

**FACULTAD DE CIENCIAS DEL TRABAJO Y DEL COMPORTAMIENTO
HUMANO**

Área de Psicología

Investigación fin de carrera titulada:

“Construcción de la resiliencia en los voluntarios de la Junta Provincial Pichincha - Cantón

Quito Cruz Roja Ecuatoriana ”

Realizada por:

Rebeca Yáñez Cornejo

Directora del Proyecto

MG. Shirley Andrade

Como requisito para la obtención del título de

Psicóloga Clínica

Quito, Enero de 2019

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, REBECA ESTHER YÁNEZ CORNEJO, con cédula de identidad # 172306534-6, declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, que no ha sido previamente presentado para ningún grado o calificación profesional; y, que he consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.



Rebeca Esther Yáñez Cornejo

C.C: 1723172306534-6

DECLARATORIA

El presente trabajo de titulación tiene por título:

“CONSTRUCCIÓN DE LA RESILIENCIA EN LOS VOLUNTARIOS DE LA JUNTA
PROVINCIAL PICHINCHA - CANTÓN QUITO CRUZ ROJA ECUATORIANA”

Realizado por:

Rebeca Yáñez Cornejo

Como Requisito para la Obtención de Título de:

PSICÓLOGA CLÍNICA

Ha sido dirigido por la profesora

MG. Shirley Andrade

Quien considera que constituye un trabajo original de su autor



MG. SHIRLEY ANDRADE

DIRECTORA

LOS PROFESORES INFORMANTES

MSC. SOFÍA LÓPEZ

DR. JUAN CARLOS FLORES

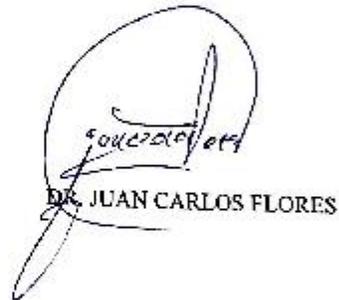
Después de revisar el trabajo presentado,

Lo han calificado como apto para su defensa oral ante

El tribunal examinador.



MSC. SOFÍA LÓPEZ



DR. JUAN CARLOS FLORES

Quito, enero de 2019

DEDICATORIA

A mis queridos padres por mostrarme el camino a la superación, por su apoyo incondicional en cada aspecto de mi vida, porque han sido un pilar fundamental en cada logro que he tenido, por su paciencia y su tiempo, por enseñarme que cada día tiene un propósito, y por brindarme siempre sus consejos para ser la persona que soy.

AGRADECIMIENTOS

A Dios por la vida y por darme la oportunidad de culminar esta etapa importante de mi vida.

A mis padres por su apoyo incondicional durante todos estos años, a mis hermanos por el tiempo y el apoyo emocional que he percibido de ellos.

A mi Tutora Shirley Andrade que siempre estuvo brindándome la ayuda oportuna, por enseñarme a redescubrirme y a luchar por lo que quiero. Gracias por su sabia orientación y por la generosidad de sus conocimientos.

A mi novio quien me ha brindado su compañía y fortaleza.

A mis lectores de tesis Sofía López y Juan Carlos Flores quienes han sido una guía y me han brindado su acertada ayuda en la consecución de esta investigación.

Y a todas las personas que han sido parte de mi formación para ser una profesional.

Resumen

La presente investigación fue desarrollada con el objetivo principal de describir la construcción de la resiliencia en un grupo de voluntarios de 20 a 25 años del Cantón Quito de la Junta Provincial de la Cruz Roja Ecuatoriana. Para el levantamiento de información se utilizó: la Escala de Resiliencia elaborado por Wagnild y Young (1993), además de encuestas aplicadas a los voluntarios, quienes posterior a la firma del consentimiento informado accedieron a colaborar con la información para el desarrollo el presente estudio.

Con la metodología antes mencionada se logró establecer que el 88.20% de los voluntarios tienen un alto nivel de construcción de resiliencia, lo que se puede notar que pese a las adversidades que puedan tener de alguna manera tratan de salir adelante, ven las cosas de manera positiva, y a su vez ayudan a las comunidades que lo necesitan. Tomando en cuenta que van descubriendo y desarrollando nuevas habilidades al momento que participan de talleres, cursos, actividades impartidos por la Junta Provincial de Pichincha- Cantón Quito de la Cruz Roja Ecuatoriana. A su vez se logró identificar las características de las resiliencia mediante la escala antes mencionada.

PALABRAS CLAVE: resiliencia, voluntarios

Summary

The present investigation was developed with the main objective of describing the construction of resilience in a group of volunteers from 20 to 25 years of the Quito Canton of the Provincial Board of the Ecuadorian Red Cross. For the collection of information, the Resilience Scale elaborated by Wagnild and Young (1993) was used, as well as surveys applied to the volunteers, who after signing the informed consent agreed to collaborate with the information for the development of the present study.

With the aforementioned methodology, it was established that 88.20% of volunteers have a high level of resilience construction, which can be seen that despite the adversities they may have in some way try to get ahead, they see things in a way positive, and in turn help the communities that need it. Taking into account that they are discovering and developing new skills at the time they participate in workshops, courses, activities taught by the Provincial Board of Pichincha-Canton Quito of the Ecuadorian Red Cross. At the same time, the characteristics of resilience were identified through the aforementioned scale.

KEY WORDS: resilience, volunteers

INDICE

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	12
1.1.1. Planteamiento del problema	12
1.1.1.1. Diagnóstico del problema	13
1.1.1.2. Pronóstico	14
1.1.1.3 Control del pronóstico	15
1.1.2. Formulación del problema	16
1.1.3. Sistematización del problema	16
1.1.4. Objetivo general	16
1.1.5. Objetivos específicos	17
1.1.6. Justificaciones	18
1.2. MARCO TEÓRICO	20
1.2.1. Estado actual del conocimiento sobre el tema	31
1.2.2. Adopción de una perspectiva teórica	36
1.2.3. Marco conceptual	37
1.2.4. Hipótesis	39
1.2.5. Identificación y caracterización de las variables	39

CAPITULO II MÉTODO

2.1. Nivel de estudio	40
2.2. Modalidad de investigación	40
2.3. Método	41
2.4. Población y muestra	41
2.5. Selección de instrumentos	42

2.6. Validez y confiabilidad de los instrumentos	44
2.7. Operacionalización de variables.....	45
2.8. Procesamiento de datos	53
CAPITULO III RESULTADOS	
3.1. Levantamiento de datos.....	54
3.2. Presentación y análisis de resultados	54
3.3. Aplicación práctica	92
CAPITULO IV	
4.1. Discusión	94
4.2. Conclusiones	96
4.3. Recomendaciones	98
Bibliografía	100
Anexos	103

CAPÍTULO I

1. INTRODUCCIÓN

1.1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.1. Planteamiento del problema

El término resiliencia juega un papel importante en nuestra sociedad actual, de acuerdo a la Real Academia Española la resiliencia está definida como “la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas”, de ese modo las personas son resilientes para afrontar los problemas, les permite ser más empáticos, pueden brindar el apoyo a otra persona que lo necesite.

En los últimos quince años, comenzó a tomar fuerza para las ciudades luego de dos grandes desastres naturales: el terremoto y tsunami en el océano Índico en 2004 y el huracán Katrina en 2005, pues se considera como un proceso que permite que las personas puedan desarrollarse de una manera armoniosa a pesar de estar viviendo situaciones desfavorables.

De acuerdo a la Secretaria de Gestión de riesgos de Ecuador (2008), en su marco de acción determina , el utilizar el conocimiento, la innovación y la educación para crear una cultura de seguridad y de resiliencia a todo nivel, tomando esto en cuenta, podemos recalcar que dentro de nuestro país ya existe una normativa y de ese modo es preciso el obtener más información respecto a cómo la resiliencia y la adaptación influyen en diferentes grupos sociales.

La investigación que se realiza cumple con el lineamiento del Plan del Buen Vivir (PNBV), en el cual menciona: “Fortalecer las acciones de prevención de la salud mental, especialmente para provenir comportamientos violentos”. En la presente investigación se

tendrá en cuenta las líneas de investigación de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias del trabajo y comportamiento humano de la Universidad SEK la cual se relaciona con los dispositivos de atención y prevención en problemáticas psicosociales y promoción de la salud mental.

En el presente trabajo, se investiga sobre la construcción de la resiliencia en los voluntarios que participan en la Junta Provincial de Pichincha- Cantón Quito de la Cruz Roja Ecuatoriana, se escogió este grupo ya que ellos son quienes se encuentran más en situaciones de riesgos frente a las demandas que ejercen en dicha entidad.

1.1.1.1. Diagnóstico del problema

La Junta Provincial de Pichincha de la Cruz Roja Ecuatoriana es una organización no gubernamental, se sostiene por las donaciones, capacitaciones que se brindan a instituciones privadas, posee cuatro coordinaciones que son: Salud Comunitaria, Principios y Valores, Gestión de Riesgos y Juventud , donde los voluntarios que son de la Cruz Roja puedan participar de las actividades que se realicen en ese lugar, como son cubrir eventos deportivos, ferias de salud, participar en talleres, brindar atención pre hospitalaria, unidad canina, apoyo psicosocial, restablecimiento del contacto familiar, cuidado del medio ambiente.

Dentro de la Junta Provincial Pichincha- Cantón Quito se creó el departamento de psicología en el año 2017, donde se realizó las practicas pre profesionales y se atendió a los voluntarios, se realizó genogramas para conocer las relaciones que tenían con sus familiares, cómo era su núcleo familiar, de acuerdo a eso se pudo evidenciar las problemáticas y las relaciones que presentaban cada uno de los voluntarios en sus hogares y con sus familiares

, de ese modo preferían estar en la Cruz Roja y participar en las actividades que se convocaran en la Junta Provincial Pichincha.

A su vez los empleados de la institución que ya habían sido voluntarios años anteriores mencionaban tenían muchos problemas en sus hogares y que buscaban el estar y participar en todo lo que se realizaba dentro de la Cruz Roja, tanto en talleres como ayuda a las personas, para ellos era su segundo hogar y de la experiencia que vivieron durante el tiempo del voluntariado pudieron sobrellevar las situaciones que estaban pasando en sus hogares.

En la literatura se puede encontrar que las personas desarrollan resiliencia, habilidades, capacidades y recursos para poder sobreponerse a cualquier adversidad que se les presente, pueden adaptarse de una manera óptima bajo circunstancias adversas (Luthar, Cicchetti y Becker, 2000). La resiliencia no es un rasgo que las personas tienen o no tienen. Conlleva conductas, pensamientos y acciones que cualquier persona puede aprender y desarrollar. Se trata de una nueva mirada de la manera en que los diferentes seres humanos afrontan posibles causas de estrés: malas condiciones y vejaciones en la familia, reclusión en campos de prisioneros, situaciones de crisis como las causadas por viudez o el divorcio, las grandes pérdidas económicas o de cualquier otra índole. (García, Rodríguez y Zamora).

1.1.1.2. Pronóstico

Con esta investigación, se desea plantear un análisis para comprender cómo se desarrolla la resiliencia en los voluntarios de acuerdo a la situación que cada uno de ellos tengan, de no ser así los voluntarios serían más vulnerables, incapaces de actuar de manera

efectiva, y la Cruz Roja contaría con un contingente humano débil que en lugar de ser ayuda para otros se conviertan en barreras para una óptima asistencia.

Con esta investigación, se espera evaluar a los voluntarios, ver el grado de resiliencia de cada uno de ellos, analizar a la vez el aporte que brinda en el área de voluntariado que se le asigne, también se contaría con un grupo fortalecido y dinámico después de ser intervenido asertivamente, si esto no sucede el grupo de voluntarios se mantendría en una condición vulnerable, sin la actitud emocional de enfrentar diversas circunstancias. La institución estaría trabajando con incertidumbre respecto al estado emocional de los voluntarios.

1.1.1.3 Control del pronóstico

Se logrará conformar Grupos de Ayuda Mutua (GAM) para los voluntarios para dar una respuesta a todas las problemáticas que pueden estar suscitando, de ese modo se pondrían como guía los voluntarios con formación académica en las áreas afines de psicología, también a los voluntarios que manifiesten más fortaleza emocional para asistir a sus colegas los cuales serían quienes escuchen y puedan ayudar a los voluntarios que son vulnerables a los cambios que puedan darse en sus contextos familiares, académicos, personales.

A su vez estudiando la construcción de la resiliencia, se puede llegar a un análisis profundo de la forma que interpretan las crisis que están pasando los voluntarios en esos momentos, también que puedan aceptar las circunstancias que suceden y enfocarse en lo que pueden mejorar en todos sus contextos, de esa manera pueden generar capacidades para llegar a las metas que se han establecido, también podrán aprender de sí mismos aceptando que pueden experimentar tragedias o situaciones difíciles y que las pueden superar con la fuerza de voluntad y una visión positiva de ellos mismos.

1.1.2. Formulación del problema

En la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana se prestan distintos servicios a la comunidad y entidades hospitalarias, su accionar principal es a través del personal administrativo, paramédicos y voluntarios. Los voluntarios operan en distintas áreas tales como: juegos lúdicos, apoyo psicosocial, atención pre hospitalaria, gestión de riesgos, salud en emergencias, prevención de Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH), entre otras. El voluntariado acude de manera regular a la institución para brindar la asistencia que se requiera de acuerdo a la formación y capacidades que tenga. Como un antecedente se ha podido evidenciar que la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana se ha convertido en el segundo hogar del voluntario.

El problema de estudio es determinar el proceso de construcción de la resiliencia para desarrollar un proceso donde los voluntarios puedan sentirse en un ambiente que les brinde la seguridad que necesitan en el momento oportuno.

1.1.3. Sistematización del problema

- ¿Cómo se construye la resiliencia en los voluntarios?
- ¿Qué características de la resiliencia desarrollan los voluntarios?
- ¿Cómo establecer el ambiente emocional más apropiado para el voluntario?

1.1.4. Objetivo general

Describir la construcción de la resiliencia en un grupo de voluntarios de 20 a 25 años del Cantón Quito de la Junta Provincial de la Cruz Roja Ecuatoriana, mediante la caracterización de la misma, para desarrollar estrategias que permitan un progreso en el medio que se encuentran.

1.1.5. Objetivos específicos

- Identificar las características de la resiliencia en los voluntarios mediante una escala de resiliencia.
- Explorar el proceso de la resiliencia en un grupo de voluntarios del Cantón Quito de la Junta Provincial de Pichincha.
- Desarrollar un ambiente adecuado para los voluntarios en la coordinación de Salud Comunitaria, por medio de actividades lúdicas o talleres donde ellos puedan vincularse y de esa manera sentir que ese lugar es seguro para ellos.

1.1.6. Justificaciones

La relevancia social de esta investigación tiene que ver con el grupo concreto escogido para la investigación, y en este caso los voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha- Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana, puesto que son un grupo de personas que cumplen un rol muy importante dentro de la institución.

La Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana cuenta con un estimado de 150 voluntarios activos, que colaboran en distintas actividades como: cuidado ambiental, apoyo psicosocial, salud en emergencias, prevención del uso indebido de drogas, doctrina y derecho internacional humanitario, restablecimiento del contacto familiar, seguridad operativa, cultura de paz, derechos humanos y movilidad humana, promoción y prevención en salud, sexualidad, reducción de riesgos y desastres.

Todos los voluntarios están alineados a un programa que se denomina voluntarios comunitarios integrados, quienes colaboran en actividades desarrolladas en la comunidad, a su vez se les imparte talleres con diferentes temáticas para que ellos realicen las réplicas cuando el caso lo amerite.

Por lo tanto es indispensable que se reciba un tipo de apoyo para que tengan una salud mental óptima para enfrentar las distintas situaciones que viven a diario, de acuerdo a esto la Organización Mundial de la Salud (2004) considera a la salud mental como un recurso individual que contribuye a la calidad de vida de cada persona, para tener la capacidad para mantener relaciones satisfactorias y duraderas.

La investigación en esta área es esencial puesto que permitirá comprender como se construye la resiliencia en los voluntarios, las características que influyen en esta temática.

Será de gran utilidad para proponer un ambiente más adecuado donde los voluntarios sientan que es un lugar seguro.

1.2. MARCO TEÓRICO

Resiliencia

Es importante definir que es resiliencia, Grotberg (1995) menciona que es la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas. Coincide con Becoña (2006) quien indica que la resiliencia es la capacidad de superar los eventos adversos, para ser capaz de tener un desarrollo exitoso pese a las circunstancias que se presenten como es la muerte de los padres, guerras, traumas, entre otros.

Contiene factores que facilitan a las personas salir delante de las adversidades y las dificultades que se presentan en sus vidas. Puerta & Vásquez (2012) indican que la resiliencia es diferente desde distintas disciplinas, entre ellas se encuentran:

- **Metalurgia e ingeniería civil** la resiliencia describe la capacidad de algunos materiales de recobrar su forma original después de ser sometidos a una presión deformadora (Munis, Santos, Klotlirencó, Suarez, Infante y Grotberg, 1997)
- **Ciencias sociales** la resiliencia se utiliza para caracterizar a aquellos sujetos que a pesar de nacer y vivir en condiciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y socialmente exitosos.
- **Osteología** se ha usado para expresar la capacidad que tienen los huesos para crecer en sentido correcto después de una fractura (Badilla, 1999)

Desde este punto de vista se puede evidenciar que la resiliencia se activa en situaciones adversas, de lo cual la persona es capaz de superar los factores de riesgo creando una protección frente a las situaciones que se presenten.

Así también Becoña, (2006) menciona que los primeros estudios sobre la resiliencia que se realizaron fueron en personas con esquizofrenia, en personas expuestas al estrés y la pobreza extrema y en personas que experimentaron hechos traumáticos tempranamente en sus vidas. Se considera como el fenómeno de desarrollo exitoso de una persona bajo condiciones adversas.

El concepto de resiliencia Tarter y Vanykov (1999) comentan que “ se lo asemeja al concepto de *superviviente* donde la persona remonta las dificultades ante una vida adversa y muy difícil ante la que sale exitosamente adelante, e incluso llega a triunfar luego en la vida a pesar de tener todo en contra en la niñez, adolescencia o juventud”. (p. 127)

Este es un punto fundamental ya que se puede evidenciar cómo se desarrolla la resiliencia en la vida adulta, tomando en cuenta los antecedentes que pudo haber vivido en su niñez o adolescencia.

En nuestra actualidad nos estamos expuestos a situaciones de estrés o la pérdida de un familiar o un amigo, es necesario desarrollar resiliencia en todos los ámbitos de nuestra vida.

Vanistendael (1994) define a la resiliencia de la siguiente manera:

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 positivo pese a circunstancias difíciles (Citado por Munist, Santos, Klotiarenco, Suárez Ojeda, infante & Grotberg, 1998, pag.13)

Por otro lado Puerta y Vásquez (2012) indican que la resiliencia puede centrarse en tres procesos:

- **En el individuo:** se manejan conceptos como capacidad, cualidad, mentalidades, característica universal, escudo protector.
- **En el proceso:** definiciones centradas en la interacción que existe entre capacidades personales y el medio ambiente.
- **En el resultado:** definiciones centradas en la superación de la adversidad.

Uriarte (2005) expresa que la resiliencia de la siguiente manera:

Es la capacidad que tienen las personas para desarrollarse psicológicamente con normalidad, a pesar de vivir en contextos de riesgo, como entorno de pobreza y familias disfuncionales, situaciones de estrés prolongado, centros de internamiento, etc. (citado por Uriarte, 2006, pg 18)

Luthar y Cushing (1991, citado en García& Domínguez, 2013) definen la resiliencia como “un proceso dinámico que tiene como resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad (pg. 543).

Esta definición distingue tres componentes esenciales que deben estar presentes en el concepto de Resiliencia:

- La noción de adversidad o amenaza al desarrollo humano,
- La adaptación positiva de la adversidad.
- El proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales.

Desarrollo de la resiliencia

En la revisión de Fergus y Zimmerman (2005, citado en Becoña, 2006) indican que la resiliencia se refiere al proceso de superar los efectos negativos de la exposición al riesgo, afrontamiento exitoso de las experiencias traumáticas y la evitación de las trayectorias negativas asociadas con el riesgo. Tomando en cuenta esto se tienen que evidenciar factores de riesgo y de proyección que ayuden a conseguir un resultado positivo para reducir o evitar un resultado negativo.

De acuerdo a este análisis, García & Domínguez (2013) afirman que el tema de la resiliencia se amplía hacia dos aspectos fundamentales. El primero se comienza a tener en cuenta la noción de proceso, implicando una interacción dinámica e incluyendo en ella factores de riesgo. Y el segundo aspecto es el adaptativo, donde se busca la forma de promover la resiliencia de la manera más eficaz posible a partir de programas sociales.

En un artículo sobre el desarrollo de la personalidad y resiliencia, Medina & Santos (2009) mencionan que, la resiliencia representa el lado positivo de la salud mental ya que se lo considera como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan acceder al bienestar psicofísico a pesar de las adversidades. Depende de la interacción positiva del sujeto con los demás, a su vez depende de la capacidad de resistir las adversidades y agresiones del medio social que produce la salud mental.

La resiliencia no está en los seres excepcionales sino en las personas normales y en las variables naturales del entorno inmediato. Por eso se entiende que es una cualidad humana universal presente en todo tipo de situaciones difíciles y contextos desfavorecidos, guerra, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, y sirve para hacerlos frente y salir fortalecido e incluso transformado de la experiencia (Vanistendael, 2005). La manera como desarrolle cada persona la resiliencia dependerá

de la fuerza de voluntad que tenga para superar las situaciones difíciles que ha vivido y ver la vida desde otro punto de vista.

De la misma forma Suarez (2001) menciona que la resiliencia cuenta con una sólida base de factores conocidos como los “Pilares de la Resiliencia”, los cuales son capaces de proteger al individuo frente a eventos adversos:

- Introspección: es el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta, tiene como base una sólida autoestima.
- Independencia: es saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas, capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en aislamiento.
- Capacidad de relacionarse: es la habilidad para establecer lazos e intimidad con otras personas, para balancear la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros.
- Iniciativa: es el gusto de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes.
- Humor: encontrar lo cómico en la propia tragedia, la percepción de la situación cambia y con ella el afecto y el comportamiento del sujeto, permite ahorrarse sentimientos negativos aunque sea de manera transitoria y soportar situaciones adversas.
- Creatividad: es la capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden, de encontrar nuevas opciones para la resolución de conflictos utilizando los recursos disponibles. Fruto de la capacidad de reflexión, se desarrolla a partir del juego en la infancia.

