que el sufrimiento pueda acometerlos: tendrán en la memoria cómo se gozan la paz y la alegría, aunque sea en situaciones dolorosas y difíciles"

Héctor Muñoz

Índice de Contenido

PROGRAMA DE APOYO A LA RESILIENCIA PARA ADOLESCENTES EN SITUACION DE RIESGO EN CENTROS DE ACOGIMIENTO.....	1
RESUMEN.....	1
PARTE I: DEFINICIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO	2
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
1.1.1Pregunta de Investigación.....	8
1.2 JUSTIFICACIÓN	8
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	10
1.3.1 Objetivo General.....	10
1.3.2 Objetivos Específicos	11
1.4 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	11
1.4.1 Delimitación Temporal.....	11
1.4.2 Delimitación Espacial	11
1.4.3 Delimitación Temática.....	11
PARTE II: MARCO TEÓRICO.....	12
2.1 ADOLESCENCIA	12
2.1.1 Adolescencia: Un Estado de Transición	12
2.1.2 Desarrollo Psicológico.....	13
2.2 RESILIENCIA	14
2.2.1 Influencia de los Factores de Riesgo, Factores Protectores en los Individuos Resilientes	16
2.2.2 Conductas y Características Resilientes	18
2.2.3 Características de Resiliencia.....	20
2.2.4 ¿Qué características tiene un adolescente con resiliencia?	21
2.2.5 ¿Puedo promover la resiliencia?	22
2.3 HOGARES DE ACOGIDA DE MENORES	23
2.4 ABANDONO DE HOGAR.....	25
2.5 SITUACIÓN DE LA JUVENTUD INSTITUCIONALIZADA	27
2.5.1 Entorno Sociocultural y Familiar	29
2.5.2 Factores de Riesgo que Conllevan a la Institucionalización	30

2.6 EL ENFOQUE DE LA PSICOLOGÍA SISTÉMICA	32
2.6.1 Concepción Sistémica de la Familia	32
2.6.2 Conceptos de la Teoría General de Sistemas.....	33
2.6.3 Conceptos de la Cibernética	32
2.6.4 Conceptos de la Comunicación	33
2.6.5 Conceptos Evolutivos.....	33
2.6.6 Conceptos Estructurales	34
2.6.7 Investigación de Procesos en Terapia Familiar Sistémica.....	34
2.7 EL EDUCADOR COMO FAMILIA ORIENTADORA DE EL ADOLESCENTE EN SITUACIÓN DE RIESGO.....	35
2.7.1 El educador en el centro de acogida	35
2.7.2 Organizando la vida cotidiana.....	36
2.7.3 Las relaciones familiares.....	37
PARTE III: MARCO METODOLÓGICO.....	38
3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	38
3.1.1 Investigación Explicativa	38
3.1.2 Investigación Aplicada.....	38
3.2 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN.....	39
3.2.1 Enfoque Cuantitativo	39
3.3 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	39
3.3.1 Investigación Pre-Experimentales	39
3.4 MÉTODO DE LA INVESTIGACIÓN.....	40
3.4.1 Método Inductivo-Sintético.....	40
3.5 HIPÓTESIS.....	41
3.6 DEFINICIÓN DE VARIABLES	41
3.6.1 Definición operacional de variables	42
3.7 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN.....	45
3.8 INSTRUMENTOS.....	45
3.8.1 Escala de Resiliencia de Wagnild y Young	45
3.8.2 Programa de apoyo a la resiliencia.....	48
3.9 SUJETOS IMPLICADOS EN LA INVESTIGACIÓN	49
PARTE IV: RESULTADOS.....	50

4.1 RESULTADOS DEL PRE TEST	50
4.1.1 Resultados de la aplicación de la Escala de Resiliencia al grupo de sujetos (Pre Test).....	50
4.2 RESULTADOS DEL POST TEST.....	52
4.2.1 Resultados de la Escala de Resiliencia al grupo de sujetos, posterior a la aplicación del estímulo (Post Test)	52
4.2.2 Resultados de la Escala de Resiliencia por Item en el Pre Test y Post Test	54
4.2.3 Resultados de la Escala de Resiliencia por Indicador Pre Test y Post Test	57
4.2.4 Resultados de las reflexiones otorgadas por los educadores/as durante y después del Taller “Ayudemos a promover la adaptación saludable en los adolescentes”	58
4.2.5 Resultados de la Prueba de Wilcoxon para la diferencia de medias en el pre y post test	58
PARTE V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	60
5.1 CONCLUSIONES.....	60
5.2 RECOMENDACIONES	68
BIBLIOGRAFÍA.....	70
ANEXOS.....	75

Índice de Anexos

ANEXO No 1 – Diagrama de Gantt.....	76
ANEXO No 2 - Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002) – Original	77
ANEXO No 3 - Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002) – Modificada por Validación	79
ANEXO No 4 - Validación de las Escalas.....	81
ANEXO No 5 - Validación por Expertos.....	85
ANEXO No 6 - Carta de Validación por Expertos.....	98
ANEXO No 7 - Carta de Consentimiento Informado	104
ANEXO No 8 - Carta de Autorización de la Institución de Acogida.....	105
ANEXO No 9 - Programa de Apoyo a la Resiliencia para Adolescentes en Situación de Riesgo en Centros de Acogimiento.....	108
ANEXO No 10 - Resultados Generales.....	151
ANEXO No 11 - Prueba de Hipótesis	165

Índice de Tablas

Tabla 1. Clasificación de las conductas y características propias de la Resiliencia.....	18
Tabla 2. Modelo de Verbalizaciones características de Resiliencia	19
Tabla 3. Aspectos favorecedores al desarrollo de la Resiliencia	23
Tabla 4. Operacionalización de la Variable Dependiente	42
Tabla 5. Operacionalización de la Variable Independiente	43
Tabla 6. Rangos establecidos a los puntajes obtenidos en la Escala de Resiliencia	46
Tabla 7. Consistencia interna de la Escala de Resiliencia	47
Tabla 8. Estructura del Programa	48
Tabla 9. Resultados del Pre Test en la Escala de Resiliencia	52
Tabla 10. Resultados del Post Test en la Escala de Resiliencia	52
Tabla 11. Resumen descriptivo por indicador del Test de Resiliencia	53
Tabla 12. Resumen descriptivo por ítem del Test de Resiliencia	54
Tabla 13. Rangos del puntaje total de la Escala	59
Tabla 14. Estadístico de Contraste	59

Índice de Figuras

Figura 1. Porcentajes de los resultados del total de indicadores obtenidos del Pre Test ..	51
Figura 2. Puntaje promedio por ítem de Pre Test y Post test	56
Figura 3. Puntaje promedio por dimensión del Pre Test y Post Test.....	57
Figura 4. Puntajes promedios por indicador de la Escala de Resiliencia en el Pre Test y Post Test.....	57

PROGRAMA DE APOYO A LA RESILIENCIA PARA ADOLESCENTES EN SITUACION DE RIESGO EN CENTROS DE ACOGIMIENTO

RESUMEN

La institucionalización de adolescentes en centros de acogida presenta diversas razones, entre las cuales se puede mencionar: el abandono, la orfandad, violencia, y el descuido, las cuales provocan un efecto profundo en la estabilidad emocional del menor, el que se manifiesta de distintas maneras; como el miedo, inseguridad, búsqueda de soledad y exigente demanda de cariño.

Las experiencias traumáticas causan gran impresión en estos menores, razón por la cual se les dificulta expresar sus pensamientos, sentimientos y provoca cambios en su modo de comportarse ante una determinada situación, elicitando conductas poco adaptativas ante situaciones de estrés, logrando que el menor se sienta incapaz, inseguro para encontrar una manera de superarse a sí mismo.

Por estas razones es necesario apoyar al individuo con el proceso de resiliencia, el cual implica aquella capacidad de los seres humanos para sobreponerse a condiciones severamente adversas que se presentan a lo largo de su vida. Esto, a través de la enseñanza de herramientas que ayuden a comprender la importancia del entrenamiento de facilitadores frente al sufrimiento y el dolor, para que el sujeto pueda afrontar, superar y hallar una solución frente a situaciones adversas.

PARTE I: DEFINICIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La violencia contra la niñez y adolescencia es un problema que se encuentra presente en la sociedad boliviana, debido a que gran parte las niñas, niños y adolescentes quedan expuestos a sufrir violencia en sus hogares, a través del castigo como métodos educativos y disciplinarios. Asimismo, son víctimas de abandono, negligencia y maltratos aún peores, como la explotación laboral y la violencia sexual, que dejan en ellos severas consecuencias en su desarrollo presente y futuro.

Dentro de esta población se encuentran los adolescentes que por diversas razones viven sin el cuidado de sus padres y por ende son los más expuestos a la discriminación, pobreza y exclusión; factores que, a su vez, los hacen más vulnerables a la explotación o al abandono, aumentando las posibilidades de perder su hogar profundizando más su problemática familiar como social.

Partiendo de los antecedentes en Bolivia sobre temas relacionados a niños, niñas y adolescentes (NNA) institucionalizados, en los cuales los niños que se encuentran en situación de riesgo adoptan el lugar en el que viven, ya sea una institución de acogida o la calle, como el principal espacio socializador para relacionarse con otras personas, y que en algunos casos configura una serie de realidades adversas, contradictorias, peligrosas e injustas que alcanzan connotaciones dramáticas (consumo de sustancias, robo, entre otros).

De acuerdo a estadísticas del Censo 2001, Bolivia tiene 8.274.325 habitantes, de los cuales el 45 % son niños, niñas y adolescentes menores de 18 años y existen 1.529.689 niños y niñas de cero a seis años de edad, de los cuales la gran mayoría se encuentra en riesgo en relación a la vulnerabilidad de los derechos de la niñez. Esta población, en la mayoría de los casos vive en zonas rurales y periurbanas, donde la indigencia y la pobreza causan bajo desarrollo físico, mental y cognoscitivo (Instituto Nacional de Estadística – INE, 2001).

Si bien es cierto que la pobreza es un problema social, también constituye un factor predisponente que tiende a reducir la calidad de vida de las familias bolivianas, debido a que su impacto afecta áreas como la salud, educación, disfuncionalidad familiar y otros.

Por ello, Bolivia adoptó la Metodología de las Necesidades Básicas Insatisfechas, la cual está definida de manera textual en el estudio de la Unidad de Análisis Políticas Sociales y Económicas (Instituto Nacional de Estadística - INE, 2001), como aquella que *“permite evaluar las condiciones de infraestructura de vivienda, insumos energéticos, niveles educativos y atención de salud de la población. Estos aspectos representan una medida de la pobreza estructural, distinta a la que se obtiene a través de los ingresos de la población, la cual está relacionada con el empleo y las variables de ciclo económico y se denomina pobreza coyuntural”* (UDAPE-UNICEF, 2008), según el Método de Necesidades Básicas Insatisfechas, en Bolivia aproximadamente el 58.6% de la población fue considerada pobre en el 2001, la misma que, a partir de una medición de la pobreza absoluta, medida a partir de los ingresos, llegaba a 63,12%.

Por otro lado, el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo - PNUD (2001) define la pobreza tomando en consideración la carencia de capacidades humanas básicas que se manifiestan en problemas tales como analfabetismo, desnutrición, tiempo de vida corto.. El enfoque del PNUD incorpora otras dimensiones de la pobreza, de forma similar al método de las Necesidades Básicas Insatisfechas (NBI). El mismo consiste en seleccionar un conjunto de necesidades básicas y calificar como pobre aquellos hogares que no satisfagan alguna de ellas, y como pobres extremos aquellos que no satisfagan más de una de ellas (PNUD, 2001).

Según la UNICEF (CEPAL - UNICEF, 2005), hay aproximadamente cuatro millones de niños/as pobres en Bolivia. Se calcula que cerca de dos millones de niños, niñas y adolescentes se encuentran en situación de riesgo por sus condiciones y estilos de vida, dentro de un contexto de pobreza. (Iriarte, 2010).

De acuerdo a la Defensoría del Pueblo del Estado Plurinacional de Bolivia, dos millones de niños, niñas y adolescentes, es decir un 20% de la población total de Bolivia, viven en la pobreza y 336.000 trabajan en la calle, las minas y el campo. El 12 de abril de 2011, día del niño boliviano, el vocero del Estado Plurinacional indicaba que la población infantil

representa un 46% de los habitantes del país y de cada 100 niños y niñas que ingresan a la escuela, 30 no terminan la primaria y 7 de cada 10 sufren algún grado de violencia doméstica.

Dadas las condiciones anteriormente descritas, se puede determinar que la mayoría de las familias bolivianas se encuentran en una situación de alto riesgo social, tipificada por las características de pobreza, marginalidad, bajos niveles educativos y violencia intrafamiliar y maltrato infantil, lo cual deriva en crisis familiares cada vez más frecuentes en las que las unidades familiares tienden a fragmentarse o convertirse en familias disfuncionales (Pinto, 2011).

Las situaciones más críticas sin embargo, se presentan por el abandono o negligencia paterna derivada por las condiciones de pobreza. Siendo evidente que el impacto más negativo es para los niños y adolescentes que cuentan con pocas posibilidades de afrontar situaciones difíciles que ni siquiera entienden, y en la mayoría de los casos no cuentan con las posibilidades de tomar decisiones.

Dadas estas condiciones en el país existen instituciones de acogida, pertenecientes a organizaciones no gubernamentales sin fines de lucro (ONG'S), que no solamente se ocupan de brindar un techo a niños en situación de riesgo de manera temporal o definitiva, ya que también brindan servicios educativos y sociales, lo cual no sucede en todas las instituciones. Hay algunos niños que tienen acceso a este tipo de servicios en tanto que otros no gozan de este beneficio. Por ello los niños y adolescentes que viven en la pobreza están especialmente perjudicados, porque para muchos de ellos la escuela y el trabajo no existen; para otros sólo es posible acceder a los establecimientos tanto a nivel laboral como educativo más precarios, insalubres física y psicológicamente, quedando al margen de las posibilidades de salir del circuito de la exclusión económica y en situaciones extremadamente difíciles para la construcción de un espacio subjetivo que facilite la edificación de un proyecto de vida que consolide la postergación social.

En Bolivia el Código del Niño, Niña y Adolescente (CNNA, 1999), promulgado el 27 de octubre de 1999, pretende lograr un enfoque integral en el reconocimiento de los derechos de los niños, niñas y adolescentes. Este instrumento legal está instituido sobre la base de los principios del Interés superior de niño/a y señala que las normas del Código

se aplican a todos los niños, niñas y adolescentes, sin ninguna forma de discriminación. Así el Código establece los principios del interés superior del niño, la discriminación, la participación de la comunidad y la evolución de las facultades que reconoce a la niñez y adolescencia, su proceso de desarrollo y formación de su personalidad. En relación a la institucionalidad, refiere que los centros son solamente para casos de orfandad y abandono comprobado; el Artículo 185º menciona que las instituciones que desarrollen programas de acogimiento deberán preservar o recuperar los vínculos familiares y evitar la separación de hermanos, promover la integración en familia sustituta, de manera que el proceso de acogida sea una función de ayuda tanto para los niños como para sus familias. Siendo el acogimiento una medida de carácter provisional y excepcional, viable únicamente en casos extremos y como transición a la colocación en un hogar sustituto u otra medida adecuada.

Entre estas instituciones existen aquellas que funcionan bajo el concepto de sistema familiar, entendiendo a un sistema como un conjunto de reglas o principios sobre una materia, relacionados entre sí que contribuyen a un fin determinado. En este sistema familiar el comportamiento de cada sujeto está conectado de un modo dinámico con el de los otros miembros de la familia. Por lo tanto la familia es contemplada como una red de comunicaciones interrelacionadas en la que todos los miembros influyen en la naturaleza del sistema, a la vez que todos se ven afectados por el propio sistema (Departamento de Bienestar Social, Deporte y Juventud, 2002).

Según el último informe UDAPE-UNICEF (2008), existen varios factores ligados a las características socio-económicas del hogar, características de los padres, la presencia de violencia en el hogar y la violencia intergeneracional, entre otros, que pueden constituirse en factores de riesgo o protección, que incrementan o disminuyen la probabilidad de que un niño, niña o adolescente sea víctima de violencia dentro de su núcleo familiar.

El problema de la desigualdad ha influido negativamente en los últimos años en el país, agudizando su problemática social, la pobreza. Y lastimosamente el niño y adolescente se ve afectado por esta problemática, sumándose el abandono, la causa más frecuente de la institucionalización, en conjunto con el maltrato físico y psicológico.

Estas instituciones se caracterizan por albergar niños y adolescentes procurando su salud mental y física y la vivencia en un entorno lo más familiar posible. Para esto se cuenta con

una vivienda, alimentos, vestimenta, y servicios de salud mental y física (psicología, dentista, etc.). Con el fin de integrar a la sociedad a individuos sanos (Peres, 2008).

La mayoría de los niños, niñas y adolescentes que ingresan a los hogares presentan condiciones de elevado riesgo o vulnerabilidad social, presentando bajos niveles de nutrición, malas condiciones de salud física y psicológica, manifestando retraso en su desarrollo, una fuerte demanda de afecto y atención, baja autoestima, desconfianza y tristeza (Fiorentino, 2008).

El vivir institucionalizado genera en los individuos dificultades en las relaciones interpersonales, y creando sentimientos negativos que se manifiestan en la desvalorización de los demás. También afecta la confianza y la seguridad, así como la responsabilidad para asumir las tareas y consecuencias de sus actos, con el fin de evitar frustraciones.

Más que dar respuesta o soluciones a la problemática de la niñez buscando causas que determinan esta situación, se percibe un impacto negativo en:

- La reproducción del ciclo de pobreza, abandono e incremento de los índices de delincuencia y marginalidad.

De acuerdo a estos mismos estudios se han identificado algunos de los efectos de esta forma de trabajo en la vida de los niños, niñas y adolescentes:

- El estilo de vida los NNA tiende a marcar una dependencia sujeta a la institución. Respecto a la familia, la tendencia es perder el referente social y familiar. En cuanto al futuro se observa una escasa proyección y toma de decisiones.

En la actualidad la población de niños y adolescentes esperan el retorno a sus familias o la extinción de la autoridad materno - paterna, caso contrario han de ser adoptados por la institución para que la misma los forme en profesiones técnicas que solventen su futuro, , pasando, entonces, a formar parte de una nueva dinámica familiar, esto, después de la etapa de acoplamiento y adaptación donde se manifiestan todas las cuestiones relacionadas con su historia pasada caracterizada por violencia, alcoholismo, abandono y consumo entre otros, es en esta etapa de acoplamiento y adaptación donde a nivel afectivo el niño probablemente presentara problemas en dar y recibir afecto a través de

deseos de agradar, de recibir grandes expresiones de cariño, o simplemente manifestara abiertamente el deseo de retornar con su familia.

Esta situación pone una interrogante a proceso de afrontamiento al dolor (resiliencia) que los adolescentes necesitan para adaptarse a las adversidades que se les presentan. Por lo tanto se ha de partir de la premisa resiliencia de la cual su proceso es muy importante para la superación personal de los adolescentes que se encuentran en instituciones de acogida, para así disminuir los niveles de marginalidad y la repetición del ciclo de pobreza.

Entonces, debe considerarse que la institucionalización a partir del uso de ciertas pautas y elementos, pero sobre todo de las personas que trabajan y conviven con ellos, como es el caso de los educadores, apoyen la capacidad de resiliencia de los adolescentes que se encuentran acogidos en sus instalaciones de manera que al momento de salir de dicha acogida este muestre la capacidad necesaria para afrontar las adversidades; importante mencionar que los educadores tienen una importante labor al ser considerados un ejemplo para estos adolescentes. A continuación se mencionan estudios relacionados a la resiliencia, en los cuales aparecen pautas que condicionan la visión de ésta.

Los estudios de resiliencia en la población boliviana se han realizado a partir de diversos enfoques, como el referente a los cambios climáticos a partir de los conceptos de adaptación y gestión de riesgo de desastres, realizada por el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo - PNUD (2001). En ésta investigación la adaptación y gestión de riesgo de desastres son percepciones que están muy relacionadas, porque establecen que se debe restablecer, fortalecer la capacidad de respuesta y resistencia de la población frente al desastre natural. Incluso otras investigaciones, como aquella realizada por PNUD - EIRD (Estrategia para la Reducción de Desastres Naturales de las Naciones Unidas, 2004), apoyan la noción de tomar en cuenta que ante las desgracias naturales, que pueden dejar sin hogar a muchas familias; para los adolescentes institucionalizados se les hace muy difícil poder rehacerse de un desastre y peor si no pueden volver al lugar donde vivían.

Entre otras investigaciones se encuentran aquellas que se enfocan en adolescentes institucionalizados en Bolivia, una de ellas es el estudio de Habilidades Sociales para el

Afrontamiento (Peres, 2008), la cual menciona la presencia de alteraciones emocionales a partir del afrontamiento deficitario ante situaciones estresantes, obviándose reacciones desadaptativas y considera importante que la institucionalización otorgue las soluciones para el desarrollo de habilidades sociales, las cuales permitirán a los adolescentes manejar mejor a sus esquemas de acción y generar situaciones de comunicación con los demás.

Entre numerosos estudios a nivel internacional destaca, la promoción de la resiliencia con niños y adolescentes, realizada por la Universidad de Buenos Aires (Lobet, 2008), en la que se menciona la importancia las estrategias que los trabajadores desarrollan para implementar los lineamientos institucionales, que abren una brecha entre las formulaciones programáticas y la cotidianidad institucional para trabajar con los jóvenes. Investigaciones que de alguna manera representan un apoyo para la investigación propuesta.

El presente estudio busca medir el nivel de afrontamiento al dolor que presentan los adolescentes institucionalizados, a partir del cual se han de obtener datos evidentes que permitan construir un programa para fortalecer el proceso de resiliencia de los jóvenes.

1.1.1 Pregunta de Investigación

¿Podrá la aplicación de un Programa ayudar a mejorar los niveles de afrontamiento al dolor de los adolescentes en situación de riesgo que se encuentran institucionalizados en un hogar de acogida de la ciudad de La Paz?

1.2 JUSTIFICACIÓN

La presente investigación tiene como fin explicar un tema importante como es la situación actual de los adolescentes en situación de riesgo que se encuentran institucionalizados en los hogares o centros de acogida por diversas razones provocadas en la familia; a partir de la observación de instituciones con las características señaladas, tomando en cuenta el concepto que se tiene de la juventud como el futuro de una sociedad, como menciona el CNNA (1999) "Los niños, niñas y adolescentes deben tener una vida feliz y gozar de su propio bien y en bien de la sociedad" - Carlos Beltrán Morales. Por lo tanto es importante

brindarles, la seguridad, la educación pero sobre todo el amor, cariño y el derecho a la familia como cada quien merece.

Tomando en cuenta que en la adolescencia se desarrollan capacidades cognitivas tales como la simbolización y la abstracción entre otros, que introducen visiones más amplias y diversas de los acontecimientos. Emerge la preocupación por la inserción social. Se hace necesario dejar atrás modalidades de conducta propias de la niñez y comenzar la búsqueda de una identidad que le permita afrontar situaciones durante la vida juvenil. Por lo tanto es importante la exploración de capacidades personales y de la búsqueda de la autonomía, la valoración grupal y el posicionamiento social. Esta etapa es un terreno fértil para el fomento de la resiliencia.

Este estudio servirá para profundizar el conocimiento que las personas tienen respecto al proceso de resiliencia, visto como un elemento de información teórica, donde el valor se encuentra en la relación conceptual otorgada por la teoría y aplicada al tema en específico, siendo una referencia de complementación para investigaciones realizadas anteriormente y para aquellas a realizar posteriormente.

Dentro de la utilidad metodológica se encuentra el tema de la realización de un Programa de ayuda, desarrollado en base a la teoría que se toma para llevar a cabo la investigación.

Su implicación práctica es ayudar a manejar las definiciones teóricas y el proceso de resiliencia para aquellos adolescentes institucionalizados que han sido expuestos a situaciones adversas haciendo de sus experiencias una oportunidad de adaptación, aprendizaje para aspirar a mejorar sus condiciones de vida, en un futuro inmediato.

Actualmente la resiliencia es considerada valiosa, por su aplicación en los campos de la salud, prevención entre otros, por lo que se la considera también una estrategia muy importante para disminuir conductas de riesgo en los adolescentes. Fiorentino (2008) señala que las experiencias negativas ayudan a ser mejores personas, padres, hermanos, profesionales, y en general mejores ciudadanos; pues al transcurso del tiempo esta capacidad se va desarrollando, dando la oportunidad a la persona de adaptarse a las situaciones adversas.

La importancia de esta investigación parte de la consideración que el proceso de resiliencia forma parte de la vida de cada uno de los individuos de una sociedad y la relevancia que ésta tiene específicamente en los adolescentes. De tal manera que ellos puedan desarrollar esta característica en base a la idea que cuanto mejor equipados estén para enfrentarse al estrés, más productivos, satisfechos, sanos y resilientes serán. El desarrollar la resiliencia en los adolescentes favorece los procesos adaptativos en esta etapa de la vida, lo que permite la preparación para integrarse al mundo adulto.

En el desarrollo de la resiliencia en adolescentes institucionalizados también toma un gran papel el educador que convive con ellos, por lo que es importante que se le oriente en cuanto a la asertividad y como ayudar a que éstos adolescentes sean más resilientes, tomando en cuenta que estos adolescentes al estar separados de manera parcial de sus padres, tienen al educador como figura ejemplar para aprender valores, responsabilidades, desempeñar tareas.

Por ende es necesario formular un programa de intervención de la resiliencia para los adolescentes que se encuentran en hogares de acogida, apoyando el proceso y el método que la misma institución utiliza para trabajar con los adolescentes con el fin de apoyar a los mismos en la resignificación y dar sentido a situaciones adversas que se presenten en sus vidas (abandono, maltrato, cambio de entorno, pobreza, etc.) capacitándolos para generar futuros vínculos de superación.

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Objetivo General

Aplicar un Programa de apoyo a la resiliencia a partir del análisis de los resultados obtenidos de la aplicación de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (2002) a los adolescentes institucionalizados de un hogar de acogida de la ciudad de la Paz.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Analizar los resultados obtenidos del Pre Test
- Elaborar el Programa de apoyo a la resiliencia en base a los resultados obtenidos en el Pre Test
- Aplicar el Programa de apoyo a la resiliencia a los adolescentes institucionalizados.
- Evaluar los resultados de la aplicación del Programa.
- Analizar los resultados obtenidos en el Post Test
- Extraer resultados y elaborar conclusiones.

1.4 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1 Delimitación Temporal

La presente investigación se llevara a cabo durante los meses junio – enero del año 2012-2013 para lo cual se recopilará los datos necesarios para la conclusión del proyecto de investigación. (Ver Anexo 1)

1.4.2 Delimitación Espacial

La población con la cual se ha de trabajar serán aproximadamente 20 adolescentes varones entre las edades 15 – 18 años pertenecientes a un hogar de acogida de la ciudad de La Paz, el cual por razones de privacidad serán referidos como hogar A.

1.4.3 Delimitación Temática

La temática de fortalecimiento de la resiliencia se ha de abordar desde la técnica de la Terapia Sistémica a partir de la formulación de un Programa.

PARTE II: MARCO TEÓRICO

2.1 ADOLESCENCIA

2.1.1 Adolescencia: Un Estado de Transición

Se sabe que la adolescencia no es un cambio que se da de la noche a la mañana en un corto periodo de tiempo, sino que abarca varios años. Esto a conducido a varios autores a hablar de sub-estadios, tales como “adolescencia temprana, media y avanzada”. Pero hoy en día el definir el comienzo y la culminación de la adolescencia se hace incluso más compleja, dado que el estadio de la adolescencia se ha prolongado teniendo numerosas implicaciones para los jóvenes (Polo, 2009), así como para la sociedad: esto ha llevado a muchos autores a considerar marcadores de transición de salida de la adolescencia. Autores como Jones y Coles en 1995 (Coleman & Hendry, 2003), consideran que el ingreso en la edad adulta implica tres transiciones principales de posición social:

- Transición escuela – trabajo; el individuo deja la educación con dedicación plena y entra en el mercado laboral.
- Transición domestica; cuando el individuo consigue una independencia relativa de su familia de origen.
- Transición de vivienda; que implica un traslado permanente fuera del domicilio paterno.

