

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA  
SEDE QUITO**

**CARRERA:  
PSICOLOGÍA**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:  
PSICÓLOGA**

**TEMA:  
RESILIENCIA EN 20 ADOLESCENTES DE 10 A 14 AÑOS,  
DEL “PROYECTO RECONSTRUYÉNDONOS” DE LA  
FUNDACIÓN CHILDREN INTERNATIONAL - CENTRO  
COMUNITARIO N<sup>RO</sup>. 4 - BARRIO SAN FRANCISCO DE  
HUARCAY - SEDE QUITO, EN LOS MESES DE MARZO A  
JUNIO DEL AÑO 2021.**

**AUTOR:  
ANA GABRIELA RIOFRIO MEDINA**

**DOCENTE TUTOR:  
IVÁN GUSTAVO DONOSO CHÁVEZ**

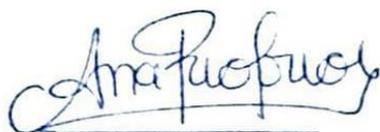
**Quito, enero del 2022.**

## Cesión de derechos de autor

Yo/ Ana Gabriela Riofrio Medina con documento de identificación N° 1750237370, manifiesto mi voluntad y cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy la autora del trabajo de grado/titulación intitulada:

“RESILIENCIA EN 20 ADOLESCENTES DE 10 A 14 AÑOS, DEL “PROYECTO RECONSTRUYÉNDONOS” DE LA FUNDACIÓN CHILDREN INTERNATIONAL - CENTRO COMUNITARIO N<sup>RO</sup>. 4 - BARRIO SAN FRANCISCO DE HUARCAY - SEDE QUITO, EN LOS MESES DE MARZO A JUNIO DEL AÑO 2021.”, mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: Psicóloga en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En aplicación a lo determinado en la Ley de Propiedad Intelectual, en mi condición de autora me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.



Nombre: Ana Gabriela Riofrio Medina

Cédula: 175023737-0

Quito, enero del 2022.

## Declaratoria de coautoría del docente tutor/a

Yo declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el trabajo de titulación, Sistematización de experiencia del diagnóstico y ejecución de “RESILIENCIA EN 20 ADOLESCENTES DE 10 A 14 AÑOS, DEL “PROYECTO RECONSTRUYÉNDONOS” DE LA FUNDACIÓN CHILDREN INTERNATIONAL - CENTRO COMUNITARIO N<sup>RO</sup>. 4 - BARRIO SAN FRANCISCO DE HUARCAY - SEDE QUITO, EN LOS MESES DE MARZO A JUNIO DEL AÑO 2021.” realizado por Ana Gabriela Riofrio Medina obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, enero 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Iván Donoso", with a large, sweeping flourish extending to the right.

IVÁN GUSTAVO DONOSO CHÁVEZ

CI: 010094512-0



### **Carta de autorización.**

ASUNTO: Carta de aceptación de la realización de Proyecto de Tesis en el Centro Comunitario Huarcaiy de la Fundación Children International

**Srta. Ana Gabriela Riofrio Medina**

Estudiante de la carrera de Psicología de la Universidad Politécnica Salesiana.

Por este medio me permito informarle que está autorizada a ejecutar su proyecto de Tesis **“RESILIENCIA EN 20 ADOLESCENTES DE 10 A 14 AÑOS, DEL “PROYECTO RECONSTRUYÉNDONOS” DE LA FUNDACIÓN CHILDREN INTERNATIONAL - CENTRO COMUNITARIO NRO. 4 - BARRIO SAN FRANCISCO DE HUARCAY - SEDE QUITO, EN LOS MESES DE MARZO A JUNIO DEL AÑO 2021.”** Bajo la supervisión y asesoría de la Señorita Carla Viracocha, facilitadora de la estrategia de Bienestar Emocional en el Centro Comunitario Huarcaiy.

Del mismo modo, le recuerdo que la Fundación Children International protege la información privada y personal de las familias patrocinadas, en especial de sus niños, niñas y adolescentes, por tal razón, le instamos a resguardar, mantener la debida confidencialidad y no hacer mal uso de los documentos, estudios, archivos físicos y/o electrónicos de información recabada, estadísticas o bien, cualquier otro registro con su estudio.

Quito, enero 2022  
Sra. Evelyn Alvarez  
Líder de Estrategia



## **Dedicatoria**

A Dios y la Virgen del Cisne por el amor infinito, que me demuestran día con día. A mi familia por ser mi fuerza y mi guía en todo momento.

A mi compañera Karla Cadmelema, que me acompaño en el proceso de ejecución y elaboración del proyecto.

A la Fundación Children International por ayudarme en la ejecución del proyecto, brindando la información y la capacitación necesaria, para que esto sea posible.

**Ana Riofrio.**

## **Agradecimiento.**

A Dios, a la Virgen de Cisne, por ser mi guía y mi iluminación en todo momento. A mi padres, hermano y abuelita por darme el amor, comprensión y fuerza para culminar con mis estudios.

A mi tutor Iván Donoso, por haber sido mi guía y brindarme todos sus conocimientos para realizar un mejor trabajo en la ejecución del proyecto, por ser un excelente docente y mostrar su amor y pasión en su trabajo.

A mis docentes, por guiarme y darme la confianza de equivocarme para aprender, además de ser sensibles frente a las dificultades que se presentaban.

A mis amigas por las aventuras compartidas, los buenos y malos momentos, gracias por haber coincidido en el mismo lugar y el momento.

A los niños que me ayudaron a la ejecución del proyecto, sin su apoyo y acogida esto no sería posible. Gracias a la Fundación Children International por permitirme conocerlos y acércame a los niños- niñas brindándome la apertura de realizar los talleres de manera libre.

**Ana Riofrio.**

## Índice de contenido

Resumen.....	xi
Introducción .....	1
Primera parte .....	2
1. Datos informativos del proyecto .....	2
1.1. Nombre del proyecto.....	2
1.2. Nombre de la institución: .....	2
1.3. Tema que aborda la experiencia.....	2
1.4. Localización .....	2
2. Objetivo de la sistematización .....	3
2.1. Objetivo general:.....	3
2.2. Objetivo específico: .....	3
3. Eje de la sistematización .....	4
3.1. Resiliencia.....	4
3.2. Bienestar Emocional .....	5
3.3. Identidad.....	5
3.4. Desafíos y pérdidas .....	5
3.5. Afrontamiento de sentimientos. ....	6
3.6. Auto calmar- Autocontrolarse:.....	6
3.7. Esperanza, optimismo y diálogo interno.....	6
4. Objeto de la sistematización.....	8
5. Metodología de la sistematización .....	9
5.1. Escala de escala de resiliencia para niños entre 9 y 14 años (E: R: E). ....	9
5.2. Escala de resiliencia Wagnild y Young. ....	9
5.3. Entrevista semiestructurada .....	10

5.4. Matriz de asistencia.....	10
6. Preguntas clave.....	11
6.1. Preguntas de inicio:.....	11
6.2. Preguntas interpretativas:.....	11
6.3. Preguntas de cierre:.....	11
7. Organización y procesamiento de la información.....	12
8. Análisis de la información:.....	17
Segunda parte.....	19
1. Justificación.....	19
2. Caracterización de los beneficiarios.....	21
3. Interpretación.....	22
4. Principales logros del aprendizaje:.....	34
4.1. Lecciones aprendidas:.....	34
4.2. Productos que generó el proyecto de intervención.....	34
4.3. Objetivos que se plantearon se lograron:.....	35
4.4. Elementos innovadores identifican en la experiencia.....	35
4.5. Impacto a nivel de la salud mental.....	35
Conclusiones.....	36
Recomendaciones.....	38
Referencias bibliográficas.....	39
Anexos.....	44

## Índice de tablas

Tabla 1 Resumen de los resultados de la escala inicial (E: R: E) .....	23
Tabla 2 Tabla en porcentajes de asistencia: .....	24
Tabla 3 Indicadores propuestos en cada taller .....	25
Tabla 4 Indicadores propuestos para la ejecución de cada taller .....	25
Tabla 5 Indicadores propuestos para la ejecución de cada taller .....	26
Tabla 6 Indicadores propuestos para la ejecución de cada taller .....	27
Tabla 7 Indicadores propuestos para la ejecución de cada taller .....	27
Tabla 8 Análisis de discurso de las entrevistas .....	29
Tabla 9 Resumen de los resultados de escala final .....	31
Tabla 10 Niveles de satisfacción en los NNJA .....	33

## Índice de anexos

Anexo 1. Escala Inicial (E.R.E.) .....	44
Anexo 2. Resultados de la (E-R-E).....	46
Anexo 3. Entrevistas .....	60
Anexo 4. Escala de Evaluación final “Escala de Resiliencia Wagnild y Young” .....	63

## Resumen

El informe del Proyecto de Intervención, logra comprender la sistematización, elaboración y la ejecución de talleres para el incremento de resiliencia en adolescentes de 10 a 14 años, pertenecientes a la Fundación Children International. El “Proyecto Reconstruyéndonos” surge al verse afectados por la pandemia de Covid- 19, por lo que en primera instancia se evalúa con la “Escala de Resiliencia Escolar para niños entre 9 y 14 años (E.R.E.)”, el nivel de Resiliencia con el cual contaban los adolescentes y trabajar en sus necesidades.

Además, desde la ardua experiencia y conocimiento de los profesionales que pertenecen a la Fundación Children Intertational, se realizaron entrevistas, las mismas que permitieron un acercamiento a las problemáticas psico-sociales, emocionales, culturales y económicas que vivencian las familias, al mismo tiempo de las que afloraron durante la pandemia del covid-19, desafiando a los adolescentes y sus familias a buscar herramientas para sobrellevar situaciones adversas, en beneficio de su bienestar biopsicosocial- emocional.

En cuanto a la ejecución de talleres, se ha logrado salir del modelo de una clase estándar o educación formal, tomando en cuenta la formación en Psicología Humanista y de esta manera dar un matiz dinámico, vivencial y experiencial, logrando la asistencia continua de los participantes, con la finalidad de fortalecer, desarrollar, reforzar la resiliencia y los factores que inciden en la misma.

Para culminar con el Proyecto se realizó la evaluación de “Escala de Resiliencia Wagnild y Young “verificando si los talleres habían sido efectivos en los adolescentes y si se reforzó su habilidad de resiliencia.

**Palabras clave:** Resiliencia, Talleres lúdicos y dinámicos, Factores socio-culturales, Adolescentes.

## Abstract

The report of this Intervention Project manages to understand the systematization, elaboration, and execution of workshops aimed at the increase of resilience in adolescents between 10 and 14 years old who are part of the Children International Foundation initiatives. The “Rebuilding Project” arises when it is affected by the Covid-19 pandemic, so it is first evaluated with the "School Resilience Scale for children between 9 and 14 years old (ERE)", the level of Resilience with which the adolescents had and work on their needs.

In addition, the broad experience and knowledge of the professionals that belong to the International Children Foundation allowed to conduct interviews to have a better understanding of the psychosocial, emotional, cultural, and socioeconomic problems that families face as well as the hardships that surged during the Covid-19 pandemic which challenged adolescents and their families to look for ways to cope with adverse situations for the benefit of their biopsychosocial-emotional well-being.

Regarding the implementation of workshops, it was possible to abandon the model of a standard or formal education class considering the vocational training in Humanistic Psychology as a way to provide a dynamic and experimental nuance which achieved the continuous attendance of the participants in order to strengthen, develop, and reinforce resilience and the factors that affect it.

To culminate with the Project, the evaluation of "Wagnild and Young Resilience Scale" was carried out, verifying if the workshops had been effective in adolescents and if their resilience ability was reinforced.

**Key words:** Resilience, ludic and dynamic workshops, sociocultural factors, adolescents.

## **Introducción**

En el año 2020 la población ecuatoriana experimentó, la terrible e inimaginable pandemia de covid- 19 y así emergieron conflictos que han venido devastando a toda la sociedad, especialmente a las familias que se encontraban en estado de vulnerabilidad, lo cual empeoró su bienestar biopsicosocial- debido a la pérdida de empleos, estrés, desesperación, ansiedad y sobre todo defunciones, entre otros factores estresores.

El Proyecto de Intervención surge del “Proyecto Reconstruyéndonos” que la Fundación Children International propone en 5 centros comunitarios. Trabajamos en el sector de la ecuatoriana.

El Proyecto está enfocado en evaluar los niveles de resiliencia que se han producido en 20 adolescentes de 10 a 14 años del sector de Huarca, pertenecientes a un nivel socioeconómico bajo y alto estado de vulnerabilidad. Por lo cual se inició con el primer ciclo de talleres de marzo a junio del 2021, los mismos que se están desarrollados con un matiz reflexivo, de concientización, empoderamiento; permitiendo de esta manera un acercamiento vivencial y experiencial de la realidad particular de los adolescentes como de nosotras como co- facilitadoras.

## **Primera parte**

### **1. Datos informativos del proyecto**

#### **1.1. Nombre del proyecto**

Resiliencia en 20 adolescentes de 10 a 14 años, del “Proyecto Reconstruyéndonos” de la Fundación Children International - Centro Comunitario Nro. 4 - barrio San Francisco de Huarca - Sede Quito, en los meses de marzo a junio del año 2021.

#### **1.2. Nombre de la institución:**

Fundación Children International- Niñez Internacional.

#### **1.3. Tema que aborda la experiencia**

Debido a la pandemia de Covid- 19, las familias apadrinadas de la Fundación Children International atraviesan situaciones de vulnerabilidad psicosocial. Por lo que, se ve la necesidad de llevar a cabo talleres que aumenten los niveles de resiliencia de los adolescentes participantes.

#### **1.4. Localización**

Quito- Ecuador, Parroquia La Ecuatoriana, Barrio San Francisco de Huarca, Calle Luis García Oe 13d y Oswaldo Hurtado, sector Cdla. Ibarra.

## **2. Objetivo de la sistematización**

### **2.1. Objetivo general:**

Analizar la información e implementación del “Proyecto Reconstruyéndonos” y evaluar la capacidad de Resiliencia de 20 adolescentes de 10 a 14 años.

### **2.2. Objetivo específico:**

- Conocer los niveles iniciales de resiliencia mediante la aplicación de la “Escala de Resiliencia para Niños entre 9 y 14 años (E: R: E)”.
- Determinar los factores socioculturales que prevalecen en la resiliencia por medio de entrevistas semi- estructuradas a profesionales de la Fundación Children International.
- Analizar los resultados iniciales y finales basados en los efectos positivos y negativos de los talleres de Resiliencia, utilizando la “Escala de Resiliencia de Wagnild y de Young (Er)”.

### **3. Eje de la sistematización**

La finalidad de realizar esta sistematización es para analizar y dar a conocer los resultados de la implementación del “Proyecto Reconstruyéndonos”, evaluando con dos diferentes escalas, se inicia con “Escala de Resiliencia para Niños entre 9 y 14 años (E: R: E)” y se termina con “Escala de Resiliencia de Wagnild y de Young (Er)”.

Habiéndose ejecutado seis talleres lúdicos de manera vivencial y experiencial. Finalmente, se recopila información por parte de profesionales del área de psicología, pertenecientes al grupo de bienestar social de la Fundación Children International, obteniendo un conocimiento más amplio para mejorar las intervenciones posteriores en los ciclos faltantes.

Con el fin de sistematizar el Proyecto se utilizaron dos modelos:

Según Hernández & otros (2014), menciona que en el modelo cuantitativo “Utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (p. 4).

De manera cualitativa los autores Taylor y Bogdan (1986) la describen como: "aquella que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable" (Herrera, 2008, pág. 20).

De este modo el trabajo será sistematizado de forma mixta, teniendo como base:

- Talleres basados en incremento de resiliencia, bienestar emocional, identidad, procesar desafíos y pérdidas, afrontamiento de sentimientos, autocontrol, esperanza, optimismo y diálogo interno.
- Escalas evaluativas, que permitirán conocer el nivel de resiliencia inicial y final.
- Entrevistas centradas en la percepción de los profesionales de salud mental acerca de factores psicosociales que se evidencian en los adolescentes.

#### **3.1. Resiliencia**

Acevedo (2002) menciona que:

“La resiliencia es la capacidad de mantenerse integrado a pesar de la adversidad y lograr un desarrollo positivo de acuerdo a las metas de la propia cultura y como actores sociales frente a otras” (Acevedo, 2002, p. 23).

Además “se refiere a una forma de nombrar lo personal, la creatividad, la potencia de lo espiritual en la conducta humana personal o grupal, en su impredecible devenir cuando dan como resultado conductas sanas frente a situaciones adversas” (Acevedo, 2002, p. 23).

### **3.2. Bienestar Emocional**

El Hospital de Barcelona (2019) define bienestar emocional como:

“Lo constituyen el conjunto de sensaciones positivas derivadas de un funcionamiento mental que nos capacita para hacer frente o adaptarnos a las situaciones y demandas ambientales” (Clinica Barcelona org, 2019, p. 1).

### **3.3. Identidad**

José Rodríguez citando a Frankl (1962) expone que:

(...) la identidad sería el motor que impulsa al hombre a actuar a sentir y que le dota de un concepto unificado del mundo y de él mismo. En otra parte dice que "Este sentido es único y específico en cuanto es uno mismo y uno solo quien tiene que encontrarlo; únicamente así logra alcanzar el hombre un significado que satisfaga su propia voluntad de sentido" (Rodríguez, 2017, p. 1).

### **3.4. Desafíos y pérdidas**

#### **Desafío:**

El diccionario Espasa Calpe (2005) define:

“El desafío como un “reto, empresa difícil a la que hay que enfrentarse”. La palabra “desafiar” involucra “afrontar o enfrentarse a un peligro o dificultad” (Raimundi, Molina, Gimenez, & Minichiello, 2014, p. 1).

#### **Pérdida:**

Martha Vargas citando a Bowlby (1980) menciona que la pérdida es:

El duelo como todos aquellos procesos psicológicos que se desencadenan a partir de la pérdida de un ser querido. Es largo, doloroso, por lo general desorganizarte y produce un desequilibrio en la homeostasis del sistema comportamental de apego, desestabiliza los mecanismos que regulan la relación entre el individuo y su figura de apego (Vargas, 2015, p. 3).

### **3.5. Afrontamiento de sentimientos.**

Según Pascual A y Consejero S citando a Lazarus y Folkman (1986 p. 200) señalan que el afrontamiento es:

“Conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales, permanentemente cambiantes, desarrollados para hacer frente a las demandas específicas externas y/o internas, evaluadas como abrumadoras o desbordantes de los propios recursos” (2019).

### **3.6. Auto calmar- Autocontrolarse:**

El auto controlarse se vincula con el auto calma. Pozueta cita a Goleman quien define como “Capacidad de manejar adecuadamente las emociones y los impulsos conflictivos” además “El autocontrol se manifiesta por la ausencia de explosiones emocionales o por ser capaz de relacionarse con una persona enfadada sin enojarnos” (Pozueta, s.f.).

### **3.7. Esperanza, optimismo y diálogo interno.**

#### **Esperanza:**

La Real Academia Española (2021) define: “Estado de ánimo que surge cuando se presenta como alcanzable lo que se desea. (,,,) . Religioso. En el cristianismo, virtud teologal por la que se espera que Dios otorgue los bienes que ha prometido” (Real Academia Española, 2021, p. 1).

#### **Optimismo:**

El optimismo es el valor que nos ayuda a enfrentar las dificultades con buen ánimo y perseverancia, descubriendo lo positivo que tienen las personas y las circunstancias, confiando en nuestras capacidades y posibilidades junto con la ayuda que podemos recibir (Espinosa, 2014, p. 2).

