



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN**

“Resiliencia en los docentes de la Unidad Educativa Puyango, Ecuador, 2019”

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Administración de la Educación

AUTORA:

Br. Sotomayor Jaramillo, Tania Alexandra (ORCID: 0000-0001-9018-2482)

ASESORA:

Dra. Espinoza Salazar, Liliana Ivonne (ORCID: 0000-0002-6336-4771)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Gestión y Calidad Educativa

PIURA – PERÚ

2020

Dedicatoria

Lograr cumplir este objetivo fue el resultado del trabajo, esfuerzo personal y del continuo apoyo de mis hermanos y amigas.

A la forjadora de mi camino como persona, mi madre, y de manera especial a la persona que no permitió que desista de este proyecto, gracias por su confianza, fe y sus continuas palabras de aliento, a mis hijos, mi sol, mi luna

Agradecimiento

A Dios todo poderoso por darme la salud y fortaleza para alcanzar este objetivo, con gratitud a todos los directivos de las instituciones que permitieron que la investigación se llevara a cabo dentro de las instituciones de su dirigencia, a los maestros que compartieron sus conocimientos durante el trayecto de esta Maestría y de manera especial a la Doctora Liliana Espinoza, por su paciencia y por los conocimientos impartidos durante el desarrollo de esta investigación, gracias a todos por su confianza, paciencia y cariño.

Página del jurado

Declaratoria de autenticidad

Índice

Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Página del jurado.....	iv
Declaratoria de autenticidad.....	v
Índice.....	vi
Índice de tablas.....	vii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MÉTODO.....	15
2.1 Tipo y diseño de investigación.....	15
2.2 Operacionalización de la variable.....	18
2.3 Criterios de selección.....	18
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	19
2.5 Procedimiento.....	21
2.6 Métodos de análisis de datos.....	21
2.7 Aspectos éticos.....	22
III. RESULTADOS.....	23
IV. DISCUSIÓN.....	29
V. CONCLUSIONES.....	33
VI. RECOMENDACIONES.....	34
REFERENCIAS.....	35
ANEXOS.....	40

Índice de tablas

Tabla 1: Población	18
Tabla 2: Dimensión de perseverancia	23
Tabla 3: Dimensión de ecuanimidad	24
Tabla 4: Dimensión de Satisfacción Personal	25
Tabla 5: Dimensión de Confianza en sí mismo	26
Tabla 6: Dimensión de sentirse cómodo en soledad	27
Tabla 7: Nivel de Resiliencia	28

RESUMEN

La investigación titulada “Resiliencia en los docentes de la Unidad Educativa Puyango, Ecuador 2019”. Tuvo como objetivo principal describir los niveles de resiliencia en los docentes.

La investigación es de carácter no experimental, y de diseño descriptivo simple ya que cuenta con una sola variable, se trabajó con una población de estudio de 38 docentes, cuya muestra fue de 35 educadores que desempeñan sus labores en la institución, se usó la encuesta y como instrumento de medición un cuestionario que utilizó la escala de Likert. Para establecer la confiabilidad del instrumento se utilizó la validación de tres expertos obteniendo un índice de Aiken de 1 sobre el 100% de ítems y luego de la aplicación de una prueba piloto se realizó la evaluación mediante el Alfa de Cronbach, llevada a cabo mediante el software SPSS en su versión 22, en donde se obtuvo un resultado de 0.832. Los resultados finales de la investigación muestran que el 97.1 % de los docentes se encuentran en un nivel alto de resiliencia y el 2.9% se ubican en el nivel medio de resiliencia.

En los análisis finales se mostró resultados descriptivos, desde el punto de vista estadístico, evidenciando altos niveles de resiliencia en los docentes, estos resultados se evidenciaron también en cada una de las dimensiones investigadas en las cuales el grupo se ubicó en los niveles altos, por lo tanto, una de las conclusiones fue que el 80% de los docentes de la Unidad Educativa Puyango poseen altos niveles de resiliencia.

Palabras clave: Resiliencia, perseverancia, ecuanimidad.

ABSTRACT

The research entitled Resilience in teachers of the Educational Unit Puyango, Ecuador 2019. Its main objective was to describe the levels of resilience in teachers.

The research is non-experimental, and has a simple descriptive design since it has only one variable. We worked with a study population of 38 teachers, whose sample was 35 teachers who carry out their work at the institution. survey and as a measuring instrument a questionnaire based on the Wagnild and Young scale, which was validated by three experts, to establish the reliability of the instrument and after the application of a pilot test, the evaluation was carried out using Cronbach's Alpha carried out using the SPSS software in version 22, where a result of 0.832 was obtained.

In the final analyzes, descriptive results were shown, from the statistical point of view, evidencing high levels of resilience in teachers, these results were also evidenced in each of the dimensions investigated in which the group was located at high levels, for Therefore, one of the conclusions was that 80% of the teachers in the Puyango Educational Unit have high levels of resilience.

Keywords: Resilience, perseverance, equanimity.

I. INTRODUCCIÓN

El sector educación se constituye en un ambiente muy complejo a lo largo de la historia en todos los contextos, pues al considerarse la entidad encargada de lograr la formación integral de la persona, implica la asunción de responsabilidades especiales, como problemáticas complejas en todos los aspectos para brindar un buen servicio educativo, problema que se evidencia a nivel mundial y que ha puesto en juego las habilidades de todos los actores, desde el ente rector para emitir las normas más pertinentes hasta los actores que tienen que cumplir con dichas disposiciones, y aquí se pone en juego la capacidad de resiliencia con la que cuentan todos y en especial los docentes, para asumir con buen criterio las alternativas de solución a la problemática diversa, por mencionar algunos países como Japón y Finlandia, cuyos maestros tienen las mismas responsabilidades para lograr la formación integral de las personas y que han tenido que lidiar con necesidades de tipo material, para mencionar el estado de la infraestructura de las instituciones, el mobiliario, materiales educativos y hasta con los mismos haberes acordes con la tarea encomendada y la problemática social y familiar, que en algunas veces es lo que marca la diferencia para el logro de los objetivos, pero dentro de ello vale reconocer que juegan otros aspectos, en este caso para los países mencionados, que vienen hacer las facilidades con las que cuentan los maestros y la logística para el logro de las metas, es por ello, que los resultados son abismales en comparación a otros países, donde la resiliencia de los maestros se pone a manifiesto, pero en condiciones abismalmente diferentes, pues los docentes, no cuentan con el soporte emocional requerido para el desarrollo de las actividades, dentro de ellas la resiliencia.

El problema educativo en nuestro país, al igual que en todos ha conllevado al docente hacer uso de sus habilidades sociales para manejar aspectos que atenten contra el logro de los aprendizajes y la formación integral de la persona, por ello que la capacidad de resiliencia se ha puesto en juego, claro está con el apoyo de todos los actores educativos, pues se trata de un trabajo colaborativo y más aún por el alto nivel de responsabilidad que nos toca asumir, tenemos que demostrar alto grado de manejo emocional, gestión de las emociones dentro de

nuestro profesionalismo para fortalecernos en nuestras capacidades y estar a la altura de los avances de la ciencia y las necesidades y características diferentes con las que cuentan nuestros estudiantes.

El nivel de resiliencia en los docentes de la Unidad Educativa “Puyango”, se convierte en necesidad de ser investigada, por lo anteriormente expresado, pues cuanto más nivel de resiliencia se cuente, mejor se asumirá la problemática social que atente contra la formación integral de las personas, además que permite identificar aquellos aspectos que forman parte de las dimensiones de la variable que puedan fortalecerse de manera pertinente para el bienestar institucional, familiar y profesional.

A lo largo de nuestras vidas las personas nos vemos en la necesidad de afrontar y superar momentos de adversidad, con la finalidad de buscar y alcanzar la autorrealización, satisfacer nuestras necesidades y mejorar nuestras capacidades, así pues, adquirir conocimientos y experiencias que nos ayuden a superar obstáculos psicológicos y emocionales se ha vuelto una habilidad indispensable, más aún en la actualidad en donde la psiquis y las emociones personales se ven afectadas con mayor facilidad y frecuencia. En este contexto se hace referencia a una de las capacidades más importantes de obtener, la resiliencia, misma que nos permite adquirir experiencias y fortalecimientos tanto psicológicos, emocionales y espirituales.

De esta manera Maslow, (1991) en su teoría de la motivación humana expone una pirámide con cinco niveles, en donde propone las necesidades básicas que tiene el ser humano, la primera relacionada a las necesidades fisiológicas, el segundo nivel las necesidades de seguridad, la tercera se refiere a las necesidades de amor, afecto y, pertenencia, en el cuarto nivel se ubican las necesidades de estima, y en el nivel más alto de la pirámide se expone las necesidades de autorrealización que se refiere al crecimiento personal, el cumplimiento del potencial a través de la realización de una actividad específica, así que basándonos en lo expuesto por Maslow se puede concluir que desarrollar habilidades no solamente físicas si no también psicológicas y emocionales se vuelve imperioso para el desarrollo integral de todos los seres humanos, así pues siendo la resiliencia parte de este nivel y la responsable mantener un equilibrio emocional y psicológico su

estudio se vuelve indispensable para obtención de cualquier propósito u objetivo que se pretenda alcanzar.

A continuación, como parte del soporte teórico de la investigación, corresponde citar algunas de las investigaciones que se han realizado sobre la temática de resiliencia a nivel internacional:

Salluca (2016) en su investigación para obtener el título de maestro, titulada “Nivel de resiliencia y personalidad en estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la I.E. 50707 Simón Bolívar, Picchu Alto, Cusco, 2016”, cuyo objetivo fue conocer la relación existente entre la resiliencia y la personalidad la cual fue de diseño descriptivo inferencial y para la obtención de los resultados el autor usó la prueba “r” de Pearson en donde se encontró que la variable resiliencia está relacionada con la variable tipos de personalidad ($r = 0,556$), y en la cual el valor de significancia fue igual a 0,000 r, luego del análisis de los resultados obtenidos en su investigación, el autor concluyó que existe una relación directa, moderada y significativa entre las variables estudiada.

El estudio, tiene coherencia con la realidad de acuerdo a la psicología de la personalidad, pues está demostrado que las personas cuando tienen un buen dominio de sus emociones al momento de asumir alguna circunstancia, es porque cuentan con una personalidad bien definida que va con la seguridad en sus acciones producto de la confianza en sí mismo.

Por otro lado Maysi & Donayre (2016) en la investigación nombrada “Relación entre resiliencia y habilidades sociales en un grupo de adolescentes de Lima norte” en la cual el objetivo principal fue determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades sociales, y para el cual se usó una muestra de 515 estudiantes de educación primaria del distrito de Lima, cuyo estudio fue básico con nivel descriptivo correlacional y su diseño no experimental transversal, en donde se demostró que el 80% de los adolescentes encuestados se ubicaron dentro de la categoría promedio de resiliencia, un 17.1% de participantes se encontraron dentro de la categoría alto, por otra parte el menor porcentaje, el 0.8% de los participantes se encontraron ubicados en la categoría muy bajo de resiliencia, con la

presentación de estos resultados se concluyó que la relación significativa entre habilidades sociales y resiliencia es inexistente.

Cabe indicar que conforme se tenga una buena gestión de las emociones, es decir una capacidad de resiliencia adecuada, entonces el ser humano contará con habilidades sociales pertinentes que le facilitarán la solución de los problemas que tenga que asumir, pues se encuentra emocionalmente bien, cuando pasa lo contrario, la persona está expuesta a tomar medidas equivocadas emocionalmente.

Así mismo Villalba & Avello (2019) en su trabajo titulado “Resiliencia como un factor determinante para la satisfacción con la vida en los estudiantes universitarios”, en el cual el principal objetivo fue identificar los niveles de resiliencia y de satisfacción con la vida que tienen los estudiantes universitarios, investigación que se llevó a cabo en la ciudad de Arequipa Perú en la universidad de San Agustín, cuya muestra estuvo conformada por 40 estudiantes entre los 18 y 36 años, en donde se usó dos tipos de escala como instrumento de investigación, la primera: la escala de resiliencia de wagnild y Young y la segunda la escala que mide la satisfacción con la vida de los autores Emmons, Diener y Larsen, las que demostraron que existía un nivel “medio alto” de resiliencia la cual representaba al 60% de los encuestados, el 30% de estudiantes se ubicó en el nivel “alto” y el 10% se ubicó en nivel bajo, así el valor de significancia entre resiliencia y satisfacción de la vida fue de ($p < 0,05$), de esta manera se concluyó que ambas variables están significativamente relacionadas.