Otro enfoque desarrollado por Graber y Brooks-Gunn en 1966 (Coleman & Hendry, 2003), donde el hecho mismo de la adolescencia es una experiencia universal lleva a la posición de que la posibilidad de llamarla transición es razonable. Se podría decir que la transición presenta las siguientes características:

- Una anticipación entusiasta del futuro
- Un sentimiento de pesar por el estadio que se ha perdido.
- Un sentimiento de ansiedad por el futuro.
- Un reajuste psicológico importante
- Un grado de ambigüedad de la posición social durante la transición.

Tanto los niños como las familias están pasando por cambios constantes, los cuales influyen uno sobre otros todo el tiempo (Lerner (1973), citado en Kotliarenco, 2008). Es así que la maduración del niño a adolescente provoca cambios en el comportamiento de los padres y por ende en la dinámica familiar, al mismo tiempo que tiene cambios sobre el propio adolescente.

2.1.2 Desarrollo Psicológico

Dentro de lo que es el desarrollo psicológico de la niñez, se menciona la existencia de un periodo intermedio entre la niñez y la adultez. En este período de desarrollo y cambio los adolescentes son muy sensibles a la sociedad que los rodea: a sus reglas no escritas, sus valores, sus tensiones políticas y económicas. Trazan planes y se hacen expectativas respecto de su futuro, y estas dependen en parte del ambiente cultural e histórico en el que viven. Es así por ejemplo que las condiciones económicas y culturales pueden hacer de la adolescencia un prelude brutalmente corto de la independencia o prolongar la dependencia de la familia. Por lo tanto los factores culturales, económicos e históricos pueden representar una fuente importante de estrés psicológico durante la adolescencia (Polo, 2009), que impacta en la dinámica del sistema familiar, puesto que este proceso al implicar la transición de una etapa a otra envuelve un cambio que involucra crisis en el sistema, aspecto que normalmente es parte del desarrollo familiar, lo que probablemente se complica mas aún en familias con características diferentes.

En un estudio (Kensington (1975), citado en Polo, 2009) se observó que los problemas que los adolescentes presentan, surgen de la “tensión entre el yo y la sociedad”, es decir, una falta de correspondencia entre los sentimientos respecto a lo que son y lo que la sociedad quiere que sean. Según Kensington, los adolescentes sienten una ambivalencia no sólo ante el orden social, sino ante sí mismos. Es posible que piensen que la sociedad es demasiado rígida y dominante; de ahí que intenten escapar asumiendo identidades y roles temporales.

Así como el contexto social e histórico son importantes, también lo son las diferencias individuales. De la misma manera que los niños, los adolescentes alcanzan la mayoría de edad en un ambiente social, cultural que influye en todos los aspectos de su vida, desde las novedades y las modas hasta la economía y las oportunidades educacionales, desde

el tiempo libre y la salud hasta la nutrición. El ambiente social cultural define lo que es la adolescencia.

En la cultura moderna la adolescencia abarca un periodo de por lo menos 10 años. Tanto su inicio como su final suelen ser poco precisos. (Polo, 2009) Es común que el niño comience a comportarse como adolescente antes de que empiecen a aparecer los cambios físicos.

A pesar de las opiniones contradictorias, todos los investigadores coinciden en que el prolongado periodo de transición entre la niñez y la adolescencia es un fenómeno considerado moderno que se observa sobre todo en las naciones desarrolladas, en función a la misma sociedad a la que pertenece.

2.2 RESILIENCIA

Etimológicamente el término resiliencia viene del latín “*salire*”, el cual se traduce como: saltar hacia atrás, surgir, con el prefijo “*re*” que indica repetición, reanudación. “*Resiliar*” significa rebotar, reanimarse, ir hacia adelante después de haber recibido un golpe o haber vivido una situación traumática en algún momento de la vida (Cyrułnik et al. 2004).

La resiliencia se caracteriza por ser aquella capacidad de los seres humanos para sobreponerse a condiciones severamente adversas que se presentan a lo largo de su vida, las cuales son transformadas por la persona en una ventaja o estímulo para su propio desarrollo bio-psico-social, de esta manera bajo ciertas circunstancias, la situación de adversidad fortalecerá la capacidad de resistencia cuando se presente una nueva situación de estrés (Kotliarenko, 2008).

Una investigación que aportó al concepto de resiliencia fue aquella realizada por Emmy Werner & Smith (1992), en el que se estudió a un grupo de personas desde el nacimiento hasta aproximadamente los 40 años. La investigación notó que algunos niños que – entre cuyos factores de riesgo está que procedían de estratos más pobres, madres solteras adolescentes y grupos étnicos postergados - estaban condenados a presentar problemas en el futuro, llegaron a ser personas exitosas, con familias estables y que contribuían positivamente a la sociedad. La investigación condujo a un concepto que reflejase la

posibilidad de enfrentar eventos estresantes, severos, y se lo conoce como “capacidad de afrontar”.

El término “resiliente” conocido en ciencias como la metalurgia e ingeniería civil para describir la capacidad de algunos materiales de recobrar su forma original después de ser sometidos a una presión deformadora, fue adoptado por Rutter (Kotliarenko, 2008) a las ciencias sociales, refiriéndose a aquellos sujetos que, a pesar de nacer y vivir en condiciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y socialmente exitosos.

Es necesario diferenciar el enfoque de resiliencia y el de riesgo, siendo ambos una consecuencia de los fenómenos sociales, pero que se refieren a aspectos diferentes pero complementarios (Munist et al., 1998).

El enfoque de riesgo; es el cual se centra en la enfermedad, síntoma y todas aquellas características que se asocian con una elevada probabilidad de daño biológico o social. Mientras que el enfoque de resiliencia, explica que las fuerzas negativas en términos de daños o riesgos no encuentran a un niño indefenso físico y moralmente en el cual se determinarían daños permanentes. Describe la existencia de verdaderos escudos protectores que harán que dichas fuerzas no actúen linealmente, atenuando sus efectos negativos, y transformándolas en factor de superación de la situación difícil.

La resiliencia es considerada como un instrumento clínico que exige un cuadro de referencia moral, lo que implica que un individuo debe superar la situación adversa dentro de las normas culturales en las cuales se desenvuelve. Las situaciones adversas dependen de las circunstancias locales, refiriéndose a alguna idea de lo que es aconsejable y aceptable (Munist et al., 1998).

La resiliencia se sustenta en la interacción existente entre la persona y el entorno, facilitando el entender que la resiliencia nunca es absoluta ni terminantemente estable, no es una capacidad estática, dado que puede variar con el tiempo (Cyrułnik, 2002). Los niños y adolescentes nunca son absolutamente resilientes de una manera permanente, por lo tanto hasta el niño más resistente puede tener altibajos y deprimirse cuando la presión alcanza niveles altos., pero existe la posibilidad de trabajar el proceso de resiliencia con aquellos niños y adolescentes cuyas condiciones adversas predominen sobre el estado de ánimo y la personalidad, esto con la ayuda de un tercero.

Cyrułnik (2002), neuropsiquiatra, psicoanalista y etólogo, considerado uno de los más importantes expertos sobre resiliencia en el mundo; destaca la importancia de los agentes adultos como constructores de discursos en los procesos resilientes de los niños. Estos, han de orientar al niño para salir victorioso de su condición psicológica de niño abandonado porque significa y resignifica de manera personal y social las historias de vida violentas experimentadas, permitiéndole establecer vínculos con otras personas, saliendo de esa posición de “víctima” y superar el trauma, a manera de demostrar que “la historia no es un destino”. Por su parte, el autor interpreta la resiliencia como una capacidad que puede ser adquirida, mediante un proceso el cual se construye en el tiempo y que permite al adolescente adaptarse a las situaciones de riesgo (Cyrułnik, 2002).

Hay que mencionar que la resiliencia tiene dos componentes importantes: la resistencia a la destrucción y la capacidad para construir sobre condiciones adversas (Munist et al. 1998). Por lo que el desarrollo del concepto de resiliencia ayuda a ver con mayor facilidad la existencia de esa dimensión en las personas y aporta una nueva mirada esperanzadora y optimista con el apoyo y publicación de programas orientados a analizar los comportamientos resilientes presentes en niños, adolescentes y adultos.

Por otro lado, desde el punto de vista biológico se dice que el proceso de resiliencia se deriva también del cambio neuroendocrinológico provocado por el impacto de esa situación adversa a la capacidad de regular emociones (Luthar (1993), citado en Kotliarenko, 2008). Esto da lugar a una plasticidad neuronal a través de la cual existe una reorganización estructural y funcional del cerebro, en respuesta a los estímulos ambientales, que va a determinar los factores de riesgo y de protección en un futuro.

2.2.1 Influencia de los Factores de Riesgo, Factores Protectores en los Individuos Resilientes

Factores de Riesgo: Son aquellas características o cualidades de una persona o comunidad que presentan una elevada probabilidad de dañar la salud. Estas posibilidades de sufrir daños aumentan si la persona ya concentra en sí misma factores de riesgo, lo

que la convierte en individuo de alto riesgo (Ej. niño perteneciente a una familia disfuncional – violencia intrafamiliar, abuso de sustancias, etc. – y que además tienen una situación socioeconómica poco favorable, el riesgo de sufrir abandono u otro tipo de maltrato infantil se multiplica. En este caso violencia, abuso de sustancias en la familia y situación socioeconómica poco favorable son factores de riesgo). Muchos autores coordinan que los factores de riesgo a nivel familiar se deben a una desorganización familiar, poca relación de familia, presencia de problemas afectivos en el hogar, ausencia de los padres, etc.:

Algunos factores de riesgo en la familia (Saavedra & Paúcar, 2008) son:

- Problemas en el manejo de la familia: falta de control, disciplina inconsciente o dura, falta de relaciones de cariño, conflictos matrimoniales
- Aprobación del uso del alcohol, tabaco y la droga tanto en hijos como padres.
- Expectativas bajas en torno al éxito esperado del niño
- Historia de alcoholismo en la familia
- Los padres no se encuentran en las posibilidades (físicas o psicológicas) para hacerse cargo de sus hijos.

Factores protectores: Son aquellos entornos capaces de favorecer el desarrollo de individuos o grupos, y de reducir los efectos de circunstancias adversas. Estos pueden ser externos e internos: Los externos son condiciones del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños (Ej. Apoyo de un adulto significativo, instituciones de acogida) y las internas son atributos de la propia persona (Ej. Seguridad, confianza en sí mismo).

(Saavedra & Paúcar, 2008), establecen factores de protección personales y sociales:

Factores Personales

Temperamentales

- Mayor CI verbal y matemático.
- Mayor tendencia al acercamiento.

- Mejor sentido del humor
- Desarrollo biológico estable (control de esfínteres, patrones de sueño, alimentación)

Cognitivos y afectivos

- Mayor empatía

- Autoestima alta
- Incentivación al logro
- Menores sentimientos de desesperanza
- Autonomía e independencia

Factores Sociales

- Ambiente cálido
- Estructura familiar sin disfunciones
- Padres estimuladores
- Buenas relaciones con los demás
- Mayor apoyo social (emocional, informativo, etc.)

Por lo tanto los individuos resilientes al estar insertos en una situación adversa (expuestos a un conglomerado de factores de riesgo), tiene la capacidad de utilizar los factores protectores para sobreponerse a dicha adversidad, crecer y desarrollarse de manera adecuada, como un ser maduro, competente, a pesar de tener un pronóstico desfavorable.

2.2.2 Conductas y Características Resilientes

Según (Munist et al. 1998), define al niño resiliente como aquel que trabaja bien, juega bien y tiene buenas expectativas, pero de todas maneras es necesario sintetizar y expresar aquellos atributos identificados como los más apropiado de un o adolescente resiliente:

Tabla 1. Clasificación de las conductas y características propias de la Resiliencia

<p>Competencia Social</p>	<p>Mayor respuesta al contacto con otras personas, son mas activos, flexibles y adaptables en la infancia. Incluye cualidades como el estar listo para responder a cualquier estimulo, empatía, afecto, sentido del humor.</p>
<p>Resolución de Problemas</p>	<p>Habilidad para buscar de soluciones a problemas de manera flexible y reflexiva. Capacidad de producir cambios en situaciones adversas.</p>

Autonomía	Sentido de la propia identidad, el actuar independientemente. Capacidad de diferenciarse de un entorno adverso o patológico
Sentido de Propósito y de Futuro	Confianza de control sobre el ambiente. Cualidades como: expectativas saludables, dirección hacia objetivos, motivación en los logros, fe en un futuro mejor, anticipación y coherencia. Cuando un futuro atractivo nos parece posible y alcanzable, somos fácilmente persuadidos para subordinar una gratificación inmediata a una posterior más integral.

Se ha creado un modelo donde se caracteriza a un niño o adolescente resiliente a través de la posesión de condiciones en el lenguaje (Munist et al. 1998):

“Yo tengo”, “Yo soy”, “Yo estoy”, “Yo puedo”

En estas verbalizaciones se encuentran los distintos factores de resiliencia (autonomía, confianza en sí mismo y el entorno, autonomía y competencia social), las cuales pueden considerarse como una fuente generadora de resiliencia.

Tabla 2. Modelo de Verbalizaciones características de Resiliencia (Munist et al. 1998)

“Yo tengo”	Personas de confianza y de cariño incondicional, que ponen límites a uno para evitarle peligros. Personas que muestran la manera correcta de proceder por su conducta, fomentan la independencia y son un apoyo en momentos de enfermedad, peligro o enseñanza.
“Yo Soy”	Una persona digna de aprecio y cariño. Feliz al realizar cosas buenas por los demás, respetuoso. Una persona capaz de aprender, agradable y comunicativo con los demás,
“Yo estoy”	Dispuesto a ser responsable, seguro que todo saldrá bien. Triste, y lo expreso con seguridad de encontrar apoyo. Rodeado de gente me aprecia.

<p>“Yo puedo”</p>	<p>Hablar de mis preocupaciones e inquietudes, resolver problemas, controlar impulsos. Buscar el momento para hablar con alguien o actuar, encontrar ayuda, cometer errores sin perder el afecto de los demás. Sentir afecto.</p>
--------------------------	---

Dada la importancia que las ideas mencionadas anteriormente adquieren para una posible explicación de la resiliencia, es que se hará una referencia especial en relación a la teoría del apego.

2.2.3 Características de Resiliencia

Wagnild & Young (2002) al considerar factores como competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida, consideran las siguientes características de resiliencia:

Ecuanimidad: Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y "esperar tranquilo" y, tomar las cosas como vengan; por ende se moderan las respuestas extremas ante la adversidad.

Perseverancia: Está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina.

Confianza en sí mismo: Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.

Satisfacción personal: Está referida al comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.

Sentirse bien solo: Referida a la comprensión de que la senda de vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.

Para Wagnild y Young (2002), la resiliencia sería una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Se ha utilizado este término para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida.

La resiliencia es conocida como la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, sobre todo en aquellos momentos cuando todo parece actuar en nuestra contra.

2.2.4 ¿Qué características tiene un adolescente con resiliencia?

Esta es una de las preguntas que frecuentemente se hacen con el objetivo de identificar y/o detectar individuos resilientes.

Se han propuesto algunas características de personalidad, por ejemplo Kotliarenco (2008) señalan que estos individuos poseen las siguientes características:

- Mayor coeficiente intelectual y habilidades de resolución de problemas.
- Mejores estilos de enfrentamiento.
- Motivación al logro (mayor autoeficacia).
- Autonomía, autoestima y locus de control interno.
- Empatía, conocimiento y manejo adecuado de relaciones interpersonales.
- Voluntad y capacidad de planificación.
- Sentido del humor positivo.

Otros autores como Lösel, Bliessener y Kferl en 1989, (Llobet, 2008), agregan otros atributos internos de los individuos resilientes como son: mayor tendencia al acercamiento, menor tendencia a sentimientos de desesperanza, menor tendencia a la evitación de los problemas y menor tendencia al fatalismo.

Para complementar esto, existen investigadores que intentan caracterizar a una persona resiliente, identificándolos, individuos socialmente competentes, poseedores de habilidades para la vida tales como (Llobet, 2008):

- El pensamiento crítico, la capacidad de resolver problemas y de tomar la iniciativa, firmes en sus propósitos y con una visión positiva de su propio futuro, intereses especiales, metas y motivación para salir adelante en la escuela y en la vida.

La investigación ha demostrado que las personas resilientes conciben y enfrentan la vida de un modo más optimista, entusiasta y enérgico, son personas curiosas y abiertas a nuevas experiencias caracterizados por altos niveles de emocionalidad positiva (Block y Kremen, 1996). También existe evidencia de que las personas resilientes utilizan las emociones positivas como estrategia de enfrentamiento, por lo que se puede hablar de una causalidad recíproca. Así, se ha encontrado que las personas resilientes hacen frente a experiencias traumáticas, utilizando el humor, la exploración creativa y el pensamiento optimista (Fredrickson y Tugade, 2003).

2.2.5 ¿Puedo promover la resiliencia?

La promoción sugiere que la resiliencia active los mecanismos protectores sobre eventos críticos y posibilite un equilibrio armónico entre los estados de tensión y estrés naturales a la cotidianidad y los sucesos imprevistos e inesperados que desatan la crisis. Es preparar a los individuos para que fortalezcan la capacidad de enfrentar la adversidad e incorporarla a los proyectos de vida, como un asunto que no detiene el desarrollo integral, sino que le permite reencuadros y cambios de perspectiva. Así, desde el punto de vista de Ospina, Jaramillo y Uribe (2005), la promoción de la resiliencia implica la incorporación de aspectos como: promoción de factores resilientes de acuerdo con las etapas de desarrollo del individuo, la edad y género, así como un compromiso con el comportamiento resiliente, es decir, identificar la adversidad, seleccionar el nivel y la calidad de respuesta apropiada y finalmente la valoración de los resultados de resiliencia, que se refiere a estimar el impacto sobre el bienestar y mejoramiento de la calidad de vida.

Por ello, más que controvertir las estrategias de promoción de la salud, la promoción de la resiliencia puede complementar las intervenciones que hacen énfasis en las posibilidades de cada persona para superar las dificultades durante todo el ciclo vital.

Para lograr esto es necesario:

Tabla 3. Aspectos favorecedores al desarrollo de la Resiliencia (Ospina, Jaramillo y Uribe, 2005)

En el manejo de la situación	Ayudar a tomar conciencia de la situación mediante el manejo y superación de la experiencia. Ayudar a darle la verdadera dimensión de las cosas, el reconocimiento de limitaciones, el autocontrol y propiciar el buen humor.
En la superación de la experiencia	Ayudar a elaborar las pérdidas afectivas, cambios en el rol social. Potencializar la capacidad de hablar, pedir ayuda y la búsqueda de independencia. Promover la participación activa en los programas comunitarios. Promover una filosofía de vida positiva
A nivel individual	Potencializar recursos psicológicos como son: autoestima, autoeficacia, estilos de enfrentamiento y encontrar el sentido y propósito de vida.

2.3 HOGARES DE ACOGIDA DE MENORES

La institucionalización ha sido la respuesta que la sociedad ha generado para enfrentar la problemática de situaciones conflictivas en las familias. Se genera por dos razones: Una es la percepción de irresponsabilidad, negligencia e incompetencia por parte de los adultos para asumir las tareas de crianza (Gonzalvo et al., 1993). Otra es el cuestionamiento de algunas instituciones (colegios, hospitales), que consideran que los adultos a cargo de niños deben ser evaluados en sus competencias parentales o representan un riesgo para la integridad física y psicológica del niño.

La institucionalización implica una reorganización del sistema familiar y la posterior reinserción conlleva otro proceso de adaptación, considerando que a veces este proceso

puede derivar en la separación del grupo familiar permanentemente. Para entender lo que son los hogares de acogida, se deben explicar algunos puntos importantes, como:

¿Qué es la acogida?: Esta consiste en cuidar de manera temporal a un niño y facilitar que pueda volver con su familia biológica. La acogida que en ocasiones se la realiza de manera voluntaria por nosotros mismos, en realidad está regulado por las Administraciones Publicas, que tratan que todo menor disponga de aquellos elementos adecuados y necesarios para su correcto desarrollo, crecimiento y educación.

Pero no se debe confundir el **proceso de acogida** con la **adopción**, a pesar que ambos procesos son dos recursos del sistema de protección social a la infancia y que su finalidad es proporcionar a todos los niños que estén en situación de desamparo un contexto seguro, permanente y estable en un familia de forma temporal o definitiva, cuando la suya propia, de forma temporal o definitiva, no puede hacerse cargo de ellos adecuadamente (Gonzalvo et al., 1993).

Ambos procesos tienen sus diferencias:

La primera de ellas es la **temporalidad**. La adopción, cuando es ratificada por el juez, es una medida permanente. La acogida, en cambio es una medida limitada en el tiempo. Siendo las personas que lo acogen responsables de él durante un periodo de tiempo que variara en función de sus características del niños acogido y de las circunstancias puntuales de su propia familia, tomándose en cuenta varios aspectos que facilitarían el retorno del niño a su familia de origen, siempre con la ayuda y asesoramiento de los Servicios Sociales. Esta opción facilita que los niños sean atendidos por una familia o personas que sustituyen temporalmente a la suya. Sin embargo, las Administraciones no encuentran suficientes familias dispuestas a aceptar estas condiciones (acoger menores temporalmente, en caso de la existencia de familia ampliada). Como consecuencia, estos niños son amparados (acogidos) por las instituciones públicas, en sus centros de acogida. En estos centros, los niños son atendidos por profesionales especializados en el trato de infancia en situación de riesgo. De esta manera, los menores tienen cubiertas las necesidades básicas en todos los aspectos de su desarrollo.

Otra diferencia entre adopción y acogida es la **relación con la familia biológica**, con la cual se procura preservar al máximo la relación del niño con su familia biológica siempre y

cuando exista esta relación y no perjudique al niño, mostrándose dispuesta a mejorar con ayuda de los Servicios Sociales (Gonzalvo et al., 1993).

Finalmente la acogida supone la elaboración y desarrollo de un plan de integración permanente en el que intervienen el niño, la familia biológica y la familia de acogida.

Los centros de acogida cumplen una serie de funciones, las cuales están destinadas para aportar al desarrollo del niño:

Función de acogida: Es la función de recepción de un niño que ha sufrido maltrato o esta en riesgo de serlo. Para la acogida es muy importante detectar indicadores físicos y emocionales relevantes que orienten el diagnóstico y ver su evolución. (Gonzalvo et al., 1993) Requiere de una planificación precisa y adaptable dependiendo de la posible urgencia en que se haya producido el ingreso, la traumática separación de sus familiares, el miedo a lo desconocido y la posible sensación de culpabilidad por haber sido descubierta su situación, el miedo a las represalias de sus maltratadores.

Función educadora: Consiste en la realización de planes de intervención educativa, individualizados para la adquisición y consolidación de hábitos, cambios de actitudes, promoción de la autonomía del sujeto y para el aprendizaje de pautas de conductas y comportamientos socialmente adaptados; aspectos que los menores que han sufrido malos tratos no tienen integrados o están desestructurados.

Función integradora: Los centros de acogida de menores se trata de conseguir que las familias de los niños que están ingresados comprendan cual es su situación, de manera que se muestren más abiertos y dispuestos a superar el aislamiento de la marginación y aumentar las oportunidades de mejorar las relaciones con el entorno mas cercano. Para esto las familias reciben el apoyo de los profesionales que trabajan en las instituciones, y procuran que las familias dispongan de toda la información y orientación posible (Gonzalvo et al., 1993).

2.4 ABANDONO DE HOGAR

Cuando se habla de abandono se hace referencia a la renuncia voluntaria, intencional y absoluta de los derechos o propiedades (Conangla & Soler, 2005). También denota la

desatención premeditada de los hijos o familia en sí, al marcharse el transgresor sin intención de volver.

En el abandono existe un sentimiento de pérdida de todo lo bueno que produce la compañía de las otras personas, quedando solamente la pena, el miedo y la incertidumbre. Si se abandona a alguien o a algo, a todo ello se mezclan el pesar y los remordimientos.

En el caso del abandono de hogar, que es un tipo de maltrato psicológico; este se lleva a cabo a partir de que en un principio se produjo un abandono infantil dentro del hogar, que se caracteriza por el no colmar las necesidades vitales del niño. Tales necesidades abarcan alimento y agua, vivienda, vestido y atención médica.

Se considera también el hecho que los niños presenciaren actos de violencia entre los padres es otra forma de maltrato psicológico.

En el abandono infantil, están implicados una serie de factores, que son:

Abandono físico: Falta de respuesta a las necesidades físicas del niño, que incluye alimentos, ropa y vivienda.

Abandono emocional: Falta de respuesta a las necesidades emocionales del niño.

Abandono médico: Falta de proporción o cumplimiento con el tratamiento médico recetado, tal como vacunas, cirugía o medicación.

Abandono educativo: Falta de cumplimiento con los requerimientos de asistencia escolar del estado.

Otras formas de abandono infantil abarcan (Oyarbide, 2000):

- Permitir que el niño presenciara actos de violencia o maltrato severo entre los padres o adultos.
- Ignorar, insultar o amenazar al niño con violencia.
- No suministrarle al niño un ambiente seguro y de apoyo emocional por parte de los adultos.

- Mostrar descuido imprudente por el bienestar del niño.

En el caso de los niños, niñas y adolescentes que conviven en los hogares de acogida, la tasa de abandono físico y emocional de los niños es difícil de definir. Los factores de riesgo pueden abarcar pobreza, otras situaciones de estrés en la familia, enfermedad mental o consumo de sustancias por parte de los padres o personas a cargo. Los niños maltratados están en riesgo de convertirse en personas que maltratan a otros como adultos

Una de las principales causas para el abandono de hogar por parte de los jóvenes son los malos tratos dentro del ambiente familiar, causado por el descontrol de los impulsos de los padres u otros familiares (Oyarbide, 2000). Se conocen cuatro factores contribuyentes:

- Características de la personalidad de los padres. Padres que a su vez son drogadictos, alcohólicos, maltratados y psicóticos.
- Niños irritables, exigentes, hiperactivos e incluso los niños con alguna discapacidad son objeto de abandono por la “carga” a la que representan.
- Crisis. El estrés provocado por una situación puede provocar malos tratos.
- Aislamiento familiar. Falta de apoyo de otros parientes que proporcionen de un apoyo físico y psicológico para los momentos de estrés.

2.5 SITUACIÓN DE LA JUVENTUD INSTITUCIONALIZADA

El hablar de pobreza va más allá de los números y estadísticas, índices y conceptos, ya que en la pobreza se ven envueltos personas concretas que por carecer de lo básico y no poder cubrir sus necesidades ven que su vida se frustra a sus problemas económicos, personales, familiares, que provocan baja autoestima personal, escasa dignidad individual y colectiva, pérdida de valores e identidad cultural. Por lo que el término pobreza implica carecer de muchos recursos personales y colectivos para lograr vivir una vida digna. Siendo entonces, un factor determinante para el desarrollo de la familia y los sistemas de protección social, que se debilitan en situaciones de crisis (Castro, 2008). Por lo que la familia es vulnerable a los factores económicos, sociales y demográficos, en el que los padres, el círculo de parentela, las amistades, el barrio donde uno vive; la escuela son los principales responsables del desarrollo de los niños.

Con frecuencia los servicios sociales públicos que velan por la protección infantil, interpretan que la mejor manera de preservar la integridad y seguridad de los NNA es alejándolos de su entorno familiar de origen, mediante procedimientos legales. Aun cuando esas instancias no tienen las condiciones necesarias para operar adecuadamente, son asistidas por organizaciones privadas (ONG) que también pueden tener tendencias similares. Es más el entorno social de los NNA puede tener prejuicios respecto a la competencia de los padres para proteger a sus hijos. Con frecuencia la pobreza es confundida con la incapacidad paterna para cuidar de los NNA.

Por otro lado muchas familias encuentran una salida viable a su carencia e incapacidad de sostener a sus hijos (especialmente los de menor edad) delegando casi completamente la responsabilidad de la educación y desarrollo de sus niños y niñas a las instituciones. En estas circunstancias poco se considera o sencillamente no se conoce la opinión de los NNA y que sentido tendrían sus demandas.

La poca capacidad que tiene el Estado, no permite que éste asuma en la realidad, la responsabilidad que tiene en la protección de los derechos de los NNA; debido a razones estructurales como por Ej.: la falta de relevancia de la niñez como capital humano en desarrollo, falta o poca relevancia de políticas públicas favorables, de recursos, de competencias, de decisión política, etc.

Las familias y las comunidades que deberían ser corresponsables de velar por el ejercicio de los derechos de NNA, tampoco logran cumplir por completo este papel, condicionados por los mismos prejuicios respecto a la significancia de los NNA para el mundo adulto.