#### **Diálogo interno:**

Carbonell citando a Siegrist (2017)

Describe el diálogo interno como el discurso interior en voz alta de una persona o por medio de sus pensamientos. Esa voz interna, que puede ser positiva o negativa, a menudo es un comentario continuo en la mente que refuerza y confirma percepciones y creencias personales sobre ellos mismos y el mundo que los rodea (Carbonell, 2017, p. 2).

### **Diálogo interno negativo:**

Según la Dra. Vanessa Fernández (2020) menciona que: “El diálogo interno negativo distorsiona la interpretación de la realidad, y genera emociones y conductas inadecuadas. (...) La auto charla o auto diálogo interno negativo hace que nos ahogemos en nuestros problemas, haciéndolos más grandes de lo que son” (pp. 1,2).

### **Diálogo interno positivo:**

Según el PhD Gregory Jantz (2016):

El diálogo interno positivo, como habrás adivinado, es el giro del diálogo interno negativo. No se trata de narcisismo, o de engañarnos a nosotros mismos para pensar cosas que son inexactas. Se trata más de mostrarte un poco de autocompasión y comprensión de quién eres y por lo que has pasado. (Desilusion.com, 2019, p. 7).

#### **4. Objeto de la sistematización**

Para abordar el objetivo de sistematización se evaluará la capacidad de resiliencia en los adolescentes, que participaron en el “Proyecto Reconstruyéndonos”, de igual manera, se recopila información acerca de los factores socioculturales con los que cuentan y así proceder a la planificación de los talleres. La ejecución se la realizó entre los meses de marzo a junio. Los primeros tres meses se realizarían los talleres y en el mes de junio los adolescentes pondrían en práctica lo aprendido para luego realizar la evaluación final.

La ejecución de los 6 talleres lúdicos, fueron trabajados desde el ámbito bio-psico-social, siendo vivenciales y experienciales para los adolescentes. Cada taller tuvo una duración de noventa minutos, procurando fortalecer las habilidades de resiliencia, vinculadas a su vida cotidiana, conociendo herramientas que permitan a los participantes afrontar el entorno social. Por lo que, la finalidad de la intervención es conocer los resultados del primer ciclo de talleres y de esta manera realizar los futuros ciclos.

## **5. Metodología de la sistematización**

El presente Proyecto utiliza una metodología mixta, ya que se realiza la combinación del enfoque cualitativo y cuantitativo:

Para Hernández, Fernández & Baptista (2014)

Los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (Aguilar, 2016, p. 2).

Se utiliza el método mixto, ya que logra abarcar varios instrumentos psicológicos, permitiendo recopilar información cualitativa y cuantitativa, dando como resultado un panorama más amplio para la ejecución. De este modo los instrumentos que ayudaron a la ejecución del Proyecto de Intervención son:

### **Enfoque cuantitativo:**

#### **5.1. Escala de resiliencia para niños entre 9 y 14 años (E: R: E).**

“Establecer el comportamiento estadístico de la Escala de Resiliencia Escolar (E.R.E.), en una muestra de niñas y niños, entre 9 y 14 años, de diferente estrato socio económico” (Saavedra & Castro, 2009, p. 2).

Se realiza la aplicación de esta escala para conocer los niveles iniciales de resiliencia, de este modo adecuar las planificaciones al grupo etario correspondiente.

#### **5.2. Escala de resiliencia Wagnild y Young.**

“La Escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción” (Wagnild & Young, 1993).

La Escala fue elaborada para identificar el grado de resiliencia individual de adolescentes y adultos, y consta de 25 reactivos que son puntuados en una escala con formato tipo Likert de 7 puntos, siendo todos los ítems calificados positivamente, fluctuando los puntajes entre 25 a 175 puntos. (Wilber, 2015, p. 6).

Se evalúa un mes después de haber culminado con los 6 talleres correspondientes, para identificar si las herramientas implementadas fueron utilizadas en situaciones de su vida cotidiana, de esta manera se conocerá la eficacia del “Proyecto Reconstruyéndonos”.

#### **Enfoque cualitativo:**

### **5.3. Entrevista semiestructurada**

Hernández et al, (2014) indica que: “Las entrevistas semiestructuradas se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información” (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, p. 403).

Se lleva a cabo entrevistas semi- estructuradas con cinco profesionales de la Salud Mental de la Fundación Children International, con el fin de conocer la perspectiva que tienen de los adolescentes inscritos en el Proyecto y de esta manera identificar los factores socio-culturales que vulneran sus habilidades de resiliencia.

### **5.4. Matriz de asistencia**

“La lista de asistencia es todo documento que tiene como fin, registrar la presencia de personas para un evento único o continuo. El seguimiento de la asistencia es una actividad sencilla que ayuda a gestionar la participación en clases, reuniones y eventos” (Cortes, s.f).

Permite verificar la asistencia de los adolescentes conforme la matriz preestablecida por la Fundación Children International y además se registran las tareas cumplidas los fines de semana.

## **6. Preguntas clave**

### **6.1. Preguntas de inicio:**

- ¿Cuál es la necesidad de realizar el “Proyecto Reconstruyéndonos”?
- ¿Quiénes son los adolescentes que colaboraron con el “Proyecto Reconstruyéndonos”?
- ¿Cuáles son los resultados en aquellos adolescentes que colaboraron con el “Proyecto Reconstruyéndonos”?

### **6.2. Preguntas interpretativas:**

- ¿Cómo fue la organización para realizar el primer ciclo de talleres?
- ¿Cuál fue la vivencia y experiencia de los adolescentes al realizar los talleres?
- ¿Cómo fue la participación de los adolescentes y facilitadores durante la intervención?

### **6.3. Preguntas de cierre:**

- ¿Cuál fue el cambio que se logró apreciar en los adolescentes al culminar el primer ciclo de talleres?
- ¿La implementación del “Proyecto Reconstruyéndonos” fue beneficiosa para los adolescentes?
- ¿Qué efectos positivos y negativos se evidenciaron al realizar los talleres?

## 7. Organización y procesamiento de la información

Con el fin de conocer la capacidad de resiliencia en 20 adolescentes inscritos en el “Proyecto Reconstruyéndonos” se aplicó la Escala (E.R.E), dando a conocer que el nivel inicial de resiliencia con el que contaba el grupo de estudio que estaba promediado como “medio”. Asimismo, se entrevistó a cinco profesionales de la salud mental que conozcan los factores socio-culturales de los adolescentes, permitiendo elaborar una planificación acorde a sus necesidades. Por lo tanto, se desarrollaron los seis talleres del primer ciclo, considerando la asistencia de los participantes, de este modo cumplir con la finalidad de incrementar y fortalecer las habilidades de resiliencia.

Los talleres se planifican en una matriz semanal, que contiene:

- Bienvenida: Se realiza una dinámica inicial y se procede a registrar la asistencia en la matriz.
- Dinámica de Presentación: Se presenta material audio- visual en donde los adolescentes logren identificar la temática con la que se va a trabajar.
- Introducción a la temática: Se elabora material lúdico para que logren apreciar desde su experiencia el tema a tratar.
- Desarrollo de la temática: Se realiza actividades dinámicas con material que tengan en su casa o que haya sido entregado en el Kit por parte de la fundación, para ir elaborando un aprendizaje individual y colectivo desde sus vivencias.
- Reflexión y cierre: Se fomenta la participación de todos los adolescentes, para conocer lo aprendido en el taller y de qué manera se puede afrontar una situación de riesgo, por lo que se realizan actividades durante la semana.

Por último, se enuncian las actividades trabajadas para llegar a cumplir los objetivos propuestos semanalmente.

El Primer taller “Comenzando el viaje” con el tema: viaje personal y conexión al mundo más grande. Se inició proponiendo la consigna del Proyecto (estamos aquí para reconstruirnos y reconocernos) además, se proporcionó un lugar seguro, cálido, dinámico y creativo formando un marco para que el adolescente comience a traer al grupo las diferentes partes del quiénes son y sus experiencias de vida. El participante desarrolló su sentido de coherencia desde su visión del mundo real al que pertenece, comprometiéndose con su contexto social, familiar,

educativo y psicológico. El grupo construyó los lineamientos para trabajar de manera exitosa y armoniosa en la modalidad online durante todo el primer ciclo de talleres, los mismos que se cumplieron en su totalidad. Se desarrollaron cuatro actividades:

- Actividad 1: Rompehielos- ¿Qué tan atento estas? (15 min)
- Actividad 2: Presentando el programa y metáforas del programa (20 min)
- Actividad 3: Cuenta cuentos/historia (20 min)
- Actividad 4: Mano de ayuda una tarea final para generar el aprendizaje vivencial en el grupo. (20 min)
- Tarea para Llevar a la Casa (5 min)
- Cierre de Sesión. (10 min).

De esta manera, se logró una participación del 95% con resultados satisfactorios, es decir; que los participantes definieron la resiliencia e identificaron su perfil como personas resilientes.

El Segundo taller “Obstáculos en el viaje” con el tema: procesando desafíos, pérdidas y cambios. El facilitador da la bienvenida a todos los participantes de una manera cálida, afectiva y emotiva logrando conectividad con el grupo, mencionando que el viaje de vida continúa. Se recordó la misma consigna y los lineamientos ya establecidos para que la sesión fluya de manera didáctica. En este taller se abordó la educación sobre la pena y las transiciones difíciles. Además, se comentó acerca del escenario actual causado por la pandemia y los obstáculos que han surgido de la misma. A través de las siguientes actividades

- Actividad 1: Mapa de la Historia (15 min)
- Actividad 2: Las muchas piezas de mí (20 min)
- Actividad 3: Línea del tiempo (20 min)
- Actividad 4: Establecer Metas a Corto Plazo. (20min)
- Tarea para Llevar a la Casa (5 min)
- Cierre de Sesión. (10 min).

El Tercer taller “Sentimientos – Afrontamiento” con el tema: Entender, nombrar y expresar sentimientos. Las cofacilitadoras, realizaron la bienvenida con una pequeña introducción a la temática que se iba a realizar, posteriormente ejecutaron las siguientes actividades:

- Actividad 1: Metáfora de la enseñanza (5 min)

- Actividad 2: Tarjetas de caras de los sentimientos (20 min)
- Actividad 3: Como se siente mi corazón (20 min)
- Actividad 4: Máscara adentro afuera (20 min)
- Tarea para Llevar a la Casa (5 min)
- Cierre de Sesión. (10 min).

En este taller los participantes identificaron y reconocieron las diferentes emociones y sentimientos que pueden experimentar en su diario vivir, además evidenciaron las maneras en las cuales pueden manejarlas y técnicas de relajación que les permitan controlar los sentimientos y así afrontarlas.

Los participantes establecieron una conexión con sus emociones ayudándoles a comprender la expresividad emocional, mediante la metáfora “Subiendo el switch de una luz” pasando de calmados a agobiados muy rápidamente, pero toma tiempo para ir de agobiados a calmados, para lo cual se utilizó técnicas de relajación (mindfulness), respiración (técnica de Schultz) y diálogo interno.

El Cuarto taller “Auto- calmarse” con el tema Cómo Autocalmarse después de ser “triggered” y/o “inundado”. Se abordó de manera didáctica, experiencial y vivencial, recordando a los participantes los lineamientos y acuerdos a los que se llegaron durante el transcurso de las sesiones. Además, se realizan actividades que permitan a los participantes relajarse, al momento de atravesar por situaciones estresantes, estas son:

- Actividad 1: Respiración Profunda (20min)
- Actividad 2: Activando los sentidos (30 min)
- Actividad 3: Isla de calma vs Isla de agobio (25 min)
- Tarea para Llevar a la Casa: (5 min)
- Cierre de Sesión: (10 min)

Posteriormente los participantes logran identificar los factores estresores en las diferentes situaciones a los que se enfrentan y de esta manera se aplican las técnicas que resultan efectivas, incrementan los niveles de resiliencia y aumentan su creatividad para resolver problemas.

El Quinto taller “Esperanza, optimismo y diálogo interno positivo” con el mismo tema. Las co- facilitadoras dan la bienvenida a todos los participantes de una manera cálida, afectiva y emotiva logrando así conectividad con el grupo. Esta sesión visualiza la esperanza como parte

importante de la resiliencia y, además, identifica que la esperanza es más que el pensamiento optimista, es decir, que la esperanza se construye desde los pensamientos optimistas y desarrolla un plan para alcanzar las metas propuestas que apuntan a soluciones creativas.

Se desarrollan las siguientes actividades:

- Actividad 1: Dinámica Rompehielos (10min)
- Actividad 2: Discusión de grupo (20 min)
- Actividad 3: 2 lados para cada historia (20 min)
- Actividad 4: El árbol del optimismo (25 min)
- Tarea para llevar a la casa: (5 min)
- Cierre de Sesión: (10 min).

La sesión se complementa con la metáfora del árbol de la vida, donde de los pensamientos positivos y los pensamientos negativos. También se revisó el perfil de un pensador optimista con la siguiente frase “They believe that, if they set goals and work hard to achieve the goals they will achieve good results. Self-talk affects one’s level of optimism, so changing or teaching positive self-talk will enhance resilience”.

Crean que, si se fijan metas y trabajan duro para alcanzar las metas, obtendrán buenos resultados. El diálogo interno afecta el nivel de optimismo de uno, por lo que cambiar o enseñar un diálogo interno positivo mejorará la resiliencia.

En el sexto taller se realizó una retroalimentación general de las anteriores sesiones con el fin de recordar los aprendizajes significativos que se construyeron de manera conjunta. además, se trabajó con la metáfora del "balde" en la que los participantes puedan identificar como llenar y vaciar su balde, es decir: el balde se llena cuando están felices, hacen actividades que les gusta, ayudan a los demás, etc. cuando el balde está vacío es porque hemos fracasado, estamos tristes, tengo conflictos, aparecen adversidades o talvez me siento ansioso, desesperado o posiblemente estresado.

Finalmente se planifico hacer un ritual de cierre para que el aprendizaje experiencial sea más simbólicos les solicito inflar un globo y mientras lo hacen ir depositando los miedos, agobios, fracasos, crisis, pensamientos negativos y problemas. Después en voz alta decir frases revitalizadoras “Yo puedo y soy poderos”, “Los miedos me hacen más fuerte”, “Soy

resistente”, y sentir el tono de voz cada vez más fuerte y al escuchar su propio grito reventar el globo y sentir como su cuerpo y mente se relajan se tornan más calmados.

**Actividades de la Sesión:**

- Actividad 1: Dinámica Rompehielos (10 min)
- Actividad 2: Que tan lleno esta tu balde (15 min)
- Actividad 3: Decorar el balde (25 min)
- Actividad 4: Actividad de despedida (20 min)
- Tarea para llevar a casa (5min)
- Ritual de cierre: (15 min)

Al cumplirse un mes de haber terminado el primer ciclo de talleres, los adolescentes fueron evaluados con la escala (ER), proporcionando resultados favorables que los iniciales.

## **8. Análisis de la información:**

En el siguiente apartado se analizan los medios utilizados para recabar la información, dando respuesta a los objetivos planteados con anterioridad. Se implementa una metodología de carácter mixto, puesto que se utilizan instrumentos cuantitativos y cualitativos. Además, se realiza una comparación cualitativa de las herramientas utilizadas.

Los instrumentos cuantitativos son dos:

- La Escala de Resiliencia para Niños entre 9 y 14 años (E: R: E): Esta escala cuenta con 27 ítems, se adaptó en un cuestionario de Google y fue enviado vía WhatsApp, además fue adaptada con la misma escala de Likert de 5 puntuaciones.
- La escala hace referencia a factores que prevalecen en la resiliencia, siendo la más idónea para aplicarla al grupo de estudio por lo cual se tomaron en cuenta los datos más relevantes que permitieron develar el nivel inicial “medio” de resiliencia con el que contaban los adolescentes.

“Escala de Resiliencia de Wagnild y Young”: Esta escala tiene 25 ítems que miden los niveles de resiliencia: “Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción” (Wagnild & Young, 1993). Fue adaptada conforme la escala Likert de 5 puntuaciones para que los adolescentes logren desarrollar la evaluación de manera sencilla. Fue aplicada un mes después de haber culminado los talleres, dando como resultado un nivel “alto” en sus habilidades de resiliencia, cumpliendo la finalidad de fortalecer sus habilidades sociales.

Se elaboraron las matrices de Excel (Ver en anexos) en las cuales se colocaron los resultados alcanzados de la “Escala de Resiliencia para Niños entre 9 y 14 años (E: R: E)” y la “Escala de Resiliencia de Wagnild y de Young (Er)” para la correlación correspondiente.

### **Instrumentos cualitativos:**

- Técnica de la entrevista semiestructurada: Se envió una invitación vía Zoom, de forma individual para realizar la aplicación de la entrevista semiestructurada de 17 preguntas 7 abiertas y 10 cerradas. Contando con la participación de 5 expertos de la salud mental, de la Fundación Children International ya que con su experticia y observación directa permitió conocer los factores socioculturales que prevalecen en la habilidad de

resiliencia con la que cuentan los participantes del Proyecto ya mencionado. Para conocer el resultado de manera descriptiva se utilizará el análisis de discurso.

Al finalizar los talleres, se aprecia que los resultados cumplen con los objetivos establecidos, puesto que los adolescentes logran afrontar las situaciones de vulnerabilidad. Esto se evidencia por medio de la matriz de satisfacción elaborada por parte de la Fundación Children International.

Además de la matriz de tabulación con los resultados, se elaboró una matriz de asistencia, que brinda información de la participación semanal de los adolescentes, de igual manera, se manejó una matriz con las planificaciones, que contiene material lúdico y dinámico basado en el manual brindado por la Fundación Children International y adaptado por las co-facilitadoras en base a los resultados de las escalas y la participación con el grupo etario.

## Segunda parte

### 1. Justificación

Manciaux y colaboradores (2003) mencionan que:

“La resiliencia puede ser considerada una forma de resistencia a una situación traumática, estresante, que se manifiesta como un comportamiento aceptable por la sociedad y como producto de un proceso de evolución satisfactorio” (Barcelata Eguiarte, 2015, p. 23).

El “Proyecto Reconstruyéndonos” fue elaborado en Estados Unidos por parte de la Fundación Children International, el mismo que se realizaría en todos los países que se tengan sedes.

En Ecuador existen investigaciones como Pinargote y otros, que dan a conocer que los cuidadores de los adolescentes tienen dificultades en el manejo de emociones, pueden llegar a generar violencia, dificultades académicas y emocionales en los adolescentes (Pinargote Macías, Tarazona Meza, & Mera Velásquez, 2020).

Es por esto que, el Proyecto se realizó con el propósito de manejar las habilidades de resiliencia por situación de vulnerabilidad, familiares, personales y sociales. Además, las causadas por el Covid -19. El Proyecto se focaliza en ser ejecutado en los cinco centros comunitarios de la ciudad de Quito, puesto que, en un comienzo el grupo etario con el que se iba a trabajar era infantil, sin embargo, la demanda de la comunidad amplía el espacio para con los adolescentes. Por este motivo el Proyecto modifica el grupo etario planteándolo a todos los niños, niñas, jóvenes y adolescentes, pertenecientes o no a la Fundación.

Por lo que, el Proyecto de Intervención decide trabajar con adolescentes, siendo esta la población con mayor vulnerabilidad.

