



# UNIVERSIDAD DE CUENCA



## FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Monografía previa a la obtención del título de Licenciada/o en Psicología Educativa en la especialización de Educación Básica.

**TEMA:**

“FACTORES RELACIONADOS CON LA RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA”

**AUTORES:**

Yolanda Salomé Fárez Urgiles

Wilson Martín García Alvarez

**DIRECTORA:**

Mst. María de Lourdes Pacheco Salazar

Cuenca – Ecuador

2013



## RESUMEN

Hoy en día muchos niños tienen que enfrentarse a varias situaciones adversas en su vida diaria. La resiliencia es una capacidad que puede ayudar a los niños a recuperarse, sobreponerse y superar la adversidad e incluso les permite salir fortalecidos de dicha situación. Hay varios factores protectores tanto internos como externos relacionados con la resiliencia que facilitan el desarrollo de ésta capacidad. En la presente investigación se describió los factores más importantes relacionados con la resiliencia en niños de educación básica. Además se abordó brevemente algunos temas como los antecedentes y definición de resiliencia, características de los niños resilientes y la importancia y fortalecimiento de la resiliencia en la escuela. Para realizar ésta investigación se utilizó una metodología de tipo descriptiva. Se encontró que los factores internos más importantes son: autoestima adecuada, competencia social, empatía, capacidad de resolución de problemas, autonomía, sentido de propósito, confianza en sí mismo, esperanza y optimismo. Y entre los factores externos más relevantes se identificó los siguientes: modelos positivos a imitar, tener relaciones afectivas y de apoyo dentro y fuera de la familia, tener un vínculo estable y positivo con al menos una persona, clima escolar positivo y el apoyo del docente.

**Palabras clave:** resiliencia, factores internos, factores externos, características.



## ABSTRACT

Today many children have to face various adverse situations in their daily lives. Resilience is an ability that can help children recuperate and overcome adversity and even allows them to emerge stronger from this situation. There are several protective factors internal and external which facilitates the development of this capacity. In the present study we described the most important factors associated with resilience in students of General Basic Education. Also briefly discussed such topics as: the history and definition of resilience, resilient characteristics of children and the importance and building resilience in school. To make this research we used a descriptive methodology. We found that the most important internal factors in building resilience in children are: adequate self-esteem, social competence, empathy, problem solving ability, autonomy, sense of purpose, confidence, hope and optimism. And most important external factors are identified as follows: positive role models, having relationships and support within and outside the family, have a stable and positive bond with at least one person, positive school climate and teacher support.

**Keywords:** resilience, internal factors, external factors, characteristics.



## ÍNDICE

RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN .....	11
CAPÍTULO I:	
RESILIENCIA.....	14
1.1 ANTECEDENTES SOBRE LA RESILIENCIA.....	14
1.2 DEFINICIÓN DE RESILIENCIA .....	18
1.3 CARACTERÍSTICAS DE LOS NIÑOS RESILIENTES .....	21
CAPÍTULO II:	
FACTORES RELACIONADOS CON LA RESILIENCIA EN NIÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA.....	25
CAPÍTULO III:	
LA IMPORTANCIA DE LA RESILIENCIA EN LA ESCUELA. ....	42
3.1 EL ENFOQUE DE LA RESILIENCIA EN EL ÁMBITO ESCOLAR.....	42
3.2 EL PAPEL DE LOS MAESTROS EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA RESILIENCIA. ....	47
3.3 FORTALECIMIENTO DE LA RESILIENCIA EN LAS ESCUELAS. ....	53
CONCLUSIONES .....	60
RECOMENDACIONES .....	62
REFERENCIAS CONSULTADAS .....	63
ANEXOS .....	65



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Fundada en 1867

Yo, Wilson Martín García Álvarez, autor de la monografía "Factores relacionados con la resiliencia en estudiantes de educación básica", reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Licenciado en Psicología Educativa en la especialización de Educación Básica. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autor.

Cuenca, Julio del 2013

Wilson Martín García Álvarez

0104030622

---

Cuenca Patrimonio Cultural de la Humanidad. Resolución de la UNESCO del 1 de diciembre de 1999

Av. 12 de Abril, Ciudadela Universitaria, Teléfono: 405 1000, Ext.: 1311, 1312, 1316

e-mail [cdjbv@ucuenca.edu.ec](mailto:cdjbv@ucuenca.edu.ec) casilla No. 1103

Cuenca - Ecuador



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Fundada en 1867

Yo, Wilson Martín García Álvarez, autor de la monografía "Factores relacionados con la resiliencia en estudiantes de educación básica", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor

Cuenca, Julio del 2013

Wilson Martín García Álvarez.

0104030622

---

*Cuenca Patrimonio Cultural de la Humanidad. Resolución de la UNESCO del 1 de diciembre de 1999*

Av. 12 de Abril, Ciudadela Universitaria, Teléfono: 405 1000, Ext.: 1311, 1312, 1316

e-mail [cdjbv@ucuenca.edu.ec](mailto:cdjbv@ucuenca.edu.ec) casilla No. 1103

Cuenca - Ecuador



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Fundada en 1867

Yo, Yolanda Salomé Fárez Urgiles, autora de la monografía "Factores relacionados con la resiliencia en estudiantes de educación básica", reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Licenciada en Psicología Educativa en la especialización de Educación Básica. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autora.

Cuenca, Julio del 2013

Yolanda Salomé Fárez Urgiles

0103825063

---

*Cuenca Patrimonio Cultural de la Humanidad. Resolución de la UNESCO del 1 de diciembre de 1999*

Av. 12 de Abril, Ciudadela Universitaria, Teléfono: 405 1000, Ext.: 1311, 1312, 1316

e-mail [cdjbv@ucuenca.edu.ec](mailto:cdjbv@ucuenca.edu.ec) casilla No. 1103

Cuenca - Ecuador



UNIVERSIDAD DE CUENCA  
Fundada en 1867

Yo, Yolanda Salomé Fárez Urgiles, autora de la monografía "Factores relacionados con la resiliencia en estudiantes de educación básica", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora

Cuenca, Julio del 2013

Yolanda Salomé Fárez Urgiles

0103825063

---

*Cuenca Patrimonio Cultural de la Humanidad. Resolución de la UNESCO del 1 de diciembre de 1999*

Av. 12 de Abril, Ciudadela Universitaria, Teléfono: 405 1000, Ext.: 1311, 1312, 1316

e-mail [cdjbv@ucuenca.edu.ec](mailto:cdjbv@ucuenca.edu.ec) casilla No. 1103

Cuenca - Ecuador





## DEDICATORIA

Dedico esta monografía a mis padres y a todas las personas que me apoyaron durante este proceso y que me ayudaron a alcanzar este objetivo. Y por último deseo dedicarme esta monografía a mí mismo y a mi compañera de monografía. No hubiera sido lo mismo sin ti.

Wilson García A.

Dedico esta monografía, a todas las personas que me apoyaron e hicieron posible que se cumpla uno de mis anhelos, como son mis padres que han estado allí apoyándome incondicionalmente y a mis hermanos que me han motivado siempre.

Salomé Fárez



## **AGRADECIMIENTO**

Queremos agradecer en primer lugar a Dios por darnos capacidad y reflexión durante todo este período.

Además agradecemos a nuestros padres y hermanos por todo el apoyo que nos brindaron durante nuestros años de estudio.



## INTRODUCCIÓN

Muchos niños han tenido que superar grandes dificultades y adversidades como por ejemplo una tragedia personal, sufrir una pérdida, una crisis, dificultades del aprendizaje, abuso y maltrato infantil y otras situaciones negativas. Algunos se dejan vencer por la adversidad, el miedo y el dolor. Pero otros se sobreponen y se enfrentan a la adversidad y consiguen salir adelante más fortalecidos desarrollando nuevas habilidades y destrezas que les permitieron superar ésta condición. Esa es la esencia de la resiliencia.

La resiliencia es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive ser transformado por ellas en forma positiva. La resiliencia puede definirse como la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad.

Un bajo nivel de resiliencia impide que los niños y niñas sean capaces de enfrentar y superar las situaciones adversas que se les presentan y no sean capaces de salir fortalecidos de estos escenarios.

En la presente monografía abordamos el tema “Factores relacionados con la resiliencia en estudiantes de educación básica”.

La presente investigación se desarrolló en tres capítulos. En el capítulo uno: abordamos los antecedentes, definición y características de la resiliencia.

En el capítulo dos: describimos cuales son los factores relacionados con la resiliencia en niños de educación básica.



El capítulo tres: trata acerca de la importancia de la resiliencia en la escuela, para lo cual describimos el enfoque de la resiliencia en el ámbito escolar, el papel de los maestros en la construcción de la resiliencia y el fortalecimiento de la resiliencia en las escuelas.

La siguiente monografía ha sido realizada con el propósito de profundizar y conocer más acerca de este tema. Con ésta investigación se pretende describir cuales son los factores relacionados con la resiliencia en niños de Educación Básica.

La presente investigación es bibliográfica de tipo descriptiva.

El material y los textos utilizados se describen en la bibliografía.



# ***CAPÍTULO I:***

---

## ***RESILIENCIA***

*“Todos sufrimos adversidades a lo largo de nuestra vida pero siempre tenemos la opción de decidir enfrentarnos a nuestros temores y conflictos con valentía y audacia. Jamás permitas que el miedo y el dolor te paralicen. Arriésgate y decide salir adelante.”*

*Wilson García A.*



## **CAPÍTULO I:**

### **RESILIENCIA.**

#### **1.1 ANTECEDENTES SOBRE LA RESILIENCIA.**

A lo largo del tiempo se ha observado que existen personas que son capaces de superar situaciones y condiciones adversas de su vida e incluso son capaces de transformar estas situaciones negativas en una ventaja. Muchas de estas personas han logrado salir fortalecidas y han desarrollado habilidades y destrezas que nunca antes hubieran aprendido si no hubieran tenido que superar ciertas adversidades.