En los casos que las instituciones responsables cumplen su papel, lo hacen desde una perspectiva de necesidades, sus medidas tienen un enfoque asistencial e institucional, atentando de todas maneras con la restitución de los derechos de los NNA.

Ante el vacío que dejan los responsables de velar por el cumplimiento de los derechos de los NNA, diferentes instituciones privadas intervienen para coadyuvar al cumplimiento de estos derechos, si bien el propósito no es sustituir el rol de los responsables.

Esta tensión o maltrato infantil puede ser de carácter activo o pasivo, lo que daría lugar a lo siguiente:

- Maltrato emocional: Implica hostilidad verbal crónica, amenaza de abandono, rechazo, abandono, producción de miedos.
- Abandono físico: No se cumplen las obligaciones familiares, se deja a la menor en un lugar durante un tiempo o siempre, con grave riesgo.
- Abuso sexual: Conducta sexual con un menor a través de la fuerza física, amenaza, poder.
- Explotación laboral: Asignar trabajos forzados a niños y adolescentes.
- Corrupción: Cuando el niño se ve implicado en actividades antisociales.
- Incapacidad de los adultos: Dificultades en controlar la conducta del niño.

Las situaciones violentas en el contexto familiar alteran y dificultan el desarrollo normal del núcleo familiar, tendiendo graves repercusiones sociales y psíquicas para sus miembros.

2.5.1 Entorno Sociocultural y Familiar

Desde un punto de visto ético, la pobreza como un fin supone una negación a todos los niveles de las capacidades y libertades del ser humano. La pobreza, supone un obstáculo para alcanzar una vida sana, larga y digna.

En Bolivia la pobreza extrema suele traer como consecuencia el colapso familiar con resultados nocivos para los niños, niñas y adolescentes de las familias más vulnerables. El mensaje que estas dan (de los padres y particularmente sus hijos) cuando atraviesan por tal situación es que las medidas que se adopten desde el Estado u organizaciones estén orientadas a no hacer permanente la disgregación familiar, considerando la necesidad de protección que tienen los NNA de sus padres o su familia ampliada.

En los niños y adolescentes privados de la vida familiar pueden apreciarse dos grandes grupos:

- Aquellos cuyo vínculo familiar se encuentra temporalmente roto, amenazado.
- Aquellos cuyo vínculo familiar no existe o se encuentra definitivamente roto.

Los jóvenes institucionalizados entran dentro de la caracterización de ambos grupos que son, en algunos de los casos huérfanos y otros, presentan problemas de desestructuración familiar y problemas socioeconómicos (Peres, 2008).

Los desajustes familiares son importantes en cuanto se refiere al tema del maltrato infantil. Uno de estos desajustes es la dependencia del niño respecto a los adultos, que hace que en una situación de desequilibrio familiar, sea la persona más vulnerable.

En el tipo de familia se produce el maltrato deben considerarse distintos factores: el número de hijos, el espacio de vivienda y la situación económica. Así, una situación inestable acerca a uno al maltrato infantil. La inestabilidad de pareja conlleva una carga de violencia. El equilibrio de la familia no es sólo resultado de la interacción entre cada uno de sus miembros (Castro, 2008), también se debe a las condiciones que la sociedad ofrece a la familia. Todos estos desajustes familiares pueden poner en peligro el desenvolvimiento global del niño y ser causa directa de un comportamiento adecuado y agresivo hacia él, provocando también débiles lazos familiares.

2.5.2 Factores de Riesgo que Conllevan a la Institucionalización

Hay una serie de condiciones que predisponen al desarrollo de conductas agresivas hacia la juventud (Castro, 2008):

- Una historia parental caracterizada por inseguridad, inestabilidad y relaciones patológicas con sus propios padres, puede llegar a predisponer a los padres a maltratar a sus hijos.
- Las características psicológicas de los padres influyen de forma directa, porque suelen ser padres solitarios, excesivamente rígidos con problemas de relación y poco autocontrol. El riesgo es mayor en el caso de padecer enfermedades mentales o consumir drogas o alcohol.
- Las circunstancias de los menores: género, ser prematuro o no, temperamento, conducta, niños no deseados, etc. Cada uno puede recibir distinta calidad de cuidados.
- Las relaciones de pareja: hay una correlación entre el maltrato de los miembros de la pareja y el maltrato hacia los hijos.
- Las familias monoparentales, hay problemas de atención a las necesidades básicas de los menores: negligencia y abandono emocional. El posible no reconocimiento del padre hacia los hijos, separación o muerte de uno de los miembros de la pareja.

- Los problemas sociales o económicos crean situaciones que afectan el funcionamiento de las familias, los cuales progresivamente van aumentando el estrés, la irritabilidad y los conflictos familiares.
- El aislamiento social. El apoyo social cumple funciones preventivas para las familias disfuncionales, dado que es fundamental en los momentos de crisis familiares.

La causa más significativa es la disfunción familiar, en la que ocurre una desintegración de la familia (Castro, 2008). Provocada por la pobreza, la desintegración es un proceso lento y la desvinculación del niño con su familia puede volverse con el tiempo una total ruptura.

La causa primordial del abandono es el maltrato psicológico, físico y en el peor de los casos, sexual por parte del padre, madre, padrastros, familiares o tutores.

2.6 EL ENFOQUE DE LA PSICOLOGÍA SISTÉMICA

La epistemología de la psicología sistémica en su aplicación a la terapia familiar cuenta con más de cuarenta años de historia y con una complejidad conceptual, por ende hay que centrarse en las principales innovaciones que representa en el contexto psicológico/psiquiátrico clásico.

2.6.1 Concepción Sistémica de la Familia

La Teoría General de Sistemas de Von Bertalanffy en 1954, la Cibernética de Wiener, 1948 y la Teoría de la Comunicación de autores como Watzlawick, Beavin, y Jackson, 1967. Además, los conceptos procedentes de enfoques evolutivos y estructurales resultan claves para la concepción sistémica de la familia. La resultante de estas aportaciones teóricas aplicadas a la psicoterapia familiar constituye el denominador común de la Terapia Familiar Sistémica (Botella & Vilaregut, Universitat Ramon Llull, 2012).

2.6.2 Conceptos de la Teoría General de Sistemas

- Un sistema es un conjunto de elementos en interacción dinámica en el que el estado de cada elemento está determinado por el estado de cada uno de los demás.
- Un sistema es cerrado cuando no intercambia energía y/o información con su entorno.
- Un sistema es abierto cuando intercambia energía y/o información con su entorno. Por lo tanto, un sistema abierto es modificado por su entorno y al mismo tiempo lo modifica.
- Totalidad o no sumatividad: Los cambios en un miembro del sistema afecta a los otros, puesto que sus acciones están interconectadas mediante pautas de interacción.
- Circularidad: Debido a la interconexión entre las acciones de los miembros de un sistema, las pautas de causalidad no son nunca lineales (en el sentido que una "causa" A provoque un "efecto" B, sino circulares en el sentido que B refuerza retroactivamente la manifestación de A.
- Equifinalidad: El mismo efecto puede responder a distintas causas. Es decir, los cambios observados en un sistema abierto no están determinados por las condiciones iniciales del sistema, sino por la propia naturaleza de los procesos de cambio. Esta definición no es válida para los sistemas cerrados, ya que éstos vienen determinados por las condiciones iniciales.

2.6.3 Conceptos de la Cibernética

- Feedback: En un sistema, las acciones de cada miembro se convierten en información para los demás, de forma que favorecen determinadas acciones en ellos (feedback positivo) o las corrigen (feedback negativo).
- Homeostasis: Proceso de mantenimiento de la organización del sistema a través de feedback negativo.
- Morfogénesis: Proceso que facilita el cambio en la organización de cualquier sistema mediante feedback positivo.

2.6.4 Conceptos de la Comunicación

- Es imposible no comunicar: En un sistema, todo comportamiento de un miembro tiene un valor de mensaje para los demás.
- En toda comunicación cabe distinguir entre aspectos de contenido (nivel digital) y relacionales (nivel analógico): Mientras que el nivel digital se refiere al contenido semántico de la comunicación, el nivel analógico cualifica a cómo se ha de entender el mensaje, es decir, designa qué tipo de relación se da entre el emisor y el receptor.
- La definición de una interacción está condicionada por la puntuación de las secuencias de comunicación entre los participantes. Los sistemas abiertos se caracterizan por patrones de circularidad, sin un principio ni un final claro. Así, la definición de cualquier interacción depende de la manera en que los participantes en la comunicación dividan la secuencia circular y establezcan relaciones de causa-efecto.
- Toda relación es simétrica o complementaria, según se base en la igualdad o en la diferencia respectivamente. Cuando la interacción simétrica se cronifica hablamos de escalada simétrica; cuando se cronifica la interacción complementaria se habla de complementariedad rígida. Desde este punto de vista lo disfuncional no es un tipo u otro de relación, sino la manifestación exclusiva de uno de ellos.

2.6.5 Conceptos Evolutivos

- La familia como sistema atraviesa una serie de fases más o menos normativas y propias de su ciclo vital (noviazgo y matrimonio; procreación; adolescencia, maduración y emancipación de los hijos; nido vacío).
- La importancia de las nociones evolutivas en Terapia Familiar Sistémica no radica sólo en cada fase en sí misma, sino en las crisis a que puede dar lugar el paso de una a otra. En este sentido, el proceso óptimo de superación de tales crisis consiste en modificar la estructura del sistema familiar manteniendo su organización.

2.6.6 Conceptos Estructurales

- Un sistema se compone de subsistemas entre los que existen límites que tienen como objetivo proteger la diferenciación del sistema y facilitar la integración de sus miembros en él.
- Los límites o fronteras familiares internas son identificables por las distintas reglas de conducta aplicables a los distintos subsistemas familiares.
- Los límites entre subsistemas varían en cuanto a su grado de permeabilidad, pudiendo ser difusos, rígidos o claros. Límites difusos son aquellos que resultan difíciles de determinar; límites rígidos son aquellos que resultan difíciles de alterar en un momento dado; límites claros son aquellos que resultan definibles y a la vez modificables. Se considera que los límites claros comportan una adaptación ideal.
- Los límites difusos caracterizan a las familias aglutinadas; los límites rígidos caracterizan a las familias desligadas.
- Los límites pueden separar subsistemas del sistema familiar o a la totalidad del sistema del exterior. En este último caso, los límites exteriores se denominan fronteras. Las fronteras del sistema familiar vienen determinadas por la diferencia en la conducta interaccional que los miembros de la familia manifiestan en presencia de personas que no forman parte de la familia.
- El concepto de tríada rígida se refiere a las configuraciones relacionales paterno-filiales en las que el hijo se usa rígidamente para desviar o evitar los conflictos parentales.

2.6.7 Investigación de Procesos en Terapia Familiar Sistémica

La investigación de procesos en psicoterapia se interesa por cómo se produce el cambio, y no sólo por si se produce o no. La meta de la investigación de procesos es identificar los procesos de cambio en la interacción entre estos sistemas. La investigación de procesos cubre todas las conductas y experiencias de estos sistemas que resulten pertinentes para el proceso de cambio, dentro y fuera de las sesiones de tratamiento (Botella & Vilaregut, Universitat Ramon Llull, 2012).

2.7 EL EDUCADOR COMO FAMILIA ORIENTADORA DE EL ADOLESCENTE EN SITUACIÓN DE RIESGO

2.7.1 El educador en el centro de acogida

Desde los hogares de acogida se ha de responder a la necesidad que todo niño o adolescente tiene de recibir atención por parte de los adultos, de forma que sienta que tiene personas a las que les importa y que se preocupan por él y de ésta manera pueda ir construyendo su propia identidad. Esta atención se ha de sustentar en una adecuada interacción y comunicación del educador/a con el menor. Al mismo tiempo, se ha de desarrollar todo el contenido educativo que implica esta interacción (Bienestar Social, Deporte y Juventud, 2002).

Para lograr que la interacción del educador con el menor resulte lo más adecuada posible se deberían contemplar, al menos, estos aspectos:

- La disponibilidad de la figura del educador como figura de referencia asignado a cada niño/adolescente.
- La estabilidad de los educadores/as.
- La disponibilidad de espacio y de tiempo, por parte de los educadores, que permita la interacción y orientación personalizadas.
- La atención a las demandas del niño o adolescente: percibir las, interpretarlas correctamente y responder de forma contingente y adecuada. Ello supone contextualizar sus necesidades, sus capacidades y forma de relacionarse en función de su desarrollo evolutivo, el respeto hacia la propia individualidad del menor, hacia su propia vida privada e historia personal, así como la consideración de sus propios intereses, gustos y preferencias.
- La accesibilidad del educador/a. Tiene que resultar accesible para el menor y mostrarse cercano emocionalmente, dedicando tiempo a la relación con él y propiciando interacciones lúdicas.
- La educación en valores, actitudes y comportamientos que puedan constituir un modelo referencial para el menor.
- La atención al contexto sociocultural del que procede el niño o adolescente, dado que los factores culturales y sociales afectan tanto a la expresión como a la interpretación de los contenidos de la comunicación.

2.7.2 Organizando la vida cotidiana

La vida cotidiana es el fundamento de la convivencia en los hogares de acogida. Constituye un instrumento de intervención, al tiempo que supone el contexto en el que el educador desarrolla su labor. Se debe, pues, estructurar la vida cotidiana de forma que se responda a las necesidades del niño o adolescente (Bienestar Social, Deporte y Juventud, 2002). Esta estructuración seguirá un conjunto de pautas previamente establecidas, que serán conocidas y puestas en marcha de manera consistente y coherente por todos los profesionales que intervengan en la atención residencial.

La organización de la vida cotidiana debe cumplir, al menos, las siguientes finalidades:

- Aunque la vida en el centro no sustituye a la vida familiar, sí debe procurar algunas de las experiencias y apoyos que ésta normalmente proporciona, esto es, ofrecer al niño/a seguridad y ser fuente de bienestar para él.
- Ofrecer condiciones favorables para el desarrollo del menor y para el aprendizaje.
- Proporcionar al niño/a un amplio conjunto de experiencias, al tiempo que se le protege de los peligros que no es capaz de manejar.
- Ayudar al niño o adolescente a expresar sus sentimientos y emociones.
- Favorecer la comunicación entre los niños y los adultos.
- Facilitar la relación entre iguales y el contenido educativo de la misma.
- Permitir que el niño o adolescente adquiera hábitos adecuados de comportamiento.
- Favorecer el desarrollo de valores éticos.
- Facilitar la observación de los progresos y dificultades por las que pasa el menor.
- Estas son algunas pautas que pueden contribuir a la organización de la vida cotidiana:
 - Se debe organizar la vida diaria estructurándola en rutinas consistentes, aunque flexibles.
 - Las rutinas deben adaptarse a las necesidades y capacidades físicas y emocionales de los niños y adolescentes.
 - Se debe organizar el tiempo. La ordenación adecuada en el tiempo de las actividades permitirá que, a través del establecimiento de rutinas, los niños adquieran seguridad, vayan interiorizando las nociones temporales y puedan anticipar lo que vendrá después. A medida que vayan creciendo deberán ir organizando su tiempo hasta llegar a establecer su propio plan.

- Establecer y seguir un marco de normas que sean la expresión de los valores
- que se aceptan y por el que se debe regir la convivencia de menores y adultos.
- En la relación educador-menor o adolescente existe una asimetría que debe ser respetada. El educador/a no debe perder el control de esta relación si desea cumplir su función protectora y educadora.
- Por otra parte, los educadores también potenciarán las relaciones sociales de los menores acogidos con iguales y adultos que no pertenezcan al hogar de acogida.

2.7.3 Las relaciones familiares

La atención de los hogares de acogida procurará el mantenimiento de la identidad familiar del niño o adolescente, ya que constituye un elemento básico para su identidad personal y para su adecuado desarrollo. La Intervención con la familia se considerará, por tanto, un área fundamental de la Intervención, ya se persiga el objetivo de lograr la reunificación familiar o el de salvar todo lo posible de las relaciones familiares y de la identidad familiar del menor cuando éste haya de integrarse en un contexto convivencial diferente al familiar. Si es imposible desarrollar un trabajo con la familia, siempre será necesario ayudar al menor a conservar los aspectos más positivos de su historia, de sus relaciones familiares, y ayudarle a elaborar los aspectos conflictivos (Bienestar Social, Deporte y Juventud, 2002).

PARTE III: MARCO METODOLÓGICO

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

3.1.1 Investigación Explicativa

La presente investigación corresponde a este tipo de estudio explicativo dado que se estudia a relación de causalidad entre las variables de la investigación, lo que quiere decir que se estudia el efecto que tiene la aplicación de un Programa elaborado (VI), en el nivel de resiliencia (VD) de los adolescentes institucionalizados.

Para Garza (2007), un estudio de tipo explicativo va más allá de la de la descripción de conceptos o fenómenos o del establecimiento de relaciones entre conceptos; están dirigidos a responder a cuáles son las causas de los eventos físicos y sociales. Se centra en explicar por qué ocurre un fenómeno y en qué condiciones se manifiesta este, o por qué dos o más variables están relacionadas.

3.1.2 Investigación Aplicada

La investigación es aplicada, dado que se parte de una observación previa y se extraen datos, a partir de los cuales se identifica un problema a solucionar. Se aplican los conocimientos teóricos en beneficio de los individuos implicados en la problemática, en este caso será el apoyo a la resiliencia de los adolescentes institucionalizados.

Como menciona la Fundación Española Ciencia y Tecnología (2002) en el Manual Frascati, la investigación aplicada, práctica o tecnológica se propone aplicar el conocimiento para resolver problemas de cuya solución depende el beneficio de los individuos o comunidades, aunque sea un perjuicio para otros. Consiste también en trabajos originales destinados a la adquisición de conocimientos; sin embargo, está netamente dirigida hacia un objetivo práctico específico.

3.2 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

3.2.1 Enfoque Cuantitativo

La presente investigación es de tipo cuantitativa porque ha de medir de manera numérica el nivel de resiliencia en los adolescentes institucionalizados. De esta manera se identifican aquellas cualidades que necesitan más trabajo y se desarrolla el Programa de intervención.

La investigación cuantitativa procura estudiar los fenómenos de interés de la investigación psicológica, a través de estudios correlacionales (Huertas, 2006). Este enfoque se basa en el modelo de investigación científica. Hernández (2006), menciona que la investigación cuantitativa usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías.

3.3 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

3.3.1 Investigación Pre-Experimentales

Esta investigación es pre-experimental porque se ha de trabajar el Programa con un mismo grupo (adolescentes) debido a que no hay un grupo control, por lo tanto a este mismo grupo se le administro en un principio, la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (2002), tomándose ésta primera aplicación como el Pre Test y posteriormente al finalizar el Programa, se la vuelve aplicar la escala, siendo el Post Test.

Una investigación con un diseño pre-experimental tiene un grado mínimo de control (Borda, 2010). También no existe la posibilidad de comparación de grupos porque no se utiliza un grupo control. Este tipo de investigaciones consisten en administrar un tratamiento o estímulo en la modalidad de Pre Test y Post Test. El diseño preexperimental siempre se llevan a cabo en ambientes naturales y los grupos son de carácter natural y las unidades de análisis no son asignadas aleatoriamente al mismo grupo, se analiza una sola variable y no existe la posibilidad de comparación de grupos (Campbell & Stanley, 1995).

Diseño de Pre Test – Post Test con un solo grupo

G O1 X O2

A un grupo se le aplica una prueba previa al estímulo o tratamiento experimental, después se le administra el tratamiento y finalmente se le aplica una prueba posterior al estímulo. A diferencia del anterior en este diseño si existe un punto de referencia inicial para ver que nivel tenía el grupo en las variables dependientes antes del estímulo (Campbell & Stanley, 1995).

En este diseño el grupo establecido es comparado consigo mismo (McGuigan, 1973). El Pre Test (O1), involucra la medición de la variable dependiente antes de la intervención, después de la cual el grupo experimenta el tratamiento (X), y finalmente se le administra un Post Test (O2). Este diseño permite el uso de análisis estadísticos (Borda, 2010).

Explicación:

G₁: Es el grupo experimental formado, por adolescentes en situación de riesgo que se encuentran institucionalizados

O₁: Pre test del grupo experimental, donde se mide la variable dependiente a partir de la aplicación de la escala de resiliencia, antes de la aplicación del tratamiento experimental dirigido hacia los mismos sujetos.

O₂: Post test del grupo experimental, en el que se mide la variable dependiente, que es el nivel de resiliencia, a través de la aplicación de la escala que mide el nivel de resiliencia, después de la aplicación del tratamiento experimental.

X: Aplicación de la variable independiente “Programa de apoyo a la Resiliencia para Adolescentes Institucionalizados en Situación de Riesgo en Centros de Acogimiento”

3.4 MÉTODO DE LA INVESTIGACIÓN

3.4.1 Método Inductivo-Sintético

El método inductivo-sintético se aplica a ésta investigación porque a partir de la obtención de datos en base a las escalas realizadas a los adolescentes se han de extraer elementos, puntos clave para llegar a una conclusión general, y así poder analizar la

importancia del tema en cuestión que es el nivel de resiliencia de los adolescentes institucionalizados y como los educadores pueden promover la misma.

El método inductivo es aquel que parte de los datos particulares para llegar a conclusiones generales. Una forma de llevar a cabo el método inductivo es proponer, a partir de la observación repetida de un acontecimiento o actividad, una conclusión general para esa observación de acontecimientos (Goetz & LeCompte, 1988). En pocas palabras se va de lo particular (observación) a lo general (una definición, clasificación para dicha observación).

Mientras que el método sintético es un proceso de razonamiento que tiende a reconstruir un todo, a partir de los elementos distinguidos por el análisis; se trata en consecuencia de hacer una explosión metódica y breve, en resumen (Garza Mercado, 2007). Dicho de otra manera la síntesis es un procedimiento mental que tiene como meta la comprensión cabal de la esencia de lo que ya conocemos en todas sus partes y particularidades.

3.5 HIPÓTESIS

H₁: Si se aplica un Programa de apoyo a la resiliencia orientado a adolescentes en situación de riesgo que se encuentran institucionalizados se ha de mejorar los niveles de resiliencia.

H₀: Si se aplica un Programa de apoyo a la resiliencia orientado a adolescentes en situación de riesgo que se encuentran institucionalizados no se ha de mejorar los niveles de resiliencia.

3.6 DEFINICIÓN DE VARIABLES

Variable Independiente: Es el Programa a realizar en base a la obtención de datos e identificación de factores importantes.

Variable Dependiente: Resiliencia, es la variable que se ha de modificar a partir de la aplicación del Programa

3.6.1 Definición operacional de variables

VD: Nivel de Resiliencia

Tabla 4. Operacionalización de la Variable Dependiente (Nivel de Resiliencia)

VARIABLE DEPENDIENTE	DEFINICIÓN	DIMENSIÓN	INDICADOR	MEDIDOR	ESCALA	INSTRUMENTO	ITEMS
N I V E L D E R E S I L I E N C I A	Kotliarenco (2008), define a la resiliencia como aquella capacidad de los seres humanos para sobreponerse a condiciones severamente adversas que se presentan a lo largo de su vida, las cuales son transformadas por la persona en una ventaja o estímulo para su propio desarrollo bio-psico-social, de esta manera bajo ciertas circunstancias, la situación de adversidad fortalecerá la capacidad de resistencia cuando se presente una nueva situación de estrés.	Competencia Personal	Sentirse bien solo	N I V E L	B A J O	E S C A L A D E R E S I L I E N C I A	5, 3, 19
			Confianza en sí mismo				6, 9, 10, 13, 17, 18, 24
			Perseverancia				1, 2, 4, 14, 15, 20, 23
		Aceptación de uno mismo	Satisfacción personal		M E D I O B A J O		16, 21, 22, 25
			Ecuanimidad				M E D I O A L T O
					A L T O		

VI: Programa de apoyo a la Resiliencia

Tabla 5. Operacionalización de la Variable Independiente (Programa)

VARIABLE INDEPENDIENTE	DEFINICIÓN	DIMENSIÓN	INDICADOR	OBJETIVO	INSTRUMENTO	ITEMS
PROGRAMA DE APOYO A LA RESILIENCIA	Un programa de intervención tiene por finalidad el estimular, enseñar, desarrollar y solucionar necesidades que surgen en los individuos. El programa tiene una función terapéutica, ya que con la experiencia de realizar las acciones se intenta potenciar aquellas facultades, necesidades que el individuo presenta. Constituye una planificación que consta de una serie de actividades, con objetivos y metas propios que a través de las actividades cumplirán la integración	Fortaleciéndonos	<i>¿Qué es Resiliencia?</i>	Promover la Resiliencia a nivel individual y a nivel de taller, a través de acciones de cambio que enfatizan aquellos factores que promueven la misma.	P R O G R A M A	Sesiones 1, 2, 3 y 4
			<i>¿Será que soy una persona Resiliente?</i>			
			<i>Fortalezco mi Resiliencia</i>			
		Pensando mi proyecto de Vida	<i>Usemos la creatividad</i>	Reflexionar sobre su situación de vida y superar el presente abriéndose camino hacia el futuro a través del planteamiento de su visión de vida y la planeación de sus metas.		Sesiones 5 y 6
			<i>Pensando mis metas</i>			
		Ayudemos a promover la adaptación saludable en los adolescentes	<i>Realizo mi proyecto de vida</i>	Conocer las bases teóricas de la asertividad y como ponerla en práctica con los adolescentes		Sesiones 7 y 8
			<i>¿Qué es Asertividad?</i>			
		<i>¿Las creencias irracionales y afrontamiento de conflictos?</i>				

	<p>del grupo, el cual requiere combinar recursos humanos, materiales y temporales para ser ejecutadas a su debida manera (Landazabal, 2003)</p>			<p>s. Así también el trabajar las creencias irracionales para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos.</p>		
--	---	--	--	--	--	--

3.7 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN

Los datos se han de recolectar en la aplicación de la escala de resiliencia, que tendrá por objetivo el conocer el nivel de afrontamiento al dolor que tienen los adolescentes institucionalizados.

Considerando que una escala constituye un instrumento psicológico que pretende evaluar una propiedad psicológica de forma adecuada y constante (Buela-Casal & Sierra, 1997). Por lo que se considera que dado que el constructo psicológico es concebido como un continuo que preserva una cantidad de magnitudes desde cero a un máximo, la escala debe cumplir con los siguientes requisitos:

- Debe evaluar el constructo para lo que fue creada. (Validez de constructo)
- Referirse a un constructo en todas sus cuestiones
- Las cuestiones de la escala deben cubrir todos aquellos elementos correspondientes al constructo.
- Dar los mismos resultados en diferentes evaluaciones de los sujetos.

El primer requisito se refiere a la validez de la escala, el cual garantiza que la escala está midiendo lo que tiene que medir; por lo que se debe tener una base teórica sólida previa para poder construir una escala y de esta manera obtener resultados satisfactorios.

La escala también debe constituir una medida adecuada de toda la extensión del continuo del constructo, implicando que existen cuestiones capaces de discriminar a unos sujetos de otros, por lo que la falta de este aspecto hace que la escala pierda su validez (Buela-Casal & Sierra, 1997).

Finalmente la escala debe presentar fiabilidad o precisión, lo que significa que debe dar los mismos resultados en ocasiones temporales.

3.8 INSTRUMENTOS

3.8.1 Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

El instrumento que se utilizará en este estudio son:

Para medir el nivel de Resiliencia se utilizó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, elaborada en 1993 y publicada por Novella (2002). Fue elaborada para identificar el grado de resiliencia individual de adolescentes y adultos. Se puede aplicar de forma individual o colectiva y tiene una duración de aproximadamente 25 a 30 minutos. La escala mide las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia y Satisfacción. Asimismo, considera una Escala Total. Esta escala

está compuesta de 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. Las dimensiones de la escala están divididas en dos factores: Competencia Personal (17 ítems) y Aceptación de uno mismo y de la Vida (8 ítems). Respectivamente. Los participantes indican el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos. (Ver Anexo 2)

Habiendo establecido un rango de puntajes de la siguiente manera:

Tabla 6. Rangos establecidos a los puntajes obtenidos en la Escala de Resiliencia

Rango	Nivel
25 – 62	Bajo
63 – 99	Medio Bajo
100 – 134	Medio Alto
138 – 175	Alto

La escala ha sido previamente revisada llevando a cabo una validación por expertos para su validez y confiabilidad, de manera que se observan la validez de contenido y la validez de constructor, estableciendo una correcta relación entre las variables que pretende medir y los ítems de la escala aplicada (Ver Anexo 3). Las tablas de validación ayudaron a modificar la escala para su posterior aplicación. (Ver Anexo 5)

a) Confiabilidad

La confiabilidad de la Escala es establecida determinando su consistencia interna o grado de intercorrelación y de equivalencia de sus ítems. Con este propósito, se usa el coeficiente de Alfa de Cronbach, que va de 0 a 1, siendo 1 indicador de la máxima consistencia.