Ya que, en el adolescente es muy importante promover el aprendizaje positivo de las crisis vivenciadas, con sus pares, familia, sociedad, su nivel escolar y personales, estos factores varían en su contexto sociocultural, lo que implica que los adolescentes logren desarrollar características disposicionales positivas hacia la resiliencia, ayudándolos a canalizar su autorregulación hacia la realización de elecciones que optimizan su salud en general (Gaxiola, González, & Contreras, 2011, p. 1).

Es por este motivo, que los objetivos planteados en el Proyecto son: evaluar los niveles de resiliencia iniciales y finales que van desarrollando los adolescentes al enfrentarse a situaciones

de vulnerabilidad, conociendo los factores socio- culturales que afecten al desarrollo de las habilidades de resiliencia. Por último, se analizarán los resultados del primer ciclo de talleres que fueron ejecutados en el “Proyecto Reconstruyéndonos”.

De este modo los resultados son satisfactorios, ya que, los adolescentes logran identificar herramientas creativas para solucionar conflictos, situaciones de riesgo y sus emociones.

## **2. Caracterización de los beneficiarios.**

Los beneficiarios del “Proyecto Reconstruyéndonos” son personas que oscilen entre 5 a 18 años, pertenecientes o no a la Fundación Children International.

Por lo que el Proyecto de Intervención fue dirigido al grupo etario de adolescentes 10 - 14 años.

Según Ester Sánchez (2017)

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la edad adulta. Esta etapa consiste principalmente en el proceso de formación de la identidad en los individuos. Los adolescentes tienen que encontrar el papel que juegan en la sociedad, y para ello tienen que organizar sus habilidades, necesidades e intereses de forma que puedan expresarlos socialmente (Sánchez Ferrer , 2017, p. 1).

En un inicio se planteó un indicador que estimó la asistencia de un 70%, sin embargo, la asistencia fue de un 100%. Habiéndose creado un ambiente seguro, afectuoso y emotivo se ejecutaron las actividades previstas en cada taller conforme a la realidad que vivencian los adolescentes.

Se contó con un grupo heterogéneo que ha mostrado ser espontáneo, creativo y participativo debido a la metodología, didáctica, carisma, capacidades de interacción y motivaciones propuestas en la elaboración de los talleres, esto se evidencia mediante el relato de los adolescentes en las retroalimentaciones que se van dando semanalmente.

La capacidad para afrontar problemas se va fortaleciendo en los adolescentes a medida que ponen en práctica las herramientas brindadas en los talleres, como: elaborar una caja sensorial, técnicas de relajación y estimulación, expresar las emociones, fortalecer la comunicación, establecer una red de apoyo, entre otros.

Los beneficiarios indirectos se consideran al grupo social y familiar de los adolescentes.

### 3. Interpretación

El Proyecto de Intervención comenzó el mes de marzo mediante la modalidad virtual utilizando la plataforma Zoom, perteneciente a la Fundación Children International en el Centro Comunitario 4, Parroquia La Ecuatoriana, Barrio San Francisco de Huarca, Calle Luis García Oe 13d y Oswaldo Hurtado, sector Cdla. Ibarra. Con la finalidad de evaluar la capacidad de resiliencia y conocer los resultados del “Proyecto Reconstruyéndonos”, el cual se ha enfocado en fortalecer, desarrollar, revigorizar y reforzar las habilidades de resiliencia en los adolescentes de entre 10 a 14 años.

Dentro de la ejecución del Proyecto se plantearon supuestos positivos que permitirían la efectividad del mismo, siendo estos: la participación activa, colaboración, trabajo cooperativo, interés por conocer acerca de la resiliencia, asistencia continua, debates de los temas, aumentar su creatividad, actitud positiva, participación asertiva por parte de las co- facilitadoras. También la retroalimentación positiva al finalizar cada taller, crear contacto emocional, utilizar recursos internos y a esto se suma que todos los participantes contaban con un dispositivo y una red wifi, que les permitió fortalecer las habilidades de resiliencia, logrando enriquecer y compartir con sus respectivas familias.

A partir de los problemas psicosociales que vivencian los adolescentes y sus familias, la Fundación Children International y nosotras en calidad de co –facilitadoras, se acordó de comenzar con la aplicación del instrumento de evaluación psicológica (Escala de Resiliencia para Niños entre 9 y 14 años (E: R: E), con el cual se identificó el nivel inicial “Medio” de resiliencia.

En la siguiente tabla, se evidencia el resultado de la escala inicial (E: R: E):

Tabla 1  
Resultados de la Escala Inicial (E: R: E)

<b>Resultados E: R: E</b>											
<b>Preguntas:</b>											
Yo soy una persona que se quiere a sí misma.	Yo soy optimista respecto del futuro.	Yo estoy seguro de mí mismo.	Yo me siento seguro en el ambiente en que vivo.	Yo soy un modelo positivo para otros.	Yo soy independiente.	Yo tengo personas que me ayudan a evitar problemas	Yo tengo en general una vida feliz.	Yo puedo hablar de mis emociones con otros.	Yo puedo confiar en otras personas.	Yo puedo comunicarme bien con otras personas	Yo puedo aprender de mis aciertos y errores
<b>Respuestas:</b>											
La mayoría de participantes (80%) está muy de acuerdo en amarse a sí mismas, un 5% en desacuerdo y el 15% ni de acuerdo ni en desacuerdo.	La mayoría de participantes (65%) está muy de acuerdo en ser optimistas, el 30% de acuerdo y el 5% indico ni de acuerdo ni desacuerdo	La mayoría de participantes (65%) está muy de acuerdo en la seguridad de sí mismos, el 30% de acuerdo y el 5% ni de acuerdo ni desacuerdo.	La mayoría de participantes (70%) está muy de acuerdo en sentirse seguros en el ambiente que viven, el 25% de acuerdo y el 5% ni de acuerdo ni en desacuerdo.	La mayoría de participantes (40%) está muy de acuerdo en ser un modelo positivo para otros, el 35% de acuerdo, 5% en desacuerdo, 5% muy en desacuerdo y 15% ni de acuerdo ni en desacuerdo.	El 45% está muy de acuerdo en ser independientes, el 40% de acuerdo, en desacuerdo el 5% y ni de acuerdo ni desacuerdo el 10%.	Un 55% está muy de acuerdo en tener personas que los ayudan a evitar problemas, el 35% de acuerdo y el 10% ni de acuerdo ni en desacuerdo.	La mayoría de participantes (60%) por lo general mencionan tener una vida feliz, el 30% de acuerdo y el 10% ni de acuerdo ni en desacuerdo.	El 40% está muy de acuerdo que puede hablar de sus emociones con los demás, el 20% de acuerdo, 10% en desacuerdo, 10% muy en desacuerdo y el 20% ni de acuerdo ni en desacuerdo.	El 30% está de acuerdo en que pueden confiar en otras personas, el 45% muy de acuerdo, 15% en desacuerdo, el 5% muy en desacuerdo y el 5% ni de acuerdo ni en desacuerdo.	Un 35% está muy de acuerdo en que pueden comunicarse bien con otras personas, el 45% de acuerdo, 5% en desacuerdo y el 20% ni de acuerdo ni en desacuerdo	El 65% está muy de acuerdo que pueden aprender de sus aciertos y errores y el 35% de Acuerdo

Elaborado por: Ana Riofrio.

En cuanto a las actividades que se desarrollaron en el primer ciclo del Proyecto, se evidenció por parte de los adolescentes un acercamiento participativo y asertivo, en la aplicación del test inicial. Esto dio lugar a la ejecución de 6 talleres con una temática diferente y complementaria, siempre focalizando la capacidad de resiliencia y su bienestar emocional. De este modo, se evidencia la asistencia continua de los participantes a los talleres.

Tabla 2

Tabla en porcentajes de asistencia:

Sesión 1: Comenzando el viaje fecha: 18/03/2021	Sesión 2: Obstáculos en el viaje fecha: 20/03/21	Sesión 3: Sentimientos - Afrontamiento fecha: 27/03/2021	Sesión 4: Autocalmarse fecha: 10/04/2021	Sesión 5: Esperanza, Optimismo, Diálogo interno fecha: 17/04/2021	Sesión 6: Auto- Revigorización/ Autocuidado fecha: 24/04/2021
A = Asistencia	A = Asistencia	A = Asistencia	A = Asistencia	A = Asistencia	A = Asistencia
91.67% de asistencia	100% de asistencia	100% de asistencia	91,67% de asistencia	87,5% de asistencia	95,83% de asistencia

Elaborado por: Ana Riofrio y Karla Cadmelema.

En la tabla 2 se evidencia, la forma continua de los participantes que ingresaron a las sesiones de Zoom, esto se debe a la metodología didáctica, creativa, lúdica y dinámica con la que se impartían los talleres, estableciendo un espacio de confianza y seguridad en el que logren expresarse sin algún temor. Previamente se acordó que al culminar cada taller los días jueves, los participantes debían enviar una fotografía de su tarea de aprendizaje, pero no se logró cumplir en su totalidad, puesto que contaban con una alta carga académica, actividades de ámbito religioso, por esto solían retrasarse hasta la semana siguiente, provocando un desfase en la matriz de asistencia tomado como medio de verificación.

Las dos sesiones iniciales (Empezando el viaje y Obstáculos del viaje) se les proporcionó seguridad emocional, física y espiritual; además, los participantes descubrieron el sentido de coherencia, ligado a las situaciones que han experimentado y se enfatizó en la identificación de amigos y familiares que pueden conformar sus redes de apoyo ante situaciones de crisis. La misma se estimó una participación del 70% sin embargo, el resultado fue del 91% de asistencia y un 95% de participación en los talleres.

Tabla 3  
Indicadores propuestos en cada taller

Actividad	Indicadores	Descripción	Logros	%
Realización del taller Empezando el viaje (viaje personal y conexión al mundo más grande). Obstáculos en el viaje (procesando desafíos, pérdidas y cambios)	Al finalizar el primer ciclo de talleres de marzo a junio, al menos 70% participaría de los talleres.	En el primer taller hubo participación satisfactoria en vista de que se logró mucha acogida por parte de los participantes.	Con la ejecución del primer taller se logró tener la asistencia del 95%	95%

Elaborado por: Ana Riofrio y Karla Cadmelema.

En cuando a la sesión 3 (Sentimientos y Afrontamiento), se observó gran interés debido a que aprendieron a expresar, nombrar, entender sus emociones y pensamientos como un proceso normal de la persona, afrontando todas las etapas de su vida frente a distintas situaciones. Los indicadores planteados en el tercer taller fueron satisfactorios, ya que se cumplen al 100% tanto la asistencia, como la participación. En cuanto a la retroalimentación brindada, los adolescentes expresan: *“Siento tranquilidad cuando expreso mis emociones”*, *“Ahora voy a respirar fuerte antes de gritar”*, *“Puedo decirle a mi mamá que puede hacer cuando se enoje”*. De esta manera los adolescentes logran afrontar las crisis en su vida cotidiana con las diferentes herramientas aprendidas en cada sesión.

Tabla 4  
Indicadores propuestos para la ejecución de cada taller

Actividad	Indicadores	Descripción	Logros	%
Ejecución del taller sentimientos y afrontamiento	Al finalizar el primer ciclo de talleres de marzo a junio, al menos un 90% aprenderá a reaccionar de manera positiva ante las situaciones difíciles, comprendiendo que “Nos doblamos, pero no nos quebramos” (Children International, org, s.f).	En el segundo taller los participantes aprendieron estrategias para reaccionar de manera positiva ante las adversidades.	El 100% del grupo fortaleció las estrategias de afrontamiento de crisis en su vida cotidiana.	100%

Elaborado por: Ana Riofrio y Karla Cadmelema.

En la cuarta sesión (auto- calmarse), se evidencia el desarrollo de las habilidades de resiliencia en los adolescentes. Se presentó herramientas como: “La isla del agobio y la isla de la calma”, “Técnicas de recuperación”, “Identificación y manejo de los sentidos”. En algunas de las técnicas se puede evidenciar como los adolescentes logran identificar de manera creativa

la solución a cualquier conflicto y así puedan ponerlas en práctica en su vida diaria. En cuanto a los indicadores se estimó que 90% de los adolescentes iba a reconocer las emociones, sin embargo, se obtienen resultados del 91% de asistencia y el 100% de participación.

Tabla 5  
Indicadores propuestos para la ejecución de cada taller

Actividad	Indicadores	Descripción	Logros	%
Ejecución del taller. Auto calmarse (todo taller incluye una actividad lúdica para identificar los factores).	Al finalizar el primer ciclo de talleres de marzo a junio, el 90% reconozca sus emociones y sepan que es normal surtirse bien o mal, así aprendiendo maneras para poder Auto-calmarse	El grupo de participantes identificó y reforzó sus habilidades y capacidades personales (recursos internos) para sobrellevar estrés, ira, entre otros estresores.	En las situaciones experienciales el 100% logro aplicar y reeducar emocionalmente a los miembros de su familia con técnicas para auto- calmarse.	100%

Elaborado por: Ana Riofrio y Karla Cadmelema.

En la quinta sesión (Esperanza, Optimismo y Diálogo Interno) se proporciona herramientas que permitan el desarrollo y la identificación del diálogo interno, tomando en cuenta la experiencia de los adolescentes al identificar y dar ejemplos de la esperanza y el optimismo, se trabajaron herramientas como “Dos lados de cada historia”, “El árbol del optimismo”, “El árbol de la vida”, de esta manera los adolescentes consiguen pensamientos y sentimientos positivos. Los indicadores planteados fueron el 90%, por lo que se obtuvo el 87% de asistencia, dado que los existieron eventos de ámbito religioso, pero que en participación se tuvo el 100% por los trabajos recibidos a lo largo de la semana.

Tabla 6  
Indicadores propuestos para la ejecución de cada taller

Actividad	Indicadores	Descripción	Logros	%
Aplicación de taller Esperanza-Optimismo, diálogo interno (todo taller incluye una actividad lúdica para identificar los factores).	Al finalizar el primer ciclo de talleres de marzo a junio, el 90% aprenderá que la esperanza es más que un sentimiento positivo, tomando los pensamientos optimistas para desarrollar un plan de vida.	En su totalidad el grupo aprendió que la esperanza es aquello que se desea y se lo combina con pensamientos optimistas para proyecciones futuras y soluciones rápidas.	Aplicando el sentido de coherencia el grupo, conoce su contexto y lo mira con esperanza intentando que los pensamientos optimistas generen cambios positivos.	100%

Elaborado por: Ana Riofrio y Karla Cadmelema.

En el sexto y último taller se trabajó herramientas de cierre y reflexión, en el cual los adolescentes logren identificar aquellas herramientas que fomenten la creatividad al momento de afrontar alguna situación de crisis. En las retroalimentaciones los adolescentes mencionaron que: ***“Vamos a utilizar todas las herramientas para ya no tener problemas”, “Aprendí hacer resiliente y mejorar al momento de tener problemas” y “Ya no me enojaré con facilidad, sino que voy a relajarme y pensar cómo solucionarlo”***. Por lo que, en los indicadores se planteó el 90% de asistencia y se obtuvo un 95%, sin embargo, la participación fue en un 100% dado que los adolescentes comprenden su expresividad emocional y aumentan sus habilidades de resiliencia, mejorando su bienestar bio psico-social- emocional.

Tabla 7  
Indicadores propuestos para la ejecución de cada taller

Actividad	Indicadores	Descripción	Logros	%
Taller Auto revigorización (todo taller incluye una actividad lúdica para identificar los factores). Sistematización de la entrevista y la actividad lúdica que identifica los factores socioculturales.	Al finalizar el primer ciclo de talleres de marzo a junio, al menos un 90% comprenderá la importancia de la expresividad emocional y el autocuidado.	En el grupo se evidencio un aprendizaje significativo (con la metáfora del balde) reconociendo sus emociones y poniendo en práctica la empatía.	Todos los participantes comprendieron lo fundamental que es la expresividad emocional, ya que desarrollaron habilidades para manejar sus emociones y nombrarlas.	100%

Elaborado por Ana Riofrio y Karla Cadmelema.

Otro punto de verificación para el cumplimiento del objetivo, fue realizar entrevistas a profesionales de la Salud Mental pertenecientes a la Fundación Children International, con la finalidad de recabar información en base a su experticia y acercamiento con los adolescentes.

De las entrevistas realizadas se manifiesta que el grupo con el que se trabaja, ha sido afectado con mayor fuerza por la pandemia del Covid -19, considerando su antecedente histórico de inequidad social, violencia, desnutrición, falta de acceso a servicios básicos, educación, salud mental, despidos laborales, lo cual desencadenó múltiples factores estresores tales como: ansiedad, desesperación, aumento de la pobreza, frustración y estrés, sumándose el aislamiento de su entorno social y familiar.

Las entrevistas fueron realizadas a cinco profesionales de la salud mental pertenecientes a la Fundación Children International mediante la plataforma Zoom, acordando la hora y la fecha previamente, con una duración de 20 minutos cada una; de igual manera, se les hizo llegar el cuestionario para poder responder de manera fluida. Sin embargo, al no tener respuestas concretas, ni una participación asertiva se tomó en cuenta solo a 4 entrevistas.

En la siguiente tabla se evidencian los resultados encontrados de las entrevistas:

Tabla 8  
Análisis de discurso de las entrevistas

<b>Preguntas</b>	Nivel socio económico	Nivel de Autoestima	Habilidades sociales	Nivel de resiliencia	Los factores socio-económicos	Factores culturales	Factores psico-emocional	Cómo es su entorno familiar	La relación de los adolescentes entre sus pares:	Relación de los adolescentes con sus familiares	Los adolescentes conocen sus emociones	La capacidad para afrontar situaciones adversas
<b>Entrevistador 1</b>	Bajo	Bajo	Se limitan a utilizar las habilidades sociales desarrolladas	Bajo	95% de las familias del c- c tiene problemas económicos	Todo es aprendido entonces eso es una generación de hábitos	No reconozco que yo tengo esas emociones y no sé para qué le sirven	Regular	Regular	Regular	No	No
<b>Entrevistador 2</b>	Bajo	Medio Bajo	Presentan cambios representativos	Medio Bajo	No tener los recursos económicos adecuados tampoco van a ver satisfechas sus necesidades básicas	Los vínculos con los económicos	No reconocen las emociones	Regular	Regular	Regular	No	No
<b>Entrevistador 4</b>	Bajo	Medio	Desarrollar habilidades reactivas defensivas o de negación	Medio	Efecto domino donde un factor lleva a otro.	Económicas	No conocen ni identifican las emociones	Regular	Regular	Regular	No	No
<b>Entrevistador 5</b>	Bajo	Bajo	Habla de habilidades desconocen	Medio	Dejando huellas ya que no todos vivimos la pandemia de manera igual.	Igual a las económicas	Las emociones son ¿iguales a las aprendidas por sus padres	Regular	Regular	Regular	No	No

Elaborado por: Ana Riofrio.

En las entrevistas se evidencia que los psicólogos de la Fundación, mantienen un contacto distante con los adolescentes ya que, al responder la mayoría de psicólogos mencionan que tienen un nivel “Medio- Bajo” de resiliencia. Por otro lado, mencionan que los factores que influyen en un nivel bajo de resiliencia se deben al nivel socio-económico, las relaciones sociales, conductas aprendidas familiares y sociales, por último, el entorno en el que se desarrollan los adolescentes.

Es así como en un 100% los psicólogos mencionan que, en cuanto al entorno familiar, relación con los familiares y entre pares, en los adolescentes es regular, siendo este el factor que más influye al momento de desarrollar la habilidad de resiliencia.