Hoy en día las personas estamos expuestas a una variedad de situaciones estresantes y adversas debido a las situaciones conflictivas del mundo actual. Actualmente estamos sometidos a mayor estrés y situaciones de riesgo que en el pasado.

Es preciso indicar que muchos niños son víctimas de abuso verbal, físico y sexual, maltrato, violencia intrafamiliar, negligencia, falta de motivación, familias disfuncionales e inadecuada comunicación dentro de la familia. Todos éstos son factores de riesgo que no permiten el desarrollo emocional, intelectual, social y físico de los niños.



En la actualidad es necesario desarrollar la resiliencia en nuestra vida cotidiana, en nuestro trabajo, en nuestra vida personal, nuestra vida familiar y sobre todo en el ámbito educativo para la formación del niño. La resiliencia es una capacidad que permite afrontar las adversidades de la vida diaria ya que siempre habrá situaciones de peligro, riesgos y situaciones estresantes. Estas situaciones adversas estarán siempre presentes en la vida del ser humano.

Según Grotberg (2006) la resiliencia nos permite afrontar de manera positiva este bombardeo de situaciones y acontecimientos estresantes. Al afrontar estas escenarios nos volvemos más fuertes, más seguros de nuestros capacidades, más hábiles para producir cambios y minimizar o eliminar lo que nos hace daño.

Munist y otros (1998) indican que en los años 70 Werner realizó un estudio con un grupo de personas desde el nacimiento hasta los 40 años. Se descubrió que había un grupo de niños que aparentemente estaban condenados a presentar problemas en el futuro debido a que algunos de ellos procedían de los estratos más pobres, de madres solteras adolescentes y de grupos étnicos marginados y habían sufrido varios sucesos adversos en su vida. Sin embargo, estos niños al convertirse en adultos llegaron a ser exitosos en la vida, formando familias estables y contribuyendo positivamente con la sociedad. La observación de estos casos condujo a plantear el concepto de “niños invulnerables”. El término “invulnerabilidad”, se entendió como el desarrollo de personas sanas en circunstancias ambientales insanas. Posteriormente se indicó que el concepto de invulnerabilidad era un tanto extremo y que tenía connotaciones biologicistas



y genéticas por lo cual se buscó un concepto menos rígido y más global que reflejase la posibilidad de enfrentar efectivamente eventos estresantes, severos y acumulativos. Es entonces cuando se empezó a utilizar el término resiliencia para explicar este fenómeno.

Rutter (1985) afirma que el término invulnerabilidad resultaba confuso y equivocado por al menos tres razones: la resistencia al estrés es relativa, no absoluta, en tanto que no es estable en el tiempo y varía de acuerdo a la etapa del desarrollo de los niños y de la calidad del estímulo. Las raíces de la resistencia provienen tanto del ambiente como de lo constitucional, el grado de resistencia no es estable, sino que varía a lo largo del tiempo y de acuerdo a las circunstancias. Por estos motivos, en la actualidad se utiliza preferentemente el concepto de resiliencia (citado por Klotiarenco, Cáceres, & Fontecilla , 1997).

A partir de los años ochenta ha ido creciendo el interés por conocer más acerca de las personas que son capaces de desarrollar competencias, capacidades y actitudes positivas a pesar de haber sufrido condiciones adversas o circunstancias que aumentan la posibilidad de presentar patologías. Se indicó que el término “resiliencia” es el más apropiado para explicar esta capacidad de afrontar y superar adversidades.

El término resiliencia se utilizaba originalmente en metalurgia e ingeniería civil para describir la capacidad de algunos materiales de recobrar su forma original después de ser sometidos a una presión deformadora. Más adelante el término fue adoptado por la psicología y las ciencias sociales para caracterizar a





aquellas personas que a pesar de nacer y vivir en condiciones de alto riesgo se desarrollan psicológicamente sanos y socialmente exitosos.

Grotberg (2006) menciona que:

...algunos de los primeros estudios sobre el tema enumeraron características o factores resilientes que contribuían a identificar aquello que resultaba útil y efectivo a la hora de superar adversidades. La investigación generó información que permitía diferenciar a aquellos niños que se sentían a gusto, a pesar de ser parte de familia disfuncionales, de otros que se encontraban claramente afectados por el entorno, las características o factores que los diferenciaban eran muchos. Estos factores son: apoyos externos, la fuerza interior y factores interpersonales (pág. 20).

Grotberg (2006) con respecto a los antecedentes de la resiliencia menciona lo siguiente:

...la historia de la resiliencia muestra que hubo dos generaciones que difirieron en las preguntas que guiaban sus investigaciones. La pregunta que caracterizó a la primera generación fue: "Entre los niños de alto riesgo, ¿Qué distingue a aquellos que tienen buen resultado de los que no lo hacen?". Se llevaron a cabo investigaciones a fin de identificar los factores de riesgo y de resiliencia presentes en los individuos que habían logrado superar la adversidad, y los organizaron en tres categorías (las fortalezas internas desarrolladas, el apoyo externo recibido, y la capacidad adquirida para resolver problemas). La segunda generación, que comenzó a publicar los trabajos en la segunda mitad de la década de 1990, deseaba comprender la manera en que interactuaban el riesgo



y los factores de resiliencia, permitiendo la manifestación de comportamientos resilientes para afrontar riesgos. La segunda generación se enfocó en comprender los procesos y mecanismos subyacentes a la adaptación positiva y al mismo tiempo, mantuvo el interés de la generación anterior, preguntándose qué factores estaban presentes en los individuos de riesgo capaces de abordar las vicisitudes de la vida (pág. 237).

## 1.2 DEFINICIÓN DE RESILIENCIA

“La resiliencia es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e inclusive ser transformados por estas” (Grotberg, 2006 pág.18).

“La resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos” (Suárez Ojeda, 1995, citado por Munist, Santos, Klotiarenco, Suárez Ojeda, Infante, & Grotberg, 1998, pág. 13).

“La resiliencia puede definirse como la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad, y de desarrollar competencia social, académica y vocacional” (Henderson & Milstein, 2003).

Vanistendael (1994) indica la siguiente definición de resiliencia:

La resiliencia distingue dos componentes: la resistencia frente a la destrucción; es decir, la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión; por otra parte, más allá de la resistencia, es la capacidad de forjar un comportamiento



vital positivo pese a circunstancias difíciles. (citado por Munist, Santos, Klotiarencó, Suárez Ojeda, Infante, & Grotberg, 1998, pág. 13).

Uriarte (2005) presenta la siguiente definición de resiliencia:

El término *resiliencia* define la capacidad que tienen las personas para desarrollarse psicológicamente con normalidad, a pesar de vivir en contextos de riesgo, como entornos de pobreza y familias disfuncionales, situaciones de estrés prolongado, centros de internamiento, etc. Se refiere tanto a los individuos en particular como a los grupos familiares o escolares que son capaces de minimizar y sobreponerse a los efectos nocivos de las adversidades y los contextos desfavorecidos y deprivados socioculturalmente (citado por Uriarte, 2006, pág.18).

Rutter (1992) señala el siguiente concepto:

La resiliencia se ha caracterizado como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” en un medio insano. Estos procesos se realizan a través del tiempo, dando afortunadas combinaciones entre los atributos del niño y su ambiente familiar, social y cultural. Así la resiliencia no puede ser pensada como un atributo con que los niños nacen o que los niños adquieren durante su desarrollo, sino que se trata de un proceso que caracteriza un complejo sistema social, en un momento determinado del tiempo (citado por Munist, Santos, Klotiarencó, Suárez Ojeda, Infante, & Grotberg, 1998, pág. 13).

Para Martínez (2011) la resiliencia implica los siguientes aspectos:



La resiliencia constituye una competencia personal imprescindible para afrontar con éxito las situaciones y experiencias dolorosas y problemáticas. Constituye una competencia porque integra procesos cognitivos, afectivos, relacionales y conductuales que hacen posible el desarrollo con éxito de actuaciones de prevención y de intervención ante las situaciones de riesgo y las consecuencias que éstos puedan tener. Aunque tradicionalmente la resiliencia se asociaba a características personales y a situaciones traumáticas concretas, especialmente las padecidas durante la infancia, nosotros proponemos una concepción más amplia y diferente de la resiliencia, por cuatro razones. En primer lugar la resiliencia constituye más una competencia que un conjunto de rasgos personales. Además, todas las personas pueden ser sujetos resilientes, no sólo los niños. Por otra parte, el abanico de problemas asociados a la resiliencia es mucho más amplio que las meras situaciones traumáticas. Por último, consideramos que el sistema educativo y las familias deben ser los responsables de la educación de la competencia en resiliencia. La resiliencia así concebida se convierte en una meta-competencia crítica y transversal en los tiempos actuales, que debe abordarse en todos los niveles de la Educación, desde la Educación infantil hasta la Universidad (pág. 1).

Finalmente podemos indicar que la resiliencia es una capacidad que ayuda a superar obstáculos, contextos adversos, dificultades y situaciones traumáticas que se presentan en cualquier etapa de la vida del ser humano. La resiliencia engloba un comportamiento positivo y ciertas habilidades personales y sociales que permiten un desarrollo integral de la personalidad. Para ello se requiere potenciar ciertos factores internos y externos.



### 1.3 CARACTERÍSTICAS DE LOS NIÑOS RESILIENTES

Brooks & Goldstein (2010) mencionan las siguientes características:

- Sentir que controlamos nuestra vida.
- Saber cómo fortalecer “la resistencia al estrés”.
- Tener empatía con los demás.
- Desarrollar una comunicación efectiva y capacidades interpersonales.
- Tener sólidas habilidades para solucionar problemas y tomar decisiones.
- Establecer metas y expectativas realistas.
- Aprender tanto del éxito como del fracaso.
- Llevar una vida responsable basada en una serie de valores sensatos (pág. 19 y 20).