- Capacidad de pensamiento crítico: permite analizar críticamente las causas y responsabilidades de la adversidad que se sufre, cuando es la sociedad en su conjunto, la adversidad que se enfrenta. Consiste en proponer modos de enfrentamiento y cambio positivo.

Características de las resiliencia

Salgado (2005) comenta sobre las características de la resiliencia, detalladas a continuación:

- Independencia: la capacidad de establecer límites entre uno mismo y los ambientes adversos; entre uno y las personas cercanas, alude a la capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse.
- 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 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.

Existen otras características adicionales desarrolladas por Gaxiola, Frías, Salcedo & Figueroa (2011) que son:

- Perseverancia. Es la persistencia del esfuerzo para lograr metas a pesar de las dificultades y la habilidad para reajustarlas, aprender de las dificultades y reconocer el valor de la adversidad (Pérez, Ferri, Meliá y Miranda, 2007). Consiste en la tendencia a mejorar constantemente las condiciones de vida y mantener la constancia para conseguir lo que se quiere a pesar de los obstáculos. Greff y Ritman (2005) reportan que la perseverancia es una de las características individuales más importantes para enfrentar la pérdida de un padre.
- Flexibilidad. Incluye la aceptación de los problemas como parte normal de la vida y la posibilidad de adaptarse a las pérdidas mediante el enfoque positivo hacia las cosas que permanecen después de las pérdidas. La flexibilidad permite sobrellevar de una manera positiva los problemas propios de la vida. La flexibilidad ante las pérdidas implica aceptación, la cual ha estado asociada a la medición de la resiliencia (Lévano, 2005).

A su vez Oriol (2012) menciona otra característica importante de la resiliencia:

- Adaptabilidad: es la capacidad para vivir, desarrollarse positivamente o superarse frente al estrés o las adversidades que pueden normalmente ser causa de

consecuencias negativas. Es un concepto positivo que reconoce los mecanismos para hacer frente exitosamente a los contratiempos y a las adversidades y que refuerza a los individuos.

Desarrollo de la resiliencia en los jóvenes

Esta investigación se enfoca en jóvenes, pues en la Junta Provincial de Pichincha-Cantón Quito de la Cruz Roja Ecuatoriana la mayoría de la población que es voluntaria se encuentra en esta etapa, de ese modo es más factible tener la información que se requiera con la temática estudiada.

Es preciso indicar que la resiliencia en los jóvenes cumple un rol importante ya que existen variables como la adaptabilidad, la satisfacción personal, la perseverancia, entre otras que actúan frente a cada situación que se presente en los jóvenes. Se han desarrollado estudios longitudinales en los jóvenes en situaciones de riesgo y se encontraron que los efectos de los traumas sufridos en la infancia persistía en la edad adulta temprana (Luthar, 1991) y que ciertos factores protectores ayudaban a las personas a manejar la adversidad (Garmezy, 1991).

Se debe tomar en cuenta que los factores protectores brindan un soporte social con el objetivo de cuidar a la persona frente a las adversidades que puede estar pasando; de ese modo Omar, París, Uribe, Almeida da Silva & Aguilar de Souza (2011) indican que los esfuerzos están puestos en el desarrollo de instrumentos que posibilitan la validación y confiabilidad de la resiliencia en los jóvenes identificando las variables psicosociales que se vayan desarrollando.

El optimismo es una de las variables importantes dentro de la resiliencia ya que acentuar lo positivo sobre lo negativo es un proceso que necesita tiempo y fuerza de voluntad

de cada una de las personas, para Omar, París, Uribe, Almeida da Silva & Aguilar de Souza (2011) el pensamiento constructivo que caracteriza a los jóvenes optimistas es responsable de su habilidad para manejar los problemas situacionales, a su vez las personas pueden ajustarse mejor a los cambios de la vida, poseen un mejor funcionamiento físico y esto genera a su vez un bienestar psicológico.

Es preciso indicar que al desarrollarse un optimismo adecuado, los jóvenes podrán manejar de una manera efectiva los problemas situacionales y de esa forma se logrará que se aumente un bienestar interior. Esto se conjuga con la inteligencia emocional que desarrollen pues podrán afrontar tanto el estrés, como las situaciones diarias de su vida, de acuerdo a un análisis realizado por Byne et al. (2007) muestra que la inteligencia emocional posee un conjunto de capacidades y competencias que influyen en la propia habilidad para manejarse frente a las demandas y presiones del medio ambiente.

Los jóvenes que desarrollan una adecuada inteligencia emocional pueden percibir y valorar sus estados emocionales, saben cómo y cuándo expresar sus emociones y aún más cuando están pasando por una situación que influye en su contexto.

Del mismo modo Coon (1999) en un estudio realizado en la Universidad de Colombia menciona que los estudiantes universitarios a quienes les gusta asumir logros y retos, atribuyen el éxito a su propia capacidad; y al fracaso como una falta de esfuerzo, de ese modo, los estudiantes a pesar de desempeñarse mal en algunas situaciones, no se sienten desmotivados por el estudio, ya que reorganizan sus esfuerzos y lo siguen intentando hasta conseguir su logro.

Por su parte Johnson, Bromley y McGeoch (2007) afirman que los jóvenes que resilientes tienden a interactuar y a alcanzar a los demás, en vez de retraerse, tanto en circunstancias adversas como en normales, tienen la capacidad para reaccionar con humor y compartir con los demás lo cual los ayuda a obtener resultados positivos frente a las circunstancias.

En la etapa de la juventud es característico el formar grupos de semejantes para contener y proteger a todos sus integrantes contra los cambios impuestos desde el exterior, Lorenzo (2010) indica que deben adaptarse a los cambios que se producen en los ambientes sociales que se va a integrando. También debe acoplarse al núcleo familiar que pertenece, que le brindara el apoyo que necesita en esos momentos. Durante esta etapa el joven va a formar su carácter y su personalidad, va fijando modelos de conductas. Un ambiente hostil o un evento que enfrente exigencias difíciles de asumir, hará que el joven explore opciones para salir de las situaciones adversas por las que atraviesa habitualmente.

Además Saavedra y Villalta (2008) mencionan que en la juventud se busca encontrar en el medio social las posibilidades para que su identidad sea reconocida y que su autonomía sea validada en las decisiones y acciones que asumen, para dar sentido y forma a su proyecto vital y de ese modo fortalecer su autonomía.

Construcción de la resiliencia

La construcción de la resiliencia ha tenido un proceso grande en nuestra sociedad, Becoña (2006) comenta que se desarrolló en un inicio en personas con esquizofrenia, personas en pobreza extrema y personas que habían pasado por hechos traumáticos en el transcurso de sus vidas. De esa forma se puede evidenciar que muchas de las personas que

han pasado por eventos traumáticos tuvieron que afrontar la realidad para continuar un proceso de cambio en sus vidas.

Tomando en cuenta esto, la resiliencia está determinada de la siguiente manera como lo indica Garmezy (1996):

“Es la capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después de algún abandono o incapacidad de iniciarse en efecto que cause estrés, tomando en cuenta que la persona debe adaptarse a un ambiente que está en constante cambio”

De ese modo para que se construya una adecuada resiliencia es adecuado que se desarrolle en cada persona un proceso de cambio para que pueda reorganizar sus prioridades vitales, pues de eso depende que pueda recuperarse de los sucesos que le están causando malestar en esos momentos. A su vez la persona debe tener una apertura a nuevas experiencias, donde sea capaz de afrontar su realidad y de ese modo desarrollar una adecuada autoestima para buscar de los aspectos negativos aspectos positivos que le ayuden a ver la vida de una forma distinta.

Cuando se deposita una mirada positiva en los aspectos de gran dificultad las personas se van fortaleciendo poco a poco, ya que es un proceso donde las deficiencias y las debilidades están presentes y es necesario, también el tener una red de contactos como lo son la familia, amigos, así serán los que brinden el acompañamiento necesario cuando la situación lo amerite. Ese ajuste psicológico implica la capacidad de resistir a las adversidades, el control sobre el curso de la propia vida, el optimismo y una visión positiva de la existencia (Scheier y Carver, 1992).

En el área de intervención psicosocial la resiliencia también juega un papel importante dentro de este proceso, para García y Domínguez (2013) la resiliencia ayuda a promover procesos que involucren al individuo y su ambiente social, ayudándolo a superar riesgos y a tener una mejor calidad de vida. Tomando en cuenta esto las personas desarrollaran acciones decisivas en su vida para cultivar una visión positiva de sí mismos, podrán prestar mayor atención a las necesidades y deseos internos que tengan y así disfrutar de cada momento.

Dentro del proceso de construcción de la resiliencia existen factores protectores los cuales poseen la función de proteger y resguardar a la persona de todo tipo de hostilidades, García y Domínguez (2013) mencionan que dichos factores estar agrupados en factores personales como es el humor positivo donde la persona puede expresar sus emociones, ver lo positivo de la situación, otro factor personal es el acercamiento social aquí la persona establece un contacto en su medio para que le brinde el acompañamiento adecuado.

Los factores protectores brindan un soporte social a las personas que tienen la capacidad de ser conscientes que en su medio pueden recibir la ayuda que necesitan, a su vez brindan la capacidad de desarrollar todo tipo de habilidades donde las personas pueden hacer lo que desean y también se brinda una fortaleza interna donde la persona sea capaz de tomar sus propias decisiones y actuar.

Por su parte, Edith Grotberg define la Resiliencia como la interacción de factores resilientes provenientes de tres niveles diferentes: soporte social (yo tengo), habilidades (yo puedo) y fortaleza interna (yo soy y yo estoy).

1.2.1. Estado actual del conocimiento sobre el tema

Resiliencia

García y Soria (2011) realizaron una investigación como proyecto de tesis que tiene como tema: "Factores protectores psico socio económico que determinen resiliencia en adolescentes de 11 a 19 años de dos colegios de la Ciudad de Quito realizado durante un mes de enero 2011", utilizando la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993), del que obtuvieron como resultados que ambos colegios poseían características comunes como: la satisfacción personal, confianza en sí mismo, decisión.

Por otro lado Jaramillo (2014) realizó una investigación como proyecto de tesis que tiene como tema: "Determinantes sociales de la resiliencia adolescente", utilizando la Escala de determinantes sociales de la resiliencia adolescente EDSRA (cuestionario creado ad hoc) y test JJ63 para la medición de la resiliencia adolescente. Del que se obtuvieron como resultados que la dimensión entorno físico familiar es un factor de riesgo 2 veces mayor para ser no resiliente, la dimensión hábitos personales de salud mental es un factor de riesgo 2.7 veces mayor para ser no resiliente y la dimensión estilo de vida es un factor de riesgo 2.6 veces mayor para ser no resiliente.

Por otra parte, el estudio de Gómez (2010), al hacer referencia a la resiliencia respecto a la edad, indica que la resiliencia se sitúa en la trayectoria del ciclo de la vital de las personas y grupos humanos. Se considera que los procesos de desarrollo no siguen patrones fijos ni predeterminados durante las diferentes etapas de la vida (progreso en la infancia y declive en la vejez) sino, que hay diferencias en al menos dos dimensiones. Uno es en la dirección, cambios que pueden producir crecimiento en términos psicológicos, mientras que otros implican declive y, en el segundo, la temporalidad, que se refiere a que el cambio puede producirse en cualquier punto del ciclo vital, tener una variación variable y acabar también en cualquier punto de la vida.

Por tanto, resulta interesante analizar la resiliencia a lo largo del tiempo, ya que este tipo de información nos puede ayudar a comprender las posibles oscilaciones y/o estabilidad en sus niveles. Así, desde una mirada ecosistémica el responder varias preguntas, tales como: si los niños son más resilientes que los adultos, si la juventud supone un descenso en el nivel de resiliencia, y si las mujeres son más resilientes que los hombres en el transcurso de la vida. Sin duda alguna son cuestiones complejas que son necesarias de abordar a fin de aportar datos que nos den respuestas consistentes.

La utilidad de los estudios longitudinales, en los que se sigue durante un tiempo determinado a un mismo grupo de personas, son estudios que nos permiten entender el comportamiento y aportan información fiable. Sin embargo, estos estudios resultan ser escasos debido a razones prácticas así como de costos. Por lo que a menudo se evalúan grupos de personas de diferentes edades para comparar diferencias y analizar si las distintas variables se mantienen o cambian a lo largo del ciclo vital.

La distribución de las edades de la población mundial, está pasando por una profunda transformación, a medida que las tasas de mortalidad y fertilidad han ido descendiendo la distribución de las edades se ha ido modificando (Cárdenas & López-Díaz, 2011). Así, la investigación ha sugerido que la edad y la personalidad juegan un papel en la resiliencia de los individuos, pero estas variables no han sido consideradas en conjunto para determinar la contribución relativa de cada uno, por lo que partiendo de estos referentes teóricos los objetivos de la presente investigación son: medir el nivel de resiliencia en individuos desde 9 a 59 años de edad, observar si existen diferencias en el total de resiliencia y por factores medidos con la escala de González Arratia (2011), según sexo y comparar la estructura factorial de resiliencia de acuerdo a los cuatro grupos de edad (niños, adolescentes, adultos

jóvenes y adultos mayores). Un objetivo complementario es verificar si la escala de resiliencia es una medida adecuada en el caso de los adultos y si cuenta con características psicométricas aceptables para muestras mexicanas, e identificar características diferenciales de los individuos resilientes.

Desarrollo de la resiliencia

Grill (2009) realizó una investigación de tipo empírica para la Universidad Nacional de Mar del Plata con la intención de estudiar qué particularidades del funcionamiento individual están referidas a una respuesta resiliente de acomodación en situaciones traumáticas. Para ello se trabajó con ex batalladores de la guerra de Malvinas por haber sido considerados de los conjuntos poblacionales con más riesgo en nuestra nación ya que la tasa de suicidios y psicopatología procedida de la experiencia bélica alcanza niveles preocupantes, y 27 años más tarde sigue habiendo consecuencias significativas que perturban la calidad de vida de los supervivientes.

Se postuló, como una concepción procedente de la psicología positiva: el crecimiento postraumático, entendido como un constructo multidimensional que ayuda a definir la vivencia de desarrollo a través de la cual los sujetos que traspasaron realidades traumáticas pudieron lograr cambios positivos. Se reflexionó acerca de qué crecimiento postraumático y resiliencia son palabras relacionadas pero no son iguales ya que, por un lado, las personas resilientes tienen una gran fortaleza interna y emocional para enfrentar y prevalecer ante circunstancias que vulneran su entereza, y por otro lado, el CPT es una capacidad que pueden desplegar los hombres como efecto del aprendizaje de la exhibición al trauma. Pero ambos conceptos subrayan el valor que tiene la manera en que las personas desafían lo que les ocurre más que el hecho en sí. Como objetivo general se propuso estimar las discrepancias que

muestran los ex combatientes de Malvinas en características intelectuales y de personalidad asociadas con la experiencia y examinar cualitativamente la experiencia bélica y el estado de crecimiento postraumático y resiliencia. Para ello, se usó un diseño no experimental transversal con metodologías descriptiva y correlacional en una muestra de 100 ex soldados combatientes y se aplicaron los instrumentos en un sólo encuentro de más o menos una hora. Con este trabajo se intentó hacer un aporte a la comprensión de las discrepancias individuales en los ex combatientes en perfiles de personalidad y particularidades resilientes, permitiendo un progreso en el miramiento de inconstantes disposicionales involucradas en las conductas de salud y de sufrimiento, correspondidas con experiencias traumáticas en esta muestra poblacional.

Características de la resiliencia

Andrade, Córdova y Rodríguez (2005) realizaron un estudio transversal, comparativo, con una muestra no probabilística de 1 021 jóvenes de 13 a 18 años. Se desarrolló un cuestionario auto aplicable con cuatro áreas: sociodemográfica, familiar, individual y uso de drogas, que mostró buenos niveles de confiabilidad y validez. De resultados se encontraron diferencias significativas entre los tres grupos. Entre las principales características resilientes identificadas y que mejor distinguen a los abusadores/ dependientes de los no usuarios se encuentran: manejo de conflicto en relaciones interpersonales, control ante situaciones de riesgo, sentido del humor, orientación al futuro, unión familiar, “aguante” y aceptación de la madre.

Se realizaron otros estudios sobre las características de la resiliencia a cargo de Saavedra y Villalta (2008) que indican que los niveles de resiliencia no están relacionados directamente a los tramos de edad y sólo aprecia una diferencia significativa entre 19 y 24

años que reportan puntajes más altos en resiliencia y los adultos entre 46 y 55 años de edad los más bajos.

Otro estudio realizado por Polatti y Martínez (2015), en una investigación como tesis que tiene como tema: “Estudio exploratorio de Resiliencia y Autoeficacia en Bomberos Voluntarios de la Provincia de Buenos Aires”, utilizaron una escala de Resiliencia para adultos de Friborg, Hjemdal, Rosenvinge y Martínez (2006), del que obtuvieron los siguientes resultados solo el 30.8% de la muestra se ubicó en el segmento normal malto de resiliencia.

1.2.2. Adopción de una perspectiva teórica

Se trabajara esta investigación desde la psicología positiva que busca comprender los las cualidades y las emociones positivas del ser humano, según Vera (2006) ayuda a resolver los problemas relacionados con el crecimiento personal y el desarrollo, tomando en cuenta la relación de variables como el optimismo, el humor, emociones positivas y creatividad.

De modo concreto, el campo de la psicología positiva se interesa a nivel individual como a nivel grupal, donde se puede observar los rasgos positivos, las habilidades interpersonales que se van desarrollando frente a las problemáticas.

A su vez se desarrolla una investigación acción participativa donde se llevara adelante los pasos de investigación científica de acuerdo con el enfoque antes mencionado, que implica un proceso de estudio de la realidad de la problemática, es una investigación participativa realizada por expertos y también con la participación de la comunidad involucrada, en este aspecto sería con la participación de los voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana

1.2.3. Marco conceptual

Resiliencia

Para Hernández (1998), el término de resiliencia se refiere a la capacidad que poseen las personas para proceder correctamente, recuperarse después de haber vivido sucesos estresantes y reasumir exitosamente su actividad usual a pesar de los acontecimientos adversos que los rodean.

Así mismo Según Vanistendael (1995), la resiliencia es la capacidad de una persona o de un sistema social de vivir bien y desarrollarse positivamente a pesar de las condiciones de vida difíciles. Distingue dos componentes: la resistencia frente a la posibilidad de destrucción o sea, la capacidad de proteger la propia identidad bajo presión y la capacidad de construir un estilo de vida positivo pese a circunstancias difíciles.

Para Grotberg (1999).La resiliencia es una capacidad humana, para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad.

Por lo tanto la resiliencia es capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al iniciarse un evento estresante. Es la capacidad para afrontar la adversidad y lograr adaptarse bien ante las tragedias, traumas, amenazas o el estrés severo.

Voluntario

Para la (ONU, 1999) es toda acción que realiza un individuo a favor de los demás, de manera no coercitiva, de forma no obligatoria, fuera de su ámbito familiar, sin recibir una remuneración y para un bien común. Igualmente (Cruz Roja Colombiana, 2014) se basa en un compromiso personal para contribuir con sus esfuerzos a materializar la misión del

movimiento “mejorar la vida de las personas vulnerables movilizando el poder de la humanidad”, centrada en cuatro áreas esenciales: promoción de los Principios Fundamentales y los valores humanitarios del Movimiento; respuesta en casos de desastre; preparación para desastres; y salud y asistencia en la comunidad”.

De ese modo ser voluntario es aquella persona que invierte su tiempo, dinero y esfuerzos para ayudar a los demás sin esperar ningún beneficio económico, posee entusiasmo y buen humor con el objetivo de cambiar, aunque sea por unos cuantos días, el panorama de las personas y comunidad en las que se encuentre.

Juventud

De acuerdo a las Naciones Unidas (s/f) define a la juventud como la población comprendida entre los 14 y 25 años, "un momento muy especial de transición entre la infancia y la edad adulta, en el que se procesa la construcción de identidades y la incorporación a la vida social más amplia".

Según la OMS, a este grupo pertenecen las personas entre 21 y 24 años de edad y corresponde con la consolidación del rol social.

Igualmente Souto (2007) argumenta que la juventud es como el periodo de la vida de una persona en el que la sociedad deja de verle como un niño pero no le da un estatus y funciones completos de adulto.

En resumen la juventud es una etapa del desarrollo del ser humano, que comprende la etapa de entre la infancia y la edad adulta, entre los 19-25 años, donde buscan un desarrollar un sentido de pertenencia y desean tener un relacionamiento entre pares

1.2.4. Hipótesis

Las experiencias que tienen las personas a lo largo de su vida implican un proceso de construcción de la resiliencia, pues facilitan su trabajo como voluntarios dentro de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de la Cruz Roja Ecuatoriana, contribuyen a la colaboración y ayuda pertinente a sus semejantes, frente a cualquier situación que se presente.

1.2.5. Identificación y caracterización de las variables

Resiliencia: independencia

Decisión

Invencibilidad

Poderío

Ingenio

Perseverancia

Adaptabilidad

Flexibilidad

Balance

Perspectiva de la vida estable (Wagnild y Young1993)

La variable será la construcción de la resiliencia por medio de una entrevista administrada a los voluntarios de forma grupal, la entrevista estará basada en tres ámbitos: ambiente, familia y desarrollo de la personalidad.

CAPITULO II

2. MÉTODO

2.1. NIVEL DE ESTUDIO

Para esta investigación se ha escogido el nivel de estudio descriptivo, Namakfoosh (2000) menciona sobre la investigación descriptiva que “es una forma de estudio para saber quién, dónde, cuándo, cómo y porqué del sujeto de estudio y se usa para describir las características de ciertos grupos”. (p.29). De ese modo se evalúa la construcción de la resiliencia en un grupo específico de jóvenes voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha-Cantón Quito de la Cruz Roja Ecuatoriana.