De igual manera, refieren que los participantes no conocen sus emociones, no tienen la capacidad para afrontar conflictos. Con estos datos se evidencia que el nivel de resiliencia es “Bajo” según la perspectiva y el acercamiento de los psicólogos, con los adolescentes.

Como último punto de verificación se tomó una evaluación de resiliencia de “Wagnild y Young”, que se ejecutó con la finalidad de evaluar si las herramientas brindadas eran puestas en práctica un mes después, además de identificar si desarrollaron y fortalecieron sus habilidades de resiliencia. En la siguiente tabla se colocan los resultados más relevantes, que fueron tomados en cuenta para el análisis:

Tabla 9  
Resumen de los resultados de Escala Final

ESCALA (ER)												
Preguntas												
¿Cuándo planeo algo lo realizo?	¿Dependo más de mí mismo que de otras personas?	¿Puedo estar solo si tengo que hacerlo?	¿Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida?	¿Soy amigo de mí mismo?	¿Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo?	¿Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente?	¿Tengo autodisciplina?	¿El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles?	¿En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar?	¿Mi vida tiene significado?	¿Cuándo estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida?	¿Acepto que hay personas a las que yo no les agrado?
Respuestas												
El 90,91% está totalmente de acuerdo mientras que el 4,55% totalmente en desacuerdo y el 4,55% ni de acuerdo, ni en desacuerdo	El 76,19% está totalmente de acuerdo, mientras que 9,52% está totalmente desacuerdo 14,29% ni de acuerdo, ni en desacuerdo	El 85,71% está totalmente de acuerdo, mientras que 9,52% está totalmente desacuerdo 4,76% ni de acuerdo ni en desacuerdo	El 95,24% está totalmente de acuerdo, mientras que 4,76% está totalmente desacuerdo	El 95,24% está totalmente de acuerdo, mientras que 4,76% está totalmente desacuerdo	El 76,19% está totalmente de acuerdo, mientras que 4,76% está totalmente desacuerdo y 19,05% ni de acuerdo ni en desacuerdo	El 90,48% está totalmente de acuerdo, mientras que 4,76% está totalmente desacuerdo y 4,76% ni de acuerdo ni en desacuerdo	El 90,48% está totalmente de acuerdo, mientras que 9,52% está totalmente desacuerdo	El 95,24% está totalmente de acuerdo, mientras que 4,76% está totalmente desacuerdo	El 80,95% está totalmente de acuerdo, mientras que 9,52% está totalmente desacuerdo y 9,52% ni de acuerdo ni en desacuerdo	El 90,48% está totalmente de acuerdo, mientras que 9,52% está totalmente desacuerdo	El 80,95% está totalmente de acuerdo, mientras que 9,52% está totalmente desacuerdo y 9,52% ni de acuerdo m en desacuerdo	El 80,71% está totalmente de acuerdo, mientras que 14,29% está totalmente desacuerdo

Elaborado por Ana Riofrio y Karla Cadmelema.

Al aplicar la escala se evidencia los resultados satisfactorios, puesto que los adolescentes, logran desarrollar sus habilidades de resiliencia, de tal manera que las herramientas brindadas son implementadas a lo largo de su vida cotidiana. De igual manera, se evidencia como los adolescentes identifican sus redes de apoyo y las redes sociales, desarrollan estrategias que solucionan los conflictos de manera creativa y reconocen las emociones en cada situación que experimentan.

El evaluar la implementación del “Proyecto Reconstruyéndonos”, contribuyó de forma efectiva al análisis de los resultados del mismo, ya que las técnicas de evaluación psicológicas (entrevistas estructuradas y escalas de evaluación) permitieron dar cuenta del aumento del nivel de resiliencia en los adolescentes de esta manera se obtuvo el resultado esperado el mismo que fue manifiesto en las tablas (2-7).

Es por esto que, el 30% de adolescentes conoce los factores fundamentales de resiliencia al iniciar el Proyecto, pero al transcurrir el desarrollo de los talleres se notó que un 85% de participantes introyectó el conocimiento de los factores fundamentales de resiliencia (autoconocimiento, autonomía, autoestima, seguridad emocional, confianza), para llevarlo a cabo positivamente en su ambiente de convivencia, ya sea familiar, social, profesional, entre otros.

En cuanto a los niveles de resiliencia se consiguió un resultado satisfactorio ya que el 90% fortaleció sus habilidades de resiliencia. La mayoría argumentó que: **“tener resiliencia es poder moverse de un estado descontrolado a un estado de tranquilidad”**, reflejando el sentido de coherencia, lo cual incluye una visión del mundo, comprender su realidad, sentir que pertenecen a algo más grande que sí mismo y creer que la vida tiene significados y propósitos. Además, exploraron las diferentes maneras de afrontamiento y estrategias auto- calmantes, para poder elegir lo que mejor les convenga. También se evidenció un aumento de creatividad para sobrellevar sus problemas cotidianos, poniendo en práctica con ejemplos reales de sus experiencias. Ellos mismos definieron a la resiliencia como: **“Habilidad para superarse, levantarse de las adversidades y problemas”** ya que las mismas son oportunidades que les permitirán alcanzar un bienestar bio-psico-emocional.

Por último, se evidencia una de las limitaciones que fue al iniciar los talleres en el manual brindado por parte de la Fundación, puesto que, tuvieron que ser adaptadas las planificaciones acordes a sus necesidades, la edad del grupo y la participación del grupo. De igual manera, la

Coordinadora Monitoreo y Evaluación de la Fundación Children Internacional, realizó evaluaciones basadas en la satisfacción de los participantes, sin embargo, esta sería tomada por todos los NNJA que hayan asistido a todos los talleres.

Tabla 10  
Niveles de satisfacción en los NNJA

<b>SATISFACCIÓN. Medio año</b>														
<b>Talleres extendidos.</b> Organización, experiencia y posibilidad de recomendar el taller puntaje máximo 5. Satisfacción puntaje máximo 10.														
Organización				Experiencia				Probabilidad de recomendar taller						
2	3	4	5	2	3	4	5	2	3	4	5			
1,2%	2,5%	8,6%	87,7%	0,6%	3,7%	14,2%	81,5%	1%	4%	18%	77%			
Satisfacción- Puntaje														
2	5	6	7	8	9	10								
0,6%	1,9%	1,9%	2,5%	3,7%	27,2%	62,3%								
<b>Talleres transversales.</b> Organización, experiencia y posibilidad de recomendar el taller puntaje máximo 5. Satisfacción puntaje máximo 10.														
Organización					Experiencia				Probabilidad de recomendar taller					
1	2	3	4	5	2	3	4	5	2	3	4	5		
1,7%	3,6%	16,2%	16,6%	61,9%	3,3%	3,6%	18,2%	16,6%	58,3%	3%	4%	17%	19%	57%
Satisfacción- Puntaje														
1	2	4	5	6	7	8	9	10						
0,1%	0,2%	0,4%	0,7%	0,6%	1,0%	3,4%	16,9%	76,7%						

Elaborado por: Coordinadora Monitoreo y Evaluación de la Fundación Children Internacional.

El cuadro refleja que hubo 87,7% de organización por parte de los cofacilitadoras y facilitadoras de la institución, además se evidenció 82.5% en experiencia y el 95% de los participantes recomendarían participar en los siguientes ciclos. Para culminar la tabla de satisfacción valorada por NNJA es de un 95%, dando resultados óptimos, sobrepasando las expectativas elaboradas en un comienzo.

## **4. Principales logros del aprendizaje:**

### **4.1. Lecciones aprendidas:**

La formación académica en Psicología Clínica, la búsqueda bibliográfica de información para la redacción del mismo y la experiencia en centros educativos y sociales- comunitarios, permitió que la implementación del Proyecto fuera satisfactoria, además mejoró el acercamiento y la escucha activa con los adolescentes, develando seguridad y confianza al momento de impartir los talleres. De igual manera, los conocimientos adquiridos, fueron puestos en práctica al momento de realizar las planificaciones ya que se buscaron, investigaron y adaptaron herramientas acordes a la edad del grupo etario.

La experiencia positiva fue la acogida, aceptación y captación que tuvieron los adolescentes al momento de realizar las actividades de los talleres, del mismo modo, se emplea un aprendizaje individual y colectivo, ya que estos fueron implementados desde experiencia que cada uno tenía y la manera en la que iba a transformarlas.

Se presentan limitaciones, en el tiempo de las sesiones en Zoom, puesto que la misma cuenta era ocupada para los siguientes talleres, otra limitación encontrada fue el horario en el que se realizaban los talleres, puesto que de vez en cuando los participantes tenían otras actividades y debían asistir. La última limitación evidenciada fue que asistían 2 niños de 8 años y una joven de 17 años, ya que al momento de ingresar a los talleres solo tenían un dispositivo o fallas de conectividad y tenían que conectarse con los hermanos y primos, es por esto que las actividades no iban acorde a su edad, evidenciando cierto desinterés, sin embargo, se adaptó herramientas para estos participantes y que logren canalizar conforme a sus compañeros los talleres. El “Proyecto Reconstruyéndonos” podría mejorar en las planificaciones, sesiones y tiempos establecidos para cada taller, puesto que el número de NNJA, que participan, lo requieren. El Proyecto de Intervención mejoraría conjuntamente las planificaciones, para que en los siguientes ciclos logren ser ejecutados de mejor manera.

### **4.2. Productos que generó el proyecto de intervención**

Aumentar el nivel de resiliencia en los adolescentes, de tal modo que logren implementar las herramientas con las cuales se sientan cómodos, al momento de presentar situaciones de crisis.

#### **4.3. Objetivos que se plantearon se lograron:**

Los objetivos planteados fueron ejecutados satisfactoriamente, ya que, se logra evaluar la capacidad de resiliencia, con la escala inicial dando como resultado un nivel “Medio”. Al determinar los factores socio-culturales, mediante las entrevistas se evidencia que los niveles socio- económicos, las relaciones sociales y las conductas familiares son las que influyen en las habilidades de resiliencia en los adolescentes. Como último objetivo se analizan los resultados denotando el incremento en las habilidades de resiliencia y que los adolescentes logran introyectar las herramientas brindadas en los talleres, de igual manera, identifican las redes de apoyo, estableciendo su bienestar emocional.

#### **4.4. Elementos innovadores identifican en la experiencia**

Uno de estos elementos, fue plantear la evaluación desde una perspectiva diferente a la de la Institución, para verificar si el “Proyecto Reconstruyéndonos”, lograba fomentar y desarrollar las habilidades de resiliencia. De igual manera se modificó y adaptó herramientas didácticas, lúdicas y dinámicas, trabajando con programas como: presentación con animaciones en Canva, jisawpuzzle, kahoot y mentimeter, evidenciando interés y participación en los adolescentes, puesto que era la primera vez que asistían a cursos de la fundación en plataformas virtuales.

#### **4.5. Impacto a nivel de la salud mental.**

Como resultado del Proyecto de Intervención se evidenció un incremento en el nivel de resiliencia en los adolescentes, mejorando su bienestar bio- psico- emocional, de modo que logren reconocer las emociones de riesgo, establecer lineamientos que permitan su estabilidad emocional, fortalecer la confianza en sí mismos, adecuar espacios que de reflexión y elaborar soluciones creativas al momento de atravesar situaciones de crisis.

## Conclusiones

En conclusión, el Proyecto de Intervención fue satisfactorio, ya que cumple con los objetivos propuestos, de tal manera, que el “Proyecto Reconstruyéndonos” logra incrementar el nivel de resiliencia en el primer ciclo, sin embargo, para los siguientes ciclos se espera mejores resultados.

- De este modo, la elaboración de planificaciones para cada taller fue realizada con un borrador semanal y enviada a la coordinadora para aportar con pautas en la ejecución de talleres. La metodología vivencial-experiencial en la que prima la experiencia y el contacto con el mundo afectivo, las responsables lograron cohesión con el grupo de estudio y también fortalecieron sus habilidades y competencias de liderazgo, cooperativismo, organización estratégica y participación asertiva para con el grupo. Demostraron espontaneidad, asertividad e intereses por generar el aprendizaje constructivo que se esperaba de manera implícita, logrando incrementar el nivel de resiliencia y conocer los factores que prevalecen en la habilidad de resiliencia con la que cuentan los participantes del primer ciclo.
- La gestión del Proyecto implicó diligencia oportuna y organizada por parte de las co-facilitadoras, además del desempeño y aporte de actividades que podrían ser implementadas en la nueva restructuración del manual. Cabe mencionar que se realizó un replanteamiento de las planificaciones puesto que, estaban dirigidas para niños y se elaboraron modificaciones que permitan en el futuro mejorar el impacto en el trabajo experiencial.
- El replanteamiento de las actividades del Manual de Bienestar Emocional permite una consolidación del contenido para los futuros talleres, de tal manera que el desarrollo de los mismos de cuenta del cumplimiento de los objetivos planteados en un futuro. Además, se aportó con material didáctico y se realizó una presentación de aplicaciones educativas (nearpod, pixton comic, educaplay, mimio, jisawpuzzle, kahoot y metimeter) que brindan mayor interacción con el contenido, intereses y habilidades de cada grupo. estas aplicaciones son gratuitas, de fácil acceso y amigables con el usuario, ya que permiten expresar, crear e innovar.
- Por último, el Proyecto de Intervención aportó el aumento de habilidades de resiliencia perpetrando un cambio significativo en el bienestar emocional de los adolescentes, de esta manera se evidencia la eficacia de haber ejecutado, modificado y planificado cada

taller, además de creer óptimo evaluar 1 mes después, esperando haber desarrollado y fortalecido su creatividad para resolver conflictos, manejar sus emociones, entre otros.

## **Recomendaciones**

- Realizar actualizaciones referentes a plataformas interactivas que estén al alcance del grupo para mejorar el desarrollo de actividades en modalidad online, sin dejar de lado que posiblemente haya una modalidad mixta y estas plataformas serían ideales para combinar los elementos educativos y vivenciales (Nearpod, pixtón, comic, educaplay, mimio, jisaw, puzzle, kahoot y metimeter).
- La categorización de los grupos etarios requiere mayor rigurosidad para que no se evidencien incongruencias en cuanto a la edad.
- Utilizar otras plataformas digitales como Google Meet, Jit si, Teams o Skype en las que el tiempo no se acorte y poder cumplir con todo lo planificado, ya que el cierre de cada sesión es fundamental y si no se cuenta con el tiempo necesario se podría considerar un aprendizaje inconcluso.
- Establecer un contacto directo, cercano y afectivo con los niños/niñas- jóvenes y adolescentes, permitiendo conocer la situación familiar, social y personal en cada uno de ellos, ampliando la perspectiva del contexto socio- cultural.

## Referencias bibliográficas

- Acevedo, G. (2002). *Experiencia de adversidad: vínculo y resiliencia*. Retrieved from Logoterapia:  
[http://www.logoterapia.net/uploads/18\\_rocamora\\_2014\\_vinculoyresiliencia.pdf](http://www.logoterapia.net/uploads/18_rocamora_2014_vinculoyresiliencia.pdf)
- Aguilar, M. (2016, octubre 14). *Enfoques mixtos*. Retrieved from Metodología de la investigación: <https://sites.google.com/site/metodologiadeinvestigaciontese/enfoques-mixtos>
- Barcelata Eguiarte, B. (2015). Adolescentes en riesgo. Una mirada a partir de la resiliencia. In B. E. Barcelata Eguiarte, *Adolescentes en riesgo*. (p. 23). Bogota: Manual Moderno.
- Carbonell, N. (2017). *Diálogo interno ¿Amigo o enemigo?* Retrieved from Revista de Educación Adventista 41:1: <https://jae.adventist.org/es/2017.2.3.es>
- Clinica Barcelona org. (2019). *Salud Mental en la Infancia y la Adolescencia*. Retrieved from ¿Qué es el Bienestar Emocional?: <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/cuida-tu-salud/salud-mental-en-la-infancia-y-la-adolescencia/bienestar-emocional>
- Cortes, N. (s.f). *¿Qué es la lista de asistencia?* Obtenido de Geovictoria : <https://www.geovictoria.com/mx/lista-de-asistencia/>
- Desilusion.com. (2019, octubre 18). *¿Qué es el diálogo interno positivo?* Retrieved from Desilusion.com: <https://desilusion.com/2019/10/18/que-es-el-dialogo-interno-positivo-incluye-ejemplos/#:~:text=Di%C3%A1logo%20interno%20positivo%20El%20di%C3%A1logo%20interno%20positivo%2C%20como,y%20por%20lo%20que%20has%20pasado%20%28Jantz%2C%202019%29.>

- Espinosa, C. (2014, enero 15). *Optimismo*. Retrieved from Slideshare:  
<https://www.slideshare.net/CarlosEspinosaEscrig/optimismo-30056200>
- Fernández, V. (2020, Agosto 17). *Cómo frenar el diálogo interno negativo*. Retrieved from WebConsultas Healthcare, S.A.: <https://www.webconsultas.com/mente-y-emociones/emociones-y-autoayuda/que-es-el-dialogo-interno-negativo-y-que-consecuencias-tiene>
- Gaxiola, J., González, S., & Contreras, Z. (2011). *Influencia de la resiliencia, metas y contexto social en el rendimiento académico de bachilleres*. Retrieved from [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1607-40412012000100011](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412012000100011)
- González Arratia, N. I. (2018). Autoestima, Optimismo y Resiliencia en Niños en Situación de Pobreza. *Revista Internacional de Psicología, 2*.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2014). Metodología de la Investigación. In R. Hernández Sampieri, C. Fernández Collado, & M. d. Baptista Lucio, *Metodología de la Investigación* (p. 4). Mexico: Punta Santa Fe.
- Herrera, J. (2008). *La investigación cualitativa*. Obtenido de Definición de la investigación cualitativa: <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/1167>
- Hevia, C. (2012, abril 26). *Daniel Goleman inteligencia emocional*. Retrieved from Slideshare: <https://www.slideshare.net/krmn01/daniel-goleman-inteligencia-emocional-12706110>
- Jantz, G. (2016). *El poder del diálogo interno positivo*. Obtenido de Trabajando para sobrescribir la voz negativa con verdades positivas.:

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/hope-relationships/201605/the-power-positive-self-talk>

Korc, M., Hubbard, S., Suzuki, T., & Jimba, M. (2016). *SALUD, RESILIENCIA y seguridad humana: hacia la salud para todos*. Obtenido de Organización Panamericana de Salud: [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/28305/9784889071481\\_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/28305/9784889071481_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Múzquiz, M., & Aguilar, K. (2007). *Orienta*. Retrieved from El Departamento de Psicopedagogía y Desarrollo Infantil Mexicano: <http://www.uman.edu.mx/boletin/orienta%20febrero%202007.pdf>

Pascual, A., & Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/2430/243058940007/html/#:~:text=Resumen%3A%20El%20t%C3%A9rmino%20afrontamiento%20hace,sino%20tambi%C3%A9n%20a%20las%20positivas>.

Pinargote Macías, Tarazona Meza, & Mera Velásquez. (2020). Factores resilientes y proyecto de vida en padres adolescentes de la Unidad Educativa. *Revista Sinapsis*.