Trechera (2005) menciona las siguientes características para identificar a un niño resiliente:

1. **Se valora a sí mismo:** Confía en sus capacidades y habilidades y tiene iniciativa para relacionarse con otras personas. Se siente poseedor de valores y merecedor de atención. Tiene una autoestima adecuada y un concepto positivo de sí mismo.



2. **Tiene capacidad para disfrutar de sus experiencias:** demuestra emociones positivas. Tiene la capacidad de disfrutar de lo que hace, es capaz de jugar, reír y gozar. Posee un sentido del humor. Esta actitud le permite ver los aspectos positivos incluso en situaciones difíciles que le toca vivir. Por ejemplo algunos niños que viven en situaciones de pobreza pueden sonreír, jugar y presentan simpatía y alegría.
3. **Se relaciona bien con los demás:** Tiene buenas relaciones interpersonales y amigos de confianza. Cuando tiene algún conflicto con otra persona es capaz de reconciliarse con facilidad. Los niños que poseen esta característica pueden relacionarse con facilidad con los adultos y con otros niños.
4. **Es autónomo:** Tiene autocontrol y es independiente. Tiene la capacidad de distanciarse del contexto negativo para poder actuar sobre él.
5. **Es creativo:** Es capaz de usar su imaginación y transformar la realidad con innovación.
6. **Tiene curiosidad por conocer:** En los niños pequeños la curiosidad se manifiesta a través del interés por descubrir el mundo explorándolo. En adultos el interés se da por las ganas de aprender, este aprendizaje les permite nuevos conocimientos y potenciar sus intereses y hobbies.
7. **Orienta su comportamiento positivamente:** tiene la capacidad de plantearse objetivos y pone los medios para cumplirlos.



Esquema 1 Características del niño resiliente

Fuente: (Trechera, 2005)

## ***CAPÍTULO 2:***

---

# ***FACTORES RELACIONADOS CON LA RESILIENCIA EN NIÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA.***





## CAPÍTULO II:

### FACTORES RELACIONADOS CON LA RESILIENCIA EN NIÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA.

Los análisis de datos del estudio de Werner sobre niños en Kauai (Werner, 1989, citado por Grotberg, 2006) indican que existen 3 clases de factores relacionados que caracterizan a los niños resilientes:

- a. Atributos de disposición del sujeto, tal como nivel de actividades sociales, inteligencia promedio, competencia en la capacidad comunicativa (lenguaje y lectura) y locus interno de control
- b. Lazos afectivos dentro de la familia que brindan apoyo emocional en tiempos de estrés
- c. Sistema de apoyo externos como la escuela, el trabajo o la iglesia que fortalecen las competencias individuales y la determinación y brindan un sistema de creencias que le da razón a la vida.

Para desarrollar la resiliencia es muy importante tomar en cuenta estos factores protectores.

Munist y otros (1998) indican el siguiente concepto de factores protectores:

Son las condiciones o los entornos capaces de favorecer el desarrollo de individuos o grupos y, en muchos casos, de reducir los efectos de



circunstancias desfavorables [...] En lo que concierne a los factores protectores, se puede distinguir entre externos e internos. Los externos se refieren a condiciones del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños: familia extendida, apoyo de un adulto significativo, o integración social y laboral. Los internos se refieren a atributos de la propia persona: estima, seguridad y confianza de sí mismo, facilidad para comunicarse, empatía. (pág. 16,18).

Para Munist y otros (1998) algunos factores de riesgo suelen estar presentes en la mayoría de situaciones de adversidad, sin embargo pueden existir factores protectores que logran desarrollar en las personas la posibilidad de reestructurar, no la situación a la que se ven enfrentadas, sino la percepción que tienen sobre ésta y por tanto de sobrepasarla. Esto genera en los niños una visión optimista sobre las situaciones y a la vez la sensación de que es posible actuar sobre ellas.

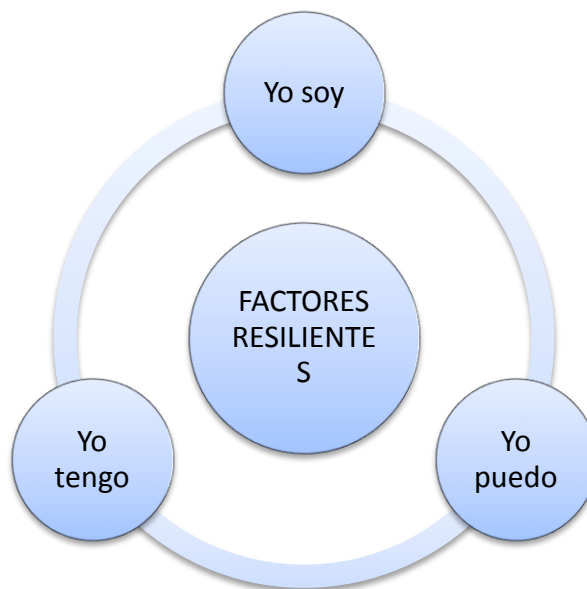
Munist y otros (1998) indican que las situaciones adversas o los factores de riesgo así como los factores protectores están presentes inclusive antes del nacimiento del niño, el desarrollo de la resiliencia se inicia durante la etapa del embarazo. Pero la resiliencia es susceptible de iniciarse en cualquier etapa de la vida y frente a cualquier evento psicosocial. Por ello, es de suma importancia trabajar con los padres a la vez que con los niños, docentes, directivos y comunidad tanto como sea posible.

Los factores protectores relacionados con la resiliencia permiten resistir y superar situaciones de adversidad y construir una nueva percepción positiva de la realidad.

Klotiarenco, Cáceres, & Fontecilla (1997) mencionan lo siguiente:

Los factores protectores, a diferencia de las experiencias positivas, incluyen un componente de interacción. Las experiencias positivas actúan en general de manera directa, predisponiendo a un resultado adaptativo. Los factores protectores, por su parte, manifiestan sus efectos ante la presencia posterior de algún estresor, modificando la respuesta del sujeto en un sentido comparativamente más adaptativo que el esperable (Wolkind & Rutter, 1985, citado por Klotiarenco, Cáceres, & Fontecilla , 1997, pág.21).

Grotberg (2006), señala que para facilitar la comprensión y poner en práctica estos factores se pueden organizar con el modelo YO TENGO, YO SOY, YO PUEDO.



Fuente: (Grotberg, 2006)

Esquema 2 Factores resilientes



El modelo YO SOY, YO TENGO, YO PUEDO fue tomado de Grotberg (2006) y consta de los siguientes aspectos:

**YO TENGO (apoyo externo):**

- Personas dentro de mi familia en las que puedo confiar y que me aman de forma incondicional.
- Una o más personas fuera de mi entorno familiar en las que puedo confiar plenamente.
- Límites en mi comportamiento.
- Personas que me alientan a ser independiente.
- Buenos modelos a imitar.
- Acceso a la salud, a la educación y a servicios de seguridad y sociales que necesito.
- Una familia y un entorno social estables.

**YO SOY (fuerza interior):**

- Una persona que agrada a la mayoría de la gente.
- Generalmente tranquilo y bien predispuesto.
- Alguien que logra aquello que se propone y que planea para el futuro.



- Una persona que se respeta a sí mismo y a los demás.
- Alguien que siente empatía por los demás y se preocupa por ellos.
- Responsable de sus propias acciones y acepto sus consecuencias.
- Seguro de mí mismo, optimista, confiado y tengo muchas esperanzas.

**YO PUEDO (capacidades interpersonales y de resolución de conflictos):**

- Generar nuevas ideas y nuevos caminos para hacer las cosas.
- Realizar una tarea hasta finalizarla.
- Encontrar el humor en la vida y utilizar para reducir tensiones.
- Expresar mis sentimientos y pensamientos en mi comunicación con los demás.
- Resolver conflictos en diferentes ámbitos: académico, laboral, personal y social.
- Controlar mi comportamiento: mis sentimientos, mis impulsos, el demostrar lo que siento.
- Pedir ayuda cuando lo necesito.

Munist y otros (1998) respecto a este modelo indican que en todas estas verbalizaciones aparecen los distintos factores de resiliencia, como la

**AUTORES:** Yolanda Fárez Urgiles - Wilson García Alvarez



autoestima, la confianza en sí mismo y en el entorno, la autonomía y la competencia social y a su vez, la posesión de estas atribuciones verbales puede considerarse como una fuente generadora de resiliencia.

Estas tres fuentes de resiliencia (YO SOY, YO TENGO, YO PUEDO) se pueden desarrollar en la persona en cualquier etapa de la vida. Esta combinación le permite al niño desarrollar un alto nivel de resiliencia permitiendo afrontar las adversidades y situaciones conflictivas de la vida cotidiana para salir fortalecido de situaciones de riesgo o peligro.

“La resiliencia y sus tres categorías de factores se promueven por medio de la interacción individual con los recursos sociales que permiten una adaptación positiva, independientemente de las patologías o de una extrema adversidad” (Grotberg, 2006, pág. 24)

Grotberg (2006) también indica los siguientes factores asociados a la resiliencia:

- Capacidad de hacer planes realistas y tomar las decisiones necesarias para concretarlos.
- Una mirada positiva de uno mismo y confianza en las fortalezas y capacidades personales.
- Capacidad para resolver problemas y poder comunicarse.
- Capacidad para manejar los impulsos y sentimientos fuertes.