Al respecto, se debe indicar que, al contrario de la relación de las variables, se considera que conforme una satisfacción adecuada de las personas con la vida, le permite una buena gestión de sus emociones y una adecuada resiliencia para asumir los inconvenientes que se le presenten como parte de la vida, el saber que dependemos de nuestra capacidad de resiliencia acorde a una satisfacción con lo que nos rodea.

Suárez (2017) llevó a cabo su investigación llamada “Nivel de resiliencia en estudiantes del VII ciclo, turno tarde, de dos colegios públicos del distrito de El Agustino, 2017” para la obtención del título de Maestro que tenía como objetivo la comparación y medición de los niveles de Resiliencia entre dos colegios del distrito

del Agustino - Perú con un método no experimental transaccional de diseño comparativo descriptivo y de tipo cuantitativo utilizando una población de 69 estudiantes y como instrumento de evaluación la escala de Wagnild y Young de 25 ítems que tenía como objetivo la comparación y medición de los niveles de Resiliencia entre dos colegios públicos de la comuna Machali encontrándose como resultado que no hay gran diferencia estadísticamente significativa en el nivel de resiliencia de los estudiantes del VII ciclo de secundaria de las dos instituciones educativas. Los porcentajes resultantes en parecidos entre la muestra uno y muestra dos: 36.2% vs 37.1% de estudiantes presentan bajo nivel de resiliencia; 34.8% vs 35.5% tienen resiliencia promedio y el 29.0% vs 27.4% de estudiantes presentan resiliencia alta.

Al respecto, cabe indicar que, en este caso por las condiciones parecidas en cuanto a los contextos, como necesidades y características de los estudiantes coincidieron los resultados en cuanto al nivel de resiliencia, sin embargo, se han presentado casos donde la problemática familiar incide en la gestión de emociones de los jóvenes.

Morán (2015) en su trabajo de Maestría titulado “Resiliencia en adolescentes y su relación con la inteligencia emocional”. El que tuvo como objetivo, establecer los niveles de resiliencia e inteligencia emocional, en adolescentes de la provincia de Valladolid. Metodológicamente, fue un estudio exploratorio. Su población estaba compuesta por 147 alumnos de la provincia de Valladolid (España), de edades comprendidas entre los 15 y los 18 años de edad, correspondientes a los cursos 3º y 4º de la Educación Secundaria Obligatoria y 1º y 2º de Bachillerato, originarios de tres centros diferentes, todos ellos de educación pública. La muestra del primer centro educativo fue de 47 alumnos, del segundo de 39 y de 64 alumnos del tercer centro. Había un total de 89 varones y 58 mujeres. Como instrumento de medición se usó la escala CD-RISC adaptada con 17 ítems. Desarrollada por Connor y Davidson, la investigación concluyó que las puntuaciones en resiliencia son considerablemente altas, por lo tanto, los adolescentes de este estudio presentan un alto grado de resiliencia, y una inteligencia emocional adecuada, de acuerdo a los niveles obtenidos de los tres componentes medidos por la escala de inteligencia emocional.

Con ello, nuevamente se demuestra que la gestión de emociones es preponderante en la resiliencia de los jóvenes, así como en la inteligencia emocional para la gestión de sus habilidades sociales que le den una personalidad adecuada como evidencia de una buena formación integral recibida en los diferentes espacios donde se desenvuelve.

En el ámbito nacional no se han realizado muchas investigaciones acerca del tema en el nivel maestría o doctorado sobre resiliencia, sin embargo, en uno de los pocos estudios realizados se encuentra un artículo sobre investigación titulado “Enfoque de la resiliencia en las instituciones educativas a nivel de educación básica ante desastres naturales en la ciudad de San Miguel Ecuador”, con un estudio correlacional, de diseño experimental, cuantitativo, toma como objetivo principal el estudio de la resiliencia ante los desastres naturales, la que se llevó a cabo en cuatro unidades educativas de la localidad utilizando una encuesta, se concluyó que dentro del factor social los docentes y estudiantes del nivel de educación básica de las unidades educativas investigadas se caracterizan por presentar un mínimo interés por desarrollar e incentivar sentimientos de disminución de riesgos lo que impide llegar a un nivel de resiliencia aceptable. (Caiza,y Barragán , 2019).

En otras palabras, que a pesar de los programas que se implementen a nivel del sector educación para mejorar el nivel de resiliencia ante la eventualidad de un desastre natural, pareciera que nuestra cultura está hecha para preocuparnos por el problema cuando este ya está presente, no valoramos la vida, ni la naturaleza y lo que puede ocasionar en términos de pérdida, el no estar preparados para asumir la presencia de cualquier desastre natural.

En el ámbito local aún no se ha realizado investigaciones referentes al tema de resiliencia en docentes, sin embargo, tomando como base lo expuesto, la construcción y desarrollo de la resiliencia en todos ámbitos y profesiones, especialmente en el campo educativo y los docentes, significa tomar en cuenta algunos puntos importantes como, incentivar grandes expectativas basándose en la realidad, brindar apoyo continuo, promover una mentalidad positiva, fomentar mentalidad actitud de éxito, y reforzar destrezas sociales con la finalidad de que todos los actores desarrollen una actitud de resiliencia positiva, lo que les permitirá

adaptarse, crear y desarrollar destrezas y competencias que les permita afrontar y surgir de las situaciones adversas, con el objetivo de alcanzar las metas propuestas y tener acceso a una vida feliz y productiva. Sin embargo luego de la observación dentro de la Unidad Educativa Puyango se ha podido notar que las relaciones sociales entre los docentes, directivos y estudiantes, son escasas, por otra parte sus docentes muestran poca motivación, actitudes pesimistas y personalidades poco confiadas y conformistas, lo que podría demostrar que no se encuentran conformes con la realidad ni el medio en el que despliegan su accionar profesional, además, su desenvolvimiento dentro de las aulas es poco motivador y destructivo, así pues, se afirma que los docentes tienen personalidad de poca resiliencia, por otro lado si estos síntomas persisten en los docentes podrían provocar grandes problemas en su desarrollo emocional, psicológico, personal y profesional, ya que si los docentes no se encuentran en la capacidad de resolver y superar estos problemas su trabajo se verá afectado, y no serán capaces de transmitir conocimientos significativos a sus estudiantes lo que les afectará en su desarrollo y aprovechamiento académico y que conllevará a que la institución no cumpla con los estándares de enseñanza y aprendizaje establecidos dentro la sociedad afectando la imagen de la institución.

Con el fin de controlar y superar la problemática educativa, se realiza la investigación del tema de resiliencia, término que pretendemos definir. (Wagnild, M. & Young, H., 1993). expresan que:

La **resiliencia**, se define como una singularidad propia de la personalidad de cada individuo, responsable de mitigar los efectos negativos resultantes del estrés, y la frustración, por consiguiente, viene a ser la capacidad de fortalecerse emocionalmente, e impulsar la adaptabilidad para superar las situaciones adversas presentes a lo largo de la vida.

Según los autores, presenta las siguientes características o dimensiones: Perseverancia, Ecuanimidad, Confianza en sí mismo, Satisfacción personal, Sentirse cómodo en soledad.

Para enriquecer el trabajo de investigación se toman en cuenta algunas otras definiciones y autores sobre el tema de resiliencia. Gaxiola & Frias (2007) agregan que:

Resiliencia se define como un conjunto de respuestas adaptativas que cada individuo asume para enfrentar y superar situaciones de riesgo o adversidad, se basa en tres características específicas e indispensables, la primera en la identificación de las amenazas, la segunda es la disposición de la persona de ser resiliente es decir, adaptación y superación de la situaciones adversas, la tercera y última demostrar las habilidades necesarias para desenvolverse o superar cualquier tarea o situación. Dentro de la resiliencia se presentan las siguientes características: La Actitud Positiva es una perspectiva favorable de las circunstancias que se nos presentan en la vida a pesar de los contratiempos, es la decisión de ser feliz. (Lopez, 2015): El sentido del humor es la disposición de ánimo donde se unen la ironía y la gracia, lo triste y lo alegre, reír incluso ante la presencia de los problemas, (Caseres, 2002): La perseverancia se refiere a la permanencia de la fortaleza para alcanzar cualquier objetivo planteado sin importar los problemas que se presenten: La religiosidad involucra la inclinación y las creencias que profese cada persona: La autoeficacia consiste en el autoconocimiento y la confianza en sí mismo para tomar decisiones que nos permiten obtener resultados favorables: El optimismo se refiere al aspecto que se presenta en situaciones o condiciones extremas y la interpretación o enfoque que se le dé a la misma, así pues una inclinación optimista permite responder de manera positiva y eficaz a las adversidades.

La orientación hacia la meta se refiere a establecer metas y objetivos, enfocándose en hacer lo necesario para alcanzarlos. (Grimaldo, 2004):

A continuación, se cita algunos autores que definen a **la resiliencia**, citas que ayudarán a comprender mejor el tema en estudio. Jorgesen (2008) afirma lo siguiente:

Que, la resiliencia es un grupo de capacidades, habilidades y recursos o fortalezas que hacen que un individuo afronte las adversidades de manera exitosa. En el campo social es vista como un conjunto de sucesos sociales e interpersonales

que permiten tener una vida sana en un medio insano, dichos procesos se dan a través del tiempo combinando características personales y el ambiente social, cultural y familiar. (Rutter, 1999)

En el campo social es vista como un conjunto de sucesos sociales e interpersonales que permiten tener una vida sana en un medio insano, dichos procesos se dan a través del tiempo combinando características personales y el ambiente social, cultural y familiar en que se desenvuelven (Rutter, 1999).

Por su parte Vanistandael.(1994)) considera a la resiliencia como un proceso inconstante que tiene lugar durante toda nuestra vida, se construye en contacto con nuestro entorno, es capacidad de crecer de manera positiva, a través o en presencia de grandes dificultades. En el ámbito educativo la resiliencia es vista como una dinámica positiva, una capacidad de volver adelante, como la habilidad de resistir y ejercitar la fortaleza para afrontar las vicisitudes de la vida social, familiar, personal, y laboral, (Villalobos, 2017).

Walsh (2003) Define a la resiliencia como una habilidad para recuperarse de la adversidad con mayor fortalecimiento y con mejores aprendizajes y experiencias, es un proceso de crecimiento personal como respuesta a los desafíos de la vida.

Así mismo, Suárez & Melillo, (2002) nos dice que “la resiliencia es la capacidad de todo ser humano para afrontar, superarse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad”.

Según Wagnil.(1999), resiliencia es una capacidad positiva que nos permite manejar la presión y los problemas y que no nos impide hacer las cosas correctamente y que a pesar de las frustraciones se fortalece y se sobrepone ante las adversidades.

En últimos términos la resiliencia es el resultado de numerosos procesos y dinámicas que fortalecen y orientan de manera positiva ciertas características tales como; la autoprotección, compromiso, responsabilidad, deseo de superación, fortaleza ante la tensión, y equilibrio emocional, permitiéndonos afrontar y sobrepasar momentos situaciones de angustia, riesgo y caos presentes en todos los ámbitos de nuestras vidas. La resiliencia en los docentes de la Unidad Educativa “Puyango” se determina por la capacidad de superación de la adversidad que tienen los Docentes, esto puede demostrarse con un cuestionario de 25 ítems,

conformado por las dimensiones de competencias personales y aceptación de uno mismo y de la vida.