Pozueta, F. (s.f.). *DANIEL GOLEMAN: LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA PRÁCTICA*. Obtenido de Autocontrol: [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/59326977/Anexo\\_3.\\_Goleman.\\_Inteligencia\\_Emocional\\_120190520-121192-1cfi74m.pdf?1558356979=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAnexo\\_3\\_Goleman\\_Inteligencia\\_Emocional\\_1.pdf&Expires=1626821533&Signature=ct](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/59326977/Anexo_3._Goleman._Inteligencia_Emocional_120190520-121192-1cfi74m.pdf?1558356979=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAnexo_3_Goleman_Inteligencia_Emocional_1.pdf&Expires=1626821533&Signature=ct)

- Raimundi, M., Molina, M., Gimenez, M., & Minichiello, C. (2014, Febrero 20). *¿Qué es un desafío?* Retrieved from Estudio cualitativo de su significado subjetivo en adolescentes de Buenos Aires: <https://www.redalyc.org/pdf/773/77331488001.pdf>
- Real Academia Española. (2021). *Real Academia Española*. Retrieved from esperanza: <https://dle.rae.es/esperanza>
- Rodríguez, J. (2017). *Trastorno de Identidad, factor comun en los alumnos "problema" para el bachillerato*. Retrieved from Concepto de Identidad: [http://catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/mocl/rodriguez\\_s\\_jl/capitulo1.pdf](http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/mocl/rodriguez_s_jl/capitulo1.pdf)
- Saavedra, E., & Castro, A. (2009). *Escala de Resiliencia Escolar E\_R\_E*. Retrieved from Objetivo: <https://es.scribd.com/document/400051888/Escala-de-Resiliencia-Escolar-E-R-E-Par-pdf>
- Saldarriaga Moreno , G. (2019). *Clima social familiar y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de*. Obtenido de Universidad Cesar Vallejo: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38835/Saldarriaga\\_MGF.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38835/Saldarriaga_MGF.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Sánchez Ferrer , E. (2017). *La crisis de identidad en la adolescencia a través de Alicia en el País de las Maravillas y Alicia a Través del Espejo de Lewis Carroll*. Retrieved from Innova e-Learning: Soluciones educativas online.: <http://webs.ucm.es/BUCM/revcul//e-learning-innova/187/art2651.pdf>
- Vargas, P. (2015). *Pérdidas según Bowlby*. Retrieved from ¿Qué es la pérdida?: <https://fundacionunam.org.mx/wp-content/uploads/2015/06/PERDIDAS-final.pdf>
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). *Escala de Resiliencia*. Estados Unidos.

Wilber, T. (2015, junio 16). *Escala de resiliencia*. Retrieved from Slideshare:  
<https://es.slideshare.net/WILBERTITO/escala-de-resiliencia>

## Anexos

### Anexo 1. Escala Inicial (E.R.E.)

ESCALA DE RESILIENCIA ESCOLAR PARA NIÑOS ENTRE 9 Y 14 AÑOS. (E.R.E.)	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo Ni desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
1.- Yo soy una persona que se quiere a sí misma.					
2.- Yo soy optimista respecto del futuro.					
3.- Yo estoy seguro de mí mismo.					
4.- Yo me siento seguro en el ambiente en que vivo.					
5.- Yo soy un modelo positivo para otros.					
6.- Yo estoy satisfecho con mis amistades.					
7.- Yo soy una persona con metas en la vida.					
8.- Yo soy independiente.					
9.- Yo soy responsable.					
10.- Yo tengo una familia que me apoya.					
11.- Yo tengo personas a quien recurrir en caso de problemas.					
12.- Yo tengo personas que me orientan y aconsejan.					
13.- Yo tengo personas que me ayudan a evitar problemas.					
14.- Yo tengo personas que les puedo contar mis problemas.					
15.- Yo tengo amigos que me cuentan sus problemas.					
16.- Yo tengo metas en mi vida.					
17.- Yo tengo proyectos a futuro.					
18.- Yo tengo en general una vida feliz.					
19.- Yo puedo hablar de mis emociones con otros.					
20.- Yo puedo expresar cariño.					

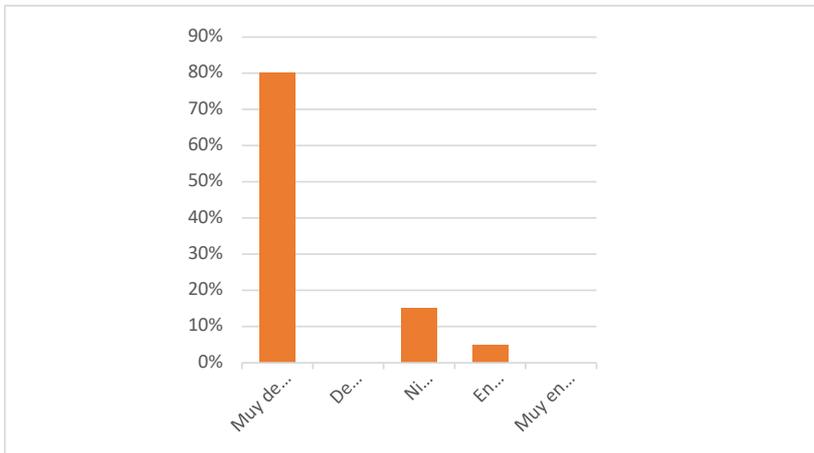
21.- Yo puedo confiar en otras personas.					
22.- Yo puedo dar mi opinión.					
23.- Yo puedo buscar ayuda cuando la necesito.					
24.- Yo puedo apoyar a otros que tienen problemas.					
25.- Yo puedo comunicarme bien con otras personas.					
26.- Yo puedo aprender de mis aciertos y errores.					
27.- Yo puedo esforzarme por lograr mis objetivos.					

## Anexo 2. Resultados de la (E-R-E)

1.-Yo soy una persona que se quiere a sí misma.

Muy de acuerdo	80%
De acuerdo	
Ni acuerdo ni desacuerdo	15%
En desacuerdo	5%
Muy en desacuerdo	

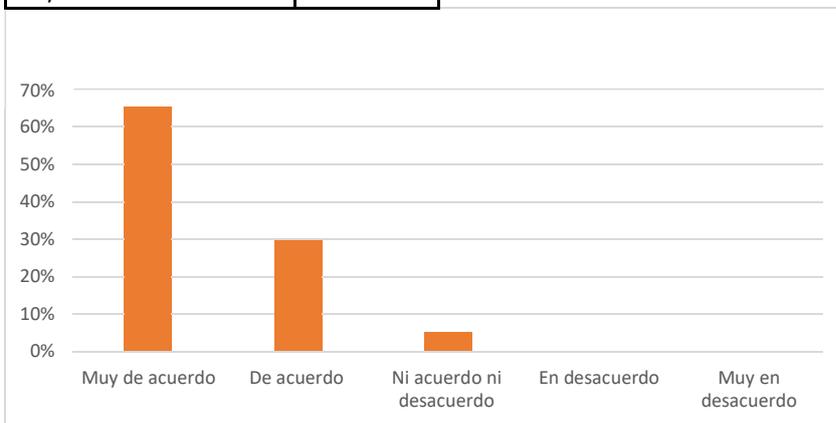
La mayoría de participantes (80%) están muy de acuerdo en amarse a sí mismas. sin embargo, hay un 5% que está en desacuerdo



2.- Yo soy optimista respecto del futuro.

Muy de acuerdo	65%
De acuerdo	30%
Ni acuerdo ni desacuerdo	5%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

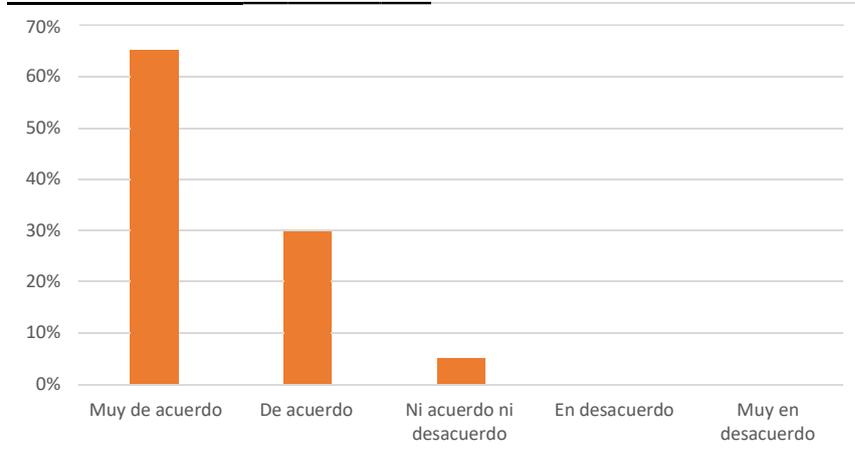
La mayoría de participantes (65%) están muy de acuerdo en ser optimistas.



3.- Yo estoy seguro de mi mismo.

Muy de acuerdo	65%
De acuerdo	30%
Ni acuerdo ni desacuerdo	5%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

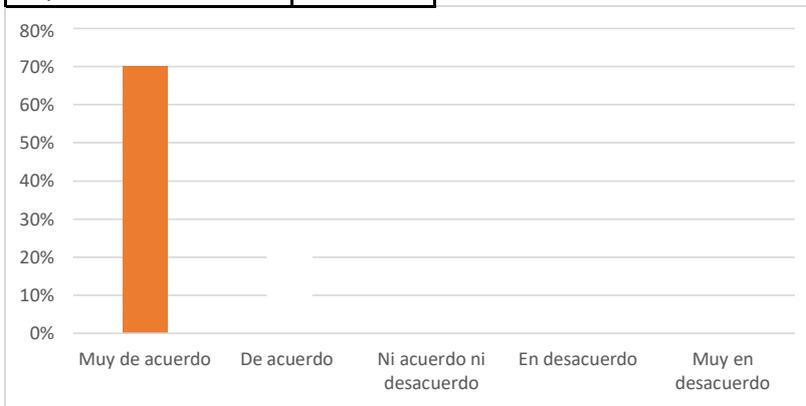
La mayoría de participantes (65%) están muy de acuerdo en estar seguro de sí mismo.



4.- Yo me siento seguro en el ambiente en que vivo.

Muy de acuerdo	70%
De acuerdo	25%
Ni acuerdo ni desacuerdo	5%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

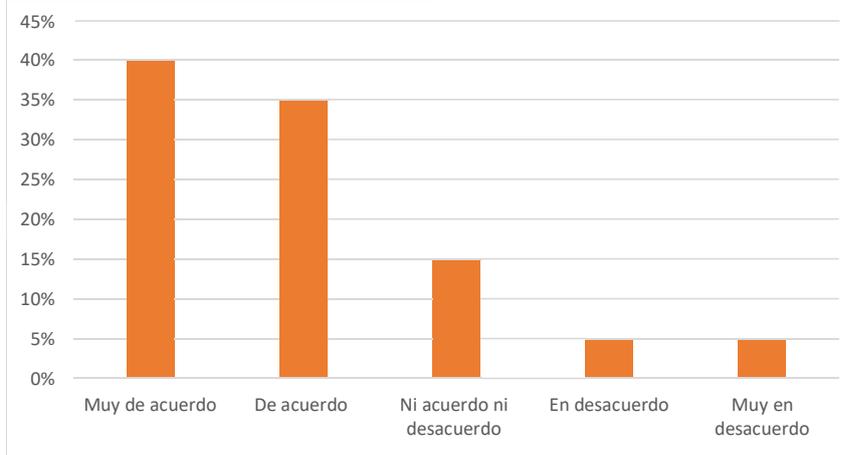
La mayoría de participantes (70%) están muy de acuerdo en sentirse seguro en el ambiente que vive.



5.- Yo soy un modelo positivo para otros.

Muy de acuerdo	40%
De acuerdo	35%
Ni acuerdo ni desacuerdo	15%
En desacuerdo	5%
Muy en desacuerdo	5%

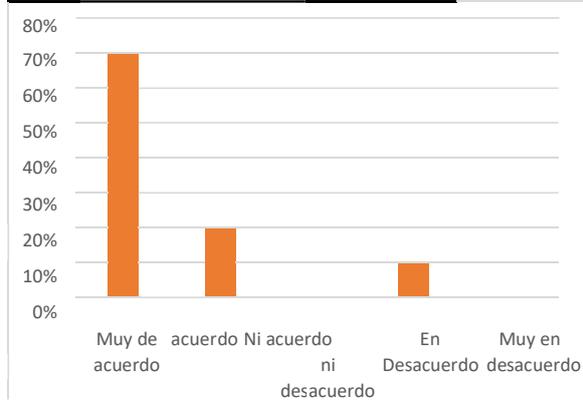
La mayoría de participantes (40%) están muy de acuerdo en ser un modelo positivo para otros, sin embargo, hay un 10% de participantes que no lo están



6.- Yo estoy satisfecho con mis amistades.

Muy de acuerdo	70%
De acuerdo	20%
Ni acuerdo ni desacuerdo	0%
En desacuerdo	10%
Muy en desacuerdo	0%

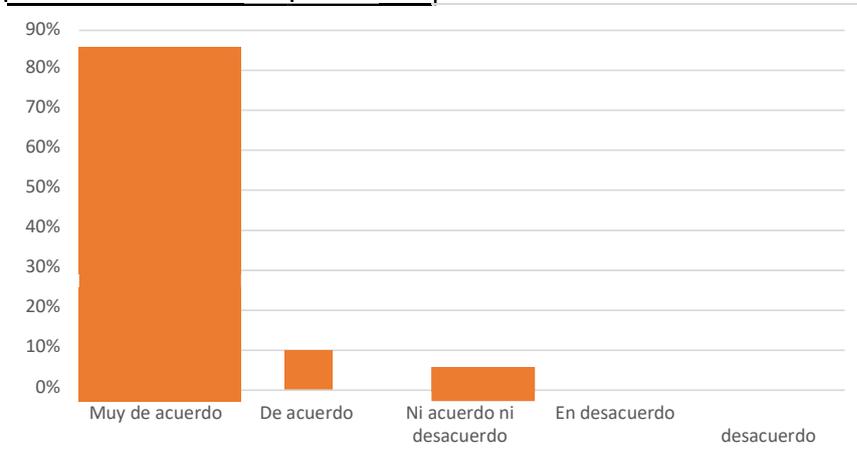
La mayoría de participantes (70%) están muy de acuerdo en estar satisfecho con sus amistades, sin embargo, hay un 10% de participantes que no lo están



**7.- Yo soy una persona con metas en la vida.**

Muy de acuerdo	85%
De acuerdo	10%
Ni acuerdo ni desacuerdo	5%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

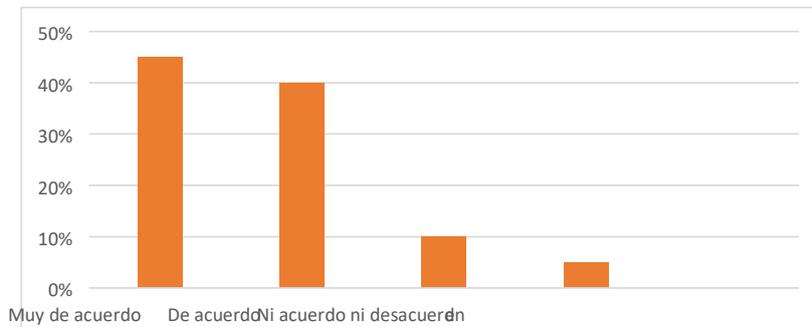
La mayoría de participantes (85%) están muy de acuerdo en tener metas en la vida.



**8.- Yo soy independiente.**

Muy de acuerdo	45%
De acuerdo	40%
Ni acuerdo ni desacuerdo	10%
En desacuerdo	5%
Muy en desacuerdo	0%

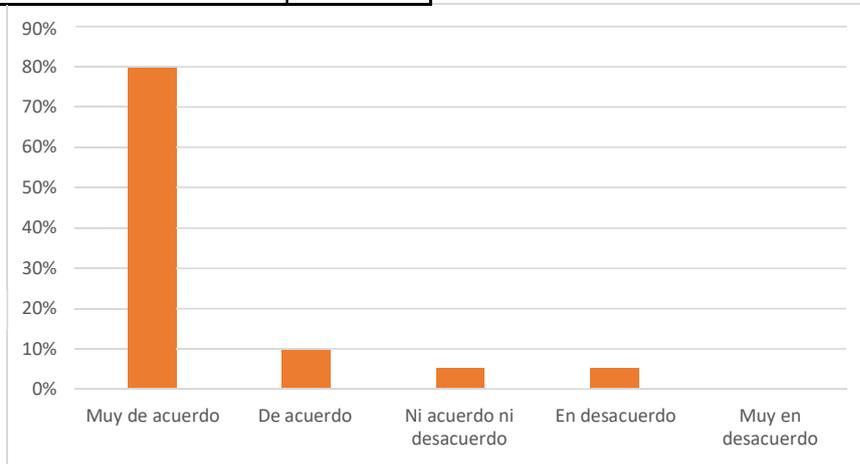
La mayoría de participantes (40%) están muy de acuerdo en ser independientes, sin embargo, hay un 5% de participantes que no son independientes.



9.- Yo soy responsable.

Muy de acuerdo	80%
De acuerdo	10%
Ni acuerdo ni desacuerdo	5%
En desacuerdo	5%
Muy en desacuerdo	0%

La mayoría de participantes (80%) están muy de acuerdo en ser responsable, sin embargo, hay un 5% de participantes que no lo es.



10.- Yo tengo una familia que me apoya.

Muy de acuerdo	85%
De acuerdo	15%
Ni acuerdo ni desacuerdo	0%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

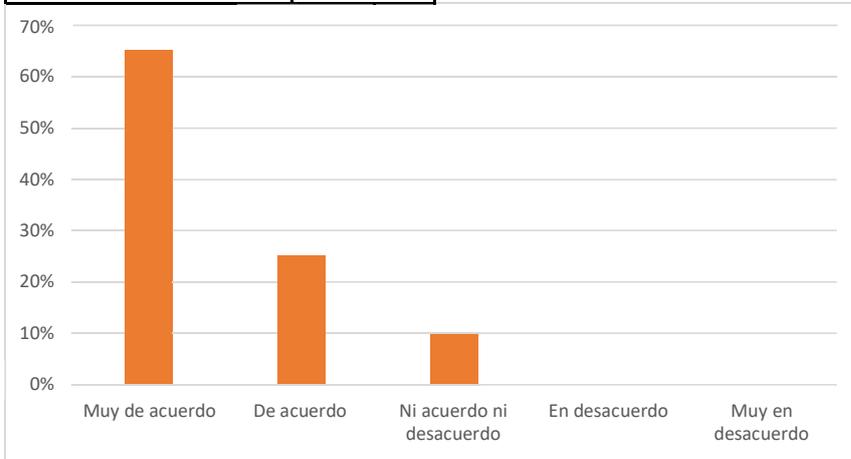
La mayoría de participantes (85%) están muy de acuerdo en tener una familia que lo apoya



11.- Yo tengo personas a quien recurrir en caso de problemas.

Muy de acuerdo	65%
De acuerdo	25%
Ni acuerdo ni desacuerdo	10%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

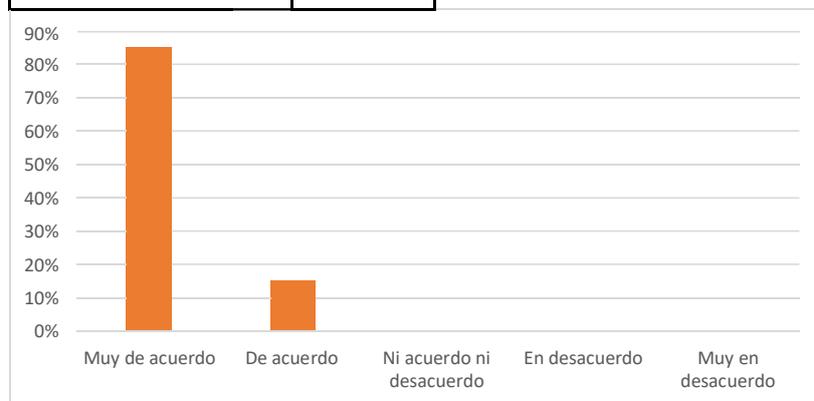
La mayoría de participantes (85%) están muy de acuerdo en tener una red de apoyo



12.- Yo tengo personas que me orientan y aconsejan.