2.2. MODALIDAD DE INVESTIGACIÓN

Para esta investigación se escogió la modalidad de estudio de campo, Andino (2012) menciona sobre la investigación de campo que “los datos son recogidos del mismo sitio que

se encuentra el objeto de estudio” (p.29). Los datos serán obtenidos directamente de los voluntarios que pertenecen a la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana.

2.3. MÉTODO

El método seleccionado ha sido el inductivo- deductivo, como argumenta Hernández, Fernández & Baptista (2006), es el que orienta hacia el conocimiento de las situaciones únicas y particulares, busca entender la complejidad de los fenómenos sociales a partir de los significados que las personas aportan.

Andino (2012), argumenta que el método se utiliza con los hechos particulares, siendo deductivo en un sentido, de lo general a lo particular, e inductivo en el sentido contrario, de lo particular a lo general, “la inducción y la deducción están estrechamente relacionadas, su mutua complementación proporciona un conocimiento verdadero sobre la realidad” (p.24)

2.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

La población total de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana es de 150 voluntarios activos, por cuestiones específicas se tomó una muestra de 20 voluntarios que se encuentran dentro de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito, pues no pasan todo el tiempo en la institución, y se deben realizar publicaciones para que ellos puedan venir a los distintos programas.

Basado en el muestreo de participantes voluntarios, que Hernández, Fernández y Baptista (2007) lo definen como una técnica donde el investigador elabora conclusiones sobre casos que llegan a sus manos de forma casual. Adicionalmente por razones éticas no se colocará el nombre de los participantes, por lo que se utilizará números para la descripción de los casos.

TABLA DE DATOS

Participantes	género	edad	nivel educativo	años de voluntario
Caso 1	Femenino	23	superior	1 año
Caso2	Masculino	20	superior	6 años
Caso 3	Masculino	21	superior	1 año
Caso 4	Masculino	25	superior	7 años
Caso 5	Masculino	24	superior	1 año
Caso 6	Femenino	20	superior	4 meses
Caso 7	Masculino	23	superior	11 años
Caso 8	Femenino	21	superior	4 años
Caso 9	Femenino	24	superior	4 años
Caso 10	Masculino	21	superior	4 años
Caso 11	Masculino	20	superior	1 año
Caso 12	Masculino	21	superior	4 años
Caso 13	Masculino	20	superior	1 año
Caso 14	Masculino	22	superior	1 año
Caso 15	Femenino	21	superior	1 año
Caso 16	Femenino	22	superior	1 año
Caso 17	Femenino	20	superior	2 años
Caso 18	Masculino	25	superior	10 años
Caso 19	Masculino	23	superior	3 años
Caso 20	Masculino	24	superior	3 años

Tabla de datos elaborado por Rebeca Yáñez, 2018

2.5. SELECCIÓN DE INSTRUMENTOS

En presente investigación se utilizara los siguientes instrumentos y técnicas psicológicas.

- Escala de Resiliencia (R.S.) elaborado por Wagnild y Young (1993), esta escala está constituida por 25 ítems, descritos de forma positiva, compuesta por dos

dimensiones: competencia personal y de aceptación de sí mismo con una escala de respuesta tipo Likert, comprendida entre 1 (no estoy de acuerdo en absoluto) y 7 (estoy de acuerdo totalmente). Su puntuación varía entre 25 y 175 puntos, correspondiendo los valores altos a una elevada resiliencia. La cual se encuentra en el anexo N°1.

Para el desarrollo de este acápite de la investigación, se aplicó a los voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana, previo a la firma de consentimiento informado, los cuales se encuentran en el anexo N° 2 esto es para identificar los niveles de resiliencia que tienen los voluntarios.

- Encuesta: según Balcells (1994) se pregunta por la naturaleza de un fenómeno social, y su objetivo es ofrecer una definición de la realidad, examinar un fenómeno para caracterizarlo del mejor modo posible o para diferenciarlo de otro.

La encuesta consta de 8 preguntas, elaborado por la autora, la cual además fue revisada por 2 expertas en temas afines quienes determinaron que sería importante mejorar la redacción de las preguntas, también replantear las preguntas y reducir el número de preguntas de 10 a 8 preguntas. De esa manera se hicieron las respectivas correcciones para enviar las encuestas.

Misma que se realizó a voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana, previo a la autorización mediante la firma del consentimiento informado, los cuales se encuentran en el anexo N°3 para verificar sobre el desarrollo y construcción de la resiliencia que poseen los voluntarios.

2.6. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS

Según Rúa y Andreu (2011) después de haber obtenido los resultados de los coeficientes de correlación ítem-test corregido o índice de discriminación (ID) mediante el coeficiente de correlación Pearson (entre 0.37 y 0.75). Son superiores a 0.20, luego se les considera estadísticamente significativos), los resultados del coeficiente Alfa global (nivel de fiabilidad de una escala de medida. 0.81 en la escala total siendo 1 el nivel máximo), y la proporción de variación de los factores, la ER sí se puede considerar como una escala válida y fiable, es decir, sí mide lo que dice medir en adolescentes y adultos.

Por otro lado la encuesta que se realizó a los voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana, como se mencionó con anterioridad consta de 8 preguntas, referentes a los factores obtenidos de la Escala de Resiliencia como son: Confianza y sentirse bien solo, perseverancia, ecuanimidad, aceptación de uno mismo. Encuesta que fue elaborada por la investigadora y fue valida por dos expertas que analizaron el contenido y la redacción de las preguntas, para poder proceder a la aplicación.

2.7. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Nivel de medición	Indicadores
Resiliencia	Es un conjunto de procesos sociales y psicológicos que facilitan el llevar una vida sana en un medio insano, así como considerarla una capacidad humana, que permite enfrentar las adversidades,	Factor 1: Confianza y sentirse bien solo 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	<ul style="list-style-type: none"> - Totalmente en acuerdo - Desacuerdo - Algo en desacuerdo - Ni en desacuerdo ni en acuerdo - Algo de acuerdo - Acuerdo - Totalmente de acuerdo 	<p>Preguntas:</p> <p>2. Dependo más de mí mismo que de otras personas.</p> <p>3. Me mantengo interesado en las cosas.</p> <p>4. Generalmente me las arreglo de una manera u otra.</p>

	<p>superarlas y ser transformado positivamente (Munist, et al., 1998).</p>	<p>sus propias fuerzas y limitaciones.</p> <p>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</p>		<p>5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo.</p> <p>6. El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.</p> <p>8. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida</p> <p>15. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.</p>
--	--	--	--	--

		significado de ser únicos.		16. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado. 17. Tomo las cosas una por una. 18. Usualmente veo las cosas a largo plazo
--	--	-------------------------------	--	--

		Factor 2: Perseverancia	<ul style="list-style-type: none"> - Totalmente en acuerdo - Desacuerdo - Algo en desacuerdo - Ni en desacuerdo ni en acuerdo - Algo de acuerdo - Acuerdo - Totalmente de acuerdo 	<p>Preguntas</p> <p>1. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.</p> <p>10. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.</p> <p>21. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.</p> <p>23. Soy decidido (a).</p>
--	--	----------------------------	--	---

				24. Por lo general, encuentro algo en que reírme.
		Factor 3 Ecuanimidad Ecuanimidad: considerada como la perspectiva	- Totalmente en acuerdo - Desacuerdo - Algo en desacuerdo	Preguntas 7. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.

		<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ni en desacuerdo ni en acuerdo - Algo de acuerdo - Acuerdo - Totalmente de acuerdo 	<p>9. Mi vida tiene significado.</p> <p>11. Cuando planeo algo lo realizo.</p> <p>12. Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.</p> <p>13. Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.</p> <p>14. Soy amigo de mí mismo.</p>
		<p>Factor 4: Aceptación de uno mismo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Totalmente en acuerdo 	<p>Preguntas</p>

		<p>Es comprender que no todo lo que hacemos siempre es tal y como nos gusta, que a menudo fallamos con aquellas cosas que nos importan, pero sin embargo, seguimos intentándolo, seguimos en pie y jamás nos rendimos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desacuerdo - Algo en desacuerdo - Ni en desacuerdo ni en acuerdo - Algo de acuerdo - Acuerdo - Totalmente de acuerdo 	<p>19. Tengo autodisciplina.</p> <p>20. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.</p> <p>22. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.</p> <p>25. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.</p>
--	--	--	---	---

2.8. PROCESAMIENTO DE DATOS

Para la presente investigación se obtuvo datos mediante la Escala de Resiliencia que fue aplicada en la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana, el día 04 de diciembre del 2018, se inició a las 15:00, se convocó en el grupo cerrado de Facebook de la Coordinación de Salud Comunitaria a veinte voluntarios de 20 a 25 años, fue realizada de forma colectiva, proporcionándoles una hoja impresa con los 25 ítems de la Escala y un esfero, los cuales estarán en el anexo N°2.

Se aplicó la Escala previo a la autorización mediante la firma de consentimiento informado por parte de los voluntarios.

En relación con las encuestas a los voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana, fueron realizadas el 19 de diciembre a las 14:00 se envió de forma virtual a los voluntarios que habían realizado la Escala de Resiliencia para que pudieran responderlo y enviarlo nuevamente para el análisis correspondiente.

El análisis del contenido de la información de la encuesta y de los factores correspondientes a la escala fue realizada por la investigadora, haciendo uso de los programas de Word y Excel, para la tabulación de los datos obtenidos y poder presentarlo en gráficos. Así mismo se los presentan por instrumento de la Escala de Resiliencia y la encuesta.

2.8. PROCESAMIENTO DE DATOS

Para la presente investigación se obtuvo datos mediante la Escala de Resiliencia que fue aplicada en la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana, el día 04 de diciembre del 2018, se inició a las 15:00, se convocó en el grupo cerrado de Facebook de la Coordinación de Salud Comunitaria a veinte voluntarios de 20 a 25 años, fue realizada de forma colectiva, proporcionándoles una hoja impresa con los 25 ítems de la Escala y un esfero, los cuales estarán en el anexo N°2.

Se aplicó la Escala previo a la autorización mediante la firma de consentimiento informado por parte de los voluntarios.

En relación con las encuestas a los voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana, fueron realizadas el 19 de diciembre a las 14:00 se envió de forma virtual a los voluntarios que habían realizado la Escala de Resiliencia para que pudieran responderlo y enviarlo nuevamente para el análisis correspondiente.

El análisis del contenido de la información de la encuesta y de los factores correspondientes a la escala fue realizada por la investigadora, haciendo uso de los programas de Word y Excel, para la tabulación de los datos obtenidos y poder presentarlo en gráficos. Así mismo se los presentan por instrumento de la Escala de Resiliencia y la encuesta.

CAPITULO III

3. RESULTADOS

3.1. LEVANTAMIENTO DE DATOS

La investigación surgió debido a que durante las prácticas pre-profesionales en la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana, se evidencio que frente a las dificultades familiares, personales o laborales que presentaban los voluntarios, ellos de alguna manera siempre estaban dispuestos ayudar a las comunidades, también el participar en talleres o cursos desarrollados por la institución.

De esa manera se facilitó la información recolectada. La aplicación de la Escala de Resiliencia fue efectuada el día 04 de diciembre de 2018 a 20 voluntarios posterior a la firma del consentimiento informado para su realización.

En el caso de las encuestas que se enviaron de forma virtual, existió la colaboración de 6 voluntarios, los mismos que hicieron la Escala de Resiliencia y se realizó el día 19 de diciembre de 2018, de igual manera firmaron el consentimiento informado.

3.2. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

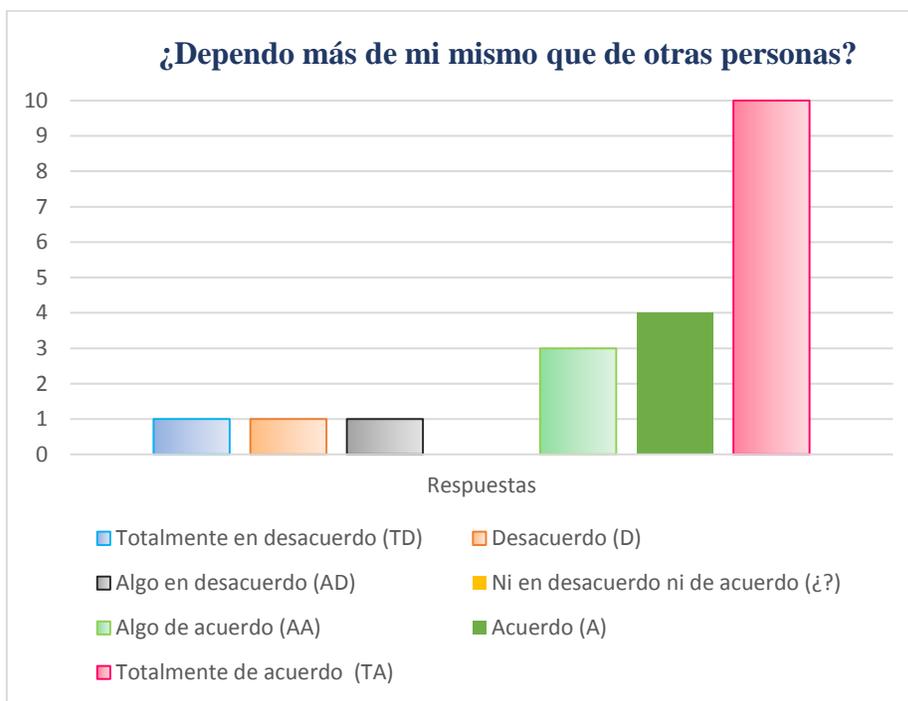
Por razones éticas los nombres de los voluntarios no serán expuestos en la presente investigación, por lo que se los denominara casos adjuntando una unidad numérica.

Análisis cuantitativo

Los resultados obtenidos en la Escala de Resiliencia aplicados a los voluntarios están determinados en 4 factores que se detallan en cada gráfico de la siguiente manera:

Factor 1. Confianza y sentirse bien solo

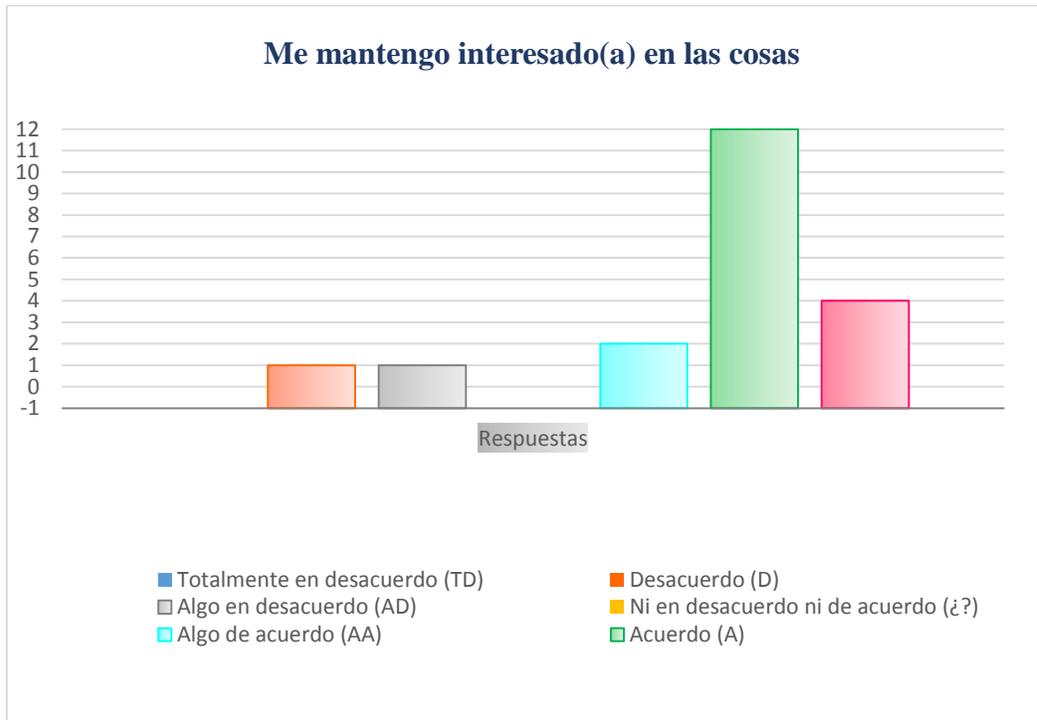
Gráfico N°1



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

La mitad de los voluntarios están totalmente de acuerdo en depender de sí mismo que de otras personas, ya que es una de las características de la resiliencia, como lo menciona Salgado (2005) el sentirse bien solo da sentido de libertad y un significado de ser únicos.

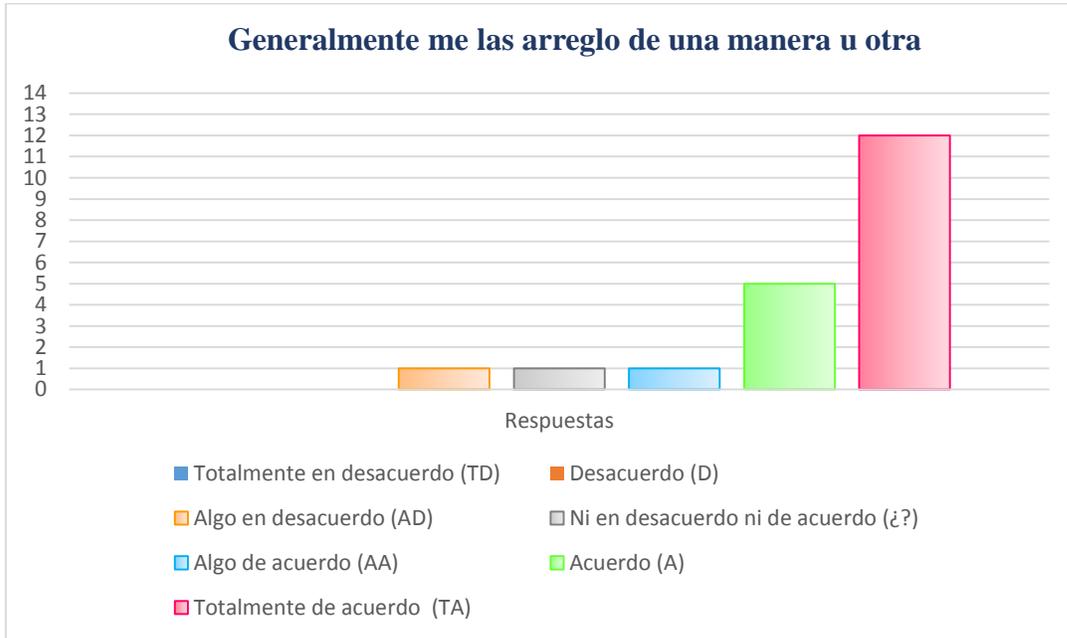
Gráfico N°2



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

12 de los 20 voluntarios están de acuerdo en mantenerse interesados en las cosas, lo que significa que confían en sí mismas y en lo que son capaces de hacer, Linares (2016) comenta que las personas no pierden de vista sus objetivos y se sienten seguras de lo que pueden lograr. En cambio 1 de cada 20 voluntarios está en desacuerdo en mantenerse interesado por las cosas, es decir esa falta de interés inhabilita al voluntario a ser operativo frente a los diversos aspectos de su vida, a su vez puede ser la ausencia de reconocimientos que está dentro de la expectativa personal.

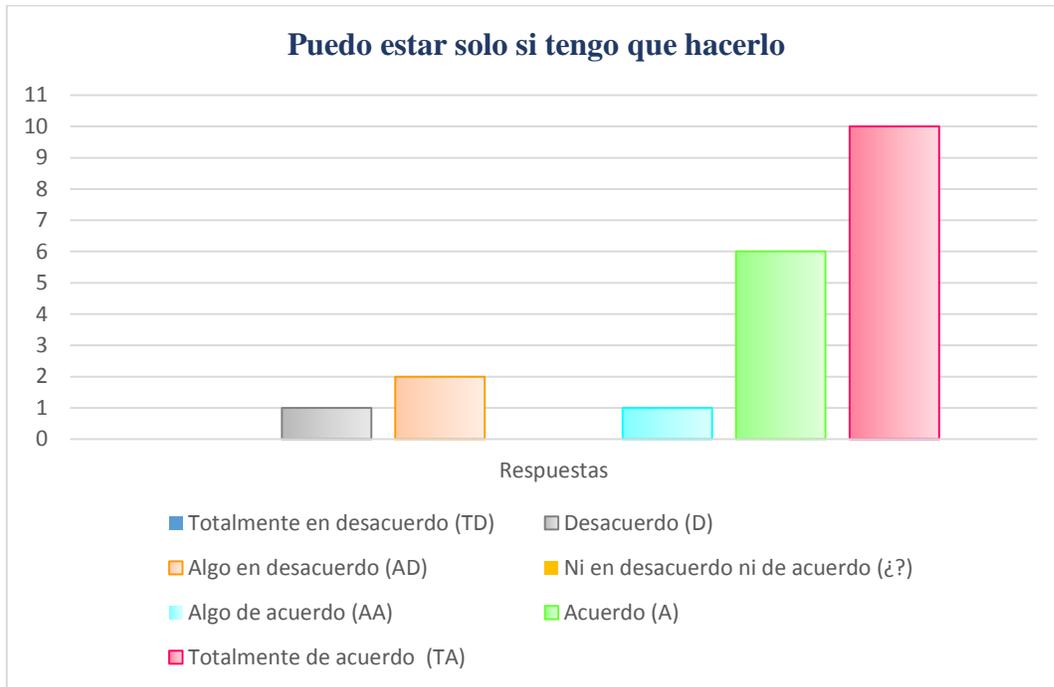
Gráfico N°3



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

12 de 20 voluntarios están totalmente de acuerdo en que arreglan las cosas de una u otra manera, los voluntarios son capaces de sobreponerse ante las dificultades que se les presente, Duran (2015) comenta que una persona resiliente puede utilizar situaciones para crecer y desarrollar al máximo su potencial. En cambio 1 de cada 20 voluntarios esta algo en desacuerdo en arreglar las cosas de alguna manera, lo que significa que se auto inhabilita para salir adelante frente a las situaciones que se presente, no busca soluciones y por lo tanto no es capaz de manejar con existo una adversidad, no cree y no aprende.