A continuación, se trabajarán los **factores de la resiliencia**. (Zabala, 2001).
Expresa lo siguiente:

Clasifica dos factores indispensables de la resiliencia: el Primer Factor se refiere a las competencias Personales que se refieren al grupo de capacidades, aptitudes y conocimientos que toda persona necesita para desarrollar una actividad profesión, académica, laboral o personal, el Segundo Factor que comprende la Aceptación de uno mismo y de la vida, este factor representa un sentido de paz y aceptación ante los problemas y las adversidades que se puedan presentar durante nuestras vidas. La resiliencia es un aspecto muy frecuente y común en las personas, pareciera que todas tienen esta capacidad, sin embargo, esto no quiere decir que todos los individuos sean capaces de desarrollarla, cuando se habla de resiliencia debemos tener claro que llegar a ser una persona resiliente no es fácil, y que las personas que la han adquirido dicha habilidad se han fortalecido luego de experimentar grades desafíos, dolores y duras experiencias personales y sociales. La resiliencia no es una característica extraordinaria solamente de ciertos individuos, si no de recursos con los que toda persona cuenta, como los entornos sociales y familiares, su cerebro y mentalidad.

Así el hecho de que la resiliencia sea común en toda persona, no quiere decir no se deba fomentar y valorizar estrategias para incentivarla, por el contrario, conocerla permitirá crear programas que permitan llevar y desarrollar al máximo esta capacidad increíblemente valiosa para todo ser humano y que le prestará las oportunidades necesarias para tener una vida feliz.

Basado en todo lo antes expuesto, podemos decir que una persona que carezca o que no haya desarrollado esta capacidad se encuentra expuesta a grades fracasos e infelicidades que conllevaran a una vida poco satisfactoria y a una condición emocional precaria.

En cuanto a las dimensiones de la resiliencia, como se expresó anteriormente, uno de los autores hace referencia de cinco de ellos. Wagnild & Young (1993). El mismo que los define de la siguiente manera:

Perseverancia: Entendida como la capacidad de la persona para persistir en algo de que está seguro lo logrará, tiene que ver con la motivación personal, la voluntad que se tiene y el esfuerzo desplegado por lograr lo que se propone, para ello debemos estar emocionalmente convencidos de que podemos lograr el objetivo.

Ecuanimidad: Es la capacidad que tienen la persona para mantener una estabilidad emocional estable, es capaz de evitar cualquier inconveniente que pueda talar su estado emocional, podríamos decir que se trata de aquella persona que cuenta con un equilibrio emocional.

Confianza en sí mismo: Cuando sabemos que tenemos la capacidad emocional suficiente para resolver los problemas que se nos presenten de la mejor manera, ya sea por la experiencia que tenemos o por el fortalecimiento de las capacidades sobre todo las de tipo emocional.

Satisfacción personal: Cuando nos sentimos satisfechos de lo que hemos hecho y hacemos en el transcurso de nuestras vidas, se evidencia en diferentes contextos, en la vida personal, la familia, la sociedad, en la vida profesional, es decir, sentirnos bien consigo mismos.

Sentirse cómodo en soledad: La capacidad de manejo de emociones en casos de soledad, cuando la situación lo amerita, porque por todos es conocido que el hombre y la mujer son seres sociables por naturaleza, pero ante cierta situación que amerita estar solo, no se decae en depresión.

Dimensiones que formarán parte de la formulación del problema y el planteamiento de objetivos y permitirán elaborar instrumentos, agrupar y ordenar resultados de la investigación.

Para tener una idea clara y poder plantear una respuesta pertinente al problema expuesto en el presente estudio de investigación se plantearon las siguientes interrogantes, como el general y las específicas:

¿Cuál es el nivel de resiliencia de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?

¿Cómo se percibe el nivel de perseverancia de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?

¿Cómo se concibe el nivel de ecuanimidad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?

¿Cómo se describe el nivel de satisfacción personal de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?

¿De qué manera se evidencia el nivel de confianza en sí mismos de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?

¿Cuál es el nivel de sentirse cómodo en soledad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?

La investigación se justifica porque tiene implicaciones prácticas ya que pretende plantear los niveles de resiliencia basados en la evidencia de que existen individuos con grandes éxitos, a pesar de haber pasado o experimentado situaciones dolorosas y adversa, familiares, sociales, físicas o emocionales, y que aun así han logrado fortalecerse y alcanzar su objetivos, pero a pesar de esto existen sujetos incapaces de reestablecerse y superar las dificultades que se les han presentado lo que les acarreado serios problemas en todos los ámbitos de sus vida.

Por otro lado, el presente estudio es de relevancia social ya se podrá determinar qué factores favorecen e influyen en mayor porcentaje el desarrollo de la resiliencia en los docentes de la Unidad Educativa Puyango que son sujetos de estudio.

Así mismo se busca aportar con una perspectiva diferentes de la teoría del tema de resiliencia, generando nuevas fuentes de conocimiento que servirán como referencias para los futuros profesionales investigadores, de esta manera se pretende establecer un método de investigación confiable y con validez, tomando como base la aplicación de los instrumentos.

Los resultados obtenidos de esta investigación nos dejarán conocer los niveles de resiliencia de los docentes para afrontar las adversidades que se les presentan, además, podremos saber qué factores influyen de manera más decisiva para el desarrollo de esta habilidad. Así pues, se busca incentivar el estudio y desarrollo de esta capacidad que es parte indispensable de nuestras vidas, ya que permite alcanzar los objetivos y metas propuestas, lo que conlleva tener éxito y una vida satisfactoria. Cabe recalcar que esta investigación beneficiará los docentes, directivos y comunidad en general, incluyendo a los futuros investigadores, ya que no existen indagaciones sobre el tema en la localidad, y en el ámbito nacional no se ha encontrado una base de datos e investigaciones relacionadas con el tema en el nivel de maestría y doctorados. Dentro de las implicaciones teóricas los resultados que se obtengan de la investigación nos permitirán fomentar, aplicar y diseñar estrategias para mejorar los niveles de resiliencia de los docentes. En tanto el aporte metodológico se basó en la adaptación del instrumento de medición de la variable diseñado por Wagnild y Young para recolección de datos, el mismo que se adaptó al contexto de los participantes de la institución educativa.

En cuanto al planteamiento de los objetivos que son los que marcan la ruta a seguir en la investigación, cabe mencionar al objetivo general y los específicos que detallamos a continuación:

Conocer el nivel de resiliencia de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Identificar el nivel de perseverancia de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Conocer el nivel de ecuanimidad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Describir el nivel de satisfacción personal de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Identificar el nivel de confianza en sí mismos de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Conocer el nivel de sentirse cómodo en soledad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

II. MÉTODO

2.1 Tipo y diseño de investigación.

2.1.1 Tipo de investigación.

Según su tipo, la investigación es descriptiva ya que trabaja sobre hechos reales, analizando, compilando e interpretando los componentes o el desarrollo de los fenómenos investigados, además de presentar una interpretación correcta de todo el dato (Tamayo, 2004).

2.1.2 Diseño de investigación.

La presente investigación está diseñada de manera no experimental, de carácter simple y descriptivo la misma que se destaca por presentar una sola variable y además los datos son obtenidos de una sola muestra importante, de esta manera se desea fijar el nivel de la variable. (Ñaupas, 2014).

El diseño de la investigación puede ser representado gráficamente de la siguiente manera:

M ————— **O**

Dónde:

M: representa la muestra que en el caso de la investigación son 35 docentes

O: representa la observación o la medición de la variable que es resiliencia.

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Resiliencia	(Wagnild, M. & Young, H., 1993) Definida como una singularidad propia de la personalidad de cada individuo, responsable de mitigar los efectos negativos resultantes del estrés, y la frustración, capacidad de fortalecerse emocionalmente, e impulsar la adaptabilidad para superar las situaciones	La resiliencia en los docentes de la Unidad Educativa "Puyango" se determina por la capacidad de superación de la adversidad que tienen, esto puede demostrarse con un cuestionario de 25 ítems, conformado por las dimensiones de Perseverancia, Ecuanimidad, Confianza en sí	Perseverancia se refiere a tomar todos los accionares necesarios para lograr nuestro cometido a pesar que nuestra motivación disminuya o se nos presenten problemas sean externo o internos	Decisión. Autodisciplina. Motivación.	Escala ordinal. 1= Muy de acuerdo. 2= En desacuerdo. 3= Ni en acuerdo ni en desacuerdo. 4= De acuerdo.
			Ecuanimidad, se refiere a una visión moderada y balanceada de su propia vida y aprendizajes, aceptar las cosas como se nos presenten de esta manera se moderarán vuestras respuestas ante la adversidad, se considera como un factor mental que ayuda a mantener la mente primaria a salvo de excitaciones mentales y del hundimiento.	Discernimiento. Visión positiva. Perspectiva.	

	adversas presentes a lo largo de la vida.	mismo, Satisfacción personal, Sentirse cómodo en soledad: con cinco opciones: Muy de acuerdo (5); de acuerdo (4); ni en acuerdo ni en desacuerdo (3); en desacuerdo (2); muy en desacuerdo (1)	<p>Confianza en sí mismo</p> <p>Se refiere a las creencias que tenemos en nuestras habilidades y capacidades además de reconocer nuestras fortalezas y debilidades</p>	<p>Capacidad de relacionarse.</p> <p>Autoestima.</p> <p>Autoconocimiento</p>	5= Muy desacuerdo.
			<p>Satisfacción Personal está ligada con la satisfacción y valoración de nuestras propias vidas además de la visión y perspectiva que tenemos de la misma,</p>	<p>Estado Emocional.</p> <p>Precepción de la Vida.</p> <p>Autoaceptación.</p>	
			<p>Sentirse bien en soledad Se refiere a tener la noción de la construcción de la vida es único y que existirán aprendizajes y experiencias que se deben afrontar solo, esto nos permite sentirnos libre y la sensación de ser únicos.</p>	<p>Adaptación.</p> <p>Noción de soledad.</p>	

2.2 Operacionalización de la variable

2.2.1 Población y muestra.

2.2.1.1 Población.

Según Fernández, Icart, & Pulpon (2006) es la agrupación de individuos que tienen cualidades específicas, poseen un número específico y conocido de individuos o sujetos de estudio. La población de la investigación estuvo conformada por 35 docentes de la Unidad Educativa "Puyango", de los cuales 30 poseen nombramiento, 5 en modalidad de contratos provisionales, laborando durante el periodo académico 2019-2020. En tabla se especifica en detalle.

Tabla 1: Población

Población de estudio		
Nombramientos	Contratos	Total
30	5	35

Fuente: Distributivo institucional

2.2.1.2 Muestra

En este caso por ser la población una cantidad menor a 50, se considera la muestra de tipo censal, es decir toda la población pasaría a conformar la muestra.

2.3 Criterios de selección.

2.3.1 Criterios de Inclusión

Dentro de la Unidad Educativa "ejercen sus labores 38 personas de las cuales una de ellas se encarga de los servicios de limpieza, y dos ejercen servicios administrativos como rector y vicerrector de la institución, para la investigación se ha escogido solamente al personal docente dentro de los cuales 30 docentes poseen un nombramiento y 5 se encuentran bajo la modalidad de contratos.

2.3.2 Criterios de exclusión

Para investigación se descartó al personal administrativo compuesto por Rector y Vicerrector y al personal de servicios cargo que lo ejerce una sola persona, quedando solamente el personal docente

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.

2.4.1 Técnicas.

La técnica constituye un elemento fundamental en el desarrollo de una investigación, es la agrupación de instrumentos y medios, mediante los cuales se lleva a cabo el método aplicado solamente a una ciencia, es decir es el instrumento con el cual se aplica el método (Bizcarra, 2004).

Para la presente investigación se usó la encuesta, ya que se pretendía buscar de manera ordenada los datos que el investigador necesita, para luego reunirlos de manera individual obteniendo información agregada (Díaz 2001).

2.4.2 Instrumentos.

El instrumento que se utilizó para la presente investigación es la encuesta, la misma que consta de 25 interrogantes, divididas por dimensión quedando para la dimensión de perseverancia 5 ítems, para la dimensión de ecuanimidad 7 ítems, para la dimensión de confía es sí mismo 7 ítems, para la dimensión de satisfacción personal 3 ítems y para la última dimensión sentirse cómodo en soledad 3 ítems, los que midieron la variable de resiliencia dentro de la población que fue objeto de estudio, para el propósito se usó la escala de Likert.