Tabla 7. Consistencia interna de la Escala de Resiliencia (Wagnild y Young, 2002)

	Escala Total
Media Aritmética	127.24
Desviación estándar	17.92
Ítems	25
Coeficiente Alfa	0.81

En la tabla se observa que el coeficiente Alfa de la escala total tiene un valor calificado como de “moderado”, valor que es usual en cuestionarios que evalúan características de personalidad

b) Validez

Con un enfoque intrapruebas una fuente de evidencia de la validez la constituye la correlación ítem-test corregida y también el coeficiente Alfa, con el que se obtuvo un buen resultado. Se hizo un análisis factorial con la técnica de los componentes principales y rotación *oblimin* con la normalización de Kayser. Se obtuvieron 8 componentes o factores que explican el 55.03% de la varianza de las respuestas de los sujetos a los ítems de la Escala, siguiendo el criterio de Kayser de considerar los autovalores o valores propios de cada factor (*eigen value*) mayores que 1. Wagnild y Young en 1993, aparte del criterio de Kaiser, utilizaron el criterio del *scree plot* de Cattell hallando finalmente dos factores, pero se prefirió una solución de cinco factores, en vez de una solución de dos factores, como se, dado que los cinco factores explican el 42.358% de la varianza. Además, porque teóricamente correspondía al número de cinco áreas o perspectivas de la resiliencia se decidió retener cinco factores. El factor I incluye a 8 ítems, con pesos factoriales que fluctúan de 0.492 a 0.666, y explica el 21.118% de la varianza; el factor II está constituido por 7 ítems y explica el 6.309% de la varianza; el factor III agrupa a 4 ítems y explica el 5.576% de la varianza; el factor IV tiene 3 ítems y explica el 4.851% de la varianza; finalmente, el factor V incluye 3 ítems y explica el 4.504% de la varianza de la matriz de correlaciones de las respuestas dadas a los ítems de la Escala de Resiliencia por la muestra estudiada.

En síntesis, con un enfoque intrapruebas los resultados de los coeficientes de correlación ítem-test corregidos, el coeficiente Alfa global y la proporción apreciable de varianza explicada por los factores, indican que la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (2002) tiene las características esenciales para considerarla como válida.

3.8.2 Programa de apoyo a la resiliencia

El Programa tiene la finalidad de mejorar el nivel de resiliencia de adolescentes institucionalizados por causas externas como el abandono, violencia, situación de calle, etc.

Este Programa está compuesto por 3 talleres y su números de sesiones respectivamente que van de 2 a 4 sesiones, así también tienen sus objetivos generales y específicos. Cada uno contiene un número de actividades y los materiales necesarios para ser impartidos.

A continuación se muestra una breve descripción de los talleres:

Tabla 8. Estructura del Programa

PROGRAMA			
TALLER	Nº DE SESIONES	SESIONES	OBJETIVOS
Fortaleciéndome	4	<i>¿Qué es Resiliencia?</i>	Promover la Resiliencia a nivel individual y a nivel de taller, a través de acciones de cambio que enfatizan aquellos factores que promueven la misma.
		<i>¿Será que soy una persona Resiliente?</i>	
		<i>Fortalezco mi Resiliencia</i>	
		<i>Usemos la creatividad</i>	
Pensando mi proyecto de Vida	2	<i>Pensando mis metas</i>	Reflexionar sobre su situación de vida y superar el presente abriéndose camino hacia el futuro a través del planteamiento de su visión de vida y la planeación de sus metas.
		<i>Realizo mi proyecto de vida</i>	
Ayudemos a promover la adaptación saludable en los adolescentes	2	<i>¿Qué es Asertividad?</i>	Conocer las bases teóricas de la asertividad y como ponerla en practica con los adolescentes. Así también el trabajar las creencias irracionales para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos.
		<i>¿Las creencias irracionales y afrontamiento de conflictos?</i>	

3.9 SUJETOS IMPLICADOS EN LA INVESTIGACIÓN

Los sujetos implicados en la investigación son varones adolescentes entre las edades de 15 a 18 años que viven dentro de las instalaciones del hogar de acogida A.

Los sujetos deben contar con las características sociales de abandono, orfandad, desamparo infantil. Adolescentes que a pesar de contar con una familia de origen, se encuentran desestructuradas y sin medio suficientes para dar una educación a sus hijos, y en las que causas como la drogadicción, alcoholismo, malos tratos en el hogar o abandono total de los padres, han provocado que se les retire de manera parcial o permanente la patria potestad a los padres biológicos, llegando estos chicos a un hogar de acogida, algunos desde muy pequeños.

Otros sujetos implicados en la investigación son los educadores que conviven con los adolescentes cada semana, alterándose unos con otros por semana. Para esto se considerarán criterios como el ser mayor de 18 años, participación voluntaria.

Para ambas poblaciones se define una muestra no probabilística, ya que se trabajará con los sujetos que voluntariamente accedieron a participar del Programa propuesto y no con toda la población. Al momento de aplicar la escala y/ taller se les informa a los adolescentes y educadores que su participación en esta investigación es voluntaria, por lo que se respeta el principio ético del consentimiento informado. (Ver Anexo 7)

PARTE IV: RESULTADOS

Los resultados que se presentan a continuación corresponden a los instrumentos aplicados a los sujetos de que formaron parte de la investigación, el cual como se menciona en la Pág. 49 consta de ser el mismo grupo del Pre Test – Post Test.

En primera instancia se muestran los resultados obtenidos del análisis de las respuestas Pre Test – Post Test otorgadas por los sujetos en cada una de los indicadores que conforman la Escala de Resiliencia de acuerdo a la clasificación planteada por Wagnild y Young (2002).

Se expone también el análisis de la prueba de Wilcoxon para la diferencia de medias en los puntajes obtenidos por el grupo en el Pre Test Vs. Post Test, la misma se utilizó para la comprobación de hipótesis.

Finalmente se muestran gráficos en los cuales se manejó el uso de barras y radiales. El cuadro de barras sirve para comparar valores entre categorías, mientras que los radiales presentan cambios en relación a un punto central. En el manejo de datos se utilizó porcentajes, a través de los cuales se observan la diferencia de cambio de un resultado a otro (Pre Test – Post Test).

4.1 RESULTADOS DEL PRE TEST

4.1.1 Resultados de la aplicación de la Escala de Resiliencia al grupo de sujetos (Pre Test)

Los resultados obtenidos en la aplicación de la escala permiten hacer una comparación entre el Pre Test y el Post Test. En este caso también permitió identificar aquel indicador que más apoyo necesita, mencionado que cada uno de estos indicadores que constituyen el proceso de resiliencia están relacionados entre si, y por ende si uno cambia el resto de indicadores también cambiarán.

En el análisis de los resultados de la aplicación del Pre Test, el cual se aplicó a 20 de los participantes, se sacó el puntaje de los niveles de resiliencia, los cuales varían de 100 a 140 puntos aproximadamente. Esta puntuación indica la existencia de un nivel medio bajo y medio alto de resiliencia en relación a los 175 puntos de valoración de la “Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (2002)”, como indicador de un alto nivel de resiliencia.

Los resultados que se obtuvieron fueron los siguientes:

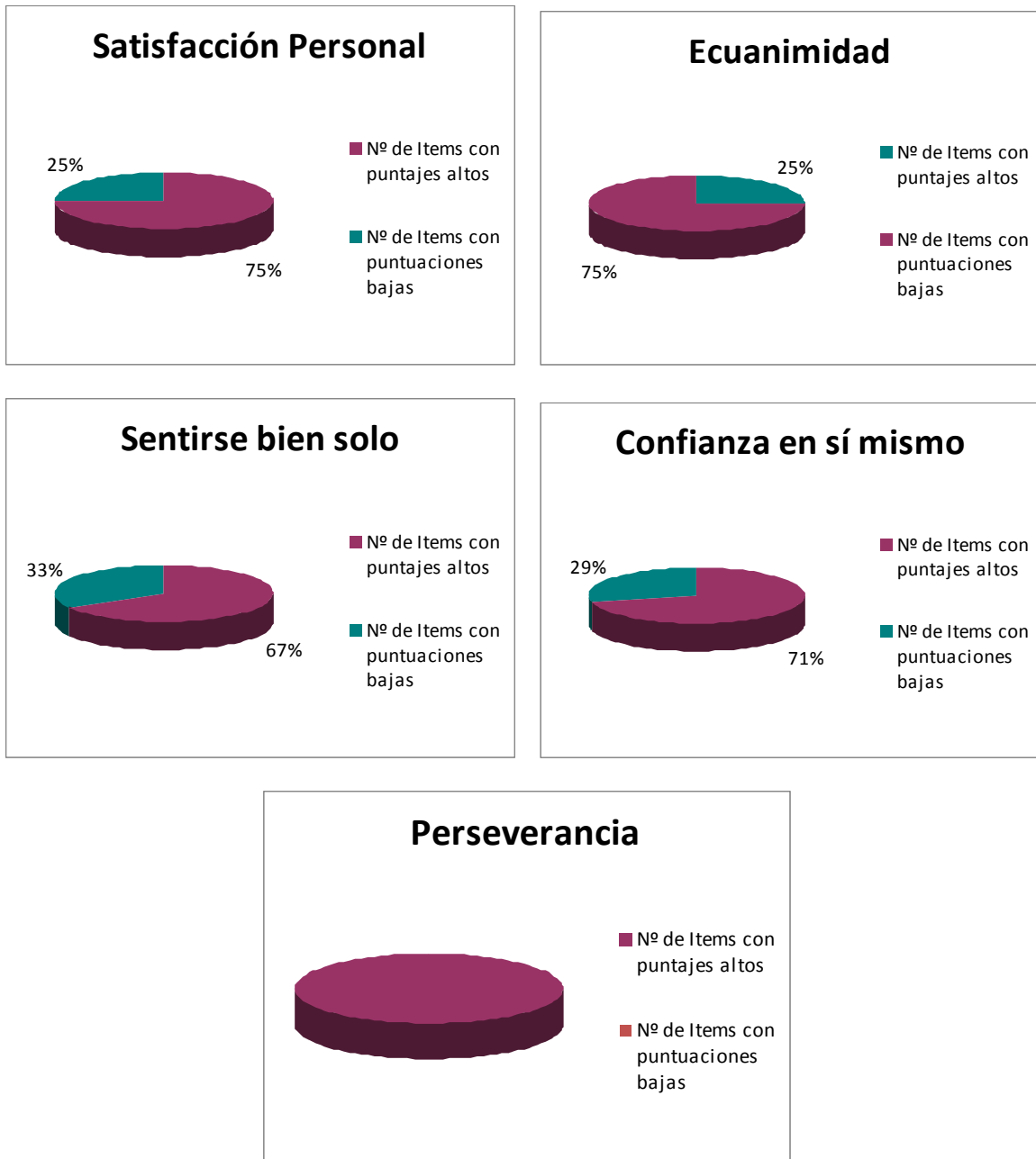


Fig. 1. Porcentajes de los resultados del total de indicadores obtenidos del Pre Test

En los gráficos se observa que cada uno de los cinco indicadores que conforman la Escala de Resiliencia, tienen un número de ítems que pueden variar de 3 o 7 ítems. Por lo tanto como se observa en el gráfico la dimensión cuyos puntajes han sido más bajos es el indicador correspondiente a la Ecuanimidad.

A continuación se muestran los resultados del Pre Test de los sujetos, en la Escala de Resiliencia. Los resultados obtenidos están representados por la media, desviación típica y el coeficiente de variabilidad. Tal y como se mencionó en el cuadro anterior, se puede observar que el indicador cuyos puntajes más bajos es la ecuanimidad con una media de aproximadamente 4,8 en comparación a los 5,0 a 5,3 de los demás indicadores, también hay que mencionar que el coeficiente de variación obtenido del rango de respuesta entre cada uno de los participantes es hasta cierto nivel homogéneo, ende si se quiere comprobar que habrá un cambio en el nivel de resiliencia de los adolescentes institucionalizados es importante que el coeficiente de variación disminuya, dado que si éste disminuye, eso quiere decir que el proceso de resiliencia a nivel de pensamientos y percepción ha vuelto al grupo mucho más homogéneo.

Tabla 9. Resultados del Pre Test en la Escala de Resiliencia

Indicador	Pre Test		
	Media	Desviación típica	Coeficiente de Variación
Satisfacción Personal	5.3	0.7	13%
Ecuanimidad	4.8	0.9	19%
Sentirse bien solo	5.1	1.1	23%
Confianza en sí mismo	5.0	0.8	16%
Perseverancia	5.1	0.9	18%

4.2 RESULTADOS DEL POST TEST

4.2.1 Resultados de la Escala de Resiliencia al grupo de sujetos, posterior a la aplicación del estímulo (Post Test)

Tabla 10. Resultados del Post Test en la Escala de Resiliencia

Indicador	Post Test		
	Media	Desviación típica	Coeficiente de Variación
Satisfacción Personal	5.4	0.3	6%
Ecuanimidad	5.2	0.3	7%
Sentirse bien solo	5.1	0.4	9%
Confianza en sí mismo	5.5	0.3	5%
Perseverancia	5.5	0.3	5%

Como se puede observar en la presente tabla, hubo un cambio en el grupo, el Post Test obtuvo un puntaje mayor que el Pre test, así como la disminución del coeficiente de variación lo que indica que el grupo se ha vuelto más homogéneo, mejorando sus niveles de resiliencia. Así también se obtuvieron puntajes que van desde 110 a 158 sobre la valoración de 175 puntos en el rango de nivel de resiliencia establecido por la “Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (2002)”.

A continuación se presenta una tabla comparativa de la media, desviación típica y el coeficiente de variación entre el Pre Test y Post Test:

**Tabla 11. Resumen descriptivo por indicador del Test de Resiliencia
(Los promedios están en la escala de 1 a 7)**

Indicador	Pre Test			Post Test		
	Media	Desviación típica	Coeficiente de Variación	Media	Desviación típica	Coeficiente de Variación
Satisfacción Personal	5.3	0.7	13%	5.4	0.3	6%
Ecuanimidad	4.8	0.9	19%	5.2	0.3	7%
Sentirse bien solo	5.1	1.1	23%	5.1	0.4	9%
Confianza en sí mismo	5.0	0.8	16%	5.5	0.3	5%
Perseverancia	5.1	0.9	18%	5.5	0.3	5%

La tabla muestra el puntaje promedio (Media), la desviación típica y el coeficiente de variación del Pre Test y Post Test en la “Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (2002)”. Como se puede observar hay una mejora que va desde un 13 – 23% a un 5 – 9% en el coeficiente de variación, así como una mejora del puntaje promedio, yendo de un 4.8 – 5.3 a un 5.1 – 5.4. Nótese que el cambio en el indicador de ecuanimidad ha sido significativo subiendo de 4.8 a 5.2, llegando inclusive a aumentar los puntajes promedio de los demás indicadores.

La desviación típica es la medida de la magnitud en que se desvían las diversas puntuaciones obtenidas en el valor medio. Esto quiere decir que, si las puntuaciones se agrupan estrechamente en torno a la media, la desviación típica será pequeña; caso contrario si se extienden la desviación será grande. Por lo tanto la desviación típica

obtenida en comparación al Pre Test en cada dimensión varía de un 0.9 a 1.1 siendo un tanto extendidas de la media, en comparación al Post Test en cuya desviación típica varia más homogéneamente de un 0.3 a un 0.4 ocasionando también, una agrupación más estrecha a la media.

4.2.2 Resultados de la Escala de Resiliencia por ítem en el Pre Test y Post Test

A continuación se muestra una descripción numérica y gráfica de los promedios entre el Pre Test y el Post Test:

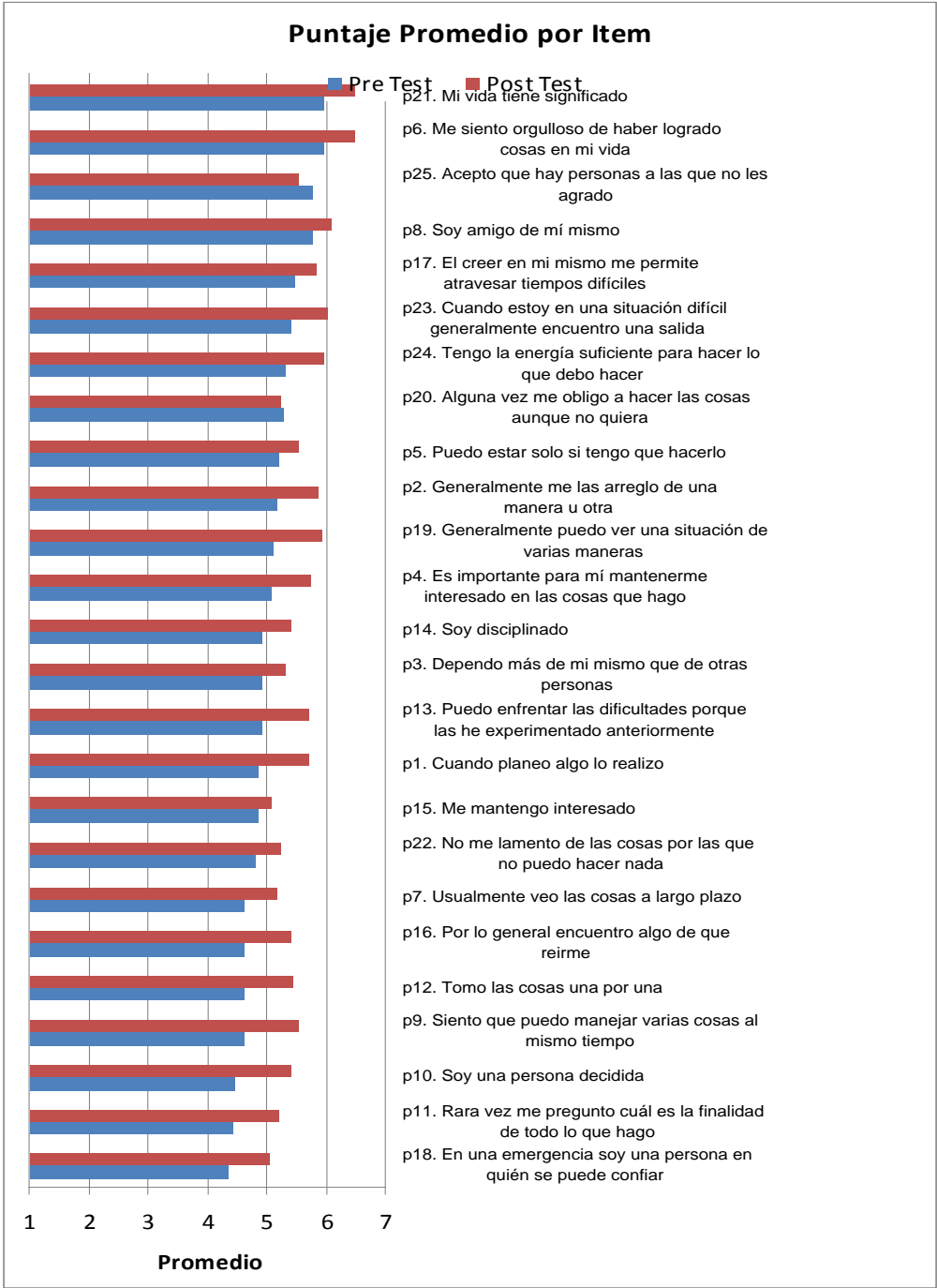
**Tabla 12. Resumen descriptivo por ítem del Test de Resiliencia
(Los promedios están en la escala de 1 a 7)**

Ítem	Pre Test			Post Test		
	Medi a	Desv. Estánd ar	Coeficien te de Variación	Medi a	Desv. Estánd ar	Coeficien te de Variación
p1. Cuando planeo algo lo realizo	4,9	1,5	30%	5,7	0,6	11%
p2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra	5,2	1,3	25%	5,8	0,6	9%
p3. Dependo más de mí mismo que de otras personas	4,9	1,6	33%	5,3	0,8	14%
p4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas que hago	5,1	1,5	30%	5,7	0,8	13%
p5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo	5,2	1,5	30%	5,5	0,8	14%
p6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida	6,0	1,1	19%	6,5	0,7	10%
p7. Usualmente veo las cosas a largo plazo	4,6	1,2	26%	5,2	0,5	10%
p8. Soy amigo de mí mismo	5,8	1,3	23%	6,1	0,6	11%
p9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	4,6	1,6	36%	5,5	0,7	12%
p10. Soy una persona decidida	4,5	1,7	38%	5,4	0,9	16%
p11. Rara vez me pregunto cuál es la	4,4	1,8	41%	5,2	0,9	17%

finalidad de todo lo que hago						
p12. Tomo las cosas una por una	4,6	1,6	34%	5,4	0,5	10%
p13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente	4,9	1,3	27%	5,7	0,5	8%
p14. Soy disciplinado	4,9	1,3	26%	5,4	0,5	9%
p15. Me mantengo interesado	4,9	1,5	31%	5,1	0,5	10%
p16. Por lo general encuentro algo de que reírme	4,6	1,8	38%	5,4	0,6	12%
p17. El creer en mi mismo me permite atravesar tiempos difíciles	5,5	1,1	21%	5,8	0,6	11%
p18. En una emergencia soy una persona en quién se puede confiar	4,4	1,7	38%	5,0	0,5	10%
p19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	5,1	1,2	23%	5,9	0,8	13%
p20. Alguna vez me obligo a hacer las cosas aunque no quiera	5,3	1,7	31%	5,2	0,8	16%
p21. Mi vida tiene significado	6,0	0,9	16%	6,5	0,7	10%
p22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada	4,8	1,9	40%	5,2	0,8	15%
p23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	5,4	1,0	19%	6,0	0,4	7%
p24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	5,3	0,9	17%	6,0	0,8	13%
p25. Acepto que hay personas a las que no les agrado	5,8	1,3	22%	5,5	0,5	9%

Se observa una mejora de la calificación promedio en todos los ítems en el Post Test, excepto en el ítem 25 donde existe una disminución en la valoración. Por otra parte el coeficiente de variación disminuye notablemente en el Post Test en todos los ítems, esto indica que se ha mejorado el nivel de resiliencia y se ha disminuido la variabilidad que existía en el grupo, es decir que ahora es un grupo más homogéneo y con un alto grado

de resiliencia. Por ejemplo un coeficiente de variación igual a 0% indicaría una homogeneidad perfecta, es decir que el promedio es totalmente representativo. Lo recomendable es que este coeficiente se encuentre por debajo del 20%, dado que si hay una disminución en el coeficiente de variación el grupo se vuelve más homogéneo y con una mejora de los niveles de resiliencia.



→ El gráfico muestra la mejora en los puntajes promedio en cada ítem

Fig. 2. Puntaje promedio por ítem del Pre Test y Post test.

4.2.3 Resultados de la Escala de Resiliencia por Indicador Pre Test y Post Test

De igual manera se observa una mejora en todos los indicadores, aspecto que indica la efectividad del programa. Se puede observar una disminución en la variabilidad de las respuestas en el Post test, esto indica que los promedios son representativos y que el grupo de sujetos ha mejorado de forma más homogénea.

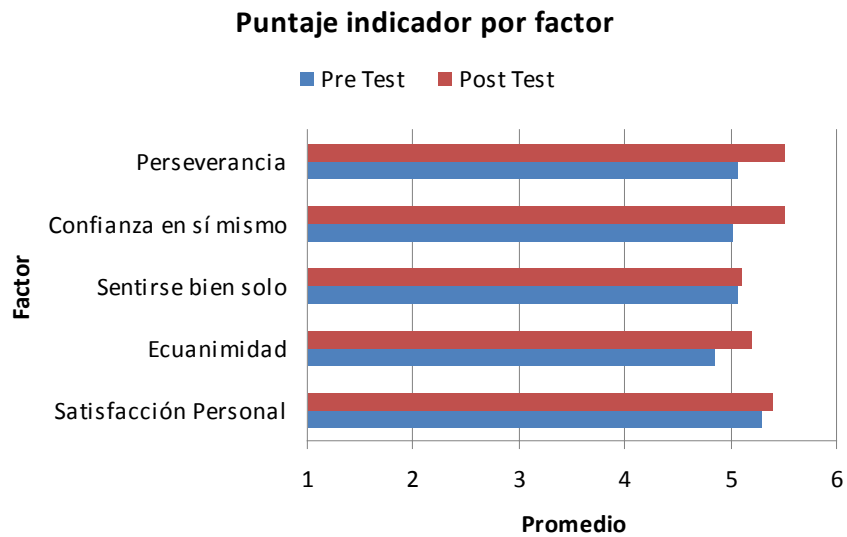


Fig. 3. Puntaje promedio por dimensión del Pre Test y Post test

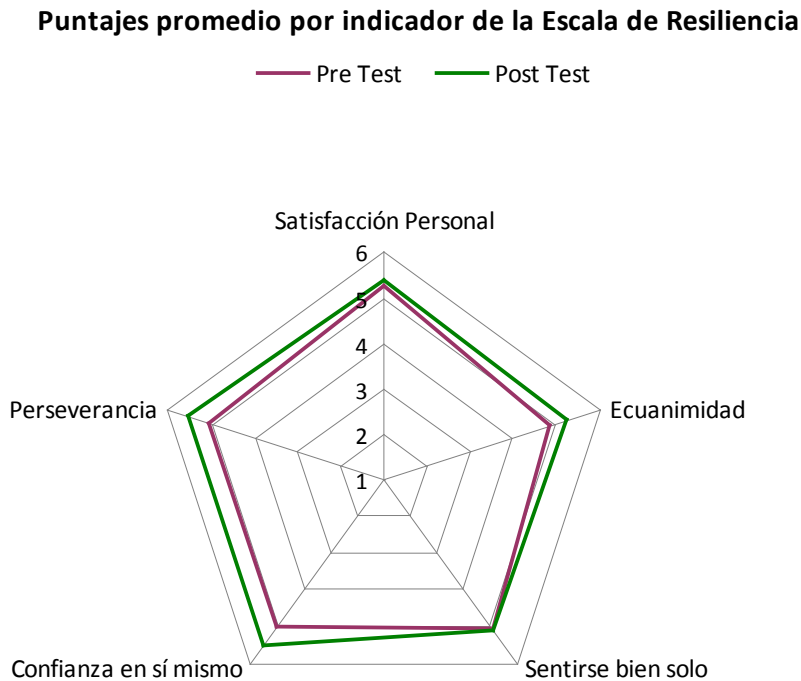


Fig. 4. Puntajes promedio por Indicador de la Escala de Resiliencia en el Pre Test y Post Test

4.2.4 Resultados de las reflexiones otorgadas por los educadores/as durante y después del Taller “Ayudemos a promover la adaptación saludable en los adolescentes”

Por otro lado ante la observación participativa de los educadores y su convivencia con los adolescentes de casa, se identificaron ciertas facultades que los educadores necesitan profundizar y de cierta manera reflexionar para fomentar su buena relación con los adolescentes y ayudarlos a mejorar su adaptación ante nuevos retos y que de alguna manera ellos mismo como educadores se sientan mejor. Este taller fue impartido con el fin de reflexionar y ayudar a identificar actitudes, pensamientos erróneos y darles herramientas para una mejor comprensión de sus capacidades como educadores y guías de los adolescentes.

La mayoría de los educadores reconocieron que de alguna manera se comportan de manera muy autoritaria, inclusive a veces por el hecho de encontrarse enfadados toman actitudes un tanto “infantiles” que lo único que les provoca son conflictos con los adolescentes de casa.

4.2.5 Resultados de la Prueba de Wilcoxon para la diferencia de medias en el pre y post test

Para determinar la efectividad del programa se determinó realizar la prueba de hipótesis no paramétrica¹ de Wilcoxon para la diferencia en los puntajes obtenidos por el grupo en el Pre Test Vs. Post Test².

Hipótesis Nula (H₀): El grado de resiliencia de los sujetos analizados en el Pre Test **no difiere significativamente** de los resultados del Post Test.