Gráfico N°4

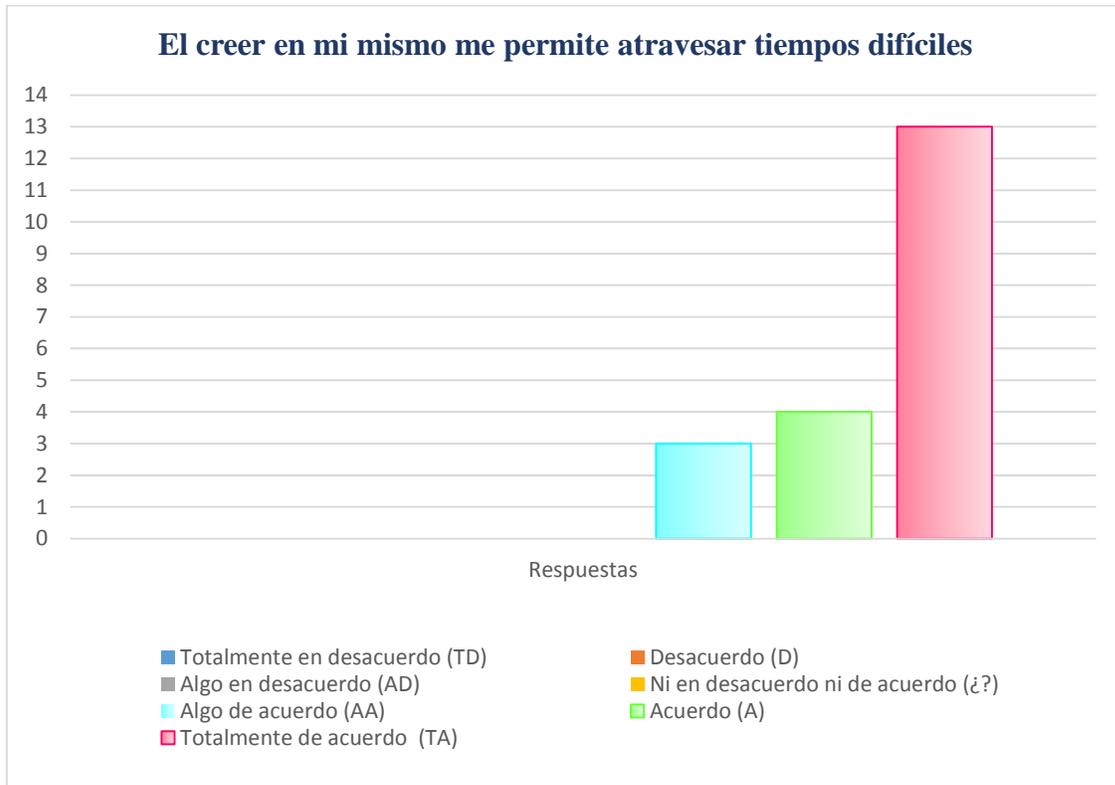


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

La mitad de los voluntarios están totalmente de acuerdo en que pueden estar solos si tienen que hacerlo, esto se refiere a que desarrollan confianza en sí mismos para realizar y decidir lo que se presente, Salgado (2005) mencionan que es una creencia en uno mismo y en sus propias capacidades, es depender de uno mismo, el reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.

En cambio 1 de cada 20 voluntarios está en desacuerdo en el estar solo si tiene que hacerlo, lo que significa que son dependientes de otras personas, a su vez puede manifestar temor y desconfianza. Además de un deseo interno de no tomar decisiones por cuenta propia y esperar que otras personas lo hagan por él.

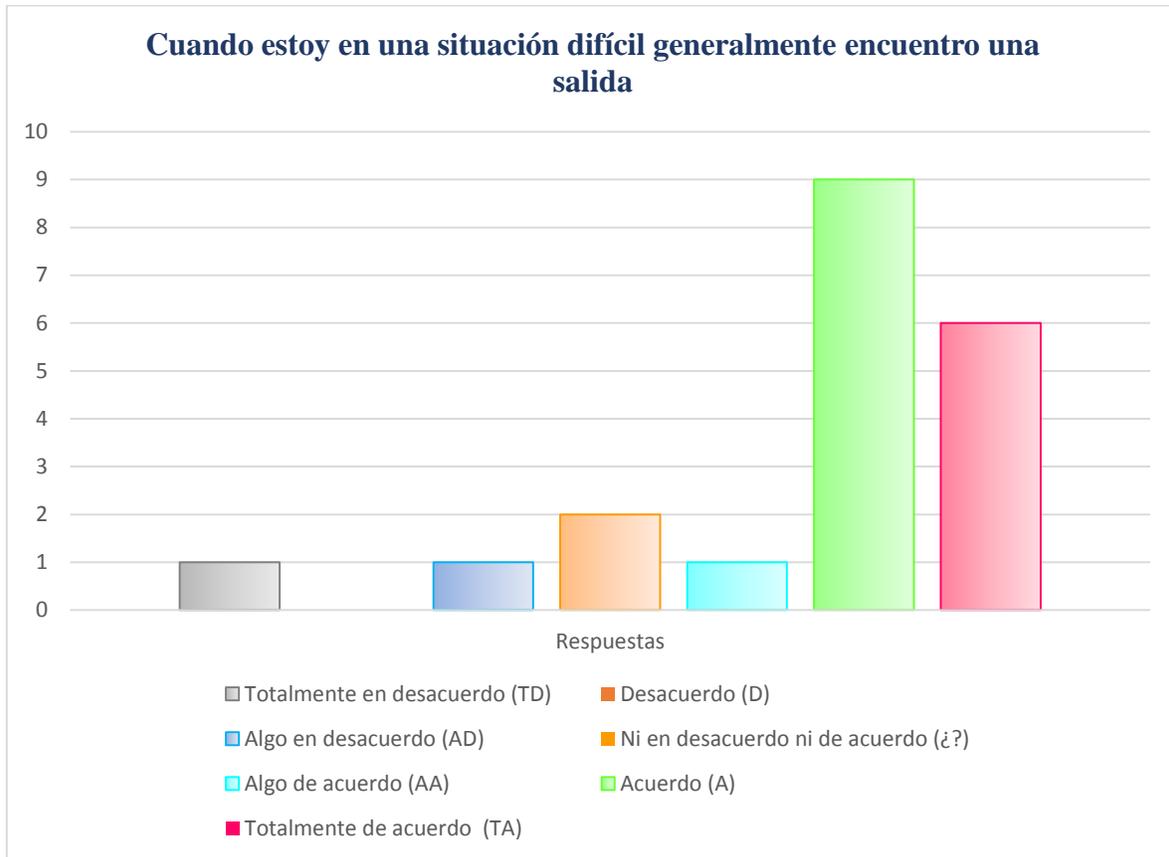
Gráfico N°5



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 13 de los 20 voluntarios respondieron que están totalmente de acuerdo al creer en sí mismos para poder atravesar los tiempos difíciles, lo que se refiere a son personas altamente resilientes, pues confían en sus capacidades al ser conscientes de sus potencialidades y limitaciones, como lo menciona Linares (2016) las personas no pierden de vista sus objetivos y se sienten seguras de lo que pueden lograr. Es decir tiene una alta autoestima y sus acciones van a corroborar el auto concepto positivo que tienen.

Gráfico N°6

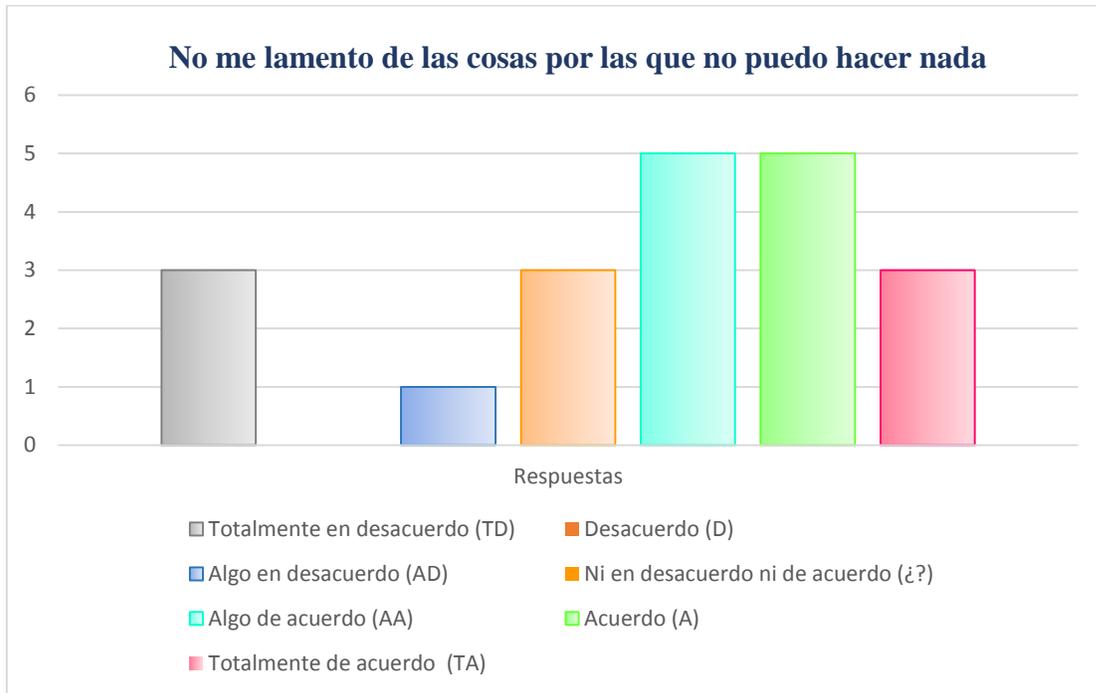


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

El ítem más alto corresponde a 9 de 20 voluntarios que están de acuerdo en que al estar en una situación difícil generalmente encuentran una salida, es decir asumen las dificultades como una oportunidad para aprender.

En cambio 1 de cada 20 voluntarios está totalmente en desacuerdo en encontrar una salida cuando se encuentran en una situación difícil; Dresel (2005) menciona que es una evidencia de una conducta dubitativa de incertidumbre, son incapaces de abordar en profundidad e inteligencia los conflictos, además manifiestan su impaciencia, frustración, falta de sabiduría y flexibilidad para hallar la mejor manera de superar un obstáculo.

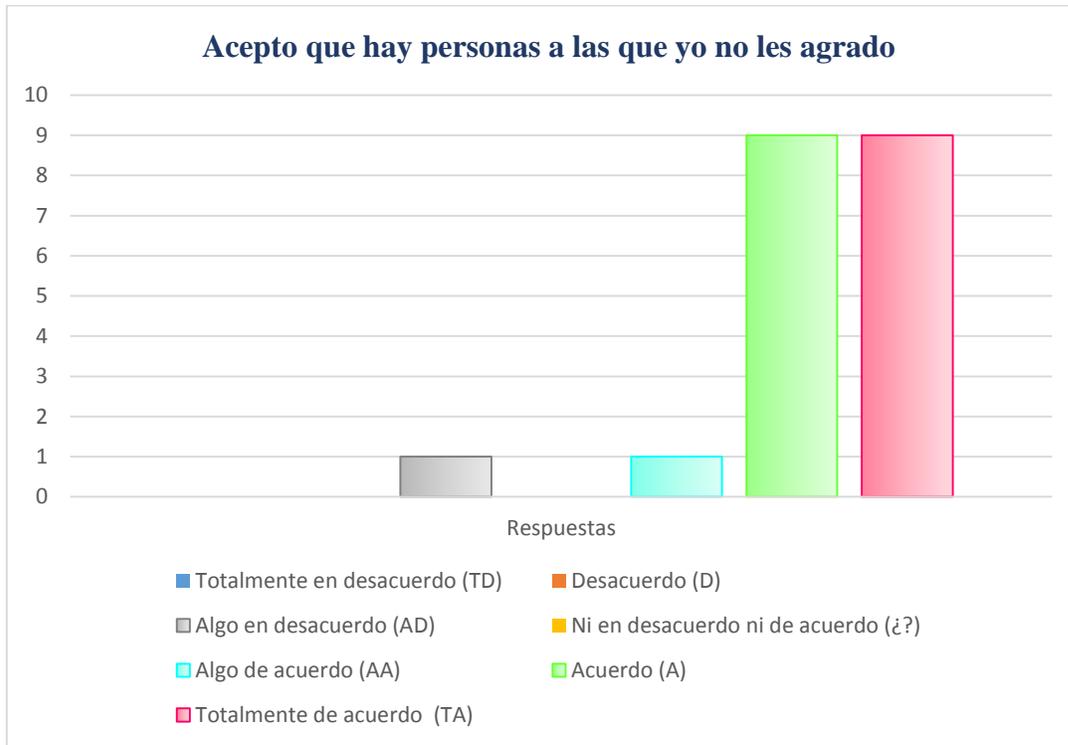
Gráfico N°7



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

5 de 20 voluntarios están de acuerdo en no lamentarse de las cosas que no pueden hacer nada, esto se relaciona a que los voluntarios pueden salir adelante sin tener pensamientos negativos que afecten sus planes, como lo menciona Gómez (2017) es importante aprender del pasado y buscar otras opciones. Tomando en cuenta los voluntarios pese a las dificultades que se les presente en su diario vivir hacen de esto una oportunidad para salir adelante y no quedarse atrapados en el conflicto.

Gráfico N°8

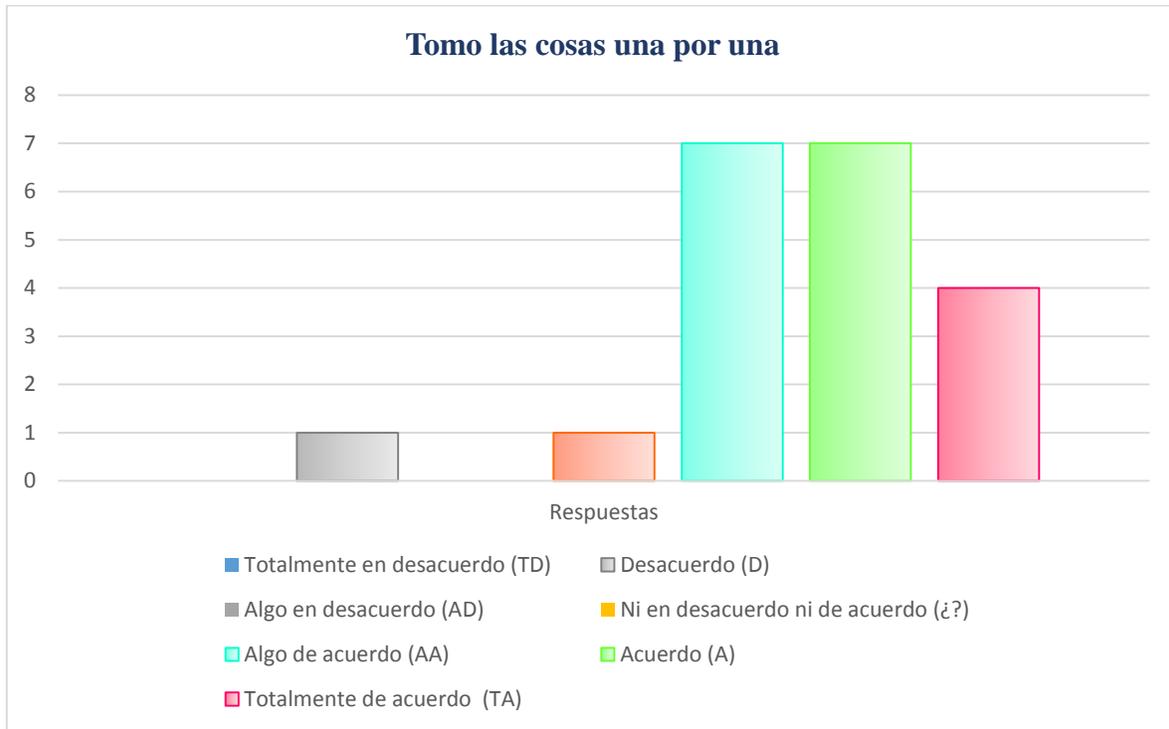


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

De acuerdo a las respuestas obtenidas se evidenció que 9 de cada 20 voluntarios están totalmente de acuerdo en aceptar que existen personas a las que a ellos no les agrada, otros 9 de 20 voluntarios están de acuerdo con esta pregunta.

Lo que quiere decir que tienen una conciencia plena de lo que pasa a su alrededor, se los identifica como personas resilientes porque tienen el hábito de estar plenamente presentes y tienen una gran capacidad de aceptación, de esa manera Linares (2016) menciona que las personas resilientes son capaces de aceptar la experiencia y a las personas como son, tomando en cuenta los pequeños detalles que se presentan

Gráfico N°9

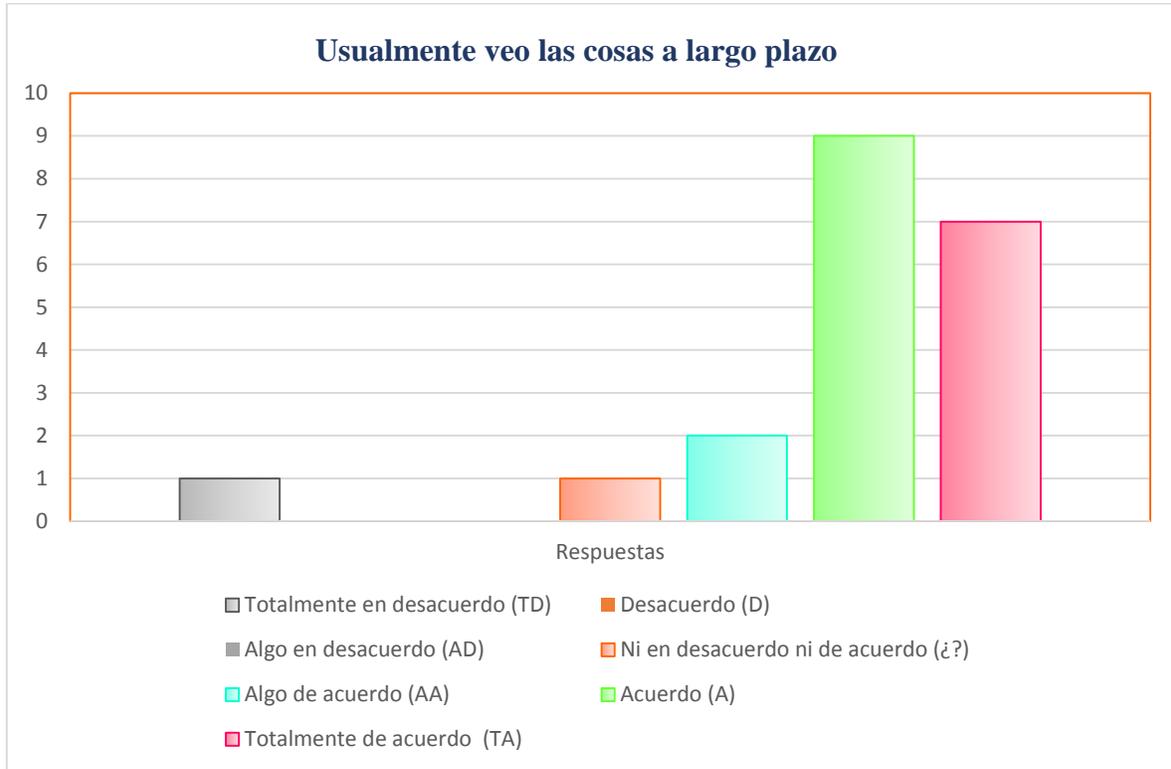


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

7 de 20 voluntarios está de acuerdo en tomar las cosas una por una, de igual forma 7 de 20 voluntarios están algo de acuerdo en esta pregunta, lo que evidencia que son realistas en las cosas que hacen de esa manera lograrán metas. La Asociación Americana de Psicología menciona en un artículo titulado “El camino a la resiliencia” que es adecuado enfocarse en tareas que se puedan lograr en ese momento lo que ayuda a cumplir planes.

En cambio 1 de cada 20 voluntarios esta algo en desacuerdo con esta pregunta, puede manifestar falta de control en las emociones y falta de dominio propio en las acciones. El ver las cosas de manera general y no estimar las cosas una por una impide el tener un análisis minucioso de la situación que se podría estar desarrollando.

Gráfico N°10

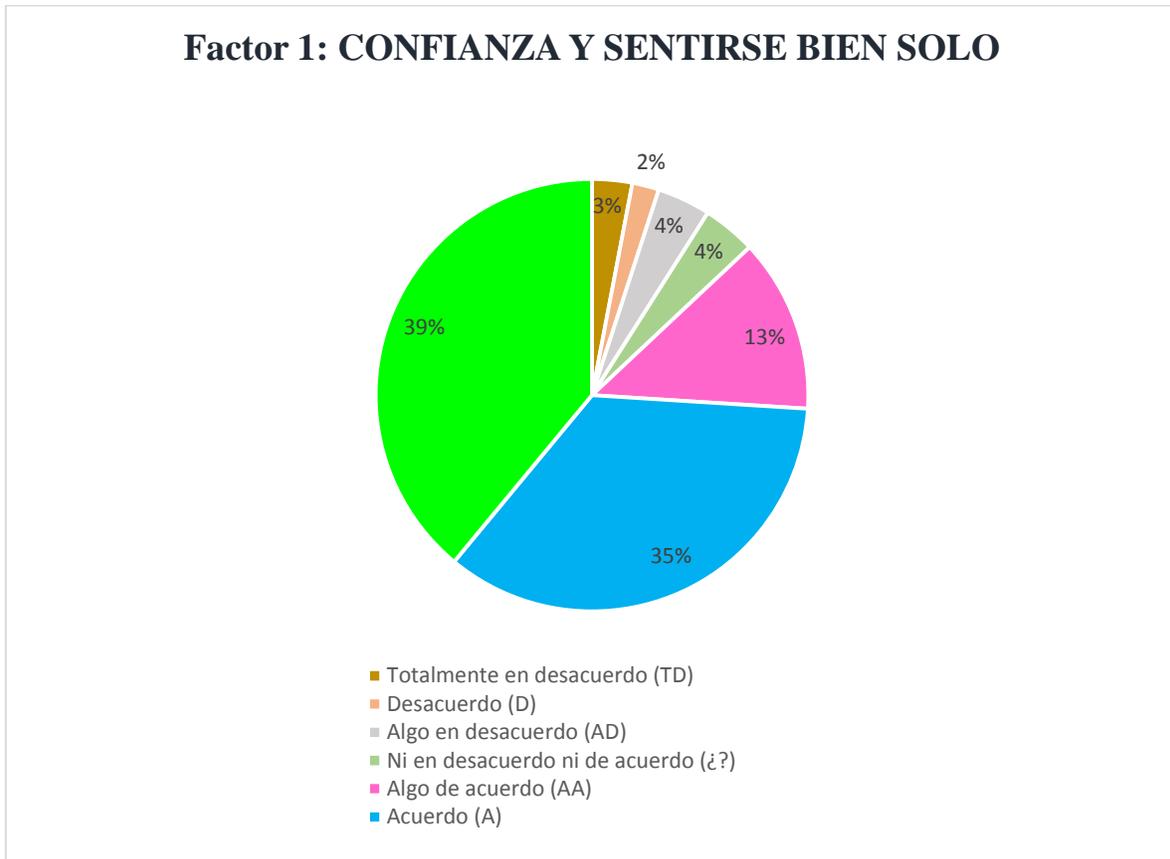


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 9 de 20 voluntarios que están de acuerdo en que usualmente ven las cosas a largo plazo, es decir tienen una visión a futuro, son personas que se trazan metas a corto, mediano y largo plazo, Gómez (2017) menciona que al ver las cosas a largo plazo van a permitir luchar cada día y vencer las dificultades, de esa manera se podrá avanzar y superarse a uno mismo.