La escala de Likert usada para esta investigación tiene las siguientes alternativas:

Muy en desacuerdo (1)

En desacuerdo (2)

Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3)

De acuerdo (4)

Muy de acuerdo (5)

Las preguntas programadas desean medir cada las dimensiones planteadas por, Wagnild & Young (1993) como son: La perseverancia, ecuanimidad, confianza en sí mismo, satisfacción personal- sentirse cómodo en soledad.

2.4.3 Validez y confiabilidad.

2.4.3.1 Validez

La validez forma parte de todo un proceso de adaptaciones que constituyen un sistema de pruebas y errores que hace que la hipótesis de una investigación se establezca como valedera a partir de la experiencia, permite que los no expertos de un determinado campo de estudio tengan información y puedan manejarse en realidades cambiantes. (Belohlavek, 2005)

La validez del instrumento se desarrolló a través del juicio de tres expertos, quienes emitieron el criterio de objetividad y precisión de cada uno de los ítems en cada una de las dimensiones, por medio de una matriz de validación, obteniendo un índice de Aiken de 1 sobre el 100% de los ítems,

2.4.3.2 Confiabilidad

Dentro de una investigación la confiabilidad se relaciona directamente con la realidad en la se desenvuelve un estudio y se refiere a la exactitud con la que un instrumento mide y valora los datos que se desean calcular o cuantificar se , se afirma que para que un estudio sea confiable deber ser usado por dos o más investigadores

Para la medir y cuantificar los datos que se obtuvieron de la aplicación del instrumento se utilizó el coeficiente Alfa de Cron Bach creado por J.L. Cronbach, que establece el grado de confiabilidad, a través de procesos matemáticos y

estadísticos, los coeficientes que son entre 0 a 1, para la investigación el cociente de alfa de Cronbach fue de 0,832, que se considera como muy bueno. Así mismo para cada de las dimensiones se obtuvo los siguientes porcentajes de acuerdo al alfa de Cronbach para la dimensión de perseverancia se obtuvo 0,82, para la dimensioe de ecuanimidad se obtuvo 0,41, por otra parte la dimensión de satisfacción personal se obtuvo 0,63, en porcentaje de la dimensión de confianza en sí mismo se obtuvo 0,83, y por último la dimensión de sentirse cómodo en soledad se obtuvo 0,48

2.5 Procedimiento.

Para la recolección de los datos se pidió en primera instancia las autorizaciones y permisos necesarios para la aplicación del instrumento, que se hizo a través de solicitudes y oficios dirigidos a los directivos de la Unidad Educativa “Puyango”, una vez obtenidos las autorizaciones se estableció el día disponible para la aplicación del instrumento, para la aplicación del mismo se presentó una hoja de consentimiento e información que llevaba el nombre y firma de los participantes, además de los números de documento de identificación, con este consentimiento se hizo entrega también el instrumento de medición, una vez finalizada la encuesta se retiraron para la procesamiento de los datos.

2.6 Métodos de análisis de datos.

Para el análisis de los datos de la presente investigación se vaciaron los datos al programa de Excel y las tablas de frecuencia, en donde se ubicó los datos de la muestra con su frecuencia correspondiente, luego de esto se pasó a la ubicación correcta de datos por categorías para ello se usó el programa de software estadístico IBM SPSS versión 22.

2.7 Aspectos éticos.

Para la presente investigación se tomaron en cuenta los siguientes aspectos éticos:

Respeto a la propiedad intelectual de los autores que se tomaron en cuenta en esta investigación a través de la aplicación de las normas APA; Se pidió el consentimiento informado que se aplicó a la muestra que participó en esta investigación, se consultó de manera verbal a cada uno de los participantes; veracidad y autenticidad de los datos ya que no existió manipulación de la información de los resultados que se obtuvieron; Solicitudes y autorizaciones de las autoridades.

III. RESULTADOS

3.1. Análisis descriptivo.

Objetivo específico 1

Identificar el nivel de perseverancia de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Tabla 2: Dimensión de perseverancia

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Medio	3	8.6
Alto	32	91.4
Total	35	100

*Fuente: Escala de medición de resiliencia
Elaboración propia*

Interpretación:

Los resultados de tabla nos muestran que el 91,4 de docentes encuestados poseen un nivel alto de perseverancia y el 8.6 poseen un nivel medio de perseverancia. Los docentes que tiene niveles altos de perseverancia son personas decididas y verdaderamente auto disciplinadas, capaces de cumplir de manera satisfactoria y a tiempo con todas las actividades y responsabilidades que se les confían y la mayor parte del tiempo logran alcanzar todos los objetivos que se propone. Los docentes que poseen niveles medios de perseverancia son personas que tienen una aceptable capacidad de decisión y han logrado desarrollar habilidades relacionadas con la disciplina, cumplen de manera parcial con algunas de las obligaciones y responsabilidades que se les asignan, sin embargo, la mayor parte del tiempo no logran alcanzar de manera satisfactoria los objetivos que se proponen.

Objetivo específico 2

Conocer el nivel de ecuanimidad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Tabla 3: Dimensión de ecuanimidad

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Medio	8	22.9
Alto	27	77.1
Total	35	100

*Fuente: Escala de medición de resiliencia
Elaboración propia*

Interpretación:

En la tabla se puede visualizar que el 77.1 de docentes encuestados poseen un nivel alto de ecuanimidad y el 22.9 poseen un nivel medio de ecuanimidad. Los docentes que se encuentran dentro de los niveles altos de ecuanimidad son dueños de capacidades que les permiten tomar las cosas o cualquier tipo de situación de manera razonable, están en capacidad de distinguir las ventajas y desventajas de cualquier problema o contratiempo, de esta manera logran obtener una visión y perspectiva positiva del entorno en el que se desarrollan, además poseen la habilidad de ver distintos puntos de vista de cualquier situación. Los docentes que se han ubicado con un nivel de ecuanimidad medio, han podido desarrollar buenas capacidades de discernimiento, son capaces de tomar con moderación las situaciones poco favorecedoras, a pesar de esto su perspectiva de la vida no es muy favorable, y obviamente sus perspectivas no siempre son positivas.

Objetivo específico 3

Describir el nivel de satisfacción personal de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Tabla 4: Dimensión de Satisfacción Personal

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	2.9
Medio	2	5.7
Alto	32	91.4
Total	35	100

*Fuente: Escala de medición de resiliencia
Elaboración propia*

Interpretación:

En la tabla presentada se puede observar que el 91.4 % de los docentes que se encuestaron se encuentran en un nivel alto de satisfacción personal, por otra parte, se puede ver que el 5.7% de docentes se encuentran en el nivel medio y que el 2.9 están el nivel bajo de satisfacción personal. Así mismo los docentes ubicados en el nivel alto de satisfacción personal son poseedores de excelentes capacidades de equilibrio emocional, se sienten satisfechos con los logros que han alcanzado, reconocen y aceptan sus fortalezas y habilidades además su visión con respecto a la vida y su futuro son mayormente positivas. Por otra parte, los encuestados que se ubicaron en el nivel medio de satisfacción personal, han logrado sobrellevar cualquier tipo de dificultad, sus emociones son parcialmente equilibradas y les cuesta reconocer sus habilidades y desventajas sin embargo su visión y perspectiva de la vida son positivas.

Los encuestados que se encontraron en el nivel bajo de satisfacción personal son capaces de sobrellevar las situaciones de dificultad y aún no han desarrollado de mane adecuada el reconocimiento de sus fortalezas y debilidades, además sus

estados emocionales no son equilibrados y no se sienten satisfechos con las perspectivas de su vida

Objetivo específico 4

Identificar el nivel de confianza en sí mismos de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Tabla 5: Dimensión de Confianza en sí mismo

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Alto	35	100
Total	35	100

*Fuente: Escala de medición de resiliencia
Elaboración propia*

Interpretación

Los resultados visualizados en la siguiente tabla nos dicen que el 100% de los docentes encuestados tienen un nivel alto de confianza en sí mismos. Los docentes que se encuentran en el nivel alto de confianza en sí mismo, han desarrollado excelentes capacidades para relacionarse de manera adecuada con otras personas, aceptan la diversidad de opiniones inclusive las que no les favorecen, se sienten seguros de sus propias capacidades y confían en las de los demás, así mismo estos profesionales reconocen y se sienten orgullosos de sus habilidades, esta confianza les ayuda no sentirse abatidos ante las adversidades que se les presentan en la vida cotidiana.

Objetivo específico 5

Conocer el nivel de sentirse cómodo en soledad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Tabla 6: Dimensión de sentirse cómodo en soledad

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Medio	7	20
Alto	28	80
Total	35	100

*Fuente: Escala de medición de resiliencia
Elaboración propia*

Interpretación

En la tabla de resultados presentada a continuación se observa que el 80 % de los encuestados se encuentran ubicados en un nivel alto de comodidad en soledad, por otro lado, se visualiza que el 20% de docentes se encuentran en el nivel medio. Por otro lado, los docentes que se ubicaron en el nivel alto de la dimensión, consiguen sentirse bien consigo mismos, son capaces de reconocer que existen situaciones que se deben afrontar solos y lograr obtener ventajas de las mismas, además tiene una noción clara de lo que significa la soledad y de los aprendizajes que se pueden obtener de ella, haciendo que se sientan libres y únicos. En este contexto los docentes que se ubican en el nivel medio de la dimensión sentirse como en soledad, tienen nociones de lo que significa la soledad, sin embargo, su capacidad para adaptarse y sentirse tranquilos en un medio ambiente de soledad, no es adecuado.

Objetivo General

Conocer el nivel de resiliencia de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Tabla 7: Nivel de Resiliencia

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Medio	1	2.9
Alto	34	97.1
Total	35	100

Fuente: *Escala de medición*
Elaboración propia

Interpretación

En los resultados de la tabla se muestra que el 97,1 de docentes encuestados se encuentran en un nivel alto de resiliencia y el 2.9 se encuentran en un nivel medio de resiliencia. Los docentes que se encuentran en los niveles de resiliencia altos han conseguido desarrollar de manera satisfactoria habilidades que les han permitidos alcanzar todos los objetivos que se han propuesto, su aceptación y visión del entorno en el que se encuentran es clara y objetiva, tienen la capacidad de conocer y aceptar sus fortaleza y debilidades, se sienten cómodos en todos los entornos, disfrutan y aprovechan los entornos en los que se encuentran solos, y están satisfechos con los logros que han obtenido y la realidad en la que se encuentran. Los docentes que se encuentran en el nivel de resiliencia medio han desarrollado de manera parcial habilidades como la perseverancia, que les permite obtener algunos de los objetivos que se propongan, además conocen la realidad en la que se encuentran y han logrado adquirir buenos niveles de aceptación personal, sin embargo, no se encuentran del todo satisfechos con sus logros y con la realidad en la que se desenvuelven.

IV. DISCUSIÓN

Respecto al primer objetivo específico referido a identificar el nivel de perseverancia de los docentes.

Los resultados nos indicaron que el 91,4 de los maestros que fueron considerados como sujetos del estudio, expresaron contar con un nivel alto de perseverancia, mientras que el 8.6 de los docentes solo cuentan con un nivel medio de perseverancia, por cuanto cabe indicar que ese 91,4 de maestros son considerados como aquellas que cuentan con mucho poder de decisión, siendo otra de sus características que serían muy disciplinados, cuentan con esa capacidad de ser muy cumplidos con sus tareas, por ende muy responsables, por ello es que no tienen inconvenientes al lograr sus metas, en consecuencia, nos estamos refiriendo a docentes con mucho ímpetu y decisión positiva para encaminar sus potencialidades hacia el logro de las actividades propuestas, en cambio cuando nos referimos a los que llegaron a un nivel medio, son los que se encuentran aquellas personas que elaboran una ruta, la misma que tratan de cumplir al pie de la letra, por ello se les llama disciplinados u ordenados, sin embargo, llegan a cumplir pero no necesariamente con todo lo previsto y por ende en cuanto a las metas propuestas no llegan alcanzarlas a pesar del orden manifiesto.