Florentino, 2008; Huyeres, 2009 citados por Martínez (2011) mencionan que la Educación basada en la resiliencia tiene que estar fundamentada en tres grandes grupos de elementos esenciales:

**a) Competencias del propio sujeto:**

- **Empatía, sociabilidad y capacidad para llevarse bien con los semejantes:** no se puede desarrollar la competencia de resiliencia sin contar con los demás. En realidad poco se puede hacer en la vida sin contar con los otros, que sirven de modelo, de apoyo o de sujetos a los que ayudar, amar y con los que convivir.
- **Autonomía, libertad, autosuficiencia e independencia:** aunque el apego seguro sea necesario para el desarrollo del sujeto, sólo la persona desapegada puede auto-regularse y crecer.
- **Creatividad:** Permite al sujeto encontrar y diseñar nuevas alternativas, fluir y cambiar.
- **Confianza en los demás y en uno mismo:** para poder asumir riesgos controlados, hacerse cargo de sí mismo y para contar con el apoyo adecuado.
- **Asertividad y optimismo:** el optimismo está vinculado a la esperanza que moviliza y da serenidad, la asertividad a la competencia que permite dirigir el comportamiento y los procesos de toma de decisiones hacia un buen fin.
- **Auto-conocimiento e introspección:** competencia emocional que permite adquirir conciencia de uno mismo para poder desarrollar con



acierto procesos de regulación. Al fin y al cabo, no se puede cambiar ni regular lo que no se conoce.

- **Sentido del humor:** para tomar distancia de los acontecimientos y de uno mismo, desarrollando otros puntos de vista emocionalmente positivos, sin dejar de estar en la realidad. El sentido del humor no está reñido con un desempeño riguroso y responsable.
- **Pensamiento crítico:** competencia especialmente cognitiva que hace posible plantear cambios y nuevas alternativas, a partir de procesos de reflexión y replanteamiento.
- **Proyecto de vida:** competencia para diseñar y plantear a medio y largo plazo un programa vital estimulante, realista y entusiasta sobre el que basar las acciones actuales. Con ello se consigue que el sujeto no sea el mero resultado del devenir de los acontecimientos.
- **Iniciativa:** competencia que permite actuar por voluntad propia cuando sea conveniente, sin depender de los dictados de los demás o de que los otros inicien los procesos.
- **Capacidad de aprendizaje:** para mejorar y cambiar los propios esquemas en función de la propia experiencia y la de los demás. Al fin y al cabo, esta competencia es la que nos distingue de casi la totalidad del resto de especies.
- **Autoestima:** una valoración positiva de uno mismo independientemente de los acontecimientos externos y de los resultados obtenidos, lo cual permite defender los propios derechos,





negarse a realizar acciones impuestas por otros y generar en uno mismo emociones positivas.

- **Ética y responsabilidad:** capacidad para asumir el código ético y los valores socialmente aceptados en el contexto de la propia experiencia, defendiéndolos al mismo tiempo que se desarrolla el propio proceso de individuación.
- **Esfuerzo y voluntad:** para llevar a cabo las decisiones tomadas, con insistencia.
- **Estrategias de afrontamiento:** que permiten adoptar procesos cognitivos, afectivos y conativos de gran contenido adaptativo ante los problemas y la adversidad. Se incluyen las actuaciones encaminadas a dar otro sentido y significado a las experiencias y al entorno, buscar grupos de apoyo, etc.
- Conexión saludable con al menos una figura de apego seguro que sea significativa.
- **Competencias de inteligencia emocional:** además del auto-conocimiento y la regulación, es necesario desarrollar la empatía, la comunicación, las habilidades sociales, etc.
- **Integración:** un adecuado desarrollo del proceso de desarrollo correspondiente a cada etapa.

**b) Recursos sociales:** El sistema educativo en general (incluyendo la familia y la educación no formal) debe favorecer la presencia, en el



desarrollo del proceso de aprendizaje de la competencia de resiliencia, de los siguientes factores:

- Al menos un vínculo estable: apego seguro y saludable de al menos una persona significativa, de la familia, un profesor, amigos, vecinos, la comunidad escolar, etc.
- Apoyo social durante todo el proceso de desarrollo, favoreciendo la autonomía y el des-apego.
- Ambiente educativo regido por normas claramente establecidas y con relaciones afectivas positivas.
- Un modelo socio-educativo que estimule un aprendizaje constructivo, significativo, autónomo, basado en la experiencia y en la realidad.
- La exigencia de responsabilidades, especialmente las socio-educativas, acordes a la edad cronológica y la madurez de los sujetos.
- Oportunidades de desarrollo de destrezas y competencias cognitivas, afectivas y conductuales, sean o no educativas. Se incluyen las competencias asociadas a la inteligencia emocional y la auto-regulación, entre otras competencias y meta-competencias.
- Reconocimiento y atención a los éxitos y habilidades.

- Sistema de valores que incluya la autonomía, la confianza, el esfuerzo, la asertividad, el optimismo, el sentido del humor, la iniciativa, la libertad, la igualdad, la cooperación, la diversidad.

**c) Recursos físicos:** Se consideran necesarios para el aprendizaje y el desarrollo de la resiliencia, la disponibilidad de materiales educativos, infraestructuras adecuadas, equipamientos de centros y viviendas, etc.



**Esquema 3 Factores que contribuyen a la resiliencia**

**Fuente: (Martínez, 2011)**

Algunos de los **factores internos** más importantes para el desarrollo de la resiliencia son los siguientes:

- **La autoestima:** es el valor que cada persona se asigna así misma en un determinado momento. Para Branden (1988) la autoestima es la



capacidad para enfrentar los desafíos de la vida (para comprender y superar los problemas) y sentirse merecedor de felicidad (respetar y defender los intereses, deseos y necesidades). Es un sentimiento de orgullo y satisfacción que sentimos por nosotros mismos. Para Grotberg (2006) la resiliencia tiene alta relación con la autoestima debido a que los niños que gozan de una autoestima alta pueden compartir abiertamente sus pensamientos, sentimientos y sin ocultarlos.

- **Competencia social:** Munist y otros (1998) mencionan que los niños y adolescentes resilientes responden más al contacto con otros seres humanos y son capaces de generar más respuestas positivas en las otras personas. Además son más activos, flexibles y adaptables aún en la infancia. La competencia social es la capacidad para establecer relaciones positivas con otras personas e incluye ciertas cualidades como la de comunicarse con facilidad, demostrar empatía y afecto, y tener comportamientos prosociales. Los niños resilientes, desde una edad muy temprana suelen establecer más relaciones positivas con los demás

Munist y otros (1998) también indican dentro de éste factor se incluye también el sentido del humor que es una cualidad que se valora cada vez más y se la relaciona positivamente con la resiliencia. Desde la resiliencia, el sentido del humor significa tener la habilidad de lograr alivio



al reírse de las propias desventuras y encontrar maneras diferentes de mirar las cosas buscándoles el lado positivo e incluso cómico.

- **Resolución de problemas:** Munist y otros (1998) afirman que algunas investigaciones sobre niños resilientes han descubierto que la capacidad para resolver problemas es identificable en la niñez temprana. Esta característica incluye la habilidad para pensar en abstracto de forma reflexiva y con flexibilidad, y la posibilidad de intentar soluciones nuevas para los problemas. En la adolescencia, los jóvenes son capaces de jugar con ideas y sistemas filosóficos. También se menciona que algunos estudios hechos con adultos que sufrían de problemas psicológicos han identificado consistentemente la falta de esa capacidad en la infancia. En cambio, los estudios hechos con personas resilientes encuentran repetidamente la presencia de capacidades para la resolución de problemas en la infancia. Por ejemplo, algunos niños que viven en las calles o en barrios marginales han desarrollado ésta habilidad de resolución de problemas ya que deben enfrentar situaciones adversas y difíciles constantemente para poder sobrevivir.
  
- **Autonomía.-** Munist y otros (1998) indican que la autonomía se refiere a un fuerte sentido de independencia y que se relaciona con la capacidad de tener un control interno y un sentido de poder personal. Este factor protector también se refiere a un sentido de la propia identidad, la habilidad para poder actuar independientemente y el control de algunos



factores del entorno. Según Munist y otros (1998) algunos autores han identificado la habilidad de separarse de una familia disfuncional y ponerse psicológicamente lejos de los padres enfermos como una de las características más importantes de los niños que crecen en familias con problemas de alcoholismo o enfermedad mental. Los niños resilientes que viven en una familia problemática o disfuncional desarrollan un distanciamiento adaptativo, es decir, se alejan del foco familiar de comportamiento disfuncional. Por ejemplo, el niño resiliente es capaz de diferenciar claramente por sí mismo, entre sus experiencias y los problemas de sus padres. Por lo tanto, entienden que ellos no son la causa de las situaciones negativas de su familia y que su futuro puede ser diferente de la situación de sus padres. Ese distanciamiento adaptativo y la autonomía proveen un espacio protector para desarrollar la autoestima y la habilidad para adquirir metas constructivas.

- **Sentido de propósito y de futuro.-** Munist y otros (1998) indican que este factor está muy relacionado con el sentido de autonomía y el de eficacia propia, así como con la confianza que uno puede tener algún grado de control sobre el ambiente. Esta categoría engloba los siguientes aspectos: expectativas saludables, dirección hacia objetivos, orientación hacia la consecución de los mismos, motivación para los logros, fe en un futuro mejor, sentido de la anticipación y de coherencia. También este autor indica que este factor parece ser uno de los más poderosos predictores de resultados positivos en cuanto a resiliencia.



Grotberg (2006) indica que un factor interno muy poderoso es la confianza en sí mismo, ya que es muy importante para todas las relaciones y el funcionamiento adecuado del ser humano. Por ejemplo, en el caso de los niños que han abandonado su hogar, si no hay autoconfianza su vida estará llena de temor, depresión, sospecha, cinismo, ira y hostilidad. La confianza en sí mismo conduce a la fe, seguridad y confianza para enfrentar y superar cualquier obstáculo de la vida.

Grotberg (2006) menciona que otros factores internos necesarios para la resiliencia son la esperanza, optimismo, fe en el futuro, sentido de la moralidad, de la integridad, de la empatía y del altruismo. Estos factores ayudan a encontrar un sentido a la vida y permiten alcanzar metas vitales.