Hipótesis de Investigación (H₁): El grado de resiliencia de los sujetos analizados en el Post Test **es significativamente mayor** al promedio del Pre Test

¹ La prueba no paramétrica de Wilcoxon no asume el supuesto de normalidad de los puntajes, por tanto no es necesario realizar una prueba de bondad de ajuste de normalidad.

² Hernandez Sampieri, “Metodología de la investigación”, ed. McGraw Hill 2004

PRUEBA DE WILCOXON PARA LA DIFERENCIA DE MEDIAS EN EL PRE Y POST TEST CON 85% DE CONFIANZA

Tabla 13. Rangos del puntaje total de la Escala

Test	Rango promedio	Suma de rangos
Pre Test	11,48	229,50
Post Test	25,50	331,50

Tabla 14. Estadístico de Contraste

	Puntaje Total
W de Wilcoxon	331,50
Valor Estandarizado Z	- 4,07
P-valor	0,00
Significancia del test	100%

De acuerdo a los resultados se verifica la hipótesis por lo que se concluye la efectividad del programa con un 85% de confianza.

Recuérdese que la hipótesis propuesta planteaba que la aplicación del Programa mejorará el nivel de resiliencia de los adolescentes en situación de riesgo que se encuentran institucionalizados. Por lo tanto, las hipótesis experimental y nula pueden interpretarse de la siguiente manera:

Hipótesis Nula (H_0): El grado de resiliencia de los sujetos analizados en el Pre Test **no difiere significativamente** de los resultados del Post Test (el Programa no ha mejorado). Esto quiere decir que, si el programa no tuvo ningún efecto en los adolescentes, el nivel de resiliencia de los mismos no se ha modificado y por lo tanto no difiere del Post Test.

Hipótesis de Investigación (H_1): El grado de resiliencia de los sujetos analizados en el Post Test **es significativamente mayor** al promedio del Pre Test (el Programa ha sido efectivo). Si el programa ha sido efectivo han de ocurrir cambios en los niveles de resiliencia en los adolescentes.

PARTE V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

Esta investigación se llevo a cabo a partir de la siguiente interrogante: “¿Podrá la aplicación de un Programa de apoyo mejorar los niveles de resiliencia de los adolescentes institucionalizados que viven en los centros de acogida?”.

Para comprender lo que es la resiliencia en los adolescentes y el acompañamiento que reciben de sus educadores en un centro de acogida, se desarrollo un Programa compuesto por talleres con la idea de que la relación de ambos se asemeja a la dinámica familiar.

De acuerdo a los objetivos planteados, se considero responder a la posibilidad de optimizar los niveles de afrontamiento al dolor (niveles de resiliencia), mediante la aplicación de un Programa de apoyo.

Como respuesta a los objetivos se puede concluir lo siguiente:

Se pudo cumplir con el objetivo general a partir de la implementación del Programa logrando mejorar los niveles de resiliencia. De acuerdo a los datos de aplicación de la prueba del estadístico de Wilcoxon son iguales a 331,5 que corresponden a la suma de los rangos asignados a los puntajes del post test, su valor estandarizado $Z=-4.07$ se obtiene restando la media dividida por la desviación estándar.

El P-valor es la probabilidad calculada a partir de la tabla normal estándar, en este caso indica que la probabilidad de que la hipótesis nula H_0 sea verdadera es 0% por lo que se decide rechazarla y aceptar la hipótesis de investigación que tiene una probabilidad de significancia del 100% por lo tanto se verifica la hipótesis planteada:

Si se aplica un programa de apoyo a la resiliencia orientado a adolescentes en situación de riesgo que se encuentran institucionalizados se ha de mejorar los niveles de resiliencia.

A través de los datos obtenidos del Pre Test se identifico que los adolescentes mostraban niveles de ecuanimidad menores al resto de los elementos de la escala, en este sentido y

conforme se había previsto, se decidió trabajar este componente. La forma de abordaje propuesto tomó en cuenta alguna de las cualidades más importantes que conlleva el “Ser ecuánime”, como el tener un proyecto de vida, un adecuado nivel de autoestima y creatividad entre otros aspectos planteado por Wagnild y Young (2002), “la ecuanimidad es considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y "esperar tranquilo' y, tomar las cosas como vengan; por ende se moderan las respuestas extremas ante la adversidad”.

El trabajo de los talleres cuya característica fueron la reflexión y la comprensión concurren de forma preponderante para que los adolescentes comprendan la importancia de superarse a través del apoyo de las personas que les rodean y enseñan, manifestando buenas expectativas sobre su futuro, colaboración y preocupación ante las adversidades, sin dejarse desmotivar por sus experiencias de abandono, orfandad, violencia y adicciones, ya que como menciona Cyrulnik en su libro “El Realismo de la Esperanza. Testimonios de Experiencias Profesionales en torno a la Resiliencia”, ser resiliente significa ir hacia adelante después de haber recibido un golpe o haber vivido una situación traumática en algún momento de la vida (Cyrulnik et al. 2004).

Los datos estadísticos proporcionaron al Programa puntos de partida para identificar las dimensiones que necesitan más apoyo. Por ello, el Programa o la metodología del taller se desarrolló en varias sesiones con el objetivo de cuestionar y desarrollar en los participantes mayor reflexión.

Los niveles de resiliencia mostraron un ascenso a partir de la línea base del Pre Test, pudiéndose observar que a partir de la aplicación de las técnicas del taller, los sujetos mostraron mayor resiliencia. Los resultados que se obtuvieron fueron analizados en función a las características que implican ser resilientes como indican Wagnild y Young (2002) y Munist et al. (1998).

Estos aspectos conocidos como los factores de riesgo marcan la experiencia de vida de muchos de estos adolescentes y les impide superarse. Siendo importante destacar que a partir de la reflexión, explicación y trabajo conjunto llevado a cabo en el taller, los adolescentes lograron comprender que a pesar de estar insertos en una situación adversa

(expuestos a un conglomerado de factores de riesgo), tienen la capacidad de utilizar los factores protectores para sobreponerse a dicha adversidad, crecer y desarrollarse de manera adecuada, como un ser maduro, competente, a pesar de tener un pronóstico desfavorable (Munist et al., 1998).

Durante el desarrollo del taller, las frases: “No puedo”, “No quiero”, “No sé”, en algunos de los individuos se hicieron repetitivas, siendo la intención de las técnicas del taller revertir esta negación con los aspectos teóricos propuestos sobre las verbalizaciones correspondientes a la resiliencia, “**Yo tengo**”, “**Yo soy**”, “**Yo estoy**”, “**Yo puedo**”, tomando en cuenta que cada una de estas de estas afirmaciones implica mayor fortalecimiento en los constructos del Yo en cada persona resiliente:

“**Yo tengo**”: Personas de confianza y de cariño incondicional, que ponen límites a uno para evitarle peligros. Personas que muestran la manera correcta de proceder por su conducta, fomentan la independencia y son un apoyo en momentos de enfermedad, peligro o enseñanza.

“**Yo Soy**”: Una persona digna de aprecio y cariño. Feliz al realizar cosas buenas por los demás, respetuoso. Una persona capaz de aprender, agradable y comunicativo con los demás.

“**Yo estoy**”: Dispuesto a ser responsable, seguro que todo saldrá bien. Triste, y lo expreso con seguridad de encontrar apoyo. Rodeado de gente me aprecia.

“**Yo puedo**”: Hablar de mis preocupaciones e inquietudes, resolver problemas, controlar impulsos. Buscar el momento para hablar con alguien o actuar, encontrar ayuda, cometer errores sin perder el afecto de los demás. Sentir afecto.

En la intervención, las técnicas de afrontamiento enseñadas en los talleres, fueron fundamentales para el trabajo, ya que permitió a los adolescentes identificar poco a poco cada una de esta verbalizaciones y se dieron cuenta que no estaban solos, ya que cuentan con alguien, amigos y educador/a quien puede ayudarlos a superar los conflictos. Demostraron apertura a la crítica como buena disposición al análisis de cada una de las situaciones, como a darse cuenta del modo para resolver sus problemas.

Se debe destacar las conclusiones obtenidas por Block (1966) y Kremen (1966), en función a lo identificado en los talleres: las personas resilientes conciben y enfrentan la

vida de un modo más optimista, entusiasta y enérgico, son personas curiosas y abiertas a nuevas experiencias caracterizados por altos niveles de emocionalidad positiva (Block y Kremen, 1996). También existe evidencia de que las personas resilientes utilizan las emociones positivas como estrategia de enfrentamiento, por lo que se puede hablar de una causalidad recíproca. Así, se ha encontrado que las personas resilientes hacen frente a experiencias traumáticas, utilizando el humor, la exploración creativa y el pensamiento optimista (Fredrickson y Tugade, 2003).

En el transcurso de la investigación se pudo observar tal y como menciona Kotliarenco (2008), el proceso de resiliencia va a depender de cada individuo, dado que las experiencias vividas marcan a uno de diferente manera en función de la problemática vivida por cada uno de los participantes y la manera de reaccionar frente a sus problemas. Por ende, la capacidad de sobreponerse a las adversidades dependerá de la relación del individuo y como este maneje su entorno, dependiendo del uso de estrategias en cada situación.

Los adolescentes que se encuentran institucionalizados presentan un nivel de resiliencia, que en la mayoría de los casos se ve afectado por el temor a la frustración y el miedo a tomar responsabilidades. Pero también comprenden la necesidad de analizar las cosas una por una dando importancia al trabajo en equipo con las personas de su entorno. Asimismo están conscientes que el tener un proyecto de vida para el futuro es una manera de motivación y superación de su realidad y que de alguna manera les ayudará a salir adelante.

La importancia de la resiliencia radica en el desarrollo de habilidades y competencias para contrarrestar las situaciones de riesgo que afrontan los jóvenes en su entorno inmediato. Tiene mucho que ver con la promoción social, es aquí donde a través de un proceso se promueve el desarrollo de diferentes valores, conceptos de solidaridad, de amor a sí mismo, al semejante y al diferente, auto aceptación y la aceptación del otro. También se maximizan los recursos para que de este modo las potencialidades de cada una de las personas se descubran y se desarrollen.

Las técnicas de reflexión se usaron de manera frecuente para la participación de los adolescentes, siendo la más utilizada la de animación en función de las diferentes

actividades y temas a tratar, los adolescentes pudieron compartir pensamientos e ideas, así como a expresar sus emociones. Los talleres enfocados en la autoestima, permitieron a los adolescentes conocer y expresar lo que consideran importante del otro, por muy pequeño que sea, ya que es común que preocuparse por no poder hacer cosas grandes para los demás y olvidarse de las pequeñas cosas que están llenas de significado, de esta manera se desarrolla la conciencia de los propios logros, el reconocimiento público y se hace conciencia de respuestas propias para mostrarse de acuerdo con el otro.

Las técnicas de trabajo grupal, fueron muy importantes, ya que al final de cada taller se llevaba a cabo una lluvia de ideas, en la que cada individuo aportaba un pensamiento final sobre lo aprendido en el taller y se extraía una conclusión general sobre lo aprendido del día. Se procedió a trabajar en grupos, a través de los cuales cada adolescente presentaba en su trabajo la forma de superación de situaciones difíciles.

En el desarrollo de los talleres, los adolescentes de acuerdo a su participación aprendieron a conocerse más, a creer en ellos, a respetarse como personas, a ver la vida en forma positiva, a valorarse como un tesoro, a tener más confianza y a comprender que con ayuda de la creatividad se pueden hallar soluciones, este aspecto fue manifestado en los árboles que se armaron con sus reflexiones, como marcaba la conclusión y cierre de cada sesión.

El uso de las técnicas de cohesión e integración fueron usadas para identificar la necesidad de la participación activa y colaboración de todos los integrantes para obtener buenos resultados en el trabajo en equipo, asimismo facilitó la apertura de los adolescentes y su participación en los talleres.

Las actividades realizadas partieron de los conceptos teóricos para fomentar la resiliencia, propuestos por Ospina, Jaramillo y Uribe (2005) y se manejaron aquellas características mencionadas en las investigaciones de Wagnild y Young (2002) y Munist et. al (1998):

En el manejo de la situación: Ayudar a tomar conciencia de la situación mediante el manejo y superación de la experiencia.

En la superación de la experiencia: Ayudar a elaborar las pérdidas afectivas, cambios en el rol social. Potencializar la capacidad de hablar, pedir ayuda y la búsqueda de independencia. Promover la participación activa en los programas comunitarios.

A nivel individual: Potencializar recursos psicológicos como son: autoestima, autoeficacia, estilos de enfrentamiento y encontrar el sentido y propósito de vida.

La intervención también produjo cambios respecto a su forma de pensar en cómo afrontar los obstáculos y alcanzar metas, y considerar que es importante establecer metas realistas para obtener mejores resultados, tal y como se puede observar en los resultados del Pre Test – Post Test.

Finalmente, los adolescentes también consideran importante formar una visión positiva de sí mismos, confiar en sus habilidades para resolver problemas, lo que les permitirá salir adelante ante una situación de adversidad. Aprovechar sus fortalezas y oportunidades, y considerar no darse por vencido ante las situaciones críticas, esforzándose en todo momento para lograr sus metas y proyectos de vida. Tomando las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad (Wagnild y Young, 2002)

En cuanto al instrumento, se llevó a cabo la validez de contenido por un panel de expertos. La validación de la “Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (2002)” fue realizada por 5 jueces expertos, quienes dieron a conocer las sugerencias, modificaciones y comentarios sobre la misma, para la propuesta del Programa y el trabajo en la resiliencia con los adolescentes mencionados. El instrumento que ya fue descrito en la metodología obtuvo mejora en los resultados del Post Test en el mismo grupo experimental. Siendo los cambios más significativos en los siguientes indicadores: El indicador de perseverancia con un coeficiente de variación del 18% a un 5% indicando que la disminución del coeficiente de variación significa mayor homogeneidad del grupo; la confianza en sí mismo con un coeficiente de variación del 16% al 5%, y también hubo un cambio en el indicador identificado en el Pre Test como el más débil, la ecuanimidad con un coeficiente de variación del 19% a 7%.

El programa estuvo compuesto por tres talleres: el primero compuesto por cuatro sesiones (¿Qué es Resiliencia? ¿Será que soy una persona Resiliente? Fortalezco mi Resiliencia Usemos la creatividad), el segundo taller por dos sesiones (Pensando mis

metas. Realizo mi proyecto de vida) y el último taller por dos sesiones destinadas a los educadores (¿Qué es Asertividad?, ¿Las creencias irracionales y afrontamiento de conflictos?). Estos talleres, los mismos que fueron explicados en el capítulo de metodología, constan de 3 dimensiones (módulos): “Fortaleciéndome”, “Mi Proyecto de Vida” y “Ayudemos a promover la adaptación saludable en los adolescentes”. El trabajo en autoestima, autocontrol, creatividad y sentido del humor, obedece al desempeño importante de estos aspectos en el desarrollo de la resiliencia en los adolescentes, los cuales a veces se ven afectados por la inseguridad, desconfianza y miedo al fracaso percibido de las experiencias de su cotidianidad.

A partir del conocimiento de capacidades, cualidades y habilidades se insertan los proyectos de vida, donde cada quien se da cuenta de lo que quiere hacer en el futuro, de aquí a mediano y largo plazo, además del provecho que se tiene de si mismo para lograrlo.

Fue muy importante el primer modulo, ya que se trabajo una mayor apertura entre el grupo, lo que permitió trabajar de mejor manera, creando un ambiente de juego y confianza. A partir de esto se tuvo la oportunidad de conocer pensamientos y sentimientos de algunos de los adolescentes, las cuales residían en miedos, inseguridades, preguntas, así como sorpresas de cosas que no sabían de ellos mismos, cuya percepción cambio ante el apoyo de los demás.

El segundo modulo destinado a la fijación de metas, fue trabajado con las mismas a mediano plazo, debido a que mucha de la población tiene 15 años, siguen en colegio y todavía les falta mucho para salir de la casa, mientras que con los chicos de 17 para adelante se procedió a trabajar metas a mediano plazo, pero para el momento de salir del hogar.

Finalmente en el tercer modulo destinado al educador quien mantiene una relación diaria con los adolescentes representando una figura orientadora se facilitaron herramientas necesarias para poder tratar con ellos y lograr un ambiente armonioso evitando conflictos y malos entendidos, haciéndose importante la fortaleza de elementos como la asertividad, trabajo de pensamientos erróneos que pueden influir en las relaciones que tiene con el adolescente y el mensaje que brinda al mismo.

La intervención realizada con los educadores pudo establecer en ellos mayor comprensión en la relación con los adolescentes quienes se encuentran bajo continua

supervisión. Por ello el aprender algo nuevo en la vida y el funcionar simbólicamente como una familia, coadyuva a la dinámica, el crecimiento relacional, comunicacional y afectivo de los individuos que componen un sistema. Esto se relaciona con lo que menciona el Manual de Intervención en situaciones de desprotección infantil (2002), con respecto a los educadores, los cuales representan a aquellas personas responsables de dar atención a los adolescentes y niños institucionalizados, de forma que sienta que tiene personas a las que les importa y que se preocupan por él y de ésta manera pueda ir construyendo su propia identidad. Esta atención se ha de sustentar en una adecuada interacción y comunicación del educador/a con el menor. Esta última frase relacionada con lo que menciona Watzlawick en su teoría de la comunicación (1967) (Botella & Vilaregut, Universitat Ramon Llull, 2012), “Es imposible no comunicar: En un sistema, todo comportamiento de un miembro tiene un valor de mensaje para los demás.”, por lo que el mensaje que el educador transmite a uno tiene un significado diferente tanto para el que le transmite el mensaje como para los demás adolescentes. De esta manera los educadores pudieron expresar emociones y algunas interrogantes, así como el aprender a mejorar las relaciones con los adolescentes.

Al finalizar el programa se hizo una sesión en la que cada adolescente escribía una palabra haciendo referencia a lo que más le impactó dentro de los talleres, de esta forma cada palabra fue colocada en el dibujo de un árbol, al finalizar cada sesión. El cuadro final se sumó a todos los cuadros realizados al final de cada sesión, los cuales fueron realizados con la lluvia de ideas. Los adolescentes agradecieron por la ayuda y el apoyo y el volverse a encontrar todos pronto.

El tiempo que se trabajó fue de 10 horas en total, de tal manera que cada uno de los miembros del grupo pueda compartir y participar activamente en los talleres; lo mismo con los educadores cuyo taller fue de una hora. Haciendo un total de 11 horas de trabajo.

Como mencionan Ospina, Jaramillo y Uribe (2005), la promoción sugiere que la resiliencia active los mecanismos protectores sobre eventos críticos y posibilite un equilibrio armónico entre los estados de tensión y estrés naturales a la cotidianidad y los sucesos imprevistos e inesperados que desatan la crisis, por esto el enseñar a través de charlas, talleres, herramientas que faciliten el hallar una solución y sobreponerse a la adversidad fue importante en este estudio debido a la necesidad de apoyar este proceso a través de

técnicas y dinámicas grupales con un contenido teórico base, para apoyar a los niveles de resiliencia y permitirles ver más allá del ahora, sobresaliendo y superando su problemática.

5.2 RECOMENDACIONES

A partir de los resultados positivos que se obtuvieron de la realización de la presente investigación, en la aplicación del Programa de Apoyo a la Resiliencia para Adolescentes Institucionalizados los Centros de Acogida, se pueden realizar las siguientes recomendaciones:

- Se recomienda seguir trabajando con los adolescentes ya que al ser jóvenes que están constantemente pasando por nuevos retos y adversidades ante las situaciones en las que viven, tienden a desanimarse muy rápidamente, por lo que es recomendable que constantemente se les motive e incentive a superarse a ellos mismos y a lograr algo por lo cual se sientan orgullosos y de esta manera los adolescentes mantengan el interés por las cosas que hacen y quieren realizar.
- El programa para apoyar a la resiliencia de los adolescentes en situación de riesgo que se encuentran institucionalizados en centros de acogida, demostró que es necesario el continuo apoyo a estos adolescentes de tal manera que estos mejoren cada día, de manera que este adquiera herramientas suficientes para sobreponerse a situaciones problemáticas, mencionando que el apoyo constante del hogar y las personas que conviven con ellos representan un elemento importante en su desarrollo.
- Se recomienda aplicar el Programa a todos los adolescentes, si es que así lo desean, ya que por ética no se recomienda obligar a estas personas a pasar por programas o talleres que no sean de su interés. La predisposición de los sujetos en un criterio y una variable muy importante que hay que tomar en cuenta. No se puede trabajar con un grupo de personas que no quiere trabajar en comparación de un grupo que les interesa aprender.
- La adaptación de un programa similar para diferentes edades podría permitir que la resiliencia pueda ser trabajada más tempranamente.
- Es recomendable que la persona que aplique el programa, sea una persona capacitada en el tema y en el conocimiento del taller y sus actividades, para que

así pueda brindar el apoyo y la ayuda suficiente a estos adolescentes y educadores.

- Un instrumento que mida el nivel de resiliencia en parámetros propios de la población boliviana, no existe como tal, por lo que es recomendable validar el instrumento usado en esta investigación en todo el país, con distintas poblaciones de todos los contextos y ciudades.
- Siendo tan importante la resiliencia en el desarrollo de los adolescentes y la influencia de los cambios sociales que marcan esta etapa de la vida, es necesario fomentar la rigurosidad en las investigaciones, intervenciones y evaluaciones de programas dirigidos a jóvenes y basados en el enfoque de la resiliencia.
- También es oportuno que reflexionemos sobre nosotros mismos y nuestras experiencias de vida que nos hacen aprender y superarnos sobre los siguientes puntos:
 - **Buscar oportunidades para descubrirnos a nosotros.** Descubramos nuestras propias fortalezas y potencialidades que nos han servido para afrontar las situaciones adversas en nuestras vidas y para crecer como personas. A su vez, esto nos lleva a reflexionar acerca de nuestro crecimiento interpersonal, emocional y espiritual *¿de qué manera hemos afrontado las adversidades? ¿Cómo hemos crecido a partir de estas experiencias?*
 - **Alimentar una visión positiva de nosotros mismos.** Esto implica tener confianza en nuestras propias capacidades y en nuestra intuición para afrontar adversidades *¿qué tanto confío en mí mismo para afrontar el futuro?*
 - **Mantener la perspectiva de las cosas.** En este aspecto es importante percibir los problemas de una manera amplia, es decir, toda situación no es totalmente negra, ni blanca, aún la peor situación nos dejará un aspecto positivo. *¿qué aspecto positivo puede dejarme la situación que enfrento? ¿qué aprendizaje tendré? ¿Cómo puedo afrontarla y adaptarme de manera positiva a ella en el mediano y largo plazo?*
 - **Mantener la esperanza, ser optimista** Esto nos permite afrontar la situación con el mejor ánimo posible. Además nos ayuda a visualizar estrategias que nos lleven a la solución de nuestro problema *¿qué estará haciendo cuando su problema esté totalmente solucionado? ¿Qué estrategias habrá realizado para haber llegado a este punto? ¿Cómo se siente al visualizar esto?*

BIBLIOGRAFÍA

- Block, J. y A. Kremen (1996). "IQ and Ego-Resiliency. Conceptual and Empirical Connections and Separateness". *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 70, Núm. 2
- Borda, X. (2010). *Análisis Experimental y Diseño Conductual*. La Paz, Bolivia. Arellano Impresiones.
- Bouche, P. H. & Mena H. F. (2006) *Mediación y orientación Familiar*. Área de Orientación. Madrid, España. Editorial Dykinson
- Buela-Casal G. & Sierra J.C. (1997). *Manual de Evaluación Psicológica: Fundamentos, técnicas y aplicaciones*. España: Editorial Siglo XX de España Editores.
- Castro, Caverro, R. (2008). *Los Niños de la Calle en Bolivia*. Madrid, España: Editorial Entinema.
- Campbell, D. & Stanley, J. (1995). *Diseños experimentales y cuasi experimentales en la investigación social*. (pp. 19-30). Buenos Aires, Argentina: Editorial Amorrortu.
- Carbonetti, J. (2000). *El Zen de la pintura creativa*. Valencia, España: editorial Gaia
- Coleman, J. C. & Hendry, L. B. (2003). *Psicología de la adolescencia*. Madrid, España: Ediciones Morata.
- CEPAL, Naciones Unidas y UNICEF (2005): "La pobreza infantil en América Latina", *Desafíos. Boletín de la infancia y adolescencia sobre avance de objetivos de desarrollos del Milenio*, nº 1
- Conangla, M. M. & Soler, Jaume. (2005). *La Ecología Emocional: La Inteligencia emocional aplicada a situaciones límite*. España: Editorial Amat.
- Cosacov, E. (2005). *Introducción a la Psicología*. Capítulo 3: Procedimientos para estudiar el psiquismo y el comportamiento. *Distintos Tipos de Investigación en psicología*. (pp.108-111). Córdoba, Argentina: Editorial Brujas.
- Cyrułnik, B. (2002) *Los Patitos Feos. La Resiliencia: Una Infancia Infeliz no determina la Vida*. Madrid: Editorial Gedisa. (Orig., 2001).
- Cyrułnik, B., Tomkiewicz, S., Guénard, T., Vanistendael, S., Manciaux, M. y otros. (2004). *El Realismo de la Esperanza. Testimonios de Experiencias Profesionales en torno a la Resiliencia*, Barcelona: Editorial Gedisa.
- Dallal, E. & Castillo. (1997). *Caminos del Desarrollo Psicológico - Volumen 1*. México, México D.F.: Plaza y Valdés Editores.

- Departamento de Bienestar Social, Deporte y Juventud (2002). Manual de intervención en situaciones de desprotección infantil. Capítulos 7 y 8. Navarra, España: Gobierno de Navarra.
- Flores, Casado, J., Huertas Díaz, J. A. & González, Martínez, C. (1997). Niños Maltratados. Capítulo 3: Epidemiología. (pp. 16-18). Madrid, España: Ediciones Díaz de Santos.
- Fredrickson, L. B. y N. M. Tugade (2003). "GAT. Good are Positive Emotions in Crises? A Prospective Study of Resilience and Emotions Following the Terrorist Attacks on the USA on September 11 th. 2001", Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 84, Núm. 2.
- Fundación Española Ciencia y Tecnología - FECYT. (2002). Manual de Frascati. Propuesta de norma práctica para encuestas de investigación y desarrollo experimental. España. Organización para la cooperación y desarrollo económicos (OCDE).
- Fiorentino, M. T. (2008) La Construcción de la Resiliencia en el Mejoramiento de la Calidad de Vida y la Salud. REDALYC. Suma Psicológica, vol. 15, num. 1. (pp. 98-105). Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Colombia.
- Garza, Mercado, A. (2007). Manual de Técnicas de Investigación para Estudiantes de Ciencias Sociales y Humanidades. (pp. 18-19). México D.F., México: El Colegio de México A. C.
- Galindo, Cáceres, L.J. (1998). Técnicas de Investigación en Sociedad, Cultura y Comunicación. Sierra, F. Capítulo: Función y Sentido de la Entrevista Cualitativa en Investigación Social. (pp. 297-300). México: Pearson Educación.
- Giraldo, J. J. (2006) Manual para los seminarios de investigación en psicología: Profundización conceptual y textual. (pp. 56-59). Colombia: Universidad Cooperativa de Colombia.
- Gómez, R., Bayona H., Rojas, U., Santacruz O. & Restrepo, U. (2008). Psiquiatría Clínica: Diagnóstico y Tratamiento en niños, adolescentes y adultos. Parte III: Capítulo 49. Duelo (pp. 334-335). Bogotá, Colombia: Editorial Médica Panamericana.
- Goetz, J.P. & LeCompte, M. D. (1988). Etnografía y Diseño Cualitativo en Investigación Educativa. Capítulo II: Conceptualización del Proceso de Investigación: Teoría y Diseño. (pp. 30-31). Madrid, España. Ediciones Morata.