A manera de encontrar puntos coincidentes o contrarios, se cita a Wagnild y Young, (1993) quienes estudian la voluntad del ser humano, para hacer entender que nunca debemos agotarnos, pues lo tenemos claro que para lograr algo por más pequeño que sea, la constancia juega un papel muy importante para el logro de los sueños y que, si no persistimos, pues nunca lograremos nada.

Respecto al segundo objetivo específico que tiene que ver con conocer el nivel de ecuanimidad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

En esta parte de los resultados nos encontramos a un 77.1 de maestros que de acuerdo a los datos obtenidos se ubican en un nivel alto de ecuanimidad,

mientras la otra parte que viene hacer el 22.9 arrojaron un nivel medio, por ello es que la inclinación estaría para el nivel alto, sobre ellos podemos afirmar que son personas que cuentan con nivel de pertinencia por la razón que evidencian para cuando les toca afrontar alguna situación complicada, pudiendo encaminar tanto las cosas positivas, es decir las que tienen a su favor como de los obstáculos que se le puedan presentar, contando con capacidad para mirar hacia el futuro, es decir plantear las alternativas y evaluar los posibles efectos ya sean a favor o en contra, para tomar la mejor decisión, en cambio la diferencia de docentes que se encuentran en término medio, si bien es cierto cuentan con facultades que les permite fundamentar ciertos aspectos, sus decisiones no son tan acertadas, pues la moderación les gana, les hace dudar antes de poder tomar una alternativa.

En cuanto a la ecuanimidad Wagnild & Young (1993) expresan sobre el alto nivel de seguridad y equilibrio con el que debe contar la persona, pues le brindará felicidad y bienestar familiar, pronta solución de los problemas, es estar emocionalmente bien para asumir los retos por más complicados que puedan ser, si cuento con ello, tomaré las mejores decisiones, aportare al grupo para mejorar, los propósitos que se plantee serán claros.

En cuanto al tercer objetivo específico que trata de describir el nivel de satisfacción personal de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Cabe indicar que para el presente objetivo los resultados fueron altos para el nivel de satisfacción personal llegando al 91.4 % de los docentes, correspondiendo un porcentaje de 5.7% muy bajo para el nivel medio, incluso el 2,9, otra parte mínima se encontraron en nivel bajo a diferencia de los anteriores resultados, indicando que los maestros con nivel alto, tienen una característica relacionada con el alto poder para el manejo de sus emociones, controlan sus sentimientos de acuerdo a la situación, por ello se caracterizan por manejar grupo, por controlar los problemas por generar tranquilidad ante la adversidad, relacionado con la capacidad de liderazgo, no se dejan llevar por las emociones y actúan con la tranquilidad que la situación amerita, estas personas saben del manejo de

emociones con el que cuentan y lo aprovechan al máximo, en cambio a diferencia de los que obtuvieron una calificación media, si bien es cierto que tienen un control moderado de sus emociones, les cuesta reconocer tal potencialidad, pero de igual manera se está hablando de personas positivas, sin embargo, los que tienen nivel bajo, a pesar de contar con las condiciones necesarias, no se sienten capaces porque no tienen idea de las potencialidades con las que cuentan, por consiguiente presentan serias dificultades en cuanto al control de sus emociones, son el tipo de personas que nunca están de acuerdo con lo que tienen y buscan responsabilizar a alguien de lo malo que les pueda pasar.

En lo que se refiere al cuarto objetivo específico de identificar el nivel de confianza en sí mismos de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

En el cuarto objetivo específico, si los resultados son abismalmente destacados, pues el nivel máximo del 100% fue para la confianza en sí mismos, con ello se entiende que el total de maestros cuentan con una capacidad aceptable para la comunicación y las buenas relaciones con los demás, son empáticos para entender a la otra parte a pesar de no concordar con las ideas, sin embargo, demuestran confianza en lo que les toca proponer, los que siempre confían en sus decisiones, casi nunca doblegan pues el optimismo les caracteriza.

El quinto objetivo específico que trata de conocer el nivel de sentirse cómodo en soledad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Este aspecto es contradictorio, pues los resultados nos indican que el 80 % de los educadores cuentan con un nivel alto de comodidad en soledad, siendo el otro 20% de que evidencia un nivel medio, al respecto como lo expresado anteriormente, la mayoría expresa sentirse mejor cuando están solos, es más que las decisiones y propuestas fluyen en la soledad, no necesitan del grupo para tomar decisiones acertadas, lo que no convence pues se dice que cuanto más aporte mejores soluciones, son los que estudian solos y logran objetivos, con la perspectiva de la libertad con la que cuentan, de la otra parte están los que

obtuvieron el nivel medio, aquellos que a pesar de sentirse bien estando solos, no muestran la tranquilidad, pues conciben que la soledad no les favorece y de alguna manera sienten que deben trabajar con sus semejantes.

Respecto al objetivo general referido a conocer el nivel de resiliencia de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.

Finalmente, en esta parte, identificamos al 97,1 de docentes que fueron sometidos al estudio, muestran un nivel alto de resiliencia, mientras que el 2.9 se ubican en nivel medio, donde cabe indicar que la gran mayoría se encuentra satisfecho de laboral en el lugar, pues conciben que sus metas están cumplidas, saben dónde se encuentran y el papel que les toca desempeñar, son conscientes de su utilidad, ellos ya tienen identificado todas las formas de habilidades, y al ponerlas a disposición, se sienten orgullosos de poder aportar hacia los demás, a diferencia de los de nivel medio que no se encuentran a gusto con lo que han alcanzado a la fecha.

Los resultados obtenidos se refuerzan por lo expresado por Wagnild & Young (1993), que, en cuanto al concepto de la variable, la define como una cualidad con la que cuenta la persona para acomodarse a cualquier situación, y en cuanto a la presencia de necesidades o malestares siempre salga airoso, pues está dotado de habilidades y destrezas, siendo las más destacadas las sociales, aquellas que se logran pero siempre en cuando se llegue a controlar las emociones, para saber actuar de manera pertinente cuando la situación lo requiera, pues uno de sus objetivos, es cubrir las necesidades claro está de tipo personal, pero sobre todo con la identificación de lo que requiere el bien común.

V. CONCLUSIONES

El 91.4%, es decir, 32 de 35 docentes, cuentan con nivel alto de perseverancia, demostrando ser decididos, autodisciplinados, cumplen objetivos propuestos, mientras 3 de ellos, con nivel medio que representan el 8,6%, son decididos, disciplinados, pero cumplen parcialmente sus responsabilidades. (Tabla 3).

El 77.1%, es decir, 27 de 35 docentes, tienen nivel alto de ecuanimidad, toman las situaciones de manera razonable, distinguen ventajas y desventajas, visión y perspectiva positiva, siendo 8 docentes que equivale al 22.9% con nivel medio, capacidad de discernimiento, pero perspectivas no siempre positivas. (Tabla 4).

Son 32 de 35 docentes, que representan el 91.4%, con nivel alto de satisfacción personal, tienen equilibrio emocional y reconocen sus fortalezas, mientras 2 de ellos tienen nivel medio, siendo el 5.7%, con emociones parcialmente equilibradas que les cuesta reconocer sus habilidades y un docente que representa el 2.9% que arrojó un nivel bajo. (Tabla 6).

Son 28 docentes de 35 que representan el 80% con un nivel alto de sentirse cómodos en soledad, bien consigo mismos, para afrontar situaciones, libres y únicos, mientras que 7 docentes, que equivalen al 20% tienen nivel medio, con nociones de lo que significa la soledad, pero no se adaptan. (Tabla 7).

Son 34 de 35 docentes, es decir el 97.1% con nivel alto de resiliencia, alcanzan objetivos, visión objetiva, conocen fortalezas y debilidades y disfrutan cuando están solos, siendo 1 docente, el 2.9% con nivel medio, perseverante, conoce la realidad, nivel de aceptación, pero insatisfecho con sus logros. (Tabla 8).

VI. RECOMENDACIONES

Promover la institucionalización de un programa de estímulo y reconocimiento al docente perseverante, para que todas sus cualidades identificadas en el presente estudio se mantengan en bienestar institucional.

A través del departamento de orientación institucional, se programen cursos de coaching, para mantener y mejorar las habilidades y destrezas del personal, como el nivel de ecuanimidad, para la promoción de la gestión de emociones y del buen clima escolar.

Continuar desarrollando talleres prácticos de motivación y de relaciones interpersonales, que les permita a los docentes mantener y reforzar los buenos niveles de confianza en sí mismo, ello involucra autoconfianza y control de sus acciones.

Incluir en la planificación institucional, un programa para el reconocimiento de la labor y esfuerzo que favorece la satisfacción de los logros y contribuye al desempeño satisfactorio de las actividades de la institución.

Impartir charlas y presentaciones sobre la importancia y adaptabilidad a la soledad, teniendo en cuenta, que cuando se tiene esta capacidad, brinda un sentido de libertad y se desarrolla una conciencia de sí mismo, se aprende a valorarse, conocerse y apreciar ciertas características de la propia personalidad.

Crear un folleto para concientizar a los docentes sobre la importancia de la resiliencia, el mismo que contenga estrategias para desarrollar, mantener y mejorar esta habilidad, además de la conformación de grupos de profesionales especialistas, que brinden apoyo y supervisión en la aplicación de todos los programas, con la finalidad optimizar los procesos y los resultados.

REFERENCIAS

- Abdellah FG. y Levine E. (1994). *Preparing Nursing Research for the 21 st Century. Evolution. Methodolouies, Challengaes.*
- Belohlavek, P. (2005). *Blue book: metodología unicista de investigación y diagnóstico de sistemas Complejos* . Buenos Aires : Blue Eagle Group .
- Bizcarra, R. (2004). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid: Editorial La Muralla,.
- Branden, N. (1998). *Self-Esteem at work : how confident people make powerful companies*. San Francisco : Jossey-Bass.
- Bravo, N. (1995). *Valores humanos: por la senda de una ética cotidiana*. Valores humanos: por la senda de una ética cotidiana.
- Caldas Blanco, M. E. (2018). *Prevención de riesgos laborales en el sector docente*. Ministerio de Educación.
- Camila Díaz Sánchez, a Enrique Barra Almagiáb. (2007). Resiliencia y satisfacción laboral en profesores de colegios municipales. *aUniversidad Católica del Maule*, 78,79.
- Cardona D. y B. Agudelo. (2007). Satisfacción Personal como Componente de la Calidad de Vida de los Adultos de Medellín. *Scielo public health*, acultad Nacional de Salud Pública, Universidad de Antioquia.
- Cardoso, Fernando Luiz; Sacomori, Cinara. (2014). Resilience of athletes with physical disabilities. *Revista de Psicología del Deporte vol. 23*, 15-22.
- Caseres, J. (2002). *Concepto del Humor*. Madrid, España: Universidad Complutense de Madrid.
- Colquitt, J. (2001). *On the dimensionality of organizational A construct validation of a measure*. Florida: Journal of Applied Psychology.
- Cyrulnik, B. (2013). *Los patitos feos: La resiliencia. Una infancia infeliz no determina la vida*. Madrid: Penguin Random House Grupo Editorial.