Muy de acuerdo	85%
De acuerdo	15%
Ni acuerdo ni desacuerdo	0%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

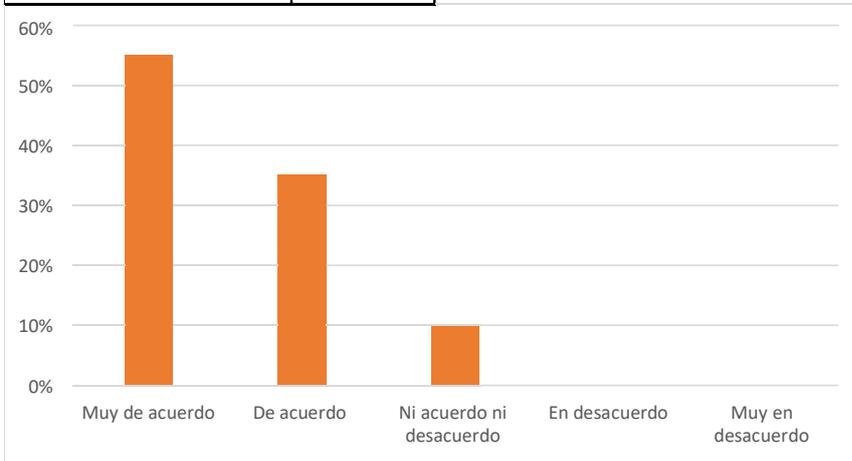
la mayoría de participantes (85%) están muy de acuerdo en tener personas que los orientan y aconsejan.



**13.- Yo tengo personas que me ayudan a evitar problemas.**

Muy de acuerdo	55%
De acuerdo	35%
Ni acuerdo ni desacuerdo	10%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

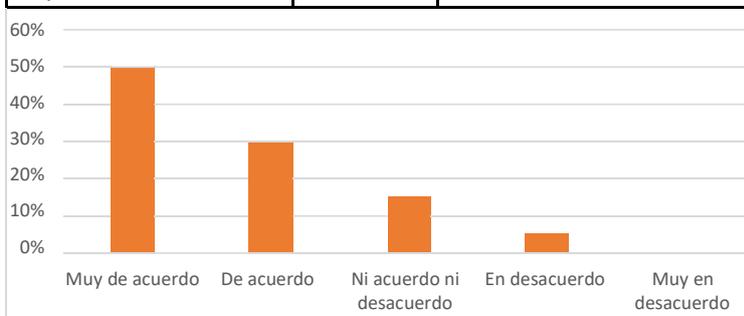
La mayoría de participantes (55%) están muy de acuerdo en tener personas que los ayudan a evitar problemas.



**14.- Yo tengo personas que les puedo contar mis problemas.**

Muy de acuerdo	50%
De acuerdo	30%
Ni acuerdo ni desacuerdo	15%
En desacuerdo	5%
Muy en desacuerdo	0%

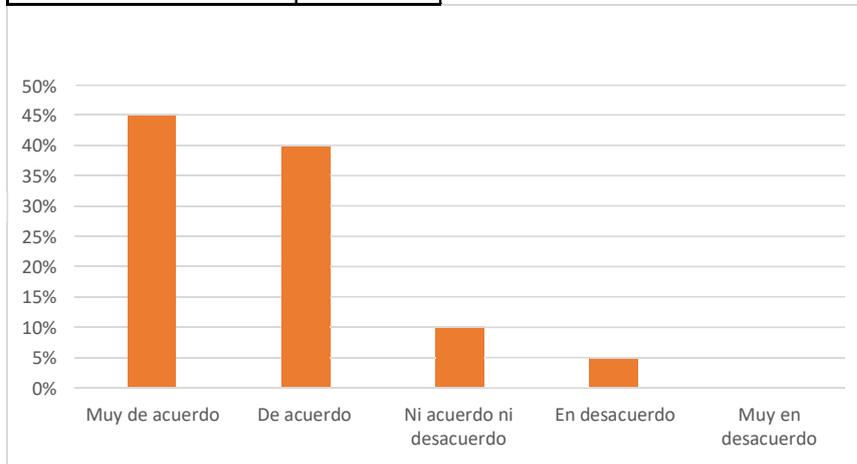
La mayoría de participantes (50%) mencionan que tienen personas a las que les pueden contar sus problemas



15.- Yo tengo amigos que me cuentan sus problemas

Muy de acuerdo	45%
De acuerdo	40%
Ni acuerdo ni desacuerdo	10%
En desacuerdo	5%
Muy en desacuerdo	0%

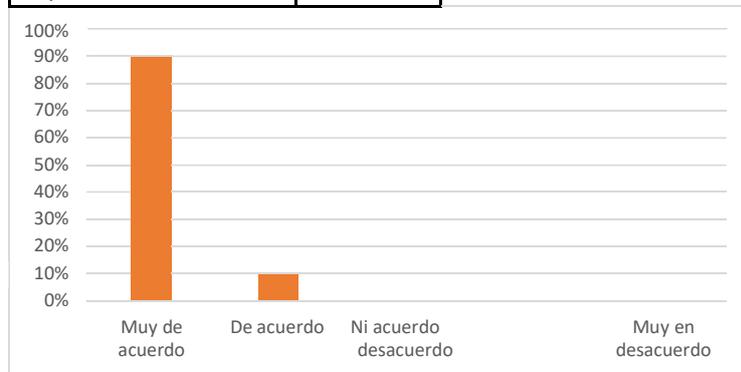
La mayoría de participantes (45%) mencionan tener amigos/as que les cuentan sus problemas.



16.- Yo tengo metas en mi vida.

Muy de acuerdo	90%
De acuerdo	10%
Ni acuerdo ni desacuerdo	0%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

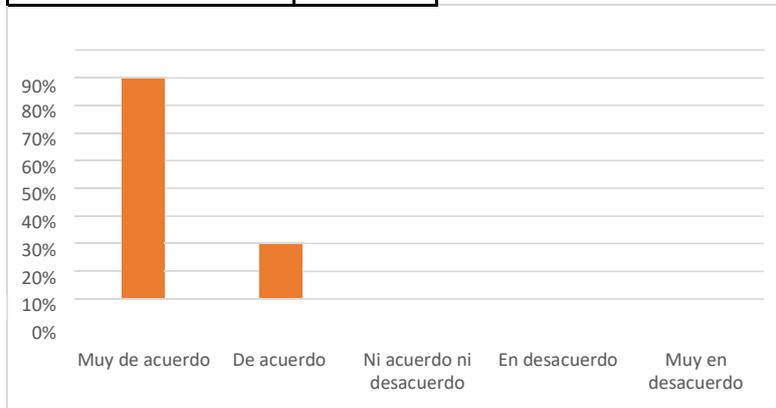
La mayoría de participantes (90%) mencionan tener metas en sus vidas.



17.- Yo tengo proyectos a futuro.

Muy de acuerdo	80%
De acuerdo	20%
Ni acuerdo ni desacuerdo	0%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

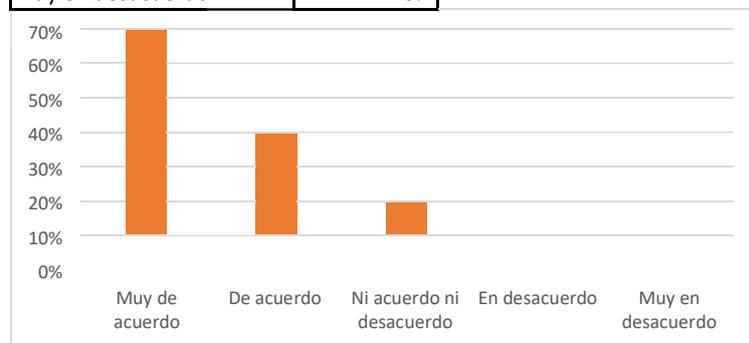
La mayoría de participantes (80%) mencionan tener proyectos a futuro.



18.- Yo tengo en general una vida feliz.

Muy de acuerdo	60%
De acuerdo	30%
Ni acuerdo ni desacuerdo	10%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

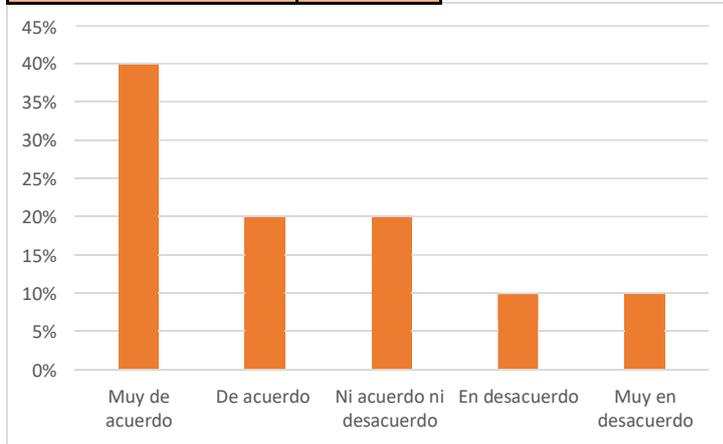
La mayoría de participantes (60%) por lo general mencionan tener una vida feliz.



19.- Yo puedo hablar de mis emociones con otros.

Muy de acuerdo	40%
De acuerdo	20%
Ni acuerdo ni desacuerdo	20%
En desacuerdo	10%
Muy en desacuerdo	10%

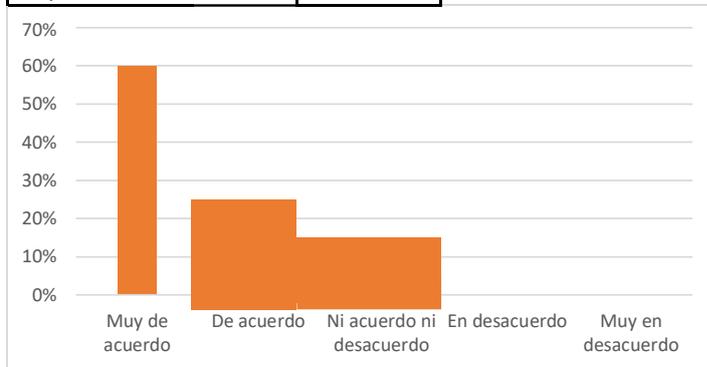
la mayoría de participantes (40%) mencionan que pueden hablar de sus emociones con otros.



20.- Yo puedo expresar cariño.

Muy de acuerdo	60%
De acuerdo	25%
Ni acuerdo ni desacuerdo	15%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

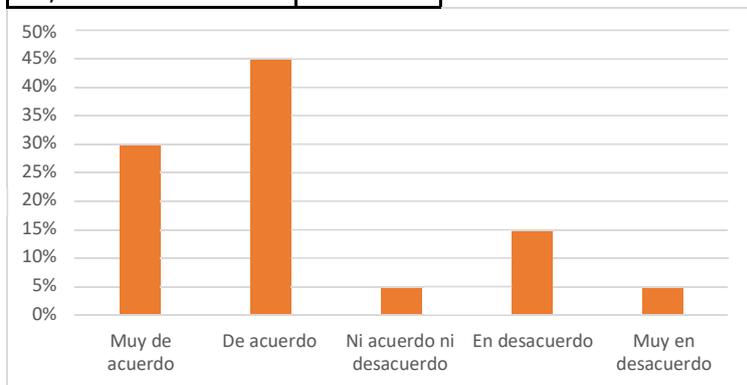
la mayoría de participantes (60%) mencionan que pueden expresar cariño.



21.- Yo puedo confiar en otras personas.

Muy de acuerdo	30%
De acuerdo	45%
Ni acuerdo ni desacuerdo	5%
En desacuerdo	15%
Muy en desacuerdo	5%

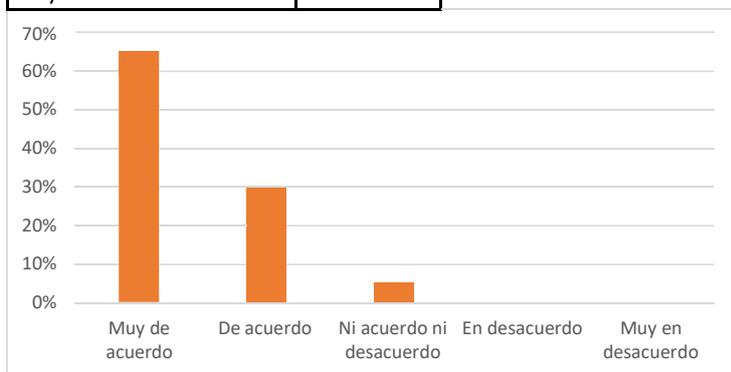
La mayoría de participantes (30%) mencionan que pueden confiar en otras personas.



22.- Yo puedo dar mi opinión.

Muy de acuerdo	65%
De acuerdo	30%
Ni acuerdo ni desacuerdo	5%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

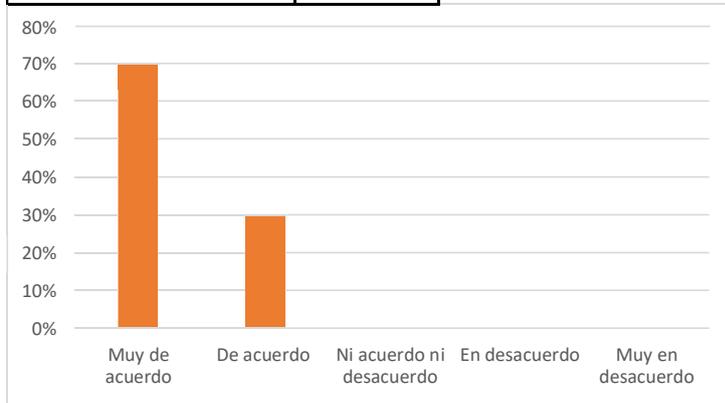
La mayoría de participantes (65%) mencionan que pueden expresar su opinión.



23.- Yo puedo buscar ayuda cuando la necesito.

Muy de acuerdo	70%
De acuerdo	30%
Ni acuerdo ni desacuerdo	0%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

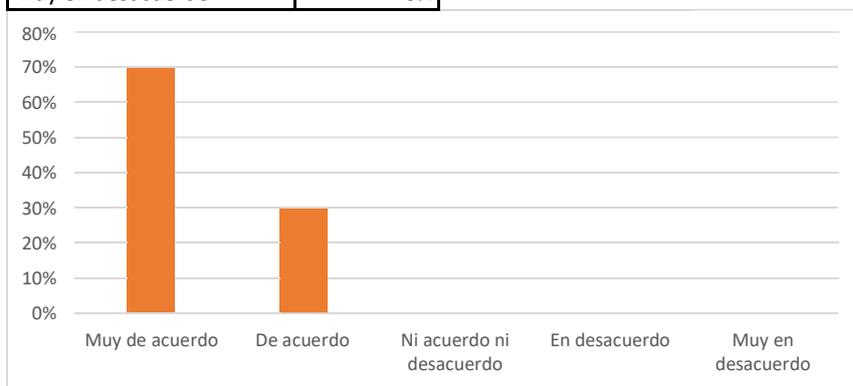
La mayoría de participantes (70%) mencionan que pueden buscar ayuda cuando la necesitan.



24.- Yo puedo apoyar a otros que tienen problemas.

Muy de acuerdo	70%
De acuerdo	30%
Ni acuerdo ni desacuerdo	0%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

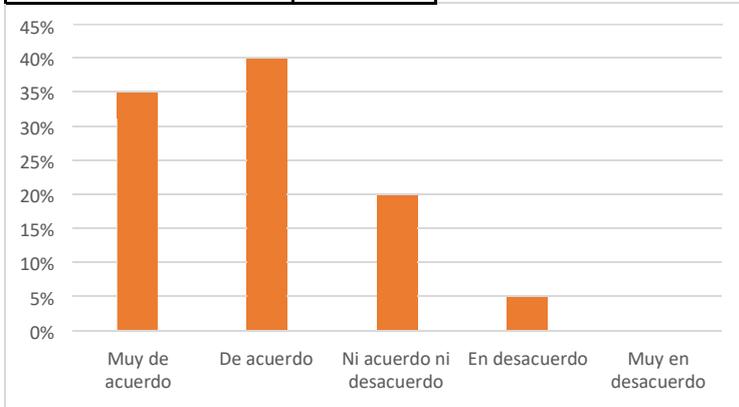
La mayoría de participantes (70%) mencionan que pueden apoyar a otros que tienen problemas.



25.- Yo puedo comunicarme bien con otras personas.

Muy de acuerdo	35%
De acuerdo	40%
Ni acuerdo ni desacuerdo	20%
En desacuerdo	5%
Muy en desacuerdo	0%

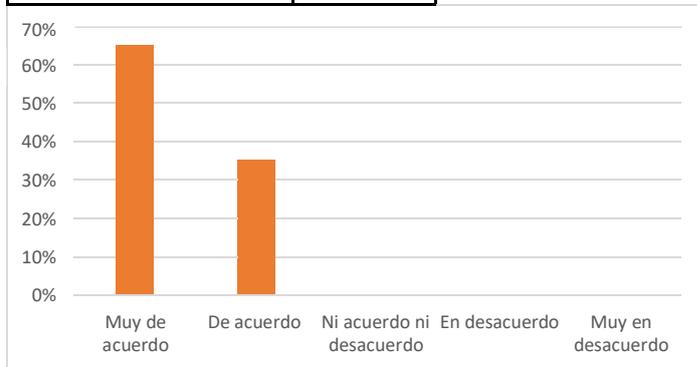
La mayoría de participantes (40%) mencionan que pueden comunicarse bien con otras personas.



26.- Yo puedo aprender de mis aciertos y errores.

Muy de acuerdo	65%
De acuerdo	35%
Ni acuerdo ni desacuerdo	0%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

La mayoría de participantes (65%) mencionan que pueden aprender de sus aciertos y errores.



27.- Yo puedo esforzarme por lograr mis objetivos.

Muy de acuerdo	95%
De acuerdo	5%
Ni acuerdo ni desacuerdo	0%
En desacuerdo	0%
Muy en desacuerdo	0%

La mayoría de participantes (95%) mencionan que pueden esforzarse por lograr sus objetivos.



### **Anexo 3. Entrevistas**

Universidad Politécnica Salesiana

Carrera de Psicología

Tema: Entrevista para profesionales que pertenezcan a la Fundación Children International.

Integrantes: Ana Riofrio; Karla Cadmelema.

1. Describa ¿cómo es el contacto inicial que se tiene con las familias que ingresan a la Fundación?
2. Mencione las condiciones en las que los niños ingresan a la Fundación.
3. Nombre el barrio del que provienen los beneficiarios de la Fundación CI.
4. ¿A qué nivel socioeconómico pertenecen los adolescentes?:
  - Medio
  - Bajo
5. ¿Consideran que los adolescentes presentan un nivel de autoestima?
  - Alto
  - Medio
  - Bajo
6. ¿Cuál es su apreciación en cuanto a las habilidades sociales de los y las adolescentes?
7. ¿Según su apreciación el nivel de resiliencia en los adolescentes es:
  - Alto
  - Medio
  - Bajo

- a) Según su respuesta mencione los factores socio-económicos que inciden en el nivel seleccionado:
- b) Según su respuesta mencione los factores culturales que inciden en el nivel seleccionado:
- c) Según su respuesta mencione los factores psico-emocional que inciden en el nivel seleccionado:

8. Conforme la experiencia y observación que tienen de los adolescentes escoja la opción que describa cómo es su entorno familiar.