- Hernández, Sampieri, R., Collado, Fernández, C. & Lucio, Baptista, P. (2006). Metodología de la Investigación. Capítulo 7: Concepción o Elección del Diseño de Investigación. (pp.208-221). México D.F., México: McGraw Hill.
- Hurtado, Tójar, J. C. (2006). Investigación Cualitativa: Comprender y Actuar. Capítulo IV: Perfiles de la Investigación en la era Postmoderna. (pp. 142-151). Madrid, España: Editorial La Muralla.
- Iriarte, Gregorio (2010). Análisis crítico de la realidad. O.I.M. 17ª edición. KIPUS. Cochabamba.
- Kerlinger, F. N. (1973). Investigación del Comportamiento. Capítulo 19: Diseños Generales de Investigación. (pp. 233-244). México: Interamericana.
- Kotliarenco, M. A. (1997). Estado de Arte en Resiliencia. Organización Panamericana de la Salud.
- Kotliarenco, M. A. (2008). Estado del arte en resiliencia II: Riesgo y Resiliencia: Peligro y Oportunidad. Centro de estudios y atención del niño y la mujer. Santiago: CEANIM.
- Llobet, V. (2008). La promoción de la resiliencia con niños y adolescentes. Entre la vulnerabilidad y la exclusión – Herramientas para la transformación. Buenos Aires, Argentina: Editorial Novedades.
- Landzabal, M. (2003). Diseño y evaluación de un programa de intervención socioemocional para promover la conducta prosocial y prevenir la violencia. España: Centro de Investigación y Documentación Educativa - CIDE
- McGuigan, F.J. (1973). Psicología Experimental. Métodos de Investigación. Prentice Hall.
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M. A., Suárez, Ojeda, E. N., Infante, F., Grotberg, E. (1998). Manual de Identificación y Promoción de la Resiliencia en Niños y Adolescentes. Organización Panamericana de la Salud. Organización Mundial de la Salud
- Oyarbide, Ma. I., Capelli, W., García, C. A., Mudir S., & Clivaggio, G., Simonotto, E. (2000). En Torno al Niño. (pp.35-36). Argentina: San Salvador.
- Peres A. Ximena M. (2008). Habilidades Sociales en Adolescentes Institucionalizadas para el Afrontamiento de su Entorno inmediato. Doctorado en psicología social. Editorial de la Universidad de Granada.
- Polo, C. (2009). Resiliencia: Factores protectores en adolescentes de 14 a 16 años. Tesis de licenciatura en minoridad y familia. Psicología. Universidad del Aconcagua.

- Salkind, N. J. (1997). Métodos de Investigación. Capítulo 1: El papel y la importancia de la Investigación. (pp. 10-15). México: Editorial Prentice Hall.
- Saavedra, E & Paúcar, M. (2008) Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. Chile. Universidad Católica de Maule.
- Wagnild G. & Young H. (2002). Escala de Resiliencia (ER). Perú: Novella
- Werner, E. & Smith R. (1992). Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood. (pp. 280). Ithaca: Cornell University

WEBGRAFÍA

- Botella, L. & Vilaregut A. (2012). La perspectiva sistémica en terapia familiar: Conceptos básicos, investigación y evolución. Universitat Ramon Llull. Recuperado el 7 de enero de 2013 de:
<http://jmonzo.net/blogeps/terapiafamiliar sistematica.pdf>
- Código Niño, Niña, Adolescente – CNNA (1999). Código del niño, niña y adolescente. Recuperado el 12 de septiembre de 2011 de:
http://www.unicef.org/bolivia/bo_legislation_codigotexto.pdf
- Instituto Nacional de Estadística de Bolivia. Censo 2001 - Estadísticas de índice de pobreza. Recuperado el 5 de enero de 2013 de:
<http://www.ine.gob.bo>
- Gonzalvo, O., Zaragoza, F., Baselga, A., Sanz, A., Hernández, M & Quílez N. (1993). Centros de acogida de menores. Vol. 41 N°2. (pp. 97-101). Recuperado el 25 de mayo 2012 de:
http://www.visualcom.es/olivan-pediatra/centros_acogida_menores.pdf
- Ospina, M. D.; V. D. Jaramillo y T. M. Uribe (2005). “La resiliencia en la promoción de la salud de las mujeres”, Investigación y Educación en Enfermería. Universidad de Antioquía. Recuperado el 7 de enero de 2013 de:
<http://www.enfermeria.udea.edu.co/revista/html>
- Pinto, B. & Losantos, M. (2011) Percepción de Factores Familiares de Riesgo de Maltrato Infantil en Niños y Adolescentes en Riesgo Social de La Paz, El Alto, Cochabamba y Santa Cruz. Ajayu. Vol. 9. Recuperado el 7 de enero de 2013 de:
<http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v9n2/v9n2a6.pdf>

PNUD – Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2001). Tras las huellas del cambio climático en Bolivia. Recuperado el 12 de junio de 2012 de:

<http://cambioclimatico-pnud.org.bo/paginas/admin/uploaded/traslashuellas.pdf>

PNUD – Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2004). Un informe Mundial. La reducción de riesgos de desastres un desafío para el desarrollo. Recuperado el 12 de junio de 2012 de:

<http://www.bvsde.paho.org/cursodesastres/diplomado/pdf/ReduccionDeRiesgos.pdf>

f

Servicio Internacional Británico Bolivia. (Sin fecha). Orientación básica sobre la situación actual en el contexto boliviano. Recuperado el 7 de enero de 2013 de:

<http://www.isbolivia.org>

UNICEF. (2001). Situación de la Niñez en Bolivia. Recuperado el 20 de agosto de 2011 de:

http://www.unicef.org/bolivia/children_1932.htm

UNICEF. (2008). Por los niños, niñas y adolescentes de Bolivia. Recuperado el 20 de agosto de 2011 de:

[http://www.unicef.org/bolivia/UNICEF_Bolivia -](http://www.unicef.org/bolivia/UNICEF_Bolivia_-_Por_los_ninos_ninas_y_adolescentes_de_Bolivia(1).pdf)

[_Por los ninos ninas y adolescentes de Bolivia\(1\).pdf](http://www.unicef.org/bolivia/UNICEF_Bolivia_-_Por_los_ninos_ninas_y_adolescentes_de_Bolivia(1).pdf)

UNICEF. (2008). Bolivia: La respuesta institucional del Estado a la temática de violencia contra la niñez y adolescencia: Estudios de casos SEDEGES de La Paz, Cochabamba, Tarija, Santa Cruz y Pando. Recuperado el 6 de enero de 2013 de:

http://www.udape.gob.bo/portales_html/docsociales/SEDEGES_pagina%20web.pdf

f

ANEXOS

ANEXO No. 1
Diagrama de Gantt

Actividades	Meses							
	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero
Revisión de la Información								
Entrevista con los cuidadores y cuidadoras								
Observación del Centro								
Validación de Escalas Apego - Resiliencia por expertos								
Aplicación de las Escalas								
Análisis estadístico de aplicación de escalas								
Construcción del Programa								
Aplicación del Programa y Análisis de Resultados y Conclusiones								
Elaboración de la Investigación Final								

ANEXO No. 2
Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002) – Original

ITEMS	En desacuerdo				De acuerdo		
1.- Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
8.- Soy amigo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
9.- Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10.- Soy decidido.	1	2	3	4	5	6	7
11.- Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7
12.- Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7
13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7

14.- Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15.- Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20.- Alguna vez me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
21.- Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
22.- No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25.- Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

ANEXO No. 3
Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002) – Modificada por Validación

ITEMS	En desacuerdo				De acuerdo		
1.- Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas que hago.	1	2	3	4	5	6	7
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
8.- Soy amigo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
9.- Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10.- Soy una persona decidida.	1	2	3	4	5	6	7
11.- Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo lo que hago.	1	2	3	4	5	6	7
12.- Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7
13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7

14.- Soy disciplinado.	1	2	3	4	5	6	7
15.- Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20.- Alguna vez me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
21.- Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
22.- No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25.- Acepto que hay personas a las que no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

ANEXO No. 4 Validación de las Escalas

Validación de contenido Escala de Wagnild y Young

Definiciones: A continuación se presentan las definiciones de las cinco dimensiones medidas por la escala.

Sentirse Solo: Referida a la comprensión de que la senda de vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.

Confianza en sí mismo: Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.

Perseverancia: Está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina.

Satisfacción personal: Está referida al comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.

Ecuanimidad: Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y "esperar tranquilo" y, tomar las cosas como vengan; por ende se moderan las respuestas extremas ante la adversidad.

Instrucciones: Cada una de las preguntas que componen la escala corresponde a una de las dimensiones mencionadas anteriormente, las cuales dada la definición miden ciertas características de resiliencia. Para su validación es necesario indicar si la pregunta necesita un cambio de los términos para su mejor entendimiento e, indicar también si la misma mide la dimensión y el tipo de apego que tiene que medir.

En la siguiente tabla marcar con un Si/No en la casilla (Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, Satisfacción personal, Ecuanimidad), si la pregunta mide esa dimensión y anotar las observaciones hechas (cambio de palabras, etc.)

	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Observaciones
1.- Cuando planeo algo lo realizo.						
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.						
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.						
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.						
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.						
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.						
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.						
8.- Soy amigo de mí mismo.						
9.- Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.						
10.- Soy una persona decidida.						
11.- Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.						
12.- Tomo las cosas una por una.						
13.- Puedo enfrentar las dificultades						

porque las he experimentado anteriormente.						
14.- Tengo autodisciplina.						
15.- Me mantengo interesado en las cosas.						
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.						
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.						
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.						
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.						
20.- Alguna vez me obligo a hacer cosas aunque no quiera.						
21.- Mi vida tiene significado.						
22.- No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.						
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.						
24.- Tengo la energía suficiente para						

hacer lo que debo hacer.						
25.- Acepto que hay personas a las que no les agrado.						

ANEXO No. 5
Validaciones por Expertos

(1) PRIMERA VALIDACIÓN

Validación de contenido Escala de Wagnild y Young (2002)

	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Observaciones
1.- Cuando planeo algo lo realizo.		X				
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.			X			
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.		X				
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.			X			
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X					
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.				X		
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.				X		
8.- Soy amigo de mí mismo.				X		
9.- Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.				X		
10.- Soy una persona decidida.			X			Se agrego la palabra persona

11.- Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.					X	
12.- Tomo las cosas una por una.					X	
13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente					X	
14.- Tengo autodisciplina		X				
15.- Me mantengo interesado en las cosas.			X			
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.					X	
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.		X				
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.		X				
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.					X	
20.- Alguna vez me obligo a hacer cosas aunque no quiera.			X			
21.- Mi vida tiene significado.				X		
22.- No me lamento de las cosas por					X	

las que no puedo hacer nada.						
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.		X				
24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.		X				
25.- Acepto que hay personas a las que no les agrado.					X	Se retiró la palabra yo

(2) SEGUNDA VALIDACIÓN

Validación de contenido Escala de Wagnild y Young (2002)

	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Observaciones
1.- Cuando planeo algo lo realizo.			X			
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.		X				
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X					
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.				X		
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X					
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.				X		
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.					X	
8.- Soy amigo de mí mismo.	X					
9.- Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.					X	
10.- Soy una persona decidida.		X				Se agrego la palabra persona
11.- Rara vez me pregunto					X	

cuál es la finalidad de todo.						
12.- Tomo las cosas una por una.					X	
13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente		X				
14.- Tengo autodisciplina .				X		
15.- Me mantengo interesado en las cosas.			X			
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.				X		
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.		X				
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.		X				
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.					X	
20.- Alguna vez me obligo a hacer cosas aunque no quiera.				X		
21.- Mi vida tiene significado.				X		
22.- No me lamento de las cosas por las que no				X		

puedo hacer nada.						
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.			X			
24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.		X				
25.- Acepto que hay personas a las que no les agrado.		X				Se retiró la palabra yo

(3) TERCERA VALIDACIÓN

Validación de contenido Escala de Wagnild y Young (2002)

	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Observaciones
1.- Cuando planeo algo lo realizo.			SI			
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.			SI			
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.	SI					
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.			SI			En la cosas.... Que hago (en las cosas es poco específico)
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	SI					
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.		SI				
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.					SI	
8.- Soy amigo de mí mismo.					SI	
9.- Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.		SI				
10.- Soy una persona decidida.		SI				
11.- Rara vez me pregunto					SI	De todo??? De algo que

cuál es la finalidad de todo.						hago.
12.- Tomo las cosas una por una.					SI	
13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente		SI				
14.- Tengo autodisciplina			SI			Soy disciplinado o tengo disciplina
15.- Me mantengo interesado en las cosas.			SI			Muy general... cosas
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.				SI		Por lo general encuentro maneras de sentirme alegre
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.		SI				
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.		SI				
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	SI					
20.- Alguna vez me obligo a hacer cosas aunque no quiera.			SI			
21.- Mi vida tiene significado.				SI		
22.- No me lamento de las cosas por				SI		

las que no puedo hacer nada.						
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.			SI			
24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.		SI				
25.- Acepto que hay personas a las que no les agrado.				SI		

(4) CUARTA VALIDACIÓN

Validación de contenido Escala de Wagnild y Young (2002)

	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Observaciones
1.- Cuando planeo algo lo realizo.				SI		
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.					SI	
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.		SI				
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.			SI			
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	SI					
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.		SI				
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.					SI	
8.- Soy amigo de mí mismo.	SI					
9.- Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.		SI				
10.- Soy una persona decidida.		SI				Se agrego la palabra persona
11.- Rara vez me pregunto					SI	Es ambigua la oración

cuál es la finalidad de todo.						
12.- Tomo las cosas una por una.			SI			
13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente		SI				
14.- Tengo autodisciplina		SI				
15.- Me mantengo interesado en las cosas.			SI			
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.				SI		
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.		SI				
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.					SI	
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.					SI	
20.- Alguna vez me obligo a hacer cosas aunque no quiera.			SI			
21.- Mi vida tiene significado.		SI				
22.- No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer		SI				

nada.						
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.			SI			
24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.			SI			
25.- Acepto que hay personas a las que no les agrado.					SI	Se retiró la palabra yo

(5) QUINTA VALIDACIÓN

La Paz 22 de noviembre de 2012

Validación de instrumento del trabajo de Investigación de la Universitaria Alexandra

Torres

Mediante la presente me dirijo a su autoridad para informarle sobre la validación del instrumento para evaluar Resiliencia en el trabajo de Investigación de la universitaria Alexandra Torres. A continuación pasó a detallar mis observaciones:

1. La escala cuenta con la validez externa, es decir con todos los datos del autor, los objetivos, criterios de validez, confiabilidad y los factores.
2. Los factores de evaluación de la escala coinciden con la operacionalización de variables
3. Los ítems de la prueba corresponden a los indicadores de la operacionalización de variables
4. Debe incluir un objetivo específico, que respalde la aplicación de la prueba de Resiliencia.
5. La escala de Likert utilizada con números del 1 al 7 presenta un amplio rango de respuesta, aspecto que es positivo para este tipo de investigación.
6. Aclarar que la escala mencionada solamente evalúa la variable Resiliencia y no apego

Por lo expuesto, considero que la escala elegida para evaluar Resiliencia, es adecuada, cuenta con la validez total (respaldada por el marco teórico de la investigación) y responde a los requerimientos de la investigación. Por lo tanto, es válida para la mencionada investigación.

Es cuanto informo. Saludándola con toda atención, me despido.

.....
Dra. Maria Nela Paniagua Gonzales

DOCENTE INVESTIGADORA

UNIVERSIDAD LA SALLE

ANEXO No. 6
Carta de Validación por Expertos

La Paz, Noviembre 12, 2012

Señora:

Mag. Maria Elizabeth Salazar Jiménez

TUTOR DE TESIS

UNIVERSIDAD LA SALLE

Presente.-

Ref. Validación de Instrumentos

De mi mayor consideración

Me dirijo a su persona para informarle que habiendo aceptado la solicitud de ser parte del panel de expertos para la validación de la adaptación de los instrumentos **“Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002)”**. Para su aplicación al tema de tesis **“Programa de apoyo a la Resiliencia para Adolescentes Institucionalizados en Situación de Riesgo en Centros de Acogimiento”**, de la estudiante María Alexandra Torres Velasco, de la Universidad La Salle, para optar al Título de Licenciatura en psicología.

Sin otro particular me despido, atentamente.

La Paz, Noviembre 12, 2012

Señora:

Mag. Maria Elizabeth Salazar Jiménez

TUTOR DE TESIS

UNIVERSIDAD LA SALLE

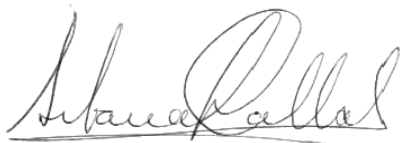
Presente.-

Ref. Validación de Instrumentos

De mi mayor consideración

Me dirijo a su persona para informarle que habiendo aceptado la solicitud de ser parte del panel de expertos para la validación de la adaptación de los instrumentos **“Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002)”**. Para su aplicación al tema de tesis **“Programa de apoyo a la Resiliencia para Adolescentes Institucionalizados en Situación de Riesgo en Centros de Acogimiento”**, de la estudiante María Alexandra Torres Velasco, de la Universidad La Salle, para optar al Título de Licenciatura en psicología.

Sin otro particular me despido, atentamente.



Lic. Silvana Sofía Calla Lovera

COORDINADORA DE DESARROLLO HUMANO

La Paz, Noviembre 12, 2012

Señora:

Mag. Maria Elizabeth Salazar Jiménez

TUTOR DE TESIS

UNIVERSIDAD LA SALLE

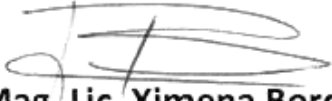
Presente.-

Ref. Validación de Instrumentos

De mi mayor consideración

Me dirijo a su persona para informarle que habiendo aceptado la solicitud de ser parte del panel de expertos para la validación de la adaptación de los instrumentos **“Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002)”**. Para su aplicación al tema de tesis **“Programa de apoyo a la Resiliencia para Adolescentes Institucionalizados en Situación de Riesgo en Centros de Acogimiento”**, de la estudiante María Alexandra Torres Velasco, de la Universidad La Salle, para optar al Título de Licenciatura en psicología.

Sin otro particular me despido, atentamente.


Mag. Lic. Ximena Borda
DOCENTE REVISOR
Mag. Lic. Ximena Borda
PSICOLOGA - CLINICA

La Paz, Noviembre 12, 2012

Señora:

Mag. Maria Elizabeth Salazar Jiménez

TUTOR DE TESIS

UNIVERSIDAD LA SALLE

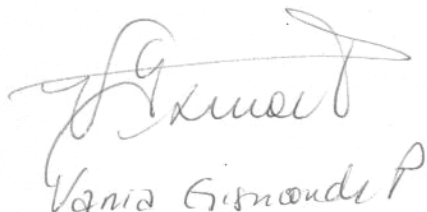
Presente.-

Ref. Validación de Instrumentos

De mi mayor consideración

Me dirijo a su persona para informarle que habiendo aceptado la solicitud de ser parte del panel de expertos para la validación de la adaptación de los instrumentos **“Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002)”**. Para su aplicación al tema de tesis **“Programa de apoyo a la Resiliencia para Adolescentes Institucionalizados en Situación de Riesgo en Centros de Acogimiento”**, de la estudiante María Alexandra Torres Velasco, de la Universidad La Salle, para optar al Título de Licenciatura en psicología.

Sin otro particular me despido, atentamente.



Handwritten signature of Maria Elizabeth Salazar Jimenez, with the name written below it.

La Paz, Noviembre 12, 2012

Señora:

Mag. Maria Elizabeth Salazar Jiménez

TUTOR DE TESIS

UNIVERSIDAD LA SALLE

Presente.-

Ref. Validación de Instrumentos

De mi mayor consideración

Me dirijo a su persona para informarle que habiendo aceptado la solicitud de ser parte del panel de expertos para la validación de la adaptación de los instrumentos **“Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002)”**. Para su aplicación al tema de tesis **“Programa de apoyo a la Resiliencia para Adolescentes Institucionalizados en Situación de Riesgo en Centros de Acogimiento”**, de la estudiante María Alexandra Torres Velasco, de la Universidad La Salle, para optar al Título de Licenciatura en psicología.

Sin otro particular me despido, atentamente.

Dra. Maria Nela Paniagua Gonzales

DOCENTE INVESTIGADORA

UNIVERSIDAD LA SALLE

La Paz, Noviembre 12, 2012

Señora:

Mag. Maria Elizabeth Salazar Jiménez

TUTOR DE TESIS

UNIVERSIDAD LA SALLE

Presente.-

Ref. Validación de Instrumentos

De mi mayor consideración

Me dirijo a su persona para informarle que habiendo aceptado la solicitud de ser parte del panel de expertos para la validación de la adaptación de los instrumentos **“Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 2002)”**. Para su aplicación al tema de tesis **“Programa de apoyo a la Resiliencia para Adolescentes Institucionalizados en Situación de Riesgo en Centros de Acogimiento”**, de la estudiante María Alexandra Torres Velasco, de la Universidad La Salle, para optar al Título de Licenciatura en psicología.

Sin otro particular me despido, atentamente.

Lic. Erik Fernández

ANEXO No. 7
Carta de Consentimiento Informado

INFORMACIÓN PARA EL CONSENTIMIENTO INFORMADO

Reciba mi más cordial saludo, soy estudiante de la **"UNIVERSIDAD LA SALLE"** que con fines de obtención del título profesional, estoy realizando una investigación sobre: **PROGRAMA DE APOYO A LA RESILIENCIA**; pretendiendo que los resultados de la investigación orienten y motiven el cumplimiento de las expectativas de las actuales y futuros profesionales de psicología. Investigación que para lo cual solicito su valiosa participación, la cual consistirá en llenar un par de cuestionarios sobre: cómo manejo las situaciones que se me presentan y cómo me siento cuando estoy con otras personas, ambos cuestionarios con una duración de 5 – 6 minutos cada una aproximadamente.

Su participación en este estudio es voluntaria. Sus respuestas al cuestionario serán anónimas, lo que significa que solo yo voy a tener conocimiento de la información. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante el estudio.

Desde ya le agradezco su participación.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo.....manifiesto que he recibido información suficiente sobre la investigación: “**PROGRAMA DE APOYO A LA RESILIENCIA, LA PAZ del año 2012**”; para lo cual su autora han solicitado mi participación. Se me ha dado la oportunidad de hacer las preguntas que he considerado convenientes y he recibido respuestas para ello.

He comprendido que el objetivo de la investigación es: “**PROGRAMA DE APOYO A LA RESILIENCIA, LA PAZ del año 2012** “, que será anónimo, respetando mi privacidad. Puedo hacer preguntas en cualquier momento si tengo alguna duda. La información que brinde será confidencial y voluntaria.

Por lo dicho VOLUNTARIAMENTE ACEPTO participar en la investigación en mención, en fe de lo cual firmo:

FECHA ___/___/___

Firma

Firma de la Investigador



UNIVERSIDAD
LA SALLE

La Paz, 22 de Octubre del 2012
CEXT/CO-PSI017/12

Estimada Licenciada:

A tiempo de saludarla de manera cordial, deseando los mejores parabienes y éxito personal en el desempeño de sus labores diarias.

Dirijo la presente en función al convenio firmado por ambas instituciones, para solicitar la autorización de la estudiante **MARIA ALEXANDRA TORRES VELASCO**, estudiante de la carrera de psicología de la universidad, para que pueda aplicar las **ESCALAS DE RESILIENCIA y APEGO** a jóvenes entre 15 y 18 años; las mismas que son concernientes al tema de tesis titulada **PROGRAMA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA RESILIENCIA EN RELACIÓN A UN TIPO DE APEGO PARA JÓVENES INSTITUCIONALIZADOS EN SITUACIÓN DE RIESGO DE LOS CENTROS DE ACOGIMIENTO** para la obtención del grado de licenciatura:

La mencionada consiste en la exploración y estudio del desarrollo de los niveles de resiliencia de los jóvenes institucionalizados, quienes ya cuentan con un determinado tipo de apego, a partir del cual se ha de trabajar en la formulación del programa a aplicar posteriormente.

CALIDAD
CERTIFICADA



Para el diseño y
prestación del servicio
en sus carreras.

Av. Jorge Carrasco
(bajada a Bologna)
esq. Calle Las Palmas
N° 450
La Paz - Bolivia

Teléfono/Fax
2723732 · 2724650

www.ulasalle.edu.bo



UNIVERSIDAD
LA SALLE

Por todo lo mencionado, anexo las escalas a aplicar que consisten en lo siguiente:

Ambas pruebas han sido previamente revisadas por expertos para su adaptación. La escala de resiliencia cuenta con 25 ítems los cuales miden los niveles de resiliencia y finalmente la escala de apego cuenta con 16 ítems los cuales en función de la pregunta miden el tipo de apego. Ambas escalas están formuladas en una escala de Likert del 1 - 7 y del 1 - 5 respectivamente.

Agradeciendo de antemano su colaboración, en espera de una respuesta positiva.

Muy Atentamente,

Mag. Maria Elizabeth Salazar Jimenez
COORDINADORA CARRERA PSICOLOGIA

Lic. Elizabeth Salazar Jiménez
COORDINADORA CARRERA DE PSICOLOGÍA
UNIVERSIDAD LA SALLE

CALIDAD
CERTIFICADA



Para el diseño y
prestación del servicio
en sus carreras.

Av. Jorge Carrasco
(bajada a Bologna)
esq. Calle Las Palmas
N° 450
La Paz - Bolivia

Teléfono/Fax
2723732 · 2724650

www.ulasalle.edu.bo

ANEXO No. 9
Programa de Apoyo a la Resiliencia para Adolescentes en Situación de Riesgo en Centros de Acogimiento

Taller: “Fortaleciéndome”

1. Datos del Taller

Población: Adolescentes entre los 15 y 18 años de un centro de acogida de la ciudad de La Paz.

N° de sesiones: 4

N° de participantes máximo: 30

N° de participantes mínimo: 10

Tiempo de duración: 90 minutos cada sesión

2. JUSTIFICACIÓN

Desde hace tiempo, los investigadores han observado que los seres humanos logran superar condiciones severamente adversas y que, inclusive, las transforman en una ventaja o un estímulo para su desarrollo bio-psico-social, es así que surge el término de resiliencia para hacer referencia a la habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse. Este es un taller participativo, en el cual se proponen una serie de actividades que van a permitir incorporar el concepto de promoción de la resiliencia a la experiencia personal de la población a la cual va dirigido. En el desarrollo del taller se asume que la promoción de la resiliencia es una estrategia para el logro de un desarrollo sano, lo que implica un enfoque que englobe algunos de los factores que constituyen cada uno de los elementos que implican la resiliencia como ecuanimidad, confianza en si mismo y satisfacción personal en donde están presentes, como son la autoestima, autoconcepto, asertividad, interacción; trabajo en equipo, creatividad, insight y tener un proyecto de vida. Siendo una de las tareas la de dirigir los esfuerzos hacia la comprensión de los mecanismos que actúan a nivel individual y grupal que pueden traducirse; a través del desarrollo y la aplicación de sesiones de acción, en el reconocimiento y reforzamiento de las fortalezas que surgen más allá de la vulnerabilidad, y que constituyan herramientas orientadas a mejorar su calidad de vida.

3. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Promover la resiliencia a nivel individual y a nivel de taller, a través de acciones de cambio que enfatizan aquellos factores que promueven la misma.

IV. OBJETIVOS ESPECIFICOS

SESION 1: ¿Qué es Resiliencia?^{a.}

- Brindar información acerca de la noción de resiliencia según varios autores.
- Señalar la complementariedad que hay entre el enfoque de resiliencia y el enfoque de riesgo.
- Diferenciar los factores de riesgo y los factores protectores.

SESION 2: ¿Será que soy una persona Resiliente?^{b.}

- Describir las principales características que identifican las posibilidades de resiliencia en las personas.
- Facilitar el análisis y la evaluación de las acciones generadoras de resiliencia.
- Fortalecer el concepto resiliencia asociado a la autoestima.

SESION 3: Fortalezco mi Resiliencia^{c.}

- Establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud para brindarse otros, lo que implica un factor importante dentro de la capacidad resiliente.

SESION 4: Usemos la creatividad^{d.}

- Ensayar técnicas de resolución de problemas que permitan afrontar diversas situaciones de la vida cotidiana, fortaleciendo así la capacidad de creatividad importante generador de resiliencia en las personas.

4. METODOLOGÍA

- Dinámica de llenado de formatos
- Taller plenario.
- Exposición.
- Dinámica Grupal
- Técnicas participativas:
 - Técnicas de presentación.

- Técnicas de animación.
- Técnicas de integración y cohesión.
- Técnicas de reflexión.
- Técnicas de trabajo grupal: Lluvia de ideas.