- Delors, U. (1996). *La educación encierra un tesoro. Informe la Comisión Internacional de Educación para el siglo XXI*. Madrid: Santillana .
- Díaz, V. (2001). *Diseño y elaboración de cuestionarios para la investigación comercial*. ESIC Editorial,.
- Elbio Suárez & Aldo Melillo. (2002). *Resiliencia Descubriendo las propias fortaleza*. Buenos Aires: Paidós.
- Extremera.M. (2017). *Liderazgo resiliente en directores de educación secundaria en contextos desafiantes* . Universidad de Granada .
- Forero Ingrid; Siabato Elsa & Salamanca, Yenny. (2017). Ideación suicida, funcionalidad familiar y consumo de alcohol en adolescentes de Colombia . *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, vol. 15, pp431-442.
- Foroosh, M. N. (2005). *Metodología de la Investigación 2º Edición* . Mexico : Limusa Noriega Editores .
- Fuentelsaz.C.: Icart.M.:Pulpon.A. (2006). *Elaboración y presentación de un proyecto de investigación y una tesina*. Barcelona: Edicions Universitat Barcelona.
- G., M. M. (2015). RESILIENCIA EN ADOLESCENTES Y SU RELACION CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL . *Universidad de Valladolid, Facultad de Educación y Trabajo Social*.
- Gail Wagnil., H. Y. (1999). Development and Psychometric evaluation of the resilience scale . *Journal and nursing measurement*. Vol. 1, Springer Publisher Company .
- Gaxiola, R. (2013). Autorregulación, Resiliencia y Metas Educativas . *Revista Colombiana de Psicología* . Vol 22, 241-252.
- George A. Bonanno, Anthony Papa, Kathleen O'Neill. (2004). *The Importance of Being Flexible*. New York,: Columbia University.
- Goldstein, J. (2015). *Mindfulness: Una guía para el despertar espiritual*. Editorial Sirio S.a.

- Grimaldo, M. P. (2004). Niveles de Optimismo en un grupo de estudiantes de una universidad particular de la ciudad de Lima. *Revista LIBERABIT Vol. 10*, 97'107.
- Gyatso, K. (1999). *Comprensión de la mente*. España,: Editorial Tharpa.
- Jorgesen.I.E. (2008). *Factors of Connor and Davison Resilience Scale*. International Journal og Medicine Health.
- Joseph.M.Marshall. (2010). *Seguir adelante: El arte de la perseverancia*. Editorial SAL TERRAE.
- Judith M. Schultz, & Sheila L. Videbeck. (2013). *Enfermería psiquiátrica: Planes de cuidados*. San Francisco California : Editorial El Manual Moderno.
- Lopez, A. P. (2015). Analisis Critici del concepto de resiliencia en psicologia. *Programa de Salud Institucional*, Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia ,España.
- Luis Caiza, Josselin Morales y Grey Barragán . (2019). ENFOQUE DE LA RESILIENCIA EN LAS INSTITUCIONES. *Revista de Ciencias de Seguridad y Defensa (Vol. IV, No. 2,, pp78,79*.
- M. Campuzano ,M. Arceo,& A.Reyes,. (2007). Resiliencia en los alumnos de la Facultad de Medicina de la. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, pp14-15 .
- M.Torres , Salazar F,Paz.K. (2006). TAMAÑO DE UNA MUESTRA. *Universidad Rafael Landívar*.
- Maslow, A. (1991). *Motivacion y Personalidad*. Ediciones Díaz de Santos.
- Maysi M. & Donayre A. (2016). *RELACIÓN ENTRE RESILIENCIA Y HABILIDADES SOCIALES*. Lima: Universidad San Martin de Porres.
- Murphy, J. (2012). *La confianza en uno mismo y la autoestima* . Obelisco.
- Nieto. S.y Conde.M. (2010). *Investigación y evaluación educativa en la sociedad del conocimiento*. Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca.

- Ñaupas, H. (2014). *Metodología de la investigación cualitativa -cuantitativa y Redaccion de la Tesis 4° edecion* . Bogota : Ediciones de la U.
- Pulgar, L. (2010). *FACTORES DE RESILIENCIA PRESENTES EN ESTUDIANTES*. Chillan : UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO.
- Ramírez-Osorio, P. y.-M. (2012). *Resiliencia Fmiliar, depresion y ansiedad en adolescenten en situaciones de pobreza*. Mexico: Revista de enfermeria del Instituto Mexicano de Seguridad Social p 63'70.
- Rios, T. (2001). *La confianza en uno mismo: Un programa en 7 días de estrategias prácticas ..* EDAF.
- Robert J. Haggerty, Norman Garmezy, Lonnie R. Sherrod, Michael Rutter. (1996). *Stress, Risk, and Resilience in Children and Adolescents: Processes, Mechanisms, and Interventions*. Cambridge University Press,.
- Rodríguez, E. A. (2005). *Metodología de la Investigación*. TABASCO-MEXICO: Univ. J. Autónoma de Tabasco.
- Rossana Barragan, Salam Tom, Ayllon Virginia, Sanjines Javier, Langer Erik . (2003). *Guía para la formulación y ejecución de proyectos de investigación*. La Paz : FUNDACION PIEB.
- Rutter, M. (1999). *Resilience Concepts and findings Implicatios* . Malden .MA.02148 USA: Blackwell Publishers .
- Salgado, A. (2005). *MÉTODOS E INSTRUMENTOS PARA MEDIR LA RESILIENCIA*. Peru: Universidad de San Martín de Porres.
- Salgado, A. I. (2005). *MÉTODOS E INSTRUMENTOS PARA MEDIR LA RESILIENCIA : UNA ALTERNATIVA PERUANA*. *Escuela Profesional de Psicología*.
- Salluca.L. (2016). *Nivel de resiliencia y personalidad en estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la I.E. 50707 Simón Bolívar, Picchu Alto, Cusco*,. Lima: UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN Enrique Guzmán y Valle.

- Sotomayor, M. A. (2017). Nivel de resiliencia en estudiantes del VII ciclo, turno tarde, de dos colegios públicos del distrito de El Agustino,. UCV.
- Stefan Vanistendael, Jacques Lecomte. (2002). *La felicidad es posible: despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos : construir la resiliencia*. Gedisa.
- Tamayo, M. T. (2004). *El proceso de la investigación científica*. Limusa.
- Vaena, M. (2017). *Cambia tu mirada*. Buenos Aires : Penguin Random House Grupo Editorial Argentina.
- Vanistandael.S. (1994). *Resiliencia un concepto largo tiempo olvidado, Linfancia en el mundo familiar, y la resiliencia en el niño 5,3*.
- Villalba K. & Avello R. (2019). *Resilience as a factor determining satisfaction in university students*. Arequipa: 1Universidad Nacional de San Agustín. .
- Villalobos, T. E. (2017). *La resiliencia en la Educación* . facultad de pedagogia .
- Wagnild, M. & Young, H. (1993). Development and Psychimetric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursering Measurement*, 78-165.
- Walsh.F. (2003). *Family Resilience , a framework for clinical practice family process*. Buenos Aires -Argetina : Sistemas Familiares .
- Zabala, M. A. (2001). "COMPETENCIAS PERSONALES Y PROFESIONALES EN EL. *Universidad de Santiago de Compostela* , 3,-4.

ANEXOS

Anexo 1: Instrumento de la variable

CUESTIONARIO PARA MEDIR LOS NIVELES DE RESILIENCIA (ESCALA DE WAGNER & YOUNG 1999)		1. MUY EN DESACUERDO	2. EN DESACUERDO	3. NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	4. DE ACUERDO	5. MUY DE ACUERDO
<p>Estimado docente: El presente cuestionario tiene como objetivo principal medir el nivel de RESILIENCIA, información que es de interés para una tesis de maestría que se ejecuta en la Universidad Cesar Vallejo. Lea atentamente cada pregunta y responda marcando, 1 MUY EN DESACUERDO, 2 EN DESACUERDO, 3 NI EN ACUERDO NI EN DESACUERDO, 4 DE ACUERDO, 5 MUY DE ACUERDO.</p>						
PERSEVERANCIA						
1	¿Cuándo se propone algo lo lleva a cabo?					
2	¿La mayor parte del tiempo consigue lo que desea de uno u otro modo?					
3	¿Es una persona decidida?					
4	¿Se considera como alguien autodisciplinada?					
5	¿Cumple satisfactoriamente sus obligaciones y las realiza a tiempo?					
ECUANIMIDAD						
6	¿Se toma las cosas con mucha importancia?					

7	¿Es una persona que toma las cosas día a día?					
8	¿No le da mucha importancia a las cosas?					
9	¿Es una persona que puede ver los diferentes puntos de vista de una situación?					
10	¿Considera que su vida cumple con un propósito y tiene sentido?					
11	¿Se Frustra o lamenta por las cosas que no puede cambiar?					
12	¿Se cuestiona sobre el origen de algo o de alguna cosa?					
CONFIANZA EN SÍ MISMO						
13	¿Confía más en sus propias capacidades y acepta las ideas de los otros?					
14	¿Es importante mantenerse enfocado en las actividades que lleva a cabo?					
15	¿Se siente capaz de llevar a cabo varias cosas a la vez?					
16	¿Es capaz de sobrellevar las adversidades debido a que tiene buena autoestima?					
17	¿Las personas pueden confiar en usted en una situación emergente?					
18	¿Cree y acepta que existan personas a las que no les cae bien?					
19	¿Considera que tiene la suficiente energía para realizar todas las tareas que debe cumplir?					
SATISFACCIÓN PERSONAL						
20	¿Es una persona que reconoce y acepta sus limitaciones y problemas?					
21	¿Se siente satisfecho al culminar sus actividades y/o al resolver sus problemas?					

22	¿Puede sobrellevar las adversidades, aun cuando ya ha experimentado las dificultades en otras ocasiones?					
SENTIRSE CÓMODO EN SOLEDAD						
23	¿Por lo general encuentra, anécdotas o situaciones de las cuáles reírse?					
24	¿Cuándo se encuentra solo se siente cómodo?					
25	¿Se siente bien consigo mismo?					

Anexo2: Ficha técnica de la variable

FICHA TÉCNICA SOBRE JUSTICIA ORGANIZACIONAL

1. **NOMBRE** : Escala para medir el nivel de Resiliencia
2. **AUTOR** : Wagner & Young
3. **FECHA** : **1991**
4. **ADAPTACIÓN** : Tania Alexandra Sotomayor Jaramillo.
5. **FECHA DE ADAPTACIÓN** : 2019
6. **OBJETIVO** : Determinar el nivel de Resiliencia en los Docentes de la Unidad Educativa “Puyango “
7. **APLICACIÓN** : Docentes de la Unidad Educativa “Puyango”
8. **ADMINISTRACIÓN** : Directa
9. **DURACIÓN** : 30 minutos
10. **TIPO DE ÍTEMS** : Preguntas.
11. **N° DE ÍTEMS** : 25.
12. **DISTRIBUCIÓN** : Dimensión e indicadores.
 - 1° **Perseverancia**: 5 ítems
 - Decisión: 1,2 ítems
 - Autodisciplina: 3, 4 ítems
 - Motivación: 1 Ítem.
 - 2° **Ecuanimidad**: 7 ítems
 - Discernimiento: Ítem 4
 - Visión Positiva: Ítem 2
 - Perspectiva: Ítems 1

3 ° Confianza en sí mismo: 7 ítems

Capacidad de Relacionarse: Ítem 2

Autoestima: Ítem 3

Autoconocimiento. Ítems 2.

4° Satisfacción Personal: 3 ítems

Estado Emocional: Ítems: 1

Percepción de la vida: Ítem 1

Autoaceptación: Ítem 1

Sentirse Cómodo en Soledad: 3 Ítems

Noción de Soledad; Ítems 3

13. EVALUACIÓN

- Puntuaciones

Escala cuantitativa	Escala cualitativa
1	Muy en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Ni en acuerdo ni en desacuerdo
4	De acuerdo
5	Muy de acuerdo

- EVALUACIÓN EN NIVELES POR DIMENSIÓN

Escala cualitativa	Escala cuantitativa									
Niveles	Perseverancia		Ecuanimidad		Confianza en sí mismo		Satisfacción personal		Sentirse cómodo en soledad	
	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Puntaje mínimo	Puntaje máximo
Bajo	1	8	1	11	1	8	1	5	1	5
Medio	9	16	12	22	9	16	6	10	6	10
Alto	17	25	23	35	17	25	11	15	11	15

- EVALUACIÓN DE VARIABLE

Resiliencia		
Niveles	Puntaje mínimo	Puntaje máximo
Bajo	1	41
Medio	42	82
Alto	83	125

NIVEL BAJO	NIVEL MEDIO	NIVEL ALTO
<p>Los docentes que se encuentran ubicados en este nivel de resiliencia no han desarrollado de manera capacidades y habilidades. Como la ecuanimidad, autoestima y motivación lo que no les ha permitido superar o sobrellevar la mayoría de las adversidades que se les presentan de manera diaria, tanto en su vida profesional como personal, debido a esto, los docentes no logran alcanzar los objetivos que se proponen lo que provoca que desestabilicen emocionalmente y desarrollen sentimientos de frustración en todos los ámbitos de vida. Su puntuación oscila entre el 1 y 41</p>	<p>Los Docentes ubicados en este nivel, muestran que han logrado desarrollar de manera parcial algunas capacidades tomadas en cuenta dentro los niveles de resiliencia, sin embargo, no poseen rasgos definitorios de su personalidad y sus habilidades de superación de problemas, haciendo que su desenvolvimiento no sea adecuado impidiéndoles alcanzar sus objetivos, haciendo que su vida personal y laboral no sea del todo satisfactoria, sus puntuaciones se encuentran entre los 42 y 82.</p>	<p>Los docentes que se ubican en estos niveles de resiliencia han logrado desarrollar de manera éxitos capacidades y habilidades de superación de las adversidades, cuenta excelentes capacidades personales como altos niveles de autoestima, motivación, y relaciones interpersonales, entre otros, lo que los ha llevado a conseguir que sus vidas profesionales y personales sean totalmente satisfactorias y provechosas, sus puntuaciones están entre los 83 y 125.</p>

Anexo 3: Base de datos de la variable

Base de datos, prueba piloto.