1 de cada 20 voluntarios está en desacuerdo, quizás en este sentido las personas no están desarrollando una visión a futuro, solo se enmarca en el momento vivido y no se pone a pensar cómo podrían darse las cosas a posteriori.

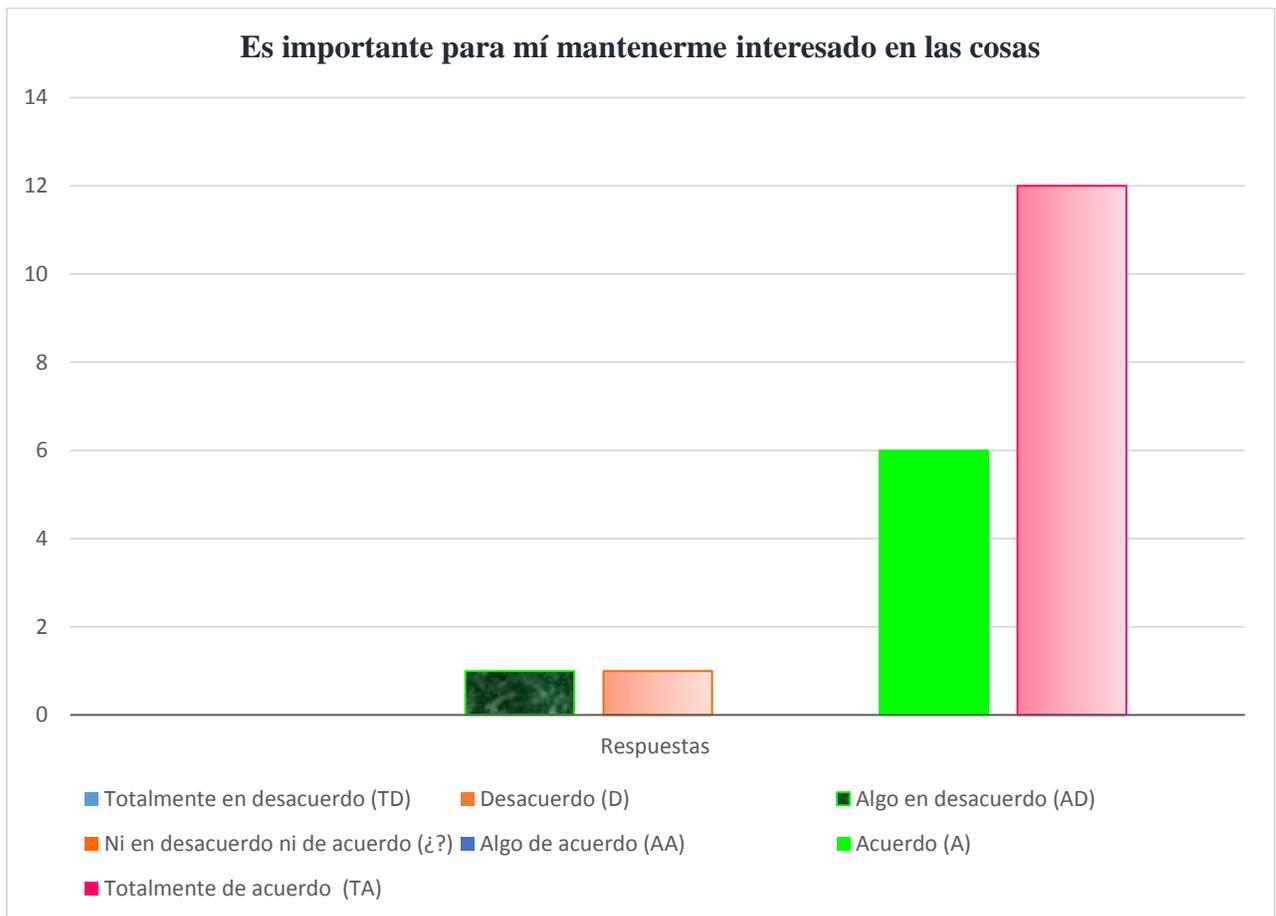
GRÁFICO RESUMIDO DEL FACTOR 1- Expresado en porcentajes



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Factor 2. Perseverancia

Gráfico N°11



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 12 de 20 voluntarios están totalmente de acuerdo en que es importante para ellos mantenerse interesado en las cosas, esto se relaciona con la perseverancia pues tienen un deseo de permanecer involucrado en las cosas, Salgado (2005) comenta que la perseverancia es una de las características de la resiliencia ya que connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo.

De esa manera los voluntarios buscan la forma de aprender más, de seguir talleres dentro de la Junta Provincial para después aplicarlo en la situación que se necesite.

Desde el otro punto de vista existe 1 de cada 20 voluntarios que está en desacuerdo en mantenerse interesado en las cosas, lo que da evidencia que no existe ese deseo de conocer y desarrollar nuevas habilidades.

Gráfico N° 12



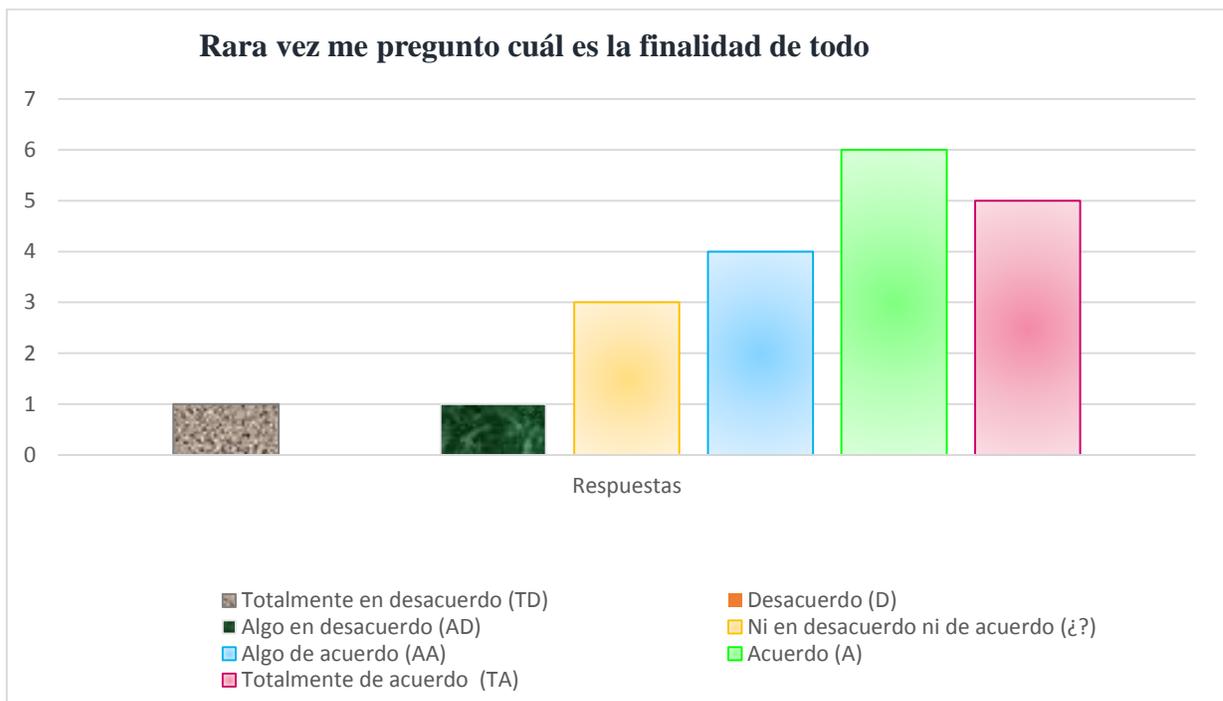
Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Se evidenció en esta pregunta que 17 de 20 voluntarios están totalmente de acuerdo en sentirse orgullosos de haber logrado cosas en sus vidas, este es un punto importante pues

existe una conciencia plena por parte de los voluntarios que pese a las problemáticas que estén o hayan pasado hayan logrado cosas en sus vidas, lo que representa que son personas resilientes al confiar en lo que son capaces de hacer, Linares (2016) menciona que las personas al ser conscientes de sus potencialidades y limitaciones no pierden de vista los objetivos y se sienten seguras de lo que pueden lograr.

En cambio 2 de 20 voluntarios solo respondieron que están algo acuerdo en sentirse orgullosos de haber logrado cosas en sus vidas, lo que demuestra que todavía falta seguridad en ellos mismos para darse cuenta de lo que son capaces de lograr o de hacer.

Gráfico N° 13

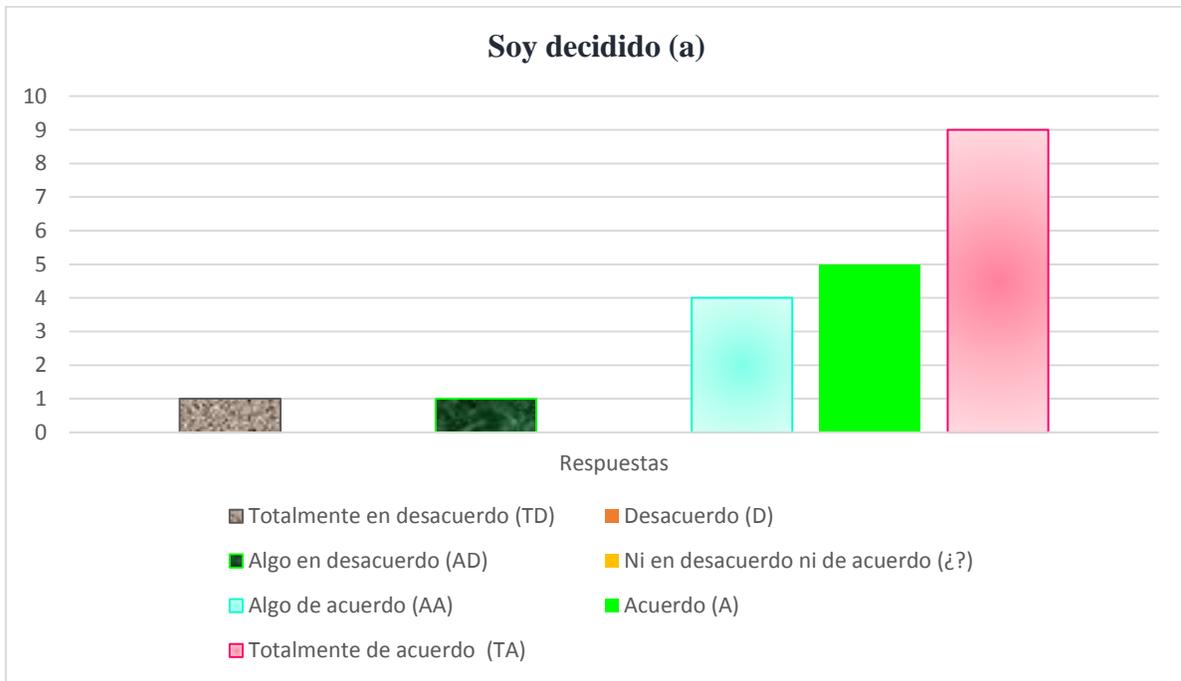


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 6 de cada 20 voluntarios que está de acuerdo en que rara vez se pregunten cual es la final de todo. En cierto sentido los voluntarios les falta tener una idea clara de lo

que quieren que les suceda en la vida y de esa manera se acercarán más a la probabilidad de tomar decisiones. Cuando uno toma decisiones estas son claras y estamos preparados para la acción, Dresel (2005) indica que si no existe un enfoque claro de las cosas no hay un rumbo por el cual dirigirse, es decir no hay una intención que cumplir y tampoco hay una motivación que empuje a la acción determinada.

Gráfico N° 14

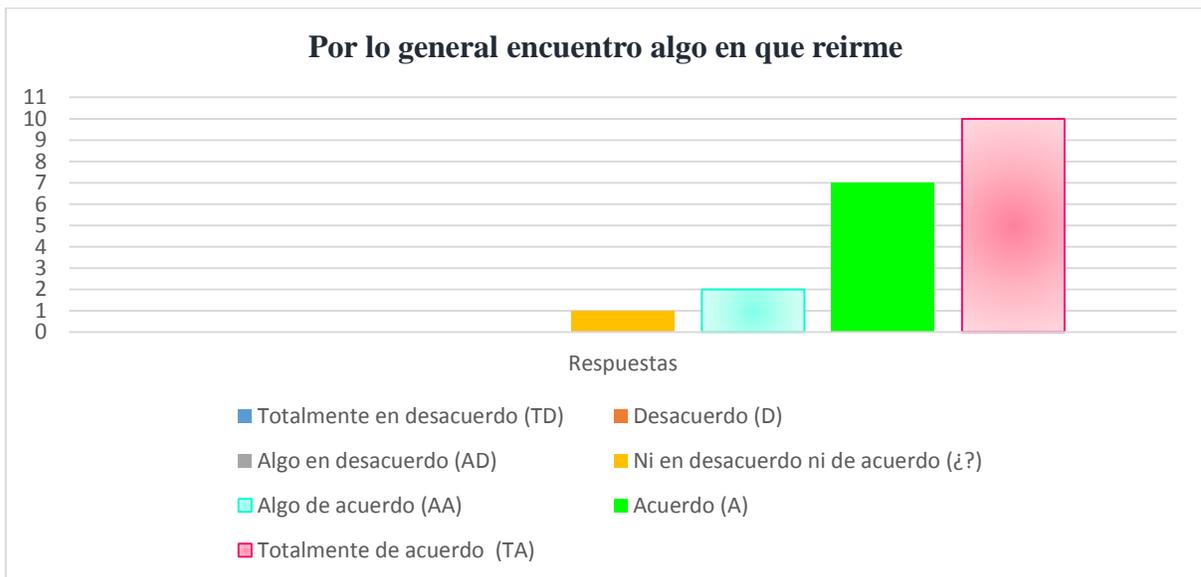


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

9 de 20 voluntarios están totalmente de acuerdo que son decididos, son determinados en las cosas que dicen y hacen, poseen una determinación en las cosas que emprenden, esto se evidencia en los voluntarios al momento de realizar talleres o participar de los mismos, ya que cumplen con los objetivos que tenían propuestos.

En cambio 1 de cada 20 voluntarios está totalmente en desacuerdo no se considera decidido en lo que dice o hace, no desarrolla una seguridad interna para poder decidir las situaciones que se le pueden presentar y eso conllevaría un sentimiento de minusvalía al respecto, Dresel (2005) comenta que una persona que no logra tomar decisiones por sus propias inseguridades se puede convertir en una persona que ha perdido el rumbo de su existencia.

Gráfico N° 15



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

La mitad de voluntarios están totalmente de acuerdo en encontrar algo en que reírse, a su vez 7 de cada 20 voluntarios está de acuerdo con esta respuesta, lo que significa es que frente a cualquier situación que se presente las personas tienen un buen sentido del humor, Linares (2016) menciona que la risa es la mejor aliada ya que ayuda a mantenerse optimista y permite enfocarse en los aspectos positivos de las situaciones.

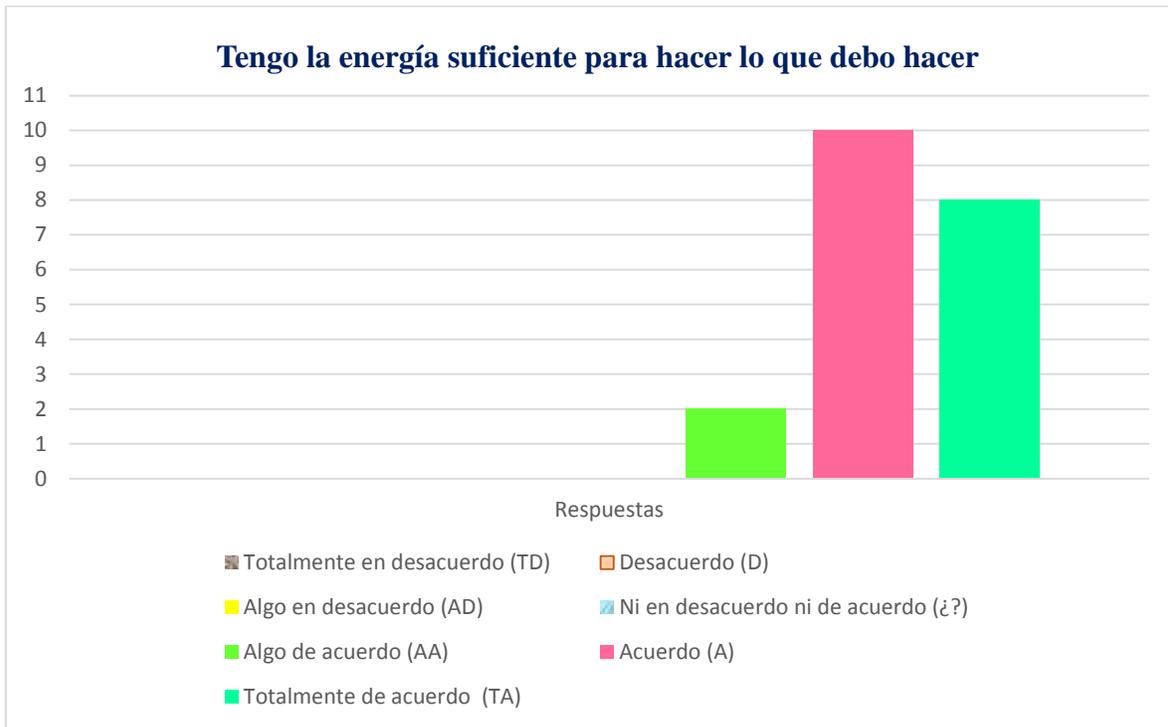
En cambio 1 de cada 20 voluntarios no está ni en desacuerdo ni en acuerdo con esta pregunta, lo que significa que no estima importante el buen humor como la esencia de su actitud, también hace que la persona no desarrolle sus emociones a plenitud y puede causar un malestar interno.

GRÁFICO RESUMIDO DEL FACTOR 2- Expresado en porcentajes



Factor 3. Ecuanimidad

Gráfico N° 16



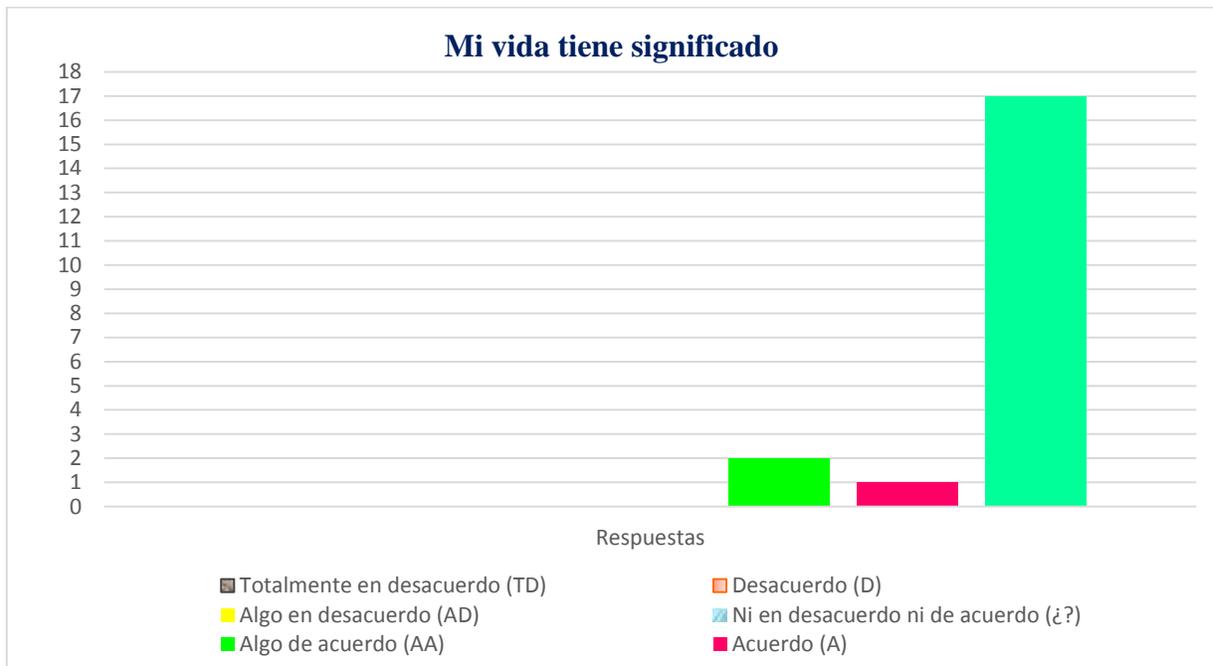
Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 10 de 20 voluntarios están de acuerdo y 8 de 20 están totalmente de acuerdo en que tienen la energía suficiente para hacer lo que deben hacer. Siendo que el voluntariado exige un trabajo de valor agregado en cada acción que hacen, y muchos de ellos tienen otro campo de labor o acción, están conscientes de que su operatividad requiere de una dosis extra de energía, con el objetivo de asistir a quienes están en necesidad, y cumplir con el cometido interno que tienen.