SESION 1

OBJETIVO	CONTENIDO	ACTIVIDADES	TIEMPO	METODO	MATERIAL
Presentar los objetivos del taller	Presentación del Taller.	Explicación de los objetivos del Taller. Explicación de la metodología	10 min	Exposición	Diapositivas o cuadros con los objetivos del taller.
Romper el hielo en los participantes, creando un clima cálido y de confianza entre ellos.	Dinámica de Presentación Presentación de los integrantes del taller.	¡Juguemos a la moneda! En el grupo se forman dos equipos y a cada uno se le administra una moneda. La clave de la actividad consiste en colocar la moneda entre la ropa de un integrante de cada equipo. El primero que logre sacar la moneda gana y pasa la moneda al siguiente compañero y así sucesivamente. El equipo cuyos integrantes hayan sacado la moneda más rápido gana.	20 min	Participativa Dinámica grupal	Letreros Una moneda o cualquier objeto de plástico
Formación de Grupos	Formación de Grupos pequeños.	Introducción a la sesión de hoy: ¿Qué es Resiliencia? Depende el número de participantes se reparten figuras con las cuales se identificaran y formaran grupos pequeños, las mismas que son de	05 min	Participativa Dinámica grupal	Disposición

		diferentes colores para su identificación.			
<i>Introducir conceptos previos ligados al concepto de resiliencia Diferenciar entre los factores protectores y los de Riesgo</i>	Breve introducción al tema de Resiliencia	<p>“El ser joven”</p> <p>Se prepara un mazo por grupo, de por lo menos treinta tarjetas. Cada tarjeta debe tener una palabra asociada con ser joven. (tarjetas sesión 1)</p> <p>Instrucciones:</p> <p>Cada grupo tiene un mazo de tarjetas, las cuales se reparten entre los miembros del grupo. Se da un tiempo para que los participantes observen y comenten el material en grupo. Mientras tanto, se explica que estas tarjetas contienen un texto relacionado con comportamientos, estados de ánimo, situaciones, vivencias, sentimientos, emociones, conceptos o ideas para trabajar en grupo. Una vez que se hayan repartido las tarjetas, cada grupo deberá elegir dos tarjetas que mejor representen a:</p> <p>a) Los adolescentes sanos y b) Los adolescentes en riesgo</p>	25 min	Participativa Dinámica grupala	Disposición y creatividad. Tarjetas sesión 1

		Luego que cada uno haya elegido sus tarjetas, comentará con su grupo acerca de si la elección fue fácil o difícil, cómo se sintieron al hacer esta elección y por qué eligieron esa tarjeta.			
<i>Brindar conocimiento acerca del tema de resiliencia</i>	Exposición del tema de resiliencia	EXPOSICIÓN DEL TEMA FACTORES DE RIESGO, FACTORES PROTECTORES Y RESILIENCIA <i>Individuos resilientes</i>	35 min	Participativa	Disposición y atención
<i>Despedir la sesión</i>	Realizar las conclusiones de la sesión.	Conclusiones acerca del tema. Explicación y retroalimentación	15 min	Participativa Lluvia de ideas	Papel Bolígrafos

SESION 2

OBJETIVO	CONTENIDO	ACTIVIDADES	TIEMPO	METODO	MATERIAL
Presentar los objetivos del taller	Presentación del Taller.	Explicación de los objetivos del Taller. Explicación de la metodología	10 min	Exposición	Diapositivas o cuadros con los objetivos del taller.
Proporcionar información acerca de las características y factores resilientes	Exposición del tema de resiliencia	EXPOSICIÓN: Expresiones verbales de las personas con características resilientes YO SOY YO ESTOY YO PUEDO YO TENGO	35 min.	Participativa	Diapositivas o cuadros con el tema.
Reforzar la exposición con ejercicios prácticos.	Dinámica: ¿Tengo Características resilientes?	Se pide a los participantes que cierren los ojos y piensen en alguna situación difícil que les haya ocurrido hace poco. Cuando todos se hayan incorporado, invítelos a revisar su situación según la lista de expresiones: “tengo”, “soy”, “estoy”, “puedo”. Conclusiones de la experiencia.	25 min	Participativa Dinámica vivencial.	Disposición Imaginación
Incrementar la autoestima.	Desarrollar la conciencia de nuestros propios logros. Practicar mediante el	Dinámica: Mi compañero I. El instructor explica los objetivos del ejercicio. Discute la importancia del reconocimiento de	15 min	Participativa Dinámica grupal	Disposición

	<p>reconocimiento público de otros. Concientizar sus propias respuestas en reconocimiento de otros.</p>	<p>otros y el efecto de estos factores en el concepto que se tiene de uno mismo, en la motivación y comportamientos.</p> <p>II. Cada participante se le provee de Hojas blancas y un lápiz y se les pide que hagan una lista de:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- Dos cosas que hago bien. 2.- Un logro reciente. 3.- Una pequeña frase que me gustaría que se hubiera dicho. <p>VI. Se reúne a todo el grupo, y se les dice a los participantes que tendrán la oportunidad de presentar y recomendar a su compañero ante el grupo. Cada miembro por turno, se parará atrás de su compañero con sus manos puestas en los hombros del otro, y lo presentará. La persona que está siendo introducida no comenta nada en ese momento.</p> <p>Reflexión final</p>			
<p>Concluir la sesión.</p>	<p>Realizar las conclusiones de la sesión.</p>	<p>Conclusiones acerca del tema. Explicación y retroalimentación.</p>	<p>15 min.</p>	<p>Participativa Lluvia de ideas</p>	<p>Papel Bolígrafos</p>

SESION 3

OBJETIVO	CONTENIDO	ACTIVIDADES	TIEMPO	METODO	MATERIAL
Presentar los objetivos del taller	Presentación del Taller.	Explicación de los objetivos del Taller. Explicación de la metodología	10 min	Exposición	Diapositivas o cuadros con los objetivos del taller.
Concientizar la importancia y características de la colaboración en el Trabajo en equipo.	Dinámica de integración del grupo.	Dinámica: Seamos ligeros como plumas I. El Facilitador les pregunta a los participantes ¿cuánto tiempo podrán mantener una pluma en el aire, simplemente soplándole? II. El Facilitador divide al grupo en subgrupos de seis a diez participantes. III. El Facilitador indica a los participantes que en cada subgrupo deberán unir todos los integrantes sus manos, formando un círculo. Uno de los integrantes del subgrupo lanzará una pluma al aire y todos los integrantes, sin soltarse de las manos, deberán mantener la pluma flotando durante el	20 min	Participativa Dinámica grupal	Plumas

		<p>mayor tiempo que puedan.</p> <p>IV. El Facilitador toma el tiempo con el cronometro.</p> <p>V. Al término, el Facilitador premia al subgrupo que logro mantener más tiempo la pluma en el aire.</p> <p>VI. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.</p>			
<p><i>Brindar conocimiento acerca del trabajo en equipo asociado a la resiliencia.</i></p>	<p>Exposición del Tema interacción y trabajo en equipo.</p>	<p>Clase expositiva</p> <p>Breve exposición de lo que significa interacción y trabajo en equipo.</p>	<p>25 min</p>	<p>Participativa</p> <p>.</p>	<p>Disposición y atención.</p>
<p><i>Identificar la necesidad de la participación activa y colaboración de todos los integrantes para obtener buenos resultados en el trabajo en equipo.</i></p>	<p>Dinámica de cohesión de grupo.</p>	<p>Dinámica:</p> <p>“Dibujando A Ciegas”</p> <p>I. El instructor coloca los papelógrafos separados unos de otros. Acto seguido, integra subgrupos y les indica donde trabajarán.</p> <p>II. El instructor explica a los participantes en que consiste la Dinámica: "Todos los</p>	<p>30 min</p>	<p>Participativa</p> <p>.</p> <p>- Dinámica grupal</p>	<p>Un papelote por cada subgrupo.</p> <p>- Marcadores.</p> <p>- Vendas.</p>

		<p>integrantes de cada subgrupo participarán por turno, dibujando en una hoja de papelote con la vista tapada. Cada dibujante agregará otros elementos a los dibujados anteriormente, según lo que indique el instructor".</p> <p>III. Mientras participa el primer voluntario, su subgrupo tiene que orientarlo.</p> <p>IV. El primer dibujante de cada subgrupo se cubre los ojos y comienza a dibujar lo que le señala al instructor.</p> <p>VI. La dinámica continúa igual hasta que participan todos los integrantes de cada subgrupo. Algo muy importante es que el motivo que se dibuja debe ser siempre el mismo para todos los subgrupos. Al final se comparan los dibujos y gana el subgrupo cuyo dibujo es el mejor logrado.</p> <p>VII. El instructor guía</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>un proceso para que el grupo analice como ayuda o afecta en el resultado de un equipo la participación activa de sus miembros y la colaboración.</p> <p>VIII. El instructor guía un proceso para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido en su equipo.</p>			
<p><i>Brindar conocimiento acerca del trabajo en equipo asociado a la resiliencia.</i></p>	<p>Exposición de los factores asociados al trabajo en equipo.</p>	<p>Clase expositiva</p> <p>Breve exposición de los factores implicados en el trabajo en equipo.</p>	<p>25 min</p>	<p>Participativa</p>	<p>Diapositivas o cuadros del tema.</p> <p>-Disposición y atención.</p>
<p><i>Identificar los sentimientos y creencias que fortalecen y debilitan la integración de los integrantes de un grupo.</i></p>	<p>Dinámica: Un cuestionario para integrarnos</p>	<p>I. Se distribuye a los participantes el material, e inicia la dinámica comentando el encabezado del cuestionario.</p> <p>II. El Facilitador invita a los participantes a contestar sus cuestionarios en forma individual</p> <p>III. Una vez que los participantes contestaron sus cuestionarios el Facilitador divide al</p>	<p>25 min</p>	<p>Participativa</p> <p>- Dinámica grupal</p>	<p>Disposición y creatividad.</p> <p>- Una hoja con el cuestionario SESION 3 – Cuestionario para integrarnos y un lápiz por cada participante</p>

		<p>grupo en subgrupos de 4 a 6 participantes.</p> <p>IV. Cuando los participantes se encuentren reunidos en subgrupos, el Facilitador les solicita que comenten sus respuestas una a una y que obtengan un consenso No deben empezar a responder una nueva pregunta del cuestionario mientras todos no hayan respondido la anterior.</p> <p>V. Al término de la actividad anterior, el Facilitador reúne al grupo en sesión plenaria y pide a un representante de cada subgrupo que exponga sus conclusiones.</p> <p>VI. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice la información obtenida y como afecta esto a la integración del mismo.</p>			
<i>Concluir la sesión.</i>	Realizar las conclusiones de la sesión.	Conclusiones acerca del tema. Explicación y retroalimentación.	15 min.	Participativa Lluvia de ideas	Papel Bolígrafos

SESION 4

OBJETIVO	CONTENIDO	ACTIVIDADES	TIEMPO	METODO	MATERIAL
Presentar los objetivos del taller	Presentación del Taller.	Explicación de los objetivos del Taller. Explicación de la metodología	10 min	Exposición	Diapositivas o cuadros con los objetivos del taller.
Brindar conocimiento acerca del tema creatividad asociado a la resiliencia.	Exposición del tema de creatividad.	Clase expositiva Breve exposición de lo que significa creatividad.	25 min	Participativa	-Disposición y atención.
Acrecentar la capacidad de creatividad a través de resolución de problemas y acertijos.	Formación de subgrupos para la resolución de problemas	Resolución de acertijos. - Resolución de problemas prácticos.	25 min	Participativa - Dinámica grupal	Hojas - lapiceros
Brindar retroalimentación de lo visto.	Exposición del tema de resiliencia	<i>¿Cuán creativo soy?</i> "Cada vez que piensas una idea, estás haciendo funcionar los controles de un poderoso mecanismo: tu mente y su capacidad de imaginación" (Carbonetti, J., 2000). La Práctica hace al maestro	30 min	Participativa	Disposición y atención.

		(Carbonetti, 2000:46) PRACTICA, porque la práctica hace al maestro.			
<i>Ejercitar la creatividad de los participantes.</i>	Dinámica para despertar la creatividad.	Serie de palabras. Acertijos. Breve retroalimentación de lo visto en el taller.	10 min	Técnica Participativa	Copias de ejercicios.
<i>Despedir el taller.</i>	Dinámica para despedirnos	Dinámica de finalización: "Carta a..." Se forma un círculo con todas las sillas una para cada participante, se saca una silla y el compañero que se queda de pie inicia el juego, parado en medio del círculo.	25 min	Participativa - Dinámica grupal	Disposición y creatividad.

TARJETAS PARA DINÁMICA DE LA SESIÓN 1

RESILIENCIA

REBELDES	INDEPENDENCIA	INSEGURO	ENFRENTAMIENTO	EXPERIMENTACIÓN
CREATIVIDAD	ENERGÍA	IMPULSIVIDAD	OSADÍA	DESCONCIERTO
INSEGURIDAD	APASIONADO	CRÍTICO	CAMBIO	SUFRIMIENTO
FUTURO	ESCUELA	PARTICIPACIÓN	DEPORTE	SEXUALIDAD
DROGA	ALCOHOL	DELINCUENCIA	VIOLENCIA	TRISTEZA
SOLEDAD	PANDILLA	SABIDURÍA	MÚSICA	POSIBILIDADES
ALEGRÍA	APOYO	COMUNIDAD	FAMILIA	LIBERTINAJE
INNOVADORES				

SESIÓN 3 - RESILIENCIA:

Dinámica: Un cuestionario para integrarnos

HOJA DE TRABAJO

1. Lo que más me gusta de este grupo es:

.....

2. Lo que a mí me hace feliz de este grupo es:

.....

3. Lo que más me hiere en este grupo es:

.....

4. Tengo miedo de que en este grupo:

.....

5. Me molesta que en este grupo:

.....

6. Me pone triste que en este grupo:

.....

7. Confío que en este grupo:

.....

8. Me siento bien en este grupo cuando:

.....

9. Lo que cambiaría en este grupo es:

.....

10. Mi regalo para este grupo es:

.....

Taller: “Pensando mi proyecto de vida”

1. Datos del Taller

Población: Adolescentes entre los 15 y 18 años de un centro de acogida de la ciudad de La Paz.

N° de sesiones: 2

N° de participantes máximo: 30

N° de participantes mínimo: 10

Tiempo de duración: 120 minutos cada sesión

2. JUSTIFICACIÓN

Se realiza el taller de “Pensando mi Proyecto de Vida” debido a que todo ser humano necesita trabajar con él, en especial con los alumnos del primer ciclo, quienes por medio de la elaboración de un proyecto de vida podrán aprender a tomar decisiones positivas para prevenir conductas de riesgo y actuar con responsabilidad en el control de su vida. Sabemos que todos tenemos una misión en la vida, pero mientras no la descubramos será muy difícil encaminar nuestros esfuerzos hacia objetivos definidos. A partir del periodo adolescente se dan las condiciones de maduración interna y sociales necesarias para organizar estructuras o formaciones psicológicas de alto nivel de integración de procesos y de gran complejidad funcional, entre las cuales podemos mencionar las orientaciones de valor, de concepción del mundo, los proyectos de vida, etc.

3. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Reflexionar sobre su situación de vida y superar el presente abriéndose camino hacia el futuro a través del planteamiento de su visión de vida y la planeación de sus metas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

SESION 1: Pensando mis metas e.

- Identificar metas personales mediatas
- Identificar acciones de logro de metas
- Cohesionar al grupo

SESION 2: Realizo mi proyecto de vida f. f2.

Motivar valores para aclarar y favorecer la construcción de su misión de vida.

Discutir y delimitar las metas a lograr en 10 años.

Cohesionar al grupo.

- Establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud para brindarse otros, lo que implica un factor importante dentro de la capacidad resiliente.

4. METODOLOGÍA

- Dinámica de llenado de formatos
- Taller plenario.
- Exposición.
- Dinámica Grupal
- Técnicas participativas:
 - Técnicas de presentación.
 - Técnicas de animación.
 - Técnicas de integración y cohesión.
 - Técnicas de reflexión.
 - Técnicas de trabajo grupal: Lluvia de ideas

SESION 1

OBJETIVO	CONTENIDO	ACTIVIDADES	TIEMPO	METODO	MATERIAL
Presentar los objetivos del taller	Presentación del Taller.	Explicación de los objetivos del Taller. Explicación de la metodología	10 min	Exposición	Diapositivas o cuadros con los objetivos del taller.
Cohesión grupal	Dinámica	“Tengo correo” - Se forma un círculo con todas las sillas, una para cada participante. Se saca una silla y el compañero que se queda de pie inicia el juego, parado en medio del círculo.	20 min	Dinámica grupal	Cuestionario o SESION 1 – Mi proyecto de Vida
Identificar metas personales mediatas	Tema.	El Facilitador por medio de la lluvia de ideas recogerá los saberes previos de las sesiones anteriores y lo trabajado anteriormente se llevara a la siguiente conclusión: METAS LAS BASES PARA UNA FIJACION DE METAS METAS PERSONALES Y	40 min.	Exposición	Diapositivas o cuadros

		CONCRETAS METAS POSITIVAS METAS REALISTAS METAS PROFUNDAS:			
Cohesión grupal	Dinámica de salida.	<p>Todos los participantes se ponen en fila, se traza una línea en el suelo; un lado será el “mar” y el otro la “tierra”. Los jugadores se ubican en una de éstas zonas.</p> <p>- El coordinador da la voz de mar o tierra, y todos dan un salto rápido a la zona indicada .La orden deberá darse ágilmente; para hacerlo más dinámico se dice en formas repetida la zona donde deben saltar. Aquel que se equivoca o demora queda eliminado y sale del juego.</p>	10 min.	Dinámica grupal	

SESION 2

OBJETIVO	CONTENIDO	ACTIVIDADES	TIEMPO	METODO	MATERIAL
Presentar los objetivos del taller	Presentación del Taller.	Explicación de los objetivos del Taller. Explicación de la metodología	20 min	Dinámica Grupal.	Una hoja de papel para cada participante - Lápices. - Alfileres o Maskintape. - Algo para hacer ruido: radio, un par de cucharas.
Cohesionar al grupo.	Dinámica de Presentación	Se plantea una pregunta específica, como por ejemplo: ¿Qué es lo que más me gusta del trabajo?, la respuesta debe ser breve. - En el papel cada uno escribe su nombre y la respuesta a la pregunta que se dio y se prende con alfileres en el pecho o en la espalda. Se pone la música y al ritmo de ésta se baila, dando tiempo para ir encontrando compañeros que			

		<p>tengan respuestas semejantes o iguales a las propias conforme se van encontrando compañeros con respuestas a fines se van cogiendo del brazo y se continua bailando y buscando nuevos compañeros que puedan integrar al grupo.</p> <p>- Cuando la música para, se ve cuántos grupos se han formados; si hay muchas personas solas, se da segunda oportunidad para que todos encuentren a su grupo.</p> <p>- Una vez que la mayoría se haya formado en grupos, se para la música. Se da un corto tiempo para que intercambien entre sí el porque de la respuestas de sus tarjetas; luego el grupo expone al plenario en base a que afinidad que se conformo, cual es la</p>			
--	--	---	--	--	--

		idea del grupo, porque eso es lo que más les gusta de su trabajo,)			
Discutir y delimitar las metas a lograr en 10 años.	Conocer la importancia del seguimiento de los logros obtenidos.	Se le entregara unas fichas en las cuales realizaran sus metas a 10 años...	20 min.	Dinámica Grupal. - Lluvia de Ideas. - llenado de Fichas	Fichas SESION 2 – Metas a largo plazo
Cohesionar al grupo.	Dinámica de Salida.	DIBUJANDO A CIEGAS Un integrante del equipo sale a representar a dicho equipo. Al cual se le vendará los ojos, luego se le pedirá que dibuje 3 objetos. Su equipo le guiará si esta dibujando correctamente por medio de aplausos... no pueden hablar. Solo aplaudir. Mientras el otro equipo tratará que el otro equipo no pueda guiar a su dibujante, haciendo ruidos. Ganará el equipo que pueda trabajar y dibujar correctamente las figuras.	20 min.	Dinámica Grupal.	

<i>Evaluación</i>	Expresando mis Opiniones.	Se le entregará a cada participante una ficha de evaluación.	10 min	Llenado de Fichas	Fichas de evaluación. Anexo SESION 2 - Proyecto
<i>Despedida</i>	Despedida	Despedida. Se conversará acerca de algunas inquietudes y sobre la experiencia que han tenido. Compartiremos experiencias.		Dinámica Grupal.	

SESION 1

MI PROYECTO DE VIDA

¿Quién eres?

.....
.....
.....

· ¿Qué buscas? Son los cambios, y/o cosas que queremos conseguir y/o lograr en la realidad?

.....
.....
.....

· ¿Por qué lo haces? Son los valores, principios motivaciones personales. Debes tener en claro cuál es tu razón de actuar?

.....
.....
.....

· ¿Para que trabajas y/o estudias?

.....
.....
.....

· ¿Qué cosas quiero tener (posesiones)?

.....
.....
.....

· ¿Qué cosas quiero hacer (experiencias)?

.....
.....
.....

· ¿Qué quiero ser (cualidades de carácter)?

.....
.....
.....

· ¿Cuáles creo yo que son mis mejores cualidades (físicas, sociales, espirituales, intelectuales)?

.....
.....
.....

· ¿Qué cualidades me atribuyen otras personas?

.....
.....
.....

· Cuando me imagino haciendo algo agradable, ¿Qué es?

.....
.....
.....

Entre todas mis actividades ¿cuáles son las que me brindan una profunda satisfacción?

.....
.....

· ¿Cuáles son las cualidades de carácter que más admiro en otras personas?

.....
.....

· ¿Cuáles fueron los momentos más felices de mi vida? ¿por qué?

.....
.....

Si contara con el tiempo suficiente y con recursos ilimitados ¿Qué elegiría hacer?

.....
.....

· Cuando pienso en mi trabajo, ¿qué actividades me parecen más valiosas?

.....
.....

· ¿Qué cosas creo que debería hacer, aunque la haya descartado muchas veces en mis pensamientos por distintas razones?

.....
.....

· ¿Cuáles son las metas permanentes más importantes que deseo alcanzar en cada uno de los roles más importantes de mi vida?

.....
.....

· ¿Cuan satisfecho estoy de mi actual nivel de realización en los diversos ámbitos de mi vida?

.....
.....

SESION 2 – Metas a largo plazo

Dentro de 1 año habré logrado

- 1
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Dentro de 5 años habré logrado

- 1
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Dentro de 10 años habré logrado

- 1
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

SESION 2 - Proyecto

EXPRESANDO MIS OPINIONES

1. ¿Cómo te ha resultado la actividad? ¿Por qué?

- Muy Interesante
- Interesante
- Poco interesante
- Nada interesante.

2. Lo que he aprendido me parece ¿Por qué?

- Muy Útil
- Útil
- Poco Útil
- No me sirve para nada.

3. El desempeño del facilitador me ha parecido ¿Por qué?

- Destacable
- Buena.
- Poco organizado.
- Mala

4. El trabajo en el grupo ha estado ¿Por qué?

- Muy organizado.
- Organizado.
- Poco Organizado.
- Desorganizado.

5. Señale brevemente ¿Qué contenidos aprendiste de el Taller?

6. Señale brevemente ¿Qué modificaciones introducirías en el Taller?

Taller: “Promovamos la adaptación saludable en los adolescentes”

1. Datos del Taller

Población: Educadores y educadoras de los centros de acogida.

N° de sesiones: 2

N° de participantes máximo: 10

N° de participantes mínimo: 8

Tiempo de duración: 120 minutos cada sesión

2. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Conocer las bases teóricas de la asertividad y como ponerla en practica con los adolescentes. Así también el trabajar las creencias irracionales para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos

3. OBJETIVOS ESPECIFICOS

SESION 1: ¿Qué es Asertividad?^{g. g2.}

Reflexionar sobre las formas típicas de respuesta no asertiva, las habilidades de la persona asertiva y por qué no se es asertivo.

Favorecer una actitud positiva de los educadores hacia los adolescentes para que mejore la asertividad de los mismos.

Reflexionar sobre cómo facilitar el desarrollo de la asertividad de los adolescentes

SESION 2: ¿Las creencias irracionales y afrontamiento de conflictos?^{h.}

- Conocer las creencias irracionales más frecuentes y cómo combatirlas
- Compartir estrategias para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos entre educadores y adolescentes.

- Describir las principales características que identifican las posibilidades de resiliencia en las personas.

4. METODOLOGIA

- Dinámica de llenado de formatos
- Taller plenario.
- Exposición.
- Técnicas participativas:
 - Técnicas de integración y cohesión.
 - Técnicas de reflexión.
 - Técnicas de trabajo grupal: Lluvia de Ideas

Materiales necesarios

- Un juego de hojas sobre la asertividad para cada participante.

Descripción

- Se lee el juego de hojas sobre la asertividad y se reflexiona sobre las formas típicas de
- respuesta no asertiva, las habilidades de la persona asertiva y por qué no se es asertivo.

¿QUÉ ES LA ASERTIVIDAD?

Es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás.

FORMAS TÍPICAS DE RESPUESTA NO ASERTIVA

1. BLOQUEO ("quedarse paralizado")
2. SOBREADAPTACIÓN (el sujeto responde según crea que es el deseo del otro)
3. ANSIEDAD (tartamudeo, sudor, retorcimiento de manos, movimientos estereotipados)
4. AGRESIVIDAD (elevación de la voz, portazos, insultos,...)

HABILIDADES DE LA PERSONA ASERTIVA

1. Sabe decir "no" o mostrar su postura hacia algo.
 - Manifiesta su propia postura ante un tema, petición, demanda.
 - Expresa un razonamiento para explicar / justificar su postura, sentimientos, petición.
 - Expresa comprensión hacia las posturas, sentimientos, demandas del otro.
2. Sabe pedir favores y reaccionar ante un ataque.
 - Expresa la presencia de un problema que le parezca debe ser modificado (cuando lo haya).
 - Sabe pedir cuando es necesario.
 - Pide clarificaciones si hay algo que no tiene claro.
3. Sabe expresar sentimientos.
 - Expresa gratitud, afecto, admiración...
 - Expresa insatisfacción, dolor, desconcierto...

¿POR QUÉ NO SE ES ASERTIVO?

- a) La persona no ha aprendido a ser asertiva o lo ha aprendido de forma inadecuada.
 - Por castigo sistemático a las conductas asertivas.
 - Por falta de refuerzo suficiente a las conductas asertivas.
 - Porque no ha aprendido a valorar el refuerzo social.
 - Porque obtiene más refuerzo por conductas no asertivas o agresivas.
 - Por no saber discriminar adecuadamente las situaciones en las que debe emitir una respuesta concreta.

- b) La persona conoce la conducta apropiada, pero siente tanta ansiedad que la emite de forma parcial.
- c) La persona no conoce o rechaza sus derechos asertivos:
- El derecho a ser tratado con respeto y dignidad.
 - El derecho a tener y expresar los propios sentimientos y opiniones.
 - El derecho a ser escuchado y tomado en serio.
 - El derecho a juzgar mis necesidades, establecer mis prioridades y tomar mis propias decisiones.
 - El derecho a decir NO sin sentir culpa.
 - El derecho a pedir lo que quiero, dándome cuenta de que también mi interlocutor tiene derecho a decir NO.
 - El derecho a cambiar.
 - El derecho a cometer errores.
 - El derecho a pedir información y ser informado.
 - El derecho a obtener aquello por lo que pagué.
 - El derecho a decidir no ser asertivo.
 - El derecho a ser independiente.
 - El derecho a decidir qué hacer con mis propiedades, cuerpo, tiempo, etc., mientras no se violen los derechos de otras personas.
 - El derecho a tener éxito.
 - El derecho a gozar y disfrutar.
 - El derecho a mi descanso, aislamiento, siendo asertivo.
 - El derecho a superarme, aun superando a los demás.
- d) La persona posee unos patrones irracionales de pensamiento que le impiden actuar de forma asertiva (lista de creencias irracionales de Ellis)

CÓMO EDUCAR LA ASERTIVIDAD

1. Formas indirectas de enseñar asertividad:

- Hacerle conciente de sus derechos asertivos.
- Ayudarle a detectar sus ideas irracionales, a cuestionarlas y a sustituirlas por alternativas positivas.
- Reforzar sus conductas asertivas y sus capacidades.
- Ignorar sistemáticamente toda expresión de no asertividad o agresividad.

- Darle la oportunidad de mostrar su capacidad: hacerle participe en discusiones y enseñarle mediante refuerzos a conversar correctamente.
- Cuando veamos que tiende a evitar pequeñas situaciones que puede afrontar, ayudarle a afrontarlas.