Tema: Resiliencia en una Unidad Educativa, Ecuador 2019

No Ítems Encuestados	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	
1	5	4	5	5	2	5	5	2	4	5	4	5	5	5	2	4	5	5	4	5	5	5	5	2	5	
2	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	1	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	4	4	3	4	2	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4
4	5	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	4	5	4	4	5	5	4	5	4	2	2	5	5	2	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4
6	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	2	5	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	5
7	5	4	5	5	5	4	4	1	5	5	2	2	3	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	3	5	5
8	5	4	5	4	2	4	4	2	4	5	2	2	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	2	5	5
9	4	2	4	4	2	4	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4
10	4	4	4	2	2	2	4	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
11	5	4	4	5	4	4	4	2	3	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4
12	5	4	5	5	5	4	2	2	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5
13	5	5	4	5	2	5	5	2	4	5	2	3	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	4	1	5	5

14	4	3	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
15	5	5	5	5	5	5	2	4	2	5	3	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	4	4
16	5	4	5	4	4	5	4	2	4	5	2	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	
17	5	2	4	4	4	2	4	3	4	5	3	3	4	5	3	5	4	5	4	5	4	5	5	5	
18	5	3	5	1	4	2	4	5	5	4	2	2	5	4	2	4	4	4	3	5	4	3	4	3	4
19	5	5	5	5	3	4	5	1	5	5	5	1	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	1	4
20	4	4	4	5	2	5	4	2	4	5	2	1	5	4	2	5	4	5	4	5	5	5	3	1	5
21	4	4	5	5	2	5	4	2	5	1	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	1	5
22	4	4	3	4	3	3	4	2	5	5	3	2	5	4	2	3	1	1	3	4	4	4	5	5	5
23	5	5	4	4	5	4	5	1	5	5	2	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
24	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
25	5	4	5	5	5	4	4	2	2	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4	4
26	5	4	4	5	3	4	4	2	3	5	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	
27	4	4	4	2	2	4	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4

Anexo 4: Estadístico de fiabilidad de la variable

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
VAR00001	96,2593	93,123	,716	,821
VAR00002	96,9630	91,806	,487	,823
VAR00003	96,5185	92,413	,587	,821
VAR00004	96,7778	91,026	,404	,825
VAR00005	97,5185	86,105	,532	,819
VAR00006	96,8148	91,926	,402	,825
VAR00007	96,9630	93,345	,318	,829
VAR00008	98,4815	100,105	-,058	,846
VAR00009	96,8148	100,003	-,043	,841
VAR00010	96,5185	93,952	,271	,831
VAR00011	98,0370	95,345	,147	,838
VAR00012	97,6296	96,165	,085	,844
VAR00013	96,6667	93,308	,358	,827
VAR00014	96,3704	90,396	,844	,815
VAR00015	97,3333	90,538	,419	,825
VAR00016	96,5556	92,256	,607	,821
VAR00017	96,6296	89,242	,609	,817
VAR00018	96,6667	88,692	,585	,818
VAR00019	96,5556	92,179	,614	,821
VAR00020	96,3333	92,692	,633	,821
VAR00021	96,4815	91,413	,667	,819
VAR00022	96,4815	91,490	,661	,819
VAR00023	96,7037	94,909	,265	,831
VAR00024	97,7407	91,199	,259	,836
VAR00025	96,4074	96,328	,341	,829

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,832	25

Dimensión	N° ÍTEMS	□□
Perseverancia	5	0,82
Ecuanimidad	7	0,41
Confianza	7	0,83
Satisf.	3	0,63
Soledad	3	0,48
Global	25	0,86

Anexo 5: Matriz de validación del instrumento de la variable

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Resiliencia de Wagnild y Young , y adaptada por el investigador.

OBJETIVO DEL INSTRUMENTO: Determinar los niveles de Resiliencia, de los Docentes de la Unidad Educativa "Puyango".

DIRIGIDO A: Los docentes de la Unidad Educativa "Puyango", que poseen nombramiento definitivo y que tiene contratos provisionales.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: Mgstr. Paola Jaqueline Torres Añazco

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Magister.

EVALUACIÓN:

INADECUADO	REGULAR	ADECUADO
		✓



FIRMA DEL EVALUADOR

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Resiliencia de Wagnild y Young , y adaptada por el investigador.

OBJETIVO DEL INSTRUMENTO: Determinar los niveles de Resiliencia, del 80% de los Docentes de la Unidad Educativa "Puyango".

DIRIGIDO A: Los docentes de la Unidad Educativa "Puyango", que poseen nombramiento definitivo y que tiene contratos provisionales.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: Espinoza Salazar Liliana Ivonne.

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Doctora

EVALUACIÓN:

INADECUADO	REGULAR	ADECUADO
		✓

.....
Dra. Liliana Ivonne Espinoza Salazar

DNI:02684276

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Resiliencia de Wagnild y Young , y adaptada por el investigador.

OBEJETIVO DEL INSTRUMENTO: Determinar los niveles de Resiliencia, de los Docentes de la Unidad Educativa "Puyango".

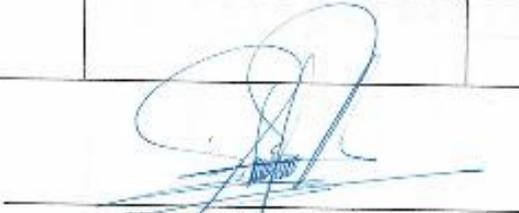
DIRIGIDO A: Los docentes de la Unidad Educativa "Puyango", que poseen nombramiento definitivo y que tiene contratos provisionales.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: Dra. Zhenia Maritza Muñoz Vincés

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Doctora

EVALUACIÓN:

INADECUADO	REGULAR	ADECUADO
		✓


FIRMA DEL EVALUADOR

C.I. 1103340350

Mgs. Zhenia Muñoz V.
PSICÓLOGA CLÍNICA - PSICOTERAPISTA
COLE - PSICOL - P N° 636
MSP N° 245

Anexo 6. Matriz Operacionalización.					
VARIABLE	PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	TÉCNICA	ESCALA
Resiliencia	¿Cuál es el nivel de Resiliencia de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador 2019?		Los niveles de resiliencia del 80% de los Docentes de la Unidad Educativa “Puyango” son bajos	Encuesta	<p>Escala ordinal.</p> <p>1= Muy de acuerdo.</p> <p>2= En desacuerdo.</p> <p>3= Ni en acuerdo ni en desacuerdo.</p> <p>4= De acuerdo.</p> <p>5= Muy en desacuerdo</p>
DIMENSIONES	PROBLEMA ESPECÍFICO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICA		
Perseverancia	¿Cómo se percibe el nivel de perseverancia de los docentes de la Unidad	Identificar el nivel de perseverancia de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.	El 80% de docentes de la Unidad Educativa Puyango poseen niveles bajos de perseverancia.		

Ecuanimidad	<p>Educativa Puyango Ecuador, 2019?</p> <p>¿Cómo se concibe el nivel de ecuanimidad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?</p>	<p>Conocer el nivel de ecuanimidad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.</p>	<p>El 80% de docentes de la Unidad Educativa Puyango poseen niveles bajos de ecuanimidad.</p>		
Satisfacción Personal	<p>Educativa Puyango Ecuador, 2019?</p> <p>¿Cómo se describe el nivel de satisfacción personal de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?</p>	<p>Describir el nivel de satisfacción personal de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.</p>	<p>El 80% de docentes de la Unidad Educativa Puyango poseen niveles bajos de satisfacción personal</p>		

<p>Confianza en su mismo.</p>	<p>¿De qué manera se evidencia el nivel de confianza en sí mismos de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?</p>	<p>Identificar el nivel de confianza en sí mismos de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.</p>	<p>El 80% de docentes de la Unidad Educativa Puyango poseen niveles bajos de confianza en sí mismo.</p>		
<p>Sentirse cómodo en soledad</p>	<p>¿Cuál es el nivel de sentirse cómodo en soledad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019?</p>	<p>Conocer el nivel de sentirse cómodo en soledad de los docentes de la Unidad Educativa Puyango Ecuador, 2019.</p>	<p>El 80% de docentes de la Unidad Educativa Puyango no se sienten cómodos en soledad.</p>		

Anexo 7: Solicitud de autorización de estudio

Alamor 11 de Noviembre del2019

Dra. Betty Ludeña

RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "PUYANGO"

Presente.-

Estimada doctora ,me dirijo en primera instancia para extenderle un cordial saludo y deseare éxito en las labores que desempeña dirigiendo tan noble institución educativa, de la misma manera me permito solicitarle por medio de la presente , que se me conceda el permiso necesario para la aplicación de una encuesta a los docentes de la institución ,misma que es necesaria para el trabajo de investigación que estoy realizando con el fin de optar por el título de magister en "administración de la educación" con el fin de conocer los niveles de resiliencia de los docentes ,tema que la base de mi trabajo de investigación.

Por la atención que le dé a la presente le anticipo mi más sincero agradecimiento.

Atentamente



Lcda. Tania Sotomayor. J.

AutORIZADO
Alamor, 11/11/2019



UNIDAD EDUCATIVA
"PUYANGO"
RECTORADO
ALAMOR - LOJA - ECUADOR

Anexo 8: Documento de autorización del estudio



Alamor, 11, de Noviembre del 2019.
Of. N° 2019- 00158-RUEP-A

Licenciado
Tania Sotomayor
Presente.-

Estimado Docente:

En relación su oficio presentado el día 28 de octubre del presente año en el que solicita autorización para realizar la aplicación del instrumento de investigación en la encuesta a los docentes de la institución, me permito informar que se acepta formalmente su requerimiento, que contribuirá a la ejecución de la tesis de Maestría en la Universidad Cesar Vallejo de Perú.

Particular que comunico para los fines pertinentes

Atentamente:


Dña. Betty Ludeña
RECTORA



Anexo 9: Protocolo de consentimiento

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN EN LA PRUEBA PILOTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Título del proyecto de investigación: ***Resiliencia en docentes de la Unidad Educativa "Puyango"***

Objetivo de la investigación: Determinar los niveles de resiliencia en los Docentes de la Unidad Educativa Puyango

Autor: Tania Alexandra Sotomayor Jaramillo

Lugar donde se realizará la investigación Parroquia Alamor, Cantón Puyango, provincia de Loja , Ecuador

Nombre del participante: -

.....

Yo,

.....

....., identificado con documento de identidad N°.....he sido informado(a) y entiendo que los datos obtenidos serán utilizados para fines de validación y desarrollo de la investigación, con fines científicos en el estudio. Convengo y autorizo mi participación.

Firma:.....

Alamor,.....de.....del 2019.

Anexo 10: Fotografías



Toma de encuestas a los docentes.