El Instituto HeartMath en su guía Construyendo Resiliencia Personal (2014, p.1) menciona que la “resiliencia es la capacidad para prepararse, recuperarse y adaptarse ante el estrés, reto

o adversidad”. Tomando esto en cuenta mientras mayor sea la resiliencia, más energía tendrá disponible cuando la requiera, el tener más energía significa que tendrás mayor capacidad para autorregularte y estar en control de cómo respondes ante las situaciones.

Gráfico N° 17



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

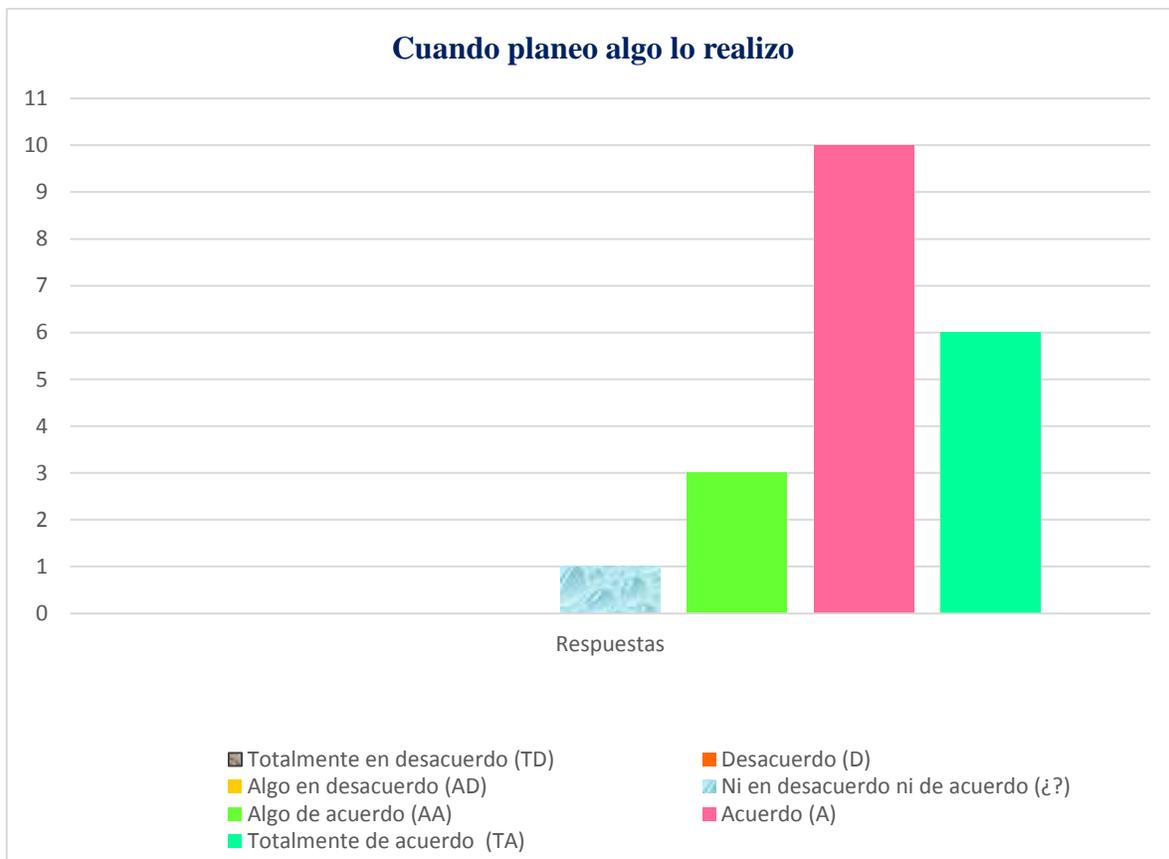
Existen 17 de 20 voluntarios están totalmente de acuerdo; 1 de 20 está de acuerdo, y 2 de 20 están algo de acuerdo que su vida tiene significado. Esto es por demás importante pues quien siente que su vida tiene un propósito y una misión a cumplir presta su contingente con más disposición y entrega.

Es imprescindible que el servicio sea consecuencia de encontrar un sentido a nuestra vida. Es importante distinguir la causa en la que pondrás todo tu empeño y dedicación. Es

interesante saber que dentro de este grupo no existen voluntarios que sientan que su vida no tiene significado.

Silva (2009) sostiene que el ser humano necesita que sus experiencias tengan un sentido, un porque y un para qué, tomando en cuenta el tener metas, las que influyen en el sentido de vida y de esa manera las personas se sienten útiles y necesarias.

Gráfico N° 18



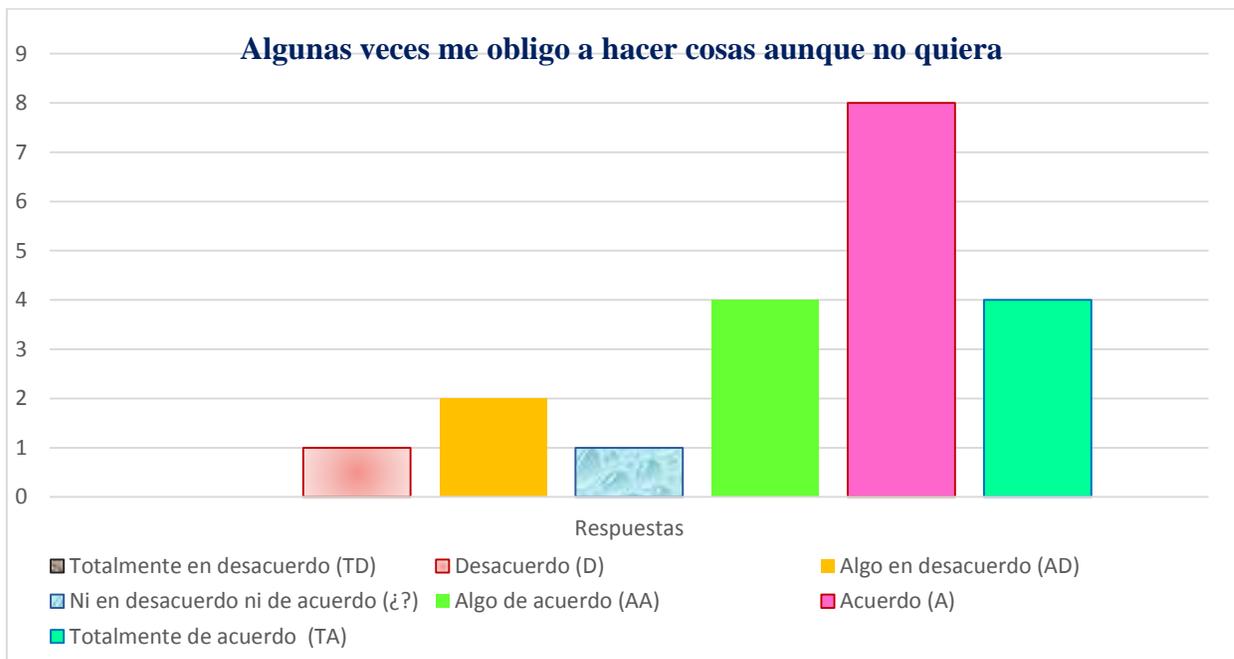
Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 3 de 20 voluntarios que están algo de acuerdo, 10 de 20 están de acuerdo, y 6 de 20 voluntarios están totalmente de acuerdo en que realizan lo que planean. Se torna tan importante la planificación, y posteriormente la realización de un plan aun a

pesar de las condiciones difíciles que se presenten. Y en el grupo de voluntarios esta característica de materializar o efectivizar un plan es imprescindible dado que todos los grupos deben ser impelidos a actuar en sus diferentes áreas. Cabe enfatizar que hay áreas de atención más vulnerables que obligan a los voluntarios a actuar de inmediato como son los paramédicos y grupo de atención primaria; y otros equipos por ejemplo los de asistencia de movilización que primero deben planificar para luego actuar. Es importante planificar, pensar proactivamente, y actuar.

Sin embargo una sola persona del grupo encuestado se mantiene en un grupo neutral es decir no está ni de acuerdo ni en desacuerdo en cuando a actuar respecto a lo planificado, puede decirse que esa persona es influenciada por emociones y circunstancias del momento, que bien realizar algo como bien no puede hacerlo.

Gráfico N° 19



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

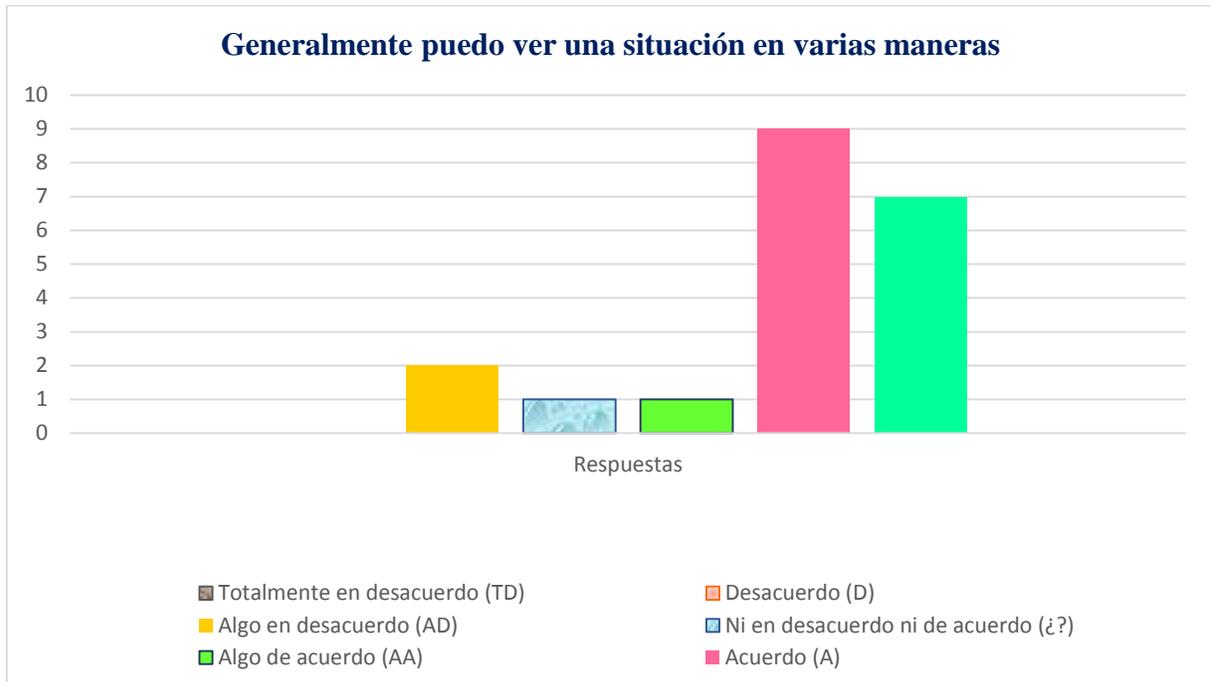
Existe diversidad de criterios dentro de la escala, 8 de 20 voluntarios respondieron que se ven obligados a hacer cosas aunque no quieran, mismos que deben auxiliar y atender a grupos vulnerables y son motivados a actuar en situaciones primarias emergentes.

4 de 20 voluntarios están algo de acuerdo y a la vez 4 de 20 de voluntarios están totalmente de acuerdo en realizar cosas aunque no quieran y tomando en cuenta que al iniciar las escuelas de voluntariado reciben cursos y capacitaciones en distintas áreas y que muchas veces no encajan a las aptitudes del voluntario. Dresel (2005) menciona que al ser obligados por las circunstancias, deben cambiar la visión del mundo y de sí mismos.

Dentro del ámbito familiar puede haber circunstancias donde los voluntarios tengan que cumplir responsabilidades que no estaban preparados a asumir, de esa manera se ven obligados a hacer las cosas así ellos no quieran, Velásquez (2014) indica que bajo el pensamiento de la obligación las personas se van cargando de resentimiento, frustración, poco respeto hacia sí mismos y lo cual genera una baja de autoestima.

Algunas veces hacer algo de manera obligada puede redundar en resultados positivos, por ejemplo, el voluntario puede adquirir basta aptitud al hablar en público, tener liderazgo y manejo de grupo, después de los talleres y capacitaciones, a pesar de que en un principio no exista de manera voluntaria el deseo de tener ese conocimiento o no se siente idóneo.

Gráfico N° 20

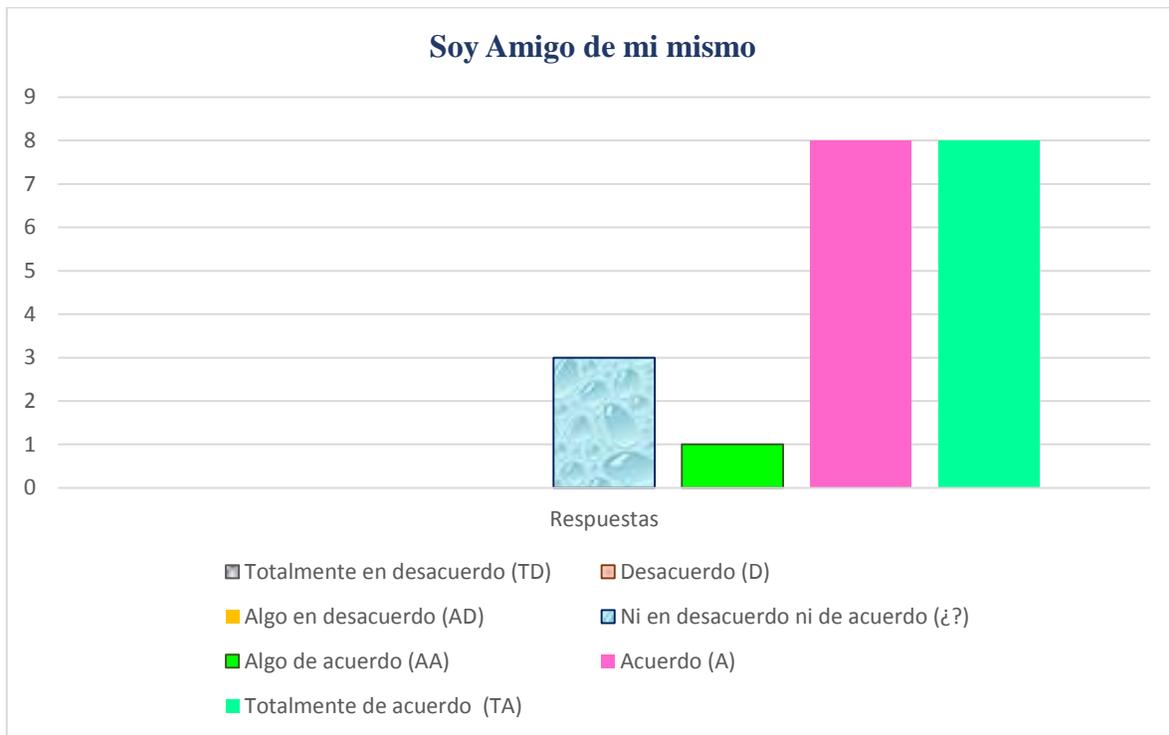


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 7 de 20 y 9 de 20 voluntarios están Totalmente de acuerdo y de acuerdo respectivamente en que pueden ver una situación en viarias maneras; y solo 2 de 20 voluntarios están algo en desacuerdo.

Linares (2015) menciona que una de las características de la resiliencia es ver la vida de manera objetiva, más a través de un cristal optimista en todo momento. Las personas resilientes son conscientes de que nada es completamente positivo o negativo; ven las cosas de diferentes formas, se centran en los aspectos positivos, y disfrutan de los desafíos. Asimismo demuestran optimismo, y tienen la certeza de que una situación puede tener diferentes maneras de ver y evaluar.

Gráfico N° 21



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

La mayoría del grupo encuestado está Algo de Acuerdo: 1/20, de acuerdo: 8/20 y Totalmente de Acuerdo: 8/20 en que son amigos de sí mismos. Calidad necesaria para convertirse también en amigo de otros.

Ser amigo de uno mismo implica: conocer tanto debilidades como fortalezas, aceptarse, no compararse con los demás, comprenderse, y como efecto boomerang, que lo que nosotros hacemos con nosotros mismos, lo hagamos con los demás esto es conocer, aceptar y comprender a nuestro prójimo.

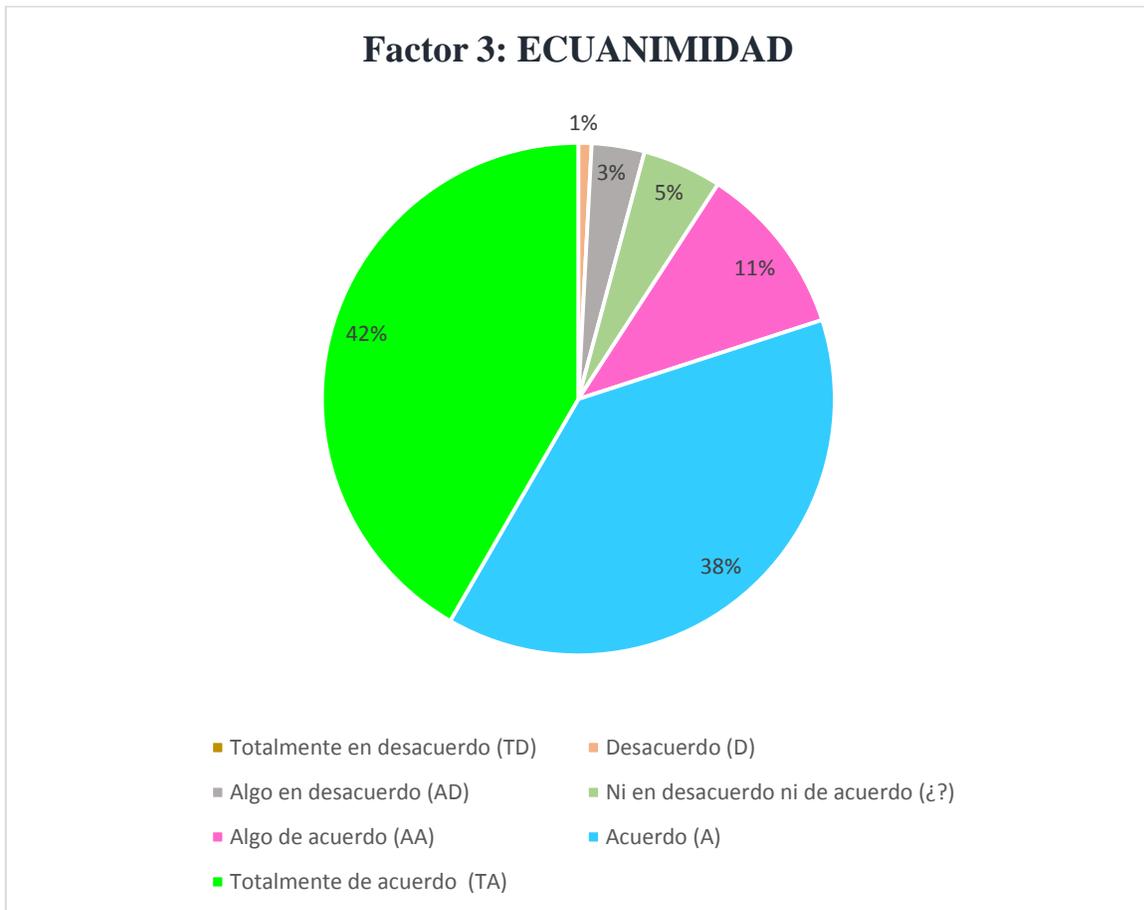
Ser amigo de uno mismo es llegar a sentir satisfacción saludable de lo que uno es, disfrutar de nuestra presencia, tener ese equilibrio emocional de auto aceptación. Todo esto

dará como resultado la seguridad de que estamos capacitados para estar en este mundo, para vivir y convivir.

Dressel (2005) con acierto menciona que el conocernos a nosotros mismo nos capacita para enfrentar las diversas situaciones de nuestra vida sea esta laboral, social o personal y esto a la vez nos permite recuperarnos con mayor fuerza y energía de nuestras caídas.

Cuando llegamos a conocernos, respetarnos, apoyarnos comenzamos a vivir con mayor dignidad y satisfacción emocional.