Según Grotberg (2006) también las ideologías y creencias espirituales contribuyen al desarrollo de factores protectores (sobre todo al enfrentar la violencia, o en caso de alguna pérdida) basado en la creencia de un sentido superior de la vida.

Los factores externos relacionados con la resiliencia se refieren principalmente a los recursos sociales con los que cuenta el niño como ya se mencionó anteriormente. Las redes de apoyo social como grupos comunitarios y religiosos son muy importantes. También es necesario que el niño disponga de modelos positivos a imitar, tener relaciones de afecto y apoyo dentro y fuera de la familia o al menos un vínculo estable y positivo con una persona como mínimo.



Además es necesario que el docente y la escuela propongan normas claras, promuevan valores éticos y ayuden a construir aprendizajes significativos dentro de un clima escolar positivo que permita el desarrollo integral del niño y su resiliencia.

Grotberg (2006) indica que uno de los factores externos más importantes es tener relaciones de afecto y de apoyo dentro y fuera de la familia. Estas relaciones de amor y confianza crean modelos a imitar y ofrecen motivación y seguridad para desarrollar la resiliencia.





## ***CAPÍTULO III:***

---

# ***LA IMPORTANCIA DE LA RESILIENCIA EN LA ESCUELA***

*“No te rindas ante las adversidades de la vida, no gastes energía pensando en lo que no lograste, sino trabaja por lo que puedes lograr”.*

*Salomé Fárez*



## **CAPÍTULO III:**

### **LA IMPORTANCIA DE LA RESILIENCIA EN LA ESCUELA.**

#### **3.1 El enfoque de la resiliencia en el ámbito escolar.**

El enfoque de la resiliencia aplicado al ámbito educativo es un concepto relativamente nuevo. El enfoque de la resiliencia es una nueva perspectiva que propone estrategias desde el optimismo y la esperanza.

Es muy importante fomentar la construcción de la resiliencia en los estudiantes para que pueda superarse y salir fortalecidos a pesar de las dificultades en las relaciones interpersonales, dificultades socioeconómicas, intelectuales, familiares, educativas, etc.

Resulta necesario que los estudiantes aprendan a poner en práctica actitudes resilientes ya que la resiliencia no es una capacidad innata, sino que puede desarrollarse en cualquier etapa de la vida y para ello se requiere también el apoyo de ciertos factores externos como la escuela, los docentes y la familia.

La aplicación de la resiliencia en la etapa escolar es necesaria para que los estudiantes puedan establecer vínculos sociales positivos, desarrollar y poner en práctica valores, mejorar la convivencia escolar, crear un clima escolar positivo y evitar comportamientos autodestructivos.



La resiliencia motiva a practicar conductas solidarias y cooperativas indispensables para el crecimiento personal y a su vez fomenta también a desarrollar cualidades internas como la autoestima, la autoconfianza, el autocontrol, la autodisciplina, la comprensión, empatía, habilidades sociales, etc.

Munist y otros (1998) señalan que la escuela debe promover y ayudar a desarrollar en sus estudiantes las siguientes cualidades que facilitan la resiliencia:

- Control de las emociones y de los impulsos.
- Autonomía.
- Sentido del humor.
- Concepción positiva de sí mismo.
- Empatía.
- Capacidad de comprensión y resolución de problemas
- Competencia cognitiva.
- Capacidad de atención y concentración.
- Autoestima positiva

Munist y otros (1998) además indican que existen otros elementos importantes relacionados con el medio social y familiar que favorecen la resiliencia:

- La seguridad de un afecto incondicional.



- La relación de aceptación y apoyo de un adulto significativo para el estudiante.
- La extensión de redes informales de apoyo.
- El apoyo y el afecto de los padres en las decisiones que sus hijos tomen.
- La enseñanza de valores por parte de los padres o tutores.

“La promoción de la resiliencia no es tarea de un sector determinado, sino la de todos los adultos que tiene la responsabilidad de cuidar y proteger a niños y adolescentes, asegurarles afecto, confianza básica e independencia.” (Junco, 2010, pág. 2 y 3)

Uriarte (2005) menciona lo siguiente:

Diversos estudios han destacado el papel de la escuela, el profesor y las experiencias escolares en la construcción de la resiliencia. La escuela puede ser un contexto para el desarrollo integral y para la resiliencia de todos los alumnos, desfavorecidos o no, si es capaz de sobrepasar la mera función cognoscitiva de enseñar y aprender y se convierte en un verdadero espacio de comunicación, dando oportunidades a todos los alumnos para establecer vínculos positivos que en algunos casos compensen experiencias negativas de otros contextos sociales. (pág. 8)

El desarrollo de la resiliencia en el ámbito escolar es muy importante ya que muchos niños que asisten a la escuela han pasado por varias situaciones adversas como maltrato infantil, violencia doméstica, abuso sexual, acoso escolar, negligencia, familias disfuncionales, abandono por parte de sus



progenitores, explotación del trabajo infantil, etc. También algunos niños presentan varios problemas emocionales, baja autoestima, ansiedad, depresión, alteraciones del sueño, problemas psicosomáticos, etc. Es por eso que un enfoque basado en el desarrollo de la resiliencia desde la escuela ayudará a prevenir y mejorar algunas de las situaciones mencionadas y permite fortalecer la personalidad de los niños para que puedan superar las situaciones desfavorables que se presenten en su vida.

Grotberg (2006) indica que algunas escuelas pocos resilientes se enfocan en las debilidades y carencias del estudiante y problemas de su contexto (ej. problemas familiares, económicos, restricciones culturales, etc.). Este modo de pensar lleva a algunas instituciones a plantear ciertos estándares “socialmente aceptados” y los estudiantes que no cumplen con estos parámetros quedan excluidos. Y esto puede generar un malestar en el estudiante, creando sentimientos de frustración, culpabilidad y desmotivación.

En cambio, una institución educativa con un enfoque basado en la resiliencia busca las potencialidades, fortalezas y las posibilidades, tomando las adversidades como una oportunidad de crecimiento y buscando nuevas alternativas y soluciones. Este modelo educativo acepta la diversidad, la inclusión y es la institución la que se adapta al estudiante para satisfacer sus necesidades.

Estas escuelas de diversidad son un agente de cambio que no se enfoca en las debilidades, es decir, en lo que no hay, sino más bien busca nuevas



posibilidades ante la diversidad. Esto promueve a crear una escuela inclusiva y resiliente.

La escuela resiliente toma en cuenta varios aspectos que van desde la interacción del maestro con el estudiante, convivencia positiva entre estudiantes, el clima de aula y la participación activa de la comunidad.

El enfoque de la resiliencia no va dirigido solamente a los estudiantes sino a todos los actores de la comunidad educativa incluida docentes, directivos, personal administrativo, padres de familia y cualquier actor de la comunidad educativa.

Uriarte (2006) indica lo siguiente:

Diversos estudios han destacado los factores escolares como protectores ante situaciones de riesgo familiar y social. La escuela puede tomar un papel activo cuando el menor ha sido víctima directa o indirecta de malos tratos y de la violencia en el hogar. Si los educadores son receptivos y sensibles, los alumnos acudirán a ellos en busca de protección, de consuelo y de ayuda. El clima escolar es, en gran medida, generado por el profesor. Un clima respetuoso, de alegría y buen humor, así como el rendimiento académico positivo son factores protectores capaces de reducir los efectos de las experiencias negativas y del estrés infantil. (Uriarte, 2006, pág. 10).



### **3.2 El papel de los maestros en la construcción de la resiliencia.**

Los docentes son los encargados de brindar apoyo externo a los niños escolarizados para promover su capacidad de resiliencia.

El papel de los maestros es fundamental en el desarrollo de la resiliencia ya que se vuelven modelos a imitar que motivan a los niños a mejorar y desarrollar aún más sus capacidades académicas, físicas y sociales. Los niños que reciben respeto y apoyo emocional por parte de sus maestros aprenden a ser más resilientes. Los maestros pueden ayudar a los niños a tener mayor autocontrol sobre su conducta en el ámbito escolar. Los maestros clarifican las reglas y expectativas de la escuela. Los maestros deben estar dispuestos a ayudar a los niños cuando entran en conflictos de cualquier índole y ofrecer ayuda frente a las necesidades de los niños.

Los docentes que modelan las conductas resilientes YO TENGO ofrecen un clima de confianza en el cual las fortalezas internas del niño (YO SOY) sumado a la resolución de problemas y las habilidades sociales e interpersonales (YO PUEDO) crecen o se desarrollan aún más. Con los maestros, los niños se dan cuenta de que son respetados y queridos. Aprenden a compartir y a hacer amigos y disfrutar mientras interactúan con sus compañeros, aprenden a ser cuidadosos y a preocuparse cuando sus amigos o compañeros se sienten mal o sufren siendo empáticos con los demás. Muestran respeto por sí mismos y por los demás y desarrollan un mejor autocontrol.



Para fomentar la resiliencia desde la escuela debemos utilizar todos los recursos disponibles, facilitando una formación integral que tome en cuenta el desarrollo de la capacidad cognitiva, psicomotricidad, autoestima, autodisciplina, inteligencia emocional, y habilidades sociales.

El docente desde la práctica educativa es una figura de vital importancia en la prevención de factores de riesgo y promoción de actitudes resilientes positivas.

Muñoz & Sotelo, (2011) mencionan las siguientes prácticas para facilitar la construcción de la resiliencia en el ámbito escolar:

- Establecer una relación personal positiva en su aula de clases.
- Descubrir y resaltar en cada estudiante aspectos positivos tomando en cuenta sus potencialidades y capacidades
- Confiar en sus capacidades, valorar sus talentos y su trabajo académico.
- Ser capaz de ponerse en el lugar del estudiante para comprender sus puntos de vista, actitudes y acciones mediante la empatía y fomentar ésta misma capacidad en el niño.
- Evitar la humillación, el ridículo, la desvalorización, poner etiquetas, y la indiferencia que afectan de forma negativa a la imagen y confianza del estudiante.
- Adoptar actitudes de comprensión, respeto y solidaridad.
- Identificar las diferentes fortalezas, debilidades, expectativas, dificultades y necesidades de los estudiantes.