Toma de encuestas a los docentes

Anexo 11: PROPUESTA PARA MANTENER Y REFORZAR LOS NIVELES DE RESILIENCIA EN LOS DOCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PUYANGO

PRESENTACIÓN

La resiliencia es un concepto con un gran poder, el término implica una dinámica positiva, una capacidad de volver e impulsarse hacia adelante. La resiliencia humana no se puede limitar solamente a resistir o soportar las adversidades si no que permite la superación y reconstrucción de fuerzas y de la integridad física, psicológica y emocional.

En la actualidad los profesionales que trabajan de manera directa con otras personas, como es el caso de los docentes, se encuentran vulnerables ante situaciones estresantes debido a los componentes emocionales y afectivos que este tipo de trabajos involucran, así los constantes cambios y la presentación de nuevos retos diarios, pueden generar en mucho de los casos desestabilización de las emociones y afectar negativamente la manera en que afrontamos dichas adversidades, por lo tanto desarrollar capacidades que nos permitan sobrellevar y superar de manera exitosa cualquier tipo de infortunio se vuelve primordial para obtener una buena calidad de vida no solo en la parte personal, sino también en el campo profesional.

En una manera general las personas resilientes han logrado usar sus emociones de una manera positiva como medio efectivo para enfrentarse a la adversidad, usando características propias de la resiliencia, como una visión y perspectiva positivas de cada situación, buena autoestima, satisfacción personal, entre otras, una persona que es resiliente comprende que las dificultades son pasajeras y que mayormente dependen de factores externos y no de sí mismos, lo que les ha permitido conservar la esperanza y entender que los cambios positivos si son posibles para seguir caminando por la senda que se han trazado para lograr alcanzar sus objetivos y superar las desavenencias que se les presenten (Muñoz & de Pedro, 2005). De esta manera una persona resiliente es aquella que luego de pasar por una situación adversa o estresantes no presenta rasgos de desestabilización emocional y son capaces de continuar de manera normal con sus actividades, manteniendo un equilibrio psicológico y emocional. En la misma línea,

los docentes que presentan mayor autoconciencia y control, elementos indispensables en la resiliencia, construyen un factor protector ante el estrés que pueden sufrir. (Caldas, 2018). Según Cyrulnik, (2013) la resiliencia es un proceso, un conjunto de fenómenos equilibrados, mediante el cual un sujeto se cuela en un ámbito afectivo, social y cultural, es el arte de navegar sobre las tormentas.

Se caracteriza por ser un conjunto de procesos sociales, emocionales y psicológicos que facilitan llegar a tener una vida sana, a pesar de estar rodeado de en un medio insano, dichos procesos tienen lugar a través del tiempo, en la interacción del sujeto con su ambiente familiar social y cultural. Así pues, la resiliencia no puede ser concebida como una característica con el que se nace, sino que se trata de un proceso de interacción entre éstos y su medio, Haggerty, Garnezy, Sherrod, Rutter, (1996). El desarrollo óptimo de la resiliencia será el resultante de la interacción de las capacidades propias cada individuo y el medio social y físico en el que encuentran.

Por otra parte, Bonanno, Papa, O'Neill, (2004) nos dicen que la resiliencia implica la capacidad del ser humano de resistir situaciones estresantes y sobreponerse del mismo, de tal manera que la persona logra mantener su equilibrio personal a pesar del hecho adverso que ha acontecido en su vida.

En conclusión, la resiliencia superpone dos componentes: El primero se refiere a la resistencia frente a la destrucción, en otras palabras es la capacidad para proteger la integridad bajo presión y, el segundo se refiere a la capacidad de forjar una visión y perspectiva positivas a pesar de las adversidades, por otra parte la resiliencia se refiere a la capacidad de una persona o sistema social de enfrentar de manera adecuada las dificultades, de una forma socialmente aceptable (Vanistendael, & Lecomte, 2002). Según Cyrulnik, (2013) resiliencia es un proceso, un conjunto de fenómenos armonizados, en el cual una persona forma parte de un contexto afectivo, social y cultural. Es el arte de navegar sobre las tormentas

Así pues, basándonos en las teorías y definiciones expuestas podemos decir que el desarrollo de la resiliencia es un punto clave la formación integral de todos los ámbitos emocionales, psicológicos y profesionales.

FUNDAMENTACIÓN

La presente propuesta se encuentra fundamentada en el teoría y definiciones de los autores Wagner y Young que definen a la resiliencia como una singularidad propia de la personalidad de cada individuo, responsable de mitigar los efectos negativos resultantes del estrés, y la frustración, es la capacidad de fortalecerse emocionalmente, e impulsar la adaptabilidad para superar las situaciones adversas presentes a lo largo de la vida. (Wagnild,M. & Young,H., 1993)

Ser una persona resiliente no significa que no se pueda sentir malestar o dolor emocional, por el contrario significa tener una predisposición positiva para enfrentar situaciones difíciles y dolorosas, y conseguir salir victorioso y con nuevos aprendizajes de estos, así pues, se ha establecido que una mayor autoconsciencia y un mayor nivel de autocontrol y autoeficacia, pueden ejercer un factor protector frente al estrés que sufren los docente, cabe recalcar que todas estas característica de encuentran dentro de los distintivos conceptos de resiliencia. La resiliencia es un punto clave para un buen desempeño profesional, así que, debe ser un proceso de transformación interna y de descubrimiento. Por lo tanto, el educador como profesional y como persona, se desarrolla, crece como un sistema en interacción con otros sistemas que lo alteran, modifican, sobre los cuales ejercerá de forma recíproca su influencia.

Basándonos en lo expuesto anteriormente se justifica la presente propuesta, debido a que pretende la aplicación de algunas estrategias, técnicas y talleres que ayudaran a mantener y fortalecer los buenos niveles de resiliencia y todos sus componentes, ya que como se hizo notar con las teorías y definiciones nombradas en este trabajo, desarrollar la resiliencia en crucial para logra alcanzar cualquier objetivo propuesto se de manera personal o profesional.

OBJETIVO GENERAL

Aplicar técnicas, charlas y talleres enfocados a mantener y reforzar los buenos niveles de resiliencia en los docentes de la unidad educativa Puyango

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Concientizar a los docentes de la importancia y de los beneficios de ser una persona perseverante mediante el reconocimiento de sus esfuerzos, ya que si un individuo no se acciona, se vuelva una persona haragana, desorganizada y temerosa, al contrario si una persona se acciona y persevera se generan nuevas energías que nos impulsan para culminar cualquier actividad propuesta, (Vaena, 2017).
2. Desarrollar cursos de coaching enfocados a mejorar y desarrollar habilidades y destrezas para la aceptación de la realidad y dar pautas para crear una visión positiva de las dificultades, aceptando la diversidad de perspectivas, ya que, según Benítez, (2016) gracias a estos componentes de Ecuanimidad se obtiene paz interna y una visión clara de la realidad, y de las situaciones que nos rodean.
3. Fomentar talleres prácticos de motivación y de relaciones interpersonales para reforzar los buenos niveles la confianza en sí mismo, debido a que adquirir dicha habilidad involucra tener autoconfianza y creer en sus habilidades, al desarrollar estas capacidades sienten que tienen el control de sus acciones y de su vida además se sentirse capaces hacer todo lo que desean y esperan (Branden, 1998)
4. Incentivar la labor de los docentes mediante un programa de reconocimiento del trabajo del maestro, con la finalidad de que demuestren las ventajas que tienen al desarrollar la capacidad de sentirse satisfechos con sus logros, ya que de acuerdo con Aciego, (2003) la satisfacción personal es la actitud que permite que las personas creen en sus capacidades individuales y acepten sus fortaleza y debilidades.
5. Llevar a cabo charlas y presentaciones que estén a cargo de profesionales en donde se exponga las ventajas de aprender y adaptarse a la soledad, ya que, de acuerdo con Salgado, (2005). cuando se tiene esta capacidad, se brinda un sentido de libertad y se desarrolla una conciencia de sí mismo.
6. Aplicar programas y talleres con objetivo de mantener fortalecer e impulsar la buena práctica de la resiliencia.

PARTICIPANTES

- Profesionales
- Docentes
- Autoridades

SESIONES

Se realizará 6 sesiones con una duración de 2 horas cada uno

N° DE SESIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES	CRONOGRAMAS						
			S1	S2	S3	S4	S5	S6	
1	<p>Presentación del taller y de la teoría y definiciones de perseverancia, para esto se usará proyector y el programa poder Pont. Se presentará un video titulado “ratón en venta” que contiene características propias de la perseverancia.</p> <p>Para la práctica se formarán grupos y se entregará un grupo de naipes, se pedirá dividir los naipes por color, rojos y negros luego deberán armar un castillo de naipes de tres o cuatro pisos, alternando los colores de las cartas</p> <p>Con esto se pretende que sepan en la mayoría de los casos de perseverancia tiene que ver con el manejo del ánimo, las personas que han logrado alcanzar sus metas, son quienes han sabido controlar la ansiedad, asumir con paciencia, y vencer la tolerancia a la frustración, claves para alcanzar metas que implican mantenerse en la lucha por largos periodos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Capacitadores -Docentes - Autoridades 	2 h						
2	<p>Presentación del curso y de la teoría y definiciones de desarrollo personal, enfocándose en la enseñanza de la aceptación de la realidad para esto se usará proyector y el programa Power Pont.</p>								

	<p>Se entregará fotocopias con la historia de “la casa chica”, que hace referencia a la importancia de aceptar la realidad.</p> <p>Se expondrán algunas estrategias para aceptar la realidad personal.</p> <p>Se harán preguntas a los docentes acerca de su percepción de la lectura y también acerca de las conclusiones y opiniones del taller.</p>	<p>-Capacitadores</p> <p>-Docentes</p> <p>- Autoridades</p>		2 h				
--	--	---	--	-----	--	--	--	--

3	<p>Se presentará el curso práctico para reforzar los buenos niveles la confianza en sí mismo, para lo cual se presentará en primer lugar las definiciones y conceptos teóricos de este tema</p> <p>Se empezará con una dinámica llamada “la hora del elogio”, en la cual se pedirá a los docentes que nombren una cualidad de cada uno de sus compañeros, cabe notar que esta actividad se realizará gracias a la ventaja del número de docentes ya que trabajan en la misma institución.</p> <p>Además, se aplicará la estrategia del espejo que consiste en pedir al participante que se ponga frente a un espejo y que nombre algunas de sus cualidades y las razones por la que si siente confiando de sí mismo.</p>	<p>-Capacitadores</p> <p>-Docentes</p> <p>- Autoridades</p>			2 h			
4	<p>Se presentará el taller, y se expondrá dediciones teorías acerca de la importancia de sentir satisfacción con los logros que se ha conseguido. Para esto se usará el programa Prezi para hacer la presentación más dinámica.</p> <p>Para la práctica se pedirá a los docentes que hagan tres listas, en la primera enlistaran los logros personales y profesionales que han</p>							

	<p>alcanzado, en la segunda anotaran las persona que consideran más cercanas y en la tercera anotaran las metas aún están pendientes de cumplir, con este ejercicio se pretende que los docentes valores lo que han conseguido, a quienes tiene cerca, y la esperanza de un futuro alentador, lo que crear la sensación de sentirse satisfechos consigo mismos.</p> <p>Se alentará a los docentes a participar leyendo algunas de sus listas, luego se pedirá las conclusiones y puntos de vista acerca del taller.</p>	<p>-Capacitadores -Docentes - Autoridades</p>				2 h	
5	<p>Un especialista presentará y dará la charla acerca de la importancia de aceptar y adaptarse a la soledad, mostrará las ventajas y beneficios que conlleva la soledad</p> <p>Se preguntará y se pedirá la opinión de los participantes acerca de la charla.</p>	<p>-Capacitadores -Docentes - Autoridades</p>				2 h	
6	<p>Se evaluará conjuntamente con las autoridades los beneficios de la aplicación de los talleres, charlas y la entrega del folleto, y como han contribuido para fortalecer los niveles de resiliencia</p>	<p>-Capacitadores -Docentes - Autoridades</p>					1 h