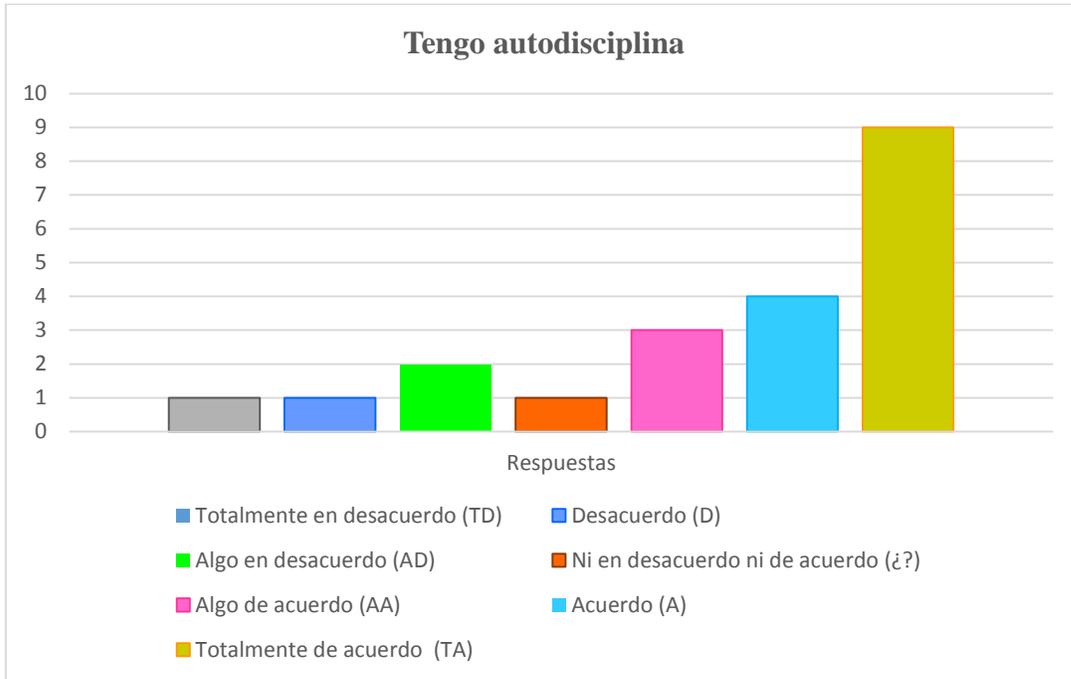
GRÁFICO RESUMIDO DEL FACTOR 3- Expresado en porcentajes



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Factor 4. Aceptación de uno mismo

Gráfico N° 22

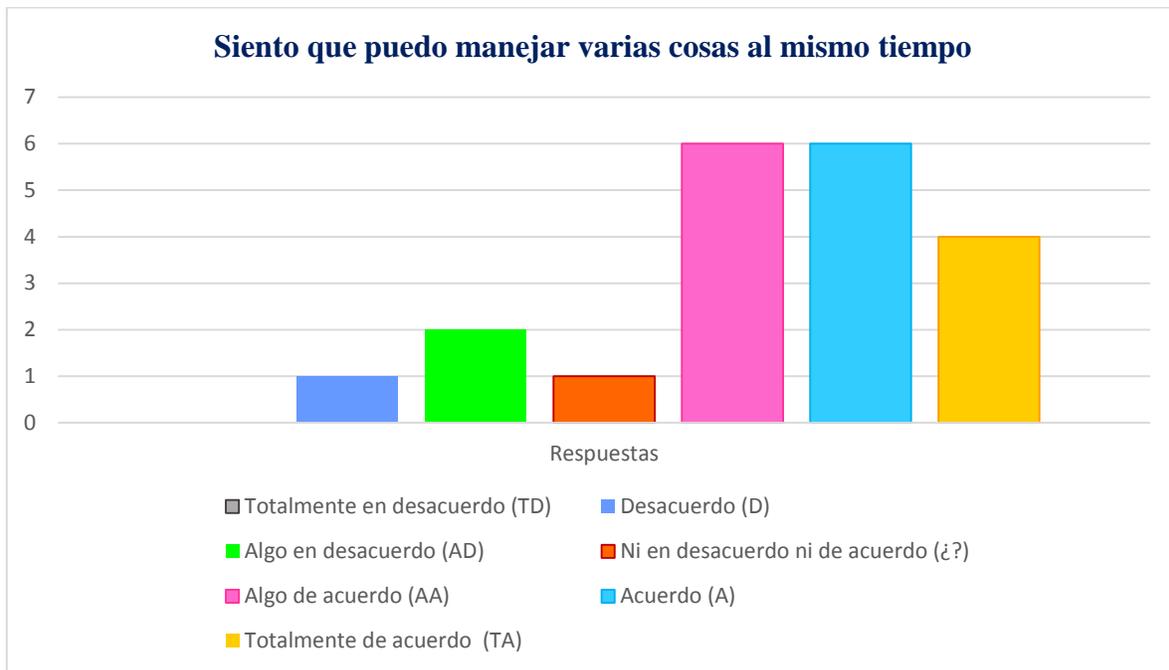


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

En esta pregunta se pudo evidenciar que 9 de los 20 voluntarios están totalmente de acuerdo en que tiene autodisciplina, lo que significa que tienen un compromiso hacia sí mismos para realizar distintas actividades que han planificado. Esto es muy importante pues denota que se interesan en seguir aprendiendo, a su vez tienen la fuerza de voluntad para actuar frente a las situaciones que deben realizar tanto a nivel de voluntariado como a nivel personal.

A diferencia de la respuesta totalmente en desacuerdo donde 1 de cada 20 voluntarios no es auto disciplinado lo que denota que no existe un compromiso interno para cumplir con las metas propuestas.

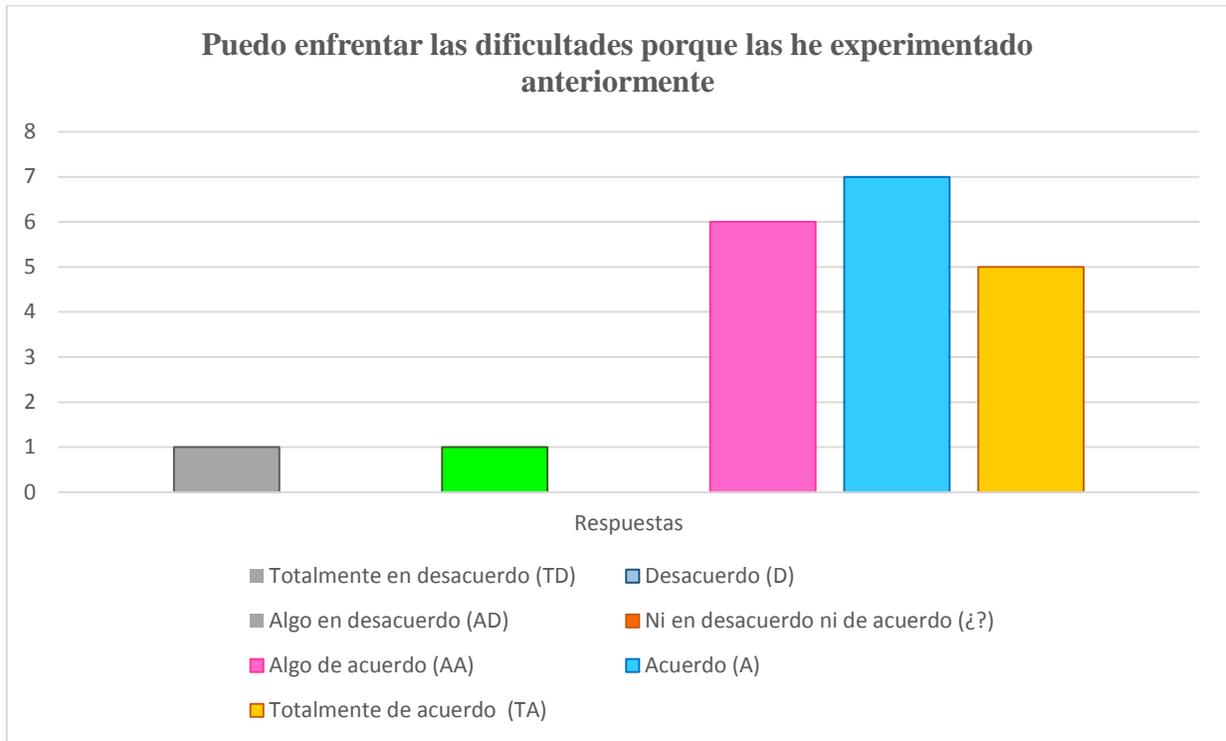
Gráfico N° 23



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 6 de cada 20 voluntarios están de acuerdo a que sienten que pueden manejar varias cosas mismo tiempo, de igual manera 6 de cada 20 voluntarios están algo de acuerdo con la pregunta. Esto significa que los voluntarios tienen la capacidad de ser poli funcionales ya que tienen situaciones personales, educación, trabajo y el ser voluntarios lo que influye mucho en el manejo de su tiempo y de sus responsabilidades. En cambio 1 de cada 20 voluntarios está en desacuerdo en manejar varias cosas al mismo tiempo.

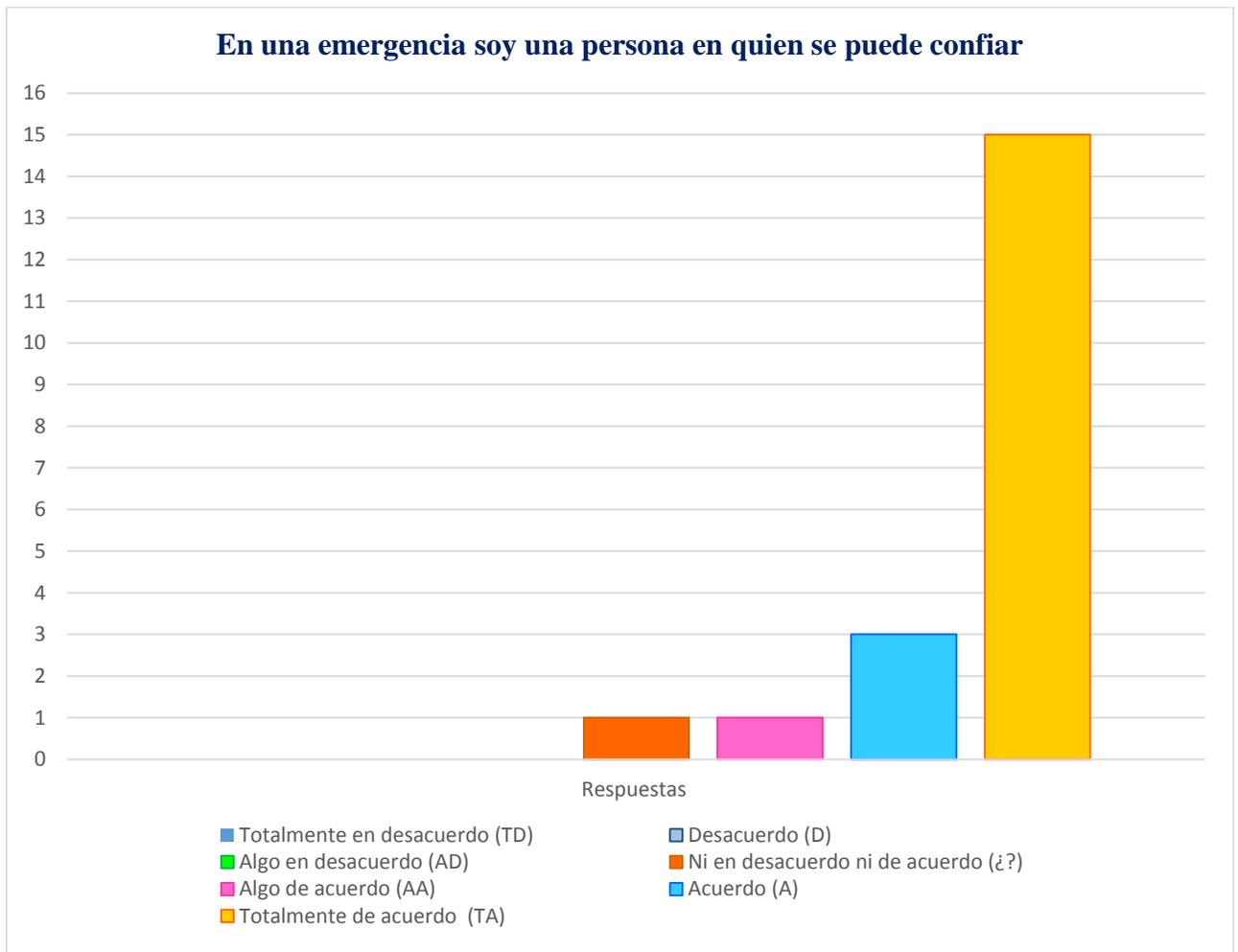
Gráfico N° 24



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 7 de cada 20 voluntarios están de acuerdo que pueden enfrentar las dificultades porque las han experimentado anteriormente. Esto quiere decir que los voluntarios asumen las dificultades como una oportunidad, lo cual lo han demostrado cuando participan en talleres o eventos. Linares (2016) menciona que las personas que tienen un alto nivel de resiliencia son capaces de ver más allá de las dificultades para aprender de ello buscar las posibles soluciones.

Gráfico N° 25



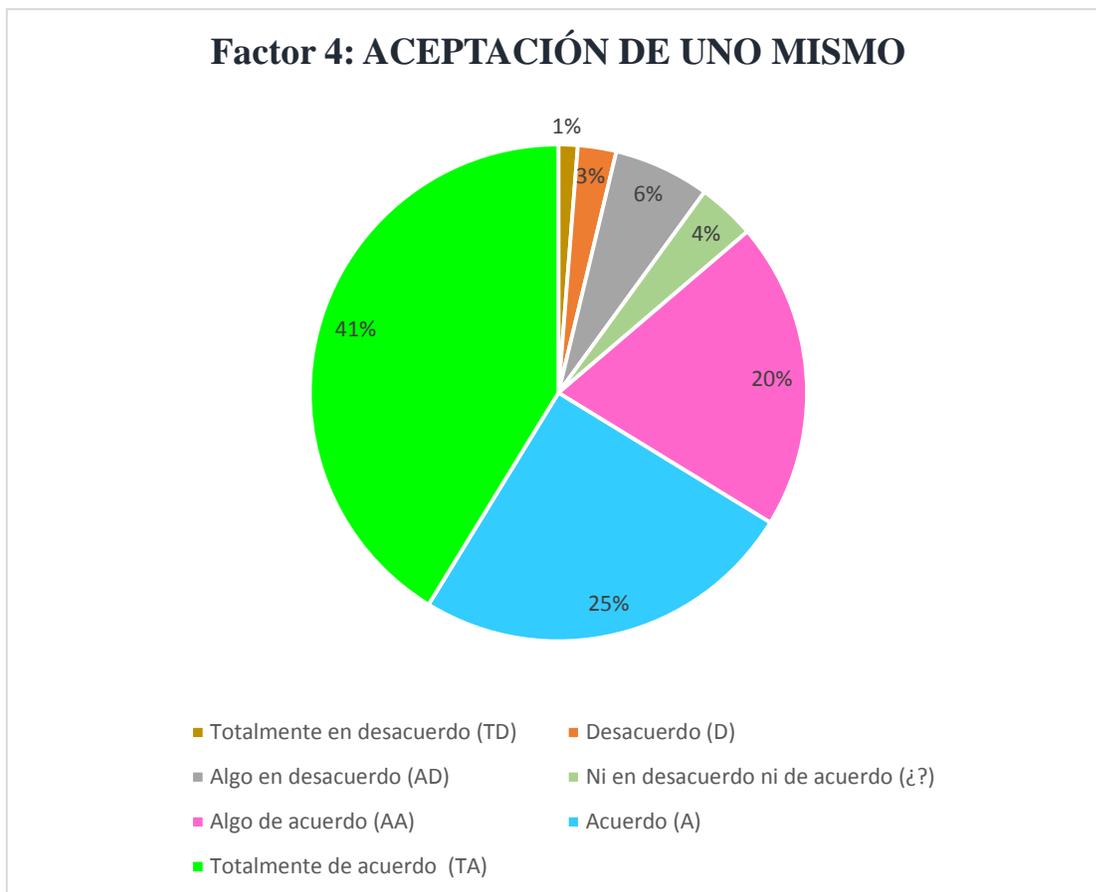
Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 15 de 20 voluntarios respondieron que están totalmente de acuerdo al sentirse que son personas confiables al momento de una emergencia, son conscientes de sus potencialidades, saben cuáles son sus fortalezas y habilidades, de esa manera al ser una persona confiable demuestra una visión positiva de sí mismo.

Es importante enfatizar que esa confianza desarrollada en los voluntarios, surge como resultado de las capacitaciones a las que asisten de manera periódica. La Junta Provincial

Pichincha- Cantón Quito ha demostrado interés continuo en desarrollar talleres que con acierto cubran las expectativas y necesidades de los voluntarios.

GRÁFICO RESUMIDO DEL FACTOR 4- Expresado en porcentajes

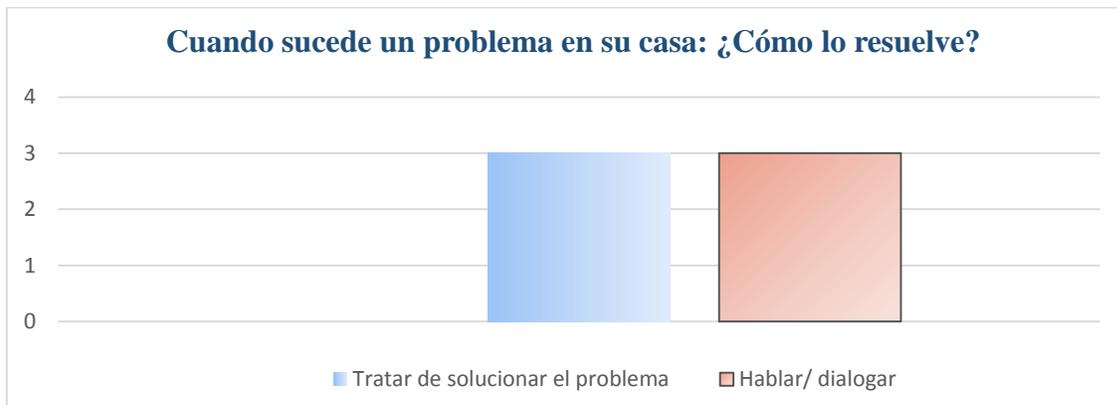


Análisis de la encuesta

En cuanto a este acápite se expone los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a 6 de los 20 voluntarios, de acuerdo a las respuestas que dieron.

Presentación de datos textuales de la encuesta aplicada a los voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana.

Gráfico N°1

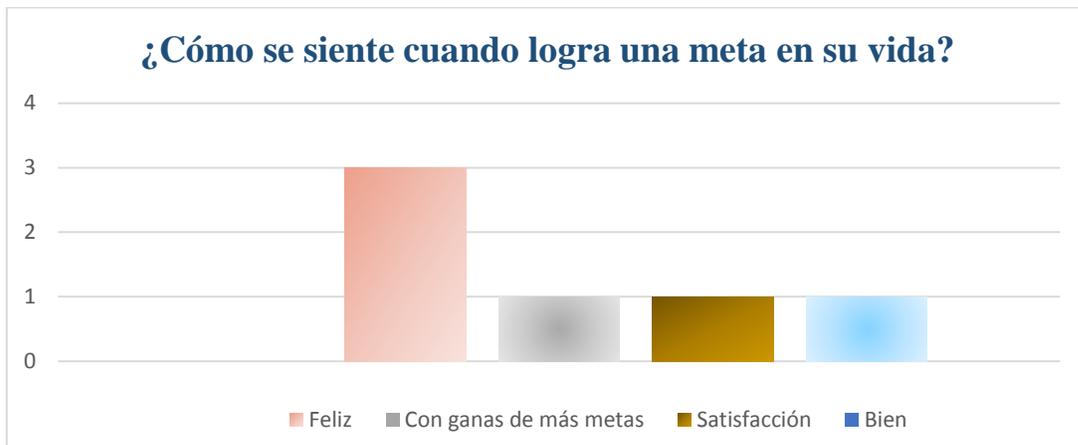


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Las respuestas están emparejadas, ya que 3 de los 6 voluntarios buscan la manera de resolver los problemas, los otros 3 hablan o dialogan cuando tienen problemas en sus casas, esto significa que al participar de eventos o talleres en las comunidades sienten que cuentan con otras personas que pueden ayudarlos

Están enlazados con el factor de aceptación a uno mismo de la Escala de Resiliencia, Branden (1995) en su libro menciona que para ello uno está de acuerdo con su persona cuando asume las aptitudes y las limitaciones, lo que conlleva a encontrar en cada uno la autoestima y la manera de anhelar un bienestar óptimo.

Gráfico N°2

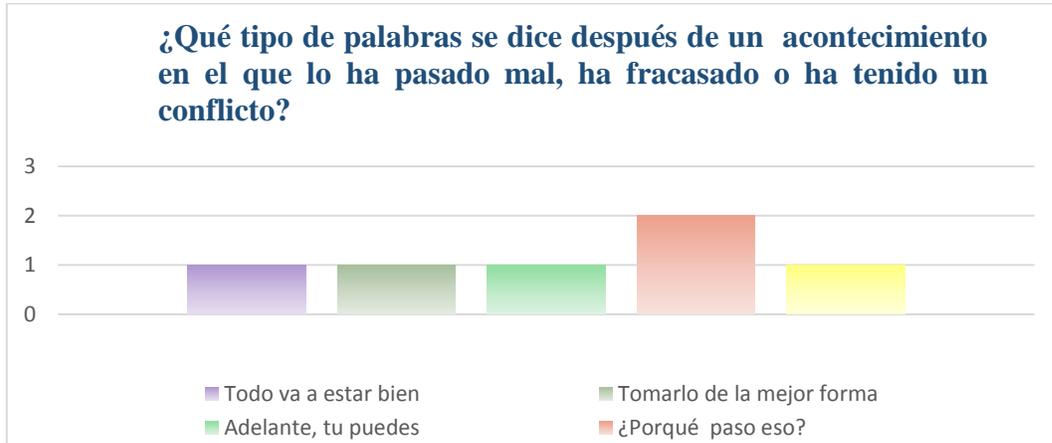


Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 6 voluntarios 3 que se sienten felices al lograr una meta, otro tiene ganas de más metas, otro siente satisfacción y otro se siente bien, da como evidencia que son muy perseverantes en las cosas que hacen, pues se valoran a sí mismos por los logros que han llegado a cumplir, cuando brindan atención en las comunidades o reciben capacitaciones referentes a su área.

Salgado (2005) comenta que la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina.

Gráfico N°3



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Las respuestas que más se mencionan en esta pregunta es: “¿Por qué me pasa eso?”, 2 de cada 6 voluntarios responde esto, tomando en cuenta que son las palabras que se dicen al momento de un acontecimiento que lo han pasado mal o han fracasado. En las otras respuestas 1 de 6 voluntarios se dice que “todo va a estar bien”, 1 de cada 6 voluntarios se dice “tomarlo de la mejor manera”, 1 de cada 6 voluntarios se dice que “ hay que tomarlo de la mejor forma”, y 1 de cada 6 voluntarios dice “pedir disculpas”.

Gráfico N°4



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Las respuestas más frecuentes en esta pregunta son: “disfrutar al máximo” y “bendición”, lo que significa que están muy felices por la vida que tienen, los logros que han alcanzado hasta el momento.

Para los voluntarios estás con las palabras que dan significado a sus vidas, 1 de cada 6 voluntarios piensa que la vida es un ciclo y 1 de cada 6 voluntarios considera que la vida es la suma de pequeños recuerdos. Lo que da cuenta que los voluntarios presentan un equilibrio, vitalidad en todo lo que hacen en sus vidas.