- Desarrollar capacidades de escucha, expresión verbal y no verbal y de comunicación en general.
- Establecer límites, reglas y normas de convivencia.
- Trabajar en desarrollar comportamientos tranquilizadores y hacer observaciones constructivas que mejoren su desarrollo personal
- Desarrollar comportamiento que transmitan valores y normas incluyendo factores de resiliencia.

Villalobos & Castelán (2011) indican lo siguiente:

Los estudiantes resilientes encontraron a un docente favorito que se convierte en un modelo de rol positivo para ellos; un maestro especial que ejerce una fuerte influencia en sus vidas, brindándoles calidez, afecto, trato con tono humano, sobre todo les enseña a comportarse compasivamente. Innegablemente a los estudiantes resilientes les gusta la escuela y la convierten en su “hogar fuera del hogar”, en un refugio de su ámbito familiar disfuncional. Las escuelas con directivos y maestros resilientes son exitosas y tienden a mantener estándares académicos elevados, a suministrar retroinformación eficaz que ayuda a los estudiantes ofreciéndoles posiciones de confianza y responsabilidad. Los educadores conscientes de su responsabilidad en su gobierno de clase pueden fomentar la resiliencia en sí mismos, en el aula y entre los estudiantes. La clave fundamental es que la escuela sea capaz de ofrecer los reforzadores de los factores protectores en la vida de los estudiantes y de los docentes. La responsabilidad del maestro es detectar a los estudiantes “en riesgo” y ayudarles a construir su resiliencia (pág. 3).



Villalobos & Castelán (2011) además mencionan que en las instituciones educativas el profesor tiene un papel de guía, mediador y facilitador de aprendizajes significativos. La resiliencia está en relación directa con los ambientes de aprendizaje y cómo afectan a su desarrollo. El profesor debe promover un ambiente de aprendizaje afectuoso y agradable con calidez humana para lograr que los estudiantes se sientan motivados y alcancen sus metas y propósitos y poner en práctica la resiliencia en su vida diaria. El humor, la fantasía, el afecto, la aceptación de sí mismo, la ilusión, la alegría, el amor, la generosidad, el optimismo realista, la esperanza, son destrezas relacionadas con la resiliencia que pueden ser enseñadas y aprendidas por los maestros y estudiantes.

El educador requiere dirigir su atención a los factores protectores, que son los recursos que poseen aquellos niños con quienes se trabaja, más que a los factores de riesgo. Una actitud mental basada en el modelo de la resiliencia permite reconocer en los niños la capacidad de ayudarse a sí mismos. El docente se convierte en un apoyo, un tutor y un guía para los niños que les ayuda a salir adelante buscando las fortalezas y oportunidades que ofrecen ellos mismos y su contexto, motivándoles para actuar en beneficio propio, lo que les permite llenarse de esperanza y tener expectativas altas para que de esa manera logren sus metas y objetivos. Para ellos los docentes requieren desarrollar su propia resiliencia para poder fomentarla, promoverla y poner práctica con sus estudiantes a través la convivencia diaria.



Grotberg (2006) menciona que los maestros resilientes promueven nuevas ideas, nuevas formas de hacer las cosas y además reconocen e incentivan estas capacidades en sus estudiantes. Son perseverantes y fomentan la perseverancia en sus estudiantes. También los maestros pueden usar el humor en el proceso de enseñanza y en sus interacciones y además incentivan el humor en sus estudiantes como respuesta a las tensiones. Los maestros resilientes comunican sus pensamientos y sentimientos apropiadamente a sus estudiantes. Además son capaces de controlar su conducta y ayudan a sus estudiantes a manejar la suya. Los docentes son capaces de resolver problemas en distintas situaciones e incentivan a sus estudiantes a encontrar distintas formas de hacerlo. El maestro con alta resiliencia pide ayuda a sus colegas cuando lo necesita e incentiva a sus estudiantes a hacerlo también. Los maestros resilientes deben poseer estos factores y promoverlos en las aulas, patios de recreo, campo de deportes, entre otros.

Como todo ser humano los maestros no son perfectos, por lo tanto, al aceptar sus responsabilidades deben verse a sí mismos con honestidad y concentrarse en mejorar aquellos factores resilientes que aún les falta desarrollar ya que ellos son figuras claves en la construcción de la resiliencia y participan en la tarea de inculcar valores en los estudiantes que estarán presentes de por vida.

Dentro del ámbito educativo hay una serie de estrategias que podemos implementar para potenciar la resiliencia. Silber (1994, citado por Muñoz & Sotelo, 2011) plantea los siguientes elementos al docente para fortalecer la resiliencia desde el ámbito educativo:



- **Conocer la realidad:** Esto permite aumentar la resiliencia en los niños y adolescentes, ya que han desarrollado el hábito de preguntar y obtener respuestas claras y sinceras por parte del docente. Al conocer la realidad adquieren la capacidad de discernimiento e intuición y pueden tener una percepción más clara y realista de los hechos que suceden a su alrededor. Este conocimiento de la realidad les permite entender lo que les sucede a ellos mismos y a los demás y desarrollar la tolerancia. Para ello necesitan disponer de personas adultas cercanas como los maestros y padres a quienes dirigir sus preguntas.
- **Avanzar hacia la independencia y la autonomía:** Los docentes deben reconocer y permitir a los niños orientarse según sus necesidades, intereses y deseos. Es importante que el maestro ayude al niño a pensar por sí mismo, a tomar sus propias decisiones y a ser responsable de sus actos.
- **Ampliar las posibilidades para conectar y establecer relaciones positivas con el entorno social:** La resiliencia de los niños y adolescentes aumenta cuando no quedan encerrados en su entorno y salen a conocer la riqueza de posibilidades que les ofrece el mundo que les rodea, así se puede completar lo que la familia no puede dar. La posibilidad de establecer y ampliar su red de contactos sociales, a muy diversos niveles, potencia los factores de protección ante las situaciones de riesgo. Con esto se busca establecer unas relaciones interpersonales que generen satisfacción y bienestar y con respeto hacia el bienestar propio y de los demás.



- Potenciar la capacidad de explorar todo el entorno, animando a experimentar las posibilidades que se le ofrecen.
- **Mantener la capacidad de jugar, como método para incrementar la creatividad y activar el sentido del humor:** Los niños, adolescentes, jóvenes y adultos que saben jugar son creativos y son capaces de crear orden, belleza y objetivos concretos del caos diario de su experiencia y sentimientos dolorosos. Además el sentido del humor les permite contemplar lo absurdo de los problemas que les agobian y relativizar los problemas cotidianos.
- **Educar la capacidad de juzgar y desarrollar el pensamiento crítico:** Los niños y adolescentes necesitan una educación ética de calidad basada en el pensamiento crítico para juzgar, discernir e interpretar lo positivo y lo negativo de los mensajes que les llegan a través de la cultura, la sociedad, la familia, la escuela y los amigos o compañeros.

### **3.3 Fortalecimiento de la resiliencia en las escuelas.**

“Los padres y maestros deberían brindar una ambiente estable (YO TENGO) que permita a los niños desarrollar sus fortalezas internas (YO SOY), su capacidad de resolver problemas y de entablar relaciones con los demás, (YO PUEDO)”. (Grotberg, 2006, pag.161)

En los primeros años escolares los padres, maestros y el personal educativo en general deberían trabajar en forma conjunta a fin de promover la resiliencia en sí mismos y en los niños dejados a su cuidado. El papel de los maestros es



ayudar a los niños a desarrollar una gran variedad de capacidades de resolución de problemas sociales e interpersonales. Los maestros lo logran desarrollando e incentivando la resiliencia.

Los niños resilientes con factores y comportamientos resilientes YO TENGO, YO SOY, YO PUEDO, llegan a la adolescencia con mayor confianza y con mayores competencias y con un rol más definido como parte integral de la comunidad.

Según Grotberg (2006) es necesario implementar las tres fuentes de resiliencia en el ámbito escolar (YO SOY, YO TENGO, YO PUEDO). A continuación describiremos cada una de ellas:

**YO TENGO (apoyo externo):**

- maestros en los que confío, que me quieren y respetan.
- maestros que me fijan límites, explican las reglas y aplican las consecuencias correspondientes.
- maestros que me enseñan cómo hacer las cosas correctamente.
- maestros que me incentivan a hacer las cosas por mis propios medios.
- maestros que me ayudan cuando estoy enfermo, en peligro o debo aprender.

**YO SOY (fortaleza interna):**

- Una persona que puede querer y amar, de buen corazón.



- Una persona que se complace y se preocupa por los demás.
- Una persona que se respeta a sí misma y respeta a los demás.
- Una persona que acepta la responsabilidad personal.
- Una persona que cree y es optimista cuando piensa en el futuro.

**YO PUEDO (resolución de problemas y capacidades sociales/interpersonales):**

- Compartir mis pensamientos, sentimientos y problemas con otros.
- Resolver mis problemas y cumplir mis tareas.
- Controlarme, cuando siento ganas de hacer algo peligroso o equivocado.
- Saber cuándo hablar o cuando actuar.
- Encontrar ayuda cuando lo necesito.

Es muy importante que la escuela promueva la resiliencia en los niños para que puedan enfrentar las situaciones conflictivas con sus pares. (ej. ser molestados o intimidados), problemas académicos (ej. problemas de lectoescritura, problemas de comprensión y memoria y otras dificultades del aprendizaje) y crisis (ej. la muerte, el divorcio, el abandono, las drogas, enfermedades y los accidentes, etc.). Algunos niños se sienten ansiosos, solos, vulnerables. Estos sentimientos son menos intensos si han desarrollado capacidades resilientes.