- Bueno
- Regular
- Malo

9. En escala del 1 al 5 cómo considera usted el optimismo de los adolescentes.

10. Cómo considera usted la relación de los adolescentes entre sus pares:

- Buena
- Regular
- Mala

11. Cómo considera usted la relación de los adolescentes con sus familiares:

- Buena
- Regular
- Mala

12. ¿Considera que los adolescentes conocen sus emociones?

Si

No

¿Por qué?

13. ¿Considera que los adolescentes saben manejar sus emociones?

Si

No

¿Cómo?

14. ¿Ha observado conductas agresivas en los adolescentes?

Si

No

a. Si su respuesta es sí, mencione ¿cuáles son?:

15. ¿Ha observado conductas evasivas o de aislamiento en los adolescentes?

Si

No

a. Si su respuesta es sí, mencione ¿cuáles son?

16. Según su apreciación la capacidad para afrontar situaciones adversas en los adolescentes es:

- Buena

- Regular

- Mala

a. ¿Por qué? -----

17. Sugiera qué puede o qué debe hacer la Fundación CI para que los adolescentes puedan reconocer en el testimonio de los compañeros la importancia de la resiliencia:

#### Anexo 4. Escala de Evaluación final “Escala de Resiliencia Wagnild y Young”

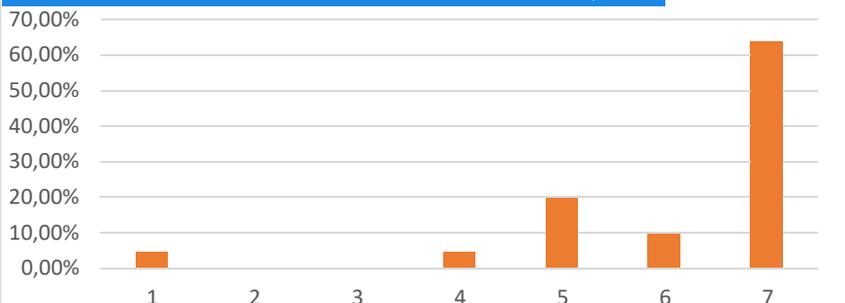
##### ESCALA DE RESILIENCIA DE AGNILD Y YOUNG (Versión traducida final)

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

1.- ¿Cuándo planeo algo lo realizó?

1	4,55%	Muy de acuerdo	72,73%
2	0,00%	De acuerdo	18,18%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	4,55%
4	4,55%	En desacuerdo	0,00%
5	18,18%	Muy en desacuerdo	4,55%
6	9,09%		
7	63,64%		

**Total** 90,91%

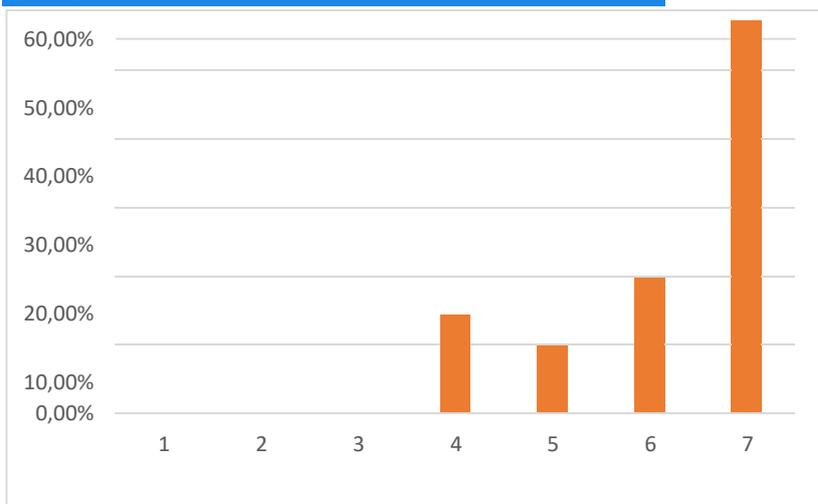


**Q4**

2.- ¿Generalmente me las arreglo de una manera u otra?

1	0,00%	Muy de acuerdo	76,19%
2	0,00%	De acuerdo	9,52%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	14,29%
4	14,29%	En desacuerdo	0,00%
5	9,52%	Muy en desacuerdo	0,00%
6	19,05%		
7	57,14%		

**Total**



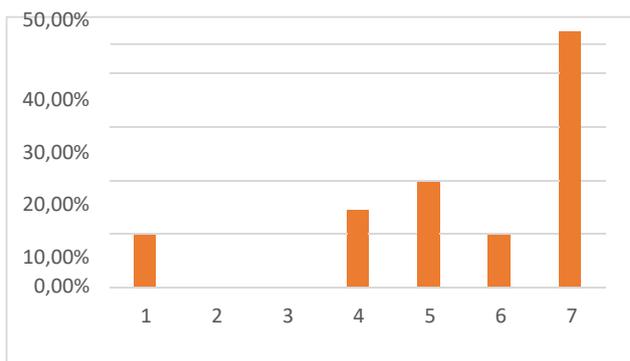
**Q4-C3**

3.-¿Dependo más de mi mismo que de otras personas?

1	9,52%		
2	0,00%	Muy de acuerdo	57,14%
3	0,00%	De acuerdo	19,05%
4	14,29%	Ni acuerdo ni desacuerdo	14,29%
5	19,05%	En desacuerdo	0,00%
6	9,52%	Muy en desacuerdo	9,52%
7	47,62%		

**Total**

76,19%

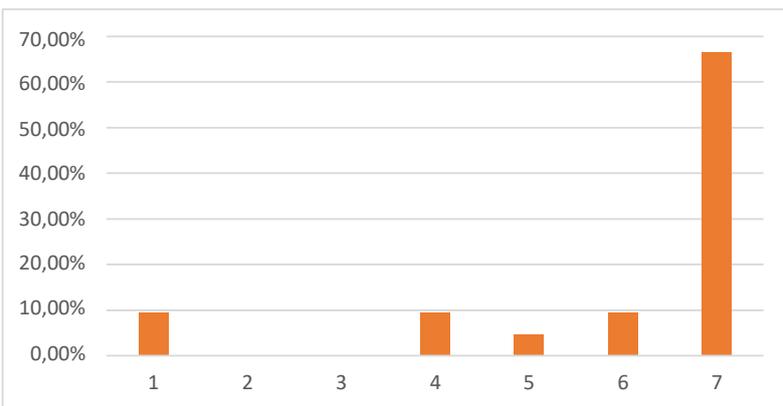


**Q4-C3-C4**

4.-¿Es importante por mi mantenerme interesado en las cosas?

1	9,52%		
2	0,00%	Muy de acuerdo	76,19%
3	0,00%	De acuerdo	4,76%
4	9,52%	Ni acuerdo ni desacuerdo	9,52%
5	4,76%	En desacuerdo	0,00%
6	9,52%	Muy en desacuerdo	9,52%
7	66,67%		99,99%

**Total**



**Q4-C3-C-C5**

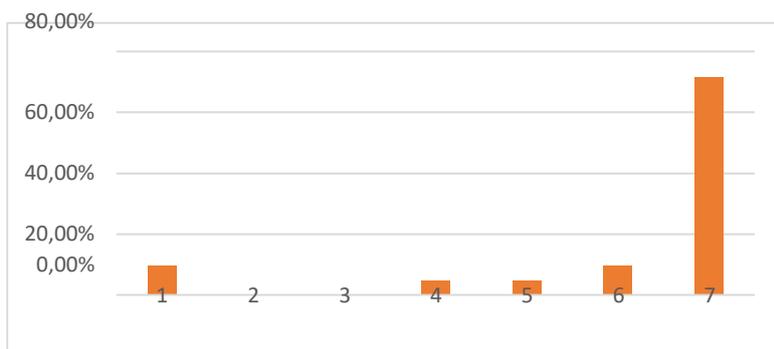
5.-¿Puedo estar solo si tengo que hacerlo?

[Text]

1	9,52%	Muy de acuerdo	80,95%
2	0,00%	De acuerdo	4,76%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	4,76%
4	4,76%	En desacuerdo	0,00%
5	4,76%	Muy en desacuerdo	9,52%
6	9,52%		
7	71,43%		100,00%

**Total**

85,71%



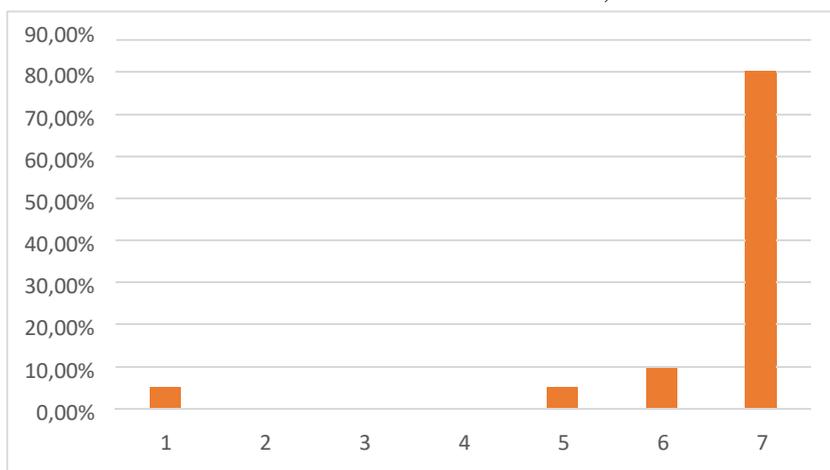
**Q4-C3-C-C6**

6.- ¿Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida?

1	4,76%	Muy de acuerdo	90,48%
2	0,00%	De acuerdo	4,76%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	0,00%
4	0,00%	En desacuerdo	0,00%
5	4,76%	Muy en desacuerdo	4,76%
6	9,52%		100,00%
7	80,95%		

**Total**

95,24%



**Q4-C3-C-C7**

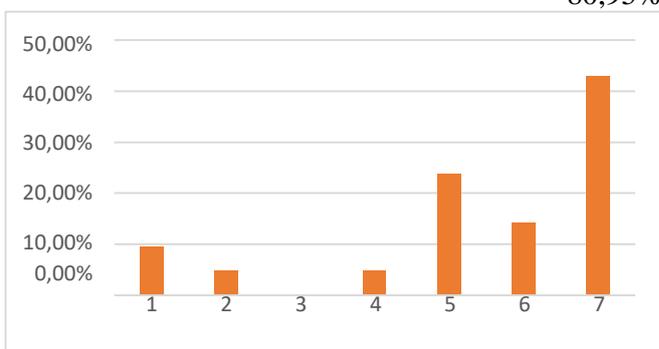
7.- ¿Usualmente veo las cosas a largo plazo?

[Text]

1	9,52%	Muy de acuerdo	57,14%
2	4,76%	De acuerdo	23,81%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	4,76%
4	4,76%	En desacuerdo	0,00%
5	23,81%	Muy en desacuerdo	14,29%
6	14,29%		100,00%
7	42,86%		

**Total**

80,95%



**Q4-C3-C-C8**

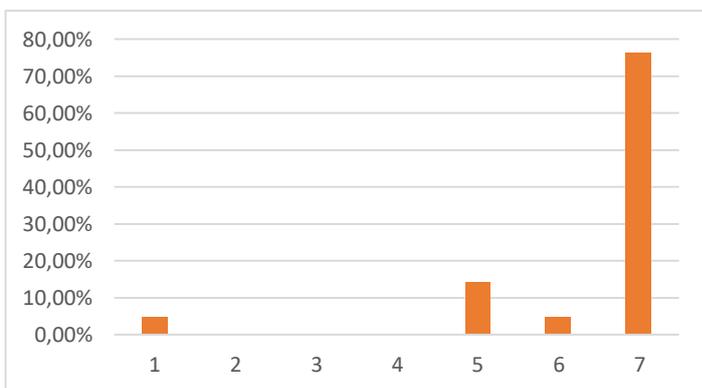
8.- ¿Soy amigo de mí mismo?

[Text]

1	4,76%	Muy de acuerdo	
2	0,00%	De acuerdo	
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	
4	0,00%	En desacuerdo	
5	14,29%	Muy en desacuerdo	
6	4,76%		
7	76,19%		

**Total**

95,24%

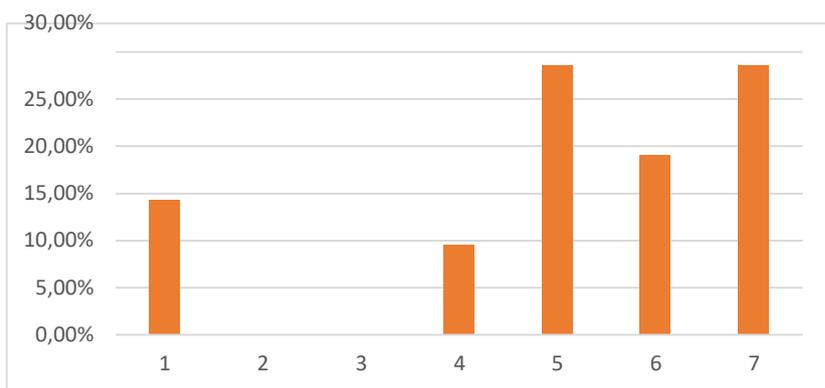


**Q4-C3-C-C9**

9.-¿Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo?

1	14,29%		47,62%
2	0,00%	Muy de acuerdo	28,57%
3	0,00%	De acuerdo	9,52%
4	9,52%	Ni acuerdo ni desacuerdo	0,00%
5	28,57%	En desacuerdo	14,29%
6	19,05%	Muy en desacuerdo	100,00%
7	28,57%		

**Total**  
76,19%

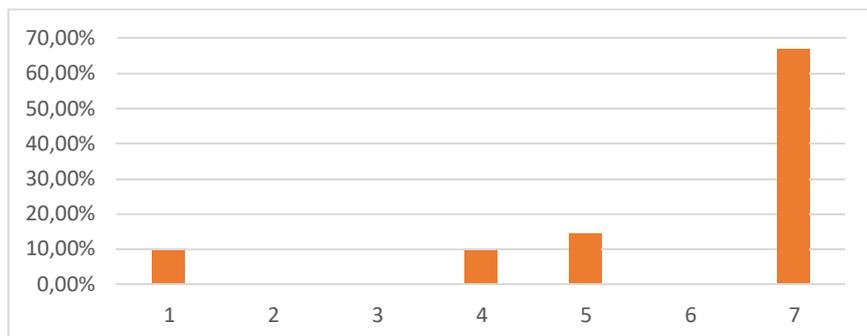


**Q4-C3--C10**

10.-¿Soy decidida?

1	9,52%	Muy de acuerdo	66,67%
2	0,00%	De acuerdo	14,29%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	9,52%
4	9,52%	En desacuerdo	0,00%
5	14,29%	Muy en desacuerdo	9,52%
6	0,00%		
7	66,67%		

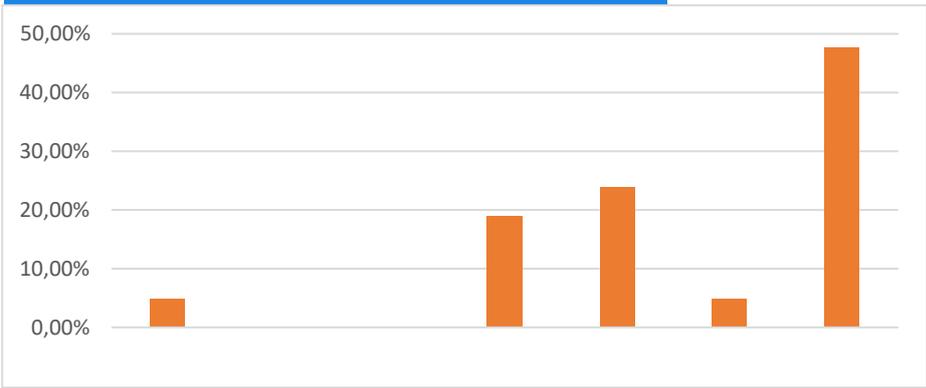
**Total**  
80,95%



**Q4-C3--C11**

11.- ¿Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo?

1			
2	4,76%		
3	0,00%	Muy de acuerdo	52,38%
4	0,00%	De acuerdo	23,81%
5	19,05%	Ni acuerdo ni desacuerdo	19,05%
6	23,81%	En desacuerdo	0,00%
7	4,76%	Muy en desacuerdo	4,76%
<b>Total</b>	<b>47,62%</b>		

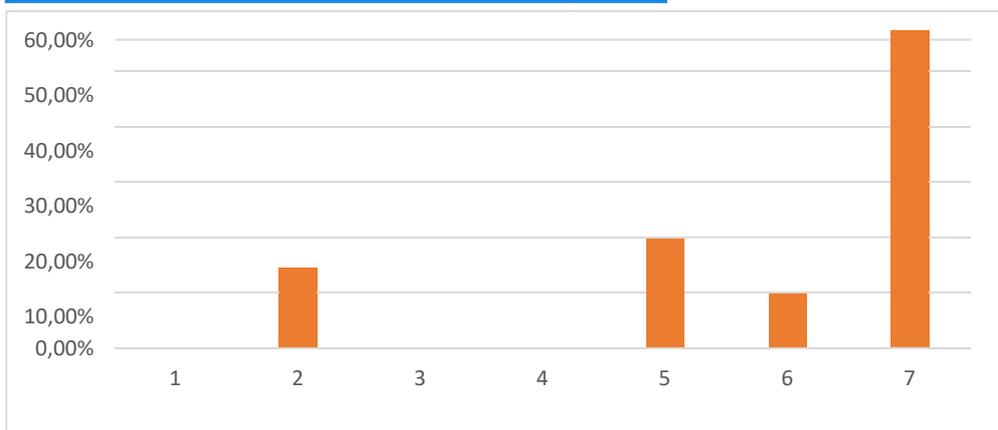


**Q4-C3--C12**

12.- ¿Tomo las cosas una por una?

1	0,00%	Muy de acuerdo	66,67%
2	14,29%	De acuerdo	19,05%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	0,00%
4	0,00%	En desacuerdo	0,00%
5	19,05%	Muy en desacuerdo	14,29%
6	9,52%		
7	57,14%		

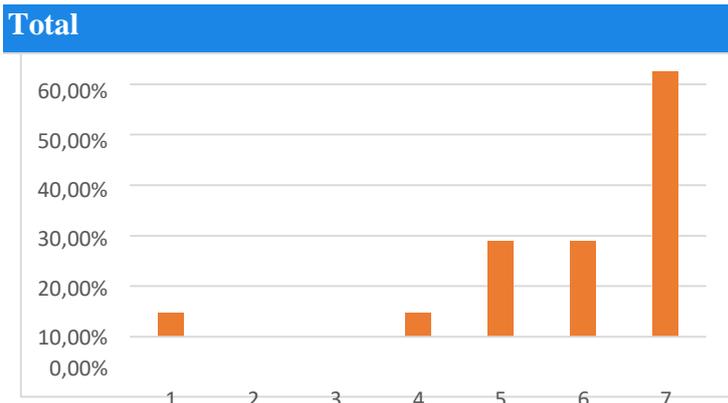
**Total**



**Q4-C3--C13**

13.- ¿Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente?