Gráfico N°5



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Las respuestas más frecuentes en esta pregunta son: "Si" y ambas: "lo realiza y lo pospone", de esa forma se comprende que 3 de los 6 voluntarios realiza todas las cosas que planifica, lo que demuestra que piensan de manera constructiva al trazarse metas que las puede realizar. Las otras respuestas muestran que 2 de los 6 voluntarios realiza o pospone las cosas que planifica, 1 de 6 voluntarios depende del tiempo que tenga realiza lo que planifica, esto refiere a que algunos voluntarios por sus obligaciones personas muchas veces no alcanzan a realizar lo que planifican, quizás no ponen un orden de prioridades y de esa manera posponen lo que deseaban hacer.

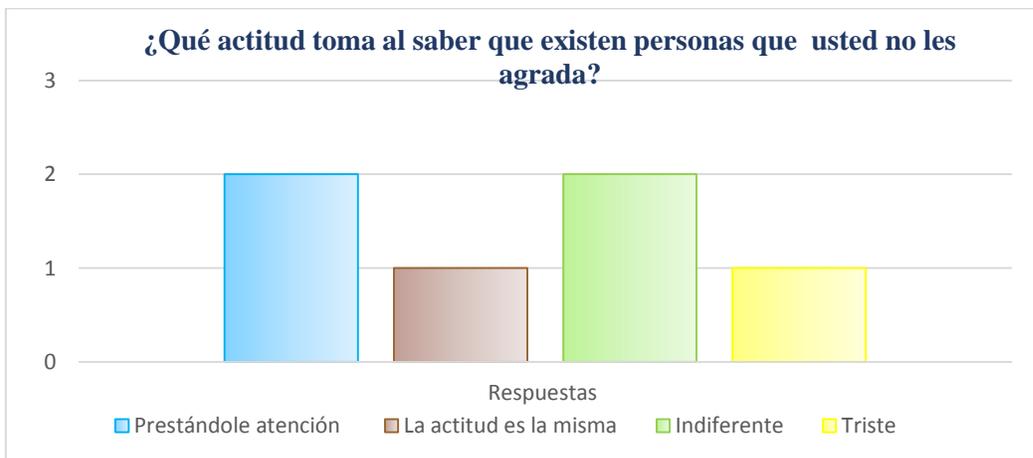
Gráfico N° 6



Fuente: Rebeca Yánez, 2018

Las respuestas de la pregunta, 4 de 6 voluntarios buscar la ayuda de otras personas para resolver las dificultades, lo que significa que es una persona resiliente ya que busca otras personas para enfrentar las dificultades, Gómez (2017) menciona que el ser humano es un ser social y emocional que necesita de otra persona en quién apoyarse en determinadas ocasiones.

Gráfico N°7



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

Existen 2 de los 6 voluntarios respondieron que prestan atención a las personas que saben que él no les agrada, lo que significa que ven la vida con objetividad y de manera positiva y eso no influye en las personas que son.

A su vez 2 de cada 6 voluntarios respondieron que son indiferentes frente a este tema, lo que determina que los voluntarios mantienen una actitud positiva ante la vida, como lo menciona Linares (2016) las personas que practican la resiliencia evitan aquellas personas que se comportan de forma negativa hacia ellos.

1 de cada 6 voluntarios no cambia de actitud frente a los demás, confía en sí mismo en quien, a su vez y 1 de cada 6 voluntarios se siente triste al saber que no les agrada a los demás, lo que se termina que en ciertos momentos surgen inseguridades de quien ese en realidad.

Gráfico N°8



Fuente: Rebeca Yáñez, 2018

La respuesta frecuente en esta pregunta está determinada en que 3 de 6 voluntarios, consultan con otras personas al momento de decidir algo, lo que determina una de las características de la resiliencia es que confían en sus capacidades, Salgado (2005) menciona que al ser conscientes de sus potencialidades y limitaciones, las personas confían en lo que son capaces de hacer. A su vez 2 de cada 6 voluntarios deciden por sí mismo y también consultan con otras personas, lo que determina que los voluntarios al relacionarse con otras personas también son resilientes.

3.3. APLICACIÓN PRÁCTICA

Con los resultados obtenidos como parte de la investigación, en los cuales se evidencia puntajes altos en relación a la resiliencia por parte de los voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha- Cantón Quito de la Cruz Roja Ecuatoriana, se creará en los próximos meses un ambiente adecuado para los voluntarios en el departamento de salud comunitaria, donde ellos puedan sentirse seguros , a su vez se trabajara con un número minoritario de voluntarios de manera personalizada en los temas más vulnerables que se evidencien.

Por otro lado sería conveniente socializar con la presidencia de la Junta Provincial de Pichincha sobre los resultados obtenidos en la Escala de Resiliencia y en la encuesta y así mismo sugerir:

- Calendarización de talleres con diferentes temáticas, que aborden las necesidades de los voluntarios, para mantener el equilibrio entre el aprendizaje de las competencias, como el fortalecimiento emocional del grupo.

- Ampliar el número de psicólogos que atiendan a los voluntarios en consulta personalizada, para que de esa manera se pueda dar un seguimiento oportuno, frente a las distintas situaciones que podría estar pasando el voluntario, tanto de índole familiar, personal o como en su entorno social de voluntariado.
- Crear un sistema de recompensas y gratificaciones al fiel cumplimiento de las actividades desarrolladas en la Junta Provincial de Pichincha - Cantón Quito de la Cruz Roja Ecuatoriana. Recompensas como: incentivos económicos simbólicos, mensajes electrónicos de agradecimiento, reuniones regulares para hacer reconocimientos verbales por las tareas cumplidas, etc. Para nutrir el estado anímico y emocional, conservar el buen desempeño, mantener el entusiasmo y el deseo interno del equipo de seguir colaborando con la Junta Provincial de Pichincha - Cantón Quito.

CAPITULO IV

4.1. DISCUSIÓN

El problema de investigación fue el determinar el proceso de construcción de la resiliencia para desarrollar un proceso donde los voluntarios puedan sentirse en un ambiente que les brinde la seguridad que necesitan en el momento oportuno.

Tomando esto en cuenta García y Domínguez (2013) afirman que el tema de la resiliencia se amplía hacia dos aspectos fundamentales. El primero se comienza a tener en cuenta la noción de proceso, implicando una interacción dinámica e incluyendo en ella factores de riesgo. Y el segundo aspecto es el adaptativo, donde se busca la forma de promover la resiliencia de la manera más eficaz posible a partir de programas sociales.

De esa manera los voluntarios al participar al participar en programas sociales como: talleres, cursos, capacitaciones, actividades sociales implementados por la Junta Provincial de Pichincha, construyen mayor resiliencia al poder ayudar a otras personas.

Un aspecto importante en los resultados que se obtuvieron en la Escala de Resiliencia es una de las preguntas que pertenecen al factor 3. Ecuanimidad que es “si algunas veces se ven obligados hacer cosas aunque no quieran”, de la cual se obtuvieron diversidad de respuestas, tomando esto en cuenta se puede dar esto por varios factores:

- Las respuestas ser parte de su realidad familiar, donde cumplen roles que no les compete por las circunstancias en el entorno de su hogar, de ese modo asumen responsabilidades que no estaban preparados para asumir, su realidad

cambio frente al contexto y a las situaciones que debe vivir. Por ejemplo un voluntario que asume el papel de padre o madre frente a sus hermanos, ya que muchas veces ellos deben asumir mas

Cabe resaltar que se pueden generar aspectos positivos al realizar algunas tareas de manera obligada:

- Alcanzan madurez y la capacidad de enfrentar situaciones de mayor conflicto.
- Se logra mayor desarrollo en las habilidades que antes el voluntario no creía tener.
- El voluntario puede descubrir otros dones o competencias.

De ese modo Vanistendael (2005) menciona que la resiliencia se encuentra en personas normales, la cual representa una cualidad humana donde la persona pese a la situación muy dolorosa y difícil busca normalmente una solución, una salida que funcione por ella misma sin causar más daños para otros.

Estimando esto como referencia se pudo evidenciar que los voluntarios construyen una adecuada resiliencia por el proceso que han dado en sus vidas frente a las distintas problemáticas que han tenido a nivel personal, laboral y familiar, donde realizan actividades en beneficio de la comunidad, talleres, cursos, los cuales han ayudado a un mejor desarrollo y realización personal, pues al tener nuevas experiencias obtendrán aspectos positivos que les ayuden a ver las cosas de una manera diferente.

En esta área García y Domínguez (2013) mencionan que la resiliencia ayuda a promover procesos que involucren al individuo y su ambiente social, ayudándolo a superar

riesgos y a tener una mejor calidad de vida. Los voluntarios al estar involucrados en las actividades antes mencionadas desarrollan una visión positiva de sí mismos para brindar ayuda a la comunidad, a sus familiares y a ellos mismos.

Una de las limitaciones que se pudo evidenciar en esta investigación fue que se tenía que aplicar la Escala de Resiliencia y la encuesta a los 150 voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha – Cantón Quito de Cruz Roja Ecuatoriana más esto no se pudo realizar tomando en cuenta las condiciones de tiempo de los voluntarios, muchos de ellos estudian y trabajan lo que dificultó que todos vinieran y dio como resultado que se hiciera la aplicación a 20 de los 150 voluntarios.

Frente a los resultados obtenidos en esta Escala de Resiliencia y la encuesta se podría aplicar a otras Juntas Cantonales que pertenecen a la Junta Provincial de Pichincha de Cruz Roja Ecuatoriana, pues sería un referente para comprender la construcción de la resiliencia y también mejorar el ambiente para los voluntarios.

4.2. CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados se pudo observar que la construcción de la resiliencia en los voluntarios es muy satisfactoria considerando las exigencias que tiene la Junta Provincial de Pichincha - Cantón Quito.

Que pese a las dificultades que puedan estar pasando dentro de sus hogares el estar vinculados en los talleres, cursos, capacitaciones y actuar operativamente en el voluntariado ha creado fortaleza interna, a la vez que han desarrollado mayores competencias, ya que al ver los aspectos positivos de las situaciones, el ayudar a otras personas hace que desarrollen una confianza hacia sí mismos y que puedan darse cuenta que son capaces de hacer.

Se puede identificar las características de la resiliencia en la Escala de Resiliencia que el 87% de los voluntarios desarrollan confianza y se sienten bien solos, lo que significa que mediante la aceptación de las emociones van aprendiendo a reconocer los aspectos positivos de la vida, utilizando su espacio para crecer y proyectarse hacia el futuro, a su vez el desarrollar más habilidades de aprendizaje los ayuda a fortalecer sus pensamientos y autoestima.

También se evidenció que el 90% de los voluntarios son perseverantes en las cosas que realizan, pese a las adversidades o dificultades que pueden estar pasando, ellos persisten para lograr las metas que se han propuesto, son constantes para conseguir lo que deseen a pesar de los obstáculos, demostrando en cada una de las actividades que realizan dentro de la Junta Provincial de Pichincha- Cantón Quito.

Se determinó que el 90.83% de los voluntarios manifiestan ecuanimidad, un equilibrio de su propia vida y de las experiencias que van adquiriendo, de ese modo van sintiendo que su vida tiene un propósito, es interesante evidenciar que dentro de este grupo no existe voluntarios que sientan que su vida no tenga un significado.

Por otro lado el 85% de los voluntarios se acepta así mismo, conoce sus fortalezas y sus debilidades, sabe en qué momentos es más vulnerable, reconoce y acepta su realidad, sabe quién es, a su vez conoce cuales son las motivaciones y las metas que tiene por cumplir. Esto tiene estrecha relación con los talleres, cursos, capacitaciones en los que participan, donde van descubriendo nuevas destrezas y a su vez van acrecentando sus virtudes y talentos que antes no los habían descubierto.

Eso se evidencia mediante el proceso del voluntariado donde se los conoce como inician su proceso y el cambio que ellos van adquiriendo mediante todas las actividades mencionadas con anterioridad.

4.3. RECOMENDACIONES

De acuerdo al estudio realizado se puede deducir que la construcción de la resiliencia en los voluntarios de la Junta Provincial de Pichincha - Cantón Quito, es altamente satisfactoria, tomando en cuenta todo el desarrollo de los voluntarios al participar de todas las actividades desarrolladas por la Junta Provincial.

Es adecuado tomar en cuenta que pueden existir ciertos casos de voluntarios donde la construcción de la resiliencia no es satisfactoria, al dar evidencia de esto, es importante dar mayor atención y de esa manera conocer el contexto real del voluntario y brindar la ayuda oportuna.

Es importante tener en cuenta que se deben tomar acciones tanto para mantener el índice presente como para mejorar la resiliencia en aquellos voluntarios que son parte de un grupo minoritario.

Se recomienda a futuras investigaciones, se amplíe la población de estudio, para lograr determinar con mayor exactitud los resultados de la presente investigación, y de esa forma, se aporte con los datos que contribuyan para comprender la construcción de la resiliencia, y también mejorar el ambiente para los voluntarios.

Se sugiere también mejorar el sistema actual de reconocimientos al fiel cumplimiento de las funciones encomendadas. Siempre dentro de la posibilidad, reconocer el trabajo de los voluntarios frente a los familiares, equipo administrativo y equipo operativos, se puede

entregar un bono económico, una tarjeta de compras de acuerdo a la condición financiera de la institución. También se propone enviar mensajes electrónicos por parte de la presidencia expresando sentimientos de consideración y gratitud por el trabajo realizado.

Se propone también que al iniciar las escuelas de voluntariado, se realice una entrevista psicológica donde se pueda evidenciar las fortalezas y debilidades, y de esa manera se pueda trabajar con el voluntario si el caso lo amerita, y a la vez dar un seguimiento para acrecentar las habilidades encontradas.

Se plantea también el implementar talleres enfocados en las necesidades que tengan los voluntarios de manera que se los pueda inspirar para seguir siendo parte de este equipo.

Es importante que los voluntarios dispongan de un lugar físico con las condiciones adecuadas que provea al grupo el sentido de estima, respeto y dignidad, para que de esa manera ellos puedan sentir que están siendo valorados por los demás, porque al darles el espacio se genera una pertenencia.

BIBLIOGRAFIA

- Andino, P. (2012). Trabajo de investigación de fin de carrera. 24-25.
- Balcells, J. (1994). *La investigación Social. Introducción a los Métodos y las Técnicas*. Barcelona.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y psicología Clínica*, 125-146.
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.
- Caqueo, A., & S, L. (2008). Calidad de vida y funcionamiento familiar de pacientes con esquizofrenia en comunidad lationamericana . *Psicothema*, 577-582.
- Cataño, Y., & Canaval, G. (2015). Resiliencia del cuidador primario y mejoría clínica de personas con enfermedad mental en cuidado domiciliario. *Entramado*, 274-283.
- Códova, A., Andrade, P., & Rodríguez, S. (2005). Características de reiliencia en jóvenes usuarios y no usuarios de drogas. *Revista intercontinental de Psicología*, 101-122.
- Dresel, W. (2005). *Tomando un café contigo mismo*. Barcelona: Zenith .
- García, M. T., & Soria, M. (2011). *Factores protectores psico socio económicos que determinen resiliencia en adolescentes*. Quito.
- García, M., & Domínguez de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicacion en situaciones adveerdas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 63-77.
- García, M., & Dominguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*, 63-77.
- Garmezy, N. (1996). Resilience in childrens adaptation to negative life events and stressed enviroments. En L. R. Robert J. Haggerty, *Stress, Risk, and Resilience in Children and Adolescents* (págs. 459-466). Cambridge University Pres.

- Gaxiola, J., Frías, M., Hurtado, M., Salcedo, L., & Figueroa, M. (2011). Validación del inventario de resiliencia (IRES). *Revista científica de América Latina*, 73-83.
- Gómez, E. (06 de diciembre de 2017). *Harmonia.la*. Obtenido de <https://harmonia.la/mis-basicos/desarrollo-personal/9-consejos-para-ser-resiliente-y-continuar-a-pesar-de-los-obstaculos>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2007). Muestreo Cualitativo. En *Metodología de la investigación*. 565-566: Mc Graw.
- Jaramillo, J. (2014). *Determinantes sociales de la resiliencia adolescente Cuenca- Ecuador*. Cuenca.
- Linares, R. (05 de Abril de 2016). *Psicología y felicidad*. Obtenido de <https://www.elpradopsicologos.es/blog/resiliencia-resilientes/>
- Luthar, S. (1991). Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. En C. Development.
- Mateu, R., García, M., Gil, J., & Caballer, A. (2009). ¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. *Universidad Jume*, 232-247.
- Namakforoosh, M. (2000). *Metodología de la investigación*. México: Limusa.
- Omar, A., París, L., Uribe, H., Almeida da Silva, H., & Aguilar de Souza, M. (2011). Un modelo explicativo de resiliencia en jóvenes y adolescentes. *Psicología en estudio*, 269-277.
- Oriol, A. (2012). *Resiliencia*. Obtenido de <http://scielo.isciii.es/pdf/edu/v15n2/colaboracion2.pdf>
- Pilatti, N., & Marínez, R. (2015). *Estudio exploratorio de Resiliencia y Autoeficacia en Bomberos Voluntarios de la Provincia de Buenos Aires*.
- Puerta, E., & Vásquez, M. (2012). Concepto de resiliencia. *Caminos para la resiliencia*.
- Rojas, R. (1991). Técnicas e instrumentos para recopilar información. En *Guía para realizar investigaciones sociales* (págs. 316-217). México: Plazas y Valdes.

- Rua, M., & Andreu, J. (2011). Validación psicométrica de la escala de resiliencia (RS) en una muestra de adolescentes portugueses. *Psicopatología Clínica, legal y forense*, 51-65.
- Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Universidad de San Martín de Porres*, 41-48.
- Steinhardt, M., & Dolbier, C. (2008). Evaluation of resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. En *Journal of American College Health* (págs. 202-210).
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia: una perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 61-79.
- Vanistendael, S. (11 de Noviembre de 2005). *La resiliencia: desde una inspiración hacia cambios prácticos*. Obtenido de <http://www.obelen.es/upload/262D.pdf>
- Velázquez, G. (01 de abril de 2014). *Salud Mental y equilibrio emocional*. Obtenido de Querer y elegir vs estar obligado: <http://gerardovelasquezd.blogspot.com/2014/04/querer-y-elegir-vs-estar-obligado.html>
- Vera, B. (2006). Psicología Positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Revista Científicas de América latina y el Caribe*, 3-8.

ANEXOS

Anexo N°1

ANEXO A ESCALA DE RESILIENCIA

Autores: Wagnild y Young (1993)
Adaptación peruana: Castilla et al. (2014)

Instrucciones:

A continuación encontrará una serie de frases que te permitirán pensar acerca de su forma de ser. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones y marque la respuesta con un aspa (X), que describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

Totalmente en desacuerdo (TD)
Desacuerdo (D)
Algo en desacuerdo (AD)
Ni en desacuerdo ni de acuerdo (¿?)
Algo de acuerdo (AA)
Acuerdo (A)
Totalmente de acuerdo (TA)

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar.”

Cuestionario y hoja de respuesta

		TD	D	AD	¿?	AA	A	TA
1.	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	0	0	0	0	0	0	0
2.	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	0	0	0	0	0	0	0
3.	Me mantengo interesado en las cosas.	0	0	0	0	0	0	0
4.	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	0	0	0	0	0	0	0
5.	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	0	0	0	0	0	0	0
6.	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	0	0	0	0	0	0	0
7.	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	0	0	0	0	0	0	0
8.	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	0	0	0	0	0	0	0
9.	Mi vida tiene significado.	0	0	0	0	0	0	0
10.	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	0	0	0	0	0	0	0
11.	Cuando planeo algo lo realizo.	0	0	0	0	0	0	0
12.	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	0	0	0	0	0	0	0
13.	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.	0	0	0	0	0	0	0
14.	Soy amigo de mí mismo.	0	0	0	0	0	0	0
15.	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	0	0	0	0	0	0	0
16.	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	0	0	0	0	0	0	0
17.	Tomo las cosas una por una.	0	0	0	0	0	0	0
18.	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	0	0	0	0	0	0	0
19.	Tengo autodisciplina.	0	0	0	0	0	0	0
20.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	0	0	0	0	0	0	0
21.	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	0	0	0	0	0	0	0
22.	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	0	0	0	0	0	0	0
23.	Soy decidido (a).	0	0	0	0	0	0	0
24.	Por lo general, encuentro algo en que reírme.	0	0	0	0	0	0	0
25.	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	0	0	0	0	0	0	0

Anexo N°2

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,.....con número de cédulade la ciudad de Quito, por voluntad propia doy consentimiento para la realización de la entrevista y escala a mi persona, y a la toma de los test proyectivos a mi hijo/a.....por parte de la Srta. Thairi Salvador (1722557160), estudiante de la Universidad Internacional SEK, de la Facultad de Ciencias del Comportamiento Humano y Trabajo, de la Carrera de Psicología Clínica, para realizar la investigación de fin de carrera.

Manifiesto que se me fue notificado de una forma clara y completa sobre el proceso de la entrevista y que el propósito de su realización es obtener información para la investigación. A sí mismo recibí sobre la información de la grabación de audio y la forma que será utilizada los resultados.

Toda información recolecta será confidencial y confines académicos.

Hago constar que he leído y entendido en su totalidad, por lo que en constancia firmo y acepto su contenido.

Firma del participante

Teléfono:

Firma del investigador

Anexo N°3

ENCUESTA – RESILIENCIA

Nombre:

Edad:

- 1. ¿Cuándo sucede un problema en su casa, como lo resuelve?**

- 2. ¿Cómo se siente cuando logra una meta en su vida?**

- 3. ¿Qué tipo de palabras se dice después de un acontecimiento en el que lo ha pasado mal, ha fracasado o ha tenido un conflicto?**

- 4. ¿Qué significado tiene la vida para usted?**

- 5. ¿Cuándo planifica algo lo realiza o lo pospone?**

- 6. ¿Cómo enfrenta las dificultades que le suceden?**

- 7. ¿Qué actitud toma al saber que existen personas que a usted no les agrada?**

- 8. ¿Puede decidir por usted mismo o consulta con otras personas?**