Hay muchas cosas que los padres y maestros pueden hacer para promover la resiliencia. Junco (2010) menciona lo siguiente:



Constituirse en un adulto significativo que lo quiera, respete y ayude a tolerar situaciones de frustración, proporciona el amparo imprescindible para que el niño adquiera la confianza básica necesaria para desarrollar su autoestima y potenciar su resiliencia. Entendemos autoestima como la apreciación que el niño va haciendo de sí mismo, que con los años tiende a mantenerse en forma más o menos constante y que debería integrar una auto percepción realista que incluye los aspectos potentes y más débiles de sí mismo...El auto concepto integrado a partir de percepciones de sí mismo y la autoestima, caracterizan la forma como el niño afronta las dificultades, las crisis y se sobrepone a ellas. Estas percepciones provienen de la retroalimentación permanente que proviene del entorno afectivo. Este entorno afectivo es también, potencial facilitador de la creatividad, el juego y el humor...Tomamos el término red social como un grupo de personas, miembros, vecinos, amigos, y otras personas que aportan ayuda y apoyo reales y duraderos tanto a la familia como al individuo (pág. 5).

### **¿Qué acciones podemos desplegar a la hora de promover la resiliencia en los niños?**

Junco (2010) indica las siguientes acciones en el desarrollo de la resiliencia en el niño:

#### **De cuatro a siete años:**

- También aquí, como en todas las edades es esencial brindarles amor incondicional, adecuado a la edad que transita.





- Tranquilizarlos abrazándolos y hablándoles con voz suave, estimulándolos a utilizar técnicas para calmarse a sí mismos, como por ejemplo: Respirar profundo, etc.
- Promover confianza, optimismo y autoestima a través de ayudarlos a encontrar la respuesta adecuada en situaciones problemáticas personales o sociales.
- Elogiarlos por acciones que impliquen independencia y creatividad, como leer un libro, completar un puzzle, inventar un juego.
- Mostrar satisfacción ante conductas autónomas y de colaboración como ordenar sus juguetes, ayudar en alguna tarea.
- Estimular el reconocimiento de sus propios sentimientos y los de los demás, ayudándolo a expresar por ejemplo su disconformidad o enojo.
- Exponerlo gradualmente a situaciones adversas, también tomando en cuenta la posibilidad de resolución de las mismas y ayudándolos a anticiparlas a través de lectura, conversaciones o juegos.
- Estimularlos a expresar empatía y preocupación por los demás: buscar un juguete que se le perdió a un amigo, ayudar a un compañero que no sabe un trabajo escolar, etc.
- Fomentar la comunicación, búsqueda de ayuda y el desarrollo de habilidades de solución de problemas.
- Ayudarlos a aceptar la responsabilidad de su conducta y entender que sus acciones tienen consecuencias en un ámbito de escucha y de respeto, sin enjuiciamiento.

**De ocho a once años:**

- Brindar amor incondicional en forma verbal y física.



- Ayudarlos a expresar sus sentimientos de manera adecuada.
  - Modelar conductas consistentes que comuniquen valores y reglas.
  - Clarificar cuáles son los fundamentos de las reglas y expectativas.
  - Elogiar el cumplimiento de logros y de conductas deseables, tales como perseverar y finalizar una tarea compleja.
  - Proveer oportunidades de practicar como lidiar con los problemas.
  - Alentar la comunicación de hechos de sentimientos y problemas para que se discutan y compartan.
  - Equilibrar el desarrollo de la autonomía con la ayuda que debe estar siempre disponible pero nunca ser impuesta.
  - Impartir las consecuencias o sanciones con el necesario cariño y afecto para que pueda enfrentarlos y compartirlos a posteriori.
  - Negociar con él respetando su creciente independencia, sus nuevas expectativas y nuevos desafíos, protegiéndolos también a través de los límites.
  - Instrumentarlo en la flexibilidad para que pueda optar por una postura resiliente ante los problemas: buscar ayuda en vez de seguir solo en una situación muy difícil, mostrar comprensión en vez de continuar con enojo y miedo, compartir los sentimientos con alguien confiable, en vez de continuar sufriendo a solas.
- (Junco, 2010, pág. 7 y 8).

Trechera (2005) indica las siguientes actitudes para fortalecer la resiliencia desde el ámbito escolar:

- Establecer una relación de persona a persona. Cada niño necesita atención, cuidado y consideración individual.



- Descubrir en cada sujeto aspectos positivos. Confiar en las capacidades, destrezas y habilidades de los niños para ser mejor de lo que es actualmente. Hay que tener expectativas positivas
- Ser capaz de ponerse en el lugar del otro. Fomentar en los niños la empatía y sensibilidad para que puedan comprender los diferentes puntos de vista, actitudes y acciones de los demás.
- Evitar la humillación, el ridículo, la desvaloración y la indiferencia. Esto puede afectar negativamente la imagen y la confianza de la persona que tiene de sí misma. No hay nada más desfavorable que la indiferencia y el desprecio.
- Predicar con el ejemplo. Esto se consiguen adoptando actitudes de respeto, solidaridad, comprensión y generosidad. Por ello es importante que los docentes tengan un comportamiento coherente, donde haya relación y coherencia entre lo que se hace y se dice y así transmitir valores y normas con el ejemplo y no solo con el discurso.
- Tener en cuenta las distintas necesidades, dificultades y expectativas de cada niño. No hay que generalizar. Cada niño es diferente, distinto, único e irrepetible.
- Estimular el desarrollo de la capacidad de escucha, de expresión verbal y no verbal y de la comunicación en general.



## CONCLUSIONES

Para concluir el presente trabajo, se indica que se ha conseguido los objetivos propuestos inicialmente y se destaca los siguientes aspectos:

- Con respecto a la definición de la resiliencia hay que indicar que hay varios autores que plantean diversos conceptos pero el que nos pareció más adecuado es el que plantea Grotberg, que afirma que la resiliencia es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e inclusive ser transformados positivamente por dicha situación como se indica en la página 7 del capítulo 1 del presente trabajo.
- En relación a las características de los niños resilientes hemos podido identificar que los niños resilientes se valoran a sí mismos, tienen capacidad para disfrutar de sus experiencias, mantienen una buena relación con los demás, tienen empatía, son autónomos, creativos, tienen curiosidad por conocer y tienen una orientación positiva hacia la vida (capítulo I, pág 10).
- En relación a los factores relacionados con la resiliencia en niños de educación básica hemos identificado que los factores protectores internos más importantes son: autoestima adecuada, competencia social, empatía, capacidad de resolución de problemas, autonomía, sentido de propósito, confianza en sí mismo, esperanza y optimismo. Los factores



protectores externos más relevantes son: modelos positivos a imitar, tener relaciones afectivas y de apoyo dentro y fuera de la familia, tener un vínculo estable y positivo con al menos una persona, clima escolar positivo, apoyo del docente, redes de apoyo social como grupos comunitarios, religiosos, organizaciones, amigos, familiares, etc. (capítulo 2, página 23-27)

- Con respecto a la importancia de la resiliencia en la escuela queremos indicar que la etapa escolar ayuda a los niños a desarrollar la resiliencia ayudando a establecer vínculos sociales positivos, desarrollar y poner en práctica valores, mejorar la convivencia escolar, crear un clima escolar positivo, compañerismo y evitar comportamientos autodestructivos. También la escuela promueve el desarrollo intelectual, emocional, social y físico del niño. Además es preciso indicar que el apoyo del docente es de gran importancia en la construcción de la resiliencia del niño ya que puede ser un modelo positivo que motive y promueva valores éticos y normas dentro de un clima de aula afectuoso y cálido.

Finalmente ésta investigación sobre la resiliencia nos ayudó a obtener mayor conocimiento acerca de este tema y de cuáles son los factores que necesitamos promover para mejorar la capacidad de resiliencia en los niños y en nosotros mismos. Ha sido un trabajo muy satisfactorio ya que dicho conocimiento también nos ha ayudado a crecer a nivel personal, social y académico.



## RECOMENDACIONES

Se plantea las siguientes recomendaciones:

- Que se realicen más investigaciones y trabajos sobre la resiliencia y los factores relacionados a ella, ya que es un tema extenso que requiere mayor profundización y hay escasa bibliografía sobre este tema en comparación con otros temas.
- La resiliencia se desarrolla a través de la interacción de múltiples factores tanto internos como externos, por lo cual se recomienda trabajar de forma integral prestando atención a todos éstos factores.
- Como ya se indicó la escuela es un poderoso agente constructor de resiliencia, por lo cual se recomienda que los padres, docentes, directivos y toda la comunidad educativa educativa sean capacitados de forma adecuada para que conozcan que es la resiliencia y como pueden promoverla en los niños.
- Para mejorar la resiliencia se recomienda que los docentes y psicólogos de la institución ayuden a los niños a desarrollar habilidades sociales y una comunicación asertiva lo cual les permitirá mejorar sus relaciones interpersonales.
- Además se recomienda para la construcción de resiliencia, promover confianza, optimismo y autoestima a través de ayudar al niño a encontrar la respuesta adecuada en situaciones problemáticas personales o sociales (habilidades de resolución de problemas).



- También se recomienda ayudar al niño a reconocer sus propios sentimientos y los de los demás (empatía). Y también promover la expresión de sus emociones de forma adecuada.

## REFERENCIAS CONSULTADAS

Branden, N. (1988). *Cómo mejorar su autoestima*. Barcelona: Editorial Paidós.

Brooks, R., & Goldstein, S. (2010). *El poder de la resiliencia*. Madrid: Ediciones Paidós.

Fiorentino, M. T. (Marzo de 2008). *La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud*. *Revista Suma Psicológica*, vol. 15, núm. 1. Recuperado el 15 de Mayo de 2013, de <http://openjournal.konradlorenz.edu.co/index.php/sumapsi/article/view/18/4>

Grotberg, E. H. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy*. Barcelona: Editorial Gedisa S.A.

Henderson, N., & Milstein, M. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires : Editorial Paidós.