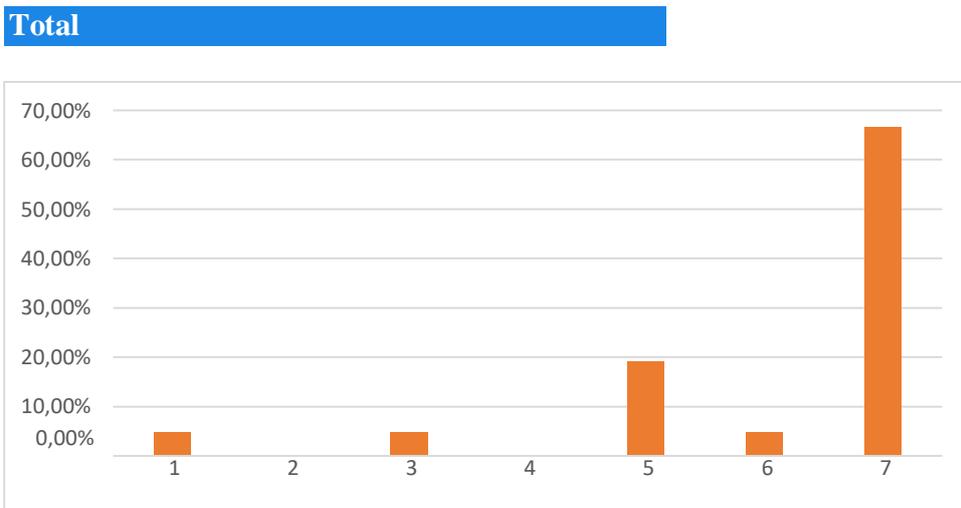
1	4,76%	Muy de acuerdo	71,43%
2	0,00%	De acuerdo	19,05%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	4,76%
4	4,76%	En desacuerdo	0,00%
5	19,05%	Muy en desacuerdo	4,76%
6	19,05%		
7	52,38%		



**Q4-C3--C14**

14.- ¿Tengo autodisciplina?

1	4,76%	Muy de acuerdo	71,43%
2	0,00%	De acuerdo	19,05%
3	4,76%	Ni acuerdo ni desacuerdo	0,00%
4	0,00%	En desacuerdo	4,76%
5	19,05%	Muy en desacuerdo	4,76%
6	4,76%		
7	66,67%		



**Q4-C3--C15**

15.- ¿Me mantengo interesado en los casos?

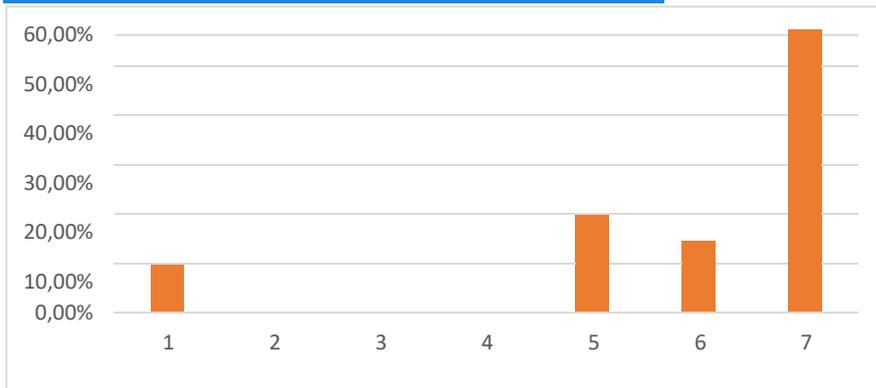
[Text]

1	9,52%
2	0,00%
3	0,00%
4	0,00%
5	19,05%
6	14,29%
7	57,14%

Muy de acuerdo
De acuerdo
Ni acuerdo ni desacuerdo
En desacuerdo
Muy en desacuerdo

71,43%
19,05%
0,00%
0,00%
9,52%

**Total**



**Q4-C3--C16**

16.- ¿Por lo general, encuentro algo de qué reírme?

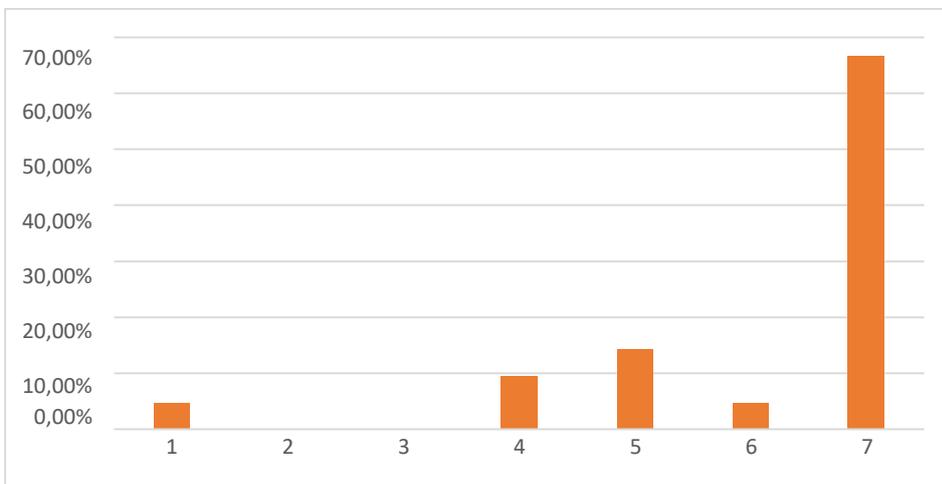
[Text]

1	4,76%
2	0,00%
3	0,00%
4	9,52%
5	14,29%
6	4,76%
7	66,67%

Muy de acuerdo
De acuerdo
Ni acuerdo ni desacuerdo
En desacuerdo
Muy en desacuerdo

71,43%
14,29%
9,52%
0,00%
4,76%

**Total**

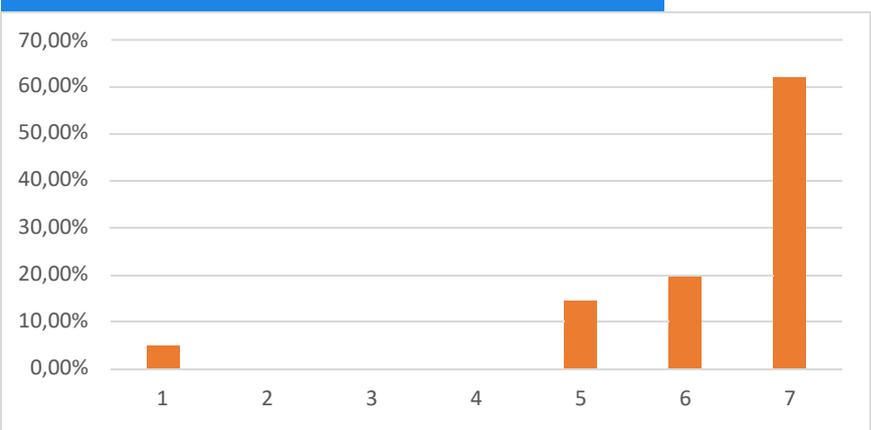


**Q4-C3--C17**

17.- ¿El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles?

1	4,76%	Muy de acuerdo	80,95%
2	0,00%	De acuerdo	14,29%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	0,00%
4	0,00%	En desacuerdo	0,00%
5	14,29%	Muy en desacuerdo	4,76%
6	19,05%		
7	61,90%		

**Total**



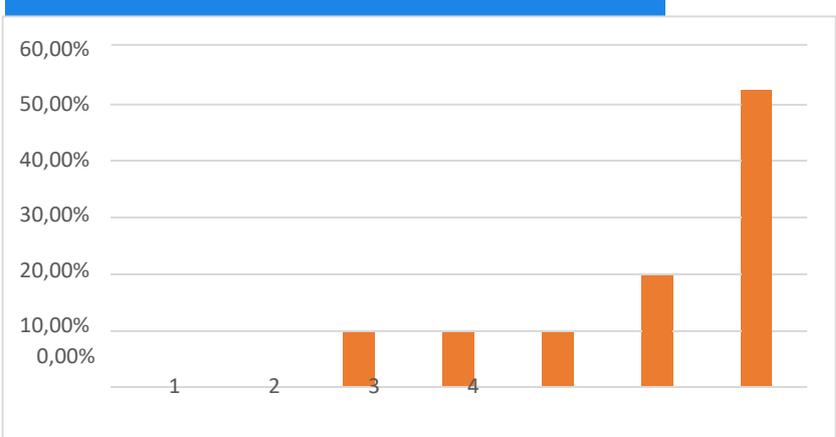
**Q4-C3--C18**

18.- ¿En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar?

[Text]

1	0,00%	Muy de acuerdo	71,43%
2	0,00%	De acuerdo	9,52%
3	9,52%	Ni acuerdo ni desacuerdo	9,52%
4	9,52%	En desacuerdo	9,52%
5	9,52%	Muy en desacuerdo	0,00%
6	19,05%		
7	52,38%		

**Total**



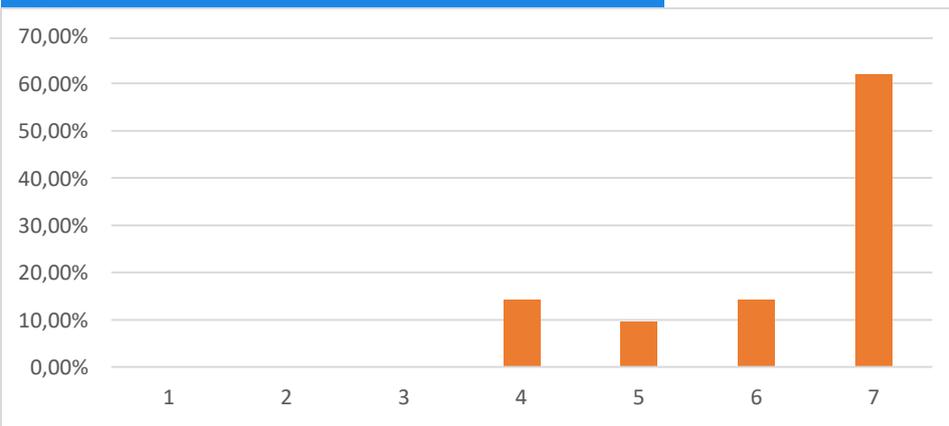
**Q4-C3--C19**

19.- ¿ Generalmente puedo ver una situación de varias maneras?

[Text]

1	0,00%	Muy de acuerdo	76,19%
2	0,00%	De acuerdo	9,52%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	14,29%
4	14,29%	En desacuerdo	0,00%
5	9,52%	Muy en desacuerdo	0,00%
6	14,29%		0,00%
7	61,90%		

**Total**



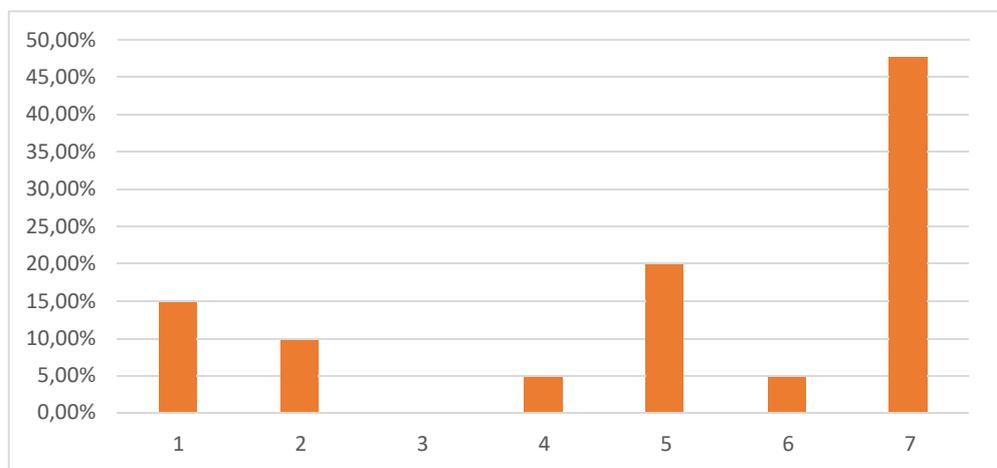
**Q4-C3--C20**

20.- ¿Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera?

[Text]

1	14,29%	Muy de acuerdo	52,38%
2	9,52%	De acuerdo	19,05%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	4,76%
4	4,76%	En desacuerdo	0,00%
5	19,05%	Muy en desacuerdo	23,81%
6	4,76%		
7	47,62%		

**Total**



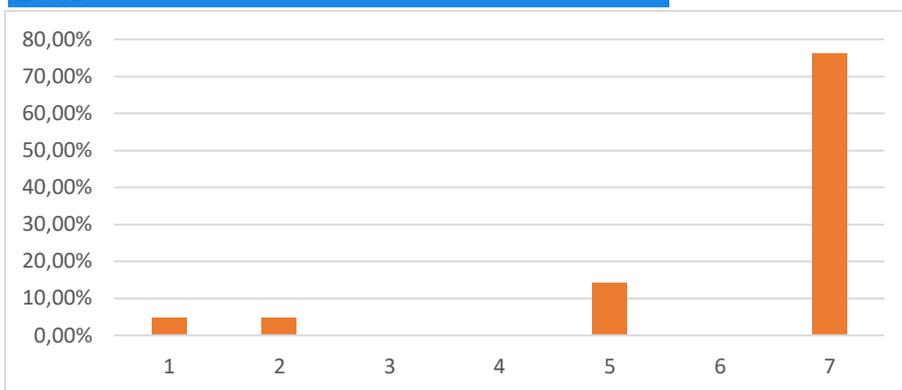
**Q4-C3--C21**

21.- ¿Mi vida tiene significado?

[Text]

1	4,76%	Muy de acuerdo	76,19%
2	4,76%	De acuerdo	14,29%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	0,00%
4	0,00%	En desacuerdo	0,00%
5	14,29%	Muy en desacuerdo	9,52%
6	0,00%		
7	76,19%		

**Total**

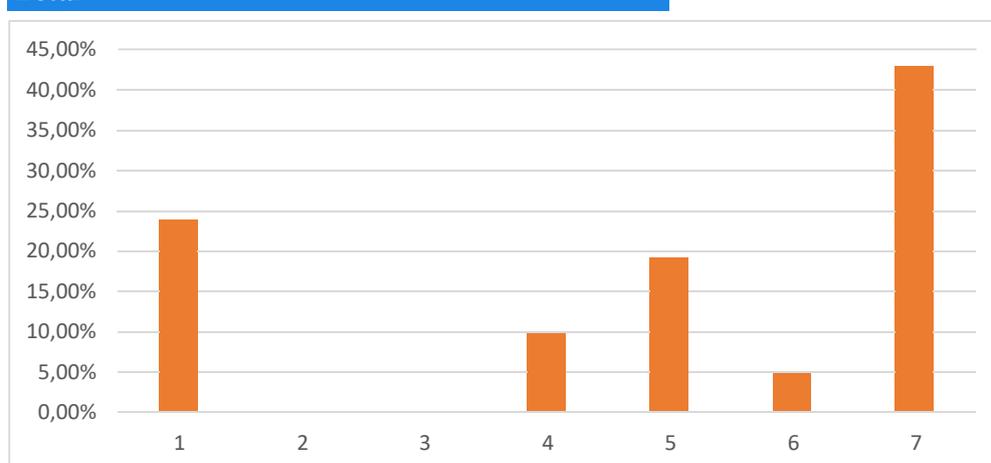


**Q4-C3--C22**

22.- ¿No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada?

1	23,81%	Muy de acuerdo	47,62%
2	0,00%	De acuerdo	19,05%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	9,52%
4	9,52%	En desacuerdo	0,00%
5	19,05%	Muy en desacuerdo	23,81%
6	4,76%		
7	42,86%		

**Total**

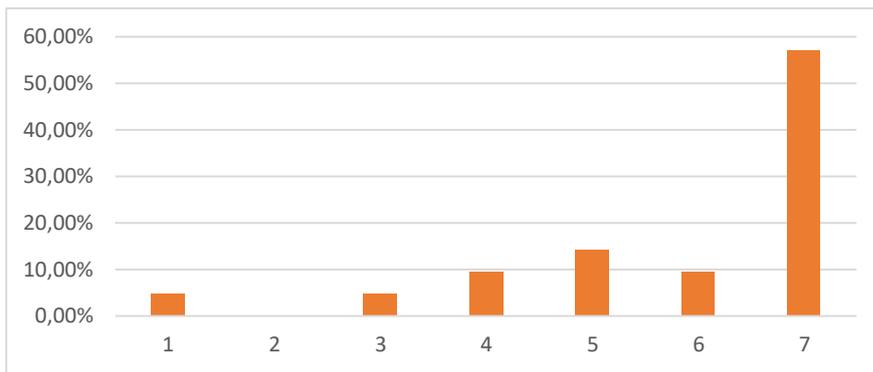


**Q4-C3--C23**

23.- ¿Cuándo estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida?

1	4,76%	Muy de acuerdo	66,67%
2	0,00%	De acuerdo	14,29%
3	4,76%	Ni acuerdo ni desacuerdo	9,52%
4	9,52%	En desacuerdo	4,76%
5	14,29%	Muy en desacuerdo	4,76%
6	9,52%		
7	57,14%		

**Total**

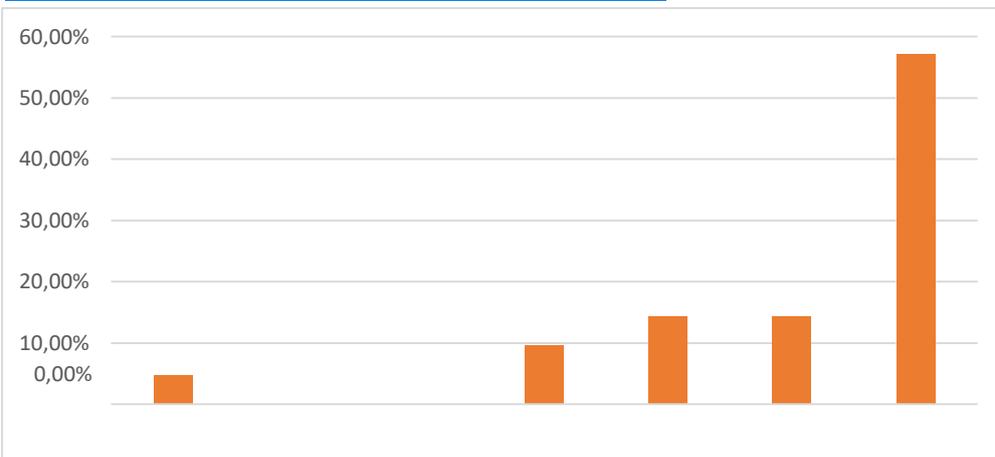


**Q4-C3--C24**

24.- ¿Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer?

1	4,76%	Muy de acuerdo	71,43%
2	0,00%	De acuerdo	14,29%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	9,52%
4	9,52%	En desacuerdo	0,00%
5	14,29%	Muy en desacuerdo	4,76%
6	14,29%		
7	57,14%		

**Total**



**Q4-C3--C25**

25.- ¿Acepto que hay personas a las que yo no les agrado?

[Text]

1	14,29%	Muy de acuerdo	76,19%
2	0,00%	De acuerdo	9,52%
3	0,00%	Ni acuerdo ni desacuerdo	0,00%
4	0,00%	En desacuerdo	0,00%
5	9,52%	Muy en desacuerdo	14,29%
6	14,29%		
7	61,90%		

**Total**