2. Formas directas de enseñar asertividad:

- Describiéndole la conducta errónea, aportándole una razón para el cambio, reconociendo los sentimientos del muchacho, formulándole claramente lo que se espera de él, reforzándole el intento de superación y ayudándole a sentirse bien consigo mismo aun en situaciones de fracaso.
- Haciendo que se imagine situaciones peligrosas e intente afrontarlas en la imaginación.
- Role-playing ofreciendo varias alternativas de conducta, para que sea él el que elija cuál estrategia le gusta más y si la técnica elegida le falla, siempre pueda contar con otras alternativas.
- Compartiendo guiones de actuación paso a paso ante situaciones problema.
- Conociendo y practicando las técnicas básicas de asertividad: disco rayado, banco de niebla, aplazamiento asertivo, procesamiento del cambio, ignorar, acuerdo asertivo, pregunta asertiva.

Técnicas básicas de asertividad para discusiones

TÉCNICA	DEFINICIÓN	EJEMPLO
Disco rayado	Repetir el propio punto de vista una y otra vez, con tranquilidad, sin entrar en las provocaciones que pueda hacer el otro.	-Te entiendo, pero yo no lo hago. -... -Te entiendo, pero yo no lo hago.
Claudicación simulada o banco de niebla	Dar la razón al otro en lo que consideremos puede haber de cierto en sus críticas, pero negándonos a entrar en mayores discusiones; así	-Tú tienes la culpa de que... -Sí, es posible que tengas razón. - Claro, como siempre haces... - Pues sí, casi siempre.

	aparentamos ceder el terreno, sin cederlo realmente, pues dejamos claro que no vamos a cambiar de postura	-Pues estoy harto que de que por tu culpa sea imposible... - Es verdad, es poco probable.
Aplazamiento asertivo	Aplazar la respuesta que vayamos a dar al otro hasta que nos sintamos más tranquilos y capaces de responder correctamente.	-Por tu egoísmo... -Mira, éste es un tema problemático entre nosotros. Si te parece, lo tratamos en profundidad mañana.
Procesamiento del cambio	No dejarse provocar por incitaciones ante las que uno cree necesario defenderse y desplazar el foco de discusión hacia el análisis de lo que está ocurriendo entre las dos personas.	-Por tu culpa... -Mira, estamos muy cansados los dos y estamos empezando a sacar trapos sucios. Quizás, esto no tiene tanta importancia como para hacernos daño mutuamente, ¿no crees?
Ignorar	Cuando nuestro interlocutor está fuera de sí, le expresamos, con un tono de voz amable y comprensivo, que ahora no lo atendemos.	-¡Como siempre, tú tienes la culpa de ...! -Me parece que estás muy enfadado, por lo que creo que es mejor hablar luego.
Acuerdo asertivo	Reconocemos el error, pero dejamos claro de que una cosa es el error cometido y otra el hecho de ser buena o mala persona.	-Tú eres el culpable de que... -Tienes razón, pero sabes que habitualmente no lo hago.
	Dejar de lado el hábito de decir "lo siento" o "perdona"	-Siempre te estás olvidando de todo.

<p>Aserción negativa</p>	<p>que a fuerza de repetidos no significan nada y utilizar frases del tipo “ha sido una tontería por mi parte”, “no debería haber dicho/hecho”, “tienes toda la razón”.</p>	<p>-Tienes toda la razón, me olvido de muchas cosas.</p>
<p>Autorrevelación</p>	<p>Proporcionar información de lo que uno siente y piensa, empleando mensajes “yo”, “yo siento...”, “pienso que...”</p>	<p>-Cómo pudiste hacerme esto. -Me sabe realmente mal haberlo hecho.</p>
<p>Pregunta asertiva</p>	<p>Consiste en solicitar al otro más información acerca de sus argumentos, para así tener claro a qué se refiere y en qué quiere que cambiemos.</p>	<p>-Si fueras menos egoísta y no hicieras... -Exactamente, ¿qué es lo que te molesta de mi forma de actuar? ¿Qué tiene de malo?</p>

SESION 2

Materiales:

- Un juego de hojas para cada participante que incluya “Cómo educar la asertividad”,
- “Técnicas básicas de asertividad para discusiones”

Descripción

- 1) Se explican distintas formas indirectas y directas de enseñar la asertividad.
- 2) Se realizan ensayos conductuales por parejas de algunas técnicas de asertividad (disco rayado, banco de niebla, aplazamiento asertivo, técnica para procesar el cambio, técnica de ignorar, acuerdo asertivo y pregunta asertiva).

Ejercicio “Nuestras creencias irracionales”

a) Leemos la lista de creencias irracionales y nos preguntamos cuáles poseemos y cuáles hemos podido transmitir a los adolescentes a través de mensajes verbales o actitudinales de:

- – obligación: tienes que..., debes hacer..., deberías...
- – prohibición: no, no hagas..., no pienses..., no digas...
- – negación de sentimientos: no llores, no te preocupes, no goces
- – permiso: no puedo permitir..., puedes...
- – aislamiento / desconfianza: finge..., que no se aprovechen de ti...
- – inseguridad: no vas a poder..., ya lo hago yo...
- – vergüenza / culpa: está mal..., hacer eso es de...
- – inferioridad: no te mereces..., no te dejes tentar... eres pequeño para...
- – desesperación / paralización: no intentes..., no vengas con cosas nuevas
- – locura: eres raro, eres un loco, los otros no lo hacen
- – muerte: un día te matarás, mejor no hubieras nacido...
- – condicionamiento: te lo compraré si haces..., te quiero si...
- – contradicción (decir una cosa y hacer otra)
- b) Cada uno piensa en una preocupación específica que tiene ahora con su hijo adolescente, y se pregunta cómo se siente, qué piensa al sentirse así, si existe alguna creencia irracional en lo que piensa y cómo combatirla (contrapartida racional).

- c) Compartimos las respuestas en pequeños grupos y se obtienen conclusiones.
- d) Puesta en común en el gran grupo.

Lista de creencias irracionales de Ellis y su escuela

CREENCIA IRRACIONAL	CONTRAPARTIDA RACIONAL
<p>Para ser feliz, es necesario que todo el mundo me aprecie, me apruebe y me trate con simpatía.</p> <p>Tengo que ser amado /a y aceptado /a por toda la gente que sea importante para mí.</p>	<p>No siempre voy a caerles bien a todos. Intentaré hacer las cosas bien y no me preocuparé si no contento a todos. Mi valía como ser humano no depende de la aprobación de ninguna otra persona.</p>
<p>Si quiero considerarme necesario y útil, tengo que ser totalmente competente, adecuado / a y capaz de lograr cualquier cosa o, al menos, ser competente o con talento en algún área importante.</p>	<p>No tengo que demostrar que entiendo de todo y que soy competente en todo. Yo valgo mucho, incluso si cometo errores. Puedo aprender de ellos y seguir intentando cosas nuevas.</p>
<p>Cuando alguien actúa de manera ofensiva e injusta, debe ser condenado por ello y ser considerado como un individuo vil, malvado e infame.</p>	<p>El hecho de que algunas personas hagan cosas que supuestamente no deberían hacer no significa que sean malas y que merezcan un escarmiento.</p> <p>Aceptaré los propios errores y los ajenos.</p>
<p>Es horrible que las cosas no salgan como a mi me gustaría.</p>	<p>Si las cosas no salen una vez, ya saldrán a la siguiente. Lo que importa es que mantenga la esperanza.</p>
<p>La desgracia humana es debida a causas externas y la gente no tiene ninguna o muy pocas posibilidades de controlar sus disgustos y trastornos.</p>	<p>Nada está escrito y puedo lograr más de lo que creo. Soy responsable de mi vida. Puedo elegir cuánto me afectará el comportamiento de los demás.</p>
<p>Si algo parece peligroso o terrible, tengo que estar preocupado por ello y sentirme ansioso.</p>	<p>Esperar siempre lo peor no va a arreglar nada.</p> <p>No necesito preocuparme acerca de lo que podría pasar; las cosas generalmente salen</p>

	bien, y puedo controlar el hecho de que sucediera algo malo.
Es más fácil eludir que hacer frente a las dificultades o responsabilidades personales.	Todo irá mejor si me enfrento cuanto antes a las dificultades y responsabilidades de la vida.
Siempre se necesita de alguien más fuerte que uno mismo en quien poder confiar.	Los demás no siempre saben más que yo, también pueden equivocarse. Soy capaz de tratar un problema con responsabilidad y no necesito estar apoyándome siempre en otros.
Lo ocurrido en el pasado nos afecta de tal manera que no se puede borrar y determina nuestra conducta pasada y futura.	Lo pasado, pasado está y se puede integrar. Puedo cambiar y nunca es tarde para ello. No necesito continuar haciendo lo mismo.
Existe una solución precisa y concreta para cada situación, y si no la encuentro sobreviene la catástrofe.	Para cada situación puede haber varias soluciones, a veces contrapuestas, y si no se hallan a la 1ª, ya saldrán a la 2ª o a la 3ª.
Uno debe estar permanentemente preocupado por los problemas de los demás.	Tengo derecho a juzgar si me incumbe la responsabilidad de encontrar soluciones para los problemas de otras personas.
Puedo lograr la felicidad por medio de la inercia, la inactividad y la pasividad. Si no tengo ganas de hacer algo, no lo hago. Si algo es incómodo o molesto, lo evito.	Los problemas no desaparecen ignorándolos. La inercia y la pasividad no son la mejor forma de arreglar las cosas. Ser activo y decidido, buscando ayuda y perseverando hacia la solución, suele ser un mejor planteamiento.
No tengo control sobre lo que siento y experimento.	Tengo cierto control en las relaciones interpersonales y puedo elegir cómo voy a responder a las acciones de otro.
No tengo por qué sufrir, tengo derecho a disfrutar de una buena vida.	La vida no siempre es justa y es posible que sufra a pesar de que trate de evitarlo.

	Puedo afrontar el dolor y aprender de la experiencia.
El enfado es automáticamente malo y destructivo.	El enfado es una emoción honesta. No es malo enojarse, pero es adecuado controlar el enfado.
Tengo que pensar en los otros primero; actuar en favor de los otros incluso si es malo para mí. No debo ser egoísta.	Mis necesidades son importantes. Si las atiendo, estaré más relajado y saludable, y podré actuar mejor en favor de los otros.
No diré cosas que puedan lastimar los sentimientos de otras personas.	Las cosas importantes hay que decirlas, pero con tacto. Lo que uno dice a menudo es menos importante que cómo lo dice.
Los amigos o familiares desconsiderados se merecen que no les hable.	Si los comportamientos de un amigo o familiar me molestan, lo inteligente es hablarlo. Si no hablo sobre ello, ¿cómo voy a solucionarlo!
Debo guardar mis sentimientos para mí.	La expresión de sentimientos construye confianza e intimidad. Si oculto constantemente mis sentimientos a los demás, me desconecto de mi mismo.
La crítica es una buena forma de corregir los errores de la gente.	Me concentraré en solucionar el problema, no en criticar errores pasados. Si me encontrara en el lugar del otro, ¿cómo me gustaría que se dirigieran a mí?
Para cambiar uno debe entender las razones de su conducta.	Para cambiar mi vida es mejor hacer algo en el presente; no esperaré a entender el pasado.
Una persona que realmente me quiera debería saber lo que necesito	Es mejor expresar claramente lo que uno quiere y cómo uno se siente; no debo esperar a que los demás puedan leer mi mente. Las personas que me quieren no se merecen menos.

Debería tener siempre pensamientos positivos, amables y de cariño.	Es preferible tener pensamientos positivos, pero a veces es difícil mantenerlos.
Las manifestaciones emotivas son una señal de debilidad.	Las expresiones de emociones adecuadas a la situación hacen que las otras personas conozcan mejor lo que sentimos hacia lo que sucede.
Antes de abordar una tarea difícil, necesito tener confianza en mí mismo.	El abordar tareas difíciles me da práctica, hace que cada vez sea más fácil y me da confianza en mí mismo.
Necesito tener control de mí mismo en todas las ocasiones.	El exceso de autocontrol bloquea la expresión de los sentimientos. Seré natural.
Esconderé mis errores; lo importante es tener razón.	Nadie es perfecto. Es normal cometer errores. Si no tengo razón, es mejor admitirlo cuanto antes.
Seguro que lo que diga no va a interesar a nadie. Creerán que soy tonto / a por lo que diga o se reirán de mí.	Digo lo que pienso o lo que necesito preguntar. No se trata de parecer inteligente. Es muy probable que lo que tengo que decir interese al menos a alguien. Y si se ríen, ¿qué podría pasar?
Si voy por ahí haciendo cumplidos a la gente y diciéndoles cuánto les aprecio, pensarán que quiero algo de ellos.	Si hago un cumplido cuando la gente se lo merece, estoy recompensando y manifestando mi agrado por ese comportamiento.
Si alguien me hace un cumplido y lo acepto, pensará que soy vanidoso / a.	Si acepto los cumplidos, estoy agradeciendo la atención de la otra persona hacia mí.
Si pido y recibo un favor, estoy obligado / a con la otra persona.	Tengo derecho a rechazar de forma adecuada lo que no quiero hacer.
Es más fácil acceder a la petición de otro que enfrentarme a cómo se sentirá si me niego.	La amistad significa sinceridad, pero no acceder a cada petición del otro.

Descripción

A partir de la presentación de distintas estrategias (los 4 pasos, las 3 R, los 5 peldaños y el enfoque REC) para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos, los padres comparten estrategias particulares que en su experiencia como tales les han sido eficaces.

Ejercicio “Estrategias para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos”

- a) Se presentan distintas estrategias: los 4 pasos, las 3 R, los 5 peldaños y el enfoque REC.
- b) Compartimos estrategias particulares que en nuestra experiencia como padres o educadores nos han sido eficaces.

Los 4 pasos

Paso 1: Describe la conducta ofensiva o molesta de la otra persona en términos objetivos, sin entrar en los motivos de dicha conducta.

Paso 2: Expresa con calma tus pensamientos o sentimientos sobre la conducta o problema de una forma positiva, en términos de objetivo a lograr, centrándote en la conducta molesta y no en la persona.

Paso 3: Especifica el cambio de conducta que quieres que lleve a cabo la otra persona, de forma concreta, procurando que la otra persona pueda satisfacer tus demandas sin sufrir grandes pérdidas (pregúntale si está de acuerdo).

Paso 4: Señala las consecuencias positivas que tendrán lugar si la otra persona mantiene el acuerdo para cambiar y las negativas si no hay cambio.

Las 3 R

Resentimiento: Por turno, cada uno empieza explicitando todo lo que le hace sentirse ofendido o molesto, preferiblemente con mensajes “yo” y evitando los mensajes “tú”, mientras el otro escucha activamente para poder captar bien lo que la otra persona piensa y siente, sin interrumpir en ningún momento.

Requerimiento: Cada persona comunica a la otra que comprende y acepta sus sentimientos, y le requiere algo factible que ayude a sentirse mejor al solicitante y a solucionar el problema.

Reconocimiento: Cada uno indica qué requerimiento del otro está dispuesto a cumplir, evitando el dilema ganador-perdedor y expresando las realidades positivas que ve en la otra parte.

Los 5 peldaños

Peldaño 1: Busca una conducta alternativa que sea incompatible con la que quieres cambiar y prémiala.

Peldaño 2: Ignora la conducta que quieres cambiar.

Peldaño 3: Cumple siempre las amenazas, sean las que sean.

Peldaño 4: Razona sólo cuando el estado de ánimo tuyo y el del otro sea el adecuado para que razonando se pueda llegar a algo beneficioso para ambos. Si piensas que el razonamiento no va a servir para nada, evítalo.

Peldaño 5: Pide los cambios de conducta en el momento adecuado. Si ha pasado el momento en que deberías haberlo hecho y no lo has hecho, cállate.

(Siempre comenzar a “subir” por el primer peldaño)

El enfoque racional emotivo-conductual (REC)

¿Qué sucedió?--> ¿Qué sentí?--> ¿Qué pense al sentirme así? --> ¿Qué hice? --> ¿Qué pensé al actuar así? --> ¿Qué consecuencias tuvo sentir, pensar y actuar así a corto plazo? --> ¿y a largo plazo? --> Si la misma o similar situación volviese a ocurrir, ¿cómo me gustaría sentirme, actuar y pensar? --> ¿Estos nuevos sentimientos, pensamientos y conductas aumentarían la probabilidad de mejores resultados a corto plazo? --> ¿y a largo plazo?

ANEXO No. 10
Resultados Generales

RESULTADOS GENERALES DEL PRE TEST

Edad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
15	8	40,0	40,0
16	6	30,0	70,0
17	5	25,0	95,0
18	1	5,0	100,0
Total	20	100,0	

p1. Cuando planeo algo lo realizo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	1	5,0	5,0
2	1	5,0	10,0
4	4	20,0	30,0
5	8	40,0	70,0
6	4	20,0	90,0
7. De acuerdo	2	10,0	100,0
Total	20	100,0	

p2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
2	1	5,0	5,0
3	2	10,0	15,0
4	1	5,0	20,0
5	7	35,0	55,0
6	7	35,0	90,0
7. De acuerdo	2	10,0	100,0
Total	20	100,0	

p3. Dependo más de mí mismo que de otras personas

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	1	5,0	5,0
3	2	10,0	15,0
4	6	30,0	45,0
5	3	15,0	60,0
6	4	20,0	80,0
7. De acuerdo	4	20,0	100,0
Total	20	100,0	

p4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas que hago

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	1	5,0	5,0
3	2	10,0	15,0
4	3	15,0	30,0
5	5	25,0	55,0
6	6	30,0	85,0
7. De acuerdo	3	15,0	100,0
Total	20	100,0	

p5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	1	5,0	5,0
3	1	5,0	10,0
4	4	20,0	30,0
5	4	20,0	50,0
6	6	30,0	80,0
7. De acuerdo	4	20,0	100,0
Total	20	100,0	

p6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
4	3	15,0	15,0
5	4	20,0	35,0
6	4	20,0	55,0
7. De acuerdo	9	45,0	100,0
Total	20	100,0	

p7. Usualmente veo las cosas a largo plazo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
3	4	20,0	20,0
4	6	30,0	50,0
5	5	25,0	75,0
6	4	20,0	95,0
7. De acuerdo	1	5,0	100,0
Total	20	100,0	

p8. Soy amigo de mí mismo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
3	2	10,0	10,0
4	2	10,0	20,0
5	2	10,0	30,0
6	7	35,0	65,0
7. De acuerdo	7	35,0	100,0
Total	20	100,0	

p9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	2	10,0	10,0
3	1	5,0	15,0
4	6	30,0	45,0
5	5	25,0	70,0
6	4	20,0	90,0
7. De acuerdo	2	10,0	100,0
Total	20	100,0	

p10. Soy una persona decidida

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	2	10,0	10,0
2	1	5,0	15,0
3	1	5,0	20,0
4	5	25,0	45,0
5	6	30,0	75,0
6	3	15,0	90,0
7. De acuerdo	2	10,0	100,0
Total	20	100,0	

p11. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo lo que hago

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	3	15,0	15,0
3	1	5,0	20,0
4	5	25,0	45,0
5	6	30,0	75,0
6	3	15,0	90,0
7. De acuerdo	2	10,0	100,0
Total	20	100,0	

p12. Tomo las cosas una por una

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
2	3	15,0	15,0
3	1	5,0	20,0
4	5	25,0	45,0
5	6	30,0	75,0
6	2	10,0	85,0
7. De acuerdo	3	15,0	100,0
Total	20	100,0	

p13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
2	1	5,0	5,0
3	2	10,0	15,0
4	4	20,0	35,0
5	6	30,0	65,0
6	5	25,0	90,0
7. De acuerdo	2	10,0	100,0
Total	20	100,0	

p14. Soy disciplinado

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	1	5,0	5,0
4	6	30,0	35,0
5	6	30,0	65,0
6	6	30,0	95,0
7. De acuerdo	1	5,0	100,0
Total	20	100,0	

p15. Me mantengo interesado

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	2	10,0	10,0
4	3	15,0	25,0
5	7	35,0	60,0
6	8	40,0	100,0
Total	20	100,0	

p16. Por lo general encuentro algo de que reirme

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
2	4	20,0	20,0
3	2	10,0	30,0
4	2	10,0	40,0
5	5	25,0	65,0
6	4	20,0	85,0

7. De acuerdo	3	15,0	100,0
Total	20	100,0	

p17. El creer en mi mismo me permite atravesar tiempos difíciles

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
3	1	5,0	5,0
4	3	15,0	20,0
5	6	30,0	50,0
6	6	30,0	80,0
7. De acuerdo	4	20,0	100,0
Total	20	100,0	

p18. En una emergencia soy una persona en quién se puede confiar

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	1	5,0	5,0
2	3	15,0	20,0
4	7	35,0	55,0
5	4	20,0	75,0
6	3	15,0	90,0
7. De acuerdo	2	10,0	100,0
Total	20	100,0	

p19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
3	2	10,0	10,0
4	3	15,0	25,0
5	9	45,0	70,0
6	3	15,0	85,0
7. De acuerdo	3	15,0	100,0
Total	20	100,0	

p20. Alguna vez me obligo a hacer las cosas aunque no quiera

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	1	5,0	5,0
3	2	10,0	15,0
4	3	15,0	30,0
5	3	15,0	45,0
6	6	30,0	75,0
7. De acuerdo	5	25,0	100,0
Total	20	100,0	

p21. Mi vida tiene significado

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
4	1	5,0	5,0
5	6	30,0	35,0
6	6	30,0	65,0
7. De acuerdo	7	35,0	100,0
Total	20	100,0	

p22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1. En desacuerdo	3	15,0	15,0
4	4	20,0	35,0
5	5	25,0	60,0
6	4	20,0	80,0
7. De acuerdo	4	20,0	100,0
Total	20	100,0	

p23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
4	5	25,0	25,0
5	5	25,0	50,0
6	7	35,0	85,0
7. De acuerdo	3	15,0	100,0

Total	20	100,0	
-------	----	-------	--

p24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
4	4	20,0	20,0
5	8	40,0	60,0
6	6	30,0	90,0
7. De acuerdo	2	10,0	100,0
Total	20	100,0	

p25. Acepto que hay personas a las que no les agrado

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
3	2	10,0	10,0
4	1	5,0	15,0
5	4	20,0	35,0
6	6	30,0	65,0
7. De acuerdo	7	35,0	100,0
Total	20	100,0	

RESULTADOS GENERALES DEL POST TEST

p1. Cuando planeo algo lo realizo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 4	1	7,7	7,7	7,7
5	5	45,4	45,4	31,1
6	7	46,9	76,9	100,0
Total	13	100,0	100,0	

p2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 5	3	23,1	23,1	23,1
6	9	69,2	69,2	92,3
7. De acuerdo	1	7,7	7,7	100,0
Total	13	100,0	100,0	

p3. Dependo más de mi mismo que de otras personas

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	5	38,5	38,5	46,2
	6	5	38,5	38,5	53,8
	7. De acuerdo	3	23,0	23,0	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas que hago

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	6	46,2	46,2	46,2
	6	4	38,5	38,5	53,8
	7. De acuerdo	3	15,4	15,4	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	3	23,1	23,1	23,1
	6	5	38,5	38,5	61,5
	7. De acuerdo	5	38,5	38,5	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	1	7,7	7,7	7,7
	6	5	38,5	38,5	46,2
	7. De acuerdo	7	53,8	53,8	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p7. Usualmente veo las cosas a largo plazo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	6	46,2	46,2	46,2
	6	5	38,5	38,5	92,3
	7. De acuerdo	2	15,4	15,4	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p8. Soy amigo de mí mismo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	2	15,4	15,4	15,4
	6	8	61,5	61,5	76,9
	7. De acuerdo	3	23,1	23,1	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	7	53,8	53,8	53,8
	6	5	38,5	38,5	92,3
	7. De acuerdo	1	7,7	7,7	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p10. Soy una persona decidida

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	7	53,8	53,8	53,8
	6	3	23,1	23,1	76,9
	7. De acuerdo	3	23,1	23,1	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p11. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo lo que hago

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	5	38,5	38,5	30,8
	6	4	30,8	30,8	61,5
	7. De acuerdo	4	30,8	30,8	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p12. Tomo las cosas una por una

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5.	6	46,2	46,2	46,2
	6	5	38,5	38,5	53,8
	7. De acuerdo	2	15,4	15,4	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	4	30,8	30,8	30,8
s	6	9	69,2	69,2	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p14. Soy disciplinado

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	4	3	23,1	23,1	23,1
s	5	8	61,5	61,5	61,5
	6	2	38,5	38,5	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p15. Me mantengo interesado

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	8	76,9	76,9	84,6
	6	3	7,7	7,7	15,4
	7. De acuerdo	2	15,4	15,4	100,0

Total	13	100,0	100,0	
-------	----	-------	-------	--

p16. Por lo general encuentro algo de que reirme

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	6	38,5	38,5	38,5
	6	6	53,8	53,8	61,5
	7. De acuerdo	1	7,7	7,7	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p17. El creer en mi mismo me permite atravesar tiempos difíciles

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	1	7,7	7,7	7,7
	6	7	53,8	53,8	61,5
	7. De acuerdo	5	38,5	38,5	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p18. En una emergencia soy una persona en quién se puede confiar

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	6	46,2	46,2	46,2
s	6	7	53,8	53,8	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	4	30,8	30,8	30,8
	6	6	46,2	46,2	76,9
	7. De acuerdo	3	23,1	23,1	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p20. Alguna vez me obligo a hacer las cosas aunque no quiera

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	4	2	15,4	15,4	15,4
	5	7	53,8	53,8	69,2
	6	3	23,1	23,1	92,3
	7. De acuerdo	1	7,7	7,7	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p21. Mi vida tiene significado

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	1	7,7	7,7	7,7
	6	5	38,5	38,5	46,2
	7. De acuerdo	7	53,8	53,8	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	7	53,8	53,8	53,8
	6	4	30,8	30,8	84,6
	7. De acuerdo	2	15,4	15,4	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	1	7,7	7,7	7,7
	6	11	84,6	84,6	92,3
	7. De acuerdo	1	7,7	7,7	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	3	23,1	23,1	23,1
	6	5	38,5	38,5	61,5
	7. De acuerdo	5	38,5	38,5	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

p25. Acepto que hay personas a las que no les agrado

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5	6	46,2	46,2	46,2
s	6	7	53,8	53,8	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

ANEXO 11

PRUEBA DE HIPÓTESIS

Para determinar la efectividad del programa se determinó realizar la prueba de hipótesis no paramétrica³ de Wilcoxon para la diferencia en los puntajes obtenidos por el grupo en el Pre Test Vs. Post Test⁴.

Hipótesis Nula (Ho): El grado de resiliencia de los sujetos analizados en el Pre Test **no difiere significativamente** de los resultados del Post Test.

Hipótesis de Investigación (H₁): El grado de resiliencia de los sujetos analizados en el Post Test **es significativamente mayor** al promedio del Pre Test

PRUEBA DE WILCOXON PARA LA DIFERENCIA DE MEDIAS EN EL PRE Y POST TEST CON 85% DE CONFIANZA

Rangos del puntaje total del test

Test	Rango promedio	Suma de rangos
Pre Test	11,48	229,50
Post Test	25,50	331,50

Interpretación de la tabla:

El test de Wilcoxon asigna rangos naturales de 1 a N a los puntajes totales del test de resiliencia en el pre y post test, luego la suma de los rangos en el pre test es 229,5 y en el post test es de 331.5, esto significa que en el post test se obtuvieron mejores puntajes que el pre test.

³ La prueba no paramétrica de Wilcoxon no asume el supuesto de normalidad de los puntajes, por tanto no es necesario realizar una prueba de bondad de ajuste de normalidad.

⁴ Hernandez Sampieri, "Metodología de la investigación", ed. McGraw Hill 2004

ESTADÍSTICO DE CONTRASTE

	Puntaje Total
W de Wilcoxon	331,50
Valor Estandarizado Z	- 4,07
P-valor	0,00
Significancia del test	100%

Interpretación de la tabla

El estadístico de Wilcoxon es igual a 331,5 que corresponde a la suma de los rangos asignados a los puntajes del post test, su valor estandarizado $Z=-4.07$ se obtiene restando su media y dividiendo entre su desviación estándar.

El P-valor es la probabilidad calculada a partir de la tabla normal estándar, en este caso indica que la probabilidad de que la hipótesis nula H_0 sea verdadera es 0% por lo que se decide rechazarla y aceptar la hipótesis de investigación que tiene una probabilidad de significancia del 100%