Junco, I. (Noviembre de 2010). *Resiliencia en la Escuela. Temas para la Educación núm. 11*. Recuperado el 4 de Mayo de 2013, de <http://www2.fe.ccoo.es/andalucia/docu/p5sd7589.pdf>

Klotiarenco, M., Cáceres, I., & Fontecilla, M. (1997). *Estado de arte en resiliencia*.

Martínez, J. (Noviembre de 2011). *La educación para una sociedad resiliente. Contribuciones a las Ciencias Sociales*. Recuperado el 23 de Mayo de 2013, de [www.eumed.net/rev/cccss/14/](http://www.eumed.net/rev/cccss/14/)

Munist, M., Santos, H., Klotiarenco, M., Suárez Ojeda, E., Infante, F., & Grotberg, E. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*.



Muñoz, V., & Sotelo, F. (2011). *Educación para la Resiliencia: Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social*. Madrid.

Trechera, J. (2005). *Agujeros negros de la mente*. Madrid: Editorial Descleé de Brouwer.

Uriarte, J. (2006). *Construir la Resiliencia de la Escuela*. *Revista de Psicodidáctica*, vol. 11, núm. 1. Recuperado el 29 de Abril de 2013, de <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=17514747002>

Villalobos, E., & Castelán, E. (2011). *La Resiliencia en la Educación*. Recuperado el 6 de Junio de 2013, de [http://www.educacion.navarra.es/portal/digitalAssets/50/50516\\_Art.6.pdf](http://www.educacion.navarra.es/portal/digitalAssets/50/50516_Art.6.pdf)





# ***ANEXOS***

---



## ANEXOS

### DISEÑO DE PROTOCOLO DE MONOGRAFÍA

#### 1. TEMA: FACTORES RELACIONADOS CON LA RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA

#### 2. PROBLEMATIZACION:

Según el artículo 343 del Reglamento LOEI, el Sistema Nacional de Educación tiene como finalidad el desarrollo de las capacidades y potencialidades individuales y colectivas de la población. Es por ello que se vemos la necesidad de enfocarnos en el tema de los factores relacionados con la resiliencia en niños de educación básica.

Para Grotberg (1995) la resiliencia es la capacidad del ser humano es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e, inclusive, ser transformado por ellas. (Citado por Munist, 1998)

Un bajo nivel de resiliencia impide que los niños y niñas sean capaces de enfrentar y superar las situaciones adversas que se les presentan y no sean capaces de salir fortalecidos de estos escenarios.

En la Universidad de Cuenca se han realizado varias investigaciones acerca de la resiliencia desde distintos enfoques. De todas éstas investigaciones solo una pertenece a la Facultad de Psicología con el nombre de “Estudio de la resiliencia en hijos de familias disfuncionales” en el año 2011 dirigido por la Mst. María de Lourdes Pacheco. Por ésta razón vemos la importancia de trabajar acerca del tema de los factores relacionados con la resiliencia desde el ámbito de la psicología educativa en nuestra ciudad.

La falta de conocimiento acerca de este tema podría impedir que los docentes fomenten y promocionen la resiliencia entre los estudiantes de educación básica. Es por este motivo que surge la necesidad de investigar sobre los factores relacionados con la resiliencia en niños de educación básica, ya que la escuela es un escenario donde los docentes y psicólogos pueden contribuir al desarrollo de la resiliencia en los estudiantes.

#### 3. OBJETIVOS:

**Objetivo General:** Describir los factores relacionados con la resiliencia en niños de educación básica.

**Objetivos específicos:**

- Describir que es la resiliencia y su importancia en el ámbito educativo.
- Establecer las características de los niños resilientes.
- Identificar los factores protectores externos e internos relacionados con la resiliencia en niños de educación básica.

**4. MARCO TEÓRICO**

La resiliencia puede definirse como la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad, y de desarrollar competencia social, académica y vocacional (Henderson & Milstein, 2003).

El término resiliencia define la capacidad que tienen las personas para desarrollarse psicológicamente con normalidad, a pesar de vivir en contextos de riesgo, como entornos de pobreza y familias multiproblemáticas, situaciones de estrés prolongado, centros de internamiento, etc. Se refiere tanto a los individuos en particular como a los grupos familiares o escolares que son capaces de minimizar y sobreponerse a los efectos nocivos de las adversidades y los contextos desfavorecidos y deprivados socioculturalmente (Uriarte, 2006)

“La resiliencia distingue dos componentes: la resistencia frente a la destrucción; es decir la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión; por otra parte, más allá de la resistencia, es la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a circunstancias difíciles.” (Vanistendael, 1994, citado en Junco, 2010)

La resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos. (Suárez Ojeda, 1993, citado por Fiorentino, 2006)

En psicología el término resiliencia se ha asociado a la felicidad. Para Cyrulnik (2001) el concepto representa la capacidad del ser humano para ser feliz a pesar de los traumas que debe soportar y superar. Por lo tanto, es la capacidad de una persona o de un grupo de personas para seguir proyectándose en el futuro a pesar de las condiciones de vida adversas que pudieran atravesar; se refiere a aquellas personas que a pesar de nacer y vivir en situaciones de riesgo se desarrollan de manera saludable, especialmente desde un punto de vista psicológico. (Citado por Klotiarenco, 1997)



Según Rutter (1985) los factores protectores relacionados con la resiliencia se refieren a las influencias que modifican, mejoran o alteran la respuesta de una persona a algún peligro que predispone a un resultado no adaptativo. (Citado por Klotiarenco, 1997)

Los factores protectores relacionados con la resiliencia son las condiciones o los entornos capaces de favorecer el desarrollo de individuos o grupos y, en muchos casos, de reducir los efectos de circunstancias desfavorables. En lo que concierne a los factores protectores, se puede distinguir entre externos e internos. Los externos se refieren a condiciones del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños: familia extendida, apoyo de un adulto significativo, o integración social y laboral. Los internos se refieren a atributos de la propia persona: estima, seguridad y confianza de sí mismo, facilidad para comunicarse, empatía. (Munist, Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes, 1998)

La resiliencia en el ámbito educativo es muy importante ya que la escuela es un agente socializador que puede promover y enseñar estrategias diversas para aumentar la capacidad de resiliencia de los niños, niñas y adolescentes. La capacidad de resiliencia permitirá que los estudiantes puedan superar las adversidades y situaciones difíciles que se les presente. Una mentalidad resiliente también les ayudará a tener mayor éxito a nivel social, emocional y académico.

Uriarte (2006) menciona que diversos estudios han destacado el papel de la escuela, el profesor y las experiencias escolares en la construcción de la resiliencia. La escuela puede ser un contexto para el desarrollo integral y para la resiliencia de todos los alumnos, desfavorecidos o no, si es capaz de sobrepasar la mera función cognoscitiva de enseñar y aprender y se convierte en un verdadero espacio de comunicación, dando oportunidades a todos los alumnos para establecer vínculos positivos que en algunos casos compensen experiencias negativas de otros contextos sociales. (Uriarte, 2006)

“La promoción de la resiliencia desde la escuela es una parte del proceso educativo que tiene la ventaja de adelantarse y preparar al individuo para afrontar adversidades inevitables”. (Amar, Kotliarenko y Abello, 2003 citados por Uriarte, 2006)

## 5. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

- ¿Qué es la resiliencia y cuál es su importancia en el ámbito educativo?
- ¿Cuáles son las características de los niños resilientes?
- ¿Cuáles son los factores protectores internos y externos relacionados con la resiliencia en niños de educación básica?



**6. ALCANCES DE LA INVESTIGACIÓN**

**Período:** Marzo – Julio 2013

**Grupo de estudio:** niños y niñas de educación básica

**Tipo de investigación:** La investigación será bibliográfica de tipo descriptiva

**7. PROCESO METODOLÓGICO:** La investigación será bibliográfica de tipo descriptiva

**MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

VARIABLES	TECNICA	INSTRUMENTOS	FUENTES
- Factores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisión bibliográfica</li> <li>- Análisis de documentos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fichas bibliográficas</li> <li>- Fichas de resumen</li> <li>- Fichas mnemotécnicas</li> <li>- Organizadores gráficos</li> </ul>	<p>Fuentes de información secundaria</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bibliográfica y hemerográfica</li> <li>- Internet</li> </ul>
-Resiliencia			

**8. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES**



ACTIVIDAD	Marzo				Abril				Mayo				Junio			
1 Elaboración y aprobación del diseño			X	X												
2 Recolección de información					X	X	X	X								
3 Procesamiento de la información									X	X	X	X				
4 Redacción y aprobación de los capítulos										X	X	X	X			
5 Redacción de la introducción, conclusión y recomendaciones.													X	X		
6 Presentación del Informe Final																X

**9. ESQUEMA TENTATIVO DE CONTENIDOS:**

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I: DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA RESILIENCIA

1.1 Concepto de la resiliencia

1.2 Características de la mentalidad resiliente

CAPÍTULO II: LA IMPORTANCIA DE LA RESILIENCIA EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

2.1 El enfoque de la resiliencia en el ámbito escolar

2.2 Fortalecimiento de la resiliencia en las escuelas

CAPITULO III: FACTORES RELACIONADOS CON LA RESILIENCIA EN NIÑOS DE EGB



3.1 Factores externos

3.2 Factores internos

## 10. REFERENCIAS CONSULTADAS

Fiorentino, M. T. (2006). La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. *Suma Psicológica*, vol, 15, num. 1 .

Henderson, N., & Milstein, M. (2003). *Resiliencia en la escuela* . Buenos Aires : Editorial Paidós.

Junco, I. (2010). Resiliencia en la Escuela. *Temas para la Educación num.11* .

Klotiarenco, M. (1997). *Estado de arte en resiliencia*.

Munist, M. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*. Washington D.C.

Uriarte, J. (2006). Construir la Resiliencia de la Escuela. *Revista de Psicodidáctica vol. 11 num.